

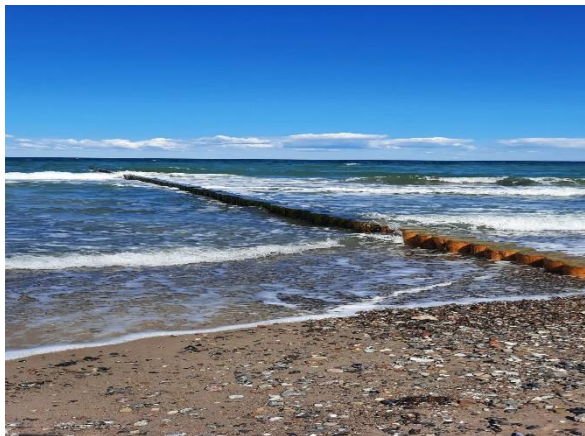


Gruß-wort

Endlich ist es Sommer! Es wird ein hoffentlich ganz normaler Sommer! Viele Menschen in den Werkstätten sind geimpft. Die Ansteckungs-gefahr wird geringer, je mehr Menschen sich impfen lassen. Dadurch hoffen wir auf die Rückkehr in ein „ganz normales“ Leben ohne oder mit nur ganz wenig Einschränkungen.

Wir wünschen euch einen schönen Sommer. Genießt die Sonne und das Leben!

Und bleibt bitte gesund!



Euer Redaktions-team:

Jens, Stefan, Marcel und Andreas

Gemeinsame Vorstands-sitzung LAK und LAG WfbM

Nach langer Zeit fand Anfang Mai eine gemeinsame Vorstands-sitzung von LAK und LAG statt. Es ging um das gemeinsame Kennen-lernen der Vorstände. Frau Grave und Frau Exner sind im Herbst neu in den Vorstand LAG gewählt worden. Frau Exner ist auch die neue Ansprech-partnerin für den Vorstand LAK.

Der Vorstand LAK hat seine Arbeits-ziele für 2021 vorgestellt. Ebenso wurden die Erwartungen an den Vorstand LAG benannt. Dabei stehen die Unterstützung bei der weiteren Selbst-ständigkeit und die Selbst-bestimmung bei Entscheidungen vom LAK an erster Stelle.

Ein weiterer wichtiger Punkt sind die Werkstatt-rats-wahlen in diesem Jahr. Anfang 2022 finden dann auch die Wahlen zum neuen Vorstand des Landes-arbeits-kreises statt.

Der Vorstand LAK hofft auf eine gute und vertrauens-volle Zusammenarbeit beider Vorstände und wird alles tun, damit dies auch gelingt.

Mitglieder-Versammlung Werkstatt-Räte Deutschland e.V. (Jens)

Die 2. Mitglieder-versammlung von Werkstatt-räte Deutschland e.V. fand vom 15.-17. Juni 2021 als Video-Konferenz statt. Alle 16 Bundes-länder haben daran teilgenommen.



Rückblick bis Juni 2021

Zuerst berichtete der Vorstand über seine Arbeit in den vergangenen Wochen. Es soll eine neue Projekt Arbeits-gruppe zum Thema „Arbeiten mit Behinderung in der Zukunft“ geben. Das Projekt „Schulung von Werkstatt-räten für Werkstatt-räte“ wurde weitergeführt. In diesem Jahr ist die WMVO 20 Jahre alt. Dazu soll es im Herbst eine Fest-veranstaltung geben. In Richtung Politik haben viele Termine statt gefunden und es wurden zahlreiche Gespräche geführt.

Bundes-tags-wahlen

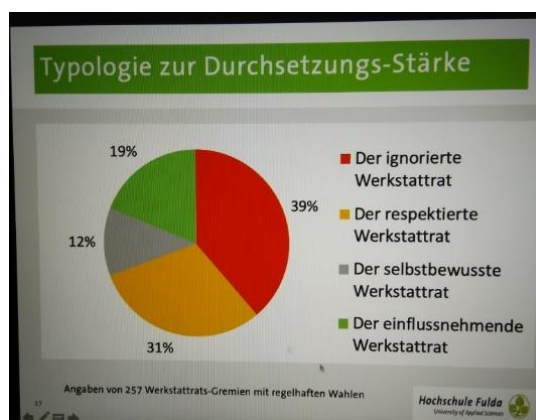
Im Herbst sind Bundes-tags-wahlen. Dafür erstellen die Parteien ihre eigenen Programme. Um diese Inhalte besser zu unterscheiden, werden Fragen und Antworten zu unterschiedlichen Themen auf der Internet-seite von WRD veröffentlicht.

Corona- Pandemie und die Lehren daraus

In kleinen Gruppen haben sich die Delegierten einen Austausch geführt.

- Wie sind wir durch die Corona-Pandemie gekommen?
- Was wollen wir zukünftig weiter machen, weil es gut war?
- Welche Schwächen haben sich gezeigt?

Insgesamt wurde festgestellt, dass alle Werkstätten die Vertretung von Menschen mit Behinderung in eigener Sache als wichtig betrachten. Leider werden nicht alle Vorgaben der Werkstätten Mitwirkungs Verordnung auch in allen Werkstätten umgesetzt. Werkstatt-räten gelingt es nur teilweise, ihre Rechte aktiv einzufordern. Auch wenn die Arbeit von Werkstatt-räten gesetzlich geregelt ist, heißt das nicht automatisch, dass Mitbestimmung auch wirklich funktioniert. Für die Durchsetzung dieser Rechte wollen wir uns weiter einsetzen.



Wahlen zum Werkstatttrat 2021

Vom 1. Oktober bis 30. November 2021 finden die nächsten Wahlen zum Werkstatttrat in den WfbM's statt.

Wahlvorbereitung für Werkstattträte braucht viel Zeit. Der Vorstand LAK hat sich Gedanken gemacht, wie die Arbeit vom Wahlvorstand in den Werkstätten unterstützt werden kann.

Auf der Internetseite des LAK gibt es eine eigene Seite zu „WR Wahlen“. Hier sind Handlungsempfehlungen und Formulare für die Arbeit von Wahlvorständen hinterlegt. Diese können heruntergeladen werden und individuell angepasst werden.

Der entsprechende Link oder der QR-Code lauten wie folgt:

<https://werkstattraete-mv.de/werkstattraete-wahlen/>



Schulungsangebot „Werkstatt-rats-wahl“

Am 22. Juni 2021 fand eine digitale Schulung zum Thema Werkstatt-rats-wahlen statt. Diese Schulung war vor allem für den Wahlvorstand gedacht. 10 Werkstätten haben daran teilgenommen.

Themen waren zum Beispiel:

- Welche Aufgaben hat der Werkstatt-rat ?
- Was muss alles beachtet werden?
- Welche Fristen sind einzuhalten?
- Wie bekommt der Wahlvorstand Unterstützung?

Diese und andere Fragen standen im Mittelpunkt der Schulung. Alle Teilnehmer haben einen Überblick über die vielen Aufgaben vom Wahlvorstand bekommen.

An dieser Stelle vielen Dank an alle, die im Wahlvorstand mitarbeiten werden und an alle, die den Wahlvorstand tatkräftig unterstützen.

Vielen Dank!



Wunderbar Digital, ein Gefühl wie zu WEIHNACHTEN MITTEN IM MAI-

„Dienstlaptop für den Werkstattatrat“

Hallo, mein Name ist Kathleen Welke. Ich bin Werkstatttratsvorsitzende der Greifenwerkstatt Greifswald am Standort Züssow. Wir gehören zum Pommerschen Diakonieverein e.V.

Heute möchte ich Euch berichten, wie es zu meinem Dienstlaptop kam.

Da ich pandemiebedingt nun schon seit Anfang des Jahres mein Büro in Greifswald nicht mehr betreten konnte und ich aber weiterhin gute Werkstatttratsarbeit machen möchte, kam es zur Überlegung, einen Dienstlaptop für mobiles Arbeiten anzuschaffen.

Nach einer Werkstatttratsitzung mit unserer Werkstattdirektion stand das Thema „Laptop“ unter den Top's. Zügig haben wir die Bewilligung erhalten, so dass Anfang Februar der Laptop bestellt werden konnte. Ein paar Wochen später war es dann soweit und es hieß „Der Laptop für den Werkstattatrat ist da“.

Die Freude war allerdings noch viel grösser, als meine Vertrauensperson mir im Mai den Dienstlaptop in die Betriebsstätte Züssow gebracht hat.

Für mich war dieser Tag wie Weihnachten, so sehr habe ich mich darüber gefreut.



Selbstverständlich wurde dann gleich ausprobiert, ob auch alles funktioniert.

Die Grill-Saison hat begonnen!

Schönes Wetter lädt dazu ein, etwas Leckeres vom Grill zu essen. Hierbei gibt es jedoch einige Sachen zu beachten, damit keine Unfälle passieren.

Beim Gas-Grill sollte man darauf achten, die Gas-Flasche ordnungsgemäß anzuschließen. Beim Elektro-Grill sollten die Kabel ordentlich hinter dem Grill ausgelegt werden, um zu vermeiden, dass man darüber stolpert.

Ich möchte näher auf das Grillen mit dem Holz-Kohle-Grill eingehen, weil ich persönlich lieber mit dem Holz-Kohle-Grill arbeite.

Der Grill sollte auf einem festen Untergrund stehen und nicht beschädigt sein. Man sollte keine leichtentzündliche Kleidung tragen. Man sollte aus Sicherheitsgründen immer einen Eimer voll Wasser neben den Grill stellen.

Ich empfehle ein Gemisch aus Briketts und Holz-Kohle. Die Briketts sollten unter der Holz-Kohle liegen.

Die Holz-Kohle lässt sich leichter entzünden und die Briketts dienen dazu, dass die Hitze länger gehalten wird.

Es gibt diverse Arten den Grill anzuzünden (Spiritus, Papier, Holz, Anzündwürfel...) Ich benutze Spiritus. Hierzu gebe ich etwas Spiritus auf die Kohle und lasse diesen etwas einziehen. Dadurch verhindere ich, dass es beim Anzünden eine Stich-Flamme gibt. Dann zünde ich die Kohle mit einem Stabfeuerzeug und ausreichendem Sicherheitsabstand an.

Wenn die Grill-Kohle eine Weiß-Glut erreicht hat, kann man das Fleisch, Gemüse, Fisch oder andere Lebensmittel auf den Grill legen.

Wenn man mit dem Grillen fertig ist, sollte man die Glut löschen. Deckel rauf, Lüftung zu und das Feuer erlischt. Ist kein Deckel vorhanden gilt: Glut runterbrennen lassen und mit Sand löschen. Der Grill sollte am nächsten Tag gereinigt werden!

Viel Spaß beim Grillen!

Euer Stefan





Ägypten – Mit dem Rollstuhl in den Urlaub von Marcel Borau

Sommerzeit ist Urlaubszeit.

Die Corona-Zahlen sinken und Reisen ins Ausland sind wieder möglich.

Ich möchte euch heute von meinen Erfahrungen beim Reisen mit dem Rollstuhl berichten.

Vor der Corona-Zeit habe ich regelmäßig Urlaub in Ägypten gemacht.

Da ich im Rollstuhl sitze, müssen einige Dinge beachtet werden, wenn man eine solche Reise plant.

bei der Buchung

Vor der Reise musste ich zuerst ein Hotel finden, das rollstuhlgerecht ausgestattet ist.

Im Internet findet man das auf den meisten Buchungs-Seiten leicht heraus und kann die Unterkünfte entsprechend filtern.

Ich buche dann die Unterkunft zusammen mit dem Flug über einen Reiseanbieter als Komplettreise.

Ich reise immer zusammen mit einer zweiten Person, die nicht im Rollstuhl sitzt und mich so unterstützen kann.

Dann kontaktiere ich den Reiseveranstalter und teile ihm mit, dass ich im Rollstuhl sitze und deshalb der Flug und die Fahrt zum Hotel rollstuhlgerecht organisiert werden müssen.

bei der Anreise

Vor der Reise muss ich natürlich darauf achten, dass alles gut geplant und vorbereitet ist.

Ich packe gründlich meine Sachen, auch Medikamente und sonstige Hilfsmittel.

Ich mache nochmal einen Termin bei meinem Arzt und bespreche mit ihm die Reise und ob wir auch an alles gedacht haben.

Am Reisetag achte ich darauf, dass wir auf jeden Fall rechtzeitig am Flughafen sind, um den Ablauf so entspannt wie möglich zu machen.

Im Urlaub

Wenn wir im Hotel angekommen sind, kann die Entspannung endlich so richtig losgehen.

Da wir vorher alles gut geplant haben, sollte während des Urlaubs alles reibungslos funktionieren.



Einen kleinen Tipp habe ich allerdings noch: es ist hilfreich, einen Ersatzschlauch für die Rollstuhl-Reifen dabei zu haben – für alle Fälle. Es wäre sehr schade, wenn der Urlaub wegen eines kaputten Reifens scheitert.

Abreise

Am Tag der Abreise ist es wieder wichtig, pünktlich aufzustehen und alle Sachen am besten schon am Abend vorher zu packen.

So wird auch die Rückreise entspannt und es entsteht kein unnötiger Stress.

Fazit:

Ägypten ist für eine Reise mit dem Rollstuhl zu empfehlen.
Schwierig könnte es allerdings mit einem E-Rollstuhl werden, da die Straßen dort nicht immer gut sind.

Ich war auf jeden Fall froh, dass meine Begleitperson mir das ein oder andere Mal helfen konnte.

Das Wichtigste ist auf jeden Fall eine gute Vorbereitung



Selber machen: Rezept für Erdbeer-eis

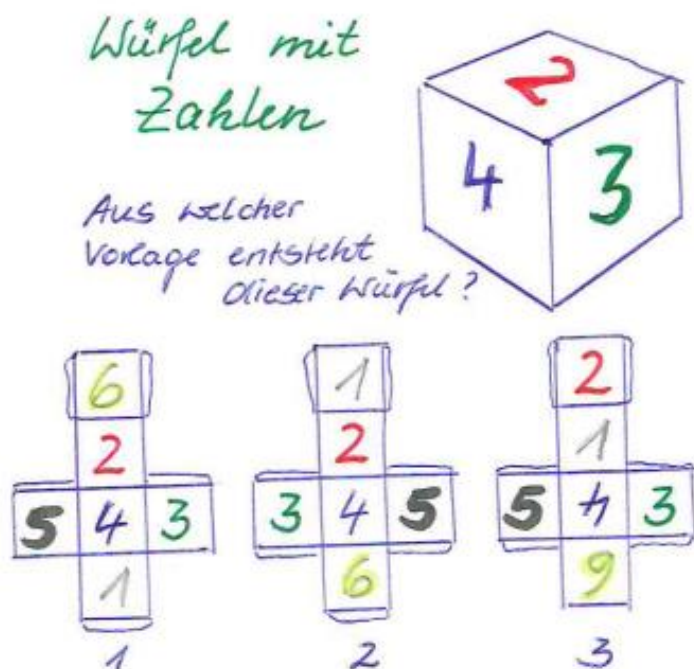
Eis ist im Grunde nichts anderes als eine tiefgefrorene Flüssigkeit. Damit sie schön cremig wird, muss sie regelmäßig umgerührt werden. Dadurch werden die Eiskristalle zerkleinert. Nicht jeder hat eine Eis-maschine zu Hause. Es geht auch ohne! Probiert das Rezept selber aus! Viel Spaß! Statt der Erdbeeren kann man auch andere Früchte nehmen.

- 150 g Erdbeeren
- 70 g feiner Zucker oder Puderzucker
- 125 ml frische Milch (3,5% Fettgehalt)
- 50 ml süße Sahne
- 2 Ei Zitronensaft

1. Püriere die Erdbeeren mit dem Zucker
2. Gib dann Milch und Zitronensaft hinzu
3. Schlage die Sahne steif und mische sie unter
4. Fülle alles in einen Gefrier-behälter.
5. Stelle den Behälter in den Gefrier-schrank.
6. Kontrolliere hin und wieder, ob die Masse zu gefrieren beginnt.
7. Rühre die Eismasse mit einem Schneebeesen oder einer Gabel kräftig durch.
8. Wiederhole das Umrühren jede halbe Stunde (etwa 3-4 mal)
9. Ist das Eis dann immer noch zu weich, lasse es weitere ein bis zwei Stunden kalt stehen, bevor du es isst.



In dieser Ausgabe haben wir wieder ein Rätsel für euch vorbereitet. Wir wünschen euch viel Spaß beim Raten!



Auflösung des Rätsels aus Ausgabe 1/ 2021: suche 2 Eier mit dem gleichen Muster



KONTAKT:

Landes-Arbeits-Kreis der Werkstatt-Räte in Mecklenburg-Vorpommern

Hinrichsdorfer Straße 10A
18146 Rostock

Telefon: 0381- 666 878 06
Email: info@werkstattraeete-mv.de

www.werkstattraeete-mv.de