



NEWSLETTER

Ausgabe 06 vom 29. November 2010

**Sehr geehrte Mitglieder,
liebe Freunde und Mitstreiter**

**Hier ist er nun,
unser letzter NEWSLETTER für das
Jahr 2010!**

Auch in diesem Monat können wir Euch wieder Erfolge vermelden.

Inzwischen sind wir mehr als 70 Mitglieder, und wir hoffen, das wir bald noch viel mehr sein werden.

Denn bereits im Januar wird es neben unserem Stammtisch in Bergheim auch einen monatlichen Stammtisch in Pulheim und einen weiteren in Wesseling geben.

Beide Lokale, in denen der Stammtisch stattfinden wird, sind auch für Besucher mit Rollator oder Rollstuhl geeignet, ebenso die Toiletten.

Die genauen Adressen und Zeiten findet ihr weiter unten unter „Brandaktuelle News“.

Also, Freunde und Mitstreiter: rührt die Werbetrommel für diese drei Stammtische!

Wir möchten noch einmal an den 8. Dezember erinnern:

ab 18.00 findet im Hotel Konert unsere Weihnachtsfeier statt, bitte meldet Euch bis spätestens 1. Dezember bei uns an. Über zahlreiches Erscheinen werden wir uns freuen.

Vorstand, Team SHG und die NEWSLETTER-Redaktion wünschen Euch allen eine schöne Adventszeit, ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein guten Übergang ins Jahr 2011!



**WIR LESEN UNS WIEDER IM NEUEN
JAHR**

Eure Newsletter-Redaktion

Eure Mithilfe ist gefragt.

Du kennst einen guten Witz? Vielleicht hast Du ein besonders raffiniertes Rezept, kennst ein paar Tips oder ein schnelles Gericht für den kleinen Geldbeutel, einen Imbiss?
Bist Du vielleicht ein „Schreiberling“ oder ein „heimlicher Poet“ und schreibst gerne Gedichte oder Kurzgeschichten?

Immer her damit!

Melde Dich bei Hanne, Nicole, Marlies, Uli oder Joe – ruf' uns an, schreib' uns eine Email oder spreche uns beim Stammtisch an.

Veranstaltungen im Monat:

Dezember 2010

Stammtisch Mittwoch, den 01.12.2010
von 18.00 bis 21.00 Uhr
im Hotel Konert, Kölner Str. 33
Wer Fragen hat, bei Hanne melden:
Telefon: 02271 / 993722
h.weiland@shghandicap.de

Spieletreff **fällt in diesem Monat leider aus!**

Frühstück **fällt in diesem Monat leider aus!**

Kegeln Montag, den 13.12.2010
von 18.00 bis 21.00 Uhr
im Brauhaus Krone, Hauptstr. 78
Wer Fragen hat, bei Uli melden:
Telefon: 02271 / 798426
u.deneffe@shghandicap.de

Impressum

SHG Handicap e.V.
Red. Newsletter
Postfach 1654
50106 Bergheim

newsletter@shghandicap.de

Der SHG NEWSLETTER freut sich über Eure Beiträge. Leserbriefe oder andere Mitteilungen seitens der Leser geben nicht die Meinung der Redaktion wieder. Auswahl und Kürzungen müssen wir uns vorbehalten. Für Rückfragen bitten wir um Anschrift und Telefonnummer oder E-Mail-Adresse. Der besseren Lesbarkeit wegen verzichten wir bisweilen auf die Schreibweise „Innen“; Frauen und Männer sind selbstverständlich immer gleichzeitig angesprochen.

Heute schon gelacht?

"Sie geben also zu, dass sie der Vater dieses Kindes sind?", fragt der Richter den Mann. "Ja, selbstverständlich", antwortet der. "Gut", sagt der Richter, "dann müssen wir ja nur noch das Bezahlen regeln." - "Aber ich bitte Sie", winkt der Mann ab, "dafür möchte ich doch nichts haben!"

„Schluss jetzt“, schimpft der Kneipenwirt, "ich schreibe nichts mehr an!"

Der Stammgast: "Und wie willst du dir das alles merken?..."

Im Sprechzimmer kramt Müller nervös in seinen Taschen. "Sie brauchen mich nicht im Voraus zu bezahlen!" sagt der Zahnarzt. "Das will ich auch nicht!", entgegnet Müller, "ich zähle nur mein Geld, bevor Sie mich betäuben!"

ingesandt von Joe Esser

Schlaumeier

"Wieso fahren wir eigentlich in Urlaub?"

Der Ursprung dieses Lieblingswortes wohl aller Arbeitnehmer hat nichts mit Ausschlafen, Sonne und Strand zu tun. Ganz im Gegenteil. Abgeleitet wird es von dem mittelhochdeutschen Wort "urloup". Gemeint war damit: die Erlaubnis, fort zu gehen. Denn Ritter mussten ihren Lehnsherren - also denjenigen, der ihnen Brot und Arbeit gab - um urloup bitten, wenn sie in eine Schlacht ziehen wollten. Heute dient die beliebte Auszeit zum Glück der Erholung.

Brandaktuelle NEWS

Es ist soweit, wir haben ab Januar 2011 zwei neue Stammtische:

Am 04.01.2011 und dann jeden 1. Dienstag im Monat ab 18.00 - 21.00 Uhr in

Pulheim

„Altes Rathaus“
Venloer Str. 112
50259 Pulheim

Der Eingang (weiße Türe) ist auf der Rückseite des Gebäudes, bitte dort bei „Kneipe“ klingeln.

Es gibt dort keine Probleme mit dem Rollstuhl. Fahrstuhl, Behinderten WC sowie elektrische Türöffner sind vorhanden.



Am 06.01.2011 und dann jeden 1. Donnerstag im Monat ab 18.00 - 21.00 Uhr
in

Wesseling

„Kulisse“
Kölner Str. 16
50389 Wesseling

Auch hier ist der Eingang für Rollstuhlfahrer durch den Hintereingang (Biergarten) zu erreichen.

Dort gibt es eine ebenerdige Toilette. Die Toilettenschüssel ist auch höher, nicht direkt Behinderten geeignet, aber es geht mit Einschränkungen.

Das schwarze Brett

Wer hat Lust zum Tanzen?

Das Tanzen für behinderte Menschen findet jeden Freitag ab 17.00 Uhr statt.

Der Ort ist 50259 Pulheim, Alte Kölner Str. 32 im Tanzcenter Rainer Begoin. Das ist direkt neben dem Einwohnermeldeamt der Stadt Pulheim (direkter Nachbar).

Die Behinderten zahlen für sieben Tanzstunden 55,00 Euro.

Das Tanzcenter ist absolut Barriere frei.

Weitere Infos unter: www.tanzcenter-begoin.de - Tel.: 02238/963515

Kochecke

Erdbeer - Sahne - Rolle

Für den Biskuitboden:

4 Ei(er), getrennt
4 EL Wasser, heißes
125 g Zucker
75 g Mehl
50 g Speisestärke
1 Msp. Backpulver

Für die Füllung:

500 g Erdbeeren
500 ml Sahne(weniger Sahne und dafür Doppelrahmfrischkäse)
60 g Puderzucker (für nicht so süße 2 Esslöffel Puderzucker)
2 Pck. Sahnesteif
1 Pck. Vanillinzucker

Zubereitung

Für den Biskuit die Eigelb mit Wasser und Zucker weißschaumig schlagen. Mehl, Stärke und Backpulver mischen, sieben und unterrühren. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und unterheben.

Die Masse auf ein hohes, mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen. Bei 200°C 10-15 min backen.

Den Biskuit nach dem Backen auf ein sauberes Geschirrtuch stürzen. Zum Auskühlen locker zusammenrollen.

Die Erdbeeren waschen, entstielen vierteln. Einige schöne beiseite legen.

Die Sahne mit Puderzucker, Sahnesteif und Vanillinzucker steif schlagen.

Die ausgekühlte Rolle wieder vorsichtig ausrollen und das Papier abziehen.

Mit 300 g der Sahne bestreichen, die Erdbeerviiertel darauf streuen.

Aufrollen und mit Sahne bestreichen.

Mit der restlichen Sahne und den beiseite gelegten Erdbeeren verzieren.

Lebensweisheiten

"Die Menschen, denen wir eine Stütze sind, geben uns Halt im Leben."

(Marie von Ebner-Eschenbach)

"TOLERANZ: Die Fehler des anderen entschuldigen. TAKT: Sie gar nicht erst bemerken."

(Arthur Schnitzler)

„Wenn einer lacht - Lach‘ mit!

Wenn einer singt - Sing‘ mit!

Wenn einer arbeitet - Lass‘ ihn!“

(Autor unbekannt)

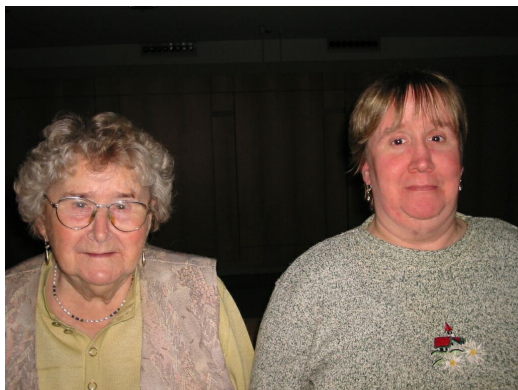
Geburtstage im Dezember

An dieser Stelle möchten wir allen Geburtstagskindern recht herzlich gratulieren und wünschen Ihnen viel Glück und Gesundheit:

*Wilfried Raabe
Nicole Odenthal
Maria Pfordt
Marcel Deneffe*

Wer ist Wer?

Brigitte + Barbara Lucht



In dieser NEWSLETTER-Ausgabe stellen wir Euch Brigitte und Barbara Lucht vor.

Guten morgen Barbara und Brigitte. Ich freue mich, mit Euch ein Interview zu führen.

Brigitte, Du bist unsere 2. ältestes Mitglied mit 79 Jahren. Wir finden es ganz toll, dass Du mit Deiner Tochter alles mitmachst, was die SHG anzubieten hat.

Ihr zwei seit auch von Anfang an dabei. Wie habt Ihr von uns erfahren?

Brigitte: Wir haben in der Werbepost gelesen, das in Bergheim gekegelt wird für Menschen mit Behinderung und da sagte Barbara zu mir „da gehen wir hin“ und das taten wir. Das ist jetzt schon fast 3 Jahre her.

Aber Ihr geht nicht nur Kegeln. Wo kann man Euch noch antreffen?

Beide: Zum Stammtisch, Spieleabend und zum Frühstück.

Brigitte: Solange wir es können, gehen wir zu den Angeboten der SHG hin. Dies ist für uns auch wichtig, damit wir eine Beschäftigung und Abwechslung in unserem Leben haben.

Ihr fahrt auch, wenn es geht, regelmäßig in Urlaub. Wo geht's hin?

Brigitte: Wir fahren seit Jahren mit dem Zug nach Bad Tölz in Oberbayern. Früher, als Barbara noch klein war, sind wir auf einem Bauernhof gewesen und als mein Mann 1993 verstarb, buchen wir nur noch das Hotel „Altes Zollhaus“. Es ist vor allem schön für uns beide, da man uns dort kennt; da fühlt man sich auch wie zu Hause.

Barbara: Und wir machen dort auch Ausflüge, um etwas anderes zu sehen.

Welche Hobbys habt Ihr?

Barbara: Ich Sticke und Häkle, aber am liebsten höre ich Musik.

Brigitte: Ich liebe Stricken und Häkeln.

Was wünscht Ihr Euch für die Zukunft?

Ich habe beide unabhängig gefragt und musste lächeln, als ich von beiden die gleiche Antwort erhalten habe. Ich denke aber, dieses ist nicht verwunderlich, da Brigitte und ihre Tochter Barbara sich so gut verstehen und dass sie auch alles zusammen machen.

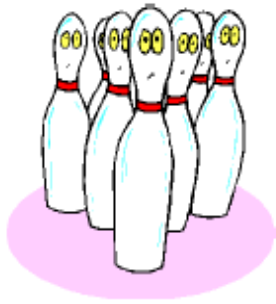
Brigitte: Viel Gesundheit; das alles bleibt wie es ist und vor allem, das ich lange mit Babara zusammen bleibe.

Barbara: Das uns lange die Gesundheit erhalten bleibt und ich vielleicht wieder eine Arbeit bekomme.

Das wünsche ich Euch beiden auch und dass ihr lange Gesund und Fit bleibt. Vor allem, dass wir Euch immer so fröhlich und gut gelaunt in unserem Kreise erleben dürfen.

Ich bedanke mich bei Euch für das Interview.

■ Hanne Weiland



2011



Kegeln in Bergheim „Voll auf die Neune“

Wer hat Lust und Zeit, mit uns eine ruhige Kugel zu schieben?

Der Kegelclub „Voll auf die Neune“ der SHG Handicap e.V. lädt Euch dazu herzlichst ein.

Wir treffen uns einmal im Monat in der Gaststätte „Zur Krone“ in 50126 Bergheim, Hauptstr. 78, von 18 – 21 Uhr.

Kosten: 2 € pro Abend + Geld für Essen/Getränke

Termine 2011: 10.01. / 07.02. / 07.03. / 04.04. / 02.05. /
30.05. / 27.06. / 25.07. / 22.08. / 19.09 /
17.10. / 14.11. / 12.12.

Bitte Turnschuhe mitbringen!

Leider sind die Räumlichkeiten der Kegelbahn nicht für Rollstuhlfahrer geeignet.

Ansprechpartner/Kontakt:

SHG Handicap e.V.
info@shghandicap.de

Ulrich Deneffe
Tel.: 02271/798426
u.deneffe@shghandicap.de

Weitere Infos findet Ihr unter: www.shghandicap.de

Stammtisch

„Keine
Ahnung“

2011



Einladung zum Stammtisch in Bergheim

Hier gibt es Gelegenheit Leute zu treffen, Informationen auszutauschen oder einfach nur gemütlich zusammen zu sitzen.

Der Stammtisch „Keine Ahnung“ der SHG Handicap e.V. lädt Euch dazu herzlichst ein.

Wir treffen uns immer am 1. Mittwoch im Monat in der Gaststätte „Hotel Konert“, Kölner Straße 33 in 50126 Bergheim (gegenüber dem Bergheimer Bahnhof) jeweils von 18 – 21 Uhr.

Der Zugang zu den Gasträumen ist über die Rückseite des Gebäudes **barrierefrei** zu erreichen!

Termine 2011: 12.01. / 02.02. / 02.03. / 06.04. / 04.05. /
01.06. / 06.07. / 03.08. / 07.09. / 05.10. /
02.11. / 07.12.

Die An- und Abfahrt sollte jeder selbst organisieren.
Bei Problemen sind wir gerne behilflich.

Bitte an Geld für Getränke und/oder Verzehr denken!

Ansprechpartner/Kontakt:

SHG Handicap e.V.
info@shghandicap.de

Hanne Weiland
Tel.: 02271/993722
h.weiland@shghandicap.de

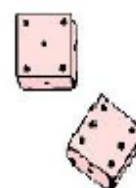
Weitere Infos findet Ihr unter: www.shghandicap.de

Spieleabend 2011

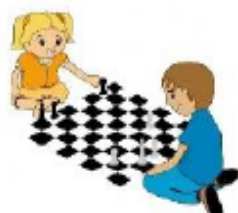


**Wer hat Lust und Laune für einen gemütlichen
Spieleabend?**

An jedem 3. Donnerstag im Monat von 18.00 bis 21.00 Uhr
laden wir Euch recht herzlich dazu ein.



Der Abend findet im Medio, Raum K2, in Bergheim statt.



Hier darf nach Herzenslust gespielt werden, egal ob
es Karten- oder Brettspiele sind.

Für die Fußballfreunde unter Euch wird sogar ein
Kicker zur Verfügung gestellt.

Gibt es ein Lieblingsspiel, welches Du gerne mit den
anderen spielen möchtest? - Bring es mit!

Termine 2011:

27.01. / 17.02. / 24.03. / 21.04. / 16.06. / 21.07. / 18.08. / 15.09. / 20.10. / 17.11. / 15.12.

Es gibt keine Gastronomie
Bitte Getränke und/oder Snacks selbst mitbringen.

Die Räumlichkeiten und Toiletten sind für
Rollstuhlfahrer geeignet!



Bei Fragen oder Anregungen wendet Euch bitte an:

Herbert Stegmeyer
Tel.: 0162 / 7300687
h.stegmeyer@shghandicap.de

Weitere Infos findet Ihr unter: www.shghandicap.de