

Stadtteiführung „Dulsberg to go“

Frei verfügbar ab sofort

Stadtteil-Rallye für Erwachsene durch Hamburgs kleinsten Stadtteil. Die Rallye führt auf einem Rundweg durch den Stadtteil. Es gibt keine feste Veranstaltungszeit. Sie starten individuell, wann und mit wem Sie möchten. Ausgestattet mit Fragebogen und Stift geht es dann los. Unterwegs gibt es einige knifflige, lustige und kreative Aufgaben zu lösen. Nachbarschaftstreff (Kirchengemeinde Dulsberg), GPD-Nordost (gemeindepsychiatrische Dienste gGmbH) und treffpunkt.dulsberg (alsterdorf assistenz west gGmbH)

Startpunkt: treffpunkt.dulsberg, Dithmarscher Straße 26, 22049 Hamburg oder Nachbarschaftstreff, Kirchengemeinde Dulsberg, Elsässer Str. 15, 22049 Hamburg

Anmeldung erforderlich: Frau Kehrer oder Frau Schmidt, Tel.: 040 693 0094, Nachbarschaftstreff@web.de, Julia Kranz, Mobil: 0152 5303 6422, j.kranz@alsterdorf-assistenz-west.de

darüber, wie wir unsere Beobachtungen mit anderen teilen können. Außerdem wollen wir uns öffentlich für Barrierefreiheit einsetzen, zum Beispiel durch Aktionen. Wir wollen auf der Veddel allgemein Barrieren abbauen, denn: Barrierefreiheit bedeutet einen großen Mehrwert für alle Menschen!

Ansprechperson: Initiative "Veddel Barrierefrei", veddelbarrierefrei@riseup.net

Facebook: <http://fb.com/VeddelBarrierefrei>



Vortragsreihe: Inclusive Religions!? Beiträge zum Diskriminierungspotential von Religionen

Dienstags, 12.10., 26.10., 09.11., 23.11., 07.12.21, 04.01. und 18.01.22 18-19.30 Uhr

Welche Religion kann von sich behaupten, dass es in ihrem Namen nie je Mord und Totschlag gegeben habe? Aber auch in ihrer friedlichsten Form: Welche Religion kann von sich behaupten, nicht auszugrenzen - weder Andersgläubige noch Mitglieder der eigenen Glaubensgemeinschaft? Wie gehen sie mit Randgruppen um - beispielsweise mit Menschen, die von Behinderung betroffen sind? Die Beiträge der Vorlesungsreihe hinterfragen Religionen auf ihnen inwohnende diskriminierende Potentiale hin.

Zentrum für Disability Studies und Teilhabeforschung (ZeDiSplus)

Die einzelnen Termine finden digital als Zoom-Videokonferenz statt.

Anmeldung erforderlich: Anne Venter, Anne.Venter@zedis-ev-hochschule-hh.de

Anmeldelink:

www.zedis-ev-hochschule-hh.de/veranstaltungen/studium/wintersemester-202122/ringvorlesung-inclusive-religions-beitraege-zum-diskriminierungspotential-von-religionen.html

Zirkus: Inklusives Zirkustraining mit Zirkushow im echten Zirkuszelt!

• Kinder zwischen 6 und 9 Jahren

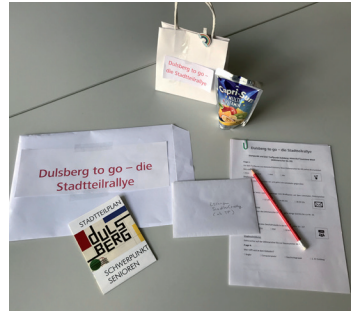
Freitags, 15-16.30 Uhr

• Kinder zwischen 10 und 18 Jahren

Freitags, 16.30-18 Uhr

Einmal in der Woche trainieren bei uns Kinder, mit und ohne Behinderung, die vielfältigen Circusdisziplinen wie Jonglage, Akrobatik, Kugellaufen, Einradfahren und vieles mehr. Als spannendes Circusmärchen mit bunten Choreographien und Kostümen wird das Erlernte regelmäßig vor tosendem Publikum in einem echten Circuszelt auf die Bühne gezaubert.

Circusschule TriBühne e.V., Bewegungswelten in der ehemaligen Dosenfabrik, Stresemannstraße 374b, 22761 Hamburg
Anmeldung erforderlich:
Holger de Vries, Tel.: 040 8515 7909, holger.devries@tribuehne.net



Veddel barrierefrei: Erlebe mit Menschen mit und ohne Behinderung tolle Events!

Jeden letzten Mittwoch im Monat,

18 Uhr

Wir sind eine Gruppe von Menschen, die auf der Veddel lebt oder sich viel auf der Veddel aufhält - uns allen liegt dieser Stadtteil am Herzen. Wir erleben oder beobachten Barrieren im Stadtteil. Wir sind eine offene Gruppe, die zu keiner politischen Partei gehört. Bei unseren Treffen sprechen wir über die Barrieren, die wir auf der Veddel bemerken. Barrieren sind für uns nicht nur bauliche Probleme, sondern zum Beispiel auch Sprachbarrieren. Wir sprechen auch

Kontakt:

Senatskoordinator für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen
Osterbekstraße 96, 22083 Hamburg
E-Mail: behindertenbeauftragter@bwfgb.hamburg.de
Telefon: 040 42863 -5724
E-Fax: 040 4279 -61416

Bild: Titel: SHMH/Sinje Hasheider, Innen: ASBH, HSV, SieNa, Ev. Familienbildung Blankenese; Außen: treffpunkt.dulsberg, Veddel barrierefrei, Circusschule TriBühne e.V.

Stand: September 2021, Änderungen vorbehalten

www.hamburg.de/zeit-fuer-inklusion



DAUERPROGRAMM



ZEIT FÜR INKLUSION

STÄNDIGE ANGEBOTE



DAUERPROGRAMM

Assistenz – Ja, aber welche ist die richtige für mich?

Auftaktveranstaltung: Dienstag, 19.10.21, 18-19:30 Uhr und dann weitere 3 Termine bis Nov. 2021

Menschen mit Behinderungen haben Anspruch auf Assistenz, am gleichberechtigten am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Assistenznehmer*innen schildern, wie persönliche Assistenz ermöglicht, ihren Alltag so zu gestalten, wie Menschen ohne Behinderung dies tun. In vielen Lebensbereichen – im Haushalt, bei Sozialkontakten, der Lebensplanung einschließlich der Arbeit, der Freizeitgestaltung (Sport, Kultur, Gemeinschaftsleben) – erleben sie mehr Teilhabe und Selbstbestimmung.

ASBH in Kooperation mit dem Hamburger Netzwerk der EUTB's
Digitale Veranstaltung per Zoom.

Ansprechperson: *Domenique Geiseler*,
Tel.: 040 52 38 60 60, Mobil: 0152 2674 3572, eutb-asbh@asbh-hamburg.de



Barrierefreiheit für die Ohren!

Mittwochs, 15-17 Uhr

Wir stellen das Hörberatungs- und Informationszentrum mit all den technischen Möglichkeiten für Menschen mit Hörbehinderung vor. Sie haben sich bestimmt gefragt, wie werden hörbehinderte Menschen morgens wach, wenn die nicht einmal das Klingeln des Weckers hören? An der Tür klingelt es, der Briefträger möchte ein Paket zustellen – aber die Klingel wird nicht gehört ...

Betroffene Menschen und deren Angehörigen, Freunde, Verwandte, Arbeitskollegen für eine bestmögliche Kommunikation zu unterstützen und zu informieren.

Bund der Schwerhörigen e.V., Wagnerstr. 42, 22081 Hamburg, www.hoerbiz.de/horberatungszentrum

Anmeldung erforderlich: *Jörg Winkler*,
Tel.: 040 291605, Fax: 040 2997 265,
Joerg-winkler@bds-hh.de

Berufsfindung „Landkarte der Berufsfindung“

Mit dem eLearning-Kurs des Career Centers der Universität Hamburg bekommen Studierende, Absolvent*innen einen ersten Wegweiser an die Hand, der die Navigation durch die persönliche Berufslandkarte etwas erleichtern soll.

Anmeldelink für die Online-Vernastaltung: www.uni-hamburg.de/career-center/in-fopool/berufliche-orientierung/landkarte-der-berufsfindung.html
Universität Hamburg, Career Center, Monetastr. 4, 20146 Hamburg
Ansprechperson:
careercenter@uni-hamburg.de

Biografie-Arbeit – Zukunftsplanung mit Erinnerungen

Donnerstags, 30.09., 04.11. und 02.12.21, 19- 21 Uhr

Biografiearbeit ist wichtig. Was geschah in der Vergangenheit? Danach fragen Ärztinnen und Ärzte. Das interessiert bei Planungen für die Zukunft. Und es macht Spaß zurückzublättern. Hier treffen sich Mütter, Väter usw. von Menschen mit Behinderungen für wirksame Entwürfe dessen, was sie hinterlassen möchten.

Leben mit Behinderung Hamburg Elternverein e.V., Südring 36, 22303 Hamburg
Anmeldung erforderlich:
Kerrin Stumpf, Tel.: 040 270790-0,
information@imbhh.de



HSV: Der virtuelle Erinnerungskoffer

In Zusammenarbeit haben wir mit der HAW Hamburg und der Alzheimer Stiftung mehrere „Erinnerungskoffer“ für Fans mit Demenz entwickelt. Die Erinnerungskoffer enthalten unterschiedliche Erinnerungsstücke aus den vergangenen Jahren. Sie sollen bei den Fans positive Erinnerungen wieder ins Gedächtnis rufen und die Erinnerungsleistung stärken. Demenzerkrankte Bewohner müssen

derzeit auf ganz viel persönliche Kontakte, Familie, Angebote und gewohnte Strukturen verzichten. Um eine Alternative zu bieten, entstand die Idee des virtuellen „Erinnerungskoffers beim HSV“. Ziel ist auch hier ein gemeinsamer Austausch der in regelmäßigen Abständen wiederholt werden könnte.

Ansprechperson: *Fanny Boyn, Fanbeauftragte mit Schwerpunkt Inklusion, fankultur@hsv.de*

Inklusionsdialog – Was Sie schon immer über Gehörlose und ihre Gebärdensprache wissen wollten!

Mittwochs, 29.09., 27.10., 24.11. und 08.12.21, jeweils 17-20 Uhr

Inklusionsdialog ist ein inklusives Projekt zur Förderung des Bewusstseins und der Wahrnehmung der Bedürfnisse sowohl von gebärdensprachlichen Menschen als auch von hörbehinderten Menschen mit Mehrfachbehinderungen. Unsere Angebote sind:

- Workshops mit gehörlosen Expert*innen zum Thema Gehörlosigkeit,
- Gebärdensprache und Kultur der Gehörlosengemeinschaft
- Schulung über Bedarfe und Rechte der Gehörlosengemeinschaft
- realistische Kommunikationssituationen (Praxisübungen)
- Reflexion und Austausch über Inklusion

Gehörlosenverband Hamburg e.V., Bernadottestr. 126-128, 22605 Hamburg, www.inklusionsdialog.de

Inklusionsdialog ist ein Projekt des Hamburg Gehörlosenverband e.V., gefördert durch Aktion Mensch.

Anmeldung erforderlich: *Bernadette Ausersperg und Bettina Kokoschka*, Tel.: 040 882 051, info@inklusionsdialog.de

Kochkurs: Nicht nur fürs Auge – ein Kochkurs mal ganz anders

Dienstags, 17-21 Uhr Vier Termine: 14.09. -14.12.2021

Mit Handmaß kochen und backen macht Spaß und wird immer lecker. Bei uns braucht man nicht hinschauen, sondern kocht mit Maß und Ziel, um leckere und gesunde Menüs zu zaubern. Machen Sie mit und lernen Sie, ausschließlich mit Schmecken, Riechen, Hören und Fühlen, Gerichte wie ein Profi zu kreieren. Jede*r in der Gruppe kocht selbst und eignet sich so die Fähigkeiten unter Anleitung einer erfahrenen Ernährungswissenschaftlerin an.

Evangelische Familienbildung Eppendorf

Loogepplatz 14/16, 20249 Hamburg
Anmeldung erforderlich:
Susanna D'Amato, Tel.: 040 4600 76924,
Susanna.damato@fbs-eppendorf.de
Kosten: € 84,00, Begleiter*innen € 40,00

Kunst als Leihgabe: Künstler*innen der Galerie der Villa verleihen ihre Werke

11.10.-11.12.21 (innerhalb dieses Zeitraums kann die Ausleihe für bis zu 6 Wochen erfolgen)

Interessierte Kunstliebhaber können sich für bis zu 6 Wochen ein Kunstwerk von Künstler*innen der Galerie der Villa ausleihen.

Die Ausleihe erfolgt in der Galerie der Villa – hier können Sie sich Ihre Leihgabe abholen und haben dabei auch die Gelegenheit das Atelier der Galerie der Villa zu besuchen und mit den Kunstschaffenden ins Gespräch zu kommen.

Galerie der Villa, Elbe-Werkstätten GmbH, Friesenweg 5 b-d, 22763 Hamburg www.galeriedervilla.de

Anmeldung erforderlich: *Nadine Pedde und Justine Eckl*, Tel.: 040 42868 7068,
info@galeriedervilla.de

Museumsführung „Bei Anruf Kultur“

Hier wird Kultur einfach zugänglich und kostenfrei für alle Menschen erlebbar: Als Führung am Telefon. Einfach eine Veranstaltung aussuchen, vorab anmelden, mit dem Telefon einwählen und in einer kleinen Gruppe teilnehmen. Die Führungen dauern eine Stunde, ein weiterer Austausch im Anschluss ist möglich.

Initiatoren: Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e.V., grauwert – Büro für Inklusion & demografiefeste Lösungen.

Unterstützt wird das Projekt von der Behörde für Kultur und Medien www.beianrufkultur.de

Anmeldung erforderlich: *Melanie Wölwer*,
Tel.: 040 2094 0429, m.woelwer@bsvh.org,
buchung@beianrufkultur.de

Musik: Die Stadtteilrommler*innen

Montags, 18.15-19.45 Uhr
Trommeln lernen, Singen und Spaß – inklusiv für Menschen mit und ohne Behinderung. Jeder kann etwas, alle tragen etwas bei. Menschen jeden Alters und jedes Geschicks erleben gemeinsam Rhythmus und Musik. Musikinstrumente werden gestellt. Kursleiterin: *Karin Hechler*.

Stadtteilkulturzentrum Lurup in Kooperation mit der Musikpädagogin Karin Hechler/Lichtwark-Forum Lurup e.V.
Stadtteilhaus Lurup, Böverstland 38,

22547 Hamburg
Anmeldung erforderlich:
Karin Hechler, Tel.: 040 8510 0620,
kontakt@karinhechler.de

Nachbarschaftstreff

- **Bewerbs- und Bewerbungstraining für Jugendliche Mittwochs, 18-19.30 Uhr**
- **Elternzeitreff nur für Väter Dienstags, 10-12 Uhr**
- **Jugendgruppe ab 8 Jahre Freitags, 17-20 Uhr**
- **Krabbelgruppe für Kinder von 0-1,5 Jahre (mit einem Elternteil) Montags und mittwochs, 10-12 Uhr**
- **Lesecafé im „SieNa“ Donnerstags, 7.10., 4.11., 02.12., 16-17 Uhr**
- **Spielen und Klönen 55+ Dienstags, 16-18 Uhr**
- **Spielgruppe für Kinder ab 1,5 Jahre Montags und donnerstags, 15.30-17 Uhr**
- **Wii Sport im Sitzen oder Stehen Montags, 11-12:30 Uhr**

SieNa-Nachbarschaftstreff, Sievekingdamm 57, 20535 Hamburg
Anmeldung erforderlich:

Franziska Mütz, Tel.: 040 3338 4121,
Carla Schmincke, Tel.: 040 3338 4120,
anmeldung@1902stiftung.de



Reisen

- **Natur- und Kochworkshop auf Föhr Montag-Freitag, 11.10.-15.10.21**

Auf dieser Reise wird die Reisegruppe die Natur der idyllischen Insel Föhr mit allen Sinnen entdecken und erleben. Es werden Spaziergänge an den Strand oder durch das Watt gemacht, zusammen herbstliche Gerichte gekocht und gebacken und am Abend soll der Tag in gemütlicher Runde am Kamin ausklingen.

- **Erholungsreise nach Dänemark Freitag-Freitag, 22.10.-29.10.21**

Auf dieser Reise geht es in unser Nachbarland Dänemark in das Ferienhaus Sondervig an den idyllischen Ringkøbing Fjord. Das Ferienhaus liegt in kurzer Entfernung zum Sand-

strand an der Nordsee. Es werden Strandspaziergänge angeboten und ein Stadtbummel in Ringkøbing, Eis essen oder Kaffeetrinken.

Am Abend stehen Spiele und gemütliches Beisammensein am Kamin auf dem Reiseplan.

- **Erholungsreise nach Föhr Montag-Freitag, 29.11.-03.12.21**

Auf dieser Reise geht es in das Dörfchen Süderende in das Haus Dörfpeld. Die Unterkunft liegt direkt neben der St. Laurentii-Kirche. Es soll in erster Linie um Entspannung und Ruhe finden gehen, um mal so richtig vom Alltag abzuschalten! Ebenfalls wird es Spaziergänge am Strand geben oder auch einen Stadtbummel in Wiek auf Föhr. Am Abend stehen Spiele und gemütliche Abende am Kamin auf dem Reiseplan.

Freundeskreis – Menschen individuell begleiten und betreuen, Luruper Hauptstraße 163, 22547 Hamburg, Tel.: 040-4632581,
www.freundeskreis-mibb.de/reisen.html

Anmeldung erforderlich: *Matin Hannemann*, Mobil: 0160 9940 8428,
m.hannemann@freundeskreis-mibb.de

Spielgruppe für Eltern mit Kindern mit und ohne besondere Bedarfe (Alter ab 3 Monate)

Dienstags, 10:30-11:45 Uhr

Im Spielcafé geht es darum, sich vom hektischen Alltag zu lösen und mit seinem Kind und anderen Eltern in Kontakt zu kommen. Die Kinder können entdecken, erforschen oder einfach nur sein, jedes Kind nach seinen Wünschen und Bedürfnissen. Spielgeräte aus der Psychomotorik und der Sensorischen Integration fördern den Spaß an Bewegung.

<https://www.fbs-hamburg.de/blankenese/programm/>

Evangelische Familienbildung Blankenese, Träger: Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein

Evangelische Familienbildung Blankenese, Mühlener Weg 60, 22587 HH
Anmeldung erforderlich: *Meike Trommler*,
Tel.: 040 9707 94622,
Meike.trommler@fbs-blankenese.de

5,- € pro Treffen inkl. Kaffee

