

# Miteinander Leben

[www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)

Zeitschrift der Lebenshilfe Vorarlberg | Ausgabe 2/19

*Träume nicht dein Leben - lebe deinen Traum*



## Kompetenzen

... gemeinsam bündeln und „mitanand“  
für mehr Lebensqualität sorgen.



# I feel the ENERGY

wenn im Kopswerk II  
die Maschinen laufen!

Simon Manahl, Metalltechnik

Meine Ausbildung bei der  
illwerke vkw

SICHERE DIR  
JETZT DEINEN  
SCHNUPPER-  
TERMIN

für Jänner und Februar  
2020

# THEMEN

	SEITE
<b>DAS THEMA:</b> <b>Gemeinsam Kompetenzen bündeln</b>	4



<b>SCHREIB &amp; KUNST WERKSTATT</b>	15
Digitalisierung – schöne neue Welt	15
Ein Rückblick auf unsere Arbeit als Selbstvertreter	16
5 Fragen an: Hanna Kamrat	18
<b>MAGAZIN</b>	19
Sexual(päd)agogik: „Wege zur selbstbestimmten Sexualität“	20
IAZ: Vom Jugendcoaching zur richtigen Ausbildung	22



<b>INFORMATION &amp; BERATUNG</b>	26
<b>KURZMELDUNGEN</b>	28
<b>FREUNDE &amp; GÖNNER</b>	29
<b>TERMINE</b>	30

*Titel: Lara Heidegger (M.) mit Angehörigen und Lebenshilfe-ExpertInnen bei der „Persönlichen Zukunftsplanung“.*

# VORWORT

## „Um was geht es?“

Zum Thema Kompetenznetzwerk fiel mir das Gespräch der beiden Buben beim Stundenlauf ein. Mit ihren Überlegungen „Kräfte sammeln, bündeln, nutzen, zemma si ist schö“.

„Um was geht es?“, fragt David beim Stundenlauf in Dornbirn. Mein Enkel Christoph atmet tief durch und antwortet „mitrennen“. Die beiden sechs Jahre alten Buben laufen vor mir her. Ich habe sie nach ihrem großartigen Sprint am Start endlich eingeholt. David zeigt auf sein Nummernschild vom Stundenlauf und ruft „Christoph, Kraft sammeln zum Weiterrennen“. Seine Zwillingsschwester Miriam zieht mit ihrem Papa gleichmäßig an uns vorbei. Jasmin im Elektro-Rolli legt sich in die Kurve und ruft beim Vorbeifahren „Hopp hopp“. Alle laufen in unterschiedlichem Tempo. Die beiden Buben starten durch in die nächsten Runden. Nach dem Stundenlauf sitzen alle zufrieden zusammen, teilweise außer Atem, kunterbunt, Familien mit Kindern, Firmengruppen, Freunde und Nachbarn. Christoph sitzt mittendrin und sagt: „Oma, zemma si ist schö“.

Die Frage „Um was geht es?“ nehmen wir bei der Lebenshilfe als Ausgangspunkt und erweitern sie mit „Um wen geht es und mit wem?“. Im Mittelpunkt unserer Kompetenznetzwerke stehen Menschen mit Beeinträchtigungen, die von qualifizierten Mitarbeitenden der Lebenshilfe Vorarlberg unterstützt werden. Es geht dabei um die Verbesserung ihrer Selbstbestimmung und ihre gesellschaftlichen Teilhabe. Gemeinsam gilt es, achtsam zu sein und zu Überlegen, wie wir ihnen noch mehr Lebensqualität ermöglichen können.

In der aktuellen Ausgabe der „Miteinander Leben“ wollen wir Ihnen einige Kompetenznetzwerke, wie zum Thema Pflege, Persönliche Zukunftsplanung, Autismus oder Hilfsmittel näher vorstellen. Dazu gibt es einen Beitrag zur „Sexual(päd)agogik“, Informationen zur „NutzerInnen Befragung“ und zum Thema Gewaltschutz. Ich wünsche viel Freude beim Lesen.



*Dr. Adriane Feurstein  
Präsidentin der Lebenshilfe Vorarlberg*



Martin Dang (l.) mit Anette Omann, Teamleiterin „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“ und Lothar Winter, Leiter der Werkstätte Lustenau Rheinstrasse.



Martin Dang (l.) mit seiner Mutter beim E-Rollstuhl-Training. Daneben mit Lothar Winter beim Üben am Computer.



# Selbstbestimmt die eigene Zukunft planen

**Im Kompetenznetzwerk „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“ unterstützt ein qualifiziertes Team Menschen mit Behinderungen bei ihrer Lebensgestaltung. Wie etwa Martin Dang aus Lustenau, der mit Hilfe seiner Angehörigen, Begleitpersonen und weiteren Wegbegleiterinnen bzw. -begleitern seine Ziele verwirklichen will.**

Wenn man Martin Dang in der Werkstätte Rheinstrasse in Lustenau bei der Arbeit besucht, fällt einem sofort seine offene und fröhliche Art auf. Aber man sieht auch, dass er sich trotz Gehhilfe sehr schwer mit der Fortbewegung tut. Das ist auch etwas, was der 38-Jährige in Zukunft ändern möchte und noch einiges mehr. „Ich probiere einen E-Rolli aus. Zuhause übe ich. Es macht Spaß“, erzählt Martin Dang ganz stolz. Bereits in seiner Schulzeit im Schulheim Mäder hatte er einen Elektro-Rollstuhl, mit dem er sich selbstständig fortbewegen konnte. Allerdings war es nur ein Leihgerät der Schule, das er nur dort verwenden konnte. Seit 2016 arbeitet er nun in der Lebenshilfe-Werkstätte und ist durch die Gehhilfe nicht mehr so beweglich. „Ich möchte einen eigenen E-Rolli. Dann kann ich überall hinfahren“, so der 38-Jährige. Bei diesem Ziel wollen ihn viele unterstützen, ganz besonders seine Mutter und Annette Omann, Leiterin vom Team „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“.

## Individuelle Begleitung

„Als Martin in die Werkstätte wechselte waren wir bereits bei der Begleitung dabei. Er wollte gerne arbeiten und so

war die Kombination aus zwei Werkstätten in Lustenau ideal. Heute arbeitet er zwei Tage in der Rheinstrasse, zwei Tage im Loretoweg und einen Tag malt er im ARTelier Lustenau, das sich in der Werkstätte Rheinstrasse befindet“, berichtet Annette Omann.

Durch die Wochenstruktur konnten so Arbeitszeit und Pflege ideal auf die Bedürfnisse des 38-Jährigen abgestimmt werden. „Ich schaffe gern. Aber brauche mehr Pausen. Kann nicht alles alleine, aber mit Hilfe geht's gut“, ergänzt Martin Dang. Besonders der Austausch zwischen den Teams der beiden Werkstätten ist wichtig. „Wir tauschen uns regelmäßig aus und da hilft es sehr, dass wir nicht weit auseinander liegen. Jeden Mittag gehen wir zudem mit allen im Loretoweg Mittagessen. Gemeinsam wird besprochen, wenn zum Beispiel etwas besonders war oder Martin einen Wunsch zur Veränderung hat. So können wir etwas verbessern oder anpassen“, erklärt Lothar Winter, Leiter der Werkstätte Lustenau Rheinstrasse.

## Zukunft gemeinsam verändern

Doch auch für seine berufliche Zukunft hatte Martin Dang Wünsche. Er wollte unbedingt in einer Firma arbeiten. Um ihm bei der Verwirklichung seiner Wünsche zu unterstützen, wurde im letzten Mai ein „Unterstützerkreis“ einberufen. Dabei konnte Martin Dang selbst bestimmen, wen er alles dazu einlädt. Anwesend waren seine Mutter Ngoc Dung Dang und seine Schwester, Begleitpersonen aus den Werkstätten, Geschäftsführer Arnt Buchwald und seine ehemalige Lehrerin Judith Dreymann aus dem Schulheim Mäder sowie Annette

Omann. Gemeinsam legten sie Ziele fest und wer Martin wie bei der Umsetzung unterstützt. „Annette kann ich immer fragen, auch beim Antragstellen für den E-Rolli. Sie und Franz-Josef Feurstein, Zuständiger für die Hilfsmittel bei der Lebenshilfe, haben mir dabei geholfen. Das Schulheim Mäder hat uns wiederum einen Rolli geliehen. Martin übt jetzt immer fleißig zuhause“, ist Mutter Ngoc Dung Dang stolz.

Das Training für einen externen Arbeitsplatz hat Werkstätten-Leiter Lothar Winter übernommen. Zweimal in der Woche übt er mit Martin Dang kleine Bürotätigkeiten, wie etwa Listen am PC eintippen. Den Computerführerschein selbst hat der 38-Jährige bereits geschafft. Das Ziel, das beide vor Augen haben, ist ein Arbeitsplatz in JobKombi. Also, dass Martin Dang stundenweise in einer Firma arbeitet und die restliche Woche weiterhin in der Werkstätte. In einem Jahr werden sich alle aus dem Unterstützerkreis und Martin Dang wieder treffen. Um zu schauen, wie weit er seinen Zielen mit Unterstützung gekommen ist.

## INFO

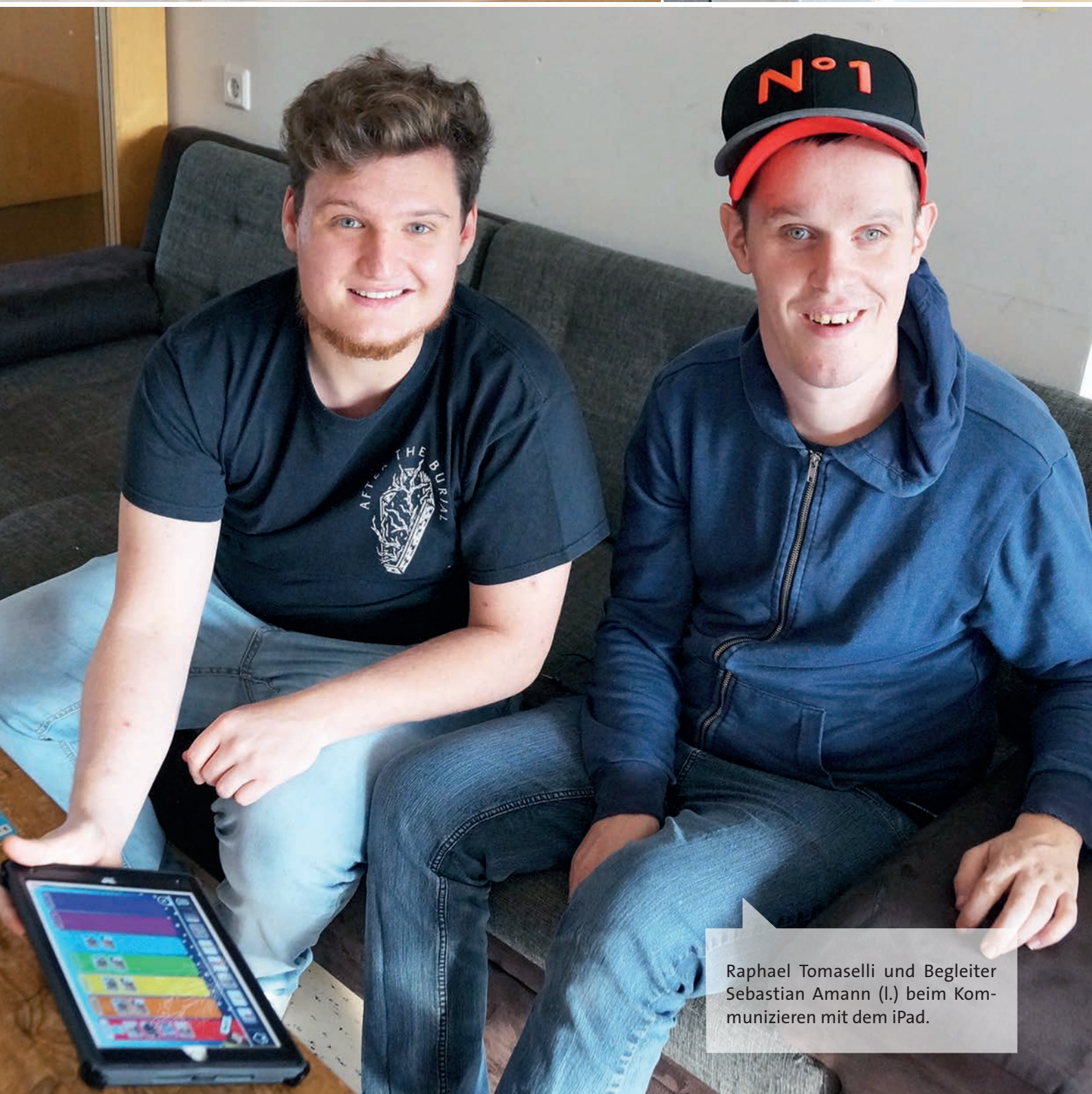
### Was ist PZP?

In der Lebenshilfe Vorarlberg ist „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“ (PZP) die zentrale Dienstleistung, wenn es um die Lebensgestaltung von Menschen mit Behinderungen geht. Mit einem „Unterstützerkreis“ formuliert die begleitete Person Ziele für ihr Leben und gemeinsam wird an der Verwirklichung gearbeitet. Ein wesentlicher Bestandteil von PZP ist das achtsame und individuelle Hinsehen auf die Bedürfnisse der Person. Und das auch für Menschen mit hohem und höchstem Unterstützungsbedarf.

„Ich möchte einen eigenen E-Rolli. Dann kann ich überall hinfahren.“



Raphael Tomaselli (o.) weiß durch die Fotos, wer und wann im Wohnhaus Dienst hat. Links sieht man den Koffer mit den Symbolbildern für seinen Tagesplan.



Raphael Tomaselli und Begleiter Sebastian Amann (l.) beim Kommunizieren mit dem iPad.

# Individuelle Begleitung für Menschen mit Autismus

**Aufgrund ihrer schwerwiegenden Beeinträchtigungen haben Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung einen besonderen Unterstützungsbedarf. Das Kompetenzteam der Lebenshilfe Vorarlberg hilft Mitarbeitenden bei Fragen zur individuellen Begleitung und bei der Gestaltung des Lebensumfeldes weiter. Es bietet spezielle Schulungen an.**

Das „Kompetenzteam Autismus“ setzt sich aus unterschiedlichen Mitarbeitenden der Lebenshilfe Vorarlberg zusammen, die im Bereich Wohnen, „Arbeiten & Beschäftigen“ oder im Familienservice tätig sind. Alle haben fundierte Ausbildungen absolviert und sie bilden sich regelmäßig weiter. „Als externer Berater unterstützt uns Ludo Vande Kerckhove und er ist oft bei unseren Austauschtreffen dabei. Hier besprechen wir neue Erkenntnisse, geben Fortbildungsinhalte weiter oder berichten über Beispiele aus dem Alltag. Eine weitere Möglichkeit des externen Austausches ist das multiprofessionelle Team des Landes Vorarlberg. Hier können sich alle Institutionen mit ihren Fragen zum Thema Autismus hinwenden“, erklärt Silvia Blatter, Koordinatorin des Kompetenzteams.

## Bestmögliche Begleitung

An Silvia Blatter direkt stellen die Mitarbeitenden der Lebenshilfe ihre Anfragen, die sie dann an die anderen Teammitglieder weiterleitet oder selbst übernimmt. Neben der Beantwortung konkreter Fragen, hilft das Kompetenzteam auch stundenweise vor Ort weiter. Die Mitarbeitenden werden so angeleitet und zum richtigen Umgang mit der begleiteten Person befähigt. Zudem wird über die Lebenshilfe-Akademie zweimal jährlich ein Basiskurs zu Autismus angeboten. „Alle unsere Angebote zielen auf eine bestmögliche Unterstützung der beglei-

„ Alle unsere Angebote zielen auf eine bestmögliche Unterstützung ab.“

teten Personen ab. Wichtig ist dabei präventiv zu arbeiten und nicht erst bei Krisensituationen weiterzuhelfen. Demnächst werden weitere Mitglieder ins Team kommen, die gerade ihre Ausbildung absolvieren“, so die Team-Koordinatorin und Leiterin des Wohnhaus Dr.-Alfons-Heinzle-Strasse in Götzis.

## Pädagogische Förderung

Bei der Begleitung von Menschen mit Autismus wird durch verschiedene Hilfsmittel versucht, Orientierung, Kommunikation und gesellschaftliche Teilhabe im Alltag zu ermöglichen. Raphael Tomaselli wohnt im Wohnhaus Dr.-Alfons-Heinzle-Strasse in Götzis und verwendet zur Orientierung etwa einen Tagesplan mit Symbolbildern. Am Vormittag findet sich darauf zum Beispiel das Bild fürs Zähneputzen, Frühstück oder fürs Arbeiten in der Werkstätte Feldkirch Nofels. Nach der Arbeit ist dann das Symbol für Freizeit darauf. Raphael nimmt dieses vom Plan und schaut in die grüne Mappe, die daneben hängt. Hier findet er Fotos, die ihn bei etwas zeigen, was er gerne macht. Er nimmt sich jenes zum Musikhören heraus. Er geht ins Wohnzimmer, klebt das Foto an seinen Platz und hört sich seine Lieblings-CD an. „Wir geben immer nur für bestimmte Tageszeiten die Bilder auf den Plan. Wenn er komplett voll wäre, könnte sich Raphael nicht mehr daran orientieren. Es wären zu viele Reize gleichzeitig, die ihn verwirren würden“, weiß sein Begleiter Sebastian Amann.

Neben der TEACCH-Methode mit Tagesplan gibt es für die Begleitung wei-

tere, wie „MARTE MEO“, PECS, das Führen nach Affolter oder die „Unterstützte Kommunikation“. Für jede dieser Methoden gibt es eine Expertin oder einen Experten im Kompetenzteam.

## Wünsche mitteilen

Raphael Tomaselli verwendet seit einiger Zeit ein iPad als Hilfsmittel für die „Unterstützte Kommunikation“. Durch ein Sprachprogramm mit Symbolbildern lernt der 27-Jährige seine Wünsche mitzuteilen. „Raphael kann so zum Beispiel seine Einkaufsliste erstellen und im Geschäft gezielt das richtige Produkt finden“, so sein Begleiter. Aber auch der standortübergreifende Austausch ist ganz wichtig. „Im Wohnhaus und in der Werkstätte muss für Raphael die gleiche Struktur zur Orientierung vorhanden sein. Daher haben wir gemeinsame Schulungen durchgeführt. Nur so kann Raphael lernen, breiter zu kommunizieren und seine Bedürfnisse ausdrücken“, so Silvia Blatter.



Regelmäßig finden Coachings mit Expertin Ludo Vande Kerckhove (r.) zu Autismus statt.

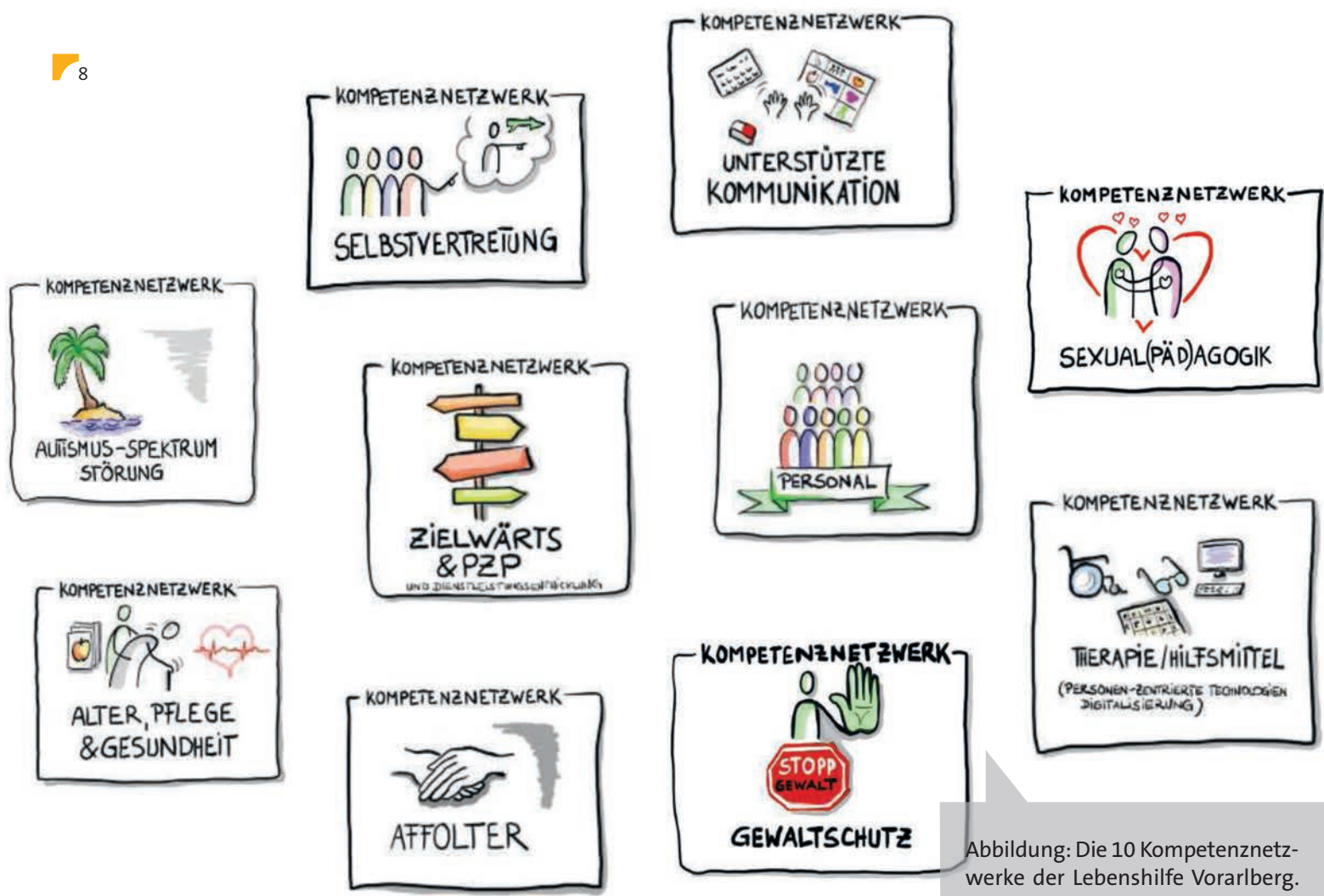


Abbildung: Die 10 Kompetenznetzwerke der Lebenshilfe Vorarlberg. Sie bestehen aus Fachteams, die unsere Begleitung von Menschen mit Behinderungen qualitativ weiterentwickeln.



Ein Kompetenznetzwerk befasst sich mit dem Thema Pflege. Es besteht aus einem Pflegefachteam, das gute Pflege an den Lebenshilfe-Standorten sicherstellt.



# Was macht ein Kompetenznetzwerk aus?

**In der Lebenshilfe Vorarlberg hat sich in den Jahren sehr viel Know-How entwickelt. Damit dieses Fachwissen besser genutzt und bereichsübergreifend eingesetzt wird, gibt es zehn Kompetenznetzwerke.**

Im Mittelpunkt der täglichen Arbeit steht die Verbesserung der Lebensqualität der Menschen mit Behinderungen, die in verschiedenen Bereichen der Lebenshilfe begleitet werden. Um die Mitarbeitenden vor Ort entsprechend zu befähigen, gibt es die sogenannten Kompetenznetzwerke. Diese bestehen aus speziell geschulten Mitarbeitenden bzw. Kompetenzteams, die jeweils ihr Fachwissen an ihre Kolleginnen und Kollegen weitergeben. So kann zum Beispiel die Begleitung einer Person individueller gestaltet werden oder auch neue, anerkannte Methoden zu Anwendung kommen. Wichtig dabei ist, dass bereichsübergreifend zusammen gearbeitet wird.

Aktuell gibt es in der Lebenshilfe Vorarlberg zehn Kompetenznetzwerke mit entsprechenden Kompetenzteams:

- Kompetenznetzwerk „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“
- Kompetenznetzwerk „Alter, Pflege und Gesundheit“
- Kompetenznetzwerk „Autismus-Spektrum-Störung“
- Kompetenznetzwerk „Affolter“
- Kompetenznetzwerk „Gewaltschutz“
- Kompetenznetzwerk „Selbstvertretung“
- Kompetenznetzwerk „Sozial(päd)agogik“
- Kompetenznetzwerk „Unterstützte Kommunikation“
- Kompetenznetzwerk „Personal“
- Kompetenznetzwerk „Therapie/Hilfsmittel“

Im Kompetenznetzwerk „Zielwärts und Persönliche Zukunftsplanung“ ist der zentrale Kernprozess der Lebenshilfe Vorarlberg zusammengefasst. Hier geht es darum, Menschen mit Behinderungen zu helfen, dass sie sich mit ihren Träumen, Interessen, Fähigkeiten und Zielen auseinandersetzen. Für die Umsetzung der Ziele der begleiteten Person ist ein „Unterstützerkreis“ aus Angehörigen, Begleitpersonen, etc. notwendig (siehe Seite 10).

Die Aufgabe des Pflegefachteams des Kompetenznetzwerks „Alter, Pflege und Gesundheit“ ist es wiederum, gemeinsam mit den Führungskräften die

vom Kompetenzteam „Sexual(päd)agogik“, wo kostenlos und anonym beraten wird (siehe Seite 20). Auch mit dem Kompetenznetzwerk „Gewaltschutz“ (siehe Seite 27) wird gemeinsame Beratung angeboten.

Zudem vernetzen sich die verschiedenen Kompetenzteams mit externen Beraterinnen oder Beratern. Ein Beispiel dafür ist das Kompetenzteam Autismus, das sich bei regelmäßigen Treffen mit Experte Ludo Vande Kerckhove austauscht (siehe Seite 6).

Das Kompetenznetzwerk Selbstvertretung arbeitet wiederum seit einigen

„ Das Wissen und die Kompetenz sollen für alle verfügbar sein.“

Standards einer guten Pflege an allen Standorten zu gewährleisten. Die Teammitglieder führen pflegerische Maßnahmen selbst durch oder delegieren Pflegetätigkeiten an Mitarbeitende, die sie wiederum regelmäßig kontrollieren. Ziel ist es, die Mitarbeitenden zu einer guten Pflege zu befähigen (siehe Seite 12).

## **Beratung und Wissensaustausch**

Die Teams der Kompetenznetzwerke geben aber nicht nur intern ihr Fachwissen vor Ort oder bei Schulungen der Lebenshilfe Akademie weiter. Sie werden als anerkannte Referentinnen oder Referenten zu externen Veranstaltungen eingeladen, wie das zum Beispiel bei der „Unterstützten Kommunikation“ der Fall ist. Oder es werden externe Sprechtage veranstaltet, wie

Jahren mit Selbstvertreterinnen und Selbstvertretern aus dem Bodensee-Raum zusammen. Gemeinsam wurde zum Beispiel die „Bodensee-Deklaration“ verfasst und an Politikerinnen bzw. Politiker der jeweiligen Länder übergeben. Aufgrund ihrer jahrelangen Erfahrung können die gewählten Selbstvertreter der Lebenshilfe Vorarlberg auch gut vermitteln, was ihre Arbeit ausmacht (siehe Seite 16).

Auch in Zukunft sollen sich die bestehenden Kompetenznetzwerke weiterentwickeln. Als lernende Organisation will die Lebenshilfe Vorarlberg das Wissen und die Kompetenzen für alle verfügbar machen. So werden in den nächsten Jahren neue Kompetenznetzwerke aufgebaut werden, wie zum Beispiel zum Thema Digitalisierung.



Lara Heidegger (l.) bei der Arbeit mit Benno Scherer in der Sunnahof-Tischlerei. Rechts: Lara mit ihrem Chef Sascha Heidegger im Buntwerk in Dornbirn.



Gruppenfoto mit Lara Heidegger (M.) nach ihrem „Unterstützerkreis“ am Sunnahof.

# Mit qualifizierter Unterstützung das Leben selbständig meistern

**Lara Heidegger arbeitet gerne in der Tischlerei am Sunnahof. Auch verschiedene Jobs außerhalb des Bio-Bauernhofes hat sie schon ausprobiert. Doch die 29-Jährige will mit entsprechender Hilfe noch mehr in ihrem Leben verändern, um selbständiger zu werden.**

„Seit 2007 bin ich am Sunnahof. Meine Mutter hatte die Idee, dass ich hier in der Landwirtschaft arbeite. Das habe ich auch lange gemacht, aber die Arbeit mit Holz hat mir besser gefallen“, erzählt Lara Heidegger. Mit ihrem Wechsel in die Tischlerei ist vor allem Benno Scherrer zu einer wichtigen Bezugsperson geworden. „Lara ist zuverlässig, extrem gut zu motivieren und hat eine sehr gute Feinmotorik. Diese Talente haben wir auch in einer großen Zahnradmaschine festgehalten. Sie symbolisiert unser ganzes Team, das – wie die Maschine – nur mit allen gemeinsam richtig funktioniert“, berichtet Benno Scherrer, Leiter der Tischlerei.

## **Unterstützung in der Jobsuche**

In gemeinsamen Gesprächen stellte sich mit der Zeit heraus, dass Lara Heidegger gerne in einer externen Firma arbeiten möchte. Benno Scherrer unterstützte sie bei der Jobsuche. Ein gutes Jahr lang arbeitete sie stundenweise in einem Kindergarten in Hohenems. Die entsprechende Qualifizierung absolvierte die Beschäftigte des Sunnahof bereits 2015 in der Arbeiterkammer. Obwohl ihr der Job Spaß machte, war Lara Heidegger immer mehr überfordert, dass so viele Kinder gleichzeitig was von ihr wollten. Es ergab sich, dass in der Firma Buntwerk Textildruck in Dornbirn ein Job frei war. „Lara konnte sich gut vorstellen, hier zu arbeiten. Seit eineinhalb Jahren arbeitet sie nun Donnerstag- und Freitagvormittag hier. Die Zusam-

„Beim Unterstützerkreis wurde Lara klar, dass ihr alle helfen werden.“

menarbeit funktioniert und ich weiß mittlerweile, welche Arbeiten sie selbständig machen kann. Und wo vielleicht etwas mehr Motivation notwendig ist“, so ihr Chef Sascha Heidegger.

## **Wunsch nach eigener Wohnung**

In der Freizeit unternimmt Lara Heidegger gerne etwas mit ihrem Freund Dominique. Sie geht regelmäßig ins Fitnessstudio und ist beim Handballteam der Handball Specials dabei. Zudem tanzt sie seit 2007 im Tanzhaus Hohenems mit. Doch trotz abwechslungsreichem Alltag, war sie mit ihrem Leben noch nicht ganz zufrieden.

„Lara wohnt noch Zuhause in Hohenems bei ihrer Mutter, die sie bei allem was sie tut unterstützt. Nachdem sich beruflich neue Chancen auftaten, wollte sie aber auch im Bereich Wohnen eine Veränderung. Daher habe ich Kontakt zu Walter Zaponig aufgenommen. Er ist einer der Experten des Kompetenznetzwerkes ‚Zielwärts – Persönliche Zukunftsplanung‘ der Lebenshilfe Vorarlberg und wusste, was zu tun ist“, erinnert sich Benno Scherrer.

Es folgten gemeinsame Gesprächstermine um herauszufinden, was Lara Heidegger sich genau für ihre Zukunft wünschte. Dabei kamen auch Fragen zur Beziehung mit ihrem Freund auf. Walter Zaponig organisierte dafür ein Erstgespräch bei der Psychosozialen Beratungsstelle der Lebenshilfe, wo beide sich kompetent beraten ließen. Für Laras Wunsch nach einer eigenen

Wohnung wurde wiederum 2018 ein „Unterstützerkreis“ im Seminarraum des Sunnahof abgehalten. Lara Heidegger lud dazu ihre Mutter und ihre Tante, ihren Handballtrainer, andere Personen aus ihrem sozialen Umfeld und Expertinnen bzw. Experten aus der Lebenshilfe ein. „Gemeinsam besprachen wir mit Lara ihren größten Wunsch, nämlich selbständig zu wohnen. Wir formulierten dafür Ziele und wer, wie bei der Umsetzung unterstützt. Es war schön zu sehen, wie ihr klar wurde, dass ihr alle dabei tatkräftig helfen werden“, erzählt Benno Scherrer.

Lara Heidegger erinnert sich auch gerne zurück und ergänzt: „Wenn bei meiner Tante der Mieter auszieht, dann kann ich in die Wohnung. Die liegt in der Nähe vom Haus meiner Mutter. Dort kann ich ausprobieren, wie es ist, alleine zu wohnen. Bis dahin übe ich zuhause mit meiner Mutter. Wenn das alleine Wohnen später klappt, ziehe ich vielleicht irgendwann mit meinem Freund zusammen.“



**Lara Heidegger und ihr Freund mit den Beraterinnen der Psychosozialen Beratungsstelle.**



Heiko Depaoli und Margit Biggel (o.) bei der Durchsicht seiner Blutzuckerwerte.

Unten zeigt der Bewohner des Wohnhauses Lustenau, wie er mittels Messgerät seinen Blutzuckerwert messen kann. Daneben das Pflegefachteam mit Koordinatorin Erika Schatton (3.v.r.) und Geschäftsbereichsleiter Andreas Dipold (r.).



# Mitarbeitende befähigen und gute Pflege sicherstellen

**Auf den Pflegebedarf von Menschen mit Behinderungen wird in der Lebenshilfe Vorarlberg individuell eingegangen. Dafür gibt es ein Pflegefachteam, das die Mitarbeitenden in allen Lebensbereichen und Belangen direkt vor Ort unterstützt.**

Bei Heiko Depaoli ging es zum Beispiel darum, seine Begleitpersonen zum richtigen Umgang mit seiner Diabetes Typ 1 zu schulen. Erika Schatton, leitende Pflegefachkraft im Bereich Wohnen, war dazu schon vor seinem Einzug im Wohnhaus vor Ort. Zunächst erklärte sie den Mitarbeitenden Grundsätzliches über die Diagnose Diabetes, zeigte Gefahren auf, was bei der Ernährung und vor allem bei der Behandlung zu beachten ist. „Weiters wurde von mir eine schriftliche Pflegeein-

nahmen für Heiko Depaoli geschult wurden. Sie erhielten anschließend die schriftliche Delegation zur Ausübung.

## Umsetzung im Alltag

Seit nunmehr fünf Jahren wird Heiko Depaoli im Wohnhaus Lustenau begleitet und hat sich sehr gut eingelebt. Mindestens dreimal täglich muss sein Blutzuckerwert getestet werden. „Anfangs wurden die Tests mit einem Gerät durchgeführt, wofür jeweils ein Tropfen Blut aus dem Finger notwendig war. Mittlerweile hat Heiko am Oberarm einen Sensor, der alle 14 Tage gewechselt wird. Heiko kann unter Anleitung nun selbst mit dem Messgerät darüberstreichen und der Wert wird angezeigt. Auch zeigt das Gerät einen Verlauf dar, der zusätzlich Sicherheit gibt“, berichtet Margit Biggel. Anhand

spezielle Tabellen, die wichtige Richtwerte zu den Mahlzeiten und zu einzelnen Lebensmitteln enthalten. Die Teams in der Werkstätte als auch im Wohnhaus achten besonders gut darauf. Zudem wird regelmäßig mit Heiko Depaoli die Diabetes Ambulanz besucht und das zusätzlich zu allen Arztvisiten. „Durch die interne Zusammenarbeit mit dem Pflegefachteam ist es uns möglich, Heiko ein Leben im Wohnhaus mit bestmöglicher Lebensqualität zu bieten. Er kann aktiv seinen Interessen und Bedürfnissen nachgehen, ohne wesentliche Einschränkungen. Die Mitarbeitenden können sicher mit seiner Diabeteserkrankung umgehen und wissen im Bedarfsfall wende ich mich an Erika oder das Pflegefachteam“, resümiert die Wohnhausleiterin.

## Zum Pflegefachteam

Bestehende Pflegefachkräfte aller Geschäftsbereiche der Lebenshilfe Vorarlberg wurden zu einem Pflegefachteam zusammengefasst. Organisatorisch wird das Team von Andreas Dipold, Geschäftsbereichsleiter Wohnen, geleitet.

Aufgabe des Pflegefachteams ist es, gemeinsam mit den Führungskräften die Standards einer guten Pflege an allen Standorten zu gewährleisten und damit die gesetzlichen Anforderungen bestmöglich zu erfüllen. Die Teammitglieder führen pflegerische Maßnahmen selbst durch oder delegieren Pflegetätigkeiten an Mitarbeitende, die sie wiederum regelmäßig kontrollieren. Ziel ist es, die Mitarbeitenden zu einer guten Pflege zu befähigen.

Im Pflegefachteam wurde auch ein maßgeblicher Pflegeprozess erarbeitet, der die systematische Erfassung, Planung, Durchführung und Evaluierung pflegerischer Maßnahmen beinhaltet.

„Heiko können wir so ein Leben mit bestmöglicher Lebensqualität bieten.“

schätzung erstellt, die seit 2014 bei uns Standard ist. Im Dokumentationssystem sind zudem die speziellen Begleitungshinweise für Heiko hinterlegt, damit alle Mitarbeitenden, die ihn begleiten jederzeit darauf zurückgreifen können“, erklärt Erika Schatton.

## Schulung in der Ausführung

Alle Mitarbeitenden in den Wohnhäusern, Werkstätten und im Familienservice erhalten die Grundausbildung „Unterstützung bei der Basisversorgung“ (UBV). Diese war auch Voraussetzung für jene Mitarbeitenden, die schließlich von Erika Schatton in der Ausführung der pflegerischen Maß-

des Wertes und nach einer ärztlich angeordneten Liste, richtet sie dann die jeweilige Insulin-Dosis her und spritzt sie Heiko mittels Pen. Ganz bereitwillig krepelt er dafür seinen Pullover hoch. Danach trägt die Wohnhausleiterin alles in ein Heft ein. Während des Arbeitstages in der Werkstätte, bei Ausflügen oder seinen regelmäßigen Sparziergängen hat Heiko Depaoli immer einen Rucksack dabei, der Heft, Zuckermessgerät und Insulin-Pen beinhaltet. Für den Notfall ist immer Traubenzucker und Saft dabei.

Ein wesentlicher Faktor bei Diabetes ist die Ernährung. Hierfür gibt es ebenfalls

# Individuelle Begleitung und Pflege in der Familie

**Der Familienservice der Lebenshilfe Vorarlberg begleitet Kinder, Jugendliche und Erwachsene auch mit hohem Unterstützungsbedarf direkt zuhause in der Familie.**

Gerade mal vier Jahre war Florian Broger alt als Manuela Reiter das erste Mal bei ihm Zuhause war. Seither kommt sie jede zweite Woche einen Tag oder im Sommer auch einmal pro Woche einen halben Tag zu ihm. „Ich richte mich da ganz nach dem Bedarf von Florians Mutter Maria. In der Zeit, wo ich mich um ihn kümmere, kann sie den Tag für sich nutzen und wird entlastet“, so die ausgebildete Pflegeassistentin. Ein gemeinsamer Tag mit dem 19-Jährigen beginnt mit der üblichen Körperpflege. Danach wird gemeinsam die Zeit abwechslungsreich gestaltet und es werden physiotherapeutische Übungen gemacht. Mittags beim Kochen ist Florian dank Spezial-Rollstuhl dabei. „Durch die Skoliose hat Florian einen verkrümmten Rücken. Daher musste eine Spezialschale extra für ihn angefertigt werden. Doch die war zum Schieben zu schwer. Mein Bruder hat

kurzerhand ein Untergestell mit Rollen montiert“, berichtet Maria Wohlgenannt. Auch das Bett ihres Sohnes ist eine Spezialanfertigung des Onkels. Hier ist Platz für die Spezialschale, alle Pflegeartikel und vor allem viel Buntes zum Entdecken, wie die Discokugel, die den 19-Jährigen fasziniert.

## Die richtige Pflege

Besonders wichtig ist bei Florian Brogers Pflege das regelmäßige Absaugen des Schleims im Rachenraum. Daher ist eine intensive 1:1 Begleitung notwendig, um das Ersticken des jungen Mannes zu verhindern. Obwohl Manuela Reiter als Pflegeassistentin mehr Qualifikationen als die pflegerische Grundausbildung hat, durfte sie zunächst nicht alle Tätigkeiten durchführen. „Alle vier Stunden bekommt Florian über die Magensonde eine Spezialnahrung eingetropft. Das dauert jeweils fast eine Stunde. Das Sondieren erledigt sonst die Mutter und in ihrer Abwesenheit ich, weil ich die Delegation dafür erhalten habe. Nur einer diplomierten Pflegefachkraft ist es ohne Nachweis erlaubt“, erklärt die Mitarbei-

terin des Familienservice in der Familie. Mutter Maria ist wenig begeistert von den gesetzlichen Vorschriften: „Jeder Laie aus der Familie oder aus dem Bekanntenkreis darf pflegerischen Tätigkeiten ausführen. Aber gelernte Pflegekräfte dürfen es nur je nach Ausbildungsform, obwohl sie es können. Diese behördlichen Hürden machen es uns Eltern schwer, entsprechende Hilfe zu bekommen. Dazu kommt der Mangel an Pflegekräften.“ Umso mehr ist sie über die Unterstützung und den Austausch mit Manuela Reiter froh, die ihren Sohn schon fast so gut kennt, wie sie selbst. Aber auch gegenüber neuen Fachkräften ist Maria Wohlgenannt aufgeschlossen, wie aktuell Praktikantin Anja Baier. „Ich absolviere gerade mein Diplom in der Familien- und Behindertenarbeit an der Schule für Sozialbetreuungsberufe in Bregenz. Beim Familienservice kann ich sehr viel vom Gelernten anwenden. Neben Besuchen in der Familie bin ich auch am Standort in Batschuns dabei“, erzählt Anja Baier. Florian scheint sich gleich gut mit ihr zu verstehen und zeigt das mit einem breiten Lachen.



Manuela Reiter, Florian Broger, Anja Baier und Mutter Maria Wohlgenannt (v.l.).



Florian braucht viel Pflege und wird über eine Sonde ernährt.

# SCHREIB & KUNST WERKSTATT

Die „SCHREIB & KUNST WERKSTATT“ wird in Wort und Bild von Menschen mit Behinderungen gestaltet. Lassen Sie sich überraschen.

## Schöne neue Welt – Gedanken zur Digitalisierung

**In unserem Leben sind digitale Hilfsmittel nicht mehr wegzudenken. Das Wort Digitalisierung ist in aller Munde. Aber was heißt das eigentlich?**

Die einfachste Definition, die man von Digitalisierung findet besagt, dass „analoge Inhalte oder Prozesse in eine digitale Form oder Arbeitsweise umgewandelt werden“. Ein Beispiel, das vielleicht alle kennen, ist die Umwandlung einer Schallplatte in eine MP3-Datei.

Auch ich verwende einige Geräte, wie ein Smartphone, den Computer oder einen Laptop und den Fernseher. Diese Geräte haben sich auf jeden Fall in vielen Lebensbereichen als recht nützlich erwiesen, aber es gibt auch kritische Stimmen. Studien von Expertinnen und Experten weisen darauf hin, dass sich zu viel Zeit vor dem Bildschirm negativ auf die Gesundheit auswirkt. Man kann davon zum Beispiel Schlafstörungen bekommen oder man kriegt Probleme mit

den Augen. Sie sagen sogar, dass die Entwicklung bei Kindern beeinträchtigt werden kann.

Auch ich habe negative Erfahrungen gemacht. Ich darf als Epileptiker mein Gehirn zum Beispiel nicht mit Reizen überfluten. Was ich aber mache, wenn ich lange am Computer oder vor dem Fernseher sitze. Was man dann als „digitalen Stress“ bezeichnet. Diese Art von Stress kann bei mir epileptische Anfälle auslösen.

### Digitale Hilfsmittel

Aber auch positive Seiten der Digitalisierung gibt es. Beispielsweise wie mir „Fearless“ ermöglicht, ein selbstbestimmtes Leben zu gestalten. „Fearless“ so heißt ein Gerät, das mittels Sensor an der Decke einen Sturz wahrnimmt. Wenn ich stürze, meldet es das Gerät auf das Diensthandy der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in meiner Wohngemeinschaft.

Bei einem epileptischen Anfall ist schnelle Hilfe nämlich enorm wichtig. „Fearless“ gibt mir Sicherheit. Damit ich mich auf das „Leben“ konzentrieren kann. „Fearless“ ist zu einem wesentlichen Bestandteil meines Lebens geworden. Es hat schon häufiger einen Sturz angezeigt. Für mich natürlich eine gute Sache.

Auch für Menschen mit anderen Behinderungen gibt es digitale Hilfsmittel zur Bewältigung ihrer Schwierigkeiten. Einer meiner Kollegen hat beispielsweise ein iPad zur „Unterstützten Kommunikation“. Das iPad ist ein relativ kleines und tragbares Gerät. Das Sprachprogramm auf dem iPad unterstützt meinen Kollegen dabei, mit anderen zu kommunizieren.

Die Digitalisierung hat, wie so Vieles im Leben, also zwei Seiten. Man sollte halt das Gute für sich zu nutzen wissen.

*Dominic Gessner  
Redaktionsmitglied*



Dominic benutzt gerne verschiedene Geräte, aber nicht zu lange.



Das Gerät „Fearless“ an der Decke zeigt an, wenn Dominic stürzt.

# Ein Rückblick auf unsere Arbeit als Selbstvertreter

Wir Selbstvertreter versuchen natürlich unser Bestes, dass wir für die Menschen mit Behinderungen in der Lebenshilfe Vorarlberg etwas erreichen. Sei es, dass Forderungen in der Politik gehört werden, aber auch dass sich in der Begleitung etwas ändert. Bis die gewünschten Verbesserungen umgesetzt sind, kann es aber dauern.

Zum Ende des Jahres möchte ich nun einen kurzen Rückblick auf unsere Arbeit als Selbstvertreter geben. Und schon kurz einen Ausblick auf 2020 machen.

## Regelmäßige Werkstattbesuche

Uns Selbstvertretern ist es sehr wichtig, dass wir Kontakt zu den Menschen mit Behinderungen in den Werkstätten oder Fachwerkstätten haben. Sie sind nämlich auch diejenigen, die uns Selbstvertreter gewählt haben – also spricht Robert Wilhelm, Siegfried Glössl, Hartwig Lorenz und mich. Wir nutzen die Besuche, um Menschen mit Behinderungen direkt nach ihren Anliegen oder Beschwerden zu fragen.

Was ich sehr toll finde ist, dass schon manche Anfrage gekommen ist. Wir



Selbstvertreter Siegfried Glössl und Klaus Brunner (Mitte) überreichen am 5. Mai die Forderungen zu „Gehalt statt Taschengeld“ an Landtags-Vizepräsidentin Martina Rüscher.

kümmern uns dann auch darum oder helfen bei Problemen weiter. Das macht die Arbeit als Selbstvertreter sehr wertvoll, wenn man anderen Personen helfen kann.

## Veranstaltung zur Wahl

Der Anlass für den Informationsabend am 11. September in Schwarzach waren die Nationalratswahlen Ende September und die Landtagswahlen Mitte Oktober. Daher haben wir Politikerinnen

und Politiker aus den 5 Parteien, die im Vorarlberger Landtag sitzen, eingeladen: die ÖVP, die SPÖ, die FPÖ, die Grünen und die NEOS. Sie sollten uns nämlich erklären, was in ihren Wahl-Programmen steht und was ihre Wahlziele sind. Besonders interessiert hat uns, was sie zu Inklusion und Barrierefreiheit sagen. Das sollten sie uns aber in leichter Sprache sagen. Denn Menschen mit Behinderungen haben ein wichtiges Stimmrecht. Nur wenn wir etwas verstehen,



Regelmäßig besuchen die Selbstvertreter Robert Wilhelm (Mitte), Klaus Brunner und Hartwig Lorenz (rechts) Beschäftigte, wie hier in der Werkstätte Lustenau Rheinstrasse.



Das 3. „Fest der Inklusion“ war ein voller Erfolg. Klaus Brunner (links) mit Philipp Wüstner.



können wir mitbestimmen – auch was die Wahlen und die Politik betrifft. Mit dabei waren auch Selbstvertreterinnen und Selbstvertreter aus allen Lebenshilfen in Österreich. Gemeinsam haben wir ein paar Forderungen aufgeschrieben, was wir von der Politik erwarten.

Die 3 wichtigsten Forderungen waren:

1. „Gehalt statt Taschen-Geld!“  
Und dafür ist es nämlich höchste Zeit.
2. „Wahl-Programm in leichter Sprache!“
3. „Leistbares, barrierefreies Wohnen“  
und viel mehr Wohn-Gemeinschaften

### Sprachrohr für andere

Unser Arbeitsfeld als Selbstvertreter ist sehr groß. Zum einen bin ich bei der Einschulung der neuen Zivildienster dabei und erkläre ihnen einiges. Zum anderen ist mein Kollege Siegfried Glössl bei den Schulungen für neue Mitarbeitende der Lebenshilfe Vorarlberg dabei. Gemeinsam mit Reinhard Wohlgenannt informiert er über verschiedene Themen.

Ich mache mit Friedrich Gföllner, unserem Unterstützer der Selbstvertretung, auch Aufklärungsarbeit. So gehen wir zum Beispiel in Schulen und erklären den Jugendlichen vieles zum Thema Behinderungen.

Dann bin ich auch schon geraume Zeit im Vorstand der Lebenshilfe Vorarlberg, wo ich ein Stimm-Recht habe. Das heißt, wenn etwas in der Lebenshilfe Vorarlberg geändert werden sollte, kann ich mitentscheiden, ob ich dafür oder dagegen bin. Ganz wie es sein sollte, als Sprachrohr für die Menschen mit Behinderungen.

Selbstvertreter Siegfried Glössl ist übrigens auch im Vorarlberger Monitoring Ausschuss. Dort besprechen sie die Gesetze, die Menschen mit Behinderungen betreffen. Und schon sehr lange von der Politik verbessert gehören. Wie das gehen soll, steht ganz genau in der UN-Konvention. Mit dabei in diesem Ausschuss sind andere Betroffene und der Landesvolksanwalt.

### Was haben wir 2020 geplant?

Im nächsten Jahr haben wir einige Termine geplant. So sind wir Selbstvertreter Ende Mai 2020 in Wien beim sogenannten „Inclusion Europe Kongress“. Hier geht es um die Bildung für alle. Also Menschen mit und ohne Behinderungen lernen von Anfang an gemeinsam.

Mitte Juni 2020 bin ich einige Tage und zwei weitere Personen bei einem

ERASMUS Projekt in Irland. Das Thema lautet „Digitalisierung und Soziale Medien“. Dabei lernt man mit Elektronischen Hilfsmitteln und auch Medien richtig umzugehen.

Am 20. Juni 2020 findet dann in Überlingen, das ist in Deutschland, das Fest „Mittendrin“ statt. Wir sind mit Selbstvertreterinnen bzw. Selbstvertretern der Schweiz und Deutschland dabei. Wir wollen hier bei den Gästen Aufklärungsarbeit machen und unsere Themen präsentieren. Besucht uns gerne beim Fest. Mehr Infos gibt's bald auf der Website der Lebenshilfe Vorarlberg unter [www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)

*Klaus Brunner  
Selbstvertreter*

INFO

**KONTAKT &  
INFORMATION**

Klaus Brunner  
Selbstvertreter  
Tel.: 0 55 23 506- 100 503  
E-Mail: [selbstvertretung@lhv.or.at](mailto:selbstvertretung@lhv.or.at)  
Erreichbarkeit: Montag (außer am  
Nachmittag) bis Freitag



Wahl-Veranstaltung: Vertreterinnen und Vertreter aller 5 Parteien im Landtag erklärten ihr Wahlprogramm in leichter Sprache.



Die Mitglieder des Vorarlberger Monitoring-Ausschuss mit Selbstvertreter Siegfried Glössl (oben, 4. von rechts).

# 5 Fragen an: Vizepräsidentin Hanna Kamrat

Der österreichische „Selbstverter-Beirat“ war Mitte September zu Gast im Ländle. Nach einer Sitzung hat Klaus Brunner Hanna Kamrat zum Interview getroffen. Sie ist Beiratsvorsitzende und Vizepräsidentin der Lebenshilfe Österreich.

## Hast Du das Amt der Vizepräsidentin gerne übernommen?

Ja, sehr gerne. Seit 11 Jahren bin ich als Selbstvertreterin aktiv und seit 3 Jahren im Amt als Vizepräsidentin der Lebenshilfe Österreich. Begonnen habe ich mit der Selbstvertretung bei der Lebenshilfe Graz. Ein Freund hatte mir gesagt, dass ich es doch mal versuchen soll. Eigentlich wollte ich es mir nur mal ansehen und dann wurde ich gewählt. Schnell habe ich gemerkt, dass es mir Spaß macht. Seither setze ich mich für unsere Rechte ein. Dafür ist es notwendig, dass ich mit Politikerinnen und Politikern persönlich spreche. Und dass ich bei Podiumsdiskussion dabei bin, wie etwa heuer im Mai zum Thema „Gehalt statt Taschengeld“. Sobald die neue Regierung steht, werden wir Kontakt aufnehmen, um unsere Forderungen noch einmal mitzuteilen.

## Wie unterstützt Du andere Menschen, mutiger zu sein?

Früher war ich überhaupt nicht mutig. Schon seit der Schulzeit dachte ich, dass ich froh sein muss, wenn mir jemand hilft. Daher habe ich alles gemacht, was man mir gesagt hat. Eigentlich komme ich aus Oberösterreich. Ab 1996 habe ich dann in der Steiermark, im Ausseerland, in einer Kreativ-Werkstatt gearbeitet. Doch mit dem Amt als Selbstvertreterin beziehungsweise jetzt als Vizepräsidentin bin ich viel selbstbewusster und mutiger geworden. Das bestätigt mir auch oft mein Bruder mit „Die traut sich jetzt was. Das war früher nicht so.“ Ganz wichtig ist also, sein Selbstbewusstsein aufzubauen. Denn dann wird man automatisch muti-



Hanna Kamrat, Vizepräsidentin der Lebenshilfe Österreich und Selbstvertreter Klaus Brunner trafen sich in der Volkshochschule Götzis zum Interview.

ger. Sich zu trauen Fragen zu stellen, da es nur blöde Antworten gibt. Und ganz wichtig ist das innere Gleichgewicht.

## Kann Inklusion durch persönliche Assistenz besser gelingen?

Ja, weil man mit persönlicher Assistenz unabhängiger ist und selbstbestimmt Leben kann. In einem Wohnhaus einer Organisation ist man zum Beispiel mehr an die offiziellen Zeiten gebunden. Ich lebe in Bad Ischl in einer eigenen Wohnung und habe persönliche Assistenz. Auch bei beruflichen Terminen brauche ich Unterstützung. Wobei die Assistenz bei allem sozusagen das „Ausführungsorgan“ ist, ich aber bestimme, was gemacht wird. Man macht auch selbst den Dienstplan und teilt die jeweilige Person zur entsprechenden Assistenzzeit ein. Generell bringt persönliche Assistenz auch mehr Selbstbewusstsein mit sich.

## Was konntest Du in Deiner Amtszeit bisher schon erreichen?

Man merkt, dass die Menschen mehr mit uns in Kontakt treten und uns zuhören, wenn wir etwas sagen. Sie versprechen

nicht einfach nur so. Sie sehen, dass wir Begabungen haben, die es zu fördern gilt. Meine ist zum Beispiel meine Elefantenhaut – also dass ich viel Geduld habe. Ich kann gut auf Menschen zu gehen und mich in sie hineinversetzen. In der Gesellschaft selbst hat auch ein Umdenken stattgefunden, etwa bei der Barrierefreiheit.

## Wie verbringst Du Deine Freizeit?

Ich bin ein recht gläubiger Mensch, nicht religiös. Mir ist wichtig, dass ich meinen inneren Frieden habe und mache dazu auch Kurse. Gerne lese ich Liebesromane, um mich berieseln zu lassen. Da ich meinen Rollstuhl wie Füße sehe, gehe ich auch spazieren im Wald. Mir tut die Ruhe gut. Der Kontakt zu meinen beiden Brüdern und die regelmäßigen Telefonate sind mir sehr wichtig. Natürlich verbringe ich auch gerne Zeit mit meinem Freund Kurt. Wir sehen uns aber nicht jeden Tag. Er ist mehr beeinträchtigt und lebt in einer Einrichtung in Oberösterreich. Zusammenziehen geht aus mehreren Gründen nicht. Aber ihm kann ich alles erzählen.

# Hilfsmittel sorgen für mehr Lebensqualität

**In der Fachwerkstätte Dornbirn arbeitet Andrea Ender. Die 40-Jährige sitzt im Rollstuhl und hat Schwierigkeiten mit der Feinmotorik. Um ihren Alltag zu verbessern, hat Therapieberater Franz-Josef Feurstein spezielle Hilfsmittel organisiert.**

Neben einem Arbeitstisch hat Andrea Ender einen weiteren Tisch, der an den Rollstuhl angebracht werden kann. Dieser erleichtert ihr mittags das Essen. Täglich helfen der 40-Jährigen auch medizinische Hilfsmittel, wie ihre Handschienen dabei, ihre Lebensqualität zu verbessern. „Zuerst werden die Hände etwas massiert, damit sich die Muskulatur entspannt und das Anziehen leichter fällt. Die Schienen stützen Andreas Hände und verbessern die Haltung“, so Begleiterin Carmen Hohenberger. Auch die Anschaffung eines Stehtisches und die Finanzierung über die Versicherung hat Franz-Josef Feurstein organisiert. Zehn Minuten täglich am Stehtisch helfen Andrea Ender, ihren Stehimpuls anzuregen und die Körperhaltung zu verbessern. Wobei sie entscheidet, wann sie sich die Zeit dafür nimmt. Für ihren Wunsch, selbständiger arbeiten zu können, wurde eine Art Drehscheibe mit Vertiefungen aus Holz in der Fachwerkstätte angefertigt. Damit kann sie nun einzelne

Teile aufreihen und zusammenfügen. Gerne zeigt Andrea Ender, wie gut das funktioniert.

## Beratung und Instandhaltung

Seit Anfang 2018 ist Franz-Josef Feurstein Therapie- und Hilfsmittelberater in der Lebenshilfe Vorarlberg. Daher arbeitet er nur noch stundenweise in der Fachwerkstätte als Begleiter. In der Reparaturwerkstatt, ebenfalls in der Fachwerkstätte, werden die Hilfsmittel nicht nur gelagert: „Marcel und drei weitere Beschäftigte helfen mir etwa Rollstühle, Pflegebetten, etc. zu reparieren“, erzählt Franz-Josef Feurstein. „Es macht Spaß und ist mal eine andere Arbeit als sonst“, fügt Marcel Ott hinzu.

Bei Anfragen von Lebenshilfe-Standorten berät Franz-Josef Feurstein, kümmert sich um die entsprechenden Anträge und besorgt die Hilfsmittel. Aber auch Angehörigen hilft er gerne weiter. Bei speziellen Anfragen schätzt er den internen Austausch mit Erika Schatton vom Pflegefachteam.

Die zentrale Therapie- und Hilfsmittelberatung ist eine große Unterstützung. „Gemeinsam mit Franz-Josef haben wir eine Bestandsaufnahme gemacht. Nicht mehr gebrauchte Hilfsmittel konnten so anderen Standorten zur Verfügung gestellt werden. Mit Franz-Josef haben wir



Marcel Ott, Andrea Ender und Franz-Josef Feurstein (v.l.) beim Stehtisch.

auch einen kompetenten Ansprechpartner für Neuanschaffungen oder Reparaturen“, so Sabine Hammerschmidt von der Werkstätte Langenegg.

INFO

**KONTAKT & INFORMATION**

Franz-Josef Feurstein  
Therapie- und Hilfsmittelberatung  
Mobile Dienste  
Tel.: 0664 887 14 842  
E-Mail: franz-josef.feurstein@lhv.or.at  
www.lebenshilfe-vorarlberg.at



Andrea Ender (l.) mit Handschiene und Carmen Hohenberger.



Franz-Josef Feurstein (v.) und Marcel Ott in der Reparaturwerkstatt.

# Wege zur selbstbestimmten Sexualität

## Beitrag zum Kompetenznetzwerk „Sexual(päd)agogik“



Anita Sailer

Kompetenzteam  
„Sexual(päd)agogik“  
der Lebenshilfe Vorarlberg



Daniel Waldner

Kompetenzteam  
„Sexual(päd)agogik“  
der Lebenshilfe Vorarlberg

**Sexualität ist mit dem Menschsein untrennbar verbunden. Sie umfasst alle Aspekte des Mann- oder Frauenseins und ist bereits Teil der kindlichen Persönlichkeit. In der zwischenmenschlichen Beziehung ist Sexualität von großer Bedeutung für die Werte der Liebe, Nähe, Wärme, Zärtlichkeit und Sinnlichkeit.**

Grundsätzlich hat jeder Mensch, unabhängig vom Alter und unabhängig vom Ausmaß des Pflege- und Unterstützungsbedarfs, das Recht auf Sexualität, auf Respektierung seiner geschlechtlichen Identität und seiner Lebensweise.

### Respektierung, Orientierung und Lebensweise

Da Sexualität und Partnerschaft lange Zeit ein Tabuthemen waren und teilweise immer noch sind, wurden viele Menschen mit Behinderungen nicht aufgeklärt. Bei der Aufklärung geht es nicht in erster Linie um das Kennenlernen von Sexualpraktiken, sondern vielmehr um die Erweiterung der eigenen Körperwahrnehmung und das Wissen über den eigenen Körper.

Um auf Fragen, Wünsche und Vorstellungen zum Thema Sexualität eingehen zu können, bedarf es einer umfassenden Auseinandersetzung mit dem Thema. Die zur Folge haben kann, dass das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl einer Person gesteigert wird.

Menschen mit Behinderungen beschäftigen oft Themen wie:

- die Sehnsucht nach Beziehung, Vertrauen, Nähe, Zuverlässigkeit. Das Gefühl, gebraucht zu werden.
- der Wunsch nach Veränderung, Selbstständigkeit, Loslösung vom Elternhaus – die Erwachsenenrolle einzunehmen.
- die Verleugnung der eigenen Behinderungen.
- der Wunsch, durch ein Kind eine „normale“ Familie zu sein.

Generell ist die Sexualität ein Grundrecht jedes Menschen. Die Partnerschaft gibt uns Selbstbestätigung und vermittelt Normalität. Verhaltensauffälligkeiten von Menschen mit Behinderungen können ihren Ursprung mög-



Das Team der „Sexual(päd)agogik“ (v.l.): Daniel Waldner, Sonja Lässer-Bulander, Anita Sailer und Liane Diwischek.

licherweise auch in unterdrückter Sexualität haben. Ihr partnerschaftliches Interesse ist aber nicht unmittelbar an Geschlechtsverkehr gekoppelt.

### Was macht das Kompetenznetzwerk „Sexual(päd)agogik“ aus?

Das Kompetenznetzwerk „Sexual(päd)agogik“ besteht aus einem Team an ausgebildeten Sexualpädagoginnen und Sexualpädagogen der Lebenshilfe Vorarlberg. Das Team berät und unterstützt Menschen mit Behinderungen, deren Angehörige, Begleitpersonen und Fachkräfte zum Thema „Sexualität und Behinderungen“. Die Beratung ist möglich, egal ob bereits Kontakt zur Lebenshilfe besteht oder noch nicht.

### Beratungs-Angebot im Überblick

Das Team „Sexual(päd)agogik“ unterstützt in Einzel- und Paarberatungen nach terminlicher Vereinbarung. Informationen und Beratungen gibt es zu folgenden Themen:

- Aufklärung, Sprache – das Team hilft zu verstehen, was in Körper und Psyche vorgeht (Liebeskummer, Körperwahrnehmungen, etc.)

- Gesundheit, Prävention und Verhütung

- Privatsphäre, Intimsphäre und Aufzeigen von möglichen Wegen zu einer gelebten, selbstbestimmten Sexualität

- Identität und Orientierung

- Beziehungen, Partnerschaft und Kinderwunsch

- Nähe und Distanz, Grenzen setzen – „Stopp/Nein sagen“

Außerdem werden laufend öffentliche Fortbildungen an der Akademie der Lebenshilfe Vorarlberg angeboten:

- Aufklärungsworkshops für Menschen mit Behinderungen – Grundkurs und Aufbaukurs

- Fort- und Weiterbildungen für Begleitpersonen und Fachkräfte

- Abendvorträge, wie zum Beispiel zu „Psycho-sexuelle Entwicklung von Kindern und Jugendlichen mit Behinderungen“

Zusätzlich bietet das Team, zusammen mit dem Kompetenznetzwerk „Gewalt-schutz“ der Lebenshilfe Vorarlberg, Beratungen und Hilfestellungen bei sexualisierter Gewalt an. Falls notwen-

dig, werden Erstkontakte zu weiteren internen und externen Beratungsstellen hergestellt.

### Sprechtage in Dornbirn

Jeden 2. und 4. Samstag im Monat finden im Familien- und Sozialzentrum an der Ach in Dornbirn (Freizeittreff „Für-anand“) die „Sexual(päd)agogischen Sprechstage“ statt. Von 10.00 bis 13.00 Uhr können hier alle Fragen anonym und kostenlos an ein Mitglied des Teams „Sexual(päd)agogik“ gestellt werden.

## INFO

## KONTAKT & INFORMATION

Psychosoziale Beratungsstelle  
Landesgeschäftsstelle  
Gartenstrasse 2, 6840 Götzis  
Tel.: 0664 887 120 56  
E-Mail: [beratung@lhv.or.at](mailto:beratung@lhv.or.at)  
[www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)



Bei der Beratung verwendet das Team der „Sexual(päd)agogik“ verschiedene Anschauungsmaterialien.



Ahmad Beres mit seinem Ausbilder Emanuel Egle in der Tischlerei des IAZ Röthis.



Arbeitsassistentin Franziska Maier (l., Firma „dafür“) mit Ahmad Beres und Carmen Kager, Sozialpädagogin des IAZ Röthis.

# Vom Jugendcoaching zur richtigen Ausbildung

**Jedes Jahr im September beginnen neue Jugendliche mit Beeinträchtigungen ihre Ausbildung an den drei Standorten des Integrativen Ausbildungszentrums (IAZ). In Röthis waren es heuer sieben Jugendliche, darunter auch Ahmad Berees.**

Seit 2015 ist Ahmad Berees mit seiner Familie in Österreich. Ursprünglich kommt er aus der Hafenstadt Latakia in Syrien. Seine Pflichtschule hat der 17-Jährige mit Hörbeeinträchtigung im Sonderpädagogische Zentrum in Götzis absolviert. Zuvor besuchte er die Mittelschule Feldkirch Gisingen. „Jugendliche mit Beeinträchtigungen kommen im letzten Pflichtschuljahr automatisch ins Jugendcoaching. Und anschließend nach der beruflichen Orientierung und der Abklärung der kognitiven Fähigkeiten in die Arbeitsassistenten. Bei uns in der Arbeitsassistenten werden die Jugendlichen bei der Suche nach einer passenden Ausbildungsstelle unterstützt. Meist nehmen wir dann Kontakt mit unserem Kooperationspartner, dem Integrativen Ausbildungszentrum (IAZ) auf. Grundvoraussetzung für die Begleitung durch die Arbeitsassistenten und die Anstellung im IAZ ist übrigens eine Arbeitsberechtigung. Diese ist bei Ahmad aufgrund seines Konventionspasses gegeben“, berichtet Franziska Maier von der Firma „dafür“ in Hohenems.

## Der Weg zum Ausbildungsplatz

Im IAZ Röthis wurden schließlich Ahmad Berees berufliche und persönliche Fähigkeiten getestet. Dafür gibt es ein entsprechendes Verfahren, das sich „Praktisches Clearing“ nennt. Es werden Er-

fahrungen gesammelt, unterschiedliche Berufsbilder kennengelernt und berufsspezifische Tests durchgeführt. „Hier musste ich alles machen. Ich habe gelehrt, gemalt – alles“, erzählt der 17-Jährige in gutem Deutsch. Auch Schnuppertage in unterschiedlichen Berufen gehörten dazu. Im IAZ in Wolfurt lernte Ahmad Berees die Malerei und Druckerei kennen. Im IAZ in Röthis probierte er im Bereich Tischlerei das Arbeiten mit Holz aus. In der Gastronomie zu arbeiten, konnte sich der Jugendliche nicht wirklich vorstellen. Daher gab es keinen Schnuppertag im Hotel Viktor am Viktorsberg. „Am besten hat mir die Tischlerei gefallen. Das Schleifen und die Werkzeuge. Das wollte ich machen“, erinnert sich der Jugendliche.

Somit leiteten Arbeitsassistentin Franziska Maier von „dafür“ und Sozialpädagogin Carmen Kager vom IAZ Röthis alles für den Ausbildungsstart in die Wege. Beim Aufnahmegespräch war auch Ahmads Vater mit dabei. Mit September begann Ahmad Berees nun seine Anlehre in der Tischlerei, die zwei Jahre dauert. Unter der Woche erhält er seine praktische Ausbildung im IAZ Röthis und am Freitagvormittag besucht er die Berufsschule in Bregenz. „Mir gefällt die Arbeit. An die (Sicherheits-)Schuhe musste ich mich gewöhnen. Wir haben auch schon einen Erste-Hilfe-Kurs gemacht. Ins IAZ fahre ich mit dem Bus und mit dem Zug zur Schule – von Zuhause in Götzis“, berichtet der Auszubildende.

## Unterstützung in allen Bereichen

Mit dem einen oder anderen Auszubildenden der Tischlerei hat sich der junge

Syrer bereits angefreundet. Doch bei Fragen nutzt er lieber die Möglichkeit, seine beiden Ausbilder direkt anzusprechen. „Ahmad ist sehr zuverlässig und arbeitet gerne mit Holz. Da er ein Hörimplantat hat, waren die lauten Maschinen anfangs ein Problem. Hier haben wir mit dem Landeszentrum für Hörgeschädigte (LZH) in Röthis Kontakt aufgenommen, die Ahmad schon länger begleiten. So konnten spezielle Kopfhörer besorgt werden, die ihm die Arbeit erleichtern“, berichtet Ausbilder Emanuel Egle.

Auch von Sozialpädagogin Carmen Kager wird der Auszubildende zusätzlich unterstützt. „Im ersten Jahr gehen wir täglich gemeinsam den Arbeitstag durch. Wir besprechen überhaupt alles, was den Jugendlichen wichtig ist. Ahmad zum Beispiel möchte eventuell in die zweite und längere Ausbildungsform, die Teilqualifikation wechseln. Je nachdem wie das erste Jahr klappt, wird das auch möglich sein. Im zweiten Ausbildungsjahr werde ich dann versuchen, Praktika für ihn in der Wirtschaft zu organisieren. Ich bin zuversichtlich, dass Ahmad seine Ausbildung bestens meistern wird“, ist die Sozialpädagogin überzeugt.

## INFO

## Integratives Ausbildungszentrum

Etwa 60 Jugendliche mit Beeinträchtigungen werden an den drei Standorten des Integrativen Ausbildungszentrums (IAZ) – IAZ Röthis, IAZ Wolfurt und Hotel Viktor (Viktorsberg) – ausgebildet. Das Angebot umfasst drei Ausbildungsformen und das in zehn Berufsfeldern. Mehr: [www.integratives-ausbildungszentrum.at](http://www.integratives-ausbildungszentrum.at)

„Am besten hat mir die Tischlerei gefallen. Das wollte ich machen.“

# Wohnungsübergabe im Quartier ILLUFER

**Anfang September übergaben F.M. Hämmerle und die Lebenshilfe Vorarlberg einen besonderen Lebens- und Wohnraum in Feldkirch-Gisingen. 14 Cluster- und Einzelwohnungen wurden im Quartier Illufer eigens für Menschen mit Behinderungen entwickelt.**

Es ist die erste Kooperation eines privaten Bauträgers mit der Lebenshilfe. Anlass für das gemeinsame Projekt ist die dringende Nachfrage an begleiteten Wohnplätzen in der Region Feldkirch. „Die Kooperation ermöglicht uns, eine moderne Form der Wohngemeinschaft zu etablieren. Hier können Menschen mit Behinderungen – auch mit höherem Unterstützungsbedarf – in einer Wohnanlage wohnen, wie alle anderen“, erklärt Lebenshilfe-Geschäftsführerin Michaela Wagner-Braitto. Petra Kreuzer ergänzt aus Bauträgersicht: „Die Wohnqualität in einem Quartier hängt wesentlich von der guten Gemeinschaft ab. Ich bin über-

zeugt, dass durch die Begegnung von unterschiedlichen Menschen ein besonderes Mitand entstehen kann, von dem alle gemeinsam profitieren können.“ Das innovative Wohnprojekt ist auch ganz im Sinne des Landes, wie Landesrat Christian Bernhard vor Ort erklärte.

## **Moderne Wohnform**

Das neue Wohnangebot in zentraler Lage ist aktuell auf 14 Menschen mit Behinderungen und ihre Bedürfnisse abgestimmt. Sie können zwischen Cluster- und Einzelwohnungen wählen, die in unterschiedlichen Häusern des Quartiers Illufer situiert sind. Alle mieten ihren Wohnraum selbst. Die Unterstützung in den Kleinstwohnungen ist individuell durch die Lebenshilfe organisiert. „Zum Bereich der Clusterwohnungen gehören Gemeinschaftsräume, ein Gästezimmer und ein Gartenbereich. Das Zimmer für unsere Mitarbeitenden mieten wir direkt. Damit ist eine durchgängige Unterstüt-



Über die Wohnungsübergabe im Quartier Illufer freuten sich alle Beteiligten.

zung auch in der Nacht gewährleistet“, so Andreas Dipold, Geschäftsbereichsleiter Wohnen.

Die meisten Bewohnerinnen der Clustereinheit übersiedelten vom Lebenshilfe-Wohnhaus in Feldkirch-Nofels. Mit dieser modernen Wohnform werden private Lebensgestaltung und die Vorteile der Gemeinschaft bestens kombiniert.

# Im Gedenken an Ehrenpräsident Walter Tschegg

**Am 10. September verstarb Walter Tschegg, Ehrenpräsident der Lebenshilfe Vorarlberg, mit 81 Jahren.**

Beinahe 50 Jahre lang war er ehrenamtlich in verschiedenen Funktionen für die Lebenshilfe Vorarlberg tätig, als Aufsichtsratsvorsitzender, Vizepräsident oder Präsident. Er hat die Lebenshilfe mitinitiiert und aktiv mitaufgebaut. Für sein Engagement für Menschen mit Behinderungen erhielt Walter Tschegg mehrere Auszeichnungen,

wie etwa das Große Verdienstzeichen des Landes Vorarlberg.

Sein Leben lang hat ihn der Leitspruch seines Vaters motiviert: „Man muss etwas tun und nicht fragen, was bekomme ich dafür.“ Das hat Walter Tschegg kompromisslos umgesetzt und damit beigetragen, dass Menschen mit Behinderungen mehr Lebensqualität erhalten.

Walter Tschegg war ein ganz besonderer Mensch, an den wir uns immer dankbar erinnern werden.





# Gartenprojekt als erfolgreiches „Mitanand“ ausgezeichnet

Anstoß des Projektes in der Werkstätte Frastanz war der jährliche FLORA-Gartenbewerb der Tageszeitung NEUE und der Landwirtschaftskammer Vorarlberg.

Viele Stunden Arbeit hat das Team der Werkstätte Frastanz, rund um Mitarbeiter Raphael Michler, in den Standort-Garten gesteckt. Geld- und Sachspenden der Gemeinde, von Firmen und Privatpersonen haben dazu einiges an Anschaffungen ermöglicht.

## „Mitanand“ stand im Fokus

Mit den Beschäftigten wurden besondere Gestaltungselemente hergestellt. Gemeinsam legte man eine neue Feuerstelle an und baute eine Klangerlebnis-Ecke. Alte Fässer wurden mit Erde gefüllt und mit Gemüse für die eigene Verwendung bepflanzt. Alle halfen ganz nach ihren Möglichkeiten mit. Hopfen wächst nun an Seilen an der Glasfassade hoch, um im nächsten Sommer eine natürliche Beschattung zu gewährleisten. Die Gemeinde unterstützte auch tatkräftig, wie etwa kurz vor der Jury-Begutachtung Anfang Au-



Der Garten der Werkstätte Frastanz wurde gemeinsam neu gestaltet.

gust. Gemeindebedienstete schnitten die Hecken und den Rasen.

## Gleich zweimal ausgezeichnet

Ende September fand schließlich die FLORA-Gala im Montforthaus statt. Das Werkstätten-Team durfte sich über Platz drei in der Kategorie „Der etwas andere Garten“ freuen. Zudem nahm man gerne die zusätzliche Auszeichnung als einer der besten „Newcomer“ persönlich entgegen.



Das Team der Werkstätte Frastanz freute sich über die FLORA Auszeichnung.



Gemeinsam wurde im Garten gearbeitet. Ein Duftbeet (M.) mit verschiedenen Kräutern angelegt und eine Klangerlebnis-Ecke (r.) aufgebaut.

# NutzerInnen-Befragung ab April 2020

Eine methodisch fundierte „NutzerInnen-Befragung“ wird mit April 2020 durchgeführt. Ziel der Gesamtbefragung ist herauszufinden, was Lebensqualität für alle begleiteten Personen in der Lebenshilfe Vorarlberg ausmacht. Projektleiter ist Georg Matzak, Geschäftsbereichsleiter Mobile Dienste, der im Interview mehr erklärt.

## Was ist der Grund für die Befragung?

Wir haben bisher noch nie alle begleiteten Personen in der Lebenshilfe befragt. Wir möchten durch die Befragung erfahren, was für jede und jeden Lebensqualität ausmacht. Mit den Ergebnissen erhalten wir wichtige Erkenntnisse für die Begleitung, nicht nur aus subjektiver Sicht, sondern auch anhand objektiver Kriterien. Auf dieser Basis können wir objektiv unsere Dienstleistungen verbessern und weiterentwickeln. Die NutzerInnen-Befragung stellt damit einen bedeutenden Meilenstein in der Geschichte der Lebenshilfe Vorarlberg dar.

## Gibt es bereits ähnliche Umfragen zum Thema Lebensqualität?

Das wollten wir mit Projektstart Mitte 2018 herausfinden. Daher haben wir uns mit dem Team des Fachbereiches „Soziales und Gesundheit“ der Fachhochschule (FH) Vorarlberg einen kompetenten Kooperationspartner ins Boot geholt. Leiter Frederic Fredersdorf und sein Team hatten den Auftrag, genau das zu recherchieren und wurden an der Universität von Salamanca in Spanien fündig. Hier wurde ein Instrument mit 72 Fragen zur Lebensqualität von Menschen mit Behinderungen entwickelt und wissenschaftlich geprüft. Durch einen Lizenzvertrag dürfen wir nun diesen Fragebogen auch verwenden, den wir ins Deutsche übersetzt haben. Gemeinsam mit dem FH-Team haben wir weitere Zusatzfragen entsprechend den Kriterien und zugeschnitten auf unsere Befragung verfasst.



Georg Matzak zeigt, wie die Befragung mittels unterstützender Symbolik funktioniert.

## Worauf ist besonders zu achten?

Dass alle begleiteten Personen die Möglichkeit erhalten, die Fragen zu verstehen und mit Unterstützung selbst antworten können (Selbsteinschätzung). Für Personen, für die das nicht möglich ist, erfolgt eine Fremdeinschätzung: Zwei Befragende, die die Person möglichst gut kennen, geben anhand desselben Fragebogens und unabhängig voneinander, die Antworten in der 3. Person wieder. Von unserem Experten für Unterstützte Kommunikation, Reinhard Wohlgenannt, wurde jede Frage und jedes einzelne Wort mit Piktogrammen versehen. Zudem wurde jede Frage in eine Version übertragen, die Kontexterklärungen ermöglicht und in einem speziellen Programm zum Abrufen übers iPad programmiert. Die Eingabemaske wurde vom externen Softwareentwickler Alexander Wassel programmiert. Für die Gesamtbefragung werden rund 70 Interviewerinnen und Interviewer notwendig sein, die jeweils max. 12 Personen befragen. Sie werden entsprechend geschult, um die Befragung objektiv durchzuführen. Aufgrund der Fragenanzahl werden eventuell mehrere Befragungstermine pro Person und bei Bedarf Un-

terbrechungen pro Befragung notwendig sein. Ziel ist es, so viele Selbsteinschätzungen wie möglich zu erhalten.

## Wie geht es nun weiter?

Im Dezember und Jänner wird ein Pre-Test durchgeführt. Die Interviewerinnen und Interviewer haben eine entsprechende Schulung vom Team der FH Vorarlberg, Reinhard Wohlgenannt und mir erhalten. Beim Pre-Test werden 22 Menschen mit Behinderungen an verschiedenen Standorten befragt. Danach können wir notwendige Verbesserungen an der Befragung durchführen. Frühzeitig werden die Angehörigen aller begleiteten Personen über die genaue Durchführung informiert. Mit April 2020 startet die NutzerInnen-Befragung und wird bis Ende des Jahres dauern.

INFO

KONTAKT &  
INFORMATION

Georg Matzak  
Geschäftsbereichsleiter  
Mobile Dienste  
Tel.: 0 55 23 506 - 103 00  
E-Mail: georg.matzak@lhv.or.at

# Kompetenznetzwerk Gewaltschutz: ProDeMa®-Schulungen

**Fast die Hälfte der Mitarbeitenden der Lebenshilfe Vorarlberg nahm bisher an Schulungen zu „Deeskalation und Gewaltschutz“ teil. Ziel ist es, bis Anfang 2021 alle Mitarbeitenden nach den Grundlagen des Instituts ProDeMa® zu qualifizieren.**

„ProDeMa® ist ein umfassendes, praxisorientiertes und evaluiertes innerbetriebliches Präventions-, Handlungs- und Trainingskonzept im Zusammenhang mit dem Thema Gewaltschutz. Die Einführung dieses Konzepts an allen unseren Standorten trägt wesentlich zur Verbesserung der Lebensqualität von begleiteten Personen bei – besonders jener mit selbst- oder fremdgefährdendem Verhalten“, erklärt Georg Matzak, Geschäftsbereichsleiter Mobile Dienste.

## Schulungen für Begleitpersonen

Um einen flächendeckenden und fachlich fundierten Umgang an den Lebens-

hilfe-Standorten zu gewährleisten, werden seit Mai 2018 interne Schulungen abgehalten. Dafür gibt es ein Kompetenzteam aus acht Trainerinnen und Trainern mit ProDeMa-Ausbildung. Organisiert werden die Schulungen von der Lebenshilfe-Akademie.

Bei den dreitägigen Schulungen werden inhaltlich die „7 Deeskalationsstufen“ anhand von Theorie, Übungen, Videoanalyse und freien Szenen vermittelt. Fast 300 Mitarbeitende wurden so noch sicherer im schonenden Umgang in Alltagssituationen und können Konflikte besser im Vorfeld erkennen bzw. verhindern.

## Kompetenznetzwerk Gewaltschutz

Das Team des „Kompetenznetzwerks Gewaltschutz“ besteht aus speziell geschulten Mitarbeitenden aller Lebenshilfe-Bereiche sowie dem Selbstvertreter Siegfried Glössl. Koordiniert wird das Team über die Psychosoziale Beratungsstelle. Das Kompetenzteam versucht,



Teilnehmende einer internen ProDeMa-Schulung der Lebenshilfe Vorarlberg.

gemeinsam mit involvierten Personen individuelle Lösungen zu entwickeln. Ihre Aufgabe ist es auch, Begleitpersonen an den Standorten für Gewaltprävention zu sensibilisieren. Zudem werden Menschen mit Behinderungen selbst dazu befähigt, Grenzen zu erkennen und wie sie sich vor Gewalt schützen können.

# SprecherInnen-Tagung: „Habe Mut und traue dich“

**Rund sechzig Sprecherinnen und Sprecher, Selbstvertreterinnen und Selbstvertreter sowie Vertrauenspersonen trafen sich heuer zur jährlichen Tagung in Arbogast. Im Fokus stand das Thema „Habe Mut und traue dich“.**

Am Vormittag wurde das Thema in unterschiedlichen Arbeitsgruppen behandelt. Sei es als Theaterstück, in Interviewform oder die eigenen Stärken bildlich dazustellen. Am Nachmittag

wurden jeweils die Ergebnisse der Gruppen präsentiert. Michael Mössinger vom Qualitätsmanagement stellte zum Schluss noch die Broschüre für „Ideen und Beschwerden“ vor. Diese erklärt in leichter Sprache, wie Menschen mit Behinderungen ihre Wünsche oder auch Beschwerden innerhalb der Lebenshilfe Vorarlberg vorbringen können und sollen.

Die nächste SprecherInnen-Tagung ist für das Frühjahr 2020 vorgesehen.



Geübt wurde auch ein Interview zu geben.



## Hotel Viktor feierte 20-jähriges Jubiläum

Das Hotel Viktor-Team lud anlässlich des Jubiläums zum Brunch ein. Im Ausbildungshotel des Integrativen Ausbildungszentrums (IAZ) erlernen seit 1999 Jugendliche mit Beeinträchtigungen verschiedene Berufsfelder für den Bereich Tourismus und Gastronomie. Geschäftsführer Armin Hotz konnte zahlreiche Kooperationspartner, Ehrengäste, aber auch ehemalige Auszubildende sowie Stammgäste der ersten Stunde begrüßen. Heute ist das Hotel Viktor eines der wenigen komplett barrierefreien Hotels in Österreich.



## Wiedereröffnung des Brockenhaus Leiblachtal

Seit 1. Oktober hat das Brockenhaus Leiblachtal wieder geöffnet. Am neuen Standort (Landstrasse 24) liegt es nun mitten im Zentrum von Lochau. Bei der internen Eröffnungsfeier waren Bgm. Michael Simma, Markus Gratz und Walter Klocker (beide Typico), Marion Josek (Lebenshilfe), Paul Margreitter (ehemaliger Obmann), Selbstvertreter und Vorstandsmitglied Klaus Brunner sowie einige mehr dabei.



## Wohnen: 30 Urlaubsreisen organisiert

Begleitete Personen der Lebenshilfe konnten erneut aus verschiedenen Urlaubsreisen auswählen: Sei es ein Städtetrip nach Linz mit Abendveranstaltung auf dem Schiff, übers Südtirol mit barrierefreiem Hotel in Kaltern bis hin zur Kroatien-Reise. Sieben Reisen wurden zentral über ein Reisebüro gebucht. Die anderen 23 Angebote organisierten Mitarbeitende in den Wohnhäusern erneut direkt. Die Begleitung während der Urlaubstage unterstützten 75 Mitarbeitende sowie Freiwillige und Praktikantinnen bzw. Praktikanten aus der Kathi-Lampert-Schule. Insgesamt erlebten 190 Menschen mit Behinderungen besondere Erlebnis- und Erholungstage.



## Austausch zur Inklusion in Unternehmen

Unter dem Motto „Chancen ergreifen – Hemmschwelle senken“ veranstaltete die Firma Rudolf Ölz Meisterrbäcker in Kooperation mit dem Landeskrankenhaus Bregenz und der Lebenshilfe Vorarlberg einen Informationsnachmittag. Das Schwerpunktthema war die Inklusion von Menschen mit Behinderungen in den allgemeinen Arbeitsmarkt. Ziel war es, den geladenen Gästen aus Unternehmen mit unterschiedlichen Zugängen ein Forum zum Austausch zu bieten.



## Kantine.L beliefert Sunnahof mit Mittagessen

Seit Juli 2019 bezieht der Sunnahof das Mittagessen von der Kantine L., dem Gastronomiebereich der Lebenshilfe Vorarlberg. So werden interne Synergien genutzt. Die Essensausgabe selbst wurde auf Buffet-Form umgestellt. In zeitlich versetzten Intervallen kommen nun die Teams der Arbeitsbereiche kurz hintereinander zum Essen. Folgende positiven Effekte hat die Umstellung: Jede und jeder bekommt ein warmes Essen, es fördert die Selbstständigkeit und der Lärmpegel ist niedriger.



## Neue Mitarbeiterin der Beratungsstelle

Mit Oktober hat Melissa Schuler die psychosoziale Beratung in der Landesgeschäftsstelle in Götzis übernommen. Die Beratungszeiten sind: Dienstag von 8.00 bis 17.00 Uhr, Mittwoch von 8.00 bis 12.00 Uhr, Donnerstag 8.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 17.00 Uhr. Melissa Schuler ist erreichbar unter Tel.: 0664 887 12 056 oder per E-Mail: [beratung@lhv.or.at](mailto:beratung@lhv.or.at). Mehr: [www.lebenshilfe-vorarlberg.at/mobile\\_dienste](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at/mobile_dienste)

# „Mitanand“ bei den Lebenshilfe-Stundenläufen



Die Sparkasse und weitere Sponsoren stellen auch immer ein Lauf-Team in Dornbirn.

**Bei den Stundenläufen der Lebenshilfe Vorarlberg in Dornbirn und Lustenau liefen 749 Menschen mit und ohne Behinderungen insgesamt 7.387 Runden für den guten Zweck.**

Mitte September bildete der 24. Stundenlauf in Dornbirn den Auftakt. Ins-

gesamt 449 Laufbegeisterte – 100 mehr als 2018 – drehten am Sonntagvormittag ihre Runden rund um den Stadtgarten bei der inatura. Viele Freiwillige und Vereine unterstützten – auch danach in Lustenau – tatkräftig vor Ort: Sei es bei der Startnummern-Ausgabe, beim Mitlaufen oder bei der Verköstigung der Gäste.

„Louschnou, wie as louft und hialft“ – unter diesem Motto stand erneut der 21. Stundenlauf am Kirchplatz. Das selbstverständliche „Mitanand“ von Menschen mit und ohne Behinderungen war allgegenwärtig.

## Langjährige Sponsoren

Bei beiden Stundenläufen galt es wieder, so viele Runden und damit Spendengelder zu sammeln, wie möglich. Der Gesamterlös von rund 58.200 Euro



Laufbegeisterte und Vereine sind mit dabei, wie etwa die Feuerwehr in Lustenau.

kommt erneut Menschen mit Behinderungen in der jeweiligen Region zugute.

Herzlichen Dank an alle, die mitgemacht haben und an die langjährigen Sponsoren: **illwerke vkw, Sparkasse Dornbirn, Mohren, Präg, Spar, Wiener Städtische sowie ZM3 Immobilien.**

# Ganz einfach online unserem Freundeskreis beitreten

**Seit 1967 setzt sich die Lebenshilfe Vorarlberg für mehr Lebensqualität und die selbstverständliche Teilhabe von Menschen mit Behinderungen ein. Helfen auch Sie mit und werden Sie unsere Freundin oder unser Freund. Das Online-Formular gibt es auf unserer Website.**

Mit nur 50 Euro im Jahr können Sie helfen und Ihre Solidarität zum Ausdruck bringen. Werden Sie offiziell „Freundin oder Freund“ der Lebenshilfe Vorarlberg.

Als Dankeschön erhalten Sie zweimal jährlich die Zeitschrift „Miteinander

Leben“ gratis zugeschickt und zehn Prozent Rabatt auf alle unsere Eigenprodukte. Letztere können Sie im Lockerhuus in Götzis, den Brockenhäusern in Sulz und Lochau oder im Postlädlele in Langenegg erwerben. Zudem ist der Freundesbeitrag steuerlich absetzbar.

## Anmeldung per Online-Formular

Auf unserer Website [www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at) können Sie sich ganz einfach per Online-Formular anmelden.

Werden Sie jetzt „Freundin oder Freund“ der Lebenshilfe Vorarlberg – Denn: Menschen brauchen Menschen. DANKE!



Mit der Freundeskarte gibt es 10% Rabatt auf Eigenprodukte in den Lebenshilfe-Geschäften.

# Veranstaltungen im Überblick

## 5. Adventkranzbinden

**Wann:** Mittwoch, 27. November 2019, 14.00 Uhr  
**Wo:** Werkstätte Nofels, Rheinstr. 17, Feldkirch

In gemütlicher Atmosphäre können Bastelbegeisterte ihren ganz persönlichen Adventkranz herstellen. Tannenreisig und Draht werden zur Verfügung gestellt. Rohlinge (Ring), Kerzen, Gartenschere, etc. sind bitte selbst mitzubringen.



## Chrisbaumverkauf am Sunnahof

**Wann:** 10. bis 21. Dezember 2019, jeweils Montag bis Samstag von 9.00 bis 17.00 Uhr  
**Wo:** Sunnahof, Tufers 33, Göfis

Eigene Sunnahof-Bäume mit dem Ländle-Gütesiegel können genauso gekauft werden wie eine große Auswahl an Ländle-Christbäumen. Mehr unter [www.sunnahof.or.at](http://www.sunnahof.or.at)



## 9. bsundriger Biobrunch

**Wann:** Samstag, 14. Dezember 2019, 10.00 Uhr  
**Wo:** Sunnahof, Tufers 33, Göfis

Zum kulinarischem Genuss laden der Sunnahof und BIO AUSTRIA ein. Das reichhaltige Buffet bietet Bio-Spezialitäten vom Sunnahof und von regionalen Bio-Bauern. Mehr zur Anmeldung unter [www.sunnahof.or.at](http://www.sunnahof.or.at)



## Christbaumversteigerung in Dornbirn

**Wann:** Sonntag, 15. Dezember 2019, 14.00 Uhr  
**Wo:** Dornbirner Marktplatz, bei der Kirche St. Martin

Zum 18. Mal werden viele prominente VorarlbergerInnen ihren Christbaum schmücken. Der Reinerlös aus deren Versteigerung kommt der Lebenshilfe in Dornbirn zugute.



## Betriebsurlaube der Lebenshilfe Vorarlberg

**21. Dezember 2019 bis 6. Jänner 2020:** Fach- & Werkstätten, ARTeliers, Brockenhäuser, IAZ, Kantine.L Schulrestaurants; Hotel Viktor (ab 20.12.2019)

**23. Dezember 2019 bis 1. Jänner 2020:** Familienservice in Batschuns

**24. und 31. Dezember 2019:** Landesgeschäftsstelle in Götzis geschlossen, ansonsten werktags zu den üblichen Öffnungszeiten geöffnet

**1. bis 31. Jänner 2020:** Kantine.L Gastronomie Wildpark in Feldkirch

Alle Veranstaltungen der Lebenshilfe Vorarlberg finden Sie auf [www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)

### Impressum:

Herausgeberin, Medieninhaberin (Verlegerin), Redaktionssitz, Gestaltung und Anzeigenverwaltung:  
Lebenshilfe Vorarlberg  
Gartenstrasse 2, 6840 Götzis  
Tel.: 0 55 23 506  
E-Mail: [kommunikation@lhv.or.at](mailto:kommunikation@lhv.or.at)  
[www.lebenshilfe-vorarlberg.at](http://www.lebenshilfe-vorarlberg.at)

Bankverbindung: Raiffeisenbank amKumma eGen  
BIC: RVVGAT2B429  
IBAN: AT53 3742 9000 0002 3200  
Druck: Vorarlberger Verlagsanstalt GmbH (VVA)  
Versand: Integratives Ausbildungszentrum (IAZ) in Wolfurt

Auflage: 5.000 Stück

Redaktion: Sabrina Bolter-Matt, B.A.

Fotos: Handout/Dang, Vorarlberger Monitoring-Ausschuss und Lebenshilfe Vorarlberg.

Die Zeitschrift „Miteinander Leben“ wird von der Vorarlberger Verlagsanstalt GmbH in Dornbirn hergestellt und von den Lehrlingen des IAZ (Integratives Ausbildungszentrum) für den Versand vorbereitet. Im Sinne der besseren Lesbarkeit verzichten wir im Text teilweise auf die Verwendung von Titeln.

Miteinander Leben

Jahrgang 33; Nr. 2/2019

Österreichische Post AG

SP 02Z0320040 N

Lebenshilfe Vorarlberg, Gartenstr. 2, 6840 Götzis

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz

Die Lebenshilfe Vorarlberg ist ein Verein und vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderungen sowie der Angehörigen. Die Informationszeitschrift „Miteinander Leben“ berichtet über aktuelle Themen und Ereignisse in und um die Arbeit mit Menschen mit Behinderungen. Eltern bzw. Angehörige, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, Ärztinnen und Ärzte, Politikerinnen und Politiker, Behörden, Mitglieder, Freunde u.v.a. erhalten zweimal jährlich diese Informationen. Präsidentin der Lebenshilfe Vorarlberg: Dr. Adriane Feurstein  
Geschäftsführerin: Mag. Michaela Wagner-Braiton

## Seit über 50 Jahren für Menschen mit Behinderungen

Die Lebenshilfe Vorarlberg wurde 1967 gegründet und vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderungen. Um den Menschen optimale Bedingungen in den Bereichen Arbeit, Ausbildung, Wohnen, Freizeitgestaltung und Erwachsenenbildung anbieten zu können, sind wir auf Ihre Hilfe angewiesen.

**Danke!**

Menschen brauchen  
Menschen. Lebenshilfe Vorarlberg





Menschen brauchen  
Menschen. Lebenshilfe Vorarlberg

## Ja zum Zivildienst bei der Lebenshilfe

Melde dich bei uns!  
Tel. 05523 506  
lebenshilfe-vorarlberg.at



### Beschwerden? Kritik? Probleme?

- Sie werden nicht ernst genommen?
- Sie werden ungerecht behandelt?
- Sie bekommen nicht, was Ihnen zusteht?

**Gemeinsam werden wir eine Lösung finden!**

**Rufen Sie mich an!**  
Ombudsfrau der Lebenshilfe Vorarlberg

**Ellengard Rhomberg**  
Tel.: 0664 453 39 71



Menschen brauchen  
Menschen. Lebenshilfe Vorarlberg

### „Ja zum Mitand“ – engagieren Sie sich freiwillig bei der Lebenshilfe.

Rufen Sie uns an und wir finden sicher etwas  
Passendes für Sie.

Christine Frick  
T 05523 506-100 44  
www.lebenshilfe-vorarlberg.at

Bitte verlass mich nicht.

Danke



## Österreichische Kinderhilfe

IBAN: AT19 6000 0000 0111 1235  
BIC: BAWAATWW



**Jetzt bestellen!**

# Der neue Kunstkalender für 2020 ist da!

Für den Kunstkalender 2020 haben wir auch heuer wieder eine Auswahl der besten Bilder für Sie zusammengestellt, die von Menschen mit Behinderungen – aus ganz Österreich – gemalt wurden.

Bestellen Sie jetzt Ihr persönliches Exemplar ab einem Unkostenbeitrag von 7,50 Euro bei Alexander Schwantner mit dem Kennwort „Kunstkalender 2020“. Wir danken Ihnen recht herzlich für Ihre Spende und wünschen Ihnen schon jetzt ein gutes Jahr 2020!

## Bestellung & Kontakt

Alexander Schwantner

Tel.: +43 55 23 506-100 40

E-Mail: [alexander.schwantner@lhv.or.at](mailto:alexander.schwantner@lhv.or.at)

Spendenkonto: Raiffeisenlandesbank Vorarlberg,  
IBAN: AT26 3700 0000 0004 3000, BIC: RVVGAT2BXXX  
Verwendungszweck: Kunstkalender 2020 – Lebenshilfe Vorarlberg

Menschen brauchen  
Menschen. Lebenshilfe Vorarlberg