



# NEWSLETTER

Ausgabe 20 vom 01. Februar 2012

## Sehr geehrte Mitglieder, liebe Freunde und Mitstreiter

Dieter Rauch, Gründungsmitglied der SHG Handicap e.V., wurde die Ehrenmitgliedschaft von Handicap verliehen.

Die Übergabe der Urkunde war ursprünglich für die Weihnachtsfeier 2011 geplant, doch eine Erkrankung von Dieter Rauch erzwang eine Verschiebung der Ernennung. Also machten sich am 28.12. drei Vorstandsmitglieder - Hanne Weiland, Stefanos Dulgerakis und Franz-Albert Neuburg - auf den Weg ins Bergheimer Krankenhaus, um das neue Ehrenmitglied zu ernennen.

Die Ehrenmitgliedschaft soll ein kleiner Dank, sowohl für die Aufbauinitiative während der ersten Ansätze von Handicap – Freizeitangebote für Menschen mit und ohne Behinderung in den Jahren ab 2005 - als auch für die tatkräftige Mitarbeit in den letzten drei Jahren bei der SHG Handicap e.V., sein.

Wir hoffen, das neue Ehrenmitglied gewinne seine Gesundheit möglichst schnell zurück und das er dann wieder in altbewährter Manier bei der aktiven Arbeit in und für die SHG Handicap e. V. mitwirken kann.

---

Am 07.02.2012 starten wir mit einem neuen Lokal für den Stammtisch in Elsdorf. Der „Ratskeller“, 50189 Elsdorf, Mittelstraße 38 ist sowohl im

Lokal , der Kegelbahn und bei den Toiletten barrierefrei.

Wir wollen am 07.02. dort neu starten. Es wird keine Umlage fürs Kegeln genommen. Der Stammtisch mit Kegeln findet jeden 1ten Dienstag im Monat ab 18.00 Uhr statt.

Eine kleine Speisekarte - alle Gerichte unter 10 Euro - rundet das Angebot des „Ratskeller“ ab.



---

An dieser Stelle möchten wir Euch die Füngeling Router e.V. vorstellen. Dieser Verein befasst sich mit der Integration und Inklusion von Menschen mit Behinderung in der Wirtschaft. Sie vermittelt zwischen Arbeitgeber und ArbeitnehmerInnen für ein besseres Miteinander in der Arbeitswelt. Ebenso unterstützt der Verein auch arbeitssuchende, behinderte Menschen bei der Jobsuche und steht mit Rat und Tat zur Seite.

Mehr Informationen darüber gibt es unter [www.projekt-router.de](http://www.projekt-router.de).

Ein Besuch auf dieser Webseite lohnt sich.

## Veranstaltungen im Monat:

### Februar 2012

- Stammtisch  
Pulheim** Montag, den 06.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
„Rathausstuben“, Venloer Str. 112  
Wer Fragen hat, bei Herbert melden:  
Telefon: 0162 / 7300687  
[h.stegmeyer@shghandicap.de](mailto:h.stegmeyer@shghandicap.de)
- Stammtisch  
Elsdorf** Dienstag, den 07.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
„Ratskeller“, Mittelstr. 38  
Wer Fragen hat, bei Eleonore melden:  
Telefon: 02274 / 900991  
[e.rohm-neuburg@shghandicap.de](mailto:e.rohm-neuburg@shghandicap.de)
- Stammtisch  
Keine Ahnung  
Bergheim** Mittwoch, den 01.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
„Hotel Konert“, Kölner Str. 33  
Wer Fragen hat, bei Hanne melden:  
Telefon: 02271 / 993722  
[h.weiland@shghandicap.de](mailto:h.weiland@shghandicap.de)
- Stammtisch  
Wesseling** Donnerstag, den 02.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
„Kulisse“, Kölner Str. 16  
Wer Fragen hat, bei Michael melden:  
Telefon: 0176 / 80075402  
[m.kircher@shghandicap.de](mailto:m.kircher@shghandicap.de)
- Frühstück  
Bergheim** Donnerstag, den 09.02.2012  
um 10.00 Uhr in der Medio-Lounge  
Wer Fragen hat, bei Hanne melden:  
Telefon: 02271 / 993722  
[h.weiland@shghandicap.de](mailto:h.weiland@shghandicap.de)
- Spieletreff  
Erwachsene  
Bergheim** Donnerstag den 16.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
im Medio, Raum K2  
Wer Fragen hat, bei Stefanos melden:  
Telefon: 02271 / 993716  
[s.dulgeraris@shghandicap.de](mailto:s.dulgeraris@shghandicap.de)
- Spieletreff  
Kinder/Jug.  
Bergheim** Dienstag den 14.02.2012  
von 17.00 bis 19.00 Uhr  
im Medio, Raum K2  
Wer Fragen hat, bei Sandra melden:  
Telefon: 01577 / 9093613  
[s.weisschnur@shghandicap.de](mailto:s.weisschnur@shghandicap.de)
- Kegeln  
Bergheim** Montag, den 06.02.2012  
von 18.00 bis 21.00 Uhr  
„Brauhaus Krone“, Hauptstr. 78  
Wer Fragen hat, bei Uli melden:  
Telefon: 02271 / 798426  
[u.deneffe@shghandicap.de](mailto:u.deneffe@shghandicap.de)

## Impressum

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

[newsletter@shghandicap.de](mailto: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.

## Achtung

Liebe Mitglieder der SHG Handicap e.V.

Der Jahresbeitrag für das Jahr 2012 ist fällig!

Die Mitglieder, die der Einzugsermächtigung nicht zugestimmt haben, möchten wir bitten, uns den Jahresbeitrag von 12,- Euro auf unser Konto zu überweisen oder bei einem unserer Aktivitäten (Stammtisch, Kegeln, Spieleabend, etc.) an unseren Kassierer Uli oder einem der Vorstandsmitglieder zu übergeben.

Kreissparkasse Köln  
Konto: 142282168  
BLZ: 370 502 99

## MitMach-Aktion

Wir wurden vom dm-Markt zu der Aktion „dm-Kassieraktion“ am Mittwoch, dem 29.02.2012 in der Filiale im Kaufland, Hauptstraße 29 in 50126 Bergheim, eingeladen.

Bei dieser Aktion wird ein Mitglied der SHG eine halbe Stunde an der Kasse sitzen und die Einnahmen während dieser Zeit gehen dann als Spende dem Verein zu.

Wer von Euch, liebe Mitglieder, hat Lust und Laune, an der Kasse zu sitzen? Vielleicht gibt es sogar jemand unter Euch, der Erfahrung im Kassierbereich mitbringt.

Meldet Euch bitte bei uns!

Die Kassenzeit ist von 15.00 bis 15.30 Uhr.

Wir werden mit unserem Stand im dm-Markt von 11.00 bis 16.30 Uhr präsent sein.

An alle anderen würden wir gerne an Eure Einkaufslust während unseres Einsatzes appellieren, damit auch viel Geld in die Kasse kommt.

## Heute schon gelacht?

Das junge Paar unterhält sich auf einer Party, was man denn dazu sagen könnte, wenn man Lust aufeinander hätte. Es sei ja so peinlich, wenn andere es mitkriegen würden. Schließlich einigen sich die beiden darauf zu sagen, man habe Lust zu "lachen". Das klappt bei den nächsten Partys auch ganz hervorragend. Einige Wochen später fragt er zu Hause: "Ich hätte wohl mal wieder Lust etwas zu lachen." - "Ne", wehrt sie ab, "ich habe Kopfschmerzen, jetzt nicht." Eine halbe Stunde später fragt sie ihn dann wieder: "Na, hast du noch Lust, ein wenig zu lachen?" Er: "Zu spät, ich habe mir gerade schon einen ins Fäustchen gelacht!"

Fragt ein Börsenbesucher: "Wo sind hier eigentlich die Toiletten?" Antwortet der Broker: "Gibt es leider nicht, denn hier beschisst jeder jeden."

*ingesandt von: Ulrich Deneffe*

## Geburtstage im Februar

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

*Eleonore Rohm-Neuburg  
Niels Günther  
Dirk Engert  
Jürgen Schwann  
Ciril Beljo  
Charlotte Dierckxsens  
Harald Paulsdorf  
Marlies Bertling  
Stella Strathmann  
Margit Haubold  
Alexandra Gerhardt  
Günter Schmitz  
Teresa Roos  
Simone Dorn*

**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, Marlies oder Uli – ruf' uns an, schreib' uns eine Email oder spreche uns beim Stammtisch an.

## Wer ist Wer?

### Dieter Rauch



**In dieser NEWSLETTER-Ausgabe stellen wir Euch unser neues Ehrenmitglied „Dieter Rauch“ vor.**

***Ich freue mich, Dich als neues Ehrenmitglied begrüßen zu dürfen. Wenn Du magst, erzähle doch unseren Lesern, wie es bei Dir alles angefangen hat. Zumal Du ursprünglich aus Düsseldorf kommst (grins - Ihr kennt ja alle den Klüngel zwischen Köln und Düsseldorf). Wie kam es, das Du in den Rhein-Erft-Kreis gezogen bist?***

2004 konnte ich durch einem Bekannten ein Haus in Kaster anmieten. Das kam mir auch sehr recht. Ich war mittlerweile Rentner und wollte ein wenig ländlicher wohnen, da das Stadtleben mir zu hektisch war.

In dieser Zeit hat die Stadt Bergheim über die Zeitung Leute für das Pilotprojekt „Senior Trainer“ gesucht. Dort habe ich mich gemeldet und habe so meine Ausbildung als Senior Trainer begonnen. Danach sollte ich mir einen ehrenamtlichen Job/Projekt suchen, wo ich mich beteiligen könnte. Dies war schwerer als gedacht. Ich hatte mich zum Beispiel im Altenheim vorgestellt, dort wurde ich aber abgelehnt. Ich hatte aber auch das Gefühl, das es so schwer war, weil ich von auswärts kam. Ich hatte am Anfang überhaupt Schwierigkeiten, Fuß zu fassen. Aber irgendwann kam ich in Kontakt mit Frau Dorn (KoKoBe) und sie brachte mich mit Torsten in Verbindung und da hat sich die Idee entwickelt, dass wir behinderten Menschen in ihrer Freizeit betreuen könnten. Mit Hilfe von Frau

Dorn und den Beziehungen, die Torsten hatte, entstand das regelmäßige Kegeln. Eines Tages kam Torsten dann auf die Idee einen Stammtisch zu gründen.

*(Anm. der Redaktion: Dieter lernte durch Franz von der AG der Selbsthilfegruppen die freie Gruppe Hatoni kennen und sie schlossen sich zusammen. So entstand die SHG Handicap e.V. wie sie heute ist)*

Es kann auch sein, das es dazu beigetragen hat, da mein Sohn eine Behinderung hat und daher mir Leute mit Behinderung nicht fremd sind.

***Welche Interessen hast Du außer der SHG?***

Ich bin auch in der Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen und da im erweiterten Vorstand und habe dort auch Bürodienst.

***Dieter, wenn Du so zurück blickst, kannst Du von Dir selber sagen, das Du zufrieden bist?***

Ich müsste sagen, Ja. Ich war 20 Jahre Selbstständig, aber insgesamt habe ich 50 Jahre lang Autos repariert. Dies hat mir immer sehr viel Spaß gemacht, habe auch immer gerne mit Leuten Kontakt gehabt. Daher müsste ich sagen, ich fühle mich zufrieden. Ich hatte auch nicht dieses Gefühl in ein schwarzes Loch zu fallen. Ich war von Anfang an voll dabei am Leben teilzunehmen. Vor allem möchte ich auch die Berlinfahrt mitmachen.

***Was wünschst Du Dir noch für die Zukunft?***

Vor allem, das meine Herzklappen noch lange ihre Dienste tun und das ich noch lange dem Verein zur Verfügung stehen kann.

***Vielen Dank für Dein Interview, Dieter.***

■ Hanne Weiland

Das Anton Heinen Haus präsentiert in Kooperation mit der SHG Handicap e.V.

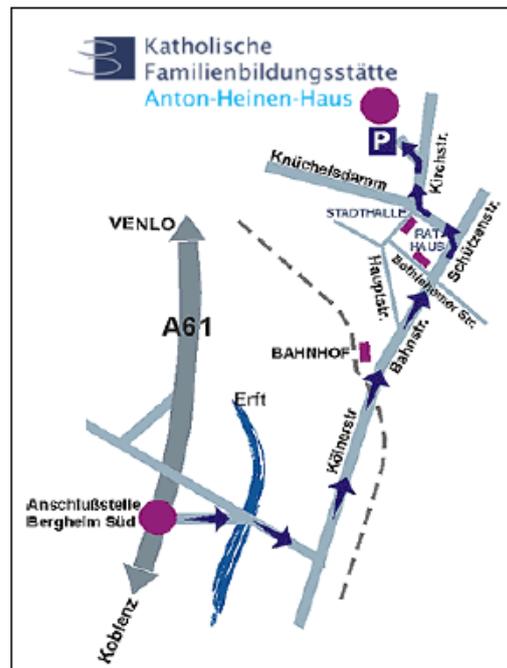
## 'Mut tut gut'

Dr. Evelin Fräntzel

Mut ist eine der wichtigsten Säulen unseres Lebens.  
Mut macht stark und zufrieden!  
Jeder Mensch kann lernen mutiger zu sein.  
Lernen Sie Entmutigungen aktiv entgegenzuwirken  
und Mut aufzubauen:

- ☑ Lernen Sie Ihre eigene Stärke zu spüren.
  - ☑ Lernen Sie sicher aufzutreten.
  - ☑ Gewinnen Sie (wieder) Vertrauen zu sich selbst.
  - ☑ Üben Sie, sich so anzunehmen wie Sie sind.
  - ☑ Finden Sie eigene Ziele und Wünsche wieder.
  - ☑ Vertrauen Sie Ihren eigenen Gefühlen und lernen Sie diese auszudrücken und zu akzeptieren.
  - ☑ Üben Sie, sich nicht entmutigen zu lassen
- FR 09.03. und SA 10.03.2012, 14:00-16:00 UHR  
(2x2 = 4 Unterrichtsstunden .) Kursgebühr 15,00 €  
Veranstaltungs-Nr.: 6902020

Anmeldungen unter:  
Anton Heinen Haus  
Kirchstr. 1b  
50126 Bergheim  
Tel. 02271/4790-0  
Fax: 02271/4790-90



Katholische  
Familienbildungsstätte  
Anton-Heinen-Haus

SHG Handicap e.V.  
Postfach 1654 50106 Bergheim  
[www.shghandicap.de](http://www.shghandicap.de)  
[info@shghandicap.de](mailto:info@shghandicap.de)