



Jahresprogramm

Kommune Inklusiv Verbandsgemeinde Nieder-Olm



Alle sind willkommen!



Inklusion vor Ort umsetzen



Die Initiative „Kommune Inklusiv“ der Aktion Mensch

Kommune Inklusiv ist eine Initiative, mit der Inklusion vor Ort unterstützt werden soll. Seit 2017 begleitet die Aktion Mensch deshalb neben den Städten Erlangen, Rostock, Schneverdingen und Schwäbisch Gmünd auch uns in der Verbandsgemeinde Nieder-Olm dabei, Möglichkeiten für noch mehr Miteinander aller Bürger*innen zu schaffen. Die Initiative läuft zunächst über fünf Jahre und umfasst finanzielle Förderung, Coaching und Beratung, wissenschaftliche Begleitung und Weitergabe unserer Erfahrungen.

Das Besondere

Kommune Inklusiv versteht sich als Modellansatz dafür, wie sich Inklusion vor Ort umfassend gestalten lässt. Zentral dafür sind Vernetzung und Partizipation: Vereine und Verbände, Verwaltung, Wirtschaft und Zivilgesellschaft arbeiten im Rahmen von Kommune Inklusiv eng zusammen. Gleichzeitig haben alle Bürger*innen die Chance, den Inklusionsprozess mitzugestalten und aktiv am Projekt mitzuwirken.

Kommune Inklusiv VG Nieder-Olm

Der Schwerpunkt bei uns in der VG Nieder-Olm liegt darauf, die Lebenssituation von Menschen mit Behinderung, geflüchteten und älteren Menschen zu verbessern. Darüber hinaus ist es uns wichtig, den Zusammenhalt zwischen allen hier lebenden Menschen, egal welcher Herkunft, Religion, Kultur oder sexuellen Identität, zu stärken. Das Zentrum für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen, Mainz e.V. trägt das Projekt.

Ansprechpartnerin vor Ort

Gracia Schade

Kreuzstraße 3, 55268 Nieder-Olm

Telefon: 06136 / 7693 999, E-Mail: g.schade@zsl-mainz.de

www.vg-kino.de, www.facebook.com/VG.KINO/

Termine 2020

Jobbörse

12. März 2020 um 18:00 Uhr
Klein-Winternheim im „Lebendigen Museum“

Ähnlich wie bei einem Speed-Dating treffen Arbeitgeber*innen auf Arbeitnehmer*innen, die einen Job, eine Ausbildungsstelle oder einen Praktikumsplatz suchen.

Damit soll die Arbeitsmarktintegration vorrangig von Menschen mit Fluchterfahrung und Menschen mit Behinderung gestärkt werden. Arbeitgeber*innen können direkt ihre Fragen zu Themen wie rechtliche Voraussetzungen, Fördermöglichkeiten und Kündigungsschutz an Experten aus dem Bereich Arbeitsvermittlung stellen.

Hierfür stehen Mitarbeiter*innen der Agentur für Arbeit, des Jobcenters, der IHK für Rheinhausen, der HWK Rheinhausen und von „ARBEIT & LEBEN – IQ SERVICE RLP“ zur Verfügung.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation zwischen IHK für Rheinhausen, der Handwerkskammer Rheinhausen und den Netzwerkpartner*innen von Kommune Inklusiv VG Nieder-Olm.

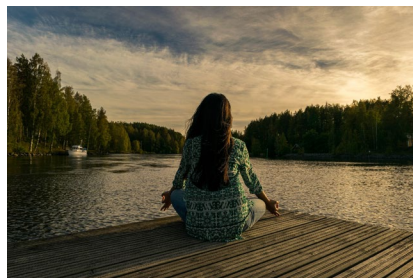
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Zeit für mich

Entspannen, Loslassen, Kraft tanken

Der Kurs geht über drei Termine!

- 14. März
- 18. April
- 16. Mai



jeweils um 17:00 Uhr

im Büro von Kommune Inklusiv, Kreuzstr. 3, Nieder-Olm

Lerne Entspannungsübungen, Meditations- und Atemtechniken kennen.

Gönne dir eine Auszeit vom Alltag und kehre glücklicher und entspannter wieder zurück. So wird jeder Moment zu deinem Moment.

Tauche in die Vielfalt der Achtsamkeit, Entspannung und Tradition des Yoga und lasse dich von Geschichten, Metaphern und Analogien verzaubern. Finde heraus, welche Weisheiten dir selbst helfen können, ein erfüllteres und glücklicheres Leben zu erschaffen.

- Was bedeutet Yoga im Alltag?
- Wo begegnet mir Yoga bei meinem täglichen Tun?
- EFT Emotional Freedom Techniques (Methode zur Linderung und Behandlung von Stress)
- Hooponopono (hawaiisch etwa: „in Ordnung bringen“)
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

Gemeinsam werden wir uns in einer gemütlichen Runde mit verschiedenen Entspannungstechniken und Tools für mehr innere Stärke auseinandersetzen, außerdem üben wir gemeinsam Atemtechniken (Pranayama) und Meditation.

Das Angebot richtet sich unter anderem an Menschen in potentiell schwierigen Lebenssituationen (Trauma durch Fluchterfahrung, Vereinsamung aufgrund des Lebensalters, Einschränkungen aufgrund einer Behinderung).

Durch Selbstbestärkung soll ihnen mit Yoga und Meditation die Möglichkeit gegeben werden, aus ihrer täglichen Belastungssituation herauszutreten, zu entspannen und sich dadurch für den Alltag und seine Herausforderungen zu stärken. Mit dem Angebot „Zeit für mich“ soll den Teilnehmer*innen ein Alltagsinstrument an die Hand gegeben werden, um Diskriminierungserfahrungen besser, vor allem aber selbstbewusster zu begegnen.

Du bist ganz herzlich Willkommen so wie du bist.

Referentin: Romana Stanic, Yogalehrerin BYV

Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldung ist erforderlich!

Trommelworkshop

**28. März von 15:00 bis 18:30 Uhr
im Juhubu Haus Nieder-Olm,
Pfarrgasse 5**

**(West)afrikanisches Trommeln
für Anfänger*innen und Erfarene**



Wir werden an diesem Nachmittag das Spiel auf Trommeln mit den Händen und mit Stöcken erlernen. Im Zusammenspiel mit Glocke, Shekere (afroamerikanische Rassel) usw. spielen wir verschiedene Rhythmen.

Die Instrumente werden gestellt.

Informationen beim Kursleiter Uwe Bastiné unter 06138 - 6586
oder uwe@uwes-musik.de

Homepage: www.uwes-musik.de

Alle sind willkommen!

Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldung ist erforderlich!

Nähwerkstatt

Zwei Termine!

- 24. April
- 6. November



jeweils um 16:30 Uhr

im Büro von Kommune Inklusiv, Kreuzstr. 3, Nieder-Olm

Die Nähwerkstatt wird vom „Nähzimmer mit Herz“ aus Zornheim geleitet. => www.naehzimmermitherz.de

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Mitmachen können Bürgerinnen und Bürger der VG Nieder-Olm, die Spaß an Handarbeiten haben und sich mal an einer Nähmaschine versuchen wollen.

Stoffe und Material werden zur Verfügung gestellt.

Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldung ist erforderlich!

Medizinische Versorgung von erwachsenen Menschen mit Behinderung

**13. Mai um 18:00 Uhr, im Foyer bei In.Betrieb
(ehemals Werkstatt für Menschen mit Behinderung),
Am Neuberg 2, 55268 Nieder-Olm**

Das Medizinische Zentrum für Erwachsene mit Behinderung, kurz MZEB, ist eine Spezialambulanz für Erwachsene ab 18 Jahren mit geistigen und/oder komplexen Mehrfachbehinderungen. Das MZEB informiert über seine Aufgaben und Fachbereiche. Im nächsten Schritt geht es dann um einen Austausch mit den Anwesenden, was in dem System zur medizinischen Versorgung fehlt, und welche Ideen es gibt, diese Lücken zu schließen. Die Veranstaltung richtet sich an Menschen mit Behinderung, Angehörige, Therapeuten und Ärzte.

Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldung ist erforderlich!!

Dinner in bunt

20. August ab 17:30 Uhr in Zornheim beim Weingut Keßler

Unter dem Motto „Da kann ja jede/r kommen“! **K E ß L E R**

Neue Leute kennenlernen, bekannte Gesichter wiedersehen - im Zeichen der Vielfalt laden wir Sie zu einem „Dinner in bunt“ ein. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir ein paar nette Stunden verbringen.

Sie bringen etwas Leckeres zu Essen mit und nehmen dann am gedeckten Tisch Platz.

Ehrenamtsmesse

**29. August von 11:00 bis 15:00 Uhr
in Stackeden-Elsheim
in der Selztalhalle**



- „Wie finde ich ein für mich passendes Ehrenamt?“
- Wo bekomme ich dazu Informationen?“

Darüber können sich interessierte Bürger*innen auf der Ehrenamtsmesse informieren und mit verschiedenen Organisationen direkt ins Gespräch kommen.

Für Essen, Trinken sowie Kinderprogramm wird gesorgt.

Außerdem wird Aktion Mensch über die aktuellen Fördermöglichkeiten von Projekten und Maßnahmen informieren.

Ergänzt wird das Programm durch einen Basar zugunsten des Nieder-Olmer Brotkorbs. Mitglieder der Freizeitgruppe von Kommune Inklusiv und weitere Aktive stellen selbst hergestellte Dinge für den Basar zur Verfügung. Es wird Genähtes, Gestricktes, Gemaltes und Gekochtes geben.

Die Teilnahme an der Messe ist kostenfrei.

Vernissage mit Phil Hubbe

8. September um 17:00 Uhr im Foyer des Rathaus der VG Nieder-Olm

In Zusammenarbeit mit dem Karikaturisten Phil Hubbe wird ein Jahreskalender für 2021 entwickelt. Dieser soll monatlich eine Karikatur zu den Themen Vielfalt, Alter, Behinderung und Herkunft zeigen.

Das Ergebnis stellen wir Ihnen anlässlich der Vernissage vor.

Seit 1992 hat Phil Hubbe das Zeichnen zu seinem Hauptberuf gemacht und befasst sich dabei oft humorvoll mit dem Thema Behinderung. Er selbst ist an Multipler Sklerose erkrankt. Gerade aus dem Bereich der selbst von Behinderungen betroffenen Menschen erhält er überwiegend positive Rückmeldungen. Mit seinen Zeichnungen war Hubbe ab 2001 an diversen Ausstellungen beteiligt, 2002 kam er beim Deutschen Preis für die politische Karikatur auf den dritten Platz.

Er arbeitet für über 20 Tageszeitungen, Zeitschriften etc., ferner gestaltet er Postkarten, den „Handicap-Kalender“ und hat bereits eigene Cartoonbände veröffentlicht. Bereits 2013 hat Phil Hubbe seine Ausstellung „mit Behinderungen ist zu rechnen“ im Rathaus der VG Nieder-Olm ausgestellt.

Weitere geplante Veranstaltungen

Termine werden auf unserer Internetseite bekannt gegeben.
www.vg-kino.de

Erzählcafé

Im Erzählcafé kommen Menschen jeden Alters, unterschiedlicher Herkunft mit und ohne Behinderung zusammen. Es geht um spannende Lebensgeschichten und einen Austausch darüber.



Eine Höranlage und Gebärdensprachdolmetscher können bei Bedarf zur Verfügung gestellt werden.

Für den gemütlichen Teil werden Kaffee, Tee, Kaltgetränke und Kuchen bereitgestellt.

Folgende Themen sind bisher geplant:

- Antisemitismus: Begegnung im Sinne der „rent a jew“- Initiative, um der Klischeebildung über in Deutschland lebende Juden entgegenzutreten.
- Budget für Arbeit: Zwei Frauen erzählen von ihren Erfahrungen mit dem Wechsel von einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung hin zu einer Beschäftigung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt.
- Flucht und Vertreibung: Ein Mensch, der im zweiten Weltkrieg fliehen musste und ein Mensch mit Fluchterfahrung aus heutiger Zeit berichten von ihren Erfahrungen.
- Traditionen zu bestimmten Festen und Anlässen: Dieser Austausch ist als offenes Erzählcafé ohne vorher festgelegte Redner*innen geplant.

Wenn Sie etwas zu erzählen haben, melden Sie sich bei uns!

Politiktreff

Der Politik-Treff behandelt aktuelle Themen aus unserer Gesellschaft in verständlicher Sprache.

Eingeladen sich Menschen aus anderen Ländern, Menschen mit Behinderung und Senior*innen.

Zu einzelnen Themen werden zusätzliche Referent*innen eingeladen; dies können beispielsweise Gemeinderatsmitglieder sein, die berichten, wie ein Gemeinderat funktioniert.

Auch gemeinsame Besichtigungen stehen auf dem Programm.

Bisherige Themenvorschläge sind:

- Fluchtursachen kompakt
- Frauenrechte
- Wie funktioniert Politik?
- Umweltschutz
- Globaler Handel
- Politik des Donald Trump
- Greta Thunberg und die Initiative „Fridays for future“
- Brexit
- Sexuelle Identitäten
- Was bedeutet Resilienz?
- Radikalisierung – Wie trete ich dem entgegen und schütze mich?
- Ich bin Politik – Wie kann ich mich engagieren?
- Welche Religionen gibt es, wo sind die Unterschiede?

Die Gruppe der Teilnehmer*innen entscheidet, mit welchen Themen sie sich beschäftigen wollen.

Start ist im Frühjahr 2020 geplant.

Fortlaufende Veranstaltungen

Wenn Sie daran teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte!

Apotheken-Sprechstunde

Bürger*innen können mit Fragen zu Beipackzetteln oder Medikamenten vorbeikommen. Außerdem gibt es viele Tipps zur Einnahme und Wirkung von Medikamenten oder zu Hilfsmitteln. Die Sprechstunde wird von Katrin Hackler-Schneider, Inhaberin der Zornheimer Apotheke, durchgeführt und ist alle zwei Monate.

Die Sprechstunde findet im Wechsel im Betreuten Wohnen der GfA in Nieder-Olm und Klein-Winternheim statt.

Bildungstreff (Känguru)

Hier treffen sich Menschen mit Lernschwierigkeiten zweimal im Monat zum Üben von Lesen, Schreiben und Rechnen.

Freizeitgruppe

Monatlich treffen sich Menschen mit und Behinderung, anderer Herkunft und unterschiedlichen Alters, um gemeinsam etwas in der ihrer Freizeit zu unternehmen.

Englisch-Stammtisch

Monatliches Treffen für Interessierte, die Englisch üben und die vorhandenen Kenntnisse (Anfänger-Niveau) auffrischen wollen.

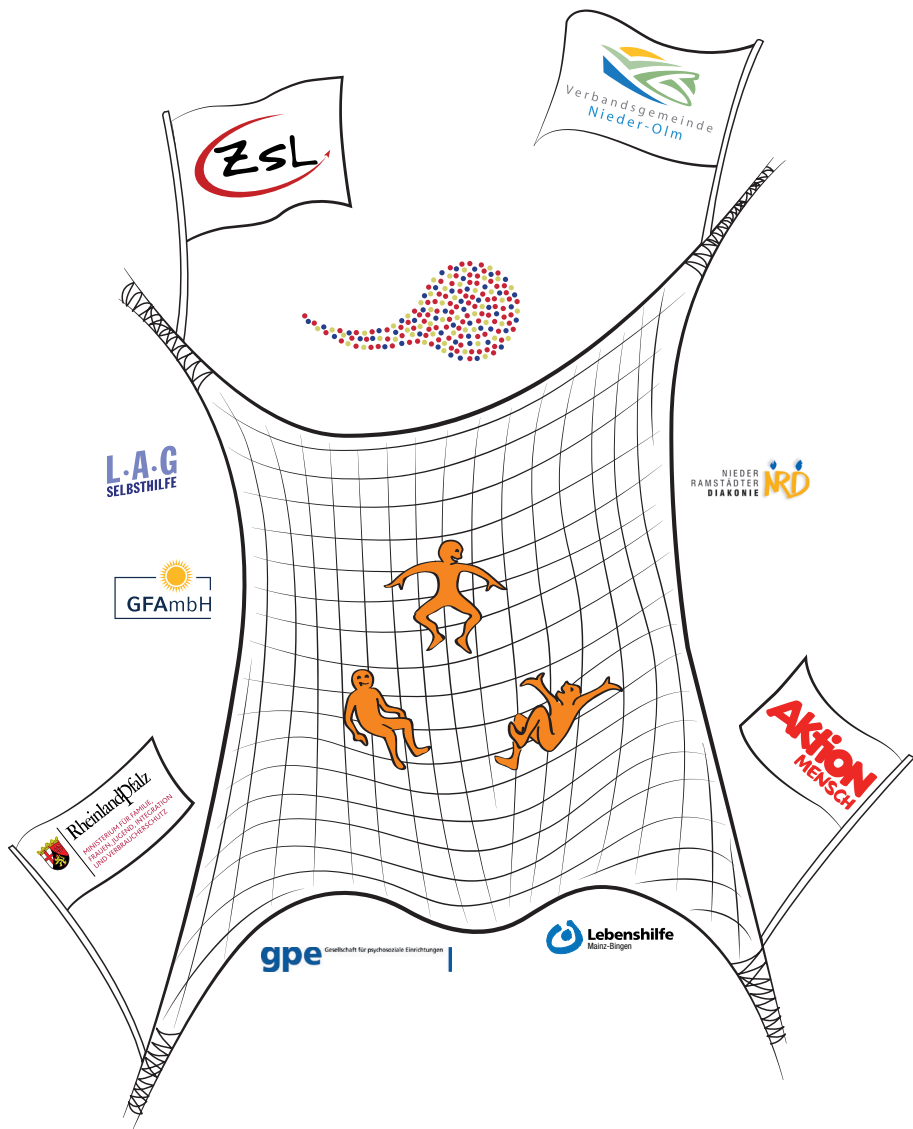
Digital-Stammtisch

Zweimal im Monat geht es hier um Fragen zur Nutzung von Smartphone und Tablet. Der Stammtisch wird von der Digitalbotschafterin Ursula Reith geleitet

Sitztanz

Monatlich treffen sich Menschen, die gerne Musik hören und mal wieder tanzen wollen. Tanzen im Sitzen eignet sich auch gut, wenn man körperliche Einschränkungen hat. Der Sitztanz wird von Frau Zumann vom Malteser Hilfsdienst e.V. geleitet.

Diese Angebote finden im Büro von Kommune Inklusiv, Kreuzstr. 3, Nieder-Olm statt.



Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn Sie eine/n Fahrdienst oder Gebärdensprachdolmetscher*in brauchen, um an einer Veranstaltung teilnehmen zu können!

Tel.: 06136 / 7693 999, E-Mail: g.schade@zsl-mainz.de