

FORUM



Selbst im kleinsten Tautropfen kann sich die ganze Sonne widerspiegeln.

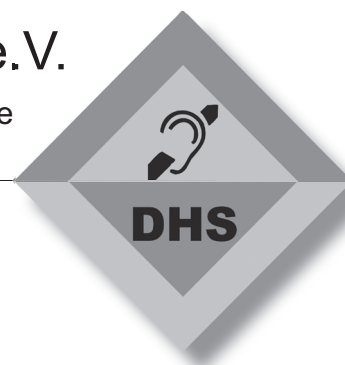
Sprichwort aus Deutschland

Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V.

Gemeinnützige Selbsthilfeorganisation für Schwerhörige und Ertaubte
www.hoerbehindertenselbsthilfe.de

Heft 36 / Winter 2011


Leseprobe





 FORUM 36 / WINTER 2011


Editorial 3
Impressum 6

 BERICHTE AUS DEM VORSTAND


Dank an Kassen und Verbände 6
Spende der DAK 7
Kontakt zum Vorstand 7
DHS-Laufshirt 8
Dank für Laptop-Spenden 9
Auswertung Ideenwettbewerb 10
Schriftführer gesucht 11

 AKTIVITÄTEN DER DHS
RÜCKBLICK 


HuK-Seminar
in St. Wendel 12
HERBSTSEMINAR in Herrnhut 14
Was bringen uns die Seminarfragebögen 15
Schlappohren zu Besuch im Osten 16
REHACARE 2011 19
REHACARE – Öffentlichkeitsarbeit 20
Fingeralphabet und Rasselmatz 22

 AKTIVITÄTEN DER DHS
VORSCHAU

HuK-Seminar 2012 23
HERBSTSEMINAR 2012 24
SPRECHERSEMINAR 25




 AKTIVITÄTEN DER DHS
WERKSTATT

 
Moderatorenschulung 28
Endlich online – und nun? 30

 SCHEINWERFER

Psychologische
Grundlagen der
Tinnitus-Akzeptanz 32 

 ERLEBTES

  
Nachruf für
Rolf Röschmann 42
Ausflug zur BUGA in Koblenz 44
Schwerhörig und alkoholkrank 45
Schwerhörigensport trifft DHS 47
Kuchenverwirrung in Koblenz 48
Literaturseminar in Nieheim 49
Schlappohren
zum Abschluss freigegeben 50

 AUS DEN SELBSTHILFEGRUPPEN

 
10 Jahre
Selbsthilfegruppe Darmstadt 52
Lebensfreude pur tanken 54
Hörtest mit Folgen 56
Ein Silberschweif
aus Lemgo 56

 AUS DEN REHA-EINRICHTUNGEN

Rehazentrum Bad Berleburg
Interview mit Dr. Wolfgang Pollinger 58
Reha-Zentrum Rendsburg
Interview mit Olaf Biemann 62
Begegnungen am Kanalufer 65



PRAKTISCHES

Behinderte
Kommunikation
durch Hör- und
Verstecktaktik 66

Gebärdensprache?
Brauch' ich nicht – oder doch??? 71

Löffelsteif 72

Dr. Ursula von der Leyen:
Der Aktionsplan 75

Psychische
Erkrankungen
durch Hörminderung? 76

Almuth und die
Rentenversicherung –
Hörgeräte 78

Almuth und die
Rentenversicherung –
Weiterbildung 79

Stolpersteine im Leben
eines Schlappohrs 80



Unser besonderer Dank

gilt den Firmen und Einrichtungen, die uns
in dieser Ausgabe mit einer Anzeige unter-
stützt haben:

MediClin Bosenberg Klink
66606 St. Wendel 31

Median Kaiserberg-Klinik
D-61231 Bad Nauheim 57

HELIOS Reha-Zentrum »Baumrainklinik«
57319 Bad Berleburg 61

Reha-Zentrum für Hörgeschädigte
24768 Rendsburg 63

PELO Hörsysteme
93197 Zeitlarn 65

HELIOS Stiftsbergklinik
87730 Bad Grönenbach 67

Reha Com Tech
www.reha-com-tech.de 73

Humantechnik GmbH
79576 Weil am Rhein 81



ADRESSEN

Mailadressen 83

Kontaktanschriften der SHGs 86



FORMULARE

Seminaranmeldungen 27

Änderungsmitteilung 87

Mitgliedsantrag für die DHS 89

Notfall-Fax 92

Bildnachweis

Titelbild und
Rückseite:
Doris Paas



Redaktionsschluss

für das FORUM 37
ist der

15. April 2012

Bitte nicht vergessen!

Beiträge bitte an
redaktion@hoerbehindertenselbsthilfe.de



Liebe Mitglieder und Freunde der DHS:

Das Jahr neigt sich dem Ende zu. Zeit für einen Rückblick: Was war gut, was kann noch verbessert werden?

Es gibt – wie so oft im Leben – eine gute und eine nicht so gute Nachricht. Zunächst die Gute:

Wir haben es geschafft. Trotz der Schwierigkeit, die Sachlage und Notwendigkeit der vom Vorstand aufgerufenen Spendenaktion aufzuzeigen, haben wir in relativ kurzer Zeit unser Ziel erreicht. Die Spender haben die anvisierte Summe von 5000 € – und sogar etwas mehr – zusammengetragen. Wir empfinden dieses Ergebnis als ganz großen Erfolg und vor allem als Anerkennung für die Arbeit des Vorstandes. Dabei ist uns jede Spende gleich viel wert, egal, ob 3 € oder 1.000 €. In erster Linie geht es um das gemeinsame Ziel, dass der Vorstand in die Lage versetzt wird, seine vielfältigen und nicht immer einfachen Aufgaben zu erfüllen. Jetzt können wir einheitliche Technik anschaffen, die uns die Arbeit erleichtert. Wir werden weiter berichten. An dieser Stelle möchte sich der Vorstand herzlich bei allen Spendern bedanken. Ihr habt Großartiges geleistet.

Nun zur kummervollen Neuigkeit: Wir sind abermals auf der Suche nach einem neuen Vorstandsmitglied. Nach gut einem Jahr Vorstandstätigkeit hat Barbara Paul aus gesundheitlichen Gründen ihren Rücktritt als Schriftführerin der DHS erklärt. Eine ungeplante Amtsniederlegung schmerzt immer. Im Namen des Vorstandes bedanke ich mich recht herzlich bei Barbara für ihre engagierte Vorstandsarbeit, insbesondere für die Organisation und Durchführung der REHACARE in Düsseldorf, aber auch für die Anzeigenbearbeitung und Gewinnung neuer Anzeigenkunden für das FORUM, den Protokolldienst, sowie die Betreuung unserer Mitglieder auf dem Hör- und Kommunikationsseminar mit der DTL, um nur einige Aufgaben zu nennen. Wir wünschen Barbara alles Gute für ihren weiteren Lebensweg.

Gleichzeitig rufen wir aktive Mitglieder dazu auf, sich für die wichtige Funktion des Schriftführers beim Vorstand zu bewerben (siehe Seite 11).

Wir würden uns sehr freuen, wenn das Amt zum 01.01.2012 neu besetzt werden könnte, damit die Aufgaben nicht nur auf wenigen Schultern lasten.



Die Arbeit geht natürlich weiter. In diesem FORUM findet ihr Hinweise zum HERBST-SEMINAR/Vereinsjubiläum 2012 (siehe Seite 24) und dem SPRECHERSEMINAR 2012 mit dem interessanten und immer aktuellen Thema »Gewaltfreie Kommunikation« (siehe Seite 25).

Auch im PORTAL tut sich einiges. Die nächsten Wanderungen am Niederrhein bzw. in Rendsburg werden von aktiven Mitgliedern geplant. Sehr viele Sachthemen werden besprochen, wie z.B. die CI-Versorgung. Es lohnt sich also immer wieder, im PORTAL oder auf unserer neuen Webseite nachzusehen, was es Neues gibt. Noch kein Zugang zum PORTAL? Dann einfach registrieren, und schon gibt es neben viel Austausch auch viele Kontakte ...

Nun bleibt mir – nach einem ereignisreichen Jahr – auch im Namen meiner Vorstandskollegen euch alles Gute und ein besinnliches Weihnachtsfest zu wünschen. Kommt gesund in das neue Jahr und bleibt uns gewogen. Unser Hauptanliegen ist, unseren Mitgliedern eine Plattform zu bieten, auf der sie sich austauschen können und verstanden fühlen, um wieder mehr oder neue Lebensfreude zu empfinden.

In diesem Sinne freue ich mich auf hoffentlich viele Begegnungen im neuen Jahr.

Mit herzlichen Grüßen

euer



Dieter Schla-



Es ist da, es ist DHS-gelb, es sieht superschnell aus:

Das Laufshirt

von Helmar Bucher



Funktional im Material, optisch herausragend und mit dem Siegerspruch von Steffi aus der PORTAL-Umfrage, sowie dem Siegerlogo aus dem Ideenwettbewerb.

Und so sieht das Teil aus:



Bei der Mitgliederversammlung in Herrnhut konnte das Muster-Shirt erstmals vorgestellt werden. Man fühlt sich echt gut darin. Probiert es selbst aus.

Wie die Shirts bei den Ständdienstlern auf der REHACARE ist es gedacht, auf (Lauf-) Veran-

staltungen auf die DHS hinzuweisen. Ein besonderer weiterer Anlass ist das Jubiläumsjahr 2012.

Am schönsten ist es bekanntlich in der Gruppe, und so lebt die Idee weiter, dass sich Läuferinnen und Läufer auf einer Laufveranstaltung, vielleicht auch mehreren, mit diesem Outfit beteiligen und gemeinsam mit und für die DHS laufen. Karin Dötsch und ich haben das fest eingeplant und hoffen noch auf weitere Akteure.

Das Shirt eignet sich auch zu Hause als Sport- und Freizeitshirt. Anders als bei den REHACARE-Shirts müssen die Lauf-Shirts privat bezogen und bezahlt werden und verbleiben als Eigentum beim Mitglied. Kosten auf Anfrage, weil auch von der Art des Shirts abhängig. Ich stelle bei Bedarf gerne eine Liste mit möglicher Auswahl (Polo- oder T-Shirt, Material, Größe) zur Verfügung.

Bei Interesse am gemeinsamen Laufen und bzw. am Shirt bitte bei mir melden, meine Kontaktdaten stehen im FORUM auf Seite 7.

Auf rege Nachfrage freut sich

Helmar

Aus 19 Vorschlägen stimmten 50 Portaler ab, und der Siegerspruch wurde ermittelt:

Mit der DHS läuft's einfach besser!	11
Schlappe Ohr'n mit flinken Füßen, die DHS läßt herzlich grüßen	10
Es HÖRT nicht auf – 25 Jahre DHS LAUFEND besser	8
DHS-Schlappohren gemeinsam auf dem Weg.....	5
Selbsthilfe ist laufend Gewinn an Lebensqualität	3
Ich hör' nix Willste was – überhol' mich, guck mich an. Achte auf Dein Mundbild. Schaffst Du das nicht vor dem Ziel, bin ich vor Dir	2
Mit der DHS besser zum Ziel.....	2
DHS (Selbsthilfe) ist der Coach für den Marathon des Lebens.....	2

Laufend bewegende Momente nehmen in der DHS (Selbsthilfe) kein Ende.....	2
Lebensqualität ist laufend praktizierte Selbsthilfe.....	2
Uffpasse, Schlappohr rennt.....	1
Von wegen Schlapp (das Ohr dann ganz winzig als Bild oder Wort dahinter?)	1
Mit der DHS laufend weiter.....	1
Marathon ist laufend praktizierte Selbsthilfe.....	0
Halbmarathon – wir helfen laufend mit.....	0
Mit der DHS, laufend gern	0
HÖRbar schnell helfend	0
Schlechte Ohren, gute Beine, Schlappohren lautlos im Ziel	0
Für die DHS, laufend gern.....	0



Hör- und Kommunikationstaktik für Anfänger und Fortgeschrittene Seminarangebot 2012 für Mitglieder (und ihre Partner)

Konzept und Durchführung: Erika Classen, Überlingen



Das A und O der Bewältigung einer Behinderung ist nach wie vor die Annahme der Tatsache, dass ich behindert bin. Erkennen, dass sich hier nie etwas ändert, sondern vielleicht eher Verschlechterungen zu erwarten sind.

Es ist nicht leicht, die Tatsache zu akzeptieren, nicht mehr »normal« zu sein und auf viele bisher ganz selbstverständliche Dinge verzichten zu müssen. Hörbehinderte stehen hier besonderen Herausforderungen gegenüber und machen sich nicht selten einen Großteil des erlebten Stresses selber – ohne sich dessen bewusst zu sein! Ziel des Seminars ist, die Kommunikationsfähigkeit Hörbehinderter zu verbessern und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Was kann jeder für sich selber tun?

- Wie verhalte ich mich anderen Menschen gegenüber bzw. wie erkläre ich, was ich zu einer optimalen Kommunikation brauche?
- Weiß ich das überhaupt selber?
- Wie funktioniert Hören und Verstehen?
- Was haben die anderen vier Sinne mit dem Hören und Verstehen zu tun?
- Wie kann ich meine Sinne schärfen und Hör- und Kommunikationstaktik üben?
- Kenne ich meine Grenzen und wie gehe ich mit diesem Wissen um?

Das sind nur einige Fragen, für die wir im Verlauf des Wochenendes gemeinsam Antworten finden wollen. Neben der Vermittlung von Grundlagen in der Hör- und Kommunikationstaktik haben die Teilnehmer Gelegenheit, ihre Erfahrungen zu diesem Thema einzubringen und zu diskutieren. Als Grundlage dient uns die sog. Kommunikationsbrücke, die wir zusammen selber »erbauen« wollen. Dazu gehört u.a. auch der Erfahrungsaustausch. Jeder entwickelt ja seine eigenen Strategien für den Alltag, am Arbeitsplatz.

Aufbauend auf das Erarbeitete werden wir versuchen, mögliche eigene Fehler im Verhalten

aufzuspüren oder zu zeigen, wie kommunikative Situationen optimal beeinflusst werden können. Neben Rollenspielen und Wahrnehmungsübungen wollen wir auch das Kreative und die Entspannung nicht zu kurz kommen lassen. Bewährt hat sich innerhalb dieser Seminare auch ein Vortrag zu technischen Hilfsmitteln, der von der Klinik angeboten wird. Für die Teilnehmer wird es viele Anregungen für den privaten und beruflichen Bereich geben. Manches kann gleich vor Ort ausprobiert werden.

Da der Ablauf der Seminare sehr abhängig von den Teilnehmern selber ist, von ihren Bedürfnissen, Wünschen und Erfahrungen, wird jedes Seminar anders verlaufen – aber immer wieder spannend sein. In möglichst entspannter Runde das doch sehr intensive Thema Hör- und Kommunikationstaktik zusammen angehen zu können, die Teilnehmer mit vielen »Aha«-Erlebnissen in den Alltag zu entlassen, ihnen viele Anregungen mit auf den Weg zu geben und so für Erleichterungen in der täglichen Kommunikation zu sorgen – das ist das Ziel für dieses Wochenendes.

Termin: 26.04. bis 29.04.2012

Ort: HELIOS Reha-Zentrum Bad Berleburg Baumrainklinik

Ablauf: Anreise Donnerstag bis ca. 17.30 Uhr

Ende: Sonntagnachmittag ab ca. 14.00 Uhr

Kosten: Die Seminargebühren tragen DTL/DHS. Die Teilnehmer bezahlen nur ihre Aufenthaltskosten (voraussichtlich ca. 155 € für 3 Nächte/VP). Die Baumrainklinik stellt uns dankenswerterweise kostenlos Räumlichkeiten und Technik zu Verfügung. Wir übernachten im Landhaus Wittgenstein, das liegt etwas über 2 km von der Klinik entfernt.

Organisation: Das Seminar findet statt bei 8 Anmeldungen; Höchstteilnehmerzahl 14 Personen (jeweils 7 aus jedem Verband); Anmeldung bitte bis spätestens **1.3.2012** bei Helmar Bucher (Adresse und Fax siehe Seite 27) oder per Email: HuK2012@Hoerbehindertenselbsthilfe.de.



Das Jubiläumsjahr 2012 – Was ist der Kitt, der uns zusammenhält?

Leute – das ist absolut Wahnsinn. Mit unserem Aufruf im letzten TICKER, euer Teilnahmeinteresse für das Jubiläums-HERBSTSEMINAR und Feier zu signalisieren, trafen wir euern Nerv. Ziel der Aktion sollte sein, herauszufinden, wie viele Leute denn überhaupt in den hohen Norden nach Rendsburg kommen würden.

Der Vorstand hatte im Vorfeld mit einem großen Interesse gerechnet. Die eingegangenen Meldungen übertrafen dann weit unsere Erwartungen. Wenn sich zum verbindlichen Anmeldezeitpunkt auch wirklich alle der ca. 100 Mitglieder anmelden, dann steht uns im Jahr 2012 ein Mega-Ereignis bevor, welches in die Vereinsgeschichte eingehen wird.

Eine ganze Reihe unserer Mitglieder verlängert die Reise in den hohen Norden mit einem Urlaub. Die PORTALER diskutieren eine (Rad)Wanderung vor dem Großereignis. Da wird sicher zu gegebener Zeit noch einiges ins Rollen kommen.

Dem Vorstand ist bewusst, dass die Veranstaltung einen gewaltigen Kraftakt bedeutet, den wir – zumal die Riege im Moment nicht vollzählig ist – nicht ohne viele Helfer stemmen können. Deshalb hatte sich Ines Reimann Mitte Oktober nach Rendsburg begeben, um das Angebot einiger »Nordlichter« zur Hilfe und Unterstützung bei der Orga zu koordinieren. Für die Fördermittelantragstellung müssen verbindliche Kostenangebote eingeholt werden, Konzepte müssen erarbeitet werden und und und ...

Wertvolle Unterstützung bei der Vorbereitung und Durchführung werden wir durch das Reha-Zentrum für Hörgeschädigte Rendsburg erfahren. Vor Ort gibt es Mitglieder, die dem Vorstand aktiv zur Seite stehen werden. Für die Mitarbeit im Orga-Team haben sich bereit erklärt: Barbara Lehmann, Katrin Hastedt, Kai Dethlefs, Dr. Verena Fink und Ingrid van Santen (siehe Foto). Dafür schon jetzt an dieser Stelle der herzlichste Dank des Vorstands im Namen der Mitglieder.

Zum jetzigen Zeitpunkt können wir im FORUM erst ein grobes Konzept für das Jubiläumswochenen-

de in Rendsburg veröffentlichen. In den nächsten Wochen und Monaten geht's um die Feinarbeiten.

Am konkreten Thema des HERBSTSEMINARS feilen wir im Moment noch kräftig, bis Redaktionsschluss können wir noch keine fertige Überschrift liefern. Im Mittelpunkt des HERBSTSEMINARs soll die Erfindung der Rendsburger stehen: Hörtaktik und Verhaltenstraining. Vor 1983 wurden gerade diese Fragen für Hörgeschädigte nirgends behandelt.

Der Geist von Rendsburg ist gerade in der DHS allgegenwärtig. Wir wollen erreichen, dass ihn alle Teilnehmer (wieder) entdecken.

Auf Grund des hohen Interesses an der Veranstaltung werden wir in vier Gruppen arbeiten. Der Erfinder des Rendsburger Konzepts – Uli Hase – hat sich bereiterklärt, als Hauptreferent zur Verfügung zu stehen. Die Mitarbeiter des Reha-Zentrums für Hörgeschädigte, Olaf Biemann, Lorenz Lange und Anja Kehring, werden zusätzlich die Gruppenarbeit übernehmen.

Hier also unsere Pläne:

Donnerstag, 20.09.12

- Anreise
- Übernachtung im Nordkolleg Rendsburg und in weiteren Hotels in RD

Freitag, 21.09.12

- Workshop / Freizeittag

Pläne derzeit:

- LBG Schnupperrunde, Tanzkurs, TESS stellt sich vor, Entspannung (Basteln und/oder Qi Gong), Stadtführung RD
- Am Abend lockeres Beisammensein am Lagerfeuer

Samstag, 22.09.12

- HERBSTSEMINAR
- Aufgrund der zahlreich zu erwartenden Anmeldungen werden wir in vier Arbeitsgruppen mit den Referenten des Reha-Zentrums für Hörbehinderte arbeiten.
- Am Abend: Jubiläumsfeier 25 Jahre Hörbehindertenselbsthilfe

Sonntag, den 23.09.12

- Mitgliederversammlung der DHS
- Abreise nach dem Mittagessen



Weitere Informationen zu Inhalten, Anmeldeprozedere usw. geben wir euch im TICKER bekannt. Bis dahin dürft ihr euch gern die Vorfreude auf 2012 erhalten mit der Sicherheit, dass der Vorstand und die erweiterte Orga-Riege alles tun werden, damit das Mega-Ereignis im Jubiläumsjahr ein unvergessliches sein wird. Wir freuen uns schon jetzt auf euch und bitten euch darum, alle weiteren

Informationen aufmerksam zu verfolgen. Für eventuelle Fragen im Vorfeld könnt ihr gern die Kontaktadresse verwenden:

Jubilaeum@Hoerbehindertenselbsthilfe.de

Im Auftrag des Vorstands

Jues Reimann

16. DHS-SPRECHERSEMINAR 17. bis 20. Mai 2012

in Zusammenarbeit mit der Helios Klinik Am Stiftsberg Bad Grönenbach/Allgäu

Thema: »Gewaltfreie Kommunikation (GfK)« – vom Gegeneinander zum Miteinander

Referent: Jochen Müller (Dipl.-Sozialarbeiter)

Marshall B. Rosenberg (MBR), der Begründer und Lehrmeister der »Gewaltfreien Kommunikation« (GfK), erlebte in seiner Kindheit durch eine Gewalterfahrung in Amerika bei einem Rassenkrieg zwischen Schwarzen und Weißen, dass auch ein Name (er ist Jude) genauso gefährlich sein kann wie eine Hautfarbe.

Dieses Ereignis war für ihn so prägend, dass ihn seitdem zwei Fragen nicht mehr losließen: »Was geschieht genau, wenn wir die Verbindung zu unserer einfühlsamen Natur verlieren und uns schließlich gewalttätig und ausbeuterisch verhalten? Und umgekehrt, was macht es den Menschen möglich, selbst unter schwierigsten Bedingungen mit ihrem einfühlsamen Wesen in Kontakt zu bleiben«.

Aus der Suche nach Antworten wurde eine Forschungsarbeit, in deren Verlauf die GfK entstand. Den Begriff Gewaltfreiheit definiert er im Sinne von Gandhi, der damit unser einfühlsames Wesen meint, das sich wieder entfaltet, wenn die Gewalt in unserem Herzen nachlässt. Auch wenn wir unsere Art zu sprechen vielleicht nicht als »gewalttätig« betrachten, führen unsere Worte oft zu Verletzung und Leid – bei uns selbst oder bei anderen. Von daher spricht man bei der GfK auch von »Einfühlsamer Kommu-

nikation, Sprache des Herzens, Verbindende Kommunikation«.

Die GfK als Konfliktmanagement in der direkten Auseinandersetzung, im Dialog von Mensch zu Mensch, kann überall eingesetzt werden. Sie ist keine Technik, mit der man das Handeln anderer Menschen beeinflussen kann, sondern basiert auf einer wertschätzenden Grundhaltung in der Kommunikation mit anderen Menschen. Die GfK möchte uns eine Art der Kommunikation vermitteln, die uns Stärke und Freude gibt. Sie möchte zeigen, wie wir unsere Ausdrucksweise und unser Zuhören durch die Fokussierung unseres Bewusstseins auf vier Bereiche umgestalten können; was wir beobachten, fühlen und brauchen und worum wir bitten wollen, um unsere Lebensqualität zu verbessern.

Die GfK zu erlernen, ist eine ähnliche Herausforderung, wie das Erlernen einer Fremdsprache. Zunächst müssen gewisse Grundkonzepte verstanden werden – sozusagen die Grammatik erlernt werden. Von daher kann dieses Seminar nur eine Einladung zum Schnuppern sein.

Nach einer Einführung in die Grundlagen der GfK werden wir zum besseren Verständnis praktische Übungen machen. Sehr willkommen





Worte sind Fenster (oder sie sind Mauern)

Ich fühle mich so verurteilt von deinen Worten,
 Ich fühle mich so abgewertet und weggeschickt.
 Bevor ich gehe, muss ich noch wissen,
 Hast du das wirklich so gemeint?
 Bevor ich meine Selbstverteidigung errichte,
 Bevor ich aus Verletzung und Angst heraus spreche,
 Bevor ich diese Mauer aus Worten baue,
 Sage mir, habe ich richtig gehört?
 Worte sind Fenster oder sie sind Mauern,
 Sie verurteilen uns oder sie sprechen uns frei.
 Wenn ich spreche und wenn ich zuhöre,
 Licht der Liebe, scheine durch mich hindurch.
 Es gibt Dinge, die ich sagen muss,
 Dinge, die mir soviel bedeuten.
 Wenn sie durch meine Worte nicht klar werden,
 Hilfst du mir, mich freizusprechen?
 Wenn es so schien, als würde ich dich niedermachen,
 Wenn du den Eindruck hattest, du wärst mir egal,
 Versuch' doch bitte, durch meine Wort hindurch zu hören
 Bis zu den Gefühlen, die wir gemeinsam haben.

(Ruth Bebermeyer)

sind Beschreibungen selbst erlebter Situationen, in denen man verbaler Gewalt ausgeliefert war, sei es mit der Folge von Verletzungen, Enttäuschungen, Diskriminierungen, Wut, Ärger, Ohnmacht etc. In Form von Rollenspielen werden wir die beschriebenen Situationen »erleben« und gemeinsam Vorschläge und individuelle Lösungen im Sinne der GFK erarbeiten.

Hinweis: Einige Textpassagen sowie das Gedicht sind dem Buch von MBR »GFK – Eine Sprache des Lebens« entnommen.

Wie in den Vorjahren ergänzen wir unser Seminar-Angebot durch die inzwischen schon traditionelle Diskussionsrunde am RUNDEN TISCH SHG, einer Initiative der DHS, die für bereits bestehende Gruppen Gelegenheit zum Informationsaustausch bietet und neuen Gruppen(leitern) erste Anleitungen aus der Praxis geben soll. Der RUNDE TISCH SHG lebt im Wesentlichen davon, dass sich alle Teilnehmer mit ihren Fragen und Erfahrungsberichten einbringen, und so immer wieder praktische Selbsthilfe-Arbeit vermittelt und geleistet werden kann.

RUNDER TISCH SHG:

Freitag, 18.05.12 (09.00 bis ca. 16.00 Uhr)

Teilnehmer: mindestens 6, maximal 15

Wir sind uns bewusst, dass wir mit diesem SPRECHERSEMINAR-Thema das Interesse von vielen Mitgliedern wecken. Wir weisen darauf hin, dass sich das Angebot vornehmlich an SprecherInnen von Selbsthilfegruppen bzw. deren VertreterInnen wendet. Mitglieder, die beabsichtigen, eine SHG zu gründen, sind ebenfalls herzlich willkommen. Interessenten, die keine SHG leiten, werden zunächst auf eine Warteliste gesetzt und können bei freien Plätzen nachrücken. Wir wünschen uns Verständnis für diese Regelung und bitten um baldige Anmeldung, da beim letzten Seminar die Plätze schnell ausgebucht waren.

Kosten: Teilnahmegebühren Seminar inkl. Unterkunft/Vollverpflegung:

Do bis So: 180,00 Euro für DHS-Mitglieder

Fr bis So: 160,00 Euro für DHS-Mitglieder

Aufpreis für Nicht-Mitglieder: 90,00 Euro

Die Pauschale inkl. Mittagessen für Tagesgäste am RUNDEN TISCH beträgt 20 €.

Wir sind voraussichtlich alle wieder im Hotel Allgäu Resort mit Übernachtung/Frühstück untergebracht. Das Mittag- und Abendessen erfolgt aus Kostengründen in diesem Jahr im Rahmen der Klinikversorgung im Speisesaal der Klinik. Die diesbezüglichen Abstimmungen mit der Klinik in Bad Grönenbach sind noch nicht abgeschlossen. Die Preise gelten vorbehaltlich der Genehmigung der beantragten Fördermittel durch die Krankenkasse. Über die endgültigen Preise werden wir euch rechtzeitig informieren.

Die Anmeldung zu dieser Veranstaltung ist verbindlich; bei Absagen, für die kein Ersatz gestellt werden kann, müssen wir Stornogebühren in Höhe von 50,- Euro berechnen. Dafür bitten wir um Verständnis.

Für das Seminar hat die DHS wieder Fördergelder beantragt; je nach Bewilligung können wir Zuschüsse zu den Fahrtkosten zahlen; eine Entscheidung darüber fällt wegen der Zuteilung der Förderung allerdings voraussichtlich erst sehr kurzfristig vor dem Seminar.

Anmeldungen bitte per Post, Fax oder E-Mail an **Sprecher2012@Hoerbehindertenselbsthilfe.de**. (siehe Formular Seite 27)

Anmeldeschluss: 10. April 2012



Hör- und Kommunikationstaktik für Anfänger und Fortgeschrittene

Gemeinschaftsseminar von DTL und DHS

26.4. – 29.4.2012 (Seminarbeschreibung Seite 23)

Anmeldung über Helmar Bucher

Post: Kirchäcker 7, 78652 Deißlingen

Telefon: (0 74 20) 29 00

Fax: (0 74 20) 91 09 11

E-Mail: HuK2012@Hoerbehindertenselbsthilfe.de

Anmeldeschluss: 1.3.2012

Bezahlung der Teilnahmegebühren vor Ort



16. DHS-SPRECHERSEMINAR

Thema: Gewaltfreie Kommunikation (GFK) – vom Gegeneinander zum Miteinander

(Seminarbeschreibung Seite 25)

17. – 20.5.2012
(Do-So)

18. – 20.5.2012
(Fr-So)

18.5.2012
(RUNDER TISCH SHG)

Ich bin SprecherIn der SHG _____

Ich bin Sprecher-VertreterIn SHG _____

Ich beabsichtige, eine SHG zu gründen

Ich bin Mitglied, bitte auf Warteliste setzen

Anmeldung über Dieter Schaal

Post: Lauterburgstraße 28, 96486 Lautertal

Tel: (0 95 61) 5 93 23

E-Mail: Sprecher2012@Hoerbehindertenselbsthilfe.de

Anmeldeschluss: 10.04.2012

Kennwort: Sprecherseminar 2012

Ich melde mich verbindlich zum oben angekreuzten Seminar an:

Name	Vorname
Straße/Nr.	PLZ, Ort
Fax	Unter dem angegebenen Stichwort überweise ich den Teilnahmebeitrag von _____ auf das Konto bei der Bank für Sozialwirtschaft BLZ 251 205 10 Kontonummer 7 485 700
E-Mail	
Datum:	Unterschrift:



Protokoll: Kuchenverwirrung in Koblenz

von Livia Grupp

Ein Café an der Rheinpromenade in Koblenz. Die Kellnerin kommt zum Tisch, ohne Karte, dafür mit Notizblock und Kuli, sie blickt in die Runde. Vier Frauen und ein Herr schauen sie erwartungsvoll an.

Eine der Frauen, Frau G., ergreift die Initiative: »Ich hätte gerne einen Erdbeerkuchen ... und einen Cappuccino.«

Kellnerin leise: »Mit Sahne?«

Frau G.: »Wie bitte?« Dann nach logischer Kombination »Ohne Sahne!«

Der nächste Gast ist dran, Frau B.: »Für mich bitte auch Cappuccino und Erdbeerkuchen – aber mit Sahne!«

Die Frau daneben, Frau K.: »Ich hätte gerne auch Cappuccino und einen Pflaumenkuchen – ohne Sahne.«

Die Kellnerin blickt irritiert auf: »Wir haben nur Erdbeerkuchen.« Frau K. blickt enttäuscht: »Dann nehme ich nur Cappuccino!«

Der Herr wendet sich jetzt an die Kellnerin: »Ich möchte auch einen Pflaumenkuchen ohne Sahne und einen Cappuccino.«

Verdrücktes Grinsen bei einigen der Gäste. Die Kellnerin blickt verblüfft von ihren Notizen auf und bekräftigt energisch: »Wir haben nur Erdbeerkuchen!«

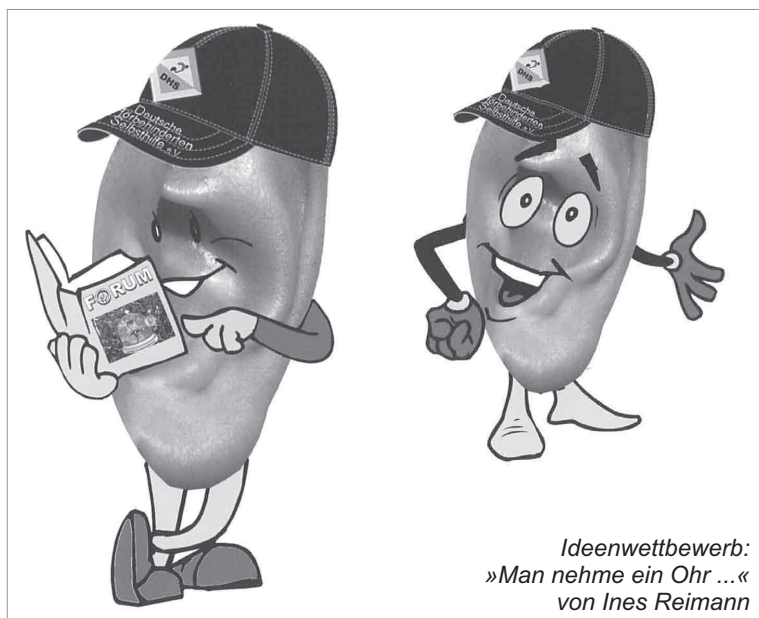
Der Herr bestellt dann auch nur einen Cappuccino.

Nun ist Frau D. dran: »Ich hätte gerne einen Käsekuchen und Cappuccino.«

Jetzt wirkt die Kellnerin aufgebracht: »Wir HABEN NUR ERDBEERKuchen!«

Frau D. blickt ratlos, während die übrigen Gäste fröhlich strahlen. Frau B. bringt es auf den Punkt: »Sagt mal, seid ihr alle schwerhörig!« Lautes Gelächter in der Runde.

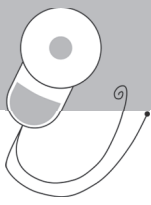
Die Kellnerin verschwindet und kommt kurz darauf wieder zurück, um den verdutzten Gästen zu eröffnen, dass es noch Schwarzwälder-Kirschtorte und Käsesahnetorte gibt.



Ideenwettbewerb:
»Man nehme ein Ohr ...«
von Ines Reimann



Ideenwettbewerb:
»Einkaufschips«
von Elke Gerloff



Gebärdensprache? Brauch' ich nicht – oder doch???

von Meike Böhm, Bilder: Verlag Karin Kestner



Gebärdensprache brauch/brauchen

ich

nicht

oder

doch

Meine ersten LBG-Erfahrungen machte ich vor drei Jahren in Bad Berleburg in meiner Reha – zunächst einfach nur aus Neugier, dann auch, weil es mir Spaß machte und wir uns besser mit unseren gehörlosen Mitpatienten verständigen konnten.

Nach der Reha war das Interesse geweckt – aber in meinem Umkreis niemand da zum Üben. Und die Phoenix-Nachrichten? Die Gebärdendolmetscher dort sind viel zu schnell!

Zwar bietet mein SHG-Leiter Rainer einen LBG-Kurs an, aber die Entfernung nach Darmstadt ist für mich im Feierabendverkehr in der Woche zu weit.

So freute ich mich also sehr, dass die DHS im letzten Jahr einen einwöchigen LBG-Kurs in Rendsburg anbot. Eine Woche mit anderen lieben Schlappohren zusammen sein und gemeinsam Gebärden lernen – super! In Rendsburg wurde mir auch der Nutzen für mich selbst richtig bewusst: Eine Unterhaltung in der lauten Kantine wurde möglich, das Zuhören durch die begleitenden Gebärden entspannter!

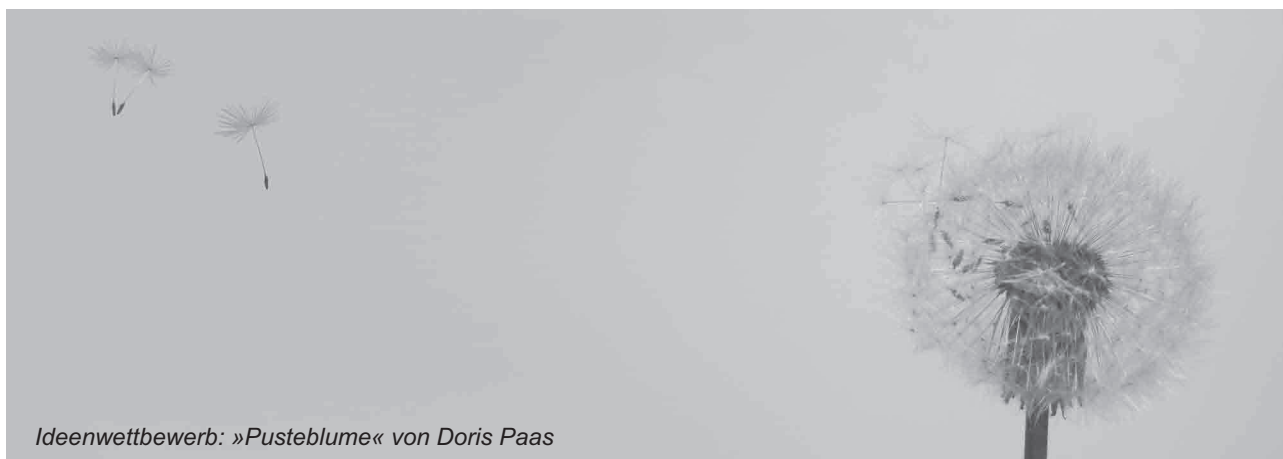
Aber wieder zu Hause? Wir wollten uns zwar wiedertreffen, wohnen aber alle sehr weit auseinander... Was tun? Unsere VHS bietet leider keine Gebärdenkurse an.

Durch eine gehörlose Patientin wurde ich auf das Gehörlosenzentrum in Frankfurt aufmerksam – und fand dort einen Anfängerkurs in DGS. Bereits der erste Kurs dieses Jahr im Mai war für mich eine Offenbarung. Im Gegensatz zu den gut hörenden Teilnehmern war der Unterricht bei einer gehörlosen Lehrerein für mich fast entspannend, weil wir eben alle keine Ohren benutzen konnten – die Pausen mit all den durcheinander redenden Menschen fand ich dagegen sehr anstrengend...

Maggy, unsere Kursleiterin, verstand es, so viel Spaß und Interesse an Gebärden zu wecken, dass wir uns jetzt mit einigen Teilnehmern regelmäßig mit ihr zum Stammtisch treffen. Für mich toll, denn endlich macht ein Kneipenbesuch wieder Spaß, und ich bin »mittendrin«, da sich alle mit Gebärden »abmühen«! Also wieder ein Schritt aus der Isolation, für den ich sehr dankbar bin!

Übrigens dankt es mir tatsächlich auch meine Umwelt, denn ich merke, dass meine Patienten (ich bin Physiotherapeutin) auch davon profitieren. Egal, ob älter und auch schon »etwas schwerhörig« oder ausländische Menschen, die sich mit der deutschen Sprache schwertun – gebärdenunterstützte Sprache ist auch für »Laien« eine Hilfe!





Ideenwettbewerb: »Pusteblyme« von Doris Paas

@ Kontakanschriften von uns bekannten Selbsthilfegruppen

Baden-Württemberg	
Gruppe	Kontakt
Göppingen Gruppe: Fische e.V. Förderkreis zur Integration von Schwerhörigen und Ertaubten e.V. (im DSB-Ortsverein)	Ute Kappl, Schwalbenstraße 10, 73557 Mutlangen Tel. (0 71 71) 7 29 50 Fax: (0 71 71) 77 07 25 Marlene Deschner, Kiefernweg 2, 73095 Albershausen Tel/Fax: (0 7161) 3 18 04
Heidelberg SHG für Schwerhörige und Ertaubte, Heidelberg	Livia Grupp, Katharinenstr. 97, 68199 Mannheim Tel.: (06 21) 43 71 29 84, Fax: (06 21) 43 71 14 80 E-Mail: info@schlappohren-hd.de Webseite: www.schlappohren-hd.de
Heilbronn Gruppe: Heilbronn (im DSB-Ortsverein)	Christian Hartmann, Staßburger Straße 14, 74078 Heilbronn Tel.: (0 70 66) 90 13 43, Fax: (0 70 66) 90 13 44 E-Mail: Christian@Hartmann-HN.de
Hochrhein Gruppe SHG Hochrhein für Schwerhörige und CI-Träger (im CIV-BaWü e.V.)	Udo Barabas, Roossweg 25, 79790 Küssaberg Tel.: (0 77 41) 6 39 05, Fax: (0 77 41) 9 69 79 99 E-Mail: ci-shg-hochrhein@civ-bawue.de
Konstanz Gruppe Konstanz	Ella von Briel, Wahlwieser Straße 4, 78359 Orsingen-Nenzingen, Tel: (0 77 74) 70 36, Fax: (0 77 74) 4 45
Nürtingen Gruppe Selbsthilfegruppe für Schwerhörige und Chochlea-Implantat-Träger Nürtingen	Christl Rall Mühlstr. 11/3, 72622 Nürtingen Tel./Fax: (0 70 22) 21 13 49 E-Mail: christl.rall@gmx.de
Orsingen-Nenzingen Gruppe: Singen-Hegau	Ella von Briel, Wahlwieser Straße 4, 78359 Orsingen-Nenzingen, Tel: (0 77 74) 70 36, Fax: (0 77 74) 4 45
Reutlingen / Tübingen Gruppe Öhrli Treff	Iris Peplau, Bästehardtstr. 32, 72116 Mössingen Telefon-Kontakt und e-mail über Christina Raatz Tel: (0 74 73) 2 67 49, E-Mail: craatz@gmx.de
Stuttgart Gruppe: Stuttgart	Elke Kraft, Lembergstraße 10, 71083 Herrenberg Tel./Fax: (0 70 32) 2 17 11, E-Mail: elkekr@online.de
Waiblingen Gruppe: Fische e.V., Förderkreis zur Integration von Schwerhörigen und Ertaubten e.V. (im DSB-Ortsverein)	Hans Wiener Mühlstraße 6, 73650 Winterbach Tel. (0 71 81) 25 34 59, Fax: (0 71 81) 25 34 59 E-Mail: info@fische-waiblingen.de



Bayern	
Augsburg Gruppe: Augsburg	Hildegunde Kurzmann-Schiller Schubertstraße 61, 86368 Gersthofen Tel./Fax (08 21) 49 32 28, E-Mail: gundi.kurzmann@gmx.de
Bamberg Gruppe: SHG OhrRing Bamberg	Margit Gamberoni, Auf dem Lerchenbühl 34, 96049 Bamberg Tel.: (09 51) 2 53 59, Fax: (09 51) 5 19 16 03 E-Mail: margit.gamberoni@t-online.de
Betzigau Gruppe: SHG Allgäu für CI-Träger	Hannes Fabich, Duracher Straße 30, 87488 Betzigau Tel: (08 31) 7 91 06, Fax (08 31) 5 70 75 92 E-Mail: shg-allgaeu@bavcic.de
Cham Kontaktgruppe für Schwerhörige Cham und Umland	Rosa Braun Blumenstr. 14 a, 93491 Stamsried Fax: (0 94 66) 9 11 13 25, E-Mail: braun.rosa@freenet.de
Coburg Gruppe: SHG für Schwerhörige/ Implantierte Coburg	Dieter Schaal Lauterburgstraße 28, 96486 Lautertal Tel: (0 95 61) 5 93 23, E-Mail: dieter.schaal@web.de
Erlangen Gruppe: SHG Erlangen (Schwerhörige, Ertaube, CI-Träger)	Irmgard Kühne, Ooppelner Straße 13, 91058 Erlangen Tel/Fax: (0 91 31) 3 17 51 E-Mail: HerbertHirschfelder@BB.UNI-Erlangen.de
Miltenberg Gruppe: Miltenberg/Würzburg	Anne Wunderlich, Abt-Blöchinger-Straße 3, 63897 Miltenberg Tel. (0 93 71) 6 87 31, Fax: (0 93 71) 66 09 11 E-Mail: wunderlich.lohmeier@vr-web.de
München Gruppe: München	Herbert Egert, St.-Veith-Straße 24, 81673 München Fax: (0 89) 6 88 25 28, E-Mail: Herbert.Egert@t-online.de
Memmingen Gruppe: Memmingen	Anneliese Mayer, Kolpingstraße 38, 87740 Buxheim Fax. (0 83 31) 7 24 95
Nürnberg Gruppe: Selbsthilfegruppe Öhrli-Treff	Karin Dötsch, Neuselsbrunn 54, 90471 Nürnberg Fax: (09 11) 81 33 65 E-Mail:kdoetsch@t-online.de, Internet: www.oehrlitreff.de
Berlin	
Berlin Gruppe: SHG (Berlin) im HörBIZ für hörgeschädigte Frauen, Senioren, CI-Träger, Ertaubte	Helga Gersonde Breite Straße 3, 13187 Berlin Tel.: (0 30) 47 54 11 15, Fax: (0 30) 47 47 44 84 E-Mail: hoerbiz@01019freenet.de
Hamburg	
Hamburg Gruppe: SHG im BDS e.V.	Wagnerstraße 42, 22081 Hamburg Kontakt über Ingrid van Santen, Tel./Fax: (0 47 65) 3 29 E-Mail: van.santen.alfstedt@t-online.de
Hessen	
Darmstadt Gruppe: Hörbehinderten Selbsthilfe- gruppe Darmstadt - HSD	Rainer Schertler Grundstraße 9, 64289 Darmstadt Fax: (0 61 51) 71 76 38, E-Mail: Rainer.Schertler@t-online.de
Hohenroda Gruppe: SHG für Ertaubte und Schwerhörige mit und ohne CI,Angehörige und Interessierte	Antje Berk Butlarstraße 35, 36284 Hohenroda Fax: (0 66 76) 12 30 E-Mail: antje_berk@web.de
Privatkontakt	Gerta Kühne Fax: (0 61 71) 58 35 58E-Mail: Gerta.Kuehne@web.de



Den Mitgliedsantrag bitte **GUT LESERLICH** weiterleiten an **Ines Reimann**

E-Mail: Ines.Reimann@Hoerbehindertenselbsthilfe.de
Per Post: Konrad-Wachsmann-Straße 26, 02906 Niesky

Auf die DHS wurde ich aufmerksam durch: _____

<input type="radio"/> Als Einzelperson - Jahresbeitrag 25,00 €	<input type="radio"/> Als Selbsthilfegruppe - Jahresbeitrag 50,00 €
<input type="radio"/> Als Ehepaar - Jahresbeitrag 38,00 €	<input type="radio"/> Als Firma/jur. Person - Jahresbeitrag 50,00 €
<input type="radio"/> Als Mitglied der DTL - Jahresbeitrag 15,00 € (bitte Nachweis beifügen)	Mitgliedschaft in der DHS gewünscht ab _____

Name	Vorname(n)
Selbsthilfegruppe	Ansprechpartner
Straße/Nr.	Ort
Geburtsdatum	Bundesland
Tel./St/BT	Fax
E-Mail	Website

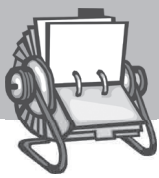
<input type="radio"/> Zahlung durch Überweisung Bank: Bank für Sozialwirtschaft BLZ: 251 205 10 Konto: 7 485 700	<input type="radio"/> Zahlung im Lastschriftverfahren
	Kontoinhaber
<input type="radio"/> Ich wünsche eine Veröffentlichung (Zutreffendes bitte ankreuzen)	Bankinstitut
<input type="radio"/> Meiner E-Mail-Adresse im FORUM	BLZ
<input type="radio"/> Meiner Kontakt- und E-Mail-Adresse auf der Homepage der DHS	Kontonummer
<input type="radio"/> Ich wünsche Informationen zur Anmeldung im DHS-Online-Portal	Ich ermächtige die Deutsche Hörbehinderten Selbsthilfe e.V. für meine Mitgliedschaft in der DHS die jeweiligen Beiträge bei Fälligkeit im Banklastschriftverfahren einzuziehen.
	Datum: _____ Unterschrift: _____

Die Mitgliedsbeiträge sind steuerlich absetzbar. Die Beitragszahlung erfolgt entsprechend der Satzung zum 01. März des jeweiligen Jahres. Weist mein/unser Konto nicht die erforderliche Deckung auf, besteht seitens des kontoführenden Geldinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Die gemachten Angaben zu meiner Person können von der DHS intern im Rahmen der Mitgliederverwaltung gespeichert und verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte ohne meine schriftliche Einwilligung erfolgt nicht. Mir ist bewusst, dass die DHS nicht haftbar ist für etwaige Folgen die sich aus einer Veröffentlichung ergeben.

Datum: _____	Unterschrift: _____
--------------	---------------------



Mecklenburg-Vorpommern	
Puttbus/Rügen - Gruppe Rügen Stralsund - Gruppe SHG Schwerhöriger und Ertaubter Rügen	Marie-Luise Mußhoff 18439 Stralsund, Apolloniensmarkt 10 Tel.: (0 38 31) 28 58 59, Fax: (0 38 31) 28 42 14
Niedersachsen	
Delmenhorst Gruppe: Delmenhorst	Helga Zimmermann, Feuerbachstraße 3, 27753 Delmenhorst Tel.: (0 42 21) 8 48 94, Fax: (0 42 21) 8 074 09 E-Mail: Zimmermann.helga@gmx.de
Delmenhorst Gruppe: CI-SHG Delmenhorst	Lisa Plümer, Fehmarnstr. 31, 27755 Delmenhorst Tel.: (0 42 21) 2 33 32, Fax: (0 42 21) 80 24 12 E-Mail: l.pluemer@t-online.de
Emden Gruppe: Emden	Sonja Renken-Muehlbacher, Rastenburger Str. 18, 26725 Emden Tel.: (0 49 21) 58 67 10, Fax: (0 49 21) 99 78 35 E-Mail: renken.emden@freenet.de
Hannover SHG für Hörgeschädigte an der VHS Hannover	Rolf Erdmann Linzer Straße 4, 30519 Hannover Fax: (05 11) 8 38 65 23, E-Mail: erdmann.rolf@gmx.de
Südergellersen/Heiligenthal Gruppe: Lüneburg	Ingrid Harms, Böhmholzerweg 18, 21394 Südergellersen/Heiligenthal, Fax: (0 41 35) 85 20
Oldenburg Gruppe: SHG Unerhört Sympatisch	Ulla Barthels, 26123 Oldenburg, Junkerburg 21 Fax: (04 41) 59 21 41, E-Mail: shg-sh.ol@web.de
Osnabrück Gruppe: Osnabrück	Heiko Sieburg Wöbekingstraße 42, 49080 Osnabrück Tel/Fax: (05 41) 8 60 14 15, E-Mail: Utastromer@aol.com
Privatkontakt	Christa Mense Kleine Ziegelriede 13 a, 31582 Nienburg Tel.: (0 50 21) 1 29 34
Nordrhein-Westfalen	
Bocholt Gruppe: SHG Bocholt	Regina Klein-Hitpass, Messingsfeld 4, 46499 Dingden Tel.: (02852) 968097, Mobil: (0172) 2856146 E-Mail: rkleinhitpass@aol.com
Dortmund Gruppe: SHG (Dortmund) Schwerhörige u. Ertaubte mit mehrfacher Behinderung NRW	Beate Herdecke Ginsterstraße 13, 44225 Dortmund Fax: (02 31) 4 75 39 61 E-Mail: beate.herdecke@t-online.de
Emsdetten Gruppe SHG für Hörgeschädigte in Emsdetten / Umgebung	Helmut Schlieckmann Kolpingstraße 25, 48565 Steinfurt, Tel.: (0 25 52) 93 10 29 E-Mail: helmutschlieckmann@alice-dsl.net
Erkrath Gruppe: Schlecht Hören? Na klar!	Christine Schiffer, Eichenstraße 19, 40699 Erkrath Fax: (01 21 20) 20 93 51, E-Mail: Yorka@gmx.de
Essen Gruppe: Paargruppe Essen (Gesprächskreis für Hörgeschädigte mit gut hörenden Partnern)	Haus der Begegnung - Raum 217 Weberplatz 1, 45127 Essen Tel. (02 01) 1 76 92 72, Fax: (02 01) 22 21 32
Essen Gruppe SHG Essen (im DSB Ortsverein)	Marion Bach, Freisenbruchstr. 17, 45279 Essen Tel./Fax: (02 01) 60 19 37, E-Mail: Marion.Bach@Schwerhoerigen-Netz.de
Hamm Gruppe: CI-SHG Hamm	Rainer & Marlies Wulf, Am Wäldchen 19, 59069 Hamm Tel. (0 23 85) 31 15, Fax: (0 23 85) 77 12 35 E-Mail: ci.shg.hamm@arcor.de



Hamm SHG für Schwerhörige Hamm	Margot Kohlhas-Erlei, Feuertornstr. 70, 59071 Hamm Tel.: (0 23 81) 2 29 37, Fax: (0 23 81) 16 12 60 E-Mail: Schwerhoerigen-SHG-Hamm@gmx.de
Köln Gruppe: Köln (im DSB-Ortsverein)	Renate Sokoll, Königsbergerstr. 13, 50858 Köln Tel/Fax: (0 22 34) 7 43 45, E-Mail: Renate.Sokoll@web.de
Köln Gruppe: SHG Köln	Margret Eulenbruch, Auf der Pehle 37, 50321 Brühl Fax: (0 22 32) 37 04 93 Marion Oettinger / Karl Kasprzykowsky Tel: (0 22 06) 86 84 88 E-Mail: Selbsthilfegruppe.Koeln@gmx.de
Lemgo Gruppe: Lemgo	Ilse Noah, Molinder Grasweg 14, 32657 Lemgo Fax: (0 52 61) 7 73 65
Meckenheim Gruppe: HÖRBAR	Sabine Kölsch, Haselweg 26, 53340 Meckenheim Fax: (0 22 25) 70 40 33, E-Mail: hoerbar@addcom.de
Mönchengladbach Verein der Hörgeschädigten Mönchengladbach e.V.	Ernst Norbert Möller-Heinrich Geneickener Str.157, 41238 Mönchengladbach Tel: (0151)40377833, Fax (02166)923911 E-Mail: hoerverein-mg@gmx.de
Nettetal Gruppe: SHG für Schwerhörige, Ertaube und	Stefanie Keßels, Im Tannwinkel 4a, 41749 Viersen Tel. (0 21 53) 43 02, E-Mail: kess4302@web.de Irmgard Fölting, Kapellenbruch 192, 41372 Niederkrüchten Tel./Fax: (0 21 63) 5 89 53, E-Mail: irmgard.foelting@gmx.de, website: www.dazugehoeren.eu
Ostbevern-Telgte Gruppe: SHG für Schwerhörige Ostbevern-Telgte	Jürgen Brackmann Erlenschottweg 23, 48921 Teltge-Westbevern Tel: (0 25 04) 80 99, E-Mail: juergenbrackmann@web.de
Paderborn Gruppe SHG für Morbus Menière	Barbara Paul, Karl-Wagenfeld-Straße 6, 33106 Paderborn Tel./Fax: (0 52 54) 9 37 84 50, E-Mail: Barb.Paul@web.de
Warendorf Gruppe: SHG für Schwerhörige Warendorf	Hella Heitkämper, Am Josephshof 2b, 48231 Warendorf Tel/Fax: (0 25 81) 37 91, E-Mail: hella.heit@t-online.de Ulrike Kolar, Meisenweg 1, 48336 Sassenberg Tel.: (0 25 83) 30 32 39, Fax: (0 25 83) 30 35 35 E-Mail: UlrikeKolar@t-online.de
Wuppertal Gruppe: Wuppertal	Eva Rosenkranz, Bembergstraße 7, 42 103 Wuppertal Tel/Fax: (02 02) 45 46 15
Sachsen	
Chemnitz Gruppe: SHG Schwerhörige und Ertaubte	Klaus-Dieter Stapel Lugauer Straße 8a, OT Seifersdorf, 09387 Jahnsdorf Tel./Fax: (0371)2822725, E-Mail: schubert-uo-stapel@web.de
Görlitz Gruppe: SHG Görlitz	Ursula Schulze Paul-Taubadel-Strasse 100, 02827 Görlitz Tel.: (0 35 81) 73 02 15, E-Mail: ursula_schulze@gmx.net
Niesky Gruppe: SHG Hörgeschädigte Niesky	Ines Reimann, K.-Wachsmann-Straße 26, 02906 Niesky Fax: (0 35 88) 20 59 12, E-Mail: reimann.ny@gmx.de
Schleswig-Holstein	
Flensburg Gruppe: Flensburg (im DSB-Ortsverein)	Jürgen Pfeiffer, Norderfischerstraße 5, 24939 Flensburg Tel./Fax: (04 61) 2 76 10
Kiel Gruppe: Kiel	Barbara Lehmann, Hoffholzallee 227a, 24109 Kiel Tel: (04 31) 52 37 12 , Fax: (04 31) 53 16 17 E-Mail: BarbaraLehmann@t-online.de



*Die Schattenseiten des Lebens sind notwendig,
damit wir die Sonnenseiten wahrnehmen.*

aus: »Jenseits der Hast«, Klaus Ender