LEBENSHILFE
Nachrichten

Lebensmomente

Lebensmomente
Augenblicke, die uns prägen

Von der Schule in die Werkstatt
Selbstständigkeit und Eigenständigkeit entwickeln

Die erste eigene Wohnung
Sebastian Goldbach berichtet

Voll das Leben!
Lebenshilfe
Esslingen

2023
2024

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 3
Lebensmomente: Augenblicke, die uns prägen 4
Der erste Schultag – Ein aufregendes Abenteuer 5
Von der Schule in die Werkstatt 6
Urlaubs-Assistenz am Lago di Caldaro 7
Ein unvergesslicher Sommer für Kinder mit besonderen Bedürfnissen 8
Was ist Trauer? 10
Swim and Run 2023 12
Toilette für alle 14
Selbstständig im Fitnessstudio 17
Mein Lebensbuch 18
Eine ganz besondere Hochzeit 19
Endlich Urlaub zusammen 20
Hallenfußballturnier 21
Eine Reise der Selbstentdeckung und des persönlichen Wachstums 22
Ein Abend im Steinbruch 24
Zusammen sind wir weniger allein 26
Stiftung Lebenshilfe Esslingen ermöglicht besondere Lebensmomente 27
Neuer Wohnraum in Plochingen 28
Baufortschritt beim Haus Pfaffenackerstraße 29
Die erste Wohnung 30
Raus in die Welt 31
Malwerkstatt am Mühlenbach 33
Endlich mehr Ferienprogramme 34
Kreative Lebensmomente 36
Wechsel in den Pflegebereich 37
Musikprojekt 39
Impressum 42

Vorwort

Liebe Mitglieder,
liebe Unterstützer*innen und Weggefährt*innen,

Lebensmomente – so der Titel der diesjährigen Lebenshilfe Nachrichten. Menschen schildern wichtige Momente in ihrem Leben: schöne, schwere, prägende und wertvolle Erfahrungen. Vielfalt und Fülle des Lebens werden dadurch sichtbar, dass Menschen von ihren wichtigen Momenten erzählen. Herzlichen Dank an alle, die in dieser Ausgabe ihre Erfahrungen teilen.

In der Lebenshilfe Esslingen wurde in den vergangenen Monaten einiges bewegt. In der Arbeit mit und für Menschen mit Behinderungen gab es vielfältige Momente und Projekte, die Freude und Farbe in den Alltag gebracht haben. In Plochingen sind am neuen Standort Hermannstraße (Ambulant Begleitetes Wohnen) die meisten Mieter*innen bereits eingezogen, und der Bau für das Haus Pfaffenackerstraße in Esslingen schreitet gut voran. In den Häusern wurden wieder Feste gefeiert, manch Leckeres gekocht und gebacken und die Gemeinschaft wurde nach den Corona-Jahren wieder genossen. Neben Ferienfreizeiten sorgten Ausflüge in die Umgebung für Abwechslung und Freude am Entdecken, die Auftritte einer Gauklerin brachten die Zuschauer*innen zum Staunen.

Die Lebenshilfe Nachrichten geben Ihnen einen Einblick in besondere Momente von Menschen und vom Leben in unseren Einrichtungen und Diensten.

Ihnen allen sagen wir DANKE! für Ihre Verbundenheit, Ihre Wegbegleitung und wichtige Unterstützung. Ohne diese guten Kräfte wäre unsere Arbeit in dieser Form nicht möglich.

Ihr Vorstand der Lebenshilfe Esslingen

Elke Willi | Martin Wirthensohn

Lebensmomente: Augenblicke, die uns prägen

Leben bedeutet eine Fülle von Momenten. Manche dieser Momente sind groß und spektakulär, andere klein und unscheinbar. Manche Momente sind leicht und freudig, andere schwer und traurig. Sie berühren, inspirieren und prägen uns. Jeder Lebensmoment ist einzigartig und wertvoll.

Es gibt Momente, die uns mit Freude und Glück erfüllen: Der Augenblick, in dem wir zum ersten Mal die Liebe spüren, die Geburt eines Kindes, der Sonnenuntergang am Strand oder der Stolz, über sich selbst hinaus gewachsen zu sein. Dies sind Momente, aus denen wir Energie und Kraft schöpfen. In anderen Lebensmomenten verlieren wir den Boden unter den Füßen: Der Tod eines lieben Menschen, die Diagnose einer schweren Krankheit, das Ende einer Freundschaft oder Liebesbeziehung, die Angst um jemand Nahestehendes lassen uns Verzweiflung und Trauer spüren.

Nicht alle Lebensmomente sind groß und intensiv. Manchmal sind es die kleinen Eindrücke und Augenblicke, die weiter wirken – das Lächeln einer Fremden auf der Straße, die ersten Blüten im Frühjahr, der Duft von frischem Apfelkuchen im Herbst. Aber auch das Bild eines verstörten Kindes im Kriegsgebiet, der müde Blick des Nachbarn

Lebensmomente sind wie Puzzlestücke, die zusammen eine Lebens-Linie ergeben. Sie formen unsere Identität, prägen unsere Erinnerungen und unsere Zukunft. Jeder Moment ist eine Chance zu wachsen, zu lernen und sich weiter zu entwickeln. Sie erinnern uns daran, dass das Leben eine Reise ist, die aus Höhen und Tiefen besteht, aus Herausforderungen und Erfolgen.

Lebensmomente sind oft eng mit unseren Beziehungen verbunden. Die Menschen, mit denen wir unsere Zeit teilen, können die Momente zum Leuchten bringen. Gemeinsam lachen, weinen, handeln und wachsen – das sind oft die Momente, die uns am meisten berühren und uns daran erinnern, dass wir nicht allein sind.

Elke Willi

Der erste Schultag – Ein aufregendes Abenteuer

Der erste Schultag ist für jedes Kind ein aufregendes Ereignis, das mit Vorfreude und Nervosität verbunden ist. Doch für Mara, ein Kind im Rollstuhl, war der erste Schultag an der Rohräckerschule ein ganz besonderes Abenteuer.

Als Mara am ersten Schultag an der Schule ankam, war sie voller gemischter Gefühle. Sie war aufgeregt, neue Freunde kennenzulernen und spannende Dinge zu lernen, aber auch ein wenig ängstlich, da sie nicht genau wusste, was sie erwarten würde. Angekommen in der Schule wurde Mara aber von einer warmen und einladenden Atmosphäre empfangen. Alle waren freundlich und nahmen sich Zeit, Mara kennenzulernen. Sie erklärten ihr den Tagesablauf und zeigten den Klassenraum, der speziell auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder zugeschnitten war.

Die Rohräckerschule ist ein Ort, an dem sich Kinder wohl und akzeptiert fühlen. Die Klassenstärke ist klein und die Kinder können individuell gefördert werden. Entsprechend ausgebildete Lehrkräfte arbeiten eng mit Therapeuten, Schulbegleitungen und Eltern zusammen, um sicherzustellen, dass die Kinder die bestmögliche Unterstützung erhalten.

Der erste Schultag war für Mara ein aufregendes Abenteuer. Sie freut sich auf die kommenden Jahre an ihrer Schule, in denen sie weiter wachsen und lernen kann.

Frank Wagner

Mein **LEBENSMOMENT**

Frank Wagner

Ein ganz besonderer Moment in meinem Leben war, als ich das erste Mal im offenen Meer mit einer Schildkröte geschwommen bin.

Von der Schule in die Werkstatt

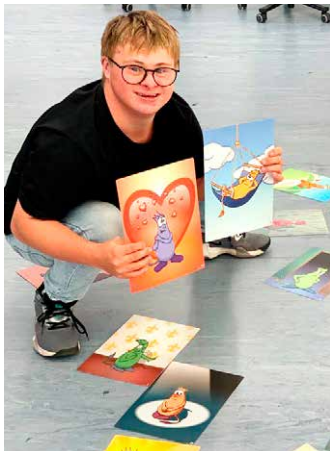
Der Übergang von der Schule in das Arbeitsleben ist für jeden jungen Menschen eine bedeutende Phase. Für junge Menschen mit Behinderung bietet dieser neue Lebensabschnitt die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln und ein erfülltes Arbeitsleben zu führen.

Der Besuch einer Werkstatt ist ein wichtiger Schritt in Richtung Selbstständigkeit und Eigenständigkeit. Dabei werden die jungen Menschen von pädagogischen Fachkräften unterstützt und sie erhalten die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu erlernen und ihre Stärken zu entdecken. Jeder junge Mensch verdient die Chance, seine Fähigkeiten zu entfalten und ein erfülltes Arbeitsleben zu führen, unabhängig von seinen individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten.

Der Wechsel von der Schule in eine Werkstatt für Menschen mit Behinderung ist in der Regel gut vorbereitet und erfolgt in enger Zusammenarbeit zwischen der Schule, den Eltern und der Werkstatt. Eine frühzeitige und umfassende Beratung ist entscheidend, um den Übergang reibungslos zu gestalten. Dabei werden die individuellen Fähigkeiten, Interessen und Bedürfnisse des jungen Menschen berücksichtigt, um eine passende Arbeitsplatzumgebung zu finden. In der Orientierungsphase lernen die jungen Menschen in einer Werkstatt verschiedene Arbeitsmöglichkeiten und -bereiche näher kennen.

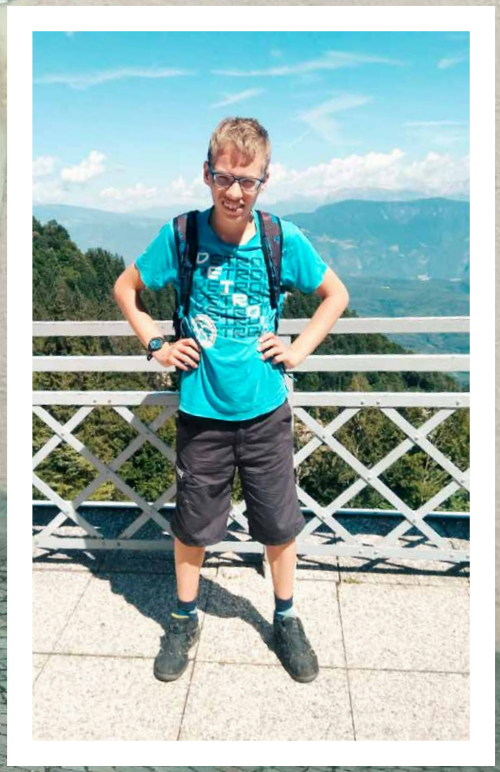
Tim arbeitet seit September 2023 in der Werkstatt in Wernau. Ganz stolz erzählt er, dass er nun Geld verdient und in der Werkstatt sogar seinen eigenen Spindschlüssel hat. Aktuell schraubt er Einzelteile für Solardächer zusammen. Aber auch im hauswirtschaftlichen Bereich war er schon tätig. Tim gefällt die Arbeit sehr gut und er geht gerne hin.

Die Werkstatt bietet auch ein soziales Umfeld, in dem neue Freundschaften geknüpft werden und die jungen Menschen sich mit anderen austauschen können. Tim erzählt, dass seine Freunde Marlon, Denis, Hannah, Marina und Paul auch in Wernau in der Werkstatt arbeiten. Den Kontakt zu seinen Freunden Hendrik und Marcel, die erst nächstes Jahr die Schule verlassen, halte er durch Treffen und Telefonieren aufrecht.



Tim kommt jeden Tag mit einem Lächeln nach Hause. Er schätzt die Gemeinschaft, das tolle Arbeitsklima und die Spaziergänge sehr. Tim würde gerne selbstständig mit der Bahn oder dem Bus fahren, wie er es bereits während der Schulzeit gemacht hat. Da die Verbindung nach Wernau mit den öffentlichen Verkehrsmitteln von seinem Zuhause aus nicht optimal ist, wird er morgens bereits um 6 Uhr von einem Fahrdienst abgeholt. Auch wenn es viel Spaß macht, freut sich Tim nach einer langen Arbeitswoche und dem frühen Aufstehen immer auf das Wochenende. Er sagt: „Dann kann ich ausschlafen."

Frank Wagner



Urlaubs-Assistenz am Lago di Caldaro

Damit der Traumurlaub wahr werden kann

Mit Marcel verbrachte ich als Betreuungsassistent der Offenen Hilfe der Lebenshilfe Esslingen sehr schöne Tage am Lago di Caldaro in Südtirol. Während seine Eltern eine mehrtägige Wandertour durch die Südtiroler Alpen unternahmen, wurde Marcel von mir betreut und konnte so auch seinen Aufenthalt auf dem Campingplatz St. Josef, direkt am Kalterer See, genießen.

Wir machten in dieser Zeit zwei schöne Ausflüge. Der eine führte auf die Aussichtsplattform des Mendelpasses, den wir mit der Mendelbahn erklommen haben. Dabei wurden wir mit einer tollen Aussicht auf die Dolomiten belohnt. Der zweite Ausflug war eigentlich mehr oder weniger eine Citytour durch Kaltern, eine Marktgemeinde in Südtirol.

Die restlichen Tage verbrachte Marcel seine Freizeit am Lago di Caldaro mit Sprüngen in den See und streichelte dazu noch die Karpfen, die sich am Uferrand zeigten. Dazu traf sich Marcel mit Freunden, und wir schauten zusammen Fußball oder zockten mit dem Handy.

Das war ein richtig schöner Urlaub!

Rainer Hauenschild

Ein unvergesslicher Sommer für Kinder mit besonderen Bedürfnissen

Die Sommerferien sind für viele Kinder die schönste Zeit des Jahres – eine Zeit zum Spielen, zum Entdecken und Abenteuer zu erleben. Doch für Kinder mit besonderen Bedürfnissen gestaltet sich die Suche nach passenden Ferienaktivitäten oft schwierig. Auch im Jahr 2023 bot unser Sommerferienprogramm am Rohräckerschulzentrum eine Fülle von Möglichkeiten, um diesen Kindern unvergessliche Erlebnisse zu ermöglichen.

Das Programm umfasste eine breite Palette von Aktivitäten, die sowohl den Interessen der Kinder als auch ihren individuellen Bedürfnissen gerecht wurden. Vom gemeinsamen Spielen über kreatives Basteln bis hin zu aufregenden Ausflügen in die Natur – für jeden war etwas dabei.

Einer der Höhepunkte des Programms war zweifellos der Besuch im Mercedes-Benz-Museum. Dort hatten die Kinder nicht nur die Möglichkeit, die faszinierende Welt des Automobils hautnah zu erleben, sondern auch in verschiedenen Fahrzeugen einfach mal Platz zu nehmen. Weitere Highlights waren der Besuch im Zoo, eines Bauernhofs oder die Besichtigung der Ausstellung im Haus des Waldes in Stuttgart mit dem dazugehörigen Baumlehrpfad.

Neben den Aktivitäten bot das Ferienprogramm auch Unterstützung für die individuellen Bedürfnisse der Kinder. Es standen erfahrene Assistenzkräfte zur Verfügung, die sich um die spezifischen Anforderungen jedes einzelnen Kindes kümmerten. Dadurch konnten nicht nur die Eltern entspannen und die Ferien genießen, sondern auch die Kinder selbst fühlten sich wohl und sicher.

Das Sommerferienprogramm zeigte, dass es möglich ist, Barrieren abzubauen und Kindern mit besonderen Bedürfnissen eine unvergessliche Zeit zu bieten. Die strahlenden Gesichter, die Freundschaften und die Erinnerungen, die in diesen Sommerferien geschaffen wurden, werden noch lange in den Herzen der Kinder weiterleben.

Frank Wagner

Mein **LEBENSMOMENT**

Peter Benzenhöfer

Vorstandsvorsitzender Landesverband
Baden-Württemberg der Lebenshilfe
für Menschen mit Behinderung e.V.

Vorsitzender des Werkstattrats
der Lebenshilfe Pforzheim Enzkreis e.V.

Ein starker Moment

Einer meiner stärksten Lebensmomente war,
als mich die Mitglieder der Lebenshilfe Baden Württemberg
zum Vorstandsvorsitzenden gewählt haben.
Ich bin schon lange als Selbstvertreter aktiv und stolz darauf.
Ich setze mich für Menschen ein,
die Unterstützung benötigen und helfe ihnen,
ihre Rechte einzufordern.
Mein Ehrenamt ist mir unglaublich wichtig.

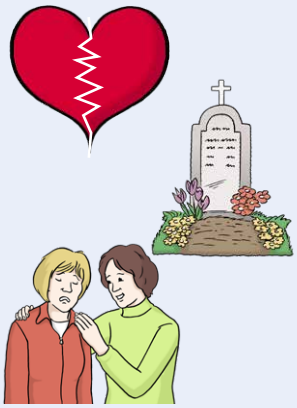
Mein größter Lebenshilfe Moment

Über den einen oder anderen Lebenshilfe Moment
könnte ich schon erzählen.
Aber es ist ganz klar,
was der größte Lebenshilfe im Moment für mich war:
Vor etwas mehr als 30 Jahren Rudi Sack* zu begegnen.
Das war mein bester Lebenshilfe Moment.

*Rudi Sack war von 1997 bis 2012 Geschäftsführer
des Landesverbandes Baden-Württemberg

Trauer

Was ist Trauer?
Trauer ist ein normales Gefühl.
Jeder Mensch kann Trauer fühlen.
Trauer bedeutet:
Ich muss Abschied nehmen.



Wann kann ich Trauer fühlen?
Wann muss ich Abschied nehmen?

- Wenn ein geliebter Mensch stirbt.
- Wenn ein geliebtes Tier stirbt.
- Wenn mich ein Freund verlässt.
- Wenn ich mein Zu·hause verliere.
  Weil ich vielleicht um·ziehen muss.
- Wenn ich meinen Arbeits·platz verliere.

Trauer kann sich ganz unter·schiedlich anfühlen.
Wie kann ich Trauer fühlen?

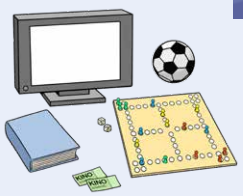
- Ich kann sehr traurig sein.
- Ich kann auch wütend sein.
  Weil ich mich vielleicht allein gelassen fühle.
- Ich kann verzweifelt sein.
- Ich kann großen Kummer haben.
- Ich kann Sehnsucht haben.
- Ich kann Angst haben.
- Ich kann auch erleichtert sein.

Weil der Verstorbene vielleicht sehr krank war.

In der Trauer kann ich auch krank werden.
Und körperliche Schmerzen bekommen.
Trauer kann ich überall im Körper fühlen.
Wo kann ich Trauer fühlen?

- Ich kann Rückenschmerzen bekommen.
- Ich kann Schmerzen in der Brust haben.
  Weil mir vielleicht das Herz sehr weh tut.
- Ich kann vielleicht nicht mehr richtig schlafen.
  Weil mein Körper sehr unruhig ist.
- Mein Kopf kann mir wehtun.
  Weil ich vielleicht an ganz viele Sachen denken muss.

Jeder Mensch fühlt Trauer anders.
Deshalb müssen wir Verständnis haben für unsere Trauer.
Und niemand darf sagen:
„Du fühlst richtig“ oder „Du fühlst falsch“
Und niemand darf sagen wie lange Trauer dauert.



Was kann mir in der Trauer helfen?
Was tröstet mich?

- Mit anderen Menschen über die Trauer sprechen.
- Manchen Menschen hilft auch der Glaube an Gott.
- Trotz·dem schöne Dinge machen.

Dinge machen die mir gut tun.

- Musik hören
- Spazieren gehen
- Sport machen
- Freunde treffen

Astrid Schlese

Fotos: Benjamin Lau

Swim and Run 2023

Sportlicher Spass für Alle

Am letzten Samstag der Sommerferien ging es heiß her: Das Wasser spritzte, und die Sportler*innen, ob mit oder ohne Handicap, hatten richtig Spaß miteinander. Das jährlich stattfindende Event, bei dem in verschiedenen Alters- und Leistungsgruppen zum Schwimmen und Rennen angetreten wird, findet auf dem Vereinsgelände des Schwimmsportverein Esslingen e.V. (SSVE) auf der Neckarinsel in Esslingen statt.

In diesem Jahr spendete die Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen für jede*n Teilnehmer*in 10 € an die Stiftung Lebenshilfe Esslingen. Besonders erfreulich war, dass eine Gruppe von Jungen und Mädchen mit Behinderungen ganz selbstverständlich mitschwimmen und mitrennen konnte. Die Begeisterung war riesig, und die Preisverleihung war natürlich für alle das Beste!

Erika Synovzik

Mein **LEBENSMOMENT**

Petra Heller

Zwei ganz besondere Lebensmomente waren für mich die Geburten meiner beiden Kinder. Das Gefühl, das eigene Kind zum ersten Mal im Arm zu halten, ist einfach unvergesslich und unbeschreiblich.

Besonders bei der Geburt meines zweiten Kindes durfte ich erleben, wie schön eine natürliche Geburt sein kann, wenn man auf seine eigene Kraft vertraut und die richtige Begleitung dabei hat. Dafür bin ich der Hebamme bis heute sehr dankbar.

Eröffnung der fünften **Toilette für alle** in Esslingen

Esslingen – im Café Lore eröffnet die fünfte Toilette für alle. Denn barrierefreie Toiletten reichen nicht immer aus, und es wird mehr benötigt als ein behindertengerechtes WC. Für Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen gibt es daher deutschlandweit einige öffentliche Orte, die mit einer „Toilette für alle“ ausgestattet sind. Dafür engagiert sich die Stiftung Leben pur. In Esslingen gibt es eine solche Toilette zum Beispiel am Bahnhofsvorplatz und ganz neu auch im Café Lore der Sozialstation Esslingen in der Blumenstraße. Zu erkennen ist die „Toilette für alle“ am Logo:

Die Toilette am Esslinger Bahnhof ist ausgestattet mit einem Deckenlifter und einer höhenverstellbaren Pflegeliege mit verstellbarem Kopfteil. Um einen Zugang zur durchgehend geöffneten Toilette zu bekommen, wird ein Euro-WC-Schlüssel benötigt. Der bundeseinheitliche Euro-WC-Schlüssel für barrierefreie Toiletten kann zum Preis von 23 Euro beim Verein CBF Darmstadt über deren Homepage bestellt werden. Voraussetzung ist die Vorlage eines Behindertenausweises. Bei manchen Toiletten kann der Schlüssel alternativ in der Nähe der „Toilette für alle“ ausgeliehen werden. Bei der Toilette in Esslingen am Bahnhofsplatz ist das jedoch nicht möglich.

Weitere Esslinger Standorte einer „Toilette für alle“ sind:

- Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen, Bahnhofstraße 8, 73728 Esslingen. Der Schlüssel für das WC kann am Infoschalter im Kunden-Center abgeholt werden. Die Toilette ist von Montag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr oder während einer Veranstaltung nutzbar. Sie ist ausgestattet mit einem Deckenlifter und einer höhenverstellbaren Pflegeliege.

- Forum Esslingen – Zentrum für Bürgerengagement, Schelztorstraße 38, 73728 Esslingen. Die Toilette ist ohne Schlüssel zugänglich und ist während einer Veranstaltung geöffnet. Sie ist ausgestattet mit einem mobilen Standlifter und einer höhenverstellbaren Pflegeliege (160 mal 68 Zentimeter) mit verstellbarem Kopfteil.

- WC-Anlage Agneshof, Abt-Fulrad-Straße 3-5, 73728 Esslingen. Für die Nutzung der Toilette ist ein Euro-WC-Schlüssel notwendig, geöffnet ist sie täglich 24 Stunden lang. Zur Ausstattung gehören ein mobiler Standlifter und eine höhenverstellbare Pflegeliege.

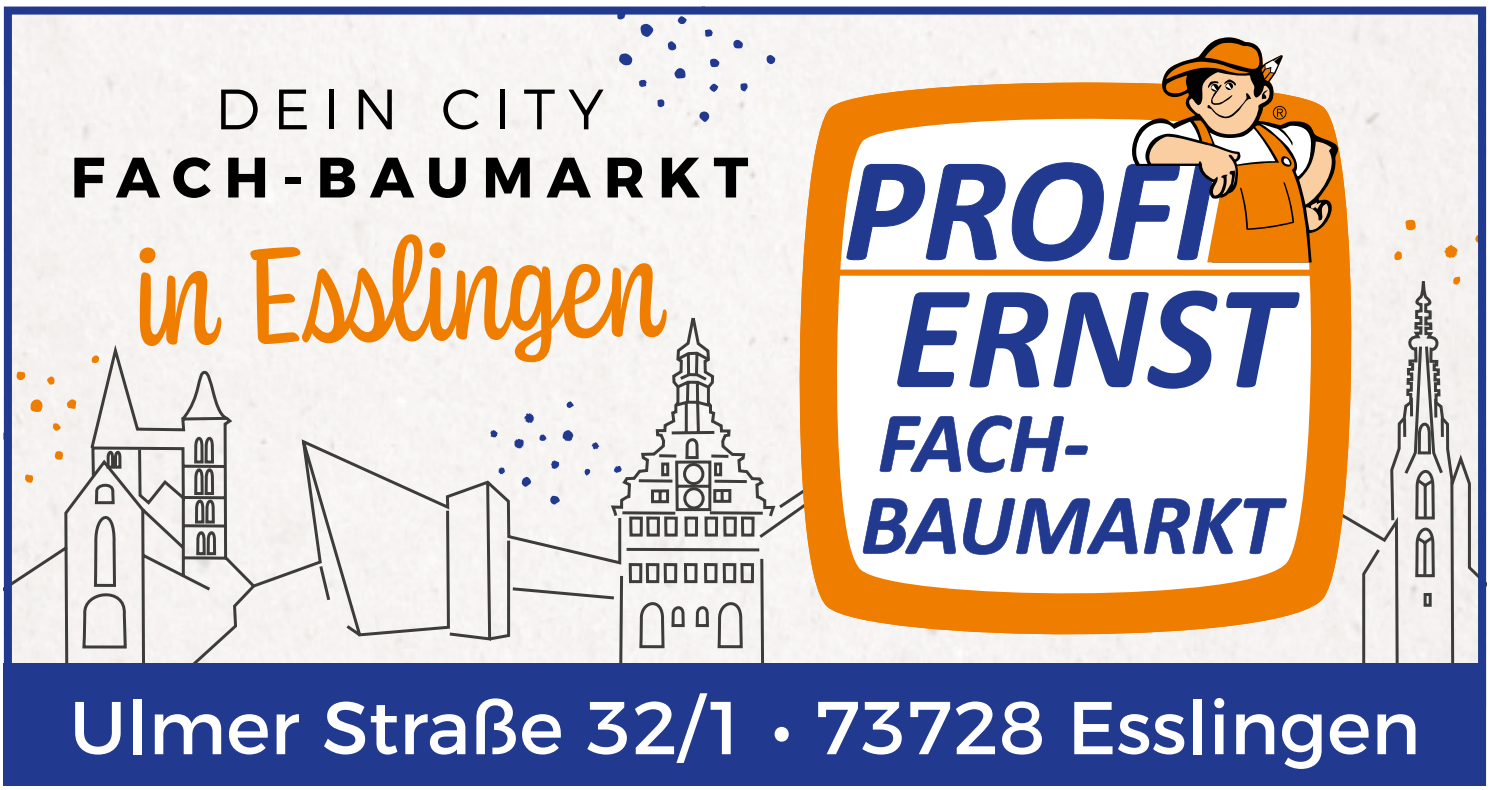
- Lore Ladencafé, Blumenstraße 72, 73728 Esslingen. Die Toilette ist während der Öffnungszeiten des Cafés Dienstag bis Freitag von 11 bis 17 Uhr, Samstag von 10 bis 16 Uhr und Sonntag von 11 bis 15 Uhr ohne Schlüssel zugänglich. Ausgestattet ist die Toi-

lette mit einem Standlifter und einer freistehenden, höhenverstellbaren Pflegeliege mit abklappbaren Seitengittern. Die Toilette für alle kann auch ohne Besuch des Cafés genutzt werden.

Für weitere Standorte der „Toilette für alle“ kann die Homepage www.toilette-fuer-alle.de besucht werden. Dort ist unter der Rubrik „Wo & Wie“ eine Landkarte zu finden, auf der die Toiletten verzeichnet sind. Es gibt die Option einzelne Standorte anzuklicken, um einen Steckbrief der Toilette zu öffnen. Darüber hinaus sind Informationen zum Zugang, zu den Öffnungszeiten und zur Ausstattung notiert. Auf dieser Seite erhält man zudem eine Übersicht zu den Benutzerhinweisen der „Toilette für alle“.

Lisa Timm

Hinweis: Das Logo der „Toilette für alle“ ist nicht immer gut erkennbar, und es kommt vor, dass es nicht auf Augenhöhe platziert wurde. Daher bitte aufmerksam Ausschau danach halten.



Mein **LEBENSMOMENT**

Till Züfle

Mein Name ist Till, ich bin 18 Jahre alt und absolviere mein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) in den Offenen Hilfen bei der Lebenshilfe Esslingen. Meine Einsatzbereiche sind äußerst vielfältig und reichen von Familienfreizeiten über Sportprogramme bis hin zur Nachmittagsbetreuung am Rohräckerzentrum. Diese Abwechslung macht mein FSJ besonders spannend, und ich fühle mich in meiner Arbeit sehr wohl.

Während meiner Zeit bei der Lebenshilfe habe ich bereits viele schöne Momente erlebt. Einer dieser Momente war: Nachdem ich eine Woche weg war und wieder kam, sagte eine Bewohnerin der Flandernstraße, dass mich alle vermisst hatten. Diese großartige Nachricht zeigte mir, dass meine Arbeit und meine Anwesenheit geschätzt werden.

Darüber hinaus berührt mich in meinem FSJ immer wieder die Dankbarkeit der Kinder und Eltern, mit denen ich arbeite. Es ist schön zu sehen, wie sehr sie die Unterstützung und das Engagement der Lebenshilfe schätzen. Die Momente, in denen ich das Lächeln eines Kindes oder die erleichterten Gesichter der Eltern nach einer gelungenen Aktivität sehe, sind für mich die schönsten Belohnungen für meine Arbeit.

Bei so vielen schönen Momenten und Eindrücken kann ich nicht genau den „schönsten Moment“ meines FSJ bestimmen. Insgesamt bin ich überaus dankbar für die Erfahrungen, die mir mein FSJ schenkt, und ich freue mich auf weitere wertvolle Momente.

Mauricio Klumpp – Selbstständig im Fitnessstudio

Vielen Menschen sind Fitness und Bewegung wichtig. Dabei gelingt es ihnen unterschiedlich gut, ihre guten Vorsätze in die Tat umzusetzen. Wie viele von uns haben sich schon in einem Fitnessstudio angemeldet und bezahlen dafür, ohne hinzugehen? Mauricio dagegen trainiert regelmäßig zweimal pro Woche. Das ist nicht so selbstverständlich, wie es zunächst klingt. Für eine Person mit Handicap ergeben sich einige Barrieren. Wie melde ich mich an? Wie stelle ich die Geräte passend ein? Wie führe ich die Übungen korrekt aus? Im Grunde sind das die Fragen, die sich zunächst allen stellen, die zum ersten Mal ins Fitnessstudio gehen. Dann erhalten sie eine kurze Einweisung von einem oder einer der Trainer*innen und sind fortan auf sich allein gestellt. Für Mauricio war diese Einweisung nicht ausreichend. Wie er seine Selbstständigkeit erlangt hat und wie sein Training abläuft, hat er uns erzählt.

Mauricio besucht ein Fitnessstudio im Ostfilderner Stadtteil Scharnhauser Park. Mit der Stadtbahn kann er das Studio gut erreichen. Dort kennt er sich aus. Meist nimmt er die Sporttasche schon mit zur Arbeit, um von dort aus direkt zum Sport zu gehen. Er trainiert dort vor allem auf dem Fahrrad und macht Krafttraining an den Geräten. Das Fitnessstudio besucht er seit Jahren, in der Anfangszeit zusammen mit einer Begleitperson. Diese Begleitperson hat ihm alles gezeigt und ihn unterstützt. Mauricio hat gelernt, mit den Geräten richtig umzugehen und seine Übungen korrekt auszuführen. Die Unterstützung erhielt er so lange, wie es nötig war. Seither geht er alleine und selbstständig zum Sport. Diese Selbstständigkeit zu erreichen, war für Mauricio eine tolle Erfahrung. Es alleine machen zu können, sich nicht absprechen zu müssen und selbst zu bestimmen, welche Übung er wann machen möchte, macht für ihn diese Selbstständigkeit aus.

Ins Fitnessstudio möchte Mauricio auch weiterhin gehen. Weil es ihm Spaß macht!

Bastian Burger

Mein Lebensbuch

Was für mich und andere wichtig ist – eine Buchempfehlung

Das Buch „Mein Lebensbuch“, herausgegeben von Bettina Lindmeier und Lisa Oermann, ermöglicht Menschen, die mit einer Einschränkung oder einer Behinderung leben, alles festzuhalten, was für sie und für andere wichtig ist. Auf rund 150 Seiten werden in einer gelochten Loseblattsammlung die unterschiedlichsten Dinge des Lebens notiert. Die Form der Loseblattsammlung ermöglicht es, auch eigene Seiten mit ganz individuellen wichtigen Dingen hinzuzufügen.

„Mein Lebensbuch“ enthält Namen und Kontaktdaten von Angehörigen und Freunden, Ärzten und Therapeuten sowie einen Notfallplan, der verwendet werden kann, wenn eine Krise eintritt. Im Ordner stehen Tages- und Wochenpläne zur Verfügung, die Aufschluss über die alltäglichen Abläufe geben.

Aber es werden auch schöne Ereignisse im Leben dokumentiert, es können Fotos von wichtigen Erlebnissen und wichtigen Menschen eingeklebt werden. Alles was wichtig ist kann festgehalten werden: Wo bin ich aufgewachsen? Hatte ich schon einmal eine schwere Krankheit? Wie heißt oder hieß mein Haustier? Was hilft mir, mich mit anderen Menschen zu verständigen? Woran erkennt man, dass ich wütend bin? Mit wem unternehme ich meine Freizeit am liebsten? Kann ich allein meine Brote schmieren? Wobei brauche ich im Alltag Hilfe?

Mit Hilfe von Eltern, Geschwistern oder Vertrauten ausgefüllt und immer auf dem aktuellen Stand ist „Mein Lebensbuch“ viel mehr als eine Dokumentation. Es ist eine Form der Biografiearbeit, die einen respektvollen und angemessenen Umgang mit Menschen mit Handicaps ermöglicht und ist deshalb auch eine wichtige Basis für mehr Selbstbestimmung und Teilhabe.

„Mein Lebensbuch“ ist ein ganz individuelles Buch für alle Menschen mit Beeinträchtigungen. Ob sie allein, in der Familie oder in einer Wohneinrichtung leben: „Mein Lebensbuch“ ist ein verlässlicher und hilfreicher Begleiter für alle Begleiter*innen.

In einem umfassenden Begleitheft werden die Grundgedanken und die wichtigsten Schritte zum Führen des „Lebensbuchs“ anschaulich erläutert.

Das „Lebensbuch“ ist eine hervorragende Möglichkeit, alles für das Leben Wichtige festzuhalten und gemeinsam zu entdecken.

Das Lebensbuch wird auch von der Bundesvereinigung der Lebenshilfe empfohlen.

Bettina Lindmeier, Lisa Oermann (Hg.): Mein Lebensbuch, Loeper Literaturverlag, ISBN: 978-3-86059-241-0.

Erika Synovzik

Eine ganz besondere Hochzeit

„Das war der schönste Tag in meinem Leben“, erzählt Heiko Kruschina voller Stolz und Glück, wenn er von seiner Hochzeit mit Christel Rieger am 17. Juni diesen Jahres schwärmt. „Das Beste war die festlich geschmückte Kirche, alle waren schön angezogen und der Posaunenchor hat gespielt“, sagt Christel Rieger noch ganz erfüllt. „Es waren so viele Gäste da und alle haben sich mit gefreut.“ Heiko hatte alles ganz

detailliert geplant: Sektempfang, ein Gottesdienst in der Ottilienkapelle in Plochingen, ein Ständerling nach der Trauung vor der Kirche bei schönstem Sonnenschein und danach ein gemeinsames Essen mit der Verwandtschaft, der Hochzeitstanz.

Die Gäste waren ergriffen von der Schönheit des Moments, denn diese Hochzeit stellte etwas ganz Besonderes dar. Es heirateten zwei Menschen mit geistiger Behinderung, die sich gefunden hatten und ihre Liebe zueinander mit einer Ehe besiegelten. An diesem Tag ging für beide ein sehr großer Wunsch in Erfüllung: Gemeinsam miteinander durchs Leben zu gehen! Der Trauspruch der beiden könnte nicht treffender sein: „Gott sah: Der Mensch ist allein. Das ist nicht gut für den Menschen. Zusammen sind die Menschen stärker.“

Es ist ein großes Glück, dass die beiden zueinander gefunden haben. Beide kannten sich schon länger und haben auch schon zusammen im Ambulant Begleiteten Wohnen in Plochingen eine Wohnung geteilt. Und als klar war, dass ein Umzug in das neue Wohnprojekt in der Herrmannstraße 18 in Plochingen anstand, wussten die beiden: Dort wollen wir ein gemeinsames kleines Apartment und „wir wollen endlich als Mann und Frau zusammen leben, ganz offiziell. Wir gehören zusammen“, sagt Heiko und setzt hinzu: „Ich tu alles für meine Christel!“
Die Entscheidung zu heiraten ist eine der wichtigsten Entscheidungen im Leben eines Menschen. Sie

symbolisiert den Wunsch nach Zusammengehörigkeit, Unterstützung und Liebe. Menschen mit geistiger Behinderung haben die gleichen Bedürfnisse und Wünsche wie jeder andere Mensch. Sie möchten eine glückliche Beziehung führen, sich umsorgt fühlen und ihr Leben mit jemandem teilen, den sie lieben.
Die Hochzeit von zwei Menschen mit geistiger Behinderung ist ein Zeugnis für ihre Stärke und den Mut, gesellschaftliche Erwartungen und Vorurteile zu überwinden. Sie haben erkannt, dass ihre Liebe stark genug ist, um alle Hindernisse zu überwinden, die ihnen im Weg stehen könnten.

In unserer Gesellschaft gibt es immer noch viele Vorurteile und Missverständnisse über Menschen mit geistiger Behinderung. Doch diese Hochzeit zeigt, dass Liebe und gegenseitiges Verständnis keine Barrieren kennen. Und das sind wirkliche große Momente in einem Leben.

Erika Synovzik

Endlich Urlaub zusammen

„Die Familienfreizeit mit der Lebenshilfe war so toll. Das war so schön, als Familie gemeinsam so viele schöne Sachen zu erleben“, schwärmt Angelo Polito. Mit sieben anderen Familien war die Familie Polito Anfang Oktober vier Tage lang auf dem Härtsfeldhof bei Bopfingen auf der Ostalb, mitten zwischen Wiesen und Wäldern, Pferden und Katzen und bei schönstem Wetter. Die beiden Kinder Giovanni und Monika sind auch noch ganz begeistert von dem gemeinsamen

Urlaub. Monika fand das Reiten und das Putzen des Stalls am besten, und Giovanni hat zum ersten Mal gesehen, dass Katzen nicht nur Trockenfutter essen, sondern lebende Mäuse jagen. „Das war super aufregend und interessant. Der Ausflug zur Burg Katzenstein war auch super mit einem Mittelaltermarkt und einer Zauberervorstellung“, erzählt er ganz begeistert. Am nächsten Tag haben alle die kreisrunde Stadtmauer von Nördlingen erkundet, von wo aus man einen wunderschönen Ausblick auf die mittelalterliche kleine Stadt hatte.

Für die beiden Eltern war es natürlich super, dass sie während dieses Urlaubs nicht kochen mussten und reichhaltig verpflegt wurden. Während der gesamten Freizeit gab es für die Kinder auch Spiel- und Bastelangebote von den Mitarbeiter*innen der Offenen Hilfen der Lebenshilfe. Für Heidi Polito war es ganz wichtig, dass die Kinder während dieser Zeit den ganzen Tag lang herumrennen und mit anderen Kindern spielen konnten und dass die Kinder glücklich waren.

Die Familie lebt im Alltag in einer kleinen Wohnung in Plochingen und wird dort vom Ambulant Begleiteten Wohnen der Lebenshilfe unterstützt. Herr Polito arbeitet in der WEK, Heidi Polito arbeitet bei der Caritas in der Hauswirtschaft, die beiden Kinder gehen im Rohräckerzentrum zur Schule. Da sind im Alltag alle zusammen sehr gefordert.

So ein gemeinsamer Urlaub ist deshalb für alle vier etwas ganz besonderes. „Das tut so gut!“, stellen Heidi und Angelo Polito fest.

Erika Synovzik

Hallenfußballturnier

Nach einer langen Corona-Pause ging am 15. Oktober das Hallenfußballturnier in Sulzgries wieder an den Start. Das Turnier wurde von Amicitia und dem FC Esslingen veranstaltet und neben dem TV Nellingen united und vielen anderen Akteuren war natürlich auch wieder eine Mannschaft der Lebenshilfe Esslingen dabei.

Das Fußballfieber ist übergesprungen und das Event war wieder ein voller Erfolg. Großer Dank gilt den Veranstaltern und allen Mitspielern. Das ist Inklusion live!

Erika Synovzik

Mein **LEBENSMOMENT**

Stefanie Wurm

Dass ich in der Tagesbetreuung arbeiten darf, das ist mein größter Lebensmoment.

Es bereitet mir große Freude in der Gemeinschaft mit anderen zusammen zu backen und füreinander da zu sein. Am liebsten backe ich Schokoladenkuchen und darüber freuen sich immer alle in der Tagesbetreuung.

Scan mich und schau Dir Steffis Video an.

Eine Reise der Selbstentdeckung und des persönlichen Wachstums

Die Jugendzeit ist eine aufregende, aber auch herausfordernde Zeit im Leben eines jeden Menschen. In dieser Phase des Erwachsenwerdens loten viele junge Menschen ihre Grenzen aus und suchen nach neuen Erfahrungen. Ob es darum geht, neue Hobbys auszuprobieren oder verschiedene Menschen kennenzulernen – jede Erfahrung eröffnet neue Wege, Talente und Interessen zu entdecken und eine positive Identität aufzubauen.

Es ist wichtig, dass Jugendliche Unterstützung von ihren Eltern, Freunden und anderen vertrauenswürdigen Erwachsenen erhalten. Offene Kommunikation, Empathie und Verständnis können dabei helfen, den Übergang zur Erwachsenenwelt zu erleichtern.

Nico ist 16 Jahre alt und besucht die Rohräckerschule in Esslingen. Im Gespräch mit Frank Wagner berichtet er über Aktuelles aus seinem Lebensalltag.

Die neue Schulklasse, die Nico seit September besucht, gefällt ihm richtig gut. Er hat Interesse und Freude, in die Schule zu gehen. Es gibt Lehrkräfte, die gezielt sein Interesse mit spannenden Themen und

Fächern wecken. Vor Kurzem hatte er sogar die Möglichkeit, mit einem Rasentraktor zu fahren. Mit einer Geschwindigkeit von rund zehn Stundenkilometern mähte Nico im Erlebnisgarten der Schule ein kleines Stück des Rasens. „Zunächst hatte ich etwas Angst, aber dann war es lustig, den Rasentraktor zu lenken und die Pedale zu drücken“, erzählt Nico. Ganz stolz berichtet er auch, dass er nun gelernt habe, mit dem Computer umzugehen. Sein Vater habe ihn dabei unterstützt.

Nico ist ein Familienmensch. Seine Familie ist ihm sehr wichtig. Gerne verbringt er Zeit mit allen. Vor allem aber liebt er die gemeinsamen Ausflüge. So war es zum Beispiel ein ganz besonderer Moment, als Nico mit seiner Familie zum allerersten Mal in den Freizeitpark nach Tripsdrill gefahren ist. „Das war der Wahnsinn“, berichtet Nico ganz euphorisch. Allerdings erzählt er auch, dass ihn an diesem Tag leider eine Wespe gestochen hatte. Dennoch bleibt dieser Tag in sehr schöner Erinnerung.

Rückblickend auf seine Kindheit beschreibt Nico, dass er nun etwas ruhiger geworden ist, gleichzeitig meint er auch, dass früher als Kind einiges einfacher war. Nun trage er mehr Verantwortung, müsse auf mehr Dinge im Alltag achten und vor allem im Mathematik- und Deutschunterricht gut aufpassen. Denn die Fächer sind „wichtig für den späteren Beruf“, sagt er.

Als Berufswunsch hatte Nico bereits schon öfter geäußert, er wolle Verkäufer werden. Nun habe er aber auch ein paar neue Ziele vor Augen: Er will Wissenschaftler oder Erfinder werden und erklärt, er wolle die Gesellschaft voranbringen, und den Menschen solle es gut gehen. Nico spricht sogar von sozialer Gerechtigkeit und verblüfft nahezu mit seinen erwachsenen und philosophischen Aussagen. Auf die Frage, wie es ist, als Jugendlicher körperlich zu wachsen, entgegnet er sogar mit den Worten: „Körperliche Größe ist nicht alles. Wahre Größe kommt von innen.“ Sensationell, wie sich Nico mit seinen 16 Jahren ausdrücken kann!

Wie jeder andere Jugendliche verbringt Nico auch gerne Zeit mit Freunden aus der Schule. Er spielt Kartenspiele wie Uno, hört gerne Musik am Handy und zockt auch das eine oder andere Spiel am Computer. Gleichzeitig äußert er aber auch, er ziehe sich gerne mal zurück und genieße dann die Ruhe.

Nico hat noch viele Ideen und Wünsche. Seine Reise der Selbstentdeckung und des persönlichen Wachstums ist noch lange nicht beendet.

Frank Wagner

Verabschiedung Angelika Locke

Am 15.06.1992 hat Angelika Locke ihre Tätigkeit in der Hauswirtschaft bei der Lebenshilfe Esslingen begonnen, den größten Teil davon als Leiterin der Hauswirtschaft.

Mehr als 30 Jahre hat sie liebevoll und mit viel Geschick dazu beigetragen, dass sich die Bewohner*innen in unseren Einrichtungen und auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter immer wohlfühlen konnten. Jetzt naht der wohlverdiente Ruhestand und wir müssen Abschied nehmen von einer beeindruckenden Frau, die uns als Kollegin und Führungskraft sehr ans Herz gewachsen ist.

Ein Abend im Steinbruch

Ein besonderer Open-Air-Kinoabend in ausgefallener Atmosphäre. Die Rotary-Clubs Esslingen und Esslingen-Neckarland hatten im Juli zum Film „Sommer auf drei Rädern“ in den Steinbruch der E. Bayer Baustoffwerke eingeladen. 8-10 Gäste der Lebenshilfe Esslingen e.V. konnten am Kinoabend teilnehmen.

Sofort wurde in den ABW-Teams und in den Häusern nachgefragt, wer denn gerne teilnehmen würde. Schließlich fand sich eine Gruppe von neun Personen zusammen. Damit auch alle zum Steinbruch gelangen konnten, organisierten die Rotary-Clubs Fahrgemeinschaften für die Teilnehmenden.

Am 21. Juli fand das Klappstuhlkino schließlich statt. Mitglieder der Rotary-Clubs holten die Filminteressierten zu Hause ab. Vor Ort war alles bereits arrangiert und an alles gedacht. So gab es Rote Wurst, Grillkäse sowie Getränke und sogar ein WC im Steinbruch. Während das Publikum auf die Dunkelheit wartete, spielte Musik. So war noch etwas Zeit, um ins Gespräch zu kommen und sich kennenzulernen. Nach Sonnenuntergang wurde es für so manchen unter freiem Himmel überraschend kalt. Aber auch dafür war vorgesorgt, denn es gab genug Decken, in die man sich einwickeln konnte.

Ein persönliches Highlight war das Kennenlernen der Moderatorin Sonja Schrecklein.

Schließlich nahmen alle auf den bereitgestellten Klappstühlen Platz und erwarteten gespannt den Film. Gezeigt wurde „Sommer auf drei Rädern“ – die Geschichte des Außenseiters Flake, der sich mit seinem Namen schwertut und es nicht schafft, dem Mädchen, in das er heimlich verliebt ist, seine Gefühle zu gestehen. Auf eine Reihe falscher Entscheidungen folgen die Begegnungen mit der Drogendealerin Kim und dem verbitterten Rollstuhlfahrer Philipp. Aus diesen Zutaten entsteht ein Roadmovie, das in einem Piaggio-Mopedauto mit maximal 45 Stundenkilometern von Stuttgart zum Bodensee führt.

Der Film fand viel Anklang und die Zuschauer*innen blicken gerne auf diesen besonderen Open-Air-Kino Abend in einzigartigem Ambiente zurück.

Bastian Burger

STIFTEN SIE LEBENSHILFE

und helfen Sie wirksam und langfristig Menschen mit Behinderung.

Spenden- und Stiftungskonto: Kreissparkasse Esslingen
IBAN: DE31 6115 0020 0008 6412 10

www.stiftung-lebenshilfe-esslingen.de

Stiftung
Lebenshilfe
Esslingen

Zusammen sind wir weniger allein

Ein großer Lebensmoment steht bevor. Martina Brand und Tim Issler werden in eine gemeinsame Wohnung zusammenziehen. Beide erzählen Martin Oswald vom Kennenlernen und den Herausforderungen.

Wie haben Sie sich kennengelernt?
Tim Issler: Das war echt krass – in einer WhatsApp-Gruppe. Ein Freund von mir meinte, dass Tina doch auch dabei sein könnte. Das war vor fast drei Jahren.
Martina Brand: Erst dachte ich: „Wo bin ich denn hier gelandet?“ Dann hab ich mir Tim rausgepickt. Am 17.12.2020 bin ich das erste Mal zu Tim gefahren. Wir hatten uns vorher noch gar nicht gesehen. Ich war echt aufgeregt – aber es hat gleich gefunkt!

Wer kam auf die Idee zusammenzuziehen?
Tim Issler: Wir beide. Ich wohne in Kirchheim und Martina in Esslingen. Wir können einfach mehr Zeit miteinander verbringen, wenn wir zusammen wohnen. Und wir sparen noch Geld.

Sind Sie aufgeregt?
Martina Brand: Oh ja, ich bin total aufgeregt.
Tim Issler: Habe ich schon erzählt, dass wir verlobt sind? Ich hab aus Karton ein großes Herz gebastelt mit Kerzen und Blumen. Ich hab Tina zu mir eingeladen. Hab mich schick gemacht. Mit meinem Herz habe ich mich auf den Boden gekniet.
Martina Brand: „Was machst du denn auf dem Boden?“
Tim Issler: Als Tina das gecheckt hat, kamen ihr echt die Tränen, als ich ihr den Verlobungsring gegeben habe.

Wenn es bei Ihnen mal kracht, was macht Sie?
Martina Brand: Tim kann unglaublich viel babbeln. Wenn mir das am Telefon zu viel wird, leg ich einfach auf.
Tim Issler: Da hab ich keine Chance bei Tina, aber das ist okay (lacht). Wenn Tina mich nervt, denk ich mein Zeug.

Was gefällt Ihnen besonders aneinander?
Tim Issler: Ihr großes Herz. Besonders ihre Augen.
Martina Brand: Seinen Charakter, seine Zärtlichkeit, seine Zuneigung und seine Liebe zu mir. Das er wirklich für mich da ist, auch wenn es mir mal nicht so gut geht.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Martina Brand: Dass wir heiraten können. Das ist unserer nächster Plan.
Tim Issler: Dass alles ohne Probleme geht.

Alles Gute für die gemeinsame Zukunft.

Stiftung Lebenshilfe Esslingen ermöglicht besondere Lebensmomente

Ein „Mehr an Leben“ ermöglichen – das ist der Anspruch, den die Stiftung Lebenshilfe Esslingen an die geförderten Projekte hat. Farbe ins Leben bringen; Erlebnisse schaffen, auf die man sich freut und von denen man zehrt; Kompetenzen und Horizonte erweitern; Begegnungen schaffen – all das soll mit Unterstützung der Stiftung Lebenshilfe Esslingen möglich sein.

In diesem Jahr setzen Kuratorium und Vorstand der Stiftung mit dem Förderschwerpunkt Digitale Teilhabe einen wichtigen Impuls.

Stiftung Lebenshilfe Esslingen ermöglicht Projekt „Digitale Teilhabe für Menschen mit Behinderung“
Digitalisierung prägt unseren Alltag sowohl beruflich als auch privat immer stärker. Freizeit, Mobilität, Unterhaltung und Kommunikation sind für die meisten von uns ohne digitale Medien nicht mehr denkbar. Digitale Zugänge und Kompetenzen sind Voraussetzung für Teilhabe. Menschen mit Behinderung haben oft keinen Zugang zu digitalen Medien und benötigen deshalb verstärkt Unterstützung zur Aneignung digitaler Kompetenzen. Die Zielsetzung des Projekts ist:

1. Schaffung von Möglichkeiten zur aktiven digitalen Teilnahme in verschiedenen Lebensbereichen
2. Förderung der Medienkompetenz
3. Förderung der digitalen Kommunikation

Die Stiftung Lebenshilfe Esslingen unterstützt dieses Projekt durch eine großzügige Förderung.

Begleitet werden wir durch den externen Partner „Erdmännchen und Bär“, der über Erfahrungen in der Gestaltung von Prozessen zur digitalen Teilhabe und digitalem Lernen verfügt.

Ausflüge, Kultur und Spaß
Neben diesem Schwerpunkt fördert die Stiftung Lebenshilfe Esslingen viele weitere Projekte und Unternehmungen. Bei Ausflügen an den Bodensee und ins Blühende Barock werden andere Gegenden erkundet. Besuche einer Aufführung der Zauberflöte in Stuttgart oder des Figurentheaters im Haus Flandern versprechen Kulturgenuss. Mit der Teilnahme an Koch- und Backkursen an der Volkshochschule wird Neues ausprobiert. Spaß bringen der Besuch eines VfB-Spiels und ein Ausflug zum Legoland, ein abendlicher Besuch des Christmas Garden verzaubert die Sinne.

Herzlichen Dank an die Spender*innen, die es der Stiftung Lebenshilfe möglich machen, diese wichtigen Projekte und Unternehmungen zu fördern.

Elke Willi

Ambulant Begleitetes Wohnen: Neuer Wohnraum in Plochingen

Am 27. Juli 2023 fand die Übergabe der neuen Räumlichkeiten für Klient*innen im Ambulant Begleiteten Wohnen (ABW) in Plochingen statt. Nach und nach konnten die Mieter*innen in ihr neues Zuhause einziehen. Der ABW-Standort in Plochingen hat sich stark entwickelt und bietet nun 17 weitere Plätze in Ein- und Zweizimmer-Appartements sowie in einer Wohngemeinschaft für sieben Klient*innen an. Unser Dank gilt der Firma Pfisterer und der Pfisterer-Stiftung für die gute Zusammenarbeit. Wir freuen uns mit den neuen Mieter*innen.

Martin Wirthensohn

Mein **LEBENSMOMENT**

Katharina Höger

Ein wichtiger Moment in meinem Leben war, von Zuhause auszuziehen. Seit 3 Jahren wohne ich in einer inklusiven WG und bin schon viel selbstständiger geworden.

Das ist eine schöne Erfahrung.

Baufortschritt beim Haus Pfaffenackerstraße

Es geht voran auf der Baustelle in der Pfaffenackerstraße. Der Rohbau steht und bevor der Winter Einzug hält, wird das Dach das neue Gebäude verschließen. Beim Spatenstich im April schritten die künftigen Bewohner*innen der Pfaffenackerstraße zur Tat: Unter dem Beifall der Gäste setzten sie ihre Helme auf, griffen zu den Spaten und ließen die Erde durch die Luft wirbeln. Der Einzug ist im Oktober 2024 geplant.

Entstehen wird ein Wohnhaus für 20 erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung. Im Gebäude werden auch Räume für die Tagesbetreuung von sechs Senior*innen mit Handicap untergebracht. Im Dachgeschoss entstehen vier Wohneinheiten für Menschen im Ambulant Begleiteten Wohnen, die mit fachlicher Unterstützung relativ selbstständig leben können. Der Neubau ersetzt das derzeitige Wohnhaus Palmstraße, und die Bewohner*innen haben mit der Inbetriebnahme nur einen kurzen Weg für ihren Umzug.

Beim Baugrubenfest gab es lobende Worte von Michael Köber, dem Sachgebietsleiter der Behinderten- und Psychiatrieplanung im Landkreis Esslingen. „Neue Bauformen sind notwendig, da behinderte Menschen mittlerweile früher in die Selbstständigkeit gehen als zu früheren Zeiten. Das ist hier gewährleistet“, sagte Köber. Und Marius Osswald, der Amtsleiter für Soziales, Integration und Sport der Stadt Esslingen, freute sich über die „spürbare Lebensfreude“ in der Lebenshilfe, die deutlich wahrnehmbar sei.

Martin Wirthensohn

Die erste Wohnung

Sebastian Goldbach wohnt in einem modernen Einzimmer-Apartment in Plochingen. Als erstes zeigt er mir seine drei Wanduhren. Bei der einen zwitschert zu jeder Stunde ein anderer Vogel. Big Ben schlägt zur vollen Stunde an der zweiten Uhr, und die dritte Uhr ist eine Kuckucksuhr.

Martin Oswald spricht mit Sebastian Goldbach über seine neue Wohnung.

Wie alt sind Sie und wie lange wohnen Sie schon hier?
Ich bin 26 Jahre alt und wohne seit Mitte September im Haus Herrmannstraße in Plochingen.

Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Wohnung?
Inzwischen habe ich mich sehr gut eingelebt und bin sehr zufrieden. Ich fühle mich total wohl in der Wohnung und ich bin sehr selbständig.

Wo arbeiten Sie?
Ich arbeite im Laden Ums Eck auf dem Stumpenhof. Dort habe ich eine Woche Frühschicht und eine Woche Spätschicht. Freitags und Mittwochs bekommen wir immer die Ware. Wir kontrollieren, ob alles geliefert wurde. Wir haben auch einen Lieferservice. Die Kunden können anrufen und ihre Bestellung durchgeben, und wir liefern mit dem Fahrrad direkt zu den Kunden nach Hause.

Wie ist Ihr Tagesablauf?
Wenn ich Frühschicht habe, stehe ich um 6 Uhr auf und bin um halb acht am Stumpenhof. Um halb vier bin ich wieder zu Hause. Bei der Spätschicht bin ich erst kurz vor sieben zu Hause. Freitags spiele ich Tischtennis in Esslingen. Dienstags bin ich bei der Physiotherapie im Haus gegenüber.

War es leicht für Sie, von zu Hause auszuziehen?
Am Anfang ist es mir schon schwer gefallen. Besonders vor meinem Umzug war ich schon traurig, dass ich von zu Hause ausziehen werde. Meine Möbel sind von IKEA. Die gefallen mir gut. Ich hab eine Geschirrspülmaschine, dann muss ich nicht von Hand spülen.

Was haben Sie bisher gelernt?
Wäsche waschen, das musste ich vorher kaum machen. Aber einkaufen, kochen und putzen kann ich alles selbstständig.

Was macht Ihnen Spaß?
Ich treffe mich gerne mit Freunden. Neulich waren zwei Freunde von mir zu Besuch und wir haben zusammen gegessen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Ich wünsche mir eine Freundin. Bis Januar hatte ich eine Freundin. Aber sie war nicht so selbstständig wie ich. Das hat nicht so gut gepasst. Seitdem habe ich keine neue Freundin.

Vielen Dank für das Gespräch.

Raus in die Welt

Unser Sohn wird selbständig. Najma Goldbach beschreibt ihre Sicht zum Auszug ihres Sohnes.

Wie lange hat Sebastian bei Ihnen gelebt, bevor er ausgezogen ist, und wann ist die Entscheidung zum Auszug gefallen?
Sebastian hat seit seiner Geburt am 16. Februar 1987 mit uns zuhause gelebt. Ich denke, er war etwa 20 Jahre alt, als wir damit begannen, die Endlichkeit des Lebens seiner Eltern und die Nützlichkeit eines von uns unabhängigen Lebens hin und wieder anklingen zu lassen. Wir tasteten uns langsam voran. Uns ist wichtig, dass Sebastian sein Leben nicht erst allein bewerkstelligen muss, wenn wir ihn in der Zeit der Umstellung und damit verbundenen Änderungen nicht mehr begleiten und unterstützen können. Sondern jetzt, wo wir noch fit genug dafür sind.

Was war der Entschluss für den Auszug?
Sebastian war dann 2021 bereit, sich auf einen Auszug einzulassen. Er testete dann auch einmal eine Woche in einem Wohnheim in Esslingen. Leider gab es dort am Abend keine gemeinsam verbrachte Zeit im Wohnzimmer, und außerdem fühlte sich Sebastian auch unangenehm eingeschränkt in der Reglementierung in der Küche und mit dem Verbot, Kerzen anzuzünden.

Wie kamen Sie auf das Wohnprojekt in der Hermannstraße 18?
Das war das passende Angebot: Sebastian suchte ein Einzelapartment mit einem Betreuungsangebot, und Plochingen passt super. Er arbeitet auf dem Stumpenhof, wir wohnen auch dort, und die Wohnlage ist perfekt: Fußnah zum Bahnhof, so dass er sich leicht selbständig „in die Welt“ bewegen kann.

Ihre Herausforderungen vor dem Auszug?
Sebastian war ein paar Wochen vor dem Auszug sehr traurig, sein Zuhause bei uns aufgeben zu müssen. Das war eine sehr schwierige Zeit, die für uns alle schlimm war.

Schwierig war und ist die Tatsache, dass er nun nicht die Möglichkeit hat, sein tägliches Spring-Pensum auf einem großen Trampolin absolvieren zu können. Wir hoffen sehr, dass die Möglichkeit doch noch entsteht und wir ein Trampolin (für alle nutzbar) auf dem Grundstück aufstellen können.

Hatten Sie Sorgen, ob Sebastian das alleine schafft?
Kaum… Sorgen eher, ob es ihm gut geht.

Was wünschen Sie Sebastian für seine Zukunft?
Viel Spaß beim Wohnen mit eher Gleichaltrigen in der Nähe und dem guten Gefühl, eine Riesenmenge selbst hinzubekommen. ☺

Wie beschreiben Sie Ihren Lebensmoment zum Auszug von Sebastian?
Spannend und sehr beschäftigt mit dem Zusammenschrauben von Möbeln, wobei Sebastian überraschend gut in der Lage war, sich durch IKEA-Aufbauanleitungen Schritt für Schritt durchzuarbeiten.

Mein **LEBENSMOMENT**

Sarjo Jatta

Der wichtigste Moment in meinem Leben nach meiner Ankunft in Deutschland war der Abschluss meiner Ausbildung zum Altenpfleger. Ich kann damit Menschen helfen, habe viel für meine eigene Gesundheit dazugelernt und die Möglichkeit erlangt, in Deutschland zu bleiben.

Sarjo Jatta begann damit, von seiner Ankunft in Deutschland zu erzählen. Er sprach von Integration, vom Sprachkurs und von der vierjährigen Ausbildung zum Altenpfleger. Den Abschluss nannte er seinen „wichtigsten Moment in Deutschland", da er es ihm ermöglicht, in Deutschland zu bleiben. In seiner Heimat hat er ursprünglich Maler gelernt. In Deutschland war er zunächst als Fensterreiniger tätig. Über eine ehrenamtliche Deutschlehrerin kam er auf die Altenpflegeausbildung, die ihn davon überzeugt hat. Dabei hat er viel gelernt, was er auch für seine eigene Gesundheit nutzen kann. Sarjo Jatta wohnt seit Oktober 2020 in der IWG, in der er Aufgrund seiner akzeptierenden Art sehr geschätzt wird.

Wäldenbronner Straße 49
73732 Esslingen
Tel 0711 37 13 13

Seracher Straße 1
73732 Esslingen
Tel 0711 30 07 12 38

Holunderweg 8
73733 Esslingen
Tel 0711 88 87 79 26

3x IM ESSLINGER NORDEN

www.baeckerei-conzelmann.de

CONZELMANN
Bäckerei Konditorei Café

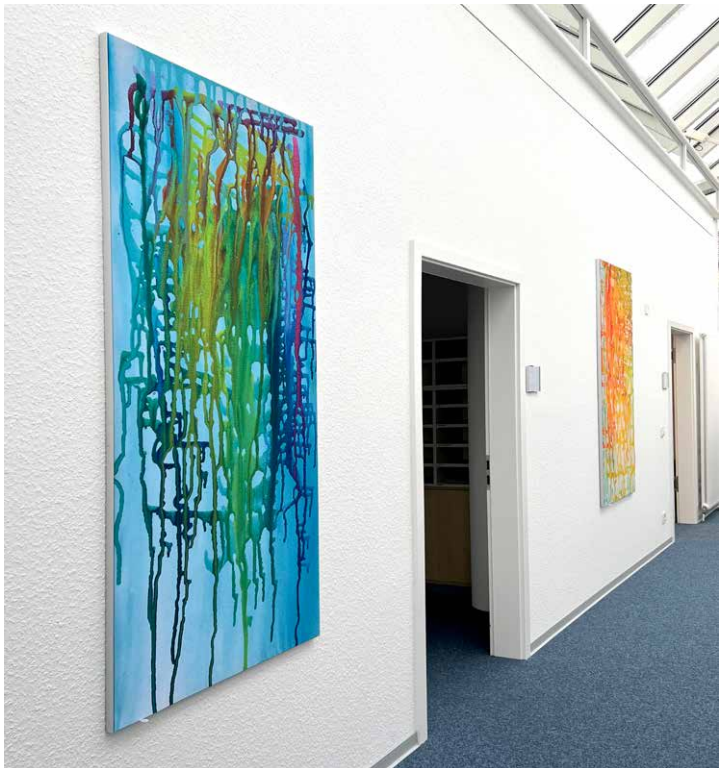
Malwerkstatt am Mühlenbach

Auch in diesem Jahr fand dank der großzügigen Unterstützung durch die Stiftung Lebenshilfe Esslingen ein Malkurs für erwachsene Menschen mit Behinderungen statt. Die Künstlerin Corinne Fischer stellte ihre ideal ausgestattete Malwerkstatt am Mühlenbach in Esslingen-Weil zur Verfügung und inspirierte und unterstützte die Teilnehmer*innen des Kurses mit kreativen Ideen und ihrer künstlerischen Fachlichkeit.

Inzwischen gab es bereits eine Ausstellung im Haus Flandernstraße, und einige Bilder hängen nun dauerhaft in der Geschäftsstelle der Lebenshilfe in der Bahnhofstraße 29.

Die Teilnehmer*innen können stolz auf sich und ihre Leistungen sein!

Erika Synovzik



Mein **LEBENSMOMENT**

Bastian Burger

Mit meinem Freund zusammenzuziehen, war für mich ein schönes Ereignis. Wir hatten zuvor fünf Jahre in unterschiedlichen Städten gelebt. Eine gemeinsame Wohnung nach den eigenen Vorstellungen einzurichten, hat viel Spaß gemacht. Wir fühlen uns dort sehr wohl und die Nähe zueinander tut gut.

Endlich mehr Ferienprogramme

In diesem Jahr haben die Offenen Hilfen zum ersten Mal in fast allen Ferien ein Ferienprogramm angeboten. Die Nachfrage von Familien mit Kindern und Jugendlichen mit Behinderung nach mehr Ferienprogrammen ist sehr groß. Deshalb gibt es nun in den Faschings-, Oster-, Pfingst-, Sommer- und Herbstferien jeweils ein Ferienprogramm für Kindergarten- und Schulkinder. Zum Teil finden diese Angebote in den

Räumen der Offenen Hilfen in der Flandernstraße statt, aber auch während zwei Wochen in den Sommerferien im Rohräckerzentrum. Da die Anmeldezahlen so hoch sind und die Räume in der Flandernstraße nur ein Ferienprogramm für eine kleine Gruppe ermöglichen, planen wir derzeit gemeinsam mit dem Amt für Kreisschulen, dass das Osterferienprogramm ebenfalls im Rohräckerzentrum stattfinden kann. So könnten dort wegen der ausreichend und sehr gut ausgestatteten Räume viel mehr Kinder in den Genuss von Ferienprogrammen kommen.

Mit dem Amt für besondere Hilfen gab es im Lauf des Jahres außerdem erfreuliche Verhandlungen zum Ausbau von mehr Ferienprogrammen. Für 2024 ist nun geplant, dass es basierend auf einer neu entwickelten Rahmenkonzeption sowie einer Leistungsvereinbarung möglich wird, Ferienprogramme auskömmlich zu finanzieren und mit einem angemessenen fachlichen Standard anzubieten. Es ist geplant, dass diese Ferienprogramme nach einem ver-

einfachten Antragsverfahren ohne Einkommens- und Vermögensprüfung als Eingliederungshilfe-Leistung[1] abgerechnet werden können. Das ermöglicht den betroffen Familien, die Budgets der Pflegeversicherung (Verhinderungspflege und Entlastungsleistungen) für andere notwendige Unterstützungsangebote einzusetzen.

Vor allem für Familien mit Kindern mit schwerer Mehrfachbehinderung oder auch herausforderndem Verhalten ist dies ein riesiger Schritt zu mehr Entlastung und Unterstützung in ihrem Alltag und natürlich vor allem auch in den Ferien.

Hinzukommt noch eine andere erfreuliche Entwicklung: Ab Herbst 2026 wird sukzessive bundesweit mit dem Auf- und Ausbau der verlässlichen Grundschule begonnen. Das bedeutet auch für Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren, also auch für das Rohräckerzentrum, dass Grundschüler bis auf vier Ferienwochen im Jahr verlässliche Ferienprogramme angeboten bekommen.

Wir begrüßen diese bundespolitische Entscheidung sehr und können uns gut vorstellen, unser bisheriges Angebot an Ferienprogrammen dahingehend auszuweiten.

Ferienprogramme sind für Kinder und Jugendliche mit oder ohne Handicaps eine sehr gute und bereichernde Möglichkeit, die Ferien zu verbringen. Man kann sich mit anderen Kindern treffen, schöne Dinge miteinander erleben, Neues ausprobieren und erkunden, einfach nur Spaß miteinander haben oder nur zusammen chillen.

Ferienprogramme kann es nicht genug geben. Alle Kinder mit Behinderungen sollten die Möglichkeit haben, dies erleben zu können. Und auch für die Familien, die Eltern und Geschwister bieten diese Angebote in den Ferien Freiräume zur Entlastung, um neue Kraft zu tanken, selbst zu entspannen und sich zu erholen. Ferienprogramme sind für alle ein Win-Win-Angebot! Unser Angebot der Ferienprogramme für 2024 finden Sie in der Broschüre der Offenen Hilfen.

Erika Synovzik

[1] Der „Kurzantrag für Kinder und Jugendliche“ für diese Eingliederungshilfe-Leistung kann auf der Homepage des Landratsamtes Esslingen heruntergeladen werden.

Kreative Lebensmomente

Nils Herbst gehört als Teilnehmer der ein Mal im Monat stattfindenden Kunstkursen im Malwerk am Mühlbach zu den “jungen Wilden“. Er mag die bunten Farben, am liebsten ein leuchtendes Orange, arbeitet gerne mit dicken Pinseln und Filzstiften.

Seine Lachanfälle sind wunderbar und zeigen deutlich, wie wohl er sich in der fröhlichen Atmosphäre der Werkstatt fühlt und wie gut ihm das Miteinander in der kreativen Gruppe gefällt.

Corinne Fischer

Wechsel in den Pflegebereich

Eine Ausbildung zur sinnerfüllenden Tätigkeit

Martin Oswald hat mit Bärbel Wurm über ihren Wechsel in die Behindertenhilfe gesprochen.

Wie lange arbeiten Sie schon bei der Lebenshilfe?
Seit siebeneinhalb Jahren, drei Jahre davon war ich in der Ausbildung.

Wo haben Sie vorher gearbeitet?
In der Gastronomie, aber ich wollte mich verändern. Ich war 48 Jahre alt und es war mir wichtig, eine Ausbildung zu machen.

Was hat Sie dazu bewogen, eine Ausbildung zur Altenpflegerin zu machen?
Meine Tochter hat eine leichte Behinderung. Mich hat es immer begeistert, wie ehrlich und direkt sie mit ihren Freunden umgegangen ist. Wenn es ihr gut ging, ging es ihr gut. Wenn sie beleidigt war, war sie beleidigt. Ihre Gefühle kamen ungefiltert. Durch ihre Freund*innen aus der Rohräckerschule war ich häufig in Kontakt mit anderen Menschen mit Behinderung. Die Ehrlichkeit und Offenheit der Menschen hat mich beeindruckt. Es war mein Einstieg zur Lebenshilfe Esslingen. Die Lebenshilfe hat zu dieser Zeit viele Mitarbeiter*innen für den Pflegebereich gesucht. Mit einer Ausbildung zur Altenpflegerin war es mir möglich, bei der Lebenshilfe Esslingen zu arbeiten.

Hat sich die Entscheidung für Sie gelohnt?
Auf jeden Fall. Ich wollte das Gefühl haben, dass ich genauso gerne zur Arbeit gehe, als würde ich nach Hause kommen. Das habe ich erreicht. Es ist eine Arbeit von Menschen für Menschen. Ich bin hier direkt dabei. Anders als in der Altenpflege arbeiten wir in einer Wohngruppe. Es ist das Gesamte: Wir begleiten die Menschen im Alltag, beim Arztbesuch genauso wie bei Liebeskummer. Bei den kleinen oder den großen Problemen. Wir sind für die Menschen mit Behinderung da und es ist eine sinnerfüllende Tätigkeit.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?
Mehr Zeit für mich. Für die Arbeit wünsche ich mir ein starkes und beständiges Team, das für unsere Klient*innen da ist. Als ich angefangen habe, gab es wenig Berührungspunkte zwischen den Mitarbeiter*innen und Klient*innen vom ersten und zweiten Obergeschoss. Das hat sich weiter entwickelt, und wir sind inzwischen ein gemeinsames Wohnheim.

Worüber freuen Sie sich?
Dass ich meinen Hund Yuna mitbringen darf. Das freut besonders die Bewohner*innen und auch die Mitarbeiter*innen. Es ist für uns alle eine große Bereicherung.

Vielen Dank für das Gespräch.

vrk

Nachhaltig gut versichert

Ich berate Sie gern!
Marc Fink

VRK Agentur
Marc Fink
Mobil 01522 1812877
marc.fink@vrk-ad.de

Musikprojekt

Ein gemeinsames Musikprojekt mit der Musikschule Esslingen und Student*innen der Hochschule für Sozialwesen Esslingen. Wir konnten verschiedene Musikinstrumente kennenlernen und haben gemeinsam musiziert. Christian Pfeifer, stellvertretender Schulleiter der Musikschule Esslingen, wird voraussichtlich ein weiteres Projekt im neuen Jahr anbieten.

Mein **LEBENSMOMENT**

Oli Kremer

Ich gehe gern in die Schule und liebe Eisessen.

Mein **LEBENSMOMENT**

Emma Kleisch

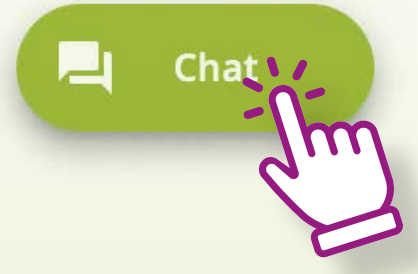
Die Übernachtung bei meiner Freundin.

www.baerenapotheke-esslingen.de

Hier shoppt der Bär

Alle Preise sind online garantiert günstiger. Online und vor Ort. Immer bärenstark!

Dabei müssen Sie nicht einmal auf die gewohnte Beratung verzichten: *einfach ‚Chat' anklicken und wählen, ob Sie ein Rezept hochladen, ein Medikament anfragen oder eine Beratung wollen.*



Dr. Schittenhelms

Bären Apotheke

Wäldenbronner Straße 44
73732 Esslingen am Neckar
Fon (0711) 375 116

Öffnungszeiten:

Online:	rund um die Uhr
Mo. - Fr.:	8 - 18:30 Uhr
Sa.:	8 - 13 Uhr

€ 5.- ***Jetzt registrieren und Gutschein sichern!***
Einfach mit dem Smartphone den QR-Code scannen und los geht's!

Für die einen ist es
nur ein Haus.
Für mich
mein Zuhause.

Zuhause

Ihre Spende hilft!

Spenden Sie Lebensraum – wirksam und langfristig!

Liebe Leserinnen und Leser,

gemeinsamer Lebensraum und selbständiges Leben sind wichtig für Menschen mit Behinderung. Die Lebenshilfe Esslingen baut ein Wohnhaus für 24 erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung.

Unterstützen Sie das neue Zuhause für Menschen mit Behinderung.

Der Spatenstich ist erfolgt, das Fundament gesetzt und die Bauarbeiten sollen im Herbst 2024 abgeschlossen sein. Heute schon freuen sich die neuen Bewohner*innen auf ihr neues Zuhause.

Trotz Zuschüssen und künftigen Erträgen aus dem Betrieb muss die Lebenshilfe einen Teil der Gesamtkosten tragen. Wir benötigen Ihre Unterstützung beispielsweise für die Wohnungen des Ambulant Begleiteten Wohnens, für die gute Gestaltung des Gartens und für die Ausstattung der Gemeinschaftsräume.

Herzlichen Dank für Ihre wichtige Spende!

Ihre Elke Willi
Vorstand Stiftung Lebenshilfe Esslingen

Hausansicht, Architekturskizze

Der Spatenstich ist erfolgt

Der Rohbau steht

Stiftung
Lebenshilfe
Esslingen

Spendenkonto
Stiftung Lebenshilfe Esslingen
Kreissparkasse Esslingen
IBAN: DE31 6115 0020 0008 6412 10
BIC: ESSLDE66XXX

FREIWILLIGENDIENST
Dein FSJ oder BFD bei der Lebenshilfe Esslingen

Du willst Dich engagieren und dabei auch Spass haben? Vor allem das Miteinander ist Dir wichtig?

Dann bist Du bei uns richtig!
Wir feuen uns auf Dich.

Interessiert?
personal@lebenshilfe-esslingen.de
Tel.: 0711 937 888 - 118
www.lebenshilfe–esslingen.de

Voll das Leben!
Lebenshilfe
Esslingen

Impressum

Herausgeber
Lebenshilfe Esslingen e.V.
Bahnhofstraße 29
73728 Esslingen
Tel.: 0711 - 93 78 88 - 0
Fax.: 0711 - 93 78 88 - 150
info@lebenshilfe-esslingen.de
www.lebenshilfe-esslingen.de
Verantwortlich: Elke Willi

Redaktionsteam
Bastian Burger, Martin Oswald, Astrid Schlese, Erika Synovzik, Lisa Timm, Frank Wagner, Elke Willi.
Bildnachweise:
wenn nicht gekennzeichnet:
- Archiv Lebenshilfe
- Leichte Sprache © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.
- Alle anderen: Lebenshilfe Esslingen.

Druck: GO Druck, Kirchheim
Auflage: 1.600 Exemplare

Vorstand
Elke Willi
(Vorstandsvorsitzende)
Martin Wirthensohn
(Kaufmännischer Vorstand)

Spendenkonten:
KSK Esslingen-Nürtingen
IBAN: DE33 6115 0020 0008 2882 88
BIC: ESSLDE66XXX
Volksbank Mittlerer Neckar
IBAN: DE32 6129 0120 0619 3940 13
BIC: GENODES1NUE
Wir bedanken uns bei allen, die an dieser Ausgabe mitgewirkt haben.

Geschmack verbindet

Entdecken Sie die Vielfalt bei der WEK

Café MORLOCK
Konditorei ▪ Eis
Ein Projekt der Werkstätten Esslingen | Kirchheim
Teckplatz 3 | Plochingen
Tel. 07153/ 271 92

Café SONNE
Konditorei ▪ Eis
Ein Projekt der Werkstätten Esslingen | Kirchheim
Blarerplatz 8 | Esslingen
Tel. 0711/ 30 51 19 80

Café MITTENDRIN
Ein Projekt der Werkstätten Esslingen | Kirchheim
Otto-Mörike-Str. 4 | Kirchheim
Tel. 07021/ 488 65 66

UM'S ECK
Mein Kauftreff.
Ein Projekt der Werkstätten Esslingen | Kirchheim
Teckplatz 12 | Plochingen
Tel. 07153/ 927 80 55

MAULTASCHEN LÄDLE ARBEG CARE
Zehntstraße 25 | Deizisau
Tel. 07153/ 92 19 42

Die WEK bietet über 500 Menschen mit geistiger und körperlicher Behinderung einen Arbeitsplatz in der Region.

www.w-e-k.de

WEK ARBEG CARE ARBEG INKLUSION
Werkstätten Esslingen | Kirchheim

Sozialstation
ESSLINGEN

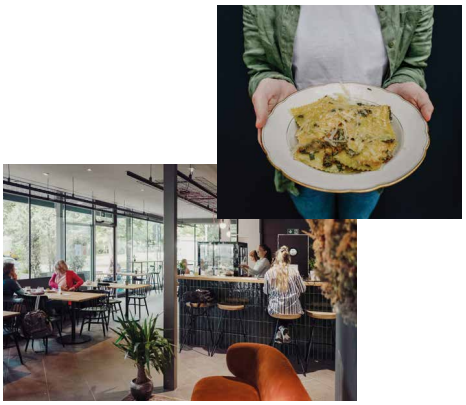
Wir sind bunt!

In Esslingen und für Esslingen – seit 1973
Frei. Unabhängig. Gemeinnützig.
Größter ambulanter Pflegedienst im Landkreis Esslingen.

sozialstation-esslingen.de

LORE

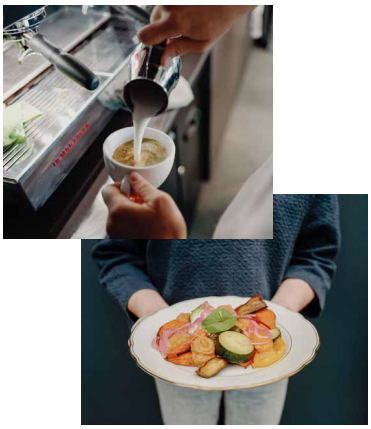
Esslingens neues Café – immer einen Ausflug wert. Feinste Köstlichkeiten, Kaffee, Kuchen und täglich wechselnder Mittagstisch. Mehr als nur barrierefrei – Mit einer „Toilette für Alle"!



Blumenstraße 72
73728 Esslingen
0711 39 69 88 31

INFOS & ÖFFNUNGSZEITEN:

lore.esslingen
www.lore-esslingen.de



LORE – Ein Projekt der Sozialstation Esslingen