

Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen e.V.
Neustadt 7, 37073 Göttingen
Tel.: 0551-547330
Fax: 0551 - 5473315
e-mail: info@shk-goe.de
Internet: www.shk-goe.de



Rundbrief 2/20



Ab sofort und auf unbestimmte Zeit:
Die Selbsthilfe Körperbehinderter setzt
wegen Corona
alle Vereinsaktivitäten aus!

Und bitte nicht vergessen: Bei Corona-Verdacht nicht in die Hausarztpraxis, sondern dort anrufen und weiteres Vorgehen klären! So verhindert Ihr Ansteckungen!

Einkaufshilfe bei Quarantäne nötig? (auch mit Entlastungsbetrag der Pflegekasse zu verrechnen) <https://www.einkaufsservice-goettingen.de/>

Auf ein Wort:

*Es verdichten sich die Hinweise, dass auch in unserer Region die Ausbreitung des Corona-Virus Covid-19 nicht länger ignoriert werden kann. Viele von uns arbeiten mit oder sind selbst Teil der definierten Risikogruppe, die z.B. Rollstuhlfahrer*innen und Menschen über 60 Jahre umfasst. In Medien und Politik werden aktuell vermehrt die Überlegungen geäußert, die Notwendigkeit von Veranstaltungen zu prüfen und ggfs. diese auch abzusagen*

Die Situation ist ernst: Die Süddeutsche Zeitung hat auf Basis der derzeitigen Daten zur Ansteckung z.B. für den 5. Mai eine bundesweite Zahl von 311.808 Infizierten errechnet – analog würden wir in Stadt und Landkreis Göttingen (rund 450.000 Bewohner) ca. 1700 infizierte Menschen haben.

Daher haben sich Geschäftsführung und Vorstand entschieden, sämtliche Aktivitäten des Vereins bis auf weiteres auszusetzen – auch der Aktionstag am 5. Mai findet voraussichtlich nicht statt. Ich werde mich in den kommenden Wochen mit Alternativen zur Kontaktpflege (Internet, Telefonkonferenz etc.) auseinandersetzen und Neuigkeiten ggfs. per Rundbrief rumsenden.

Wir hoffen auf euer Verständnis. Es geht nicht darum, voreilig zu sein oder Euch zu ärgern – wir wollen einfach möglichst Euch alle noch lange unter uns haben!

Passt auf Euch auf! Viele Grüße, *Erik*

Weitere Infos zur Situation (Hygieneinfos siehe Rundbrief-Rückseite):

Stadt Göttingen: <https://www.goettingen.de/aktuelles/die-wichtigsten-fragen-und-antworten-zum-coronavirus-2020-03-09.html>

Land Niedersachsen: <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus>

Bürgertelefon von Stadt und Landkreis: 0551/7075100

Virus-Statistik: <https://www.goettinger-tageblatt.de/Die-Region/Goettingen/Coronavirus-in-Goettingen-Das-ist-die-aktuelle-Zahl-der-Infizierten>



ALLE AKTIVITÄTEN DER SELBSTHILFE KÖRPERBEHINDERTER E.V.

(FREIZEITGRUPPE, TEESTUBE, AUSFAHRTEN, IDEENWERKSTATT/LEGÖ)

WERDEN AUFGRUND DER AKTUELLEN GESUNDHEITSLAGE AUSGESETZT.

Wenn wir das aktive Vereinsleben wieder aufnehmen, werden wir Euch durch einen separaten Rundbrief darüber in Kenntnis setzen.



Kandidaturen für den Vereinsvorstand und die BSK-Delegiertenversammlung

Der Bundesverband schreibt in der Präambel seiner Wahlordnung:

„Wahlen sind wesentlicher Bestandteil einer lebendigen Demokratie. Im BSK sind die Wahlen in die Verbandsorgane kein Ritual, sondern ein zentrales Element gelebter basisorientierter Mitbestimmung“.

In diesem Sinne möchten wir Sie ermuntern, Ihre Stimme abzugeben – bei der Mitgliederversammlung der Selbsthilfe Körperbehinderter am 4. Juli 2020 (hier wird eine Position im Vorstand nachbesetzt – offizielle Einladung zur MV folgt im Frühsommer) und den Wahlen zur Delegiertenversammlung des Bundesverbands Selbsthilfe Körperbehinderter (eine Vorstellung aller Kandidaten erhalten Sie im Mai im „Leben und Weg“ – die Wahlunterlagen schickt der BSK ebenfalls im Mai)

„Unsere“ Kandidaten möchten wir Ihnen an dieser Stelle vorstellen – für eine gute Wahl!

(Elvira Kalusa, Geschäftsführung SHK)

Kandidat für die Vorstandsnachwahl Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen:

Hendrik Wagner, 35 Jahre

Die Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen hat es mir bereits während der Schulzeit und bis jetzt im Studium ermöglicht, mein Leben als Rollstuhlfahrer so weit wie möglich selbstbestimmt zu gestalten.

Auch meine Studienarbeit konnte ich im Bereich Schule und Bildung mit Bezug auf die UN-Behindertenrechtskonvention anfertigen.

Während dieser ganzen Zeit konnte und kann ich beobachten, welche Fortschritte auf dem Weg zur Inklusion schon erreicht und abzusichern und auszubauen sind.

Es wird immer Menschen geben müssen, die diese Entwicklung kritisch und konstruktiv begleiten.

Es würde mich sehr freuen, nun bei der Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen e.V. meine Erfahrungen und Fähigkeiten aktiv in die Vorstandsarbeit einbringen zu können und bitte dafür um Unterstützung.



Der Göttinger Kandidat für die Delegiertenversammlung des BSK stellt sich vor:

Name: Linus Müthing

Alter: 38 Jahre alt

Familienstand: ledig

Durch meine Körperbehinderung bin ich auf einen Rollstuhl angewiesen.

Ich habe mal Bürokaufmann gelernt und in diesem Bereich gearbeitet wie auch in der kommunalen bzw. Landes-Verwaltung. Nebenbei habe ich folgende Zusatzqualifikationen erworben:

- Empowerment -Trainer,
- Peer Counselor (ISL)
- Personal und Business Coach

und arbeite gegenwärtig beim „EUTB Netzwerk SHK Göttingen“ als Berater.

Mit meiner Mitarbeit in der Delegiertenversammlung des BSK möchte ich dazu beitragen, dass das von älteren „Mitstreiterinnen und-streitern“ bereits Erreichte erhalten bleibt und weiter geführt wird. Bei jüngeren behinderten Menschen, deren Erfahrungsschatz noch nicht so groß ist, möchte ich meinen Teil dazu beitragen, Barrieren „ abzubauen“: ganz praktisch in Form von Stufen, Bordsteinen, Treppen usw., aber vor allem im Kopf. Dabei halte ich eine Vernetzung aller Behinderter für ganz wichtig, damit man von den Erfahrungen anderer profitieren kann, sei es im Bereich der Mobilität, des Umgangs mit Ämtern, des Wohnens oder des Arbeitsumfelds.

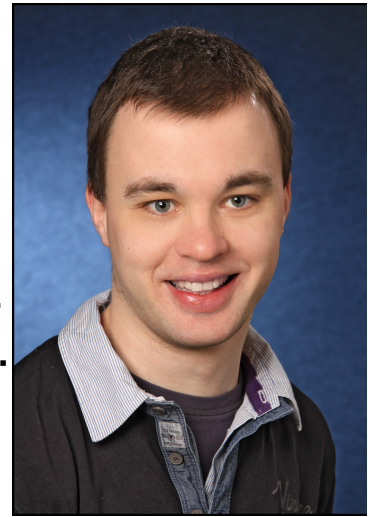
Die Arbeit aller Organisationen, egal, welche Art der Behinderung von ihnen vertreten wird, sollte meiner Meinung nach gebündelt werden, um zusammen gemeinsame Ziele zu erreichen.

Ich möchte, dass andere von meinen positiven und negativen persönlichen Erfahrungen profitieren, damit nicht jeder „das Rad neu erfinden muss“.

Mein Ziel ist, dass Inklusion im privaten sowie im beruflichen Bereich nicht nur auf dem Papier steht, sondern gelebt wird. Wichtig ist mir insbesondere die Akzeptanz der eigenen Stärken und Schwächen.

Ich habe lange von unserem Verein profitiert und bin im Endeffekt mit ihm aufgewachsen, so dass es mir natürlich erscheint, mich darin zu engagieren.

Als Mitglied des Behindertenbeirats der Stadt Göttingen habe ich erste Erfahrungen in der Gremienarbeit sammeln können. Seit 2012 bin ich zudem Mitglied im Vorstand der Selbsthilfe Körperbehinderter Göttingen e.V.. Daher ist es für mich eine logische Konsequenz, auch in der Delegiertenversammlung des BSK mitzuarbeiten. Ich würde mich freuen, diese Chance zu bekommen.



Linus Müthing

Veranstaltung „Bundesteilhabegesetz“ mit Rechtsanwältin Katja Kohler

Im Rahmen der dritten Reformstufe des Bundesteilhabegesetzes (BTHG) wurde die Eingliederungshilfe neu strukturiert. Der Vortrag ordnet Anspruch und Praxis der Neuerungen ein und gibt Tipps für Betroffene, z.B. im Umgang mit Behörden. Termin: 22.4.20, 18h. Ort: Holbornsches Haus, Rote Str. 34. Um Anmeldung wird gebeten: Gesundheitszentrum GÖ, Lange-Geismar-Str. 72, Telefon 0551/486766, Mail info@gesundheitszentrum-goe.de
(Möglicherweise entfallen Termine wg. Corona. Bitte aufmerksam bleiben!)

SozialCard- diese Ermäßigungen gibt es für Leute mit kleinen Budgets!

Wer in Göttingen Arbeitslosengeld II, Wohngeld, Sozialhilfe oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhält, findet beim Bescheid der Stadt Göttingen regelmäßig einen Anhang namens „SozialCard“. Was ist das? Die SozialCard berechtigt nicht nur zu einem ermäßigten Monatsticket bei den Verkehrsbetrieben, sondern auch zu vielen anderen Nachlässen, z.B. bis zu 40% Nachlass auf Kurse in der Volkshochschule. Eine Übersicht gibt es hier:

<https://www.goettingen.de/rathaus/service/lebenslagen/arbeit-und-beruf/sozialcard.html>



Termine Landesamt, Behindertenbeiräte Stadt und Landkreis Göttingen

Behindertenbeirat der Stadt Göttingen (jeweils um 16:30h im Neuen Rathaus):

08.06., Raum 114

Behindertenbeirat Landkreis Göttingen (wechselnde Veranstaltungsorte)

21.04. 16:00 h Bürgertreff Hann Münden, Ziegelstr. 56

Außensprechstunde des Landesamtes für Soziales, Jugend und Familie

Infos & Verlängerung des Schwerbehindertenausweises: 28.05., 9-12h und 13:30-15h, Neues Rathaus, Hiroshimaplatz1-4. Raum am Infoschalter erfragen.

(Möglicherweise entfallen Termine wg. Corona. Bitte aufmerksam bleiben!)



Interessantes aus der Presse

Der Verein „Inklusive Traum-WG“ plant ein **Wohnprojekt** und sucht dazu eine Immobilie. Das gesuchte Haus soll einen Garten haben und im Bereich des GöVB-Netzes liegen. Wohnen sollen dort vier Menschen mit und vier Menschen ohne Behinderung. Kontakt: stefanriemer1504@gmail.com (Blick 15.01.20)

Wie in den letzten Jahren hat McDonald's **Kinder der Heinrich-Böll-Schule** auf die **Eisbahn an der Lokhalle** eingeladen. Auf dem Eis seien die Rollis die Füße der Kinder, so Pädagoge Harald Anders. Das Eislaufen sei der Jahresauftakt für viele Aktivitäten und soll auch 2021 wieder wiederholt werden (GT 16.01.20)

Das Verwaltungsgericht Göttingen hat entschieden, dass einer Schülerin mit Asperger ihre „**bewährte Schulbegleitung**“ bei einem Schulwechsel „mitnehmen“ darf. Die neue Schule hatte zunächst die Aufnahme verweigert, da die Schullassistentin nicht aus dem „Pool“ der Jugendhilfe Südniedersachsen komme, mit der die Schule aktuell ausschließlich kooperiere. (GT 20.01.20)

Die Göttinger Bemühungen um einen **barrierefreien ÖPNV** stehen in der Kritik. Laut Behindertengleichstellungsgesetz (BGG) sind Anlagen nur barrierefrei, wenn sie für Menschen mit Behinderung „ohne fremde Hilfe auffindbar, zugänglich und nutzbar sind“. Das sei aber bei den Busrampen, die die Fahrer extra manuell ausziehen müssten, nicht der Fall. Auch die erhöhten Bussteige von 16cm Höhe seien nicht hoch genug, die selbständige Einfahrt in den Bus erfordere 22cm Höhe. Journalist Stefan Matysiak warnt, der Stadt könnten Rückzahlungsforderungen für Fördermittel der Landesnahverkehrsgesellschaft oder Klagen wegen Verstoß gegen das BGG drohen. (taz 25.01.20)

Die Pflegekammer Niedersachsen hat die Erhöhung des **Mindestlohns in der Alten- und ambulanten Pflege** auf 15 Euro als „Witz“ bezeichnet. Sie fordert einen Vollzeit-Bruttolohn von mindestens 4000 Euro. (GT 31.01.20)

„**Rollator Fit**“ heißt ein Angebot des ASC 46 Göttingen, bei dem man Leute treffen und seinen Umgang mit dem Rollator trainieren kann. (GT 06.02.20)
Info: wer mitmachen will, kann sich beim ASC unter 0551/51746401 oder per Mail unter [gesundheitsport@asc46.de](mailto:gesundheitssport@asc46.de) melden

Der Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung, Andreas Westerfellhaus, hat

Vorschläge für die **Entlastung pflegender Angehöriger** gemacht. Sein Plan: ein Pflegebudget aus bereits bestehenden Leistungen (Entlastungsbetrag, Pflegehilfsmittelbudget) und einem zusätzlichen, vom Pflegegrad abhängigen Betrag (z.B. 1500 EUR bei Pflegegrad 3, 2200 EUR bei Pflegegrad 5). Ein weiteres Budget solle Leistungen aus Kurzzeit-, Verhinderungs-, Tages- und Nachtpflege bündeln und flexibler einsetzbar machen. Da Westerfellhaus nur Vorschlagsrecht hat, ist die Umsetzung der Ideen jedoch offen. (GT 13.02.20)

Die **Umstellungen des BTHG** sorgen für starken bürokratischen Mehraufwand bei Leistungsträgern (Kommunen) und –erbringern (z.B. Wohnheimen). Nun müssten Menschen mit Behinderungen selbst für Verpflegung und Unterkunft zahlen, ggfs. Anträge auf Grundsicherung stellen. Es bestehe hoher Beratungsbedarf, der Aufwand von gesetzlichen Betreuern steige, die fristgerechte Bearbeitung der Anträge sei oft unmöglich. Um soziale Härten zu verhindern, müssten Wohnheime derzeit in Vorleistung gehen. (GT 18.02.20)

Das 2018 verabschiedete **Wohnraumkonzept der Stadt Göttingen** soll die Herausforderungen auf dem Wohnungsmarkt (z.B. kaum Angebot für kleine Einkommen, mehr als 4000 Wohnungen fehlen) lösen. Stadt und Wohnungswirtschaft arbeiteten im „Bündnis für bezahlbares Wohnen“ zusammen, die Stadt fördere Neubau mit 3,5 Millionen Euro bis 2020. (GT 19.02.20)

Infos zum Konzept: <https://www.goettingen.de/rathaus/konzepte/wohnen-und-bauen/konzept-fuer-bezahlbaren-wohnraum.html>

Hinweis: Der Landkreis initiiert gerade analog eine Allianz fürs Wohnen. Die SHK ist über die „AG Wohnen“ (Projekt „Inklusion Bewegen“) daran beteiligt.

Die **gesetzlichen Krankenkassen** haben in den ersten neun Monaten in 2019 ein **Defizit von 741 Millionen Euro** erwirtschaftet. Der Grund: Höhere Ausgaben für Medikamente und Hilfsmittel sowie Gesetzesänderungen. Rücklagen hielten die Beiträge bislang meist stabil, sie könnten aber 2021 steigen (GT 25.02.20)

Niedersachsens Gesundheitsministerin Reimann startet im März eine **Onlinebefragung** der Pflegekräfte zum **Fortbestand der Pflegekammer**. Die neue Kammer stand stark in der Kritik, die bisherige Präsidentin Sandra Mehmecke ist am 07.03. durch Nadya Klarmann ersetzt worden. (GT 26.02. & 09.03.20)

Das Göttinger Corona-Testzentrum ist in Betrieb: Patienten werden dort nach ärztlicher Überweisung behandelt, mobile Teams nehmen Abstriche von Verdachtspersonen. Standort ist das Uniklinikum Göttingen (Harzkurier 13.03.20)



Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.



6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.