

Gemeinsam stark

miteinander füreinander

Magazin des **lvkm-sh** | Ausgabe Mai 2026



Bericht von der ersten Eltern-AUSZEIT, [Informationen auf Seite 14](#)

AUS DEM INHALT

Neues Projekt beim lvkm-sh:
[Erfahren Sie mehr auf Seite 3](#)



Geschwistergruppe Rückenwind:
[Mehr auf Seite 19](#)



Ein Jahr voller Aktivitäten!
[Lesen Sie mehr auf Seite 18](#)

lvkm-sh.
Landesverband für körper- und mehrfach-
behinderte Menschen Schleswig-Holstein e.V.



Achim Bölsch
Vorsitzender lvkm-sh

Liebe Leserin, lieber Leser,

In der vorliegenden Ausgabe unseres Mitgliedermagazins stellen wir Ihnen im Leitartikel unser neues Projekt „Recht haben, Recht bekommen“ vor. Mit diesem Vorhaben möchten wir Menschen mit Behinderung und ihre Familien dabei unterstützen, ihre rechtlichen Ansprüche besser zu kennen, zu verstehen und diese selbstbewusst durchzusetzen. Welche Ziele wir in den fünf Jahren Laufzeit verfolgen, wie wir Sie konkret begleiten können und warum dieses Projekt gerade jetzt so wichtig ist, erfahren Sie auf den folgenden Seiten. Darüber hinaus wird es im November in Kiel einen Fachtag zu diesem Thema geben, zu dem wir Sie bereits jetzt herzlich einladen.

Auch freuen wir uns sehr, Ihnen von der ersten Eltern-AUSZEIT berichten zu können. Ein Wochenende, das pflegenden Müttern und Vätern Zeit zum Durchatmen, für den Austausch und neue Kraft geschenkt hat. Die positiven Rückmeldungen haben uns gezeigt, wie wertvoll solche Angebote sind. Daran möchten wir mit unserem Projekt „Pfleger Eltern stärken“ anknüpfen, welches Anfang April 2026 gestartet ist und in das wir Ihnen auf den folgenden Seiten einen ersten Einblick geben.

Im Artikel „Zeit zum Durchatmen“ erfahren Sie zudem, wie die Entlastungspflege Familien mit schwerbehinderten Kindern sowohl unterstützt als auch Freiräume für die Eltern schafft. Eine Mutter schildert dabei ganz persönlich, wie sie ihr Kind vertrauensvoll in die Betreuung geben und dadurch neue Energie für den oft anspruchsvollen Pflegealltag gewinnen konnte.

Und wir blicken zurück auf fünf Jahre „Barriere-Frei(e)-Zeit-gestalten“ beim lvkm-sh. Dieses Projekt hat in den vergangenen Jahren wertvolle Impulse für eine inklusive und barrierefreie Freizeitgestaltung gesetzt und viele Begegnungen zwischen Menschen mit und ohne Behinderung ermöglicht. Wir richten den Blick auf das Erreichte, auf Erfahrungen, Entwicklungen und das, was bleibt.

Weiter können Sie in den folgenden Texten der Mitgliedsorganisationen und Partnerverbände von tollen neuen oder altbewährten Angeboten lesen. So zeigt auch diese Ausgabe, wie viel sich derzeit entwickelt und verändert. Neue Angebote entstehen, Bewährtes wird weiterentwickelt und unser Verband nimmt Bedarfe in den Blick, die bislang wenig Aufmerksamkeit erhalten haben. All das gelingt nur mit Engagement, Offenheit und dem gemeinsamen Austausch mit Ihnen.

Ihr Achim Bölsch



**Deutsche
Rentenversicherung**

Nord

Das Magazin des Landesverbandes wird durch die Deutsche Rentenversicherung Nord gefördert. Dafür bedanken wir uns sehr herzlich.

Zwischen Anspruch und Wirklichkeit

Wie das Projekt ‚Recht haben, Recht bekommen‘ Familien bei der Durchsetzung rechtlicher Ansprüche unterstützt

Der Antrag ist gestellt, alle erforderlichen Unterlagen liegen vor, der Bedarf ist eindeutig. Wochen später kommt die Entscheidung der Pflegekasse, der Krankenkasse oder einer Sozialbehörde: Sie fällt negativ aus. Die beantragte Leistung wird abgelehnt. Für viele Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen ist die Enttäuschung in solchen Momenten groß. Leistungen, die dringend notwendig sind, werden nicht bewilligt oder nur eingeschränkt gewährt. Zwischen formellem Anspruch und tatsächlicher Unterstützung entsteht damit ein Widerspruch, der spürbare Folgen hat. Diese Diskrepanz bildet den Ausgangspunkt für das neue Projekt „Recht haben, Recht bekommen“ des lvkm-sh.

„Wir sehen hier einen großen Bedarf für unseren Personenkreis“, sagt die Geschäftsführerin des lvkm-sh Ilka Pfänder. „Formale Rechte reichen nicht aus, wenn Menschen sie im Alltag nicht durchsetzen können.“ Der Kern des Projekts sei daher Empowerment. Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen sollen bestärkt werden, ihre Rechte zu verstehen, einzuordnen und, wenn nötig, aktiv einzufordern. Wie sich dieser Bedarf konkret zeigt, wird in der täglichen Beratungspraxis des Verbandes deutlich. Die Anfragen, die in diesem Bereich eingehen, ähneln sich häufig. Ein Antrag, etwa auf einen höheren Pflegegrad, einen Zweitrollstuhl, Eingliederungshilfe, Schulbegleitung oder auf eine Assistenzleistung ist gestellt. Wochen oder Monate später folgt ein ablehnender Bescheid. „Sehr häufig ist das der Punkt, an dem Ratsuchende verzweifeln“, berichtet die Beraterin des Landesverbands Jessica Grosse Frericks. „Nicht nur wegen der Ablehnung selbst, sondern weil viele gar nicht wissen, wie sie sich dagegen wehren können.“

Die Absagen kommen aus unterschiedlichen Bereichen: von Pflegekassen, Krankenkassen, der Eingliederungshilfe oder auch von Jugend- und Sozialämtern. „Ein Zweitrollstuhl wird beispielsweise oft nicht bewilligt, obwohl neben einem E-Rollstuhl auch ein Aktivrollstuhl benötigt wird“, so Grosse Frericks. „Die Begründung lautet dann häufig, es sei ja bereits eine Versorgung vorhanden.“ Auch das

Ausbleiben einer Entscheidung sei ein Problem: „Viele wissen nicht, dass es so etwas wie eine Untätigkeitsklage gibt, wenn eine Behörde über Monate nicht reagiert.“ Rein formal besteht meist die Möglichkeit eines Widerspruchs. Doch genau hier liegt die Hürde. Juristische Begriffe und Formulierungen wirken abschreckend, Fristen müssen eingehalten werden. „Kaum jemandem ist klar, dass sie zunächst fristwährend Widerspruch einlegen und die Begründung später nachreichen können“, erklärt Pfänder. „Dazu kommt die Sorge vor möglichen Kosten, wenn juristische Unterstützung in Anspruch genommen wird. Diese Unsicherheit hält viele davon ab, weitere Schritte einzuleiten.“ Hinzu kommen die alltäglichen Herausforderungen der Eltern. Pflege, Therapietermine, Arztbesuche, organisatorische Abstimmungen mit Schule oder Kita: all das bindet Zeit und Kraft. Ein Widerspruchsverfahren bedeutet zusätzliche Schreiben, Telefonate, das Einholen weiterer Gutachten und oft eine monatelange Auseinandersetzung mit Behörden. Für viele Familien ist das schlicht nicht leistbar. In der Folge zahlen sie nicht selten Leistungen aus eigener Tasche oder verzichten ganz darauf. „Das passiert leider sehr häufig“, so die Geschäftsführerin. „Die Eltern wissen, dass ihr Kind etwas braucht, bekommen es aber nicht bewilligt und versuchen dann, es irgendwie selbst zu finanzieren.“ Damit entstehen zusätzliche Belastungen, die langfristig auch die wirtschaftliche Stabilität der Familien gefährden können.

Bundesweite Zahlen zu Ablehnungsquoten existieren nicht in einheitlicher Form. Aus der Beratungspraxis ergibt sich jedoch ein klares Bild: Besonders bei komplexen Bedarfslagen werden Leistungen kritisch geprüft oder restriktiv bewilligt. Wer juristisch versiert ist oder professionelle Unterstützung erhält, hat bessere Chancen. Wer überlastet ist oder sich unsicher fühlt, bricht Verfahren eher ab. Diese Entwicklung zeigt sich seit Jahren auch in der Arbeit des Verbandes. „Ein Großteil der Anrufe beginnt mit dem gleichen Satz. Ich habe da ein Problem: Mein Antrag wurde abgelehnt“, beschreibt Grosse Frericks.



Vor diesem Hintergrund hat sich der lvkm-sh bewusst entschieden, das Thema Rechtsdurchsetzung strukturell zu stärken und ein Projekt im Rahmen des Förderprogramms „Recht haben, Recht bekommen“ der Aktion Mensch zu initiieren, das auf die Dauer von fünf Jahren vom 1. November 2025 bis zum 30. Oktober 2030 angelegt ist.

Das Projekt umfasst mehrere Bausteine. Neben individueller Beratung werden Informationsveranstaltungen und Fachtage angeboten. Der erste Fachtag ist bereits in Vorbereitung und wird am 07. November 2026 in Kiel stattfinden. Dort sollen sozialrechtliche Grundlagen vermittelt und konkrete Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt werden. Im Zuge der Vorbereitung hat der lvkm-sh bereits zahlreiche Sozialrechtsanwält*innen in Schleswig-Holstein kontaktiert und über das Projekt informiert. Die Rückmeldungen sind ermutigend. Insbesondere Jurist*innen mit Schwerpunkt im Schwerbehindertenrecht zeigen großes Interesse und haben ihre Bereitschaft signalisiert, sich fachlich einzubringen. Aus ihrer täglichen Praxis kennen sie die Schwierigkeiten, mit denen Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen bei der Durchsetzung ihrer Ansprüche konfrontiert sind.

Auf dieser Basis wird der lvkm-sh ein landesweites Netzwerk von Sozialrechtsanwält*innen aufbauen. Ziel ist eine niedrigschwellige Überleitung von der Beratung zu fachkundiger rechtlicher Vertretung. Dabei spielt die Aufklärung über Prozesskostenhilfe sowie darüber, wie und wann sie beantragt werden kann, eine große Rolle. „Gerade die Unsicherheit über mögliche Kosten, die mit einem Verfahren verbunden sind, schreckt viele ab,“ weiß die Beraterin.

Im Rahmen des Projekts setzt der Landesverband auch auf eine enge Zusammenarbeit mit den Sozialverbänden, etwa dem VdK Nord, dem SoVD Schleswig-Holstein sowie weiteren Projektpartner*innen. Ziel ist es, bestehende Beratungs- und Unterstützungsangebote stärker miteinander zu vernetzen und für Ratsuchende transparenter zu machen. Denn nicht jeder Fall erfordert eine anwaltliche Vertretung. Manchmal reicht bereits ein gut begründeter Widerspruch. Entscheidend ist dabei, zu wissen, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt und an wen man sich wenden kann.

Das Projekt ist damit auch eine strukturelle Weiterentwicklung der Beratungsarbeit des Landesverbands. Künftig können gezielt Schwerpunkte gesetzt werden, etwa durch Fortbildungen im Sozialrecht, durch Fachtage und durch den Aufbau eines belastbaren Netzwerks. Ziel ist es, Menschen mit Behinderung und ihren Familien mehr Orientierung zu geben und sie zu ermutigen, ihre Ansprüche wahrzunehmen. Niemand sollte einen ablehnenden Bescheid allein deshalb akzeptieren müssen, weil die Situation überfordernd wirkt. „Recht haben darf kein theoretischer Zustand bleiben“, betont die Geschäftsführerin des lvkm-sh. Das Projekt soll dazu beitragen, dass Familien in Schleswig-Holstein den oft steinigen Weg zu ihrem Recht nicht allein gehen müssen.

Katja Schweckendiek, freie Journalistin



Neues Projekt beim lvkm-sh

Viele Menschen mit Behinderung brauchen Hilfe.
Sie stellen Anträge bei der Pflege-Kasse.
Oder bei der Kranken-Kasse.

Oft machen sie alles richtig.
Sie geben alle nötigen Papiere ab.
Trotzdem bekommen sie eine Absage.

Diese Menschen haben ein Recht auf Hilfe.
Aber sie bekommen die Hilfe nicht.

Manchmal stellen Menschen einen Antrag.
Zum Beispiel für einen Rollstuhl.
Oder für Hilfe in der Schule.

Dann kommt eine Absage.
Viele Menschen wissen nicht: Was mache ich jetzt?

Man kann Wider-Spruch einlegen.
Das bedeutet: Man sagt Nein zu der Absage.
Aber das ist oft schwer.
Die Texte sind schwer zu verstehen.

Es gibt wichtige Termine.
Diese muss man einhalten.
Viele Menschen haben Angst vor den Kosten.
Familien haben auch viel zu tun.
Darum finden sie oft keine Zeit für einen Wider-Spruch.

Deshalb passiert oft das: Familien bezahlen die Hilfe selbst.
Oder sie verzichten auf die Hilfe.

Hier hilft das Projekt des Landes-Verbands.
Das Projekt heißt: Recht haben, Recht bekommen.
Das Projekt hilft Menschen.
Es gibt Beratung.
Das bedeutet:
Menschen bekommen Antworten auf ihre Fragen.

Das Projekt macht auch Veranstaltungen.
Und es hilft mit Anwälten.
Anwälte sind Menschen, die sich mit Recht auskennen.

Das Projekt erklärt auch die Kosten.
So wissen Menschen: Was kostet mich das?

Das Ziel ist: Menschen sollen ihre Rechte bekommen.

Fachtag ‚Recht haben, Recht bekommen‘

Samstag, 07. November 2026

im EMIL Tagungszentrum Kiel



Der erste Fachtag des gleichnamigen Projekts setzt einen klaren inhaltlichen Schwerpunkt: Im Fokus stehen die UN-Behindertenrechtskonvention, Leistungen der Kranken- und Pflegekassen sowie konkrete Wege zur Durchsetzung bestehender Ansprüche.

Der Fachtag bietet ein vielseitiges Programm, das aus Vorträgen, frei wählbaren Workshops und einem ‚Markt der Möglichkeiten‘ besteht. Fachkräfte und Selbstvertreter*innen aus dem Bereich des Sozialrechts geben fundierte Einblicke sowie praxisnahe Informationen.

Programm:

| | |
|------------------|--|
| 09:30–10:00 Uhr: | Ankommen |
| 10:00–10:15 Uhr: | Begrüßung |
| 10:15–11:00 Uhr: | Vortrag 1 UN-Behindertenrechtskonvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen <i>Institut für Inklusive Bildung</i> |
| 11:00–11:15 Uhr: | Pause |
| 11:15–12:00 Uhr: | Vortrag 2 Recht auf Leistungen für Menschen mit Behinderung <i>Dirk Mitzloff, Stellvertreter der Landesbeauftragten für Menschen mit Behinderungen</i> |
| 12:00–13:15 Uhr: | Mittagessen und ‚Markt der Möglichkeiten‘ |
| 13:15–14:30 Uhr: | Workshops Leistungen der Kranken- und Pflegekassen, <i>RA Janine Brandt</i> Grundsicherung inkl. Kindergeld, <i>RA Lutz Baastrup</i> Nachteilsausgleiche nach SGB VIII und SGB IX, <i>RA Astrid Hiller</i> Schwerbehinderung und Erwerbsminderungsrente, <i>RA Nadine Utke</i> Persönliches Budget, <i>Janine Kolbig, Verein Perspektive Leben e. V.</i> Leistungen der Eingliederungshilfe, <i>RA Marcus Rietz, Paritätischer SH</i> |
| 14:30–14:45 Uhr: | Pause |
| 14:45–15:30 Uhr: | Vortrag 3 Durchsetzung von Leistungsansprüchen <i>RA Marcus Rietz, Paritätischer SH</i> |
| 15:30–15:45 Uhr: | Verabschiedung und Ende |

Eine Anmeldung zum Fachtag ist ab sofort auf der Homepage des Landesverbands möglich.



Barrierefreiheit in Schleswig-Holstein

Braucht das Land eine Fachstelle?

Barrierefreiheit ist eine wichtige Voraussetzung dafür, dass Menschen gleichberechtigt und selbstbestimmt am gesellschaftlichen Leben teilhaben können. Sie betrifft nicht nur Menschen mit Behinderung, sondern auch viele andere wie beispielsweise ältere Menschen, Familien mit Kinderwagen oder Menschen mit vorübergehenden Einschränkungen. Trotzdem ist Barrierefreiheit im Alltag noch lange nicht selbstverständlich. In Schleswig-Holstein wird deshalb seit einiger Zeit politisch darüber diskutiert, ob eine Landesfachstelle für Barrierefreiheit eingerichtet werden soll.

Mit dem Barrierefreiheitsstärkungsgesetz traten 2025 neue Vorgaben für barrierefreie Produkte und Dienstleistungen in Kraft. Doch Gesetze allein sorgen noch nicht dafür, dass Barrierefreiheit tatsächlich umgesetzt wird. Gerade auf Landes- und kommunaler Ebene stellt sich immer häufiger die Frage, wer bei der praktischen Umsetzung unterstützt. Genau daraus hat sich in Schleswig-Holstein aktuell eine politische Debatte entwickelt. Bereits im März 2025 brachte die SPD-Fraktion im Landtag deshalb einen Antrag ein. Sie forderte die Einrichtung einer Landesfachstelle für Barrierefreiheit. Diese soll vor allem beraten und Wissen bündeln. Kommunen, öffentliche Einrichtungen oder Organisationen könnten sich dorthin wenden, wenn sie Fragen zur Umsetzung von Barrierefreiheit haben. Nach Vorstellung der SPD könnte eine solche Stelle beispielsweise Kommunen bei Bauprojekten unterstützen, Informationen zu barrierefreien Standards bereitstellen oder Schulungen für Verwaltung, Planungsbüros und Organisationen anbieten.

Unterstützung für diese Idee kommt aus vielen Bereichen der Praxis. Die Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen sowie der Landesbeirat sprechen sich klar für eine solche Fachstelle aus. In einem gemeinsamen Positionspapier weisen sie darauf hin, dass es in Schleswig-Holstein bislang an einer zentralen Struktur fehlt, die Wissen zur Barrierefreiheit bündelt. Viele Behörden, Kommunen und Organisationen hätten zwar den Auftrag, Barrierefreiheit umzusetzen, verfügten aber nicht immer über das notwendige Fachwissen. In der Praxis führe das häufig zu Unsicherheiten oder dazu, dass gesetzliche Vorgaben nicht vollständig und korrekt umgesetzt werden.

Auch aus der Planungspraxis kommt Zustimmung. Die Architekten- und Ingenieurkammer Schleswig-Holstein weist darauf hin, dass Barrierefreiheit bei Bauprojekten immer wichtiger wird, nicht zuletzt wegen der alternden Gesellschaft. Gleichzeitig seien die Anforderungen komplex und entwickelten sich ständig weiter. Eine Fachstelle könnte hier als Kompetenzzentrum dienen, Standards erläutern, Beispiele sammeln und Fortbildungen anbieten. Planungsbüros könnten dort aktuelles Wissen abrufen, während Behörden Unterstützung bei der Bewertung von Bauvorhaben erhalten würden.

Wie groß der Beratungsbedarf tatsächlich ist, zeigt sich auch im Alltag des Landesverbands. Geschäftsführerin Ilka Pfänder erlebt regelmäßig, dass Institutionen oder Unternehmen mit Fragen zur Barrierefreiheit an sie herantreten: „Viele denken, dass Verbände wie wir automatisch Expert*innen für Barrierefreiheit sind. Dann bekommen wir zum Beispiel Baupläne oder Verkehrsplanungen zugeschickt und sollen einschätzen, ob das den DIN-Normen entspricht und barrierefrei ist. Aber wir sind keine Architekt*innen oder Bauingenieur*innen.“ Verbände könnten zwar die Perspektive von Menschen mit Behinderung einbringen, sagt Pfänder. Sie könnten darauf hinweisen, welche Barrieren im Alltag bestehen und welche Bedarfe Menschen mit Behinderung haben. Für technische Fragen fehle ihnen jedoch häufig das Fachwissen. „Wenn uns zum Beispiel eine Planung für eine große Verkehrsmaßnahme zugeschickt wird, können wir natürlich sagen, dass die Belange von Menschen mit Behinderung mitgedacht werden müssen. Aber wir können nicht beurteilen, ob eine Rampe den richtigen Neigungswinkel hat oder ob alle technischen Normen eingehalten werden“, erklärt Ilka Pfänder.

Solche Situationen zeigen aus ihrer Sicht ein strukturelles Problem. Häufig würden Verbände wie der Ivkm-sh beteiligt, weil Beteiligung gesetzlich vorgesehen sei. Gleichzeitig fehlten aber die fachlichen Strukturen, um Fragen der Barrierefreiheit fundiert zu klären. „Die Menschen wollen es richtig machen“, sagt Pfänder. „Aber sie wissen oft nicht, wo sie verlässliche Informationen bekommen.“ Genau hier sehen viele Befürworter*innen den Sinn einer Fachstelle. Sie soll nicht selbst bauen oder Projekte durchführen. Vielmehr soll sie beraten, Informationen bündeln und

Ansprechpartner*innen vermitteln. „Eine Fachstelle wäre so etwas wie ein Werkzeugkasten“, erläutert Ilka Pfänder. „Dort könnten sich Kommunen, Vereine oder Unternehmen hinwenden und fragen: Wie gestalten wir eine Veranstaltung barrierefrei? Was müssen wir beim Umbau beachten? Oder wie wird eine Internetseite barrierefrei?“

Während Verbände, Fachleute und Interessenvertretungen eine solche Einrichtung überwiegend für sinnvoll erachten, zeigt sich die Landesregierung bisher zurückhaltend. In einer Antwort auf eine parlamentarische Anfrage erklärte sie, dass derzeit keine konkreten Planungen für eine Landesfachstelle bestehen. Die Regierung argumentiert, dass es bereits verschiedene Strukturen gebe, die sich mit Barrierefreiheit beschäftigen. Dazu zählen etwa die Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen, kommunale Beauftragte und Beiräte, Verbände, das Integrationsamt oder Einrichtungen wie das Institut für Inklusive Bildung an der Universität Kiel. Die vorhandenen Akteur*innen sollten aus Sicht der Landesregierung zunächst stärker miteinander vernetzt werden, um Barrierefreiheit schrittweise in allen Lebensbereichen zu verankern.

Ein weiteres Argument der Landesregierung betrifft die mögliche Wirkung einer Fachstelle. In ihrer Stellungnahme äußert sie die Sorge, dass eine zentrale Einrichtung andere Stellen dazu verleiten könnte, ihr eigenes Engagement zurückfahren. Wenn es eine Fachstelle gebe, könnten Behörden oder Einrichtungen annehmen, dass sich künftig vor allem diese Stelle um das Thema kümmern müsse. Dadurch könnte der gewünschte Fortschritt möglicherweise sogar gebremst werden.

Diese Einschätzung sehen viele Beteiligte kritisch. Sie betonen, dass eine Fachstelle keine Aufgaben übernehmen würde, die eigentlich bei den Kommunen oder Behörden liege. Vielmehr gehe es darum, Wissen bereitzustellen und die Umsetzung von Barrierefreiheit zu unterstützen.

Auch im Landtag selbst ist die Diskussion noch nicht abgeschlossen. Die Regierungsfractionen von CDU und Grünen haben vorgeschlagen, zunächst genauer zu prüfen, ob und in welcher Form eine Landesfachstelle sinnvoll wäre. In einem Änderungsantrag aus dem Februar 2026 schlagen sie vor, zunächst eine Bestandsaufnahme durchzuführen. Dabei soll untersucht werden, welchen konkreten Bedarf es insbesondere auf kommunaler Ebene gibt, welche Beratungsangebote bereits bestehen und welche Erfahrungen andere Bundesländer mit ähnlichen

Einrichtungen gemacht haben. In diese Prüfung sollen Menschen mit Behinderung und ihre Interessenvertretungen ebenso einbezogen werden wie Fachleute aus Bereichen wie Architektur, Bauplanung, IT oder Medien. Auf dieser Grundlage soll später entschieden werden, ob und in welcher Form eine Landesfachstelle eingerichtet werden könnte.

Für Verbände wie den lvkm-sh steht jedoch schon jetzt fest, dass es mehr Unterstützung bei der Umsetzung von Barrierefreiheit braucht: „Barrierefreiheit ist ein sehr komplexes Thema“, sagt Ilka Pfänder. „Viele Menschen wollen etwas verbessern, wissen aber nicht, wie sie anfangen sollen.“ Eine Fachstelle könnte aus ihrer Sicht genau an dieser Stelle helfen. Ob Schleswig-Holstein eine solche bekommt, ist noch offen. Klar ist aber: Die Diskussion darüber zeigt, wie groß der Bedarf an Wissen und Unterstützung beim Thema Barrierefreiheit ist.

Katja Schweckendiek, freie Journalistin

Eine Stelle für Barriere-Freiheit

Barriere-Freiheit bedeutet:

Alle Menschen sollen überall mitmachen können.

Auch Menschen mit Behinderung.

Auch ältere Menschen.

Auch Familien mit Kinder-Wagen.

In Schleswig-Holstein ist das noch nicht überall so.

Darum wird überlegt:

Soll es eine neue Fach-Stelle geben?

Das ist eine Stelle mit Experten.

Die Experten kennen sich gut aus.

Die Fach-Stelle soll über Barriere-Freiheit informieren.

Sie soll beraten.

Behörden können dort Fragen stellen.

Verbände können dort Fragen stellen.

Organisationen können dort Fragen stellen.

Und sie soll Schulungen anbieten.

Viele Verbände finden die Idee gut.

Viele Fach-Leute finden die Idee gut.

Der Ivkm-sh ist ein Verband.

Der Verband sagt:

Wir brauchen mehr Hilfe.

Die Hilfe soll bei Barriere-Freiheit sein.

Die Landes-Regierung ist zurück-haltend.

Sie sagt: Es gibt schon verschiedene

Stellen für Barriere-Freiheit.

Diese Stellen sollen besser zusammen-arbeiten.

Sie denkt:

Eine Fach-Stelle kann ein Problem sein.

Dann machen andere Stellen weniger mit.

Sie kümmern sich dann weniger um Barriere-Freiheit.

Es ist noch nicht sicher:

Bekommt Schleswig-Holstein eine

solche Fach-Stelle oder nicht.

Aber die Diskussion zeigt etwas Wichtiges:

Viele Menschen brauchen Hilfe bei Barriere-Freiheit.



Zeit zum Durchatmen

Wie Entlastungspflege Familien mit einem Kind mit Schwerbehinderung hilft

Als Frauke Timm im vergangenen Herbst ihren 13-jährigen Sohn Emil das erste Mal für eine Woche zur Entlastungspflege ins „Hospiz im Wohld“ nach Gettorf brachte, hatte sie ein mulmiges Gefühl: „Hospiz, das klingt erst einmal erschreckend“, sagt sie offen. Emil lebt mit einer infantilen Cerebralparese, Pflegegrad 5. Er ist nonverbal, sitzt im Rollstuhl und braucht rund um die Uhr Unterstützung. Die Entscheidung, ihn für einige Tage in fremde Hände zu geben, war für die Eltern kein leichter Schritt. Doch die Mutter ist heute froh, dass sie sich darauf eingelassen hat: „Emil ist dort hundertprozentig gut aufgehoben und war nun bereits zum zweiten Mal für eine Woche in Gettorf zu Gast.“

Was viele Eltern nicht wissen: Kinder-Hospize in ganz Deutschland bieten für Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden Erkrankungen Entlastungspflege an. Dabei werden diese stationär aufgenommen und professionell betreut. Diese Zeit kann am Stück oder über mehrere Aufenthalte verteilt werden. Ziel ist dabei nicht die Begleitung in der letzten Lebensphase, sondern die Entlastung von Familien, die oft über viele Jahre hinweg den kraftanstrengenden Pflegealltag bewältigen. Während des Aufenthalts übernehmen Pflegefachkräfte sowie Ehrenamtliche die Betreuung der Kinder. Eltern und Geschwister gewinnen in dieser Zeit Freiräume, um sich zu erholen oder um Termine wahrzunehmen.

Die Patchwork-Familie Timm/Wriedt aus Kiel wurde durch einen Fernsehbeitrag auf dieses Angebot aufmerksam. Nach einem Kennenlerngespräch im „Hospiz im Wohld“ in Gettorf entschied sich die Familie zunächst für eine Probeweche, die die Eltern gemeinsam mit Emil vor Ort verbrachten. „Es war anders, als ich erwartet hatte“, erinnert sich Frauke Timm. „Die Räume sind freundlich und hell, eher wie ein modernes Gästehaus und nicht wie eine medizinische Einrichtung. Das Gebäude teilt sich in einen Erwachsenen- und einen Kinderbereich. Für die Kinder stehen eigene Zimmer mit angrenzenden Elternzimmern zur Verfügung.“

Vor dem Aufenthalt füllten die Eltern einen Fragebogen aus: Was mag Emil? Wobei fühlt er sich wohl? Welche Rituale sind wichtig? Emil liebt Geschichten, Nähe und Ansprache. Diese Informationen halfen dem Team, die Betreuung individuell auf ihn abzustimmen. Während der Woche erhielt Emil eine intensive Betreuung durch die erfahrenen Fachkräfte. Ehrenamtliche lasen ihm vor, gingen mit ihm spazieren oder verbrachten Zeit mit ihm. „Er braucht viel Nähe und Zuwendung“, sagt seine Mutter. „Und genau das konnte dort geleistet werden.“

Nach der ersten gemeinsamen Woche folgte einige Monate später ein weiterer Aufenthalt im „Hospiz im Wohld“. Diesmal blieb Emil sieben Tage lang alleine dort. Für seine

Eltern war das emotional herausfordernd. „Ich musste zwischendurch weinen, weil ich ihn einfach dagelassen habe“, erzählt Frauke Timm. Gleichzeitig war das Vertrauen groß. Das Hospiz ist nur etwa 20 Minuten vom Wohnort entfernt, ein Anruf jederzeit möglich. „Sie haben gesagt: Wenn wir uns nicht melden, ist alles in Ordnung.“ Und so war es. Für die Eltern entstand in dieser Woche etwas, das im Pflegealltag selten ist: freie Zeit. Spontan essen gehen, abends einkaufen, Freunde treffen, ins Kino oder in die Sauna – Dinge, die sonst im Pflegealltag kaum möglich sind. „Man kann einfach losgehen“, beschreibt es Frauke Timm. „Und man weiß, das eigene Kind ist gut versorgt.“

Neben der eigenen Erholung spielte bei Frauke Timm aber auch ein weiterer Gedanke eine Rolle: Selbstständigkeit. „Andere Kinder fahren auf Klassenfahrt oder übernachten bei Freunden“, sagt sie. „Warum sollte Emil das nicht auch lernen? Immerhin ist er schon 13 Jahre alt. In dem Alter machen Kinder doch solche Sachen.“ Somit war Emils eigenständiger Aufenthalt im Hospiz ein Stück Normalität in seinem Leben. Und eine neue Erfahrung, für ihn und für seine Eltern.

Stefanie Traub vom Sozialdienst im „Hospiz im Wohld“ unterstreicht, dass Entlastungspflege nicht nur dem lebensverkürzt erkrankten Kind zugutekommt. „Stationäre Kinderhospizarbeit richtet sich immer an die gesamte Familie“, sagt sie. „Diese können bis zu 28 Tage im Jahr zu uns kommen, um von dem oft sehr anstrengenden Alltag ein wenig Abstand zu gewinnen.“ Viele Familien nutzen diese Zeit gemeinsam. Auch die Geschwisterkinder können mitkommen und werden ebenfalls betreut. Ehrenamtliche, die im Hospiz arbeiten, unterstützen die Familien im Alltag oder unternehmen etwas mit den Kindern. „Wir schauen immer: Was brauchen die Familien eigentlich?“, sagt Traub. „Wenn Eltern einmal Zeit zu zweit verbringen möchten, kümmern wir uns auch um die Geschwister. Oder die Familie macht gemeinsam Ausflüge.“ Das Haus ist so gestaltet, dass Familien sich langsam an die Situation gewöhnen können. Die Zimmer der Kinder liegen direkt neben den Angehörigenzimmern. Eine Verbindungstür ermöglicht es den Eltern, in der Nähe zu bleiben. „Gerade beim ersten Aufenthalt ist es für viele wichtig, nebenan schlafen zu können, um nah an Ihrem Kind zu sein“, sagt Traub.

Die Finanzierung der Entlastungspflege ist gesetzlich geregelt. Voraussetzung für einen stationären Aufenthalt ist eine ärztliche Bescheinigung über die lebensverkürzende Erkrankung des Kindes. Liegt diese vor, übernehmen

Kranken- und Pflegekassen in der Regel rund 95 Prozent der Kosten für Pflege und Unterbringung. Der verbleibende Anteil wird von den Einrichtungen über Spenden finanziert, sodass für Familien üblicherweise kein Eigenanteil entsteht. Im Fall der Familie Timm übernahm das Hospiz den Großteil der organisatorischen Schritte. Benötigt wurde lediglich eine Bestätigung des Kinderarztes sowie die Angabe des Pflegegrades. Die Genehmigung wurde anschließend für das gesamte Jahr erteilt, sodass weitere Aufenthalte unkompliziert geplant werden konnten. Zu beachten ist, dass das Pflegegeld während des Aufenthalts anteilig gekürzt werden kann, da die Pflege in dieser Zeit durch das Hospiz erfolgt. Für manche Familien kann das finanziell relevant sein, weshalb eine vorherige Rücksprache mit der Pflegekasse sinnvoll ist. Interessierte Familien in Schleswig-Holstein können sich bei ambulanten Kinder- und Jugendhospizdiensten, bei stationären Einrichtungen wie dem „Hospiz im Wohld“ in Gettorf oder bei ihrer Kranken- und Pflegekasse über die Möglichkeiten der Entlastungspflege informieren.

Viele Eltern begegnen dem Angebot zunächst mit Skepsis. „Die Familien vertrauen uns ihr Kostbarstes an“, sagt Stefanie Traub. „Vertrauen aufzubauen braucht Zeit und Einfühlungsvermögen.“ Oft beginnen Familien deshalb mit einem gemeinsamen Aufenthalt. Wenn sie sehen, dass ihr Kind gut betreut wird, fällt es ihnen später leichter, es auch einmal allein im Hospiz zu lassen. Die Rückmeldungen seien überwiegend sehr positiv. „Viele Familien sind unglaublich dankbar“, berichtet Traub. „Sie merken, dass ihr Kind hier gut aufgehoben ist.“ Für einige Familien ist die Hemmschwelle zunächst hoch, weil der Begriff „Hospiz“ oft mit Abschied, Tod und Trauer verbunden wird. Die Erfahrung der Familie Timm zeigt jedoch ein anderes Bild: freundliche Räume, professionelle Betreuung, ein wertschätzendes Miteinander und viel positive Energie. „Es war überhaupt nicht bedrückend“, sagt Frauke Timm. „Es war ein gutes Gefühl.“

Für Emils Familie steht inzwischen fest, dass Entlastungsaufenthalte ein wichtiger Bestandteil ihres Familienalltags geworden sind. Die nächsten Aufenthalte sind bereits geplant. „Es ist ähnlich wie eine Klassenfahrt. Man muss es üben“ sagt Frauke Timm. Gerade wenn die Pflege eines Kindes über viele Jahre andauert, kann Entlastung helfen, Kraft zu sammeln und die häusliche Versorgung langfristig zu sichern.

Katja Schweckendiek, freie Journalistin

Impulse für mehr Inklusion in der Freizeit

Ein Rückblick auf fünf Jahre „Barriere-Frei(e)-Zeit gestalten“

Fünf Jahre lang hat das Projekt „Barriere-Frei(e)-Zeit gestalten“ die inklusive Freizeitlandschaft in Schleswig-Holstein mitgestaltet. Von April 2021 bis März 2026 verfolgte der lvkm-sh das Ziel, Freizeitangebote für Kinder und Jugendliche mit Behinderung selbstverständlicher, auffindbarer und zugänglicher zu machen.

Ausgangslage und Handlungsbedarf

Aus Rückmeldungen von Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung wurde immer wieder deutlich, dass inklusive und barrierefreie Freizeitangebote vielerorts noch keine Selbstverständlichkeit sind. Das zeigte sich besonders deutlich in ländlichen Regionen. Eltern berichteten immer wieder von langen Anfahrtswegen, mühsamer Recherche und fehlenden Informationen zur Barrierefreiheit oder zu Unterstützungsbedarfen. Um die Bedarfe der jungen Menschen mit Behinderung in die Projektplanung und -umsetzung einzubeziehen, führte der lvkm-sh zu Beginn eine Umfrage unter dem Titel „Meine Wünsche an ein barrierefreies Freizeitangebot“ durch. Die Rückmeldungen machten deutlich, wie groß der Wunsch nach wohnortnahen Aktivitäten für ALLE ist und dass gleichberechtigte Teilhabe noch immer nicht selbstverständlich gelingt.

Gleichzeitig zeigte der Austausch mit Ansprechpartner*innen aus Vereinen und Verbänden, dass der Wille zur Inklusion zwar oft vorhanden ist, in der praktischen Umsetzung jedoch große Unsicherheiten bestehen. Viele Vereine fühlen sich bei der Planung und Durchführung inklusiver Angebote allein gelassen und sehen sich mit fehlenden Ressourcen und Erfahrung konfrontiert.

Vor diesem Hintergrund startete der lvkm-sh das Projekt „Barriere-Frei(e)-Zeit gestalten“. Als Modellprojekt setzte es Impulse für eine nachhaltige Verankerung von Inklusion

im Freizeitbereich in ganz Schleswig-Holstein. Im Projektverlauf wurden eine Vielzahl von Maßnahmen umgesetzt, die miteinander verknüpft waren und sich gegenseitig ergänzt haben.

Qualifizierung, Beratung und Vernetzung

Ein zentrales Element des Projekts waren praxisnahe Schulungsangebote für Trainer*innen, Gruppenleiter*innen sowie Verantwortliche aus Sport, Kultur und Kinder- und Jugendarbeit. In einem modular aufgebauten digitalen Format wurden Grundlagen zur inklusiven und barrierefreien Freizeitgestaltung vermittelt. Neben der Wissensvermittlung spielte der Austausch unter den Teilnehmenden eine

wichtige Rolle. Viele nutzten die Schulungen, um eigene Erfahrungen einzubringen, Fragen zu klären und voneinander zu lernen. Insgesamt nahmen 240 Personen an den Fortbildungen teil, ein deutliches Zeichen für den Bedarf an fachlicher Unterstützung im Bereich inklusiver Freizeitgestaltung.



Ergänzend bot das Projektteam individuelle Beratungen an. Vereine und Verbände wurden dabei begleitet, bestehende Angebote inklusiver auszurichten oder neue Formate barrierefrei zu gestalten. Auch Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung konnten sich beraten lassen etwa bei der Suche nach passenden Freizeitmöglichkeiten oder bei Fragen zu persönlichen Teilnahmevoraussetzungen. Mit insgesamt 264 individuellen Beratungen wurde deutlich, wie wichtig persönliche und bedarfsorientierte Unterstützung für eine gelingende Umsetzung ist.

Sichtbarkeit schaffen: „Freizeit für ALLE“

Ein Kernelement des Projekts war der Aufbau der landesweiten „Übersicht barrierefreier und inklusiver Freizeitangebote in Schleswig-Holstein“. Unter dem Stichwort „Freizeit für ALLE“ können Organisationen ihre Angebote auf der Website des lvkm-sh veröffentlichen.

Für Familien bedeutet dieses Verzeichnis eine erhebliche Erleichterung bei der Suche nach geeigneten Aktivitäten. Durch Filtermöglichkeiten nach Region und Angebotsart wird eine gezielte und wohnortnahe Recherche ermöglicht. Gleichzeitig erhöht die Plattform die öffentliche Wahrnehmung bestehender inklusiver Angebote.

Inklusion erlebbar machen: Die „Tage der Möglichkeiten“

Neben strukturellen Maßnahmen setzte das Projekt bewusst auf persönliche Begegnungen. In fünf verschiedenen Regionen Schleswig-Holsteins fanden die „Tage der Möglichkeiten“ statt – Veranstaltungen, bei denen Vereine und Verbände ihre inklusiven und barrierefreien Angebote präsentierten. Mitmachaktionen aus den Bereichen Sport, Kunst, Musik und Natur luden Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung zum Ausprobieren ein. Viele Besucher*innen nutzten die Gelegenheit, neue Hobbys kennenzulernen und Kontakte zu knüpfen. Gleichzeitig machten diese Formate deutlich, dass insbesondere kleinere, ehrenamtlich getragene Vereine zusätzliche Unterstützung benötigen, um inklusive Angebote dauerhaft umzusetzen.

Öffentlichkeitsarbeit und Gremienarbeit

Das Thema Inklusion im Freizeitbereich wurde während der gesamten Projektlaufzeit kontinuierlich über die Website, News- und Projektleiter, soziale Medien sowie durch Pressearbeit und Beiträge auf Fachveranstaltungen des Verbands öffentlich sichtbar gemacht. Ziel war es, sowohl Familien als auch Vereine, Politik und Verwaltung für die Bedeutung inklusiver Freizeitangebote zu sensibilisieren. Darüber hinaus brachte der lvkm-sh seine Expertise in landesweite Netzwerke und Arbeitskreise ein, unter anderem im Bereich der inklusiven Jugendarbeit und des Sports. Der fachliche Austausch trug dazu bei, das Thema strukturell weiter zu verankern.

Was bleibt?

Fünf Jahre Projektarbeit haben gezeigt, dass inklusive Freizeitangebote möglich sind, wenn Wissen, Haltung, praktische Unterstützung und ausreichende Ressourcen zusammenkommen. Gleichzeitig wurde deutlich, dass nachhaltige Teilhabe langfristige Strategien erfordert. Ehrenamtliche Strukturen benötigen gezielte Förderung,

insbesondere im ländlichen Raum. Sensibilisierung, Vernetzung und der Ausbau inklusiver Angebote bleiben zentrale Aufgaben.

Der lvkm-sh steht auch nach Abschluss des Projekts als Ansprechpartner zur Verfügung und auch die landesweite Übersicht barrierefreier und inklusiver Freizeitangebote in Schleswig-Holstein wird über das Projektende hinaus gepflegt und weitergeführt, sodass Familien weiterhin eine Orientierung bei der Suche nach passenden Freizeitmöglichkeiten erhalten. Darüber hinaus wurde ein Kurzkonzept des Projekts erstellt, das über den Verband gerne angerufen werden kann. Denn eines ist klar: Inklusion in der Freizeit ist kein Zusatzangebot, sondern ein grundlegender Bestandteil gesellschaftlicher Teilhabe.

Ein besonderer Dank gilt der Aktion Mensch für die fünfjährige Förderung sowie allen Partner*innen, die mit ihrem Engagement dazu beigetragen haben, die Freizeitlandschaft in Schleswig-Holstein inklusiver zu gestalten.

lvkm-sh

Gefördert durch die
**AKTION
MENSCH**



Eltern-AUSZEIT 2026

Ein Wochenende zum Krafttanken

Vom 13. bis 15. März 2026 hieß es für 16 Mütter und drei Väter, raus aus dem Pflege-Alltag, durchatmen, auftanken. Unter dem Motto „Mein Wochenende am See“ fand die erste Eltern-AUSZEIT des Landesverbands in der Akademie am See Koppelsberg bei Plön statt.

Bereits bei der Ankunft wurde deutlich, was dieses Wochenende prägen sollte: eine offene Atmosphäre und das Gefühl, mit den eigenen Erfahrungen nicht allein zu sein. Im Mittelpunkt standen Erholung, Begegnung und Austausch. In Gesprächsrunden wurde gelacht, genickt, verstanden. Oft reichte ein Blick, um zu wissen „Du kennst das auch.“ Viele Eltern beschrieben es als entlastend und stärkend, ihre Sorgen, Fragen und alltägliche Momente teilen zu können.

Darüber hinaus sorgten Bewegungsangebote wie „Rücken stärken und entspannen“ und „Klang-Reise für die Sinne“ nicht nur körperlich für Entlastung. Mit gezielten Übungen und Impulsen konnten Verspannungen gelöst und neue Kraftquellen aktiviert werden.

Auch die kreativen Angebote fanden großen Zuspruch. So entstanden in der Siebdruck-Werkstatt mit viel Freude und Experimentierlust individuelle Drucke auf Stoff und Papier. Schritt für Schritt wurden eigene Motive entwickelt,

Farben kombiniert und Ideen umgesetzt – für viele eine ungewohnte, aber umso bereichernde Erfahrung, die den Blick auf die eigene Kreativität neu eröffnete.

Neben den vielfältigen Programmpunkten blieb Zeit für kleine Spaziergänge, für Gespräche bei einer Tasse Kaffee oder einfach für einen stillen Moment mit Blick auf den See. Gerade diese Mischung aus Impulsen und freier Zeit prägte den besonderen Charakter der Eltern-AUSZEIT.

Die Rückmeldungen machen deutlich, dass dieses Wochenende vor allem als Ort der Erholung und des Austauschs in Erinnerung bleibt. Viele beschrieben die gemeinsame Zeit als seltene Gelegenheit, innezuhalten und Abstand vom fordernden Alltag zu gewinnen. Eine Mutter fasste ihre Eindrücke so zusammen: „Der offene Kontakt, das gegenseitige Verständnis und die wohltuende Atmosphäre haben dazu beigetragen, dass ich mich getragen und gesehen gefühlt habe.“

lvkm-sh

Mehr Sichtbarkeit und Entlastung Pflegernde Eltern stärken!

Eltern von Kindern mit Behinderung leisten Tag für Tag Außergewöhnliches. Die Pflege ihrer Tochter oder ihres Sohnes ist für sie kein zeitlich begrenzter Abschnitt, sondern prägt den gesamten Alltag, häufig auch über das 18. Lebensjahr hinaus. Zwischen Pflege, Therapien, Organisation und Existenzsicherung geraten ihre eigenen Bedürfnisse leicht aus dem Blick. Dennoch bleiben pflegende Eltern in unserer Gesellschaft oft unsichtbar.

Nach wie vor liegt die Hauptverantwortung für die Pflege überwiegend bei den Müttern. Eine Studie von pflege.de aus dem Jahr 2023 zeigt, dass 87 Prozent der Hauptpflegepersonen weiblich sind. Viele reduzieren ihre Erwerbstätigkeit oder geben ihren Beruf ganz auf. Väter sichern meist das Einkommen, um finanzielle Risiken abzufedern. Diese Rollenverteilung ist selten frei gewählt, sondern entsteht aus strukturellen Zwängen. Die Folgen sind Erschöpfung, Isolation und nicht selten gesundheitliche oder finanzielle Belastungen auf beiden Seiten. In der Beratung berichten Mütter wie Väter immer wieder von Überforderung, Ausgrenzung und Zukunftsängsten.

Gleichzeitig sind die Versorgungsstrukturen in Schleswig-Holstein vielerorts lückenhaft. Es fehlen Kurzzeitpflegeplätze für Minderjährige, Familienentlastende Dienste müssen Angebote einschränken, ambulante Pflegedienste ziehen sich aus wirtschaftlichen Gründen aus ländlichen Regionen zurück. Verlässliche Entlastung ist somit für viele Familien kaum vorhanden und wenig planbar.

Mit dem dreijährigen Projekt stellt der Landesverband pflegende Eltern bewusst in den Mittelpunkt seiner Arbeit. Ein Schwerpunkt liegt auf Information und Aufklärung. Ergänzend zur individuellen Beratung werden Fachtage und Informationsveranstaltungen zu Themen rund um Pflege und Unterstützungsleistungen organisiert. Darüber hinaus sollen Selbsthilfestrukturen vor Ort gestärkt werden.

Geplant ist der Aufbau neuer regionaler Gruppen sowie digitaler Austauschformate. Der Kontakt zu anderen Eltern in ähnlichen Lebenslagen schafft Verständnis, Solidarität, Orientierung und damit Entlastung.

Auch die Vernetzung mit anderen Beratungsstellen, Verbänden und Initiativen wird intensiviert und ausgebaut. Ziel ist es, Unterstützungsangebote besser aufeinander abzustimmen. Gleichzeitig engagiert sich der lvkm-sh im Rahmen des Projekts verstärkt in sozialpolitischen Gremien, um die besondere Situation pflegender Eltern stärker ins öffentliche Bewusstsein und in politische Entscheidungsprozesse einzubringen.

Das Projekt setzt in den kommenden drei Jahren ein wichtiges Zeichen für mehr Sichtbarkeit, Anerkennung und konkrete Entlastung pflegender Eltern, damit diese nicht länger im Stillen Großes leisten müssen, sondern die Unterstützung erhalten, die sie dringend brauchen!

Das Projekt „Pflegernde Eltern stärken“ wird von der Deutschen Fernsehlotterie, der Heinrich Busch Stiftung, der Dr. med. Heide Paul-Toebelmann Stiftung, sowie der AOK NordWest und der BKK Landesverband NORDWEST im Rahmen der Selbsthilfeförderung der gesetzlichen Krankenkassen gefördert.

lvkm-sh



Wir sind viele!

Auftakt-Veranstaltung digitales Selbsthilfenetzwerk für pflegende Eltern

Termin: Dienstag, 16. Juni 2026, 19:30 Uhr
Online via Zoom

Sei dabei! Jetzt informieren und anmelden.



Was mir als Mutter Kraft gibt

Austausch, Gemeinschaft und Unterstützung bei der Rett-Syndrom Elternhilfe

Ich bin Nicole, Mitglied sowie Koordinatorin in der Rett-Syndrom Elternhilfe, Landesverband Nord e.V. und Mutter einer Tochter mit Rett-Syndrom. Für mich ist unser Verein mit mehr als 60 Familien weit mehr als eine Organisation. Er ist ein Netzwerk aus Erfahrung, Verständnis und gegenseitiger Unterstützung für Menschen, die mit dem Rett-Syndrom leben – als Betroffene, Eltern, Geschwister oder Angehörige.



Als Mitgliedsorganisation im Netzwerk des lvkm-sh engagieren wir uns für bessere Teilhabe, Unterstützung und gesellschaftliche Sichtbarkeit. Durch den Austausch mit anderen Organisationen stärken wir die Interessenvertretung von Familien und sorgen gleichzeitig dafür, dass unsere eigenen Erfahrungen rund um das Rett-Syndrom in diese Arbeit einfließen.

Unser Verein organisiert Treffen, Informationsangebote und Austauschmöglichkeiten für Familien. Projekte wie der Online-Stammtisch Rett-Connect fördern die unkomplizierte Vernetzung untereinander und schaffen Raum für Fragen, Erfahrungen und gegenseitige Hilfe. Besonders wertvoll sind unsere Seminarwochenenden und Ferienfreizeiten, bei denen Familien Entlastung erleben, Kinder und junge Erwachsene gemeinsame Zeit verbringen und Eltern Kraft tanken können. Diese gemeinsamen Erlebnisse stärken den Zusammenhalt und die Gemeinschaft nachhaltig.

Ein besonderes Highlight im Jahr 2026 wird das Bönnering Rett-Race am 07. Juni sein. Auf einer Carrera-Rennbahn treten Fahrzeuge mit Teamgeist, Tempo und viel Begeisterung

gegeneinander an. Im Mittelpunkt steht der gute Zweck. Die Veranstaltung schafft Aufmerksamkeit für das Rett-Syndrom, bringt Unterstützende zusammen und hilft, unsere Vereinsarbeit weiterzuführen. Solche Aktionen zeigen, wie Engagement, Gemeinschaft und Öffentlichkeitsarbeit zusammenwirken können.

Für mich persönlich bedeutet die Mitgliedschaft im Verein Austausch auf Augenhöhe, Mutmacher im Alltag und das Wissen, dass meine Familie Teil einer starken Gemeinschaft ist. Genau dieses Gefühl möchte ich weitergeben – im Verein selbst und im gemeinsamen Engagement innerhalb des landesweiten Netzwerks.

Wer jetzt neugierig geworden ist, eine Familie mit einem Kind mit dem Rett-Syndrom kennt oder sich austauschen möchte ist herzlich eingeladen, unseren Verein kennenzulernen. Wir freuen uns über neue Gesichter, Gespräche und alle, die Interesse an unseren Veranstaltungen haben oder sich als Fördermitglied einbringen möchten.

**Nicole Schreiner, Rett-Syndrom Elternhilfe,
Landesverband Nord e. V.**

Kontakt:

Rett-Syndrom Elternhilfe,
Landesverband Nord e. V.
Hamburger Straße 76c, 23843 Bad Oldesloe
Tel. 0151-70099232
www.rett-syndrom-elternhilfe.de
info@rett-syndrom-elternhilfe.de



Seit Jahrzehnten gemeinsam auf Reisen

Mit dem Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte im Kreis Pinneberg e. V.

Ein Bus voller Rollstühle, Koffer und Vorfreude: Wenn der Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte im Kreis Pinneberg zu seiner jährlichen Ferienreise aufbricht, beginnt für rund 20 Menschen mit Behinderung eine besondere Zeit. Zwei Wochen Urlaub, Ausflüge, gemeinsames Basteln und Baden im Schwimmrollstuhl, organisiert von einem kleinen Team Ehrenamtlicher.

Für viele Teilnehmende ist die Reise der Höhepunkt des Jahres. „Einige fragen schon bei der Abreise, wann die Einladung für die nächste Fahrt kommt“, erzählt Schriftführerin Maren Voß. Sie engagiert sich gemeinsam mit ihrem Mann Andreas seit 1993 im Verein und organisiert die Reisen seit 2008 federführend. Zum Verein kamen beide eher zufällig: Ein befreundetes Paar fragte, ob sie als Betreuungspersonen einspringen könnten. „Dann sind wir einfach dabeigeblichen.“

Der Verein wurde 1970 als Elterninitiative gegründet. Damals gab es in Pinneberg und Umgebung kaum Beratungs- oder Austauschmöglichkeiten für Familien mit Kindern mit Behinderung. Eltern schlossen sich zusammen, um Erfahrungen zu teilen und sich gegenseitig zu unterstützen. Heute gehören dem Verein noch rund 35 Familien an. Vieles hat sich verändert, geblieben ist die jährliche Ferienreise.

Sie findet stets während der Sommerferien statt und dauert zwei Wochen. Die Gruppe besteht überwiegend aus erwachsenen Menschen mit körperlichen oder mehrfachen Behinderungen. Die Ziele wechseln von Jahr zu Jahr, abhängig davon, wo sich barrierefreie Unterkünfte finden lassen. In den vergangenen Jahren führten die Fahrten unter anderem nach Stralsund, Fürstenberg an der Havel, in die Lüneburger Heide oder nach Wandlitz bei Berlin. Früher reiste der Verein sogar weiter, etwa nach Schweden, Dänemark oder in die Türkei. Damals waren viele Teilnehmende noch mobiler. Heute werden die Ziele stärker danach ausgewählt, ob sie für Rollstuhlfahrer*innen gut erreichbar sind.

Begleitet werden die Reisen von ehrenamtlichen Betreuer*innen. Insgesamt ist die Gruppe heute kleiner als früher, da mit zunehmendem Alter der Teilnehmenden auch der Unterstützungsbedarf steigt. „Je älter diese werden, desto mehr Fürsorge brauchen sie“, sagt Voß.



Vor Ort entsteht jedes Jahr ein abwechslungsreiches Programm. Wichtig ist dem Team, dass die Teilnehmenden ihre Wünsche einbringen können. „Sie können sich an der Programmgestaltung jederzeit beteiligen“, sagt Voß. „Wenn jemand etwas nicht machen möchte, lassen wir es eben.“ Neben Ausflügen gehören kreative Bastelangebote und Badeausflüge dazu. Ein spezieller Schwimmrollstuhl, der über Fördermittel angeschafft wurde, ermöglicht vielen Teilnehmenden das Baden.

Der Verein finanziert sich ausschließlich über Spenden und ehrenamtliches Engagement. Aktuell steht er vor einer großen Herausforderung: Für zukünftige Reisen wird dringend ein großer Rollstuhlbus benötigt. Auch personell wünscht sich der Verein Unterstützung. „Wir würden uns sehr über jüngere Menschen freuen, die sich einbringen“, sagt Maren Voß. Wer den Verein unterstützen oder sich ehrenamtlich engagieren möchte, kann sich gerne per E-Mail melden.

Katja Schweckendiek, freie Journalistin

Kontakt:

Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte im Kreis Pinneberg e. V.

Am Deich 4 a, 25335 Elmshorn

Tel. 04127-929168

vkmb@koerperbehindertenvereinkrspi.de





Ein Jahr voller Aktivitäten und Gemeinschaft

Die Abendgruppe des Vereins zur Förderung behinderter Menschen im Kreis Schleswig-Flensburg

Alle zwei Wochen trifft sich am Freitagabend von 18:00–21:00 Uhr die Abendgruppe des Vereins zur Förderung behinderter Menschen im Kreis Schleswig-Flensburg. Gemeinsam mit einem Team von Betreuer*innen (Erzieher*innen, Heilerzieher*innen, Pädagog*innen) werden abwechselnd Unternehmungen im Raum Schleswig sowie im Vereinshaus, dem Helga Appel Haus, angeboten. Die Teilnehmer*innen sind zwischen 16 und 48 Jahre alt und teilweise schon seit über 30 Jahren im Verein. Erfreulicherweise verzeichnet die Gruppe in den letzten beiden Jahren ordentlich Zuwachs, sodass im Schnitt um die 20 Personen an den Angeboten teilnehmen.

Besondere Erlebnisse waren im Jahr 2025 unter anderem ein Besuch im Holstein-Kiel-Stadion, Bowling in Bowlingcenter Schleswig, Minigolf, Handicap – Disco im Ela Ela, ein Kinobesuch, der Ausflug zu einem Erlebnisbauernhof, Spiele- und Fußballabende und gemeinsame jahreszeitliche Feiern.

Ein besonderes Highlight war unsere Wochenendfreizeit in der Jugendherberge Kappeln. Mit insgesamt 26 Personen und einigen Tagesgästen haben wir dort ein wunderschönes Wochenende verbracht. Am Freitagabend wurde die dort vorhandene Diskothek gebucht und bis in die Abendstunden gefeiert. Am Samstag haben wir einen Ausflug in die Innenstadt von Kappeln gemacht. Nach einer Stärkung in Form von Fischbrötchen oder anderen norddeutschen Spezialitäten hat die Gruppe sich aufgeteilt. Während die einen mit dem Dampfer die Schlei erkundet haben, wollten die anderen lieber ihren HSV unterstützen und es sich dabei gutgehen lassen. Nach einer kleinen Ruhepause am

späten Nachmittag und einem leckeren Abendessen in der Jugendherberge, haben wir den letzten Abend mit Spielen und einem Stockbrot am Lagerfeuer gesellig ausklingen lassen.

Vor allem positiv zu erwähnen ist nicht nur das Betreuer*innen-Team und die großartigen Teilnehmer*innen der „Abendgruppe“, sondern auch das positive Feedback der Eltern sowie das volle Vertrauen des Vereinsvorstands! Dieses Zusammenspiel aller Beteiligten macht das Erlebnis umso schöner und wirkt sich am Ende vor allem positiv auf die aus, auf die es am meisten ankommt: die Kinder und Erwachsenen der Abendgruppe.

Ole Wessels, Verein zur Förderung behinderter Menschen im Kreis Schleswig Flensburg e. V.

Kontakt:

Verein zur Förderung behinderter Menschen im Kreis Schleswig Flensburg e.V.

Seminarweg 12, 24837 Schleswig

Tel. 04621-997055

www.fed-sl.de

info@fed-sl.de



Geschwistergruppe „Rückenwind“

Eine Gruppe für Geschwisterkinder von Kindern mit Behinderung und/oder chronischen Erkrankungen



In Familien, in denen ein Kind mit Behinderung oder einer chronischen Erkrankung lebt, wachsen deren Geschwister oft mit besonderen Erfahrungen auf. Viele von ihnen entwickeln früh ein hohes Maß an Empathie und sozialer Kompetenz, gleichzeitig bewegen sie Themen und Fragen, die sie nicht immer mit Gleichaltrigen teilen können. Oftmals übernehmen sie auch schon früh viel Verantwortung und stellen ihre eigenen Bedürfnisse im Familienalltag zurück, denn dessen Ressourcen können durch die Begleitung eines Kindes mit hohem Unterstützungsbedarf schwer belastet sein.

Im Dezember 2025 starteten die Initiative Inklusion und Mixed Pickles e.V. zusammen die Geschwistergruppe „Rückenwind“ in Lübeck. Die Gruppe bietet 10 Geschwisterkindern im Alter von acht bis 12 Jahren einen geschützten Raum, in dem sie Kind sein dürfen, gemeinsam Freizeit erleben und andere Geschwister in einer ähnlichen Lebenslage kennenlernen können.

Beide Vereine setzen sich im Raum Lübeck seit vielen Jahren für eine inklusive Gesellschaft, Teilhabe und Gleichberechtigung ein und bringen ihre vielfältigen Erfahrungen mit Familien und den Lebenssituationen von Menschen mit Behinderung ein. Möglich wird die Umsetzung des Projekts durch die finanzielle Unterstützung von Kind im Blick e.V., einer Initiative zur Förderung von Kindern, deren Geschwister schwer erkrankt sind.

Die Gruppe findet über einen Zeitraum von fünf Monaten statt und wird von zwei pädagogischen Fachkräften durchgeführt, die selbst als Geschwisterkinder eines Bruders oder einer Schwester mit Behinderung aufgewachsen sind und sich daher gut in die Teilnehmenden hineinversetzen können. Ein besonderer Aspekt ist, dass die Kinder von Anfang an aktiv in die Planung der Treffen mit einbezogen werden. So wird nicht nur ihre Selbstwirksamkeit gestärkt, sondern auch sichergestellt, dass ihre individuellen Wünsche und Ideen im Fokus stehen.

Das bisherige Ergebnis: es wurde Lieblingsessen gekocht, viel Eis gegessen, gebastelt, es gab gemütliche Kinoabende sowie Ausflüge in den Trampolinpark und in den Wald zum „Monkey-Tree-Klettern“. Ganz nach dem Motto: „Hier steh halt ich mal im Mittelpunkt!“ – J., 10 Jahre alt.

Neben diesen freizeitpädagogischen Inhalten gestaltet jedes Kind im Verlauf der Teilnahme eine eigene Leinwand zum Thema „Selbstbild“. Die Bilder werden dann im Frühjahr auf dem abschließenden Familienfest ausgestellt. Auf diesem Weg soll die Rolle der Geschwisterkinder und deren Perspektive sichtbar werden.

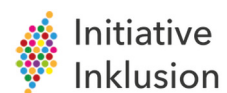
Durch die verschiedenen Aktivitäten lernen sich die Gruppenmitglieder im Laufe der Zeit immer besser kennen und es findet ganz automatisch ein Austausch in einem sicheren Raum statt, der gleichzeitig niemals erzwungen wird. Alles und jede*r ist hier okay. Dieses Gemeinschaftsgefühl verstärkt den ausgleichenden und entlastenden Effekt für die Kinder, was eines der wesentlichen Ziele der Geschwistergruppe ist.

Nach dem gemeinsamen Abschluss im Frühjahr wird das Projekt evaluiert, in der Hoffnung, dass noch weitere Angebote dieser Art folgen können. Doch schon jetzt ist die Rückmeldung der Kinder und Familien sehr eindeutig – es kann nie genug solcher Räume geben!

Ronja Schmidt, Mixed Pickles e.V.

Kontakt:

Mixed Pickles e.V.
Verein für Mädchen* und Frauen*
mit und ohne Behinderungen
Tel. 01573-3653824
www.mixedpickles.de
info@mixedpickles-ev.de



Konzept für Geschwisterangebote

Durch ein in der Vergangenheit durchgeführtes Projekt für Geschwisterkinder konnte der lvkm-sh umfassende Erfahrungen sammeln und darauf aufbauend passende Angebotskonzepte entwickeln. Gerne stellt der Landesverband bei Interesse weiterführende Informationen sowie entsprechende Unterlagen und Konzeptbeschreibungen zur Verfügung.

Kuchen und Queerness

Ein inklusives buntes Café in Niebüll

Seit Herbst 2025 findet in Niebüll einmal im Monat ein queeres inklusives Café statt. Dort kommen Menschen aus der Umgebung zusammen, um sich kennenzulernen und auszutauschen. Queer [sprich: kwier] ist ein Sammelbegriff für Menschen, die nicht heterosexuell sind. Also zum Beispiel lesbisch, schwul oder bisexuell. Queer beschreibt auch Menschen, die heute ein anderes Geschlecht haben, als ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde. Zum Beispiel ist ein Trans-Mann ein Mann, dem bei der Geburt das weibliche Geschlecht zugewiesen wurde.



Menschen mit Behinderung haben das Recht darauf, selbstbestimmt zu leben. Das bedeutet auch, das Recht auf das eigene Geschlecht (Haare, Kleidung, Name, Ansprache, Verhalten) und die eigene sexuelle Orientierung (zu wem fühle ich mich hingezogen? mit wem möchte ich eine Beziehung führen?) frei und selbstbestimmt zu leben. So wie alle anderen Menschen auch. Menschen mit Behinderung erleben in der Umsetzung dieses Rechts jedoch viele Barrieren. Fragen zu Geschlecht und Sexualität werden ihnen gegenüber oft ausgespart. Wenn zusätzlich die Vorstellungen von Geschlecht und sexueller Orientierung von der Norm abweichen, gibt es kaum Vorbilder, Ansprechpersonen oder sensibilisierte Fachkräfte. Darüber hinaus sind viele Orte der queeren Community voller Barrieren und deswegen schlecht zugänglich für Queers mit Behinderung.

Das Café in Niebüll möchte deswegen ganz bewusst einen inklusiven Ort für queere Menschen mit und ohne Behinderung schaffen. Hier soll sichtbar werden, dass „Queers behindert“ und „Behinderte queer“ sein können. Das Café soll ein selbstbestimmter Ort sein, an dem sich Menschen mit ähnlichen Identitäten treffen, kennenlernen und über ihre Fragen und Erfahrungen austauschen können. An diesem Ort werden alle Besucher*innen ernst genommen. So wie sie sind und mit dem, was sie brauchen.

Für wen ist das queere Café?

Alle queeren Menschen (LGBTIQ*) sind willkommen. Auch wenn man (noch) unsicher ist, ob man queer ist. Es ist ein inklusives Café. Queere Menschen mit und ohne Behinderung sind herzlich willkommen. Queere Menschen mit und ohne psychische Erkrankung sind herzlich willkommen. Die Räumlichkeiten sind rollstuhlgerecht. Die Assistenzperson ist auch herzlich eingeladen. Das Café ist ab 18 Jahren. Das Angebot ist kostenfrei.

Wo und wann ist das queere Café?

Das Café ist im Erdgeschoss des Naturkundemuseums in Niebüll (Hauptstraße 108, 25899 Niebüll). Das Café öffnet jeden 3. Samstag im Monat von 15:00 bis 18:00 Uhr. Die nächsten Termine sind am 16. Mai, 20. Juni, 18. Juli und 15. August 2026.

Leonie Schröpfer, vielfalt.SH

Kontakt:

vielfalt.SH

Leonie Schröpfer und Ilona Bremes

Telefon: 0155-65810463

Email: ls@vielfalt.sh

Instagram: @vielfalt.sh



Queeres Café in Niebüll

Seit Herbst 2025 gibt es in Niebüll ein Café.
Dort treffen sich Menschen aus der Gegend.
Sie lernen sich kennen.
Und sie sprechen miteinander.
Man muss 18 Jahre alt sein.

Das Café ist für queere Menschen.
Queer bedeutet zum Beispiel:
Eine Frau liebt eine Frau.
Oder ein Mann liebt einen Mann.
Queer bedeutet auch:
Menschen haben bei der Geburt
ein biologisches Geschlecht.
Einige Menschen fühlen sich später anders.
Zum Beispiel: Ein Mann wurde als Frau geboren.
Aber er fühlt sich als Mann.

Das Café ist auch für queere Menschen
mit Behinderung.
Alle Menschen haben das Recht auf
ein selbstbestimmtes Leben.
Das bedeutet: Jeder Mensch entscheidet
selbst über sein Leben.
Er darf selbst entscheiden: Wie will ich leben?
Das gilt auch für das Geschlecht.

Queere Menschen mit Behinderung haben oft Probleme.
Sie können dieses Recht nicht gut nutzen.
Es gibt wenig Vorbilder für sie.
Es gibt wenig Fach-Leute für sie.
Es gibt wenig Ansprech-Personen für sie.
Viele Orte sind nicht gut zugänglich.
Das bedeutet:
Menschen mit Behinderung können nicht überall hin.

Darum gibt es dieses Café.
Und es ist barriere-arm.
Das bedeutet:
Es gibt wenige Hindernisse.

Das Café ist im Natur-Kundemuseum Niebüll.
Es ist jeden 3. Samstag im Monat von 15 bis 18 Uhr.
Die Teilnahme kostet kein Geld.

Kompetenz schulen – Familien stärken

Die Ülenkinder gGmbH in Hamburg

Die Ülenkinder gGmbH entstand aus einer innovativen sowie mutigen Idee und einer klaren Vision: Familien mit einem schwerkranken und pflegebedürftigen Kind nicht alleine zu lassen, sondern ihnen Wissen, Unterstützung und Sicherheit zu vermitteln, welches sie für ihren Alltag zu Hause brauchen.

Wir sind eine spezialisierte Überleitungs- und Schulungseinrichtung in Hamburg für Familien mit schwererkranken Kindern – die erste und bisher einzige Einrichtung dieser Art in Deutschland. Seit unserer Eröffnung im Jahr 2020 haben wir inzwischen über 200 Familien geschult. Der Pflegekurs bei uns wird von der Pflegekasse anerkannt und finanziert.

Familien kommen aus dem gesamten Bundesgebiet, aus Kliniken oder aus der Häuslichkeit zu uns. Im Rahmen des Pflegekurses nehmen wir die Familien bei uns auf und sind rund um die Uhr für sie da. Ganz individuell und bedarfsorientiert schulen wir die Eltern vollumfänglich in der Versorgung ihres Kindes: fachpflegerisch, im Umgang mit Heimbeatmung, Ernährungssonden, (parenteraler) Ernährung und medizinischen Geräten, Notfällen, im Bestellwesen für Versorgungsmaterialien, Teilhabe und vieles mehr. Darüber hinaus bieten wir bei uns Physio- und Musiktherapie an und arbeiten mit einer Kinderärztin, Psycholog*innen, Ehrenamtlichen und den Klinik Clowns zusammen, um die Eltern in psychosozialen Bereichen wie Diagnoseverständnis und -verarbeitung, (kultursensible) Resilienz, Tagesstruktur sowie Alltagsgestaltung zu stärken.

Bei Bedarf arbeiten wir bei unseren Schulungen auch mit Dolmetscherdiensten zusammen. Kurzum, wir sorgen dafür, dass Eltern und Kind nach dem Pflegekurs bei uns kompetent und angstfrei nach Hause gehen können – und damit nachhaltig entlastet sind. Dafür bieten wir den Familien hier bei uns ein Zuhause auf Zeit, einen sicheren Raum zum Üben, Fragen und Kraft-Tanken. Bei Bedarf nehmen wir auch Geschwisterkinder mit bei uns auf, denn sie sind wichtiger

Teil des Familiensystems. Auch Angehörige, die zu Hause in die Versorgung mit eingebunden sein werden, können wir mit schulen. So können Familien ihren Alltag zu Hause sicher, selbstbestimmt und mit mehr Zuversicht gestalten.

Unsere modern und liebevoll eingerichteten Familienzimmer mit eigenem Bad sind auf die besonderen Bedürfnisse unserer Gäste zugeschnitten und laden dazu ein, dass sich Eltern und Kind während ihres Aufenthalts bei Ülenkinder wohl und „fast wie zu Hause“ fühlen, dass sie zur Ruhe kommen und gleichzeitig gut, in ihrem eigenen Tempo, lernen können. Die Cafeteria des angrenzenden Krankenhauses kann für eine Mittagspause genutzt werden und unsere Gemeinschaftsküche bietet viel Platz für gemeinsames oder eigenes Kochen. Unsere Aufenthalts- und Spielbereiche eignen sich hervorragend für Bewegung, Begegnungen oder um Besuch zu empfangen und die schöne, ruhige Lage direkt am Alsterlauf ist ideal für Spaziergänge und kleine Auszeiten. Die nahegelegenen Spielplätze sind immer ein Highlight, auch für Geschwisterkinder.

Darüber hinaus sind wir Ülenkinder Teil eines starken Versorgungsnetzwerks für Kinder mit komplexem Pflegebedarf. Wir arbeiten eng mit Kliniken, Kinderarztpraxen, Pflegediensten, Jugend- und Gesundheitsämtern sowie vielen weiteren Partner*innen daran, die häusliche Versorgung nachhaltig zu stärken.

Silke Finsterwalder, Ülenkinder gGmbH

Kontakt:

Ülenkinder gGmbH
Orchideenstieg 12, 22297 Hamburg
Tel.: 040-4666-42405
post@uelenkinder.hamburg
www.uelenkinder.hamburg



Pflegegrad Glück

Ein Podcast über den Alltag pflegender Eltern

Wenn pflegende Eltern sich einsam fühlen, dann gibt es einen Ort, an dem sie aufgefangen werden. Und dieser Ort heißt Pflegegrad Glück. Es ist der Podcast einer pflegenden Mutter, Claudia Staudt, die andere pflegende Elternteile einladen möchte, ihren Gedanken und Gefühlen zu lauschen – als würde man gemeinsam auf dem Sofa im Wohnzimmer sitzen und sich gegenseitig das Herz ausschütten.

Hier sprechen keine Expert*innen, hier sprechen Menschen in einer ähnlichen Situation. Andere pflegende Eltern kommen zu Wort, aber auch Claudias Tochter Lena, die 13 Jahre alt ist und mit einer Zerebralparese im Rollstuhl sitzt, ist mal am Mikrofon zu hören. Offen, ehrlich und authentisch berichtet Pflegegrad Glück vom Leben und Alltag pflegender Eltern, ihren Herausforderungen, Gefühlen und Erfahrungen einschließlich aller emotionaler, sozialer und organisatorischer Aspekte.

Host Claudia Staudt möchte mit ihrem Podcast Mut machen und Perspektiven teilen. Zeigen, dass Pflege trotz großer Belastungen auch Glücksmomente und schöne Seiten haben kann. Sie zeigt Fehler im System auf, informiert, vernetzt und fördert den Austausch zwischen betroffenen Eltern.

Der Titel Pflegegrad Glück spielt bewusst mit der Idee, dass Pflege nicht nur Frust oder Belastung bedeutet, sondern auch positive Erfahrungen, Verbundenheit und Sinn beinhalten kann – gerade in einer Lebenswelt, in der vieles oft unsichtbar bleibt.

Claudia Staudt, Journalistin, Texterin, Autorin



Alle bislang erschienenen Folgen gibt es kostenfrei auf Spotify oder Podigee.
Auf der Instagram-Seite [@pflegegrad_glueck](https://www.instagram.com/pflegegrad_glueck) werden die jeweils neuen Folgen angekündigt.

VERANSTALTUNGEN UND TERMINE

Unsere Informationsveranstaltungen werden online per Zoom durchgeführt. Bitte melden Sie sich über unsere Homepage mit dem Anmeldeformular an. Kurz vor Beginn erhalten Sie die Daten zur Einwahl per E-Mail zugesendet.

Wir freuen uns, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!



**Auftakt-Veranstaltung digitales Selbsthilfenetzwerk
für pflegende Eltern online per Zoom 16.06.2026**

Fachtag „Recht haben – Recht bekommen“ in Kiel 07.11.2026

Gemeinsam stark mit Behinderung:

Unsere Mitgliedsorganisationen vor Ort

In ganz Schleswig-Holstein bieten 20 Mitgliedsorganisationen vor Ort Hilfe zur Selbsthilfe. Menschen in einer ähnlichen Lebenssituation tauschen sich hier aus und unterstützen sich gegenseitig.

Die Kontaktdaten der Mitgliedsorganisationen finden Sie auf
www.lvkm-sh.de



Impressum

Ausgabe 1/2026

Herausgeber:

Landesverband für körper- und mehrfachbehinderte

Menschen Schleswig-Holstein e.V.

Boninstraße 3–7, 24114 Kiel

Tel.: 0431-90889910, Fax: 0431 90889916

E-Mail: info@lvkm-sh.de, Internet: www.lvkm-sh.de



Redaktion: Ilka Pfänder, Katja Schweckendiek, Miriam Hornung

Gestaltung: schmidtundweber, Kiel

Bildnachweis: lvkm-sh, iStock, kalig/iStock, Akademie am See, Rett-Syndrom Elternhilfe Landesverband Nord e.V., Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte im Kreis Pinneberg e.V., Verein zur Förderung behinderter Menschen im Kreis Schleswig Flensburg e.V., Mixed Pickles e.V., Ülenkinder gGmbH, Claudia Staudt, vielfalt.SH

Druck: WIRMachenDRUCK