

SÜDRING AKTUELL

Gesundheit



Wir sind für die Familien da

Was bewirkt Empowerment?

Gesund im Dienst – Rückhalt für Familien

Inhalt

4 – 5

Titelthema

Wir sind für die Familien da

6 – 7

Titelthema

Was bewirkt Empowerment?

8 – 9

Titelthema

Gesund im Dienst – Rückhalt für Familien

10 – 11

Aus den Sozialeinrichtungen

Gesund werden mit dem ICH-Bogen

12 – 13

Tipps für die rechtliche Betreuung

Patientenverfügung leicht erklärt

14 – 15

Aus dem Elternverein

Aktion 3. Dezember



16 – 17

Neuigkeiten

Mitgliederversammlung

Brunnenfest

Neuer Vorsitz im Landesschulbeirat

Familienzeiten

20

Glossar

Füreinander sorgen

18 – 19

Kalender

September und Oktober 2025

Protokoll
jetzt
online!



IMPRESSUM

Herausgeber

Leben mit Behinderung Hamburg
Südring 36, 22303 Hamburg
Tel.: 040 270 790 0
Mail: info@lmbhh.de
Web: www.derelternverein.de

Redaktion

Kerrin Stumpf (V. i. S. d. P.)
kerrin.stumpf@lmbhh.de
Stefanie Könecke,
Matthias Weingard
sra@lmbhh.de

Druck

Langebartels + Jürgens, Hamburg

Südring Aktuell erscheint sechsmal jährlich mit einer Auflage von 3.500 Stück. Redaktionsschluss ist jeweils der 5. des Vormonats.

Konto: SozialBank AG
IBAN: DE96 3702 0500 0007 4643 00
BIC: BFSWDE33XXX

Hamburger Gemeinschaftsstiftung für behinderte Menschen

Kerrin Stumpf
Südring 36, 22303 Hamburg
Tel.: 040 270 790 0

Mail: kerrin.stumpf@lmbhh.de

Web: www.hamburger-gemeinschaftsstiftung.de

Editorial

Liebe Mitglieder,



Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit, besonders für Menschen mit Behinderung. Im Krankenhaus fehlt Verständnis für Ausdrucksformen, es gibt kaum Reha-Angebote oder Arztbegleitungen und immer wieder Probleme bei der Durchsetzung bestehender Rechte. Und das, trotz der Behindertenrechtskonvention der Vereinten Nationen mit ihrem Artikel 25, dem Recht von Menschen mit Behinderung auf das Höchstmaß an Gesundheit ohne Diskriminierung. Wir bei Leben mit Behinderung Hamburg, als Elternverein und Sozialeinrichtungen, sind zum Thema sehr aktiv, davon handelt diese Ausgabe von Südring Aktuell Mitglieder magazin.

Klar ist, es geht nur gemeinsam. Mit Assistenz – davon berichtet Seite 10 mit der ICH-Seite zur Gesundheit, und mit Angehörigen, die sich in der **Selbsthilfegruppe Medizin + Inklusion** engagieren, von der Sie auf Seite 6 mehr erfahren. Nicht verpassen: Nächstes Treffen ist am **Donnerstag, den 4. September 2025 im Südring um 19 Uhr** (oder auch per Zoom), denn nur als gemeinsame Interessenvertretung wird das Gesundheitssystem wirklich inklusiv.

Das merken wir schon in den Schulen, wo besondere Pflege- und Gesundheitsbedarfe ausgrenzend wirken können (dazu Seite 4). Passt ein Kind nicht in die täglichen Abläufe, sind allzu schnell die Eltern wieder in der Pflicht. Das ist der Grund, warum wir uns im Elternverein für unsere Mitglieder stark machen (müssen), im Einzelnen und in vielen Gremien zu Gesundheit und Pflege in Hamburg. Nur so gibt es Entlastung im Einzelfall.

Seite 8 f. berichtet von Gesundheitsförderung für Mitarbeitende der Sozialeinrichtungen. Das ist Rückenwind für unsere gemeinsame Forderung nach Zusatzurlaub für pflegende Angehörige und weiteren Entlastungsmaßnahmen. Denn auch unsere Gesundheit, als Angehörige, ist keine Selbstverständlichkeit.

Mit herzlichen Grüßen

Kerrin Stumpf
Elternverein

Klient Thomas Hellwig zu der Frage „Warum ist mir Gesundheit wichtig“. Das hat er uns dazu mitgeteilt:

Im April dieses Jahres hatte ich einen schweren epileptischen Anfall, aus dem ich fast nicht mehr rausgekommen bin. Die Ärzt*innen im Krankenhaus hatten mich eigentlich schon aufgegeben. Doch wie durch ein Wunder bin ich genesen. Ich bin froh, dass ich noch lebe, auch wenn ich seitdem in meinem Bett liege und nur mit Ja und Nein antworten kann. Gerne würde ich mich wieder in meiner Wohnung bewegen können. Immerhin bringen Pflegedienst und Assistenz der Eingliederungshilfe Abwechslung in meinen Alltag. Früher bin ich gerne S-Bahn gefahren und habe aus dem Fenster geschaut, jetzt schaue ich von meinem Bett auf die Mattscheibe. Aber ich will nicht klagen, ich werde bestimmt wieder gesund und dann kann ich endlich wieder im Rollstuhl zu EDEKA fahren und dort einkaufen.



**Thomas
Hellwig**

Wir sind für die Familien da

Auch im Gesundheitsbereich



Wenn ein Kind mit einer Behinderung geboren wird oder sich bei ihm gesundheitliche Auffälligkeiten zeigen, stehen viele Familien plötzlich vor zahlreichen Fragen: Was braucht mein Kind jetzt? Welche Therapien helfen? Wer übernimmt was – Krankenkasse, Frühförderung und später Eingliederungshilfe, Schulbehörde? Leben mit Behinderung Hamburg begleitet Familien bei genau solchen Unsicherheiten. Denn: Gesundheit ist bei Kindern mit Behinderung untrennbar mit Teilhabe verbunden.

„Therapie, Therapie“, sagte zu mir mal ein Arzt, als ich nach Orientierung suchte“, sagt Kerrin Stumpf, Geschäftsführerin des Elternvereins.

„Und es gibt Ärzt*innen, die richtig gut beraten. Es ist so wichtig, dass Familien sich bei medizinischen Fragen gut begleitet fühlen.“

Leben mit Behinderung Hamburg bietet Beratung, auch im Gesundheitsbereich – etwa zur Beantragung von Hilfsmitteln, zur Klärung von Therapieansprüchen oder zur Unterstützung bei der Kommunikation mit Krankenkassen und Versorger*innen. Auch in der Schulzeit sind gesundheitliche Fragen zentral: Wer übernimmt das Katheterisieren, das Absaugen, die Medikamentengabe? Mitgliedsfamilien müssen sich nicht fürchten, von A nach B verwiesen zu werden. Maren Seelandt, Bereichsleitung Familie, berichtet, wie oft dringend benötigte

Leistungen gar nicht oder verzögert erbracht werden:



„Da der schulische Pflegedienst sich nicht mehr dazu imstande sah, die Leistungen bei einem an Diabetes erkrankten Schulkind zu erbringen, musste eine Mutter ihre Arbeit aufgeben, um bei Bedarf die Insulin-Pumpe zu bedienen.“ Dieser und andere Fälle zeigen, „dass die Durchsetzung gesetzlicher Ansprüche leider nicht immer ein Selbstläufer ist, oft Auslegungssache sein kann und die Struktur bestimmte Angebote nicht vorhält“, so Seelandt.

z. B. in der Schule. Auch hier ist der Elternverein aktiv: mit politischer Interessenvertretung und Erfahrung aus der Selbsthilfe, etwa dem Elternsprachskreis schulische Bildung.

„Da machen wir uns gemeinsam stark“, so Stumpf, „wir von Leben mit Behinderung Hamburg übernehmen Verantwortung dafür, dass die Diskussionen geführt werden, dann kommen die Schulen und auch die Schulbehörde zu Lösungen, die für das jeweilige Kind funktionieren.“

Leben mit Behinderung Hamburg setzt sich dafür ein, dass Familien mit ihren Sorgen und Nöten nicht allein gelassen werden, in Stadtteilen, Schulen und Kitas – besonders für junge Familien.



Kerrin Stumpf



Maren Seelandt

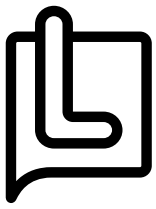
Familien stoßen im Alltag auf viele Probleme, so auch bei erforderlicher Zweitversorgung,



Matthias Weingard
Unternehmenskommunikation



© PeopleImages, © SolStock, © Courtney Hale | iStock



Gesundheits-Versorgung ist wichtig für Teilhabe!

Wenn Eltern ein Kind mit Behinderung haben, haben sie oft Fragen zur Gesundheit ihres Kindes. Zum Beispiel: Welche medizinische Hilfen gibt es für mein Kind? Welche Therapie oder Unterstützung braucht mein Kind? Diese Fragen zur Gesundheits-Versorgung sind sehr wichtig.

- Zum Beispiel, wenn ein Kind noch ganz klein ist. Denn wenn die richtige Therapie früh anfängt, kann sich das Kind besser entwickeln.
- Oder wenn ein Kind in der Schule ist und dort Pflege, Medikamente oder Hilfs-Mittel benötigt. Denn nur wenn das Kind in der Schule gut versorgt ist, kann es gut mit den anderen Kindern zusammen lernen. Und die Eltern können in der Zeit beruhigt ihre Arbeit machen.

Egal wie alt: Das Kind soll gesund aufwachsen und am Leben teilhaben. Eltern müssen dafür viel organisieren. Manchmal sind sie unsicher, an wen sie sich wenden können. An die Schule? Ans Fach-Amt? Oder an die Pflege-Kasse? Wer bezahlt die Kosten, zum Beispiel für Hilfs-Mittel oder für eine Therapie?

Leben mit Behinderung Hamburg unterstützt die Eltern und gibt Antworten auf ihre Fragen. Gerade junge Familien sollen sich nicht allein gelassen fühlen. Der Eltern-Verein kämpft mit den Eltern für eine gute Gesundheits-Versorgung ihrer Kinder. Denn das ist wichtig für Teilhabe!



Was bewirkt Empowerment?

Gesundheit durch Selbstbestimmung und Beteiligung stärken

Für Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen ist Gesundheit ein zentrales Lebensthema. Mit den Angeboten „Medizin + Inklusion“ und „Gesund leben und mehr“ zeigt Leben mit Behinderung Hamburg (LmBH) in Kooperation mit der Evangelische Stiftung Alsterdorf (ESA), wie Empowerment in diesem sensiblen Bereich gelingen kann – in Selbsthilfegruppen und mit inklusiven Gesundheitsangeboten.

Selbsthilfegruppe Medizin + Inklusion

Warum sollte ich an einem Selbsthilfetreffen teilnehmen? Diese Frage mögen sich Angehörige stellen – und bekommen eine klare Antwort:

„Weil es darum geht, gehört zu werden“, sagt Dorothea Otto, Vorsitzandin im EL-

ternverein und Teilnehmerin an „Medizin + Inklusion“.

Die Selbsthilfegruppe schaffe einen geschützten Raum für Austausch und Rat zu gesundheitlichen Herausforderungen. Angehörige berichten über wiederkehrende Probleme mit Inkontinenzmitteln, Schwierigkeiten bei Krankenhausaufenthalten oder Unsicherheiten beim Umgang mit ärztlichen Entscheidungen.

„Hier gibt es keine dummen Fragen. In dieser Gemeinschaft bin ich nicht allein mit meinen Themen und bei all dem Aufklärungsbedarf, den man hat, z. B. im Umgang mit Behörde oder Krankenversicherung, ist diese Selbsthilfegruppe Gold wert“, so Otto.

Medizin + Inklusion trifft sich wieder am 4. September um 19 Uhr.

Gesund leben und mehr

Während sich die Selbsthilfegruppe „Medizin + Inklusion“ an Angehörige rich-

tet, setzt das Angebot „Gesund leben und mehr“ direkt bei der Zielgruppe der Menschen mit (und ohne) Behinderung an. Als Kooperationsangebot von LmBH und ESA ist „Gesund leben und mehr“ im Treffpunkt Mitte Altona angesiedelt. Kerstin Gemes, Projektkoordinatorin von Gesundheit 25*, einem ESA-Projekt, das die Verbesserung der Gesundheit und wohnortnahen Gesundheitsversorgung für Menschen mit Behinderung zum Ziel hat, leitet den Kurs. Dieser findet seit Anfang 2024 jeden ersten Dienstag im Monat statt, von 9.30 bis 11 Uhr.

„Wir beginnen immer mit einem Müsli. Das ist ein guter Aufhänger, um über das Thema Ernährung zu sprechen“, erklärt Gemes, „weitere Themen ergeben sich dann aus der Gruppe, z. B. Probleme mit Arztbesuchen.“

Jedes Treffen ist anders – und doch klar in den Bereichen der Gesundheitsförderung verankert: Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung und

Suchtprävention. Das Besondere: Die Gruppe ist inklusiv.

„Die Stimmung ist gut und man merkt deutlich, dass Gesundheit auch ein Thema unserer Zielgruppe ist. Die Menschen wollen Bescheid wissen, möchten Informationen erhalten, selbst aktiv werden und merken, dass das Thema Gesundheit verbindet und Spaß machen kann.“

Zwei Wege, ein Ziel

Ob in der Elternrunde mit Dorothea Otto oder beim inklusiven Gesundheitskurs mit Kerstin Gemes – beide Angebote zeigen: Wer Bescheid wissen will, sich vernetzt und einbringt, kann Gesundheit aktiv mitgestalten.



Matthias Weingard
Unternehmenskommunikation



Kerstin Gemes

Dorothea Otto





Gesundheit stärken

Wer Bescheid weiß, kann für seine Gesundheit sorgen.

Das Thema Gesundheit ist im Leben sehr wichtig.
Für Angehörige und für jeden selbst.
Bei Leben mit Behinderung Hamburg gibt es zwei Angebote zum Thema Gesundheit.

Die Selbsthilfe-Gruppe Medizin und Inklusion

Die Gruppe ist vom Eltern-Verein von Leben mit Behinderung Hamburg. Angehörige können sich austauschen und Rat bekommen.
Zum Beispiel:

- über Schwierigkeiten mit Hilfsmitteln,
- über Probleme, wenn ein Mensch mit Behinderung ins Krankenhaus muss,
- zu Fragen zur Krankenkasse oder
- zum Umgang mit der Behörde.

Alle Fragen dürfen gestellt werden.
Die Angehörigen merken:
Gemeinsam können wir etwas ändern.
Ich bin nicht allein mit meinen Fragen und Problemen.

Der Kurs Gesund leben und mehr

Der Kurs ist von Leben mit Behinderung Hamburg zusammen mit der Evangelischen Stiftung Alsterdorf. Jeden ersten Dienstag im Monat treffen sich Menschen mit und ohne Behinderung. Immer von 9:30 Uhr bis 11:00 Uhr im Treffpunkt Mitte Altona. Die Treffen fangen mit einem gesunden Frühstück an. Es geht bei den Treffen immer um Gesundheit. Es geht zum Beispiel um Ernährung und um Bewegung, um den Umgang mit Stress oder um Schutz vor Sucht.

Bei beiden Angeboten tauscht man sich aus und bekommt Informationen. Wer Informationen hat, kann besser für seine Gesundheit sorgen.

Gesundheit durch
Selbstbestimmung



Gesund im Dienst – Rückhalt für Familien

Leben mit Behinderung Hamburg unterstützt Mitarbeiter*innen bei Stressbewältigung

Googelt man den Begriff „Stress“, erscheinen über eine Milliarde Ergebnisse. Für „Entspannung“ dagegen findet man nur etwa 57 Millionen Treffer. Stress ist ein fester Bestandteil unseres Alltags. Wir wissen alle: Er macht krank. Und trotzdem gelingt es uns nur selten, ihm zu entkommen.

Ein Beispiel aus dem Alltag: Morgens um sieben Uhr meldet sich ein*e Mitarbeiter*in der Wohngruppe krank. Schon zwei Personen fehlen im Team. Urlaub, Reha, vorzeitiger Mutterschutz – nachvollziehbare Gründe gibt es viele. Und nun noch ein Ausfall. Was für ein Stress – sowohl für die, welche die Assistenz ihrer Angehörigen sicherstellen müssen, als auch für die Mitarbeitenden selbst. Vielleicht müssen sie Aufgaben übernehmen oder sind unzufrieden mit der angespannten Personalsituation. Verständlich. All das stresst – und zwar gewaltig.

Weniger Stress – mehr Gesundheit

Leben mit Behinderung Hamburg Sozialeinrichtun-

gen möchte, dass die Klient*innen und ihre Angehörigen möglichst wenig gestresst sind. Und: dass die Mitarbeitenden der Sozialeinrichtungen gesund sind und nicht durch zu viel Stress krank werden. Deshalb haben wir verschiedene Maßnahmen eingeführt. Es gibt z. B. ein Stressbewältigungstraining für Mitarbeitende. Dort lernen sie, was sie stresst, und entwickeln Ideen, wie sie damit besser umgehen können. Außerdem gibt es Entspannungstrainings oder ein Mentaltraining. Führungskräfte können sich im gesundheitsorientierten Führen weiterbilden. Das Ziel dabei ist, dass sie als Vorbilder wirken – entspannt, reflektiert, gesund. Wer selbst ausgeglichen ist,



kann auch das Team entspannter führen. Viel Stress führt zu vielen Fehltagen. Und dies geht immer zu Lasten der Menschen mit Behinderung und ihrer Angehörigen.

Stress versetzt uns Menschen in einen „Fight-or-Flight-Modus“ – ein uralter Überlebensmechanismus. In der Steinzeit bedeutete das: Der Säbelzahniger tauchte auf, unser Körper schüttete Stresshormone aus, um blitzschnell zu kämpfen oder zu fliehen. Heute lauern keine Raubtiere mehr – aber der Körper reagiert auf jede stressige Situation nach diesem Mechanismus. Aber wir kämpfen und fliehen nicht mehr, sondern machen einfach weiter. Die Stresshormone bleiben so im Körper – und können auf Dauer krank machen. Die Mitarbeitenden erhalten gezielte Angebote, um gesund zu bleiben, Stress abzubauen und weniger Fehltag zu haben. Zum Beispiel können Mitarbei-

ter*innen ein Dienstrad leasen, damit die Bewegung schon vor der Arbeit beginnt, und es gibt einen Zuschuss zu einem Sport-Abo oder ein professionelles Angebot für zur psychosozialen Beratung. Unser Ziel ist klar: weniger Stress. Mehr Gesundheit. Für Mitarbeitende – und die Menschen, die auf unsere Unterstützung bauen.



Stefanie Könnecke
Unternehmens-
kommunikation



Weniger Stress bedeutet mehr Gesundheit

Stress gehört zu unserem Alltag.
Aber zu viel Stress macht krank.

Stress gibt es manchmal bei der Betreuung von Menschen mit Behinderung.
Zum Beispiel wenn Personal ausfällt.

Für Menschen mit Behinderung bedeutet das Stress.

Denn: Ohne das Personal können sie viele Dinge nicht selbst erledigen.

Auch für Angehörige ist es Stress,
weil sie vielleicht Aufgaben übernehmen müssen.

Oder weil sie unzufrieden sind, dass so viel Personal ausfällt.

Und für die Mitarbeiter*innen ist es auch Stress.

Zum Beispiel, weil sie schnell Ersatz für kranke Kolleg*innen finden müssen.

Oder weil sie plötzlich länger und mehr arbeiten sollen.

Leben mit Behinderung bietet den Mitarbeiter*innen Angebote,
damit sie auch bei Stress stark und gesund bleiben können.

Zum Beispiel:

- **Training zur Stress-Bewältigung und Entspannung.**
Das bedeutet: Die Mitarbeiter*innen prüfen, was sie bei der Arbeit stresst.
Und sie lernen, damit besser und entspannter umzugehen.
- **Führungs-Training für Leitungen.**
Denn entspannt und gesund sind Leitungen ein Vorbild für andere.
- **Dienst-Rad mieten oder günstiger ein Fitness-Studio besuchen**
Denn auch Bewegung hilft, Stress abzubauen.
- **Kostenloser Kontakt zu Psycholog*innen.**
Denn es kann helfen, sich auszusprechen und sich Rat zu holen.

Das Ziel für Leben mit Behinderung ist klar:

Weniger Stress führt zu mehr Gesundheit für die Mitarbeiter*innen.

Und das ist auch gut für die Menschen, die unsere Unterstützung brauchen und für deren Angehörige.

Aufregung

Belastung aussetzen

emotional

Stress Depressionen

Leistungsdruck

Überforderung

Hektik Angst

psychisch

Ärger



Gesund werden mit dem ICH-Bogen

Warum personenzentrierte Informationen für eine gute Begleitung entscheidend sind

Ein Arzttermin oder Krankenhausaufenthalt ist selten angenehm – für Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf kann dies schnell zur Herausforderung werden. Oft fehlen dem medizinischen Personal entscheidende Informationen: Wie zeigt die Person, dass sie Schmerzen hat? Was hilft ihr, sich zu beruhigen? Wie gelingt eine gute Kommunikation?

Anna ist 28 Jahre alt, lebt in einer Wohngemeinschaft von Leben mit Behinderung Hamburg und benötigt umfassende Unterstützung. Kürzlich musste sie ins Krankenhaus – Verdacht auf Blinddarmentzündung. Das Personal war bemüht,

aber verunsichert. Niemand wusste, dass Anna grelles Licht kaum aushält und auf Hektik mit großer Unruhe reagiert. Auch wie sie zeigt, dass ihr etwas wehtut, war nicht bekannt. So wurde aus einem ohnehin belastenden Moment ein echter Ausnahmezustand – für Anna wie für das betreuende Team.

Um solchen Situationen vorzubeugen, wurde im Projekt Gesundheit 25* der ICH-Bogen entwickelt. Er enthält alltagsnahe Informationen über die Person: wie sie angesprochen werden möchte, wie man gut mit ihr kommunizieren kann, was sie mag und was sie eher meidet. Er hilft dabei, zwei zentrale Perspek-

tiven sichtbar zu machen: was für die Person wichtig ist – und was ihr wichtig ist. Dieser Unterschied mag klein wirken, ist aber von großer Bedeutung. Denn „wichtig für mich“ beschreibt medizinische und pflegerische Notwendigkeiten – etwa bestimmte Medikamente oder ein strukturierter Tagesablauf. „Mir wichtig“ hingegen meint persönliche Vorlieben, Bedürfnisse und emotionale Sicherheiten, zum Beispiel vertraute Musik, ein bestimmtes Lieblingsgetränk oder feste Rituale. Beides gehört zusammen. Erst dann, wenn beide Seiten berücksichtigt werden, kann eine Begleitung ganzheitlich und stimmig gelingen – besonders in herausfordernden Momenten wie bei einem Krankenhausaufenthalt.

Bei der täglichen Arbeit greifen wir diese Perspektiven gezielt auf. Die personenzentrierte Unterstützungsplanung

Mein Kompass ermutigt dazu, wichtige Details zu beschreiben, die den Alltag für eine Person gut und passend machen. Auch hier zeigt sich immer wieder, wie wichtig es ist, dass nicht nur fachliche, sondern auch persönliche Informationen gesehen, gehört und ernst genommen werden.

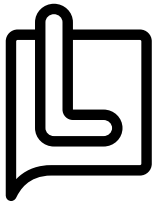
Als Angehörige und Begleiter*innen können wir dazu beitragen, dass Menschen mit Behinderung verstanden und nicht nur behandelt werden. Sei es durch Mein Kompass, den ICH-Bogen oder im Gespräch mit Ärzt*innen und Pflegekräften. Denn Gesundheit ist mehr als Versorgung – sie beginnt mit echter Begegnung.

Persönliche Informationen ernst nehmen!



Céline Müller
Mein Kompass
& Wunschwege





Informationen helfen: Der ICH-Bogen für die Gesundheit

Anna muss ins Krankenhaus.
Sie lebt in einer Wohn-Gemeinschaft und sie braucht viel Unterstützung.
Die Menschen im Krankenhaus kennen Anna nicht.
Sie wissen nicht, wie Anna zeigt, dass sie Schmerzen hat.
Und sie wissen nicht, was Anna braucht,
damit sie zum Beispiel weniger Angst hat.

Das ist eine schwierige Situation.
Für Anna und für die Menschen im Krankenhaus.
Aber Anna hat ihren ICH-Bogen dabei.

Bei Leben mit Behinderung Hamburg gibt es jetzt den ICH-Bogen.
Der ICH-Bogen ist so ähnlich wie Mein Kompass,
speziell für das Krankenhaus oder den Arzt-Besuch.

Im ICH-Bogen steht, was für die Person wichtig ist.
Zum Beispiel Medikamente oder bestimmte Pflege.
Und im ICH-Bogen steht, was die Person gerne hat.
Zum Beispiel eine bestimmte Musik oder ein Lieblings-Getränk.

Die Informationen im ICH-Bogen können helfen,
dass ein Aufenthalt im Krankenhaus nicht so schwierig ist.
Die Menschen im Krankenhaus können die Person besser verstehen.
Und dann können sie auch besser helfen.

Anna ist wieder gesund.
Es ist gut, dass es den ICH-Bogen gibt.

Wichtig
für mich!

Mir wichtig:

- ✓ Apfelschorle
- ✓ mit Teddy kuscheln
- ✓ Taylor Swift

Patientenverfügung leicht erklärt

Behandlung im Voraus planen – sei auf alles vorbereitet!



Jede medizinische Behandlung erfordert die Zustimmung der Patient*innen; wenn man sehr krank ist, kann man manchmal nicht mehr selbst entscheiden. Für diesen Fall können Sie schon vorher bestimmen, was bei Ihnen in dem Fall gemacht werden darf – und was nicht. Diese Erklärung heißt Patientenverfügung.

Hier kann festgelegt werden, was Sie möchten, wenn es Ihnen nicht gut geht. Wie Sie versorgt werden wollen, wenn Sie

schwer krank sind, und was passieren soll, wenn keine Heilung mehr möglich ist – wenn Sie sterben.

Alle (erwachsenen) Menschen können das nur für sich selbst entscheiden!

Eine Vertretung ist hier nicht möglich.

Wenn es eine Vertretungsperson, z. B. durch eine Vollmacht oder eine rechtliche Betreuung, gibt, ist diese an die Festlegungen in der Patientenverfügung gebunden.

Auch Menschen mit einer psychischen Erkrankung können die Patientenverfügung nutzen, um für eine psychische Krisensituation, in der sie möglicherweise nicht mehr einwilligungs-

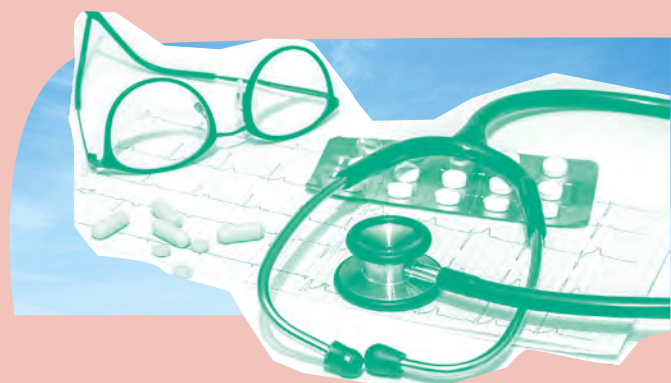
fähig sind, Einfluss auf die Behandlung zu nehmen.

Eine Patientenverfügung kann jederzeit verändert werden. Regelmäßig sollte auch überprüft werden, ob die Festlegungen darin weiterhin gelten sollen, oder ob sich Behandlungswünsche verändert haben.

Sie wünschen sich mehr Informationen zur Patientenverfügung? Sie möchten Unterstützung beim Schreiben der Verfügung? Dann können Sie beim Betreuungsverein einen

Termin vereinbaren. Sie können den Betreuungsverein anrufen: **040 270 790 950**. Oder Sie schreiben eine E-Mail: **betreuungsverein@lmbhh.de**.

Bei unseren Veranstaltungen zur Patientenverfügung am 15. Oktober 2025 um 18 Uhr im Südring 36 und zur gesundheitlichen Vorsorgeplanung (GVP) für die letzte Lebensphase am 6. November 2025 um 18 Uhr am Millerntorplatz 1 erhalten Sie weitere Informationen darüber, wie Sie für sich sorgen können.



Ein Tag beim Betreuungsgericht

Sie möchten Einsicht in Ihre Akte? Wir laden Sie herzlich ein zu einem Tag beim Betreuungsgericht. Besuchen Sie mit uns am Donnerstag, den 9. Oktober 2025, das Betreuungsgericht Hamburg-Mitte und am Donnerstag, den 13. November 2025, das Betreuungsgericht Hamburg-Altona! Treffpunkt ist jeweils um 9 Uhr bei Leben mit Behinderung Hamburg, Millerntorplatz 1 (Fahrstuhl B, 3. OG). Es gibt Infos zur eigenen Akte, ein kostenfreies Mittagessen und auch die Teilnahme ist kostenlos. Weitere Infos unter **040 270 790 950** oder bei: **betreuungsverein@lmbhh.de**.



Sabine Boeckel
Elternverein/
Betreuungsverein



So sind Sie gut vorbereitet!

Wenn man krank ist und eine medizinische Behandlung benötigt, muss man als erwachsener Mensch seine Zustimmung dafür geben. Nur dann dürfen Ärzt*innen etwas tun, zum Beispiel operieren.

Wenn man aber schwer krank ist, kann man vielleicht nicht mehr selbst entscheiden. Es ist deshalb wichtig, über wichtige Fragen nachzudenken. Zum Beispiel:

- Was soll passieren, wenn man schwer erkrankt?
- Welche medizinische Hilfe möchte man dann haben?
- Wie möchte man versorgt werden, wenn man nicht geheilt werden kann und sterben wird?

Sie können schon vorher darüber bestimmen, was bei Ihnen gemacht werden darf und was nicht.

Wenn Sie Ihre Entscheidungen aufschreiben, heißt das: Patienten-Verfügung. Wenn sich Ihre Entscheidungen vielleicht mit der Zeit verändern, können Sie auch das auch in Ihrer Patienten-Verfügung verändern.

Jeder erwachsene Mensch kann eine Patienten-Verfügung für sich treffen. Im Notfall müssen sich alle anderen Menschen danach richten. Zum Beispiel Ärzt*innen, rechtliche Betreuer*innen und auch Angehörige. So passiert nur das, was Sie selber wirklich wollen.

Das gilt auch, wenn Sie eine psychische Erkrankung haben. Ihre Patienten-Verfügung legt fest, wie Sie behandelt werden wollen. Auch dann, wenn Sie in einer Krise nicht mehr selbst entscheiden können

Möchten Sie mehr Informationen zur Patienten-Verfügung bekommen? Oder möchten Sie Unterstützung beim Schreiben der Patienten-Verfügung? Dann können Sie beim Betreuungsverein einen Termin machen.

- Sie können anrufen: 040 270 790 950.
- Sie können eine E-Mail schreiben: betreuungsverein@lmbhh.de

Bei diesen Veranstaltungen erfahren Sie noch mehr:

- **Patienten-Verfügung:**
15. Oktober 2025, 18 Uhr, Südring 36
- **Gesundheitliche Vorsorgeplanung (GVP) für die letzte Lebens-Phase:**
06. November 2025, 18 Uhr, Millerntorplatz 1

Barrierefreiheit ... wo denn?!

Aufruf zur gemeinsamen Aktion am 3. Dezember



Am 3. Dezember 2025 jährt sich der Internationale Tag der Menschen mit Behinderungen. Was für eine gute Gelegenheit, um auf die Barrieren hinzuweisen, die Hamburg abbauen muss. Gemeinsam mit dem Blinden- und Sehbehindertenverein und vielen anderen Organisationen engagieren wir uns im Elternverein für „Mobilitätswende – nur mit uns!“, weil die Behörde für Verkehr und Mobilitätswende beim Aus-

bau von Fuß- und Radwegen, im öffentlichen Nahverkehr und bei der Entwicklung von Verkehrsstraßen die Barrierefreiheit für alle im Blick behalten muss. Die Initiative startete 2023 und der Bedarf an Engagement ist weiter notwendig.

In der Hamburger Landesarbeitsgemeinschaft für behinderte Menschen, wo wir uns für unsere Mitglieder stark machen, spre-

chen wir mit den Verantwortlichen der Behörden. Unsere Perspektive ist dort kaum bekannt. Das wollen wir ändern. Bitte schreiben Sie uns oder senden Sie uns kurze Videos oder Fotos: Wo erleben Sie bzw. wo steht ihr vor Barrieren? Wer im Rollstuhl sitzt und geschoben werden muss, kommt vielleicht viel seltener unter Leute und an die frische Luft als gewünscht. Und wer Beeinträchtigungen hat, die niemand sieht, wird vielleicht immer wieder auf eine Weise angesprochen, die unangenehm ist. Was muss sich in Hamburg ändern für mehr Barrierefreiheit?

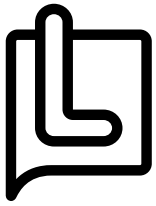
In der nächsten Ausgabe von Südring Aktuell im November werden wir die Rede von Fabian Pietzcker, Interessenvertretung Barmbek bei den Sozialeinrichtungen (zu sehen auf YOU TUBE LMBHH), abdrucken, die er beim Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung gehalten hat. Er benennt darin die Probleme mit deutlichen Worten: fehlender Respekt, funktionsuntüch-

tige Fahrstühle, Personalprobleme, zu wenige barrierefreie Wohnungen, kaum Freizeitassistenz, unübersichtliche Wege, weder Schilder noch Notrufe noch Durchsagen, die für alle gemacht sind. Jetzt brauchen wir möglichst viele persönliche Beschreibungen und Bilder aus dem Alltag. Schicken Sie Texte und Fotos bitte an: **kerrin.stumpf@lmbhh.de** und Videos über Signal an: **0171 554 898 4**.

Wir sind hier, um für
unsere Rechte einzustehen!
**Gemeinsam für
Barrierefreiheit!**



Kerrin Stumpf
Elternverein



Hamburg muss Barriere-frei werden – machen Sie mit

Am 3. Dezember ist der internationale Tag der Menschen mit Behinderung. Der Tag ist eine gute Gelegenheit, um auf Barrieren hinzuweisen. Denn: Menschen mit Behinderungen haben viele Barrieren in ihrem Leben. Zum Beispiel:

- Ein zu hoher Bord-Stein für einen Rollstuhl-Fahrer,
- kaputte Fahrstühle,
- Texte, die in schwerer Sprache geschrieben oder gesprochen werden.

Diese und andere Barrieren müssen verschwinden. Nur dann gelingt Teilhabe für Menschen mit Behinderung wirklich. Leben mit Behinderung kämpft dafür, dass diese Barrieren abgebaut werden. Dafür sprechen wir mit der Behörde und machen uns stark für Menschen mit Behinderung.

Sind Ihnen auch Barrieren aufgefallen?

Dann machen Sie davon Fotos und schicken sie an: kerrin.stumpf@lmbhh.de
Sie können auch ein Video von der Barriere machen.

Schicken Sie das Video über Signal an diese Nummer: 0171 554 898 4

Mit Ihren Fotos und Videos können wir noch besser auf Barrieren in Hamburg hinweisen.

Und wir können gemeinsam dafür kämpfen, dass diese Barrieren verschwinden.

Barriere-Freiheit wird aber nicht nur dadurch erreicht, dass Barrieren zurück gebaut werden.

Hierzu hat Fabian Pietzcker eine Rede gehalten.

Er ist Interessen-Vertreter bei Leben mit Behinderung Hamburg.

Er fordert in dieser Rede:

- Mehr Respekt gegenüber Menschen mit Behinderung,
- mehr Personal, um Freizeit-Begleitung möglich zu machen.

Sie können diese Rede auf dem You-Tube-Kanal von Leben mit Behinderung ansehen.

Diese Rede wird in der nächsten Ausgabe von Südring Aktuell abgedruckt.



Aus dem Elternverein

Mitgliederversammlung

Wir und unser Bild nach außen

Auf der Mitgliederversammlung am 12. Juni 2025 stand u. a. als Topthema „Wir und unser Bild nach außen“ auf der Agenda. Zum 70. Jubiläum des Elternvereins im kommenden Jahr wird der Vorstand das überarbeitete Leitbild von Leben mit Behinderung in Leichter Sprache veröffentlichen. Ebenso soll dann ein neues Logo die Emotionen und Identität der Organisation sichtbar machen.

Hier geht's
zum Protokoll



© Rainer Nemetz

Aus dem Elternverein

Ein Sommer- märchen im Südring

Samba, Sonne, Spaß für alle – fleißige Helfer*innen machten das inklusive Brunnenfest zu einem tollen Erlebnis.

Am Sonntag, den 20. Juli, verwandelte sich der Südring 36 in eine Bühne für gelebte Inklusion: Das traditionelle Brunnenfest des Elternvereins von Leben mit Behinderung Hamburg lockte bei bestem Wetter viele neue und bekannte Gesichter an. Ob Vorstand am Grill, Multiplikator*innen am Kuchenstand oder der Betreuungsverein am Glücksrad – viele helfende Hände sorgten für gute Stimmung. Samba-Rhythmen, ein buntes Bühnenprogramm, Spiele für Groß und Klein, eine Tombola und intensive Gespräche am Infostand machten den Tag unvergesslich – ein echtes Sommermärchen für jedes Alter.



Aus dem Elternverein

Neuer Vorsitz im Landesschulbeirat

Der Landesschulbeirat ist ein Gremium nach dem Hamburgischen Schulgesetz. Er dient der Zusammenarbeit zwischen den am Schulwesen unmittelbar beteiligten Gruppen und den mittelbar beteiligten öffentlichen Institutionen und kann zu allen schulischen Grundsatzfragen Stellung nehmen und die Schulbehörde bei grundlegenden Änderungen des Schulwesens beraten.

Im Beirat, zu dem unter anderem die Handwerks- und Handelskammer, Gewerkschaften, Vertretende der Schüler-, Lehrer- und Elternschaft sowie weltanschaulicher und anderer Interessenverbände gehören, wurde im Juni Kerrin Stumpf zur neuen Vorsitzenden gewählt. Herzliche Glückwünsche!

Aus dem Elternverein

Familienzeiten

Das neue Heft ist da, mit tollen Angeboten von September bis Dezember.

Welche Veranstaltungen gibt es in der zweiten Jahreshälfte, speziell für Familien mit jungen Kindern? Informationen und Angebote hierzu finden Sie in unserem Programm Familienzeiten, u. a. mit folgenden Highlights: Jugendkonferenz, My Party oder Adventsmarkt – inklusiv einkaufen. Am 26. November ist Prof. Dr. Karsten Speck von der Uni Oldenburg zu Gast auf dem Elterngesprächskreis schulische Bildung und Inklusion. Mit ihm sprechen wir über die Entwicklung der Bildungsförderung, Inklusion und Assistenz im Hamburger Schulwesen. Familienzeiten ist online auf www.derelternverein.de und als Broschüre im Südring 36 erhältlich.



Schauen Sie rein!





Termine



Medizin + Inklusion

Donnerstag | 4. September 2025 | 19 bis 20.30 Uhr
Südring 36 | 22303 Hamburg oder via Zoom

Sind die Notfallkontakte oder alle wichtigen Medikamente aufgelistet? Welche Arztpraxen oder Krankenhäuser sind bei mir in der Nähe? Kommen Sie mit Ihren Gesundheitsfragen dazu und tauschen sich aus zum Thema Checkliste „Meine Gesundheit“.

Zoom-Daten

Meeting-ID: 982 6602 4912

Kenncode: Med+Ink1



Late Night Talk

Dienstag | 9. September 2025 | 20 bis 21.30 Uhr via Zoom

Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus und stellen Sie Fragen zu Themen wie Schwerbehinderung, Pflege, Assistenz und Nachteilsausgleichen.

Zoom-Daten

Meeting-ID: 916 2552 1558

Kenncode: Late1111



Unsere Verantwortung: Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf

Donnerstag | 11. September 2025 | 19 bis 20.30 Uhr
Südring 36 | 22303 Hamburg oder via Zoom

Probleme mit Behörden, die Sozialbehörde bittet uns um Hinweise.

Zoom-Daten

Meeting-ID: 947 9662 0478

Kenncode: Unsere100



Elterngesprächskreis schulische Bildung

Mittwoch | 1. Oktober 2025 | 19.30 bis 21 Uhr
Südring 36 | 22303 Hamburg

Neues Schuljahr, neue Behörde – welche Chancen tun sich auf?
Wir haben die Leitung der Schulbehörde eingeladen für ein Gespräch
im Elterngesprächskreis.



Teilhabe-Salon

Donnerstag | 9. Oktober 2025 | 18 bis 19.30 Uhr
Südring 36 | 22303 Hamburg

Neue Behörden-Zuschnitte in Hamburg mit Konsequenzen für die Teilhabe.



Welche Wohnform ist die Richtige?

Mittwoch | 15. Oktober 2025 | 19 bis 21 Uhr
Südring 36 | 22303 Hamburg

Wir stellen unterschiedliche Wohnformen vor, beantworten
Ihre Fragen und informieren zu formellen Schritten.

Anmeldung erforderlich unter

E-Mail: angebotsberatung@lmbhh.de

Telefon: 404 270 790 927



Unsere Selbsthilfeangebote

Für Informationen zu unseren regelmä-
ßigen Angeboten schauen Sie gern auf
www.derelternverein.de unter Termine.

Haben Sie Anmerkungen oder Fragen zum Heft?

Dann melden Sie sich gern bei:

Stefanie Könnecke
Redaktionsleitung
sra@lmbhh.de

Besuchen Sie uns auch bei:

[facebook.com/LebenmitBehinderungHH](https://www.facebook.com/LebenmitBehinderungHH)

www.lmbhh.de
www.derelternverein.de
www.suedring-aktuell.de

Leben mit Behinderung Hamburg, Postfach 60 53 10, 22248 Hamburg

GLOSSAR

Gesundheits-sorge

Die Gesundheits-sorge ist ein wichtiger Bereich der rechtlichen Betreuung. Das Amtsgericht bestimmt, ob der rechtliche Betreuer oder die rechtliche Betreuerin zur Gesundheit der betreuten Person tätig werden darf. Auch dann soll die betreute Person soweit wie möglich eigene Entscheidungen treffen. Eine ärztliche Aufklärung sollte daher patientengemäß sein und auch unterstützte Kommunikation nutzen. Zum Recht auf Selbstbestimmung gehört auch das Recht „NEIN“ zu sagen

oder zu zeigen. Das Recht auf Krankheit gilt auch bei fehlender Einwilligungsfähigkeit. Nur wenn Leib und Leben konkret in Gefahr sind, ist Raum für Entscheidungen gegen den Willen einer Person. Haben Sie dazu Fragen? Dann kommen Sie in unsere Veranstaltungen oder lassen Sie sich im Betreuungsverein beraten – 040 270 790 950.

Nächste Ausgabe:
Für einander sorgen

Der Online-Familienratgeber der Aktion Mensch bietet Informationen und Service für Menschen mit Behinderung und ihre Familien.

