



© Foto: Saskia Pavlek

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vor Ihnen liegt das zweite Heft des neuen L.I.E.S.-Redaktionsteams in Landsberg, das sich Ihnen diesmal mit Bild präsentiert. Wir freuen uns, dass wir Ihnen wieder einen bunten Strauß an Geschichten präsentieren können.

So stellen wir Ihnen eine ehrenamtliche Besucherin im Wohnheim ebenso vor wie einen langjährigen Bewohner, der für die Lebenshilfe als Postbote in Landsberg unterwegs ist. Wir nehmen Sie mit auf das Erlebniswochenende und den Boulderblock der heilpädagogischen Tagesstätte (HPT) 2 und zur Waldwoche in der HPT 1.

Mit den Kleinen der Arche erleben wir den Aktionstag Musik und einen Besuch im Landsknechtlager. Dazu erfahren wir mehr über den 1. Gesundheitstag in der Lebenshilfe Landsberg und die Teilnahme am Tag der Begegnung in der Lechstadt. Außerdem begleiten wir eine Fortbildung zum Thema Trauma.

## Impressum

**Herausgeber:** LH München

**Verantwortlich:** Christoph Lauer

**Redaktion:** Kathrin Bendel, Dagmar Edelmann-Winkler, Sabine Franz, Daniela Hollrotter, Liane Loder-Ostler

**Bankverbindung:** Spendenkonto Sparkasse Landsberg, Konto-Nr. 1016, BLZ 70052060

**Kontakt:** Lebenshilfe Landsberg, Eulenweg 11, 86899 Landsberg am Lech  
Tel.: 08191/9491-0, Fax: 08191/9491-94,  
E-Mail: info@lebenshilfe-landsberg.de

Wir würden uns freuen, wenn Sie uns kurz schreiben, wie Ihnen das neue L.I.E.S.-Heft gefällt. Unter der E-Mail-Adresse lies@lebenshilfe-landsberg.de nehmen wir auch gerne Anregungen und Wünsche zum Heft entgegen.

Wir wünschen Ihnen einen ruhigen und besinnlichen Jahresausklang!

*Daniela Hollrotter für das gesamte Redaktionsteam*



**Fotonachweis:** Kathrin Bendel, Foto: Markus Bendel  
Dagmar Edelmann-Winkler, Foto: privat, Liane Loder-Ostler, Foto: privat  
Sabine Franz, Foto: Pia Glenzer, Daniela Hollrotter Foto: Lea Hollrotter

## Ehrenamtliche Helfer: Besuch bei ehrlichen Menschen

Carola A. freut sich: Mit Schwung fegt ihr schwarzes Männchen ein rotes vom Mensch-ärgere-Dich-nicht-Brett. „Sie schlägt mich oft“, lacht Agnes Zeller. Wie jeden Dienstag besucht sie die Menschen im Wohnhaus 2 der Lebenshilfe Landsberg, die sie wegen ihrer Ehrlichkeit und Direktheit schätzt.



Agnes Zeller beim Mensch-ärgere-Dich mit Carola.

Berührungssängste gegenüber Menschen mit Behinderung hatte Agnes Zeller noch nie. Denn: „Das sind ganz normale Menschen, die halt irgendwo ein Manko haben. So wie wir alle“, sagt sie. Nach einem Praktikum bei der Lebenshilfe im Rahmen ihrer Hospiz-Ausbildung fragte die gelernte Zahnarthelferin deshalb spontan an, ob sie „ihre“ Wohngruppe weiterhin besuchen könne. Die Lebenshilfe-Mitarbeiter empfangen die ehrenamtliche Mitarbeiterin mit offenen Armen. „Zum Glück bist Du hier“, sagt etwa Heilerziehungspflegehelferin Jessica Weiß. Denn Agnes Zeller hilft nicht nur bei Ausflügen und Feiern oder besucht Bewohner im Krankenhaus. Sie bastelt und backt mit den Bewohnern zu Ostern, Kirchweih und Weihnachten, windet Adventskränze, spielt bei Nikolausfeiern den Krampus und gestaltet schöne Dinge aus den vielen Luftmaschen-Schlangen, die Carola so eifrig häkelt.



Agnes Zeller im Gespräch mit Auguste.

„Sie ist immer da, egal, was wir brauchen“, sagt Jessica Weiß, die die Besuche als echte Entlastung sieht. Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, bei denen gerade Unterstüt-

zung benötigt wird, berichtet Agnes Zeller. Gesellschaftsspiele eben, ein Spaziergang mit einem Bewohner, der auf den Rollstuhl angewiesen ist, oder das Anschauen eines Fotoalbums oder Ich-Buches. Oder sie sieht einfach nur, dass jemand eine neue Frisur, ein neues Oberteil oder frisch lackierte Fingernägel hat – und spricht die Bewohner darauf an. Denn „es geht doch für alle darum, wahrgenommen zu werden“, betont die 67-Jährige und hört aufmerksam zu, als Auguste von ihrem geliebten Wasserbüffel im Zoo erzählt. ▶



Sie fragt Carola und Heini, was sie sich beim Einkaufsausflug gekauft haben und weiß, dass Franz einen bestimmten Platz auf dem Sofa braucht. Sie respektiert das ebenso wie die Tatsache, dass nicht alle Bewohner sie gleich gerne mögen. „Die Leute hier sagen es mir ehrlich und brühwarm ins Gesicht“, lacht Agnes Zeller, „und damit weiß ich, woran ich bin. Das findet man sonst nicht“.

Die 67-Jährige ist stets offen für alles, wenn sie zu ihrem wöchentlichen Besuch im Eulenweg eintrifft. Manchmal geht Agnes Zeller dann schon nach einer Stunde wieder, manchmal bleibt sie auch bis in den Abend hinein. Eben so, wie es für die Bewohner am besten passt.

Die ausgebildete Hospizhelferin unterstützt die Gruppe auch bei der Sterbebegleitung. „Sie ist nachts bis zum Schluss geblieben, als ein Bewohner im Sterben lag“, sagt Jessica Weiß. Später stand

Agnes Zeller der Heilerziehungspflegehelferin, ihren Kollegen und den Bewohnern für Gespräche zur Verfügung. Nach dem Tod ihres Ehemanns wollte die Rentnerin „noch a bisserl was Vernünftiges“ machen und ließ sich zur Hospizhelferin ausbilden. Von ihren Besuchen im Eulenweg kommt Agnes Zeller immer „sehr zufrieden“ nach Hause. Weil sie die Atmosphäre im Haus liebt, weil die Bewohner sich über ihren Besuch freuen und weil die Betreuer sie immer zu allen Festen einladen. Vor allem aber, weil sie von den Bewohnern „viel lernen“ kann. Zum Beispiel davon „wie diese mit ihren Handicaps umgehen und immer wieder Lösungen finden...“

*Daniela Hollrotter*



### Christkindlmarkt

am 30. November 2019  
von 14 bis 17 Uhr im Eulenweg

## Helfen Sie mit!

Es gibt viele Möglichkeiten, wie Sie die Arbeit der Lebenshilfe Landsberg unterstützen können. Wir würden uns sehr freuen, wenn eine davon für Sie in Frage kommt:

- Sie werden **Mitglied** unseres Vereins  
Eine Beitrittserklärung zum Ausfüllen finden Sie im Internet unter [www.lebenshilfe-landsberg.de](http://www.lebenshilfe-landsberg.de) oder Sie fordern sie an unter Telefon 08191 9491-11. Sie können die Beitrittserklärung auch gerne persönlich abholen bzw. ausfüllen im Eulenweg 11, 86899 Landsberg.
- Sie lassen uns eine **Spende** zukommen: Lebenshilfe Landsberg GmbH  
IBAN: DE06 7005 2060 0000 0010 16, BIC: BYLADEM1LLD  
Auf Wunsch erhalten Sie eine Zuwendungsbescheinigung
- Sie bestellen bei vielen Online-Firmen über das Portal „**Bildungsspende**“ ([www.bildungsspende.de](http://www.bildungsspende.de) oder [amazon smile](http://amazon.smile) ([www.smile.amazon.de](http://www.smile.amazon.de)) oder kaufen regional ein ([www.buerger-vermoegen-viel.de](http://www.buerger-vermoegen-viel.de)) und wählen jeweils die Lebenshilfe Landsberg zur Unterstützung aus. Die Spende zahlt dabei die anbietende Firma.
- Sie unterstützen unsere Arbeit **ehrenamtlich**. Nähere Informationen dazu erhalten Sie im Internet unter [www.lebenshilfe-landsberg.de](http://www.lebenshilfe-landsberg.de), per E-Mail: [info@lebenshilfe-landsberg.de](mailto:info@lebenshilfe-landsberg.de) oder telefonisch unter 08191 9491-11.

**Vielen Dank für ihre Unterstützung!**

## Spaß & Tipps beim 1. Gesundheitstag



Barbara Sodan, Nico Scheibenbogen (von links) und Wolfgang Claus (rechts) von der KKH präsentieren Sandra Sager (Mitte) und Isolde Welzmilller das Easy-Torque-Gerät, mit dem Bauch- und Rückenmuskulatur gemessen werden.

Body-Mass-Index und Blutzucker, Blutdruck und Rücken- sowie Bauchmuskulatur: Mehr als zwei Dutzend Mitarbeiter nutzten beim 1. Gesundheitstag der Lebenshilfe Landsberg die Möglichkeit, sich kostenlos auf Herz und Muskeln prüfen zu lassen. Im Anschluss gab es individuelle und auf die Ergebnisse abgestimmte Fitness- und Gesundheitstipps sowie einen allgemeinen Impulsvortrag zum Thema Bewegung. Sandra Sager und Isolde Welzmilller vom Betrieblichen Gesundheitsmanagement der Lebenshilfe Landsberg hatten gemeinsam mit der Kaufmännischen Krankenkasse (KKH)

einen ganzen Tag Station im Eulenweg und in der Heilpädagogischen Tagesstätte 1 gemacht. Die Teilnehmer am Gesundheitstag waren durchwegs angetan von der Aktion. Demnächst soll es gemeinsam mit der KKH noch Angebote zur Rückenschulung und zum Faszientraining geben, das BGM bietet außerdem in eigener Regie eine Laufgruppe an und möchte Betriebsport und Lachyoga auf die Beine stellen.

*Daniela Hollrotter*

## Lebenshilfe und SAM beim Inklusionstag



Der Stand von Lebenshilfe und SAM beim Inklusionstag.

Zur „Begegnung im öffentlichen Raum“ hatte an einem strahlenden Junisamstag das Landratsamt Landsberg eingeladen. Bei dem Inklusionstag standen die Bereiche Gesundheit, Selbsthilfe und Unterstützung im Mittelpunkt. Am Hauptplatz der Lechstadt präsentierte sich dabei auch die Lebenshilfe Landsberg mit all ihren Bereichen sowie das Projekt SAM mit jeweils einem eigenen Stand. Für die passende Musik sorgten die Trommler der Samba-gruppe „El Pituco“ aus den IWL-Werkstätten. Der Besucherandrang hielt sich zwar in Grenzen, dafür ergaben sich angeregte Gespräche mit den Interessenten am Stand

und die Kleinen freuten sich über Luftballons und Gummibärchen aus der Lebenshilfe-Trommel.

*Daniela Hollrotter*



## Sommerfeste



### Kinderhaus „Zur Arche“

Mandala legen, eine Fühlstation mit Materialien aus der Natur, Riesenseifenblasen, einen selbst gefunden Holzstab mit Wolle umwickeln, Sackhüpfen mit den Eltern, Rutschen auf einem Wellblechdach, Picknicken, Singen und vieles mehr waren beim Sommerfest des Kinderhauses „Zur Arche“ auf der Wiese neben den Wildschweinen im Wildpark Landsberg geboten.

*Dagmar Edelmann-Winkler*

### Kinderkrippe

Ein herrliches Maifest feierten die Kleinen der Kinderkrippe mit Eltern, Geschwistern und Mitarbeitern. Die Jungen und Mädchen freuten sich über den bunten Maibaum und sangen das bayerische Lied vom „Gickerl, Gockerl“. Danach eroberten sie die Spielstationen und ließen sich schminken. Das Krippenteam, das ganz in Tracht erschienen war, sorgte für Spiel, Spaß und ein blumengeschmücktes Ambiente, die Eltern hatten ein herrliches Buffet vorbereitet.

*Miriam Frahn-Heckelmann*

### HPT 1

Nageln, Melken, Körner picken, ein Schubkarrenhindernissenrennen und ein Gummistiefel-Parcours: Beim diesjährigen Sommerfest in der Heilpädagogischen Tagesstätte 1 der Lebenshilfe Landsberg hatten die Kleinen allerhand zu tun. Dazwischen vergnügten sie sich mit Riesenseifenblasen oder an der Buttonmaschine. Zusammen mit Eltern, Großeltern und Geschwistern ließen sie sich Popcorn, Gegrilltes, Salate und Kuchen schmecken oder fanden die eine oder andere Rarität beim kleinen Flohmarkt. Die männlichen Mitarbeiter der HPT 1 hatten das Fest mit einem zünftigen „Bankerltanz“ eröffnet.

*Daniela Hollrotter*

### HPT 2

Trotz schlechten Wetters war das Maifest der Heilpädagogischen Tagesstätte 2 wieder gut besucht. Draußen wurde der Maibaum mit den Gruppenschildern aufgestellt, im Haus gab es viele Spiele wie Make'n'Break XXL, Dosenwerfen, Murrel-Mikado XXL und

das Hämmer-Spiel. Weißwurst mit Breze bzw. Kaffee und Kuchen rundeten den Tag ab und machten ihn zu einem gemütlichen und abwechslungsreichen Erlebnis für Jung und Alt. *Kathrin Bendel*

### Wohnheim

Beim Sommerfest der Wohnheime am Eulenweg erfreute eine bunte Mischung aus Ständen die Besucher. So konnte am Stand „Dosenwerfen“ die Geschicklichkeit getestet werden. Beim besonders beliebten Tattoo-Stand wurde geschminkt und wer wollte, konnte ein wieder ablösbares Tattoo mit einem vorgeführten Tänzchen gewinnen. Das ganze Gelände war farbenfroh mit zahlreichen Luftballonen und Girlanden geschmückt, was zu einer sehr fröhlichen und ausgelassenen Stimmung beitrug. Es gab eine südlich anmutende Cocktailbar, einen häufig besuchten Eisstand und nicht zuletzt den Grill mit dem großen Salatbuffet.

*Liane Loder-Ostler*



© Fotos: Dagmar Edelmann-Winkler



© Fotos: Miriam Frahn-Heckelmann



© Foto: Lea Hollrotter



© Foto: Kathrin Bendel



© Fotos: Dagmar Sondergeld



## Spendenauf Ein Bauwagen für die Waldkinder

Den ganzen Tag im Wald verbringen ist herrlich – doch bei schlechtem Wetter und eisiger Kälte sind auch die Buben und Mädchen des Waldkindergartens froh, wenn sie einen warmen und trockenen Unterschlupf nutzen können. Aus der Anfangszeit vor 15 Jahren gab es dafür einen mit viel Liebe verschönerten, gebrauchten Bauwagen. Doch der musste nun ersetzt werden, zu sehr hatte der Zahn der Zeit an ihm genagt. Team und Eltern recherchierten, zeich-

neten und planten über einen längeren Zeitraum, bis im Frühjahr 2018 ein passender Ersatz Einzug hielt, den die Kinder schnell eroberten. Gemeinsam mit den Eltern brachte die Lebenshilfe noch eine Photovoltaik-Anlage an sowie eine größere Treppe mit „Terrasse“, deren Unterbau als abschließbarer Lagerort dient. Die Kosten für das neue Waldkinder-Domizil waren mit weit über 50.000 Euro jedoch nicht unerheblich, sodass die Kinder noch auf Spender hoffen, um den Bauwagen abzahlen zu können.

*Ansprechpartnerin:* Kerstin Riedel, Waldkindergarten in Kaufering oder Lebenshilfe Landsberg gGmbH, Eulenweg 11, Telefon 08191/9491-11.

*dh*



## Neue Kontakte knüpfen beim Postdienst



Die meisten Stadtbusfahrer kennen ihn: jeden Montag, Mittwoch und Freitag ist Hans Strobl mit seiner Rolltasche in Landsberg unterwegs, um die Post von der Geschäftsstelle der Lebenshilfe Landsberg zu den Außenstellen zu bringen. Seit gut zwei Jahren arbeitet der Bewohner von Haus 9 am Eulenberg als Bote und kommt dabei immer wieder mit Menschen ins Gespräch.

Kurz vor acht Uhr leert Hans Strobl die Postfächer in der Geschäftsstelle. Er steckt Briefe in drei Stofftaschen, die die Namen der Einrichtungen tragen: Heilpädagogische Tagesstätte (HPT) 1, HPT 2, Krippe. Mit einem „bis später“ verabschiedet er sich von den Mitarbeitern und zieht los zur Bushaltestelle in der Münchener Straße.

An „Posttagen“ steht der 69-Jährige schon um 6.30 Uhr auf. Denn er braucht Zeit, um in Ruhe zu frühstücken und die Zeitung zu lesen. Er lebt seit 18 Jahren in einer Wohngruppe der Lebenshilfe und arbeitete 14 Jahre lang in den IWL-Werkstätten. Bei einem früheren Arbeitgeber hat er auch die Führerscheine der Klassen 2 und 3 erworben. Nun ist er Rentner. Trotzdem sagte Hans Strobl spontan zu, als ihm der Postdienst angetragen wurde. „Weil es Spaß macht“ und weil er eine Jahreskarte für den Bus bekommt, die ihm jederzeit Fahrten in der Stadt ermöglicht.

Seine erste Station beim Postdienst ist der Bahnhof. Von dort zieht Hans Strobl seine Rolltasche bis zur Kinderkrippe in der

Bischof-Riegg-Straße, in der die Kleinen gerade ihre Morgenkreislieder singen. Heute strahlt die Sonne vom Himmel, aber auch Regen und Kälte schrecken Hans Strobl nicht: „Man muss sich halt gscheid anziehen“, sagt er. Wichtig ist ihm, dass er genügend zu Trinken dabei hat. „Damit der Kreislauf nicht zusammenbricht“ sagt er und nimmt einen großen Schluck Tee aus der Thermoskanne. Wieder im Bahnhof setzt sich Hans Strobl zu einem Bekannten und kommt sofort mit zwei Reisenden ins Gespräch. Es geht um den Abbau der Bahnschalter und die zunehmende Automatisierung. Auch innerhalb der Lebenshilfe, freut sich Hans Strobl, lernt er durch den Postdienst viele neue Bereiche und Menschen kennen. Auf seinem Weg grüßt der Rentner fast alle Menschen und wird zumeist zurückgegrüßt.

Mit der Linie 3 fährt Strobl in die Hopfengartenstraße, wo er in der HPT 1 freundlich begrüßt und mit Post ausgestattet wird. „Damit hab ich jetzt nicht gerechnet“, freut er sich zurück im Bus und zeigt ein Päckchen Schokolade. Normalerweise bekommt er „an Ostern und Weihnachten“ kleine Geschenke.

Der 3er bringt ihn zum Bahnhof, wird zum 5er und liefert ihn in der Saarburgstraße nahe der HPT 2 ab. Zu Beginn, erzählt Hans Strobl, fuhr ein Betreuer mit ihm die Einrichtungen ab. Mittlerweile hat er sich selbst die beste Tour zusammengestellt und weiß bestens Bescheid, welche



© Foto: Daniela Hollrotter



© Foto: Daniela Hollrotter

Hans Strobl ist dreimal pro Woche mit der Post der Lebenshilfe per Bus in Landsberg unterwegs. Letzte Station der Tour ist die Heilpädagogische Tagesstätte 2.

Geschäfte zu- und neu aufgemacht haben. In der HPT 2 bekommt Hans Strobl Post überreicht und wird mit einem freundlichen „bis Montag“ verabschiedet. Dann geht es über den Bahnhof zurück zum Eulenberg. Der 69-Jährige will pünktlich im Wohnheim sein, weil er mittags meist beim Kochen hilft. Außerdem braucht er Zeit für Spaziergänge, Fernsehen oder seine Modelleisenbahn. Seinen Drei-Tage-Job aber macht er gerne und will ihn auch nicht aufgeben – „solange die Gesundheit es erlaubt“.

Daniela Hollrotter

## Jubilare



Wir gratulieren zur langjährigen Betriebszugehörigkeit

### 30 Jahre

Nicole Papudis (Wohnheim)

### 20 Jahre

Sabine Dobbertin-Pott (HT2)  
Martina Giesler (Arche)  
Gabriele Heider (HT2)  
Sabine Oberhäußer (Wohnheim)  
Regina Peter (Arche)  
Joanna Stangl (Wohnheim)  
Carmen Swaelens  
(Ambulant betreutes Wohnen)  
Karen Tillmann (Wohnheim)

### 10 Jahre

Susanne Bartl (Wohnheim)  
Ruth Ermisch (HT1)  
Benjamin Feike (Betriebsrat)  
Claudia Fischer (HT1)  
Susanne Heimerl (Wohnheim)  
Franziska Herbst (Therapeuten)  
Iris Ingeborg Hirschhorn  
(Ambulant betreutes Wohnen)  
Olena Ionova (HT2)  
Sabine Jocher (Arche)  
Michael Kürstner (Wohnheim)  
Angelika Kustermann (Wohnheim)  
Sybille Neubauer (Wohnheim)  
Franziska Schäfer (Krippe)  
Robert Storch (Wohnheim)  
Marina Theinschnack (Wohnheim)  
Michael Thierauf (HT2)  
Holger Wöhrle (Wohnheim)  
Andrea Zaindl (Verwaltung)

## Gemeinsam hoch hinaus – jetzt wird gebouldert

Im Winter haben wir bereits von unserer phantastischen Errungenschaft berichtet: Die Heilpädagogische Tagesstätte 2 für Kinder im Schulalter besitzt jetzt einen Boulderblock für therapeutische und pädagogische Angebote und natürlich auch für jede Menge Spaß im Freizeitbereich. Anders als bei einem herkömmlichen Klettergerüst können wir dieses Gerät durch regelmäßiges „Umschrauben“ interessant halten und an die Bedürfnisse unserer Kinder und Jugendlichen anpassen.

Fast zwei Monate stand der Boulderblock auf dem Gelände. Die Jungen und Mädchen beäugten ihn, sprachen darüber, wunderten sich, fragten, aber nichts geschah. Das Wetter machte es schlicht unmöglich, die ersten Griffe zu montieren und das lang ersehnte Gerät in Betrieb zu nehmen. Dann war es endlich soweit: Die Griffe waren montiert und gemeinsam mit allen Kindern und Jugendlichen weihte die Leiterin der Tagesstätte, Sabine Pott, den Block ein und es durfte drauflos geklettert werden. Inzwischen haben wir die Routen schon einmal verändert und der nächste Umbau ist geplant. Dies macht zugegebenermaßen nicht nur den Kindern Spaß. Für alle, die sich fragen, was die HPT 2 – außer „nur zu bouldern“ jetzt tatsächlich mit dem Block macht: Beim Maifest testeten ganze Familien ihr Gedächtnis und lösten ein Memory. Dazu mussten sie sich merken, auf welchen



Feierliche Einweihung unseres Boulderblocks mit Sabine Pott.



Fotos: Kerstin Bremer

Die ersten Kletterversuche, obwohl das Wetter noch nicht richtig mitspielt.

Griffen welche Tierfiguren standen und diese, nachdem sie vom Spielleiter abgenommen wurden, wieder richtig platzieren. Ganz schön knifflig und sehr Spaßig. Noch mehr Spaß machte es einigen, auszuwürfeln, mit welchem Körperteil sie welchen Griff erreichen müssen. Also mit dem rechten Ohr an Griff Nummer 10, mit dem Knie an Griff Nummer 2 und so weiter. Diese und andere kleine Kletterspiele hat auch eine kleine Gruppe von Kindern ausprobiert. Und das Wichtigste an allen diesen Spielen: Gemeinsam geht es immer besser. Übrigens: Wer sich von der Seite [www.bildungsspende.de/hpt2-lebenshilfe-landsberg](http://www.bildungsspende.de/hpt2-lebenshilfe-landsberg) aus auf einen von vielen Online-Shops weiterleiten lässt, sammelt Spenden für die Finanzierung unseres Projektes, ohne selbst einen Cent mehr auszugeben...

Kerstin Bremer



Foto: Kerstin Bremer

## Ein Wochenende mit der ganzen Familie

Die Heilpädagogische Tagesstätte 2 besuchen die Kinder und Jugendlichen jeden Tag nach der Schule und an einigen Ferientagen – natürlich alleine. Ihre Eltern und vielleicht auch einmal Geschwister kommen zu Gesprächen und zu Festen. Und einmal im Jahr gibt es etwas ganz Besonderes: Einige Kinder fahren gemeinsam mit ihren Familien und den Betreuern in einem großen Bus über das Wochenende weg. Als die Familien dieses Jahr mit ihren Taschen und Koffern auf das Gelände kamen, räumten die Mitarbeiter schon allerlei Dinge in den Bus, hatten Gurken und Salat für das Mittagessen geschnitten, eingekauft und Kaffee gekocht. Diesmal ging die Reise nach Blaubeuren. Von der Jugendherberge aus wanderten alle gemeinsam (die kleinsten Teilnehmer wurden von den größeren teilweise in einem Bollerwagen gezogen) am Lauf der Blau entlang. Gerade in der heißen Sommersonne war dieser Weg mit den schattigen Bäumen und dem nahen Fluss sehr angenehm. Auf halber Strecke erwartete die Wanderer ein Picknick mit Burgern, die man

selbst belegen konnte. Diese schmeckten mit den Füßen im Wasser oder mit Blick auf die schöne Landschaft besonders gut. Das Highlight der Wanderung kam zum Schluss: Mitten in der Stadt Blaubeuren liegt der sogenannte Blautopf, dessen Wasser eine sehr spannende Färbung hat. Abends gönnten sich viele Familien einen langen Spieleabend, an dem gegenseitig die Lieblingsspiele vorgestellt und natürlich ausprobiert wurden. Und nach einer kleinen Nachtwanderung mit Geschichte war dieser spannende Tag zu Ende.

Am nächsten Tag war einiger Mut gefragt: Die Gruppe besichtigte eine Höhle, in die es ziemlich tief hinab ging. Recht fröhlich, teilweise sicherlich auch erleichtert, trafen sich anschließend alle Familien und Betreuer zu einer gemeinsamen Brotzeit, bevor es wieder zurück nach Landsberg ging. Die Mitarbeiter der Tagesstätte freuten sich über die Abenteuerlust der Familien und auf das nächste Jahr, wenn wieder ein großer Bus vor der Tagesstätte wartet.

Kerstin Bremer



## Musik vereint im Kinderhaus „Zur Arche“



© Foto: Dagmar Edelmann-Winkler

„Hallo, hallo – Ich will Euch begrüßen“ – mit diesem Lied hießen die Jungen und Mädchen aus dem Kinderhaus „Zur Arche“ beim Aktionstag Musik ihre Gäste aus den Wohnheimen willkommen. Bei herrlichem Sommerwetter sangen die Kinder mit großer Begeisterung „Hoch am Himmel, tief auf der Erde“ und „Aramsamsam“. Kindergartenleiterin Nicole Schrepf hatte die Lieder zu dem Aktionstag, der bayernweit begangen wird, anmoderiert. Die Gäste sangen und machten bei den Bewegungen zu den Liedern fleißig mit. Am Ende applaudierten sie kräftig.

*Dagmar Edelmann-Winkler*



© Foto: Dagmar Edelmann-Winkler

## Die „Arche“ im Landsknechtslager

Einmal Schwert und Pike in der Hand halten und Landsberg bewachen – der Traum vieler Kinder. Die Buben und Mädchen des Kinderhauses „Zur Arche“ besuchten im Rahmen des Ruethenfestes in Landsberg das Landsknechtslager. Landsknechte sind deutsche Söldner, die zu Fuß mit der Pike bewaffnet am Platz vor dem Sandauer Tor ihr Lager aufschlugen. Als Verteidiger der Stadt sind die Landsknechte auf

## Realschüler und Lehrer laufen für SAM



© Foto: Daniela Hollrotter

Äußerst sportlich und sozial sind die Schüler und Lehrer der Johann-Winklhofer-Realschule: Beim diesjährigen Spendenlauf sammelten sie die unglaubliche Summe von 18.300 Euro. Die meisten Spenden erlief sich die Klasse 7e, der aktivste Läufer unter den Lehrern war Matthias Mayer (links) mit elf Kilometern, die er mit je 100 Euro vergoldete. Organisatorin Daniela Zettl (2. von links) übergab das Geld bei der Schülervollversammlung je zur Hälfte an Plant for the planet und an das Projekt SAM, das Lebenshilfe-Geschäftsführer Christoph Lauer (Mitte) vorstellte. Dabei helfen ehrenamtliche Paten wie Franz Bierschneider, um Familien, zu denen Kinder mit schwerer Behinderung gehören, ein wenig zu entlasten. Bierschneider erzählte dabei von seinen Ausflügen mit einem „tollen jungen Mann mit Down-Syndrom“.

*Daniela Hollrotter*

ständiger Wacht vor der Schwedischen Meute oder den plündernden Horden der Panduren. Die Kinder bewachten das Tor, spielten Kugelspiele mit Seil oder Brett, übten fleißig mit Schwert und Pike oder gar mit der Armbrust. Erschöpft ruhten sie dann auf dem Stroh im Schlafzelt. Ein Lagerfeuer, Essen und Trinken am „Langen Tisch“ krönten den Besuch.

*Dagmar Edelmann-Winkler*

## Neuer Fotokalender erhältlich!



© Foto: Daniela Hollrotter

Die besten Fotos gelingen mit Huhn Olga. Wie ein Profi blickt sie direkt in die Kamera, während Sebastian sein Gesicht an sie schmiegt. Der 20-Jährige und seine Henne sind eines von 13 tierisch-menschlichen Fotomodel-Paaren, die Saskia Pavek im Sommer mit ihrer Nikon eingefangen hat – für den neuen Kalender der Lebenshilfe Landsberg, der ab sofort in der Geschäftsstelle im Eulenweg 11, Telefon 08191-9491-0, erhältlich ist. Das große Fotoshooting im elterlichen Hof geht schnell über die Bühne. Zwei Assistentinnen und Projekt-Koordinatorin Nina Klusmeier halten den Stoff-Hintergrund mit dem hellen Zimmer, eine weitere kümmert sich um die Beleuchtung. Saskia Pavek fotografiert und rückt, höchst einfühlsam, ihre Models ins richtige Licht. Nach 15 Minuten und drei verschiedenen Hühnermodels ist alles im Kasten. „Für mich passt es“, sagt Pavek und Sebastian meint: „Es war nur ein bisschen anstrengend“. Auch die Assistentinnen Inka und Judith hatten Spaß an ihrer Aufgabe und ihrem eigenen Fotoshooting: Inka mit dem „schönsten Hund Europas“ namens Hinnerk und Judith mit ihrem Haflinger-Mix „Wiggerl“, den sie zum 19. Geburtstag bekommen hat. Saskia Pavek fing bei dem von der Aktion Mensch geförderten Projekt perfekt die Beziehung zwischen Zwei- und Vierbeiner ein: Die Fotos zeigen kleine und große Menschen in meist inniger Zwiesprache mit Hunden, Pferden, Eseln, Katzen, Meerschweinchen, Schildkröten, Schafen und eben mit Huhn Olga. Ein Bild aus dem Kalender finden Sie auf Seite 33.

*Daniela Hollrotter*

## Hilti Azubis spenden für Kinder

Im Team erfolgreich und mit dem Herz am rechten Fleck – die Juniorenfirma von Hilti in Kaufering spendete stolze 1.500 Euro, mit dem ein Wasserbett mit integrierten Klangboxen für die Heilpädagogische Tagesstätte 1 (HPT 1) der Lebenshilfe Landsberg mit finanziert wird. Die etwa 30 Auszubildenden aus dem zweiten Lehrjahr hatten über ihre „Firma in der Firma“ so erfolgreich Produkte, Dienstleistungen und Handelswaren an Hilti Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verkauft, dass sie damit den Kindern aus der HPT 1 helfen konnten. Ulrike Stamm, Leiterin der HPT (hinten, 2. von rechts), freute sich sehr über die Spende, führte die Abordnung der Juniorenfirma durch das Haus und beantwortete die vielen interessierten Fragen.



© Foto: Daniela Hollrotter

*Daniela Hollrotter*

# Von Leuchttürmen und Narrativen

## Trauma-Fortbildung in der Heilpädagogischen Tagesstätte 1

Ein Trauma ist eine Geschichte, die nicht weiß, dass sie Geschichte ist. Wie der Hammer auf einen Spiegel saust das traumatische Erlebnis auf das Leben eines Kindes herunter und hinterlässt tausende von Scherben. Diese lassen sich nicht mehr zu einer Geschichte zusammenfügen, die damit abgeschlossen werden kann. Sie können aber jede für sich erneut das traumatische Gefühl wieder auslösen. Wie traumatisierte Kinder unterstützt werden können, zeigte der Psychotherapeut Simon Finkeldei vom Traumahilfzentrum in München dem 40-köpfigen Team der Heilpädagogischen Tagesstätte 1 bei einer zweitägigen Fortbildung.

Die Spiegelscherben können Gerüche, Geräusche, Bilder, aber auch Körperhaltungen sein, erklärte Finkeldei. Sie wirken als „Trigger“, also Auslöser, und schicken das traumatisierte Kind „per Expressfahrstuhl“ in das so genannte „Reptiliengehirn“. Dieses Gebiet in unserem Gehirn stammt noch aus den Urzeiten der Menschheit und reagiert reflexartig. Als Überlebensstrategien kennt es nur Kampf, Flucht oder sich „totstellen“, also erstarren.

Auf die in höheren Gehirnregionen angesiedelten Fähigkeiten, zu lernen und sich selbst zu steuern, also mit seinen Gefühlen umzugehen, kann in diesem Moment nicht zurückgegriffen werden. Deshalb ist das so ausgelöste, „getriggerte“ Verhalten kein Fehlverhalten, sondern ein nicht steuerbarer Kontrollverlust, betonte Finkeldei. Eine Hilfe

zur Verringerung des entstandenen Stresses kann nur auf derselben Ebene erfolgen, auf der sich auch das Kind befindet.

Um „Ausrastern“ vorzubeugen, sollten Frühwarnzeichen erkannt werden – beim Kind, aber auch bei den pädagogischen Fachleuten. Das können körperliche Anzeichen (z. B. Herzklopfen), Gedanken-, Gefühls- und Verhaltensanzeichen sein. Wenn Erwachsene merken, dass sie Gefahr laufen, in tiefere Gehirnregionen abzurutschen, können sie rechtzeitig möglichst zuvor trainierte Übungen zum Abbau von Stress anwenden. So durchbrechen sie den Kreislauf von angstvollen und angstausslösenden Interaktionen und wirken selbst als Vorbild für die Regulation von Gefühlen.

Mit feinfühligem Bezugspersonen, so Finkeldei, kann sich das so genannte Stresstoleranzfenster, also der Bereich an Stress, mit dem das Kind noch gut umgehen kann, erweitern. Wird der Stress zu groß, kommen die Kinder in Übererregung (Hyperarousal) und reagieren mit Kampf oder Flucht. Das bedeutet, sie werden zum Beispiel beleidigend oder körperlich übergriffig oder laufen weg. Führt dies nicht zum Erfolg, rutschen sie in die Untererregung, resignieren und „stellen sich tot“, also erstarren. Außerhalb des jeweiligen Stresstoleranzfensters ist kein Lernen möglich, betonte der Traumaexperte. Deshalb sei es oft besser, Konflikte zu vertagen, statt sie im Zustand der Übererregung



© Foto: Daniela Hollrotter

Traumaexperte Simon Finkeldei hielt eine zweitägige Fortbildung in der HPT 1

das Kind immer wieder heimsucht. Dann kann gemeinsam überlegt werden, wie das Wutmonster in Schach gehalten wird.

auszutragen. Dies sollte den Kindern jedoch auch mitgeteilt werden: „Du weißt, dass das jetzt nicht gut ist und ich weiß es auch, aber das klären wir später, im Moment habe ich Dich zu lieb, um zu kämpfen.“ Wenn die Gefühle zu übermächtig werden, könne man auch versuchen, die Kinder ins Denken zu bekommen, indem sie etwa eine Tierreihe aufsagen oder drei Sachen, die sie hören, benennen müssen. Denn: Denken und Fühlen gleichzeitig geht nicht, so Finkeldei. Typische Folge eines Traumas ist das Wiedererleben der traumatischen Situation, entweder indem das Kind diese in Gedanken erneut erlebt oder auch dadurch, dass das Kind selbst die Situation reinszeniert, also zum Beispiel neue Bezugspersonen durch sein Verhalten dazu bringt, genauso zu reagieren wie die Personen, die ihm Schlimmes angetan haben. Oder es vermeidet alles, was an das Trauma erinnern könnte und spielt den Clown oder es ist überangepasst und versucht nur immer, alles richtig zu machen. Dazu gibt es traumatisierte Kinder, die nicht mehr zur Ruhe kommen, sondern ständig in Daueralarmbereitschaft leben. Wichtig sei es jeweils, den Stress zu verringern, so der Referent.

Bei kleinen Kindern hilft es oft, wenn Gefühle und Gedanken externalisiert, also vom Kind abgelöst und als eigenständige Dinge behandelt werden. So ist nicht das Kind wütend, sondern es gibt ein Wutmonster, das

Hilfreich sind zudem Erfahrungen, bei denen die Kinder erleben, dass sie selbst etwas bewirken können. Diese wirken der Hilflosigkeit entgegen, die die Kinder im Trauma erlebt haben. Außerdem ist es wichtig, Gegengewichte zu schaffen. Dazu gehört zum Beispiel, jeden Tag eine Sache zu finden, die toll war und sie in einer Gute-Nachrichten-Zeitung in Bild oder Wort festzuhalten. Oder eigene Stärken zu entdecken und sie durch die Zuordnung zu Körperteilen „spürbar“ zu machen. Oder so genannte „sichere Orte“ für den Rückzug (in der Vorstellung oder als selbst gebaute Höhle) und Anker zum Festhalten (Tierfiguren, bemalte Steine) zu schaffen. Sicherheit vermitteln Rituale und klare Grenzen und Strukturen. Außerdem, betonte der Referent, brauchen Kinder bei traumatischen Erfahrungen Erwachsene als stabile „Leuchttürme“, an denen sie sich orientieren können und die ihnen Sicherheit und Halt geben.

Eine heilsame Wirkung haben auch Erzählungen, Narrative genannt. Dabei erleben Helden, mit denen sich die Kinder gut identifizieren können, erfolgreiche Abenteuer oder entwickeln sich weiter. Die Geschichten werden dabei so mit Details ausgeschmückt, dass sie möglichst viele Sinne ansprechen und damit ein neuronales Netzwerk im Gehirn aufbauen. Weil das Gehirn keine Zeit kennt, wirken diese Geschichten heilsam im hier und jetzt, so Finkeldei.

Daniela Hollrotter



# „Villa Kunterbunt“ erkundet die Umwelt

© Fotos: Pia Glenzer und Sabine Franz

„Villa Kunterbunt“ nennt sich eine der neun Gruppen in der Heilpädagogischen Tagesstätte 1 in Landsberg. Da unsere acht „Villa-Kinder“ und wir viel Spaß an gemeinsamen Unternehmungen haben, planten wir zum Abschluss des vergangenen Kindergartenjahres eine abwechslungsreiche „Umweltwoche“.

Wir verbrachten jeweils einen Tag im Landsberger Wildpark, meisterten den Naturlehrpfad in Denklingen und tobten uns auf einem Abenteuerspielplatz in Landsberg aus. Das Highlight für die Kinder war eine Zugfahrt nach Buchloe und zum Abschluss der Woche erkundeten wir die Stadt Landsberg genauer.

Wir genossen den Freiraum sehr. Die Kinder beobachteten die Natur, retteten Schnecken und warfen Steine in den Lech. Sie umarmten Baumriesen, balancierten über Baumstämme und bauten Lager aus Totholz. Das Kräfteressen durfte natürlich auch nicht fehlen. Beim Tannenzapfenweitwurf und Tierweitsprung gab jeder sein Bestes.

Auf dem Spielplatz drehten die Kinder solange am Wasserrad, bis eine große Matschpfütze entstanden war, in die alle supermutig hinein sprangen. Auf unserer Landsbergrunde wurden wir überraschend in das Lager der „Landsknechte“ eingeladen, die sich auf die abendliche Eröffnung des Ruethen-



Wir haben ein ausgedientes Vogelnest gefunden! Waren am Naturlehrpfad in Denklingen und in der Pfarrkirche.

festes vorbereitet. Begeistert betrachteten die Kinder die Zelte, Waffen und das Lagerfeuer. Nach einer Erkundigung der Stadtmauer erklimmen wir noch den Turm des Bayertors und besichtigten mucksmäuschenstill die Pfarrkirche „Maria Himmelfahrt“.

Es war eine ereignisreiche und spannende Woche, in der wir täglich durchschnittlich neun bis zehn Kilometer zu Fuß zurücklegten. Wir teilten Brotzeiten und die Kinder halfen sich beim Bauen, Schleppen und Klettern. Wir sahen stolzes und glückliches Lächeln in den Gesichtern der Kinder. Es war eine bereichernde Woche für uns Erwachsene, weil wir die Kinder unterwegs so offen, hilfsbereit, staunend und auch andächtig erlebten.

*Sabine Franz*