



NETZWERK

...Frauen und Mädchen mit Behinderung/
chronischer Erkrankung NRW

INFOBRIEF

01 / 2023



Foto: Anna Spindelndreier/helloyou



Den Infobrief könnt ihr euch
hier vorlesen lassen:



Liebe Netzwerk-Frauen und -Mädchen,

Mädchen und Arbeit – Träume und Ziele

Wir haben Mädchen zu einer Foto-Aktion eingeladen!
In der DASA, der großen Arbeitswelt-Ausstellung in Dortmund,
haben wir über Wünsche und Träume gesprochen.
Mit dabei: Die Fotografin Anna.

Ist Corona für euch eigentlich vorbei?

Nach 3 Jahren wurden zum März viele Corona-Maßnahmen beendet.
Seitdem müssen kaum noch Masken getragen werden.
Die einen freuen sich, aber andere haben Angst sich anzustecken.
Wir haben nachgefragt: Wie seht ihr die neuen Regelungen?

Wo finde ich eigentlich gute Beratung, wenn ich Pflege brauche?

Eine Netzwerk-Frau hatte uns von ihren schlechten Erfahrungen berichtet.
Wir geben deshalb Tipps: Das ist unabhängige Pflegeberatung –
und so finde ich sie.

Am 5. Mai ist der europäische Protest-Tag der Menschen mit Behinderung.

Wir sind an dem Tag in **Düsseldorf im Landtag NRW**.
Und wollen mit Abgeordneten über unsere Themen sprechen.
Und in **Essen** plant Netzwerk-Frau Fikria eine **Straßenaktion**.
Macht gerne mit!

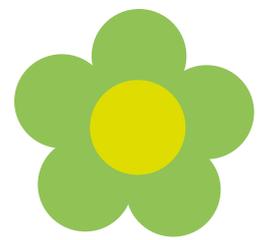


Claudia Seipelt-Holtmann



Gertrud Servos

Eure Netzwerk-Sprecherinnen



Aktions-Ideen zum Protesttag am 5. Mai

Am 5.5. ist unser „europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung“.

Auch als Netzwerk-Frauen sind wir an dem Tag aktiv.

So könnt ihr mitmachen:

Im Ruhrgebiet:

Netzwerk-Frau Fikria aus Essen organisiert wieder einen Stand in der Fußgängerzone in Essen. Von 14 – 17 Uhr.

Ihr könnt andere nette Leute treffen.

Oder mit Fußgängern über den Protest-Tag und Barrieren sprechen.



Musiker spielen am Stand ihr Inklusionslied.
Und es kommen auch Politiker*innen aus Essen.
Fikria freut sich über „Hände“ mit euren Forderungen.
Wollt ihr mehr wissen?

Schickt uns eine Mail an info@netzwerk-nrw.de
oder einen Brief.

Hier der Link zu Fikrias Video zur
Straßen-Aktion im letzten Jahr:

<https://kurzelinks.de/sv3w>



Infobrief im Frühling 2023

Im Rheinland:

Als Netzwerk NRW sind wir auch aktiv im Landes-behinderten-rat NRW, kurz: „LBR NRW“. Der LBR NRW ist ein Zusammenschluss von Selbsthilfe und Interessenvertretung in NRW. Am 5. Mai sind wir mit anderen Organisationen des LBR im Landtag in Düsseldorf. 9:30 – 14 Uhr. An diesem Tag sind besonders viele Abgeordnete im Landtag.

Wir planen Informations-Stände in der großen Halle im Eingangsbereich. Dort wollen wir auch Fotos der Mädchen zeigen. Wir hoffen, dass wir mit vielen Abgeordneten sprechen können.

Auch an dieser Aktion können sich noch Frauen beteiligen.

Meldet euch bei uns. Dann schicken wir euch mehr Informationen!
E-Mail-Adresse info@netzwerk-nrw.de



Mädchen und Arbeit: Träume und Ziele

In der DASA, der großen Arbeitswelt-Ausstellung in Dortmund, haben wir eine Foto-Aktion durchgeführt. Mit sieben Mädchen bzw. jungen Frauen von 16 – 18 Jahren.

Wir haben Mädchen aus einer Förderschule in Bergkamen eingeladen. Fotografin Anna Spindelndreier hat sie fotografiert. Vor alter und neuer Technik, allein oder zusammen. So wie sie wollten.

Und die Mädchen haben erzählt, was sie sich wünschen für die Zukunft.

Bei der Foto-Aktion haben wir starke junge Frauen kennengelernt. Sie haben Träume und wissen gut, was sie wollen.

Vielen Dank an alle Beteiligten!
Euch viel Spaß auf den nächsten Seiten!

Auch Maren Grünau vom NetzwerkBüro war bei der Vorbereitung der Aktion begeistert.

Foto: NetzwerkBüro

:DASA
Arbeitswelt Ausstellung





Mädchen 2023 -

Ich möchte das Fahrzeug fahren, das einen Schwertransport begleitet. Ich habe schon ein Praktikum im Einzelhandel gemacht. Das hat mir auch Spass gemacht. Ich würde auch gern bei der Feuerwehr arbeiten. (Denise, 17 Jahre)

Ich weiß es noch nicht so genau. Vielleicht etwas in einem Restaurant oder im Hotel ... Ich mag den 1. FC Köln, da würde ich auch gern arbeiten, vielleicht in einem Fanshop. Ich möchte zuhause wohnen bleiben. (Johanna, 16 Jahre)

Ich möchte Fotografin werden. Ein Schnupperpraktikum habe ich schon gemacht bei einer Fotografin. Das war schön. Eine eigene Kamera habe ich auch schon. Ich wünsche mir auch einen Freund, der mit mir zusammenarbeitet. (Sophia, 18 Jahre)





Träume und Ziele



Ich möchte in einer Werkstatt für behinderte Menschen arbeiten. Ich kenne schon ganz viele, die da arbeiten. Die finden die Arbeit gut. Da kann man unterschiedliche Sachen ausprobieren und muss nicht immer das Gleiche arbeiten. Da gibt es auch Mittagessen und ich werde mit dem Bus hingebbracht und zurückgefahren. Ich glaube, das finde ich schön. (Charlotta, 17 Jahre)

Ich möchte mit alten Menschen in der Tagespflege oder in einem Wohnheim arbeiten. Es macht mir Spaß, anderen Menschen zu helfen. Ich muss dann die Frauen und Männer zum Essen bringen und ihnen beim Anziehen helfen. Ich glaube, das kann ich gut. (Vanessa, 17 Jahre)



Ich möchte in einer Bäckerei arbeiten. Es ist mir egal, ob ich in der Backstube mitmache oder Backwaren verkaufe. Ich habe schon ein Praktikum in der Bäckerei gemacht. Das war toll. Mir hat alles Spaß gemacht und ich darf nochmal wiederkommen. (Leonie, 15 Jahre)



Gut zu wissen:

Assistenz-Hunde – wichtige Unterstützung im Alltag

Manche Frauen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung haben einen Assistenz-Hund.

Zum Beispiel:

- Frauen mit Seh-Behinderung
- Rollstuhl-Nutzerinnen
- Frauen mit schweren Erkrankungen oder Allergien

Ein Assistenz-Hund ist genau passend für eine Person ausgebildet und wird wie ein „Hilfsmittel“ im Schwerbehinderten-Ausweis eingetragen.

Bei einer Frau mit Epilepsie kann der Assistenz-Hund zum Beispiel

- schon vorher den kommenden Anfall riechen und davor warnen,
- die Frau während des Anfalls schützen
- oder Hilfe holen.



Beide Fotos: Arterra Picture Library / Alamy Stock Photo

Eingetragene Assistenz-Hunde dürfen genau wie ein Hilfsmittel mitgenommen werden, auch in den Supermarkt.

Viele Menschen wissen das aber nicht.

Und verbieten Assistenz-Hunden, mit in den Laden zu gehen.

Wir haben ein paar Tipps aufgeschrieben.

Damit mehr Menschen wissen:

„So sollten wir mit Assistenz-Hunden umgehen!“



Ihr erkennt einen Assistenz-Hund:

- an seiner Warn-Weste
- oder seinem Führ-Geschirr
- oder an seinem Hals-Tuch

Wenn ihr einen Assistenz-Hund seht:

- Haltet Abstand und macht Platz.
- Tut so, als ob der Assistenz-Hund gar nicht da ist: Bitte nicht streicheln oder locken!

Wenn eine Person mit Assistenz-Hund schlecht behandelt wird:

- Fragt die Person: „Brauchen Sie Unterstützung von mir?“
- Ihr könnt zum Beispiel sagen: „Doch, der Assistenz-Hund darf hier auch rein!“

Corona und Grippe:

Weiter sich und andere schützen!



Seit 3 Jahren begleitet uns das Corona-Virus im Alltag.
Mittlerweile sind viele Schutz-Maßnahmen in NRW weggefallen.
Zum Beispiel können die Menschen wieder ohne Maske Bus und Bahn fahren.

Viele Frauen freuen sich, keine Maske mehr tragen zu müssen.
Aber: Noch immer erkranken Menschen an Corona. Oder an der Grippe.
Auch im Netzwerk und im NetzwerkBüro.
Und wir kennen Frauen, die aus Angst vor Ansteckung kaum noch unter Menschen gehen ...

Wir finden es schön, dass wir alle wieder freier entscheiden können.
Trotzdem ist es wichtig, dass wir aufeinander achten.
Durch Corona haben wir ein paar Sachen gelernt,
die wir immer noch weiter machen können.



So können wir uns und andere Menschen schützen:

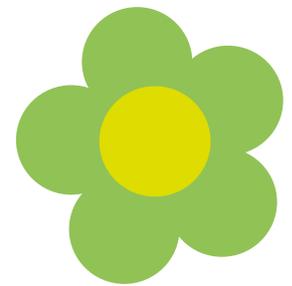
- **Wir können weiter Maske tragen, wenn wir erkältet sind.**
- **Oder: Zoom-Treffen machen, statt mit Erkältung andere zu besuchen.**

Rücksicht auf andere nehmen und sich selbst schützen – das bleibt wichtig.
Egal, ob mit oder ohne Corona.



Foto: Anna Spindelndreier/helloyou

Gruppenfoto im Krankenwagen der DASA:
Gemeinsam gegen Krankheiten!



Gut zu wissen:

Wenn ich das nur früher gewusst hätte ...!

Sagt Netzwerk-Frau Sandra zum Thema Pflege-Beratung.

Sie wusste nämlich nicht, wie wichtig eine unabhängige Pflege-Beratung ist.

Sandra hat einen Pflegegrad beantragt.

Zuerst hat ein ambulanter Dienst sie beraten.

Damit hat sie schlechte Erfahrungen gemacht.

Weil der ambulante Dienst nicht gesagt hat, dass es auch

Nachbarschafts-Hilfe gibt.

„Dadurch habe ich viel Geld verloren“, so Sandra.

Sandra empfiehlt:

„Lasst euch von einer unabhängigen Stelle beraten!

Zum Beispiel von einer Pflege-Beratung von eurer Stadt.

Ich habe mittlerweile sehr gute Erfahrungen mit der Beratungsstelle vom Kreis Borken gemacht“.



Zur Info:

Es gibt in jeder Stadt oder jedem Kreis eine unabhängige Pflege-Beratungsstelle.

Das ist Gesetz in NRW.

Unabhängige Beratungsstellen beraten so, wie es am besten für den Menschen ist.

Sie sind unabhängig von Geld-Interessen.

Die Beratungsstellen haben sehr unterschiedliche Namen.

Sie können zum Beispiel Pflegestützpunkt, Seniorenbüro oder Infobüro Pflege heißen.

Wenn ihr eine unabhängige Pflegeberatung in eurer Nähe sucht:

In NRW gibt es einen Pflege-Wegweiser: <https://www.pflegewegweiser-nrw.de/>

Hier könnt ihr mit eurer Postleitzahl die Beratungsstelle finden.

Bei der Auswahl müsst ihr „**Pflegeberatung**“ anklicken.

Ihr könnt auch beim Pflege-Wegweiser anrufen.

Der Anruf kostet nichts:

Telefon: 0800 40 40 044



Und noch ein Tipp von Sandra:

„Ihr könnt euch auch von der Pflegekasse bei eurer Krankenkasse beraten lassen.“