

lebenshilfe

Leoben



KUNTER BUNT



Eine Überraschung zum 50. Geburtstag

Lisa wollte ihre Mama zu ihrem Ehrentag überraschen und hat sich dazu etwas ganz Besonderes einfallen lassen.

Bilderrahmen mit Bildern aus der Kindheit von ihrer Familie.



Die dafür benötigten Bilderrahmen haben wir von unseren KollegInnen aus der Keramikwerkstätte erhalten.

Dann musste noch ein Hintergrund zugeschnitten werden, auf welchem die Bilder geklebt wurden.



Juhuuuuu fertig !!!

Mama hat sich sehr gefreut !



Die Hochofen Teifln

Ich heiße Andreas Marold und ich bin der Gründer dieser außergewöhnlichen Krampusgruppe. Aber ich habe auch eine Unterstützerin Namens Bianca Schicho. Bevor ich euch noch mehr Details zu unserer Krampusgruppe gebe, möchte ich euch eine wahre Geschichte erzählen.

Ich wollte vor 14 Jahren schon einmal bei einer Krampusgruppe mitlaufen, aber leider kam dann mein Unfall dazwischen. Durch den Unfall hatte ich keine Gelegenheit mehr mitzulaufen. Auch als meine Mama bei anderen Gruppen nachgefragt hat hieß es, dass es zu gefährlich sei einen Rollstuhlfahrer mitzunehmen.

Deshalb habe ich letztes Jahr für mich einen Entschluss gefasst, dass es so nicht weitergehen kann, dass man Menschen mit einer Beeinträchtigung einfach so stehen lässt. Aus diesem Grund habe ich am 22. Dezember 2020 eine Whats App Gruppe gegründet. Derzeit befinden sich 11 Leute in dieser Krampusgruppe. Ich möchte der Gesellschaft mit dieser Krampusgruppe zeigen, dass alle die gleichen Chancen verdient haben, egal ob man eine Behinderung hat oder nicht!!

Ich möchte der Gesellschaft zeigen, dass man vielleicht damit anfängt ein bisschen mehr über Menschen mit einer Beeinträchtigung nachzudenken und außerdem bin ich der Meinung, dass die Inklusion noch nicht ganz funktioniert.

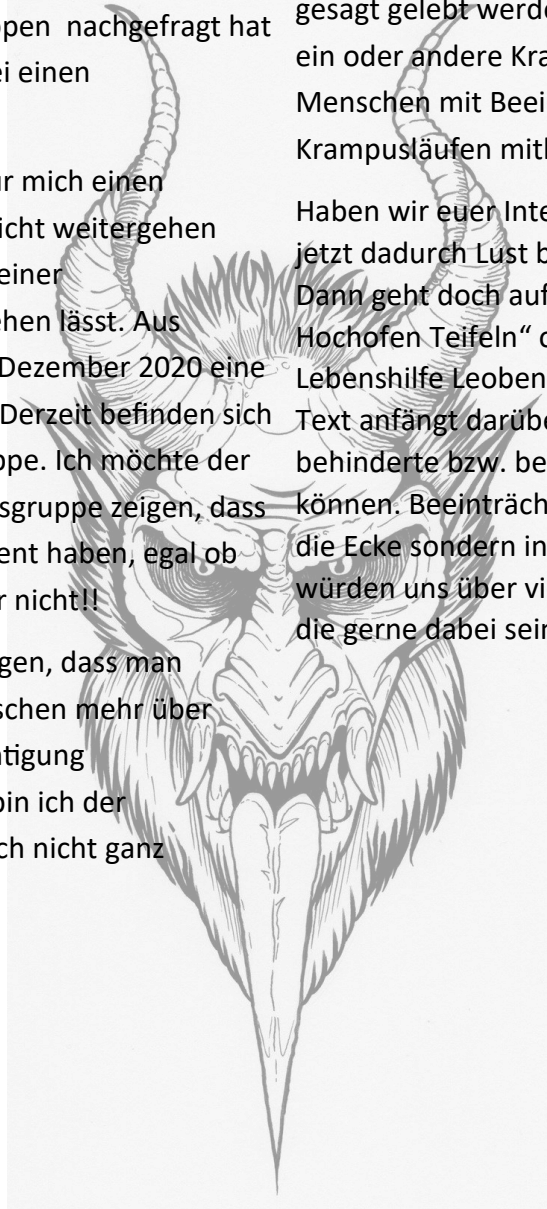
Wir möchten mit dieser Gruppe erreichen, dass alle Menschen egal ob mit Beeinträchtigung, ob Kinder, Erwachsene oder eben erfahrene Menschen. Niemand soll aus unserer Gruppe ausgeschlossen werden.

Unsere Krampusgruppe trägt den Namen „**Hochofen Teifln**“. Auf den Namen bin ich gekommen, weil es in der Voest Alpine, in welcher ein Teil meiner Familie arbeitet, sogenannte Hochöfen gibt mit deren Hilfe aus Roheisen Eisen gewonnen werden kann. Des Weiteren hat sich auch noch niemand diesen Namen ausgedacht. Auch unsere Facebook Seite und das Logo sind in Arbeit.

Ich möchte mit dieser Krampusgruppe einen Denkanstoß an die Gesellschaft geben, weil ich der Meinung bin, dass Inklusion belebt oder besser gesagt gelebt werden muss! Vielleicht ist dies für die ein oder andere Krampusgruppe der Anstoß auch Menschen mit Beeinträchtigung bei Perchten - oder Krampusläufen mitlaufen zu lassen.

Haben wir euer Interesse geweckt? Oder habt ihr jetzt dadurch Lust bekommen bei uns mitzulaufen? Dann geht doch auf unsere Facebook Seite „Die Hochofen Teifeln“ oder auf die Facebook Seite der Lebenshilfe Leoben. Ich hoffe, dass ihr mit meinem Text anfängt darüber nachzudenken wie wertvoll behinderte bzw. beeinträchtigte Menschen sein können. Beeinträchtigte Menschen gehören nicht in die Ecke sondern in die Mitte der Gesellschaft!!! Wir würden uns über viele nette neue Gesichter freuen die gerne dabei sein möchten. ☺

Text: Andreas Marold



Mein Hobby Namens Diamond Painting

Es gibt da so ein Hobby, welches von Vielen liebend gerne gemacht wird. Dieses Hobby nennt sich „Diamond Painting“. Es stammt eigentlich von der Handarbeit sticken ab! Auch ich habe im September 2019 mit diesem Hobby angefangen und komm seitdem nicht mehr davon los.

Worum geht es?

Beim Diamond Painting werden mit Hilfe eines Stiftes, welcher vorher in Wachs gedrückt wird, kleine Steinchen „Diamanten“ in unterschiedlichen Farben auf eine selbstklebende Leinwand geklebt. Die auf der Leinwand vorgedruckten Zahlen und Buchstaben helfen mir dabei den richtigen Stein an die richtige Stelle zu setzen. Sitten alle Steinchen an der richtigen Stelle entsteht ein tolles Bild.

Warum Diamond Painting?

Ich habe mich für dieses Hobby entschieden, weil es mir Spaß macht und weil es mich entspannt. Es hilft mir dabei wirklich vom Alltag abschalten zu können. Es gibt verschiedene Motive für Groß und Klein egal ob Disney, Natur oder Tiere. Es gibt auch verschieden große Bilder mit verschiedenen Steinen (eckig, rund oder auch Strasssteine). Es gibt auch Bilder, die aus mehreren Teilen bestehen zum Beispiel aus drei, vier oder fünf. Ich habe mir sogar schon in meiner Wohnung einen eigenen Painting-Platz eingerichtet und wenn man sich einmal zu einem aktuellen Bild dazusetzt, dann kann man so wie ich stundenlang dabeibleiben. Wenn ich painte, habe ich meistens mein Tablet daneben mit Musik oder Filmen.

Es gibt sogar eine Online-Community für Diamond Painting Fans, in der man sich mit anderen austauschen kann und sogar neue Freunde finden kann. Diamond Painting ermöglicht es mir meine feinmotorischen Fähigkeiten zu verbessern, weil

es teilweise gar nicht so einfach ist diese kleinen Steinchen richtig auf die Leinwand zu bekommen. Diamond Painting hilft mir dabei mich auf das Wesentliche konzentrieren zu können. Bei dieser ruhigen und erholsamen Freizeitbeschäftigung hat man eine sehr gute Möglichkeit Stress abzubauen. Egal wie alt man ist Diamond Painting kann für jeden eine gute Freizeitbeschäftigung sein. Für mich ist Diamond Painting eine gute Freizeitbeschäftigung und sie hilft mir auch dabei in Zeiten von Corona einmal abschalten zu können.

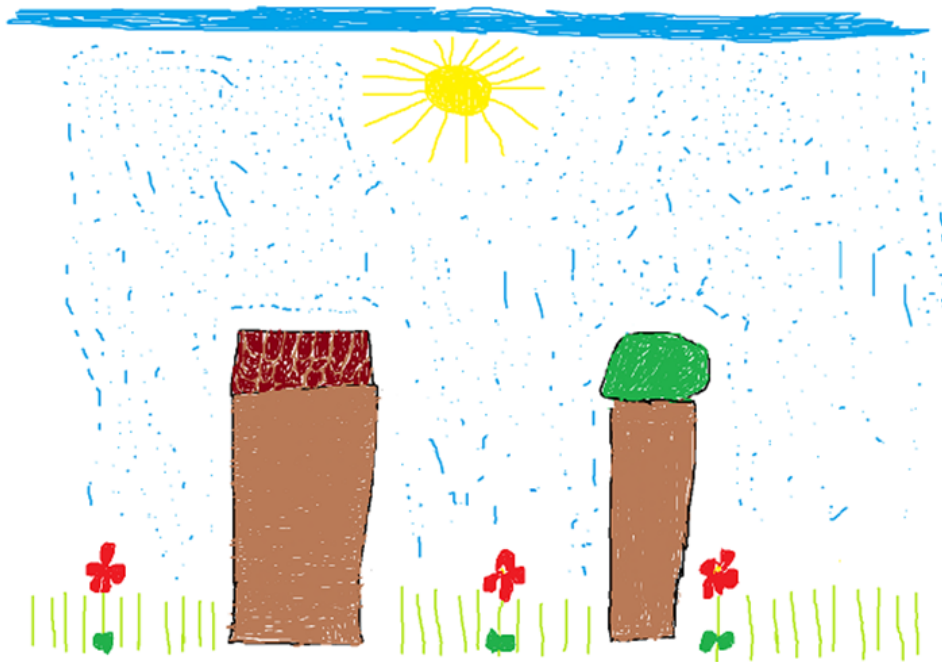
Ein kleiner Auszug aus meinen Werken:



Text: Bianca Schicho

Der Frühling ist da

Im Frühling fangen wieder in der Wiese die ersten Blumen und die ersten Schneeglöckchen zu blühen an. Die Menschen beginnen mit der Gartenarbeit. Der Schnee bleibt nicht mehr liegen. Den Schneepflug kann man auch langsam wegräumen. Die Leute setzen die ersten Pflanzen. Mit dem Rasenmäher fangen die Leute langsam an die Wiese zu mähen, zuerst mit dem Rasenmäher und dann auch noch mit der Sense. Die Hecken werden auch langsam mit der Heckenschere geschnitten. Wenn der Frühling kommt, wird das Wetter langsam sonniger. Der blaue Himmel kommt langsam zum Vorschein. Im Frühling fallen die Gewitter etwas heftiger aus, aber es wird auch wieder schön. Doch das Badewetter kommt erst im späten Frühling, wenn dann bald der Sommer kommt. Dann werden wir wieder öfters im Schwimmbad schwimmen gehen können.



Was ist eine Wiese?

Was ist eine Wiese?

Futter für die Kuh.

Und noch was dazu.

Gras und Blumen.

Schmetterlingsflügel.

Bienensummen.

Ameisengekrabbel.

Käfergezappel.

Achtung, Maulwurfshügel!

Margeriten.

Rote Federnelken vor dem blauen Himmel.

Heupferd über den Weitsprung bis zum Kümmel.

Ein Kamillenbusch öffnet zwei Blüten.

Sommerfliegen flitzen über Storchschnabelmützen.

Hummeln bummeln im Honighaus ein und aus.

Glockenblumen bammeln im Honighaus ein und aus.

Glockenblumen bammeln und bummeln.

Unten am Löwenzahn geigt eine Grillenschnarre.

Der Wind spielt mit den Halmen Harfe oder Gitarre, alles regt sich und bewegt sich,
alles was da lebt und schwebt, leuchtet, knistert, flüstert, brummelt, bummelt -

Was ist eine Wiese? – Das ist eine Wiese.



Aussteiger

Nesseln wachsen in dem Garten, von dem hier die Rede ist. Brennnesseln. „Brennnesseln sind Unkraut!“, sagen die Leute. „Brennnesseln gehören in keinen Garten.“ „Brennnesseln sind schön!“, sagt die Frau, die Brennnesseln in ihrem Garten wachsen lässt. „Die Blätter sind schön, die Blüten, der schlanke, biegsame Stiel, alles ist schön.“ „Hässliche, schwarze Raupen kriechen auf deinen Brennnesseln umher,“ sagen die Leute. „Hol die Giftspritze!“ „Ich spritze kein Gift!“ : „Ich spritze kein Gift!“, sagt die Frau. „Wenn der Wind deinen Brennnesselsamen in unsere Gärten weht, benachrichtigen wir die Polizei,“ sagen die Leute. „Wir wollen keine Brennnesseln und keine hässlichen schwarzen Raupen.“

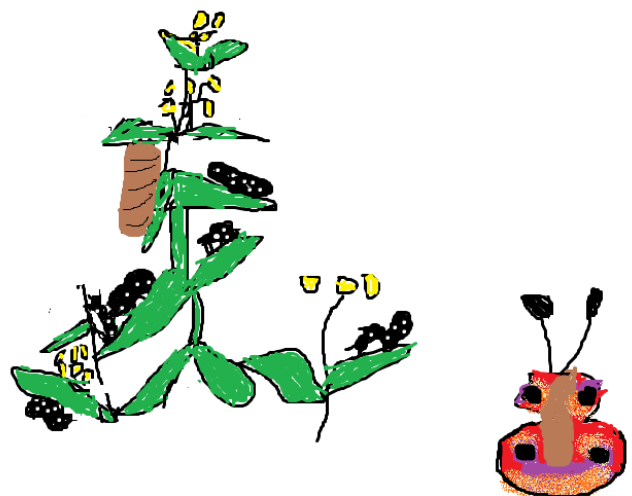
Schwarz sind sie zwar, überlegt die Frau, aber ich sehe weiße Pünktchen auf der schwarzen Haut. Woran erinnern mich diese Pünktchen?

Brennnesselblätter schmecken süß. Die schwarzen Raupen essen und essen. Die Haut wird ihnen eng. Sie lassen ihre Haut platzen. Darunter ist eine neue Haut, weiter als die vorherige. Mehrmals häuten sich die Raupen. Und jedes Mal sind auf der neuen schwarzen Haut auch weiße Pünktchen. Bis die weißen Pünktchen sich in goldene verwandeln. Bis Grau

aus dem Schwarz wird. Bis die Raupen aufhören zu kriechen. Bis alle sich verwandelt hat. Seltsam geformte Körper hängen regungslos an den Zweigen. Aschgrau mit goldenen Pünktchen. „Puppen!“, sagt die Frau und lächelt. Tag für Tag hängen sie so. Leblos nach außen. Ohne Sicht nach innen. Dann kommt der Augenblick, in dem sie sich öffnen. Einer steigt aus. Hat es eng gehabt, das sieht man. Langsam entfaltet er sich. Breitet Flügel aus, voll leuchtender Farben. Rot. Blau. Braun. Golden. Legt die Flügelspitzen aneinander, streckt die Fühler. Verharrt Sekunden regungslos. Und fliegt dann mit weit offenen Flügeln. Ein Schmetterling. Ein Pfauenaugen.

Und was sagen die Leute? „Das stimmt ja gar nicht, was sie in der Zeitung schreiben, dass die Pfauenaugen aussterben. Da fliegen ja welche.“

Text & Bild: Claudia Kados



Zwergengeflüster im Frühlingsgarten

„Huhu! Schläfst du noch?“

„Hmmm?“ „Huhu! Hihi! Ich glaube, es geht, es geht wieder los.“

„Was geht, geht wieder los?“

„Huhu hihi!“

„Uwah uwah. Wer stört?“

Aufwachen! Hört ihr? Wacht auf! Die Gartenzeit, hört ihr, unsere Zeit, fängt wieder an. Hach, wie schön ist das! Oh, wie sehr ich mich freue!“

„Gartenzeit? Hm? Winterzeit ist’s noch und für uns Schlafenzeit.“

„Gewesen. Hihi. Hört ihr? Gewesen. Der Frühling ist nah. Nein, falsch, er ist da. Hurra!“

Nicht nah. Nein, nein. Da! Er ist da. Hurra!

Trubelig ging es zu im kleinen Geräteschuppen hinter den Gemüsebeeten in Oma Erdmanns Garten. Trubelig, laut und lustig.

Die Gartenzwerg, die sorgsam in Stroh verpackt hier ihr Winterplätzchen hatten, erwachten einer nach dem anderen aus dem Schlaf. Doch nicht alle waren gleich Feuer und Flamme. Man hatte da schon in früheren Jahren die Erfahrung mit der Unzuverlässigkeit des Frühlings, dieses launischen Kerls mit seinen verrückten Wettergesellen, gemacht. Kaum hatte man sich an die neue Zeit mit Licht und Sonne gewöhnt, schon wurde es wieder dunkel und kalt, manchmal sogar wieder eisig weiß im Garten. Man kannte das schon.

„Freut euch nicht zu früh“, schnarrte da auch schon der große Gartenzwerg mit dem Zylinderhut und der Gartenschere in der Hand.

„Morgen kann die Welt wieder ganz anders aussehen.“

„Müde. Ich bin noch müde“, murrte der Brillenzwerg, der mit der Nickelbrille und den dicken Büchern unterm linken Arm. „Die Schlafenszeit kann doch nicht zu Ende sein. Unmöglich.“ „Wer stört? Und warum seid ihr so laut?“, knurrte ein dritter Zwerg. Es war der Schubkarrenzwerg, der nur langsam aus dem Schlaf erwachte. „Immer diese Frühaufsteher!“

„Wacht endlich auf, ihr Schlafmützen!“, rief der

Rotzipfelmützenzwerg, der Rechen und Schaufel in den Händen hielt.

„Es gibt endlich wieder etwas für uns zu tun. Ist das nicht wundervoll?“

„Frühling ist’s, ergänzte ein Anderer. „Die Gartenzeit ist wieder da. Hurra!“ Laute Jubelrufe erschallten erneut und wild redeten die Zwerge durcheinander. „Wann kommt Oma Erdmann, uns zu befreien?“

Der Zwerg mit dem Zylinderhut, der immer etwas zu bemängeln fand, meldete sich wieder zu Wort.

„Ist es denn bewiesen, dass wir Frühling haben?“, fragte er und seine Stimme klang ungnädig, misstrauisch fast. „Man sollte sich nicht täuschen lassen.“

„Launeverderber“, rief der kleine Narrenzwerg mit der pink-gelb getupften Zipfelmütze. „Er ist da, der Frühling. Hört doch!“ Die Zwerge lauschten. Ja, sie hören ihn. Dieser Frühling sang sogar ein Lied. Laut hallte es durch den Garten:

„Froh zu sein, bedarf es wenig und wer froh ist, ist ein König.“

„Es ist das Lied des frohen, fröhlichen Frühlings“, sagte einer der Zwerge zufrieden. „Er singt aber mit der Stimme von Oma Erdmann“, grummelte der Zylinderzwerg, doch er grummelte es nur leise. Wenn Oma Erdmann guter Dinge war und ein Frühlingsliedchen sang, sollte man nicht länger zweifeln. Und leise summte nun auch er das Lied und alle Zwerge stimmten mit ein. Ein lustiger und sehr heiterer Zwergenchor.

„Froh zu sein, bedarf es wenig und wer froh ist, ist ein König.“



Text:: Ibrahim Güzel

Jause für die Pause



Die KundInnen der
Lebenshilfe Leoben
bei der Zubereitung
der Jause für ihre
KollegInnen



Hier
kocht
der Chef!





Mett mal anders

Zutaten:

12 Reiswaffeln
200 g Tomatenmark
2 Zwiebeln
2 TL Gemüsebrühe
600 ml Wasser
Petersilie
Salz & Pfeffer

Und so wird's gemacht:

Die Gemüsebrühe in lauwarmen Wasser auflösen.
Die Brühe in eine Schale zum Einweichen der Reiswaffeln geben. Alle Reiswaffeln nacheinander für ca. 20 sek. unter Wasser drücken. Die eingeweichten Reiswaffeln in eine andere Schale geben. Zwiebeln in Würfel schneiden und Tomatenmark, Olivenöl und Petersilie dazugeben. Alles gut durchmischen die Reiswaffeln mit einer Gabel klein drücken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Eiaufstrich

Zutaten:

6 Stk. Eier hartgekocht
200 g Topfen
100 g Mayonnaise
Schnittlauch
Salz
Pfeffer

Und so wird's gemacht:

Die hartgekochten Eier schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Schnittlauch waschen und fein schneiden. Den Topfen und die Mayonnaise gut verrühren, Eier und Schnittlauch einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



Karottenaufstrich

Zutaten:

250 g Topfen
1 Becher Sauerrahm
2 Stk. Karotten
1 Stk. Zwiebeln
Salz

Und so wird's gemacht:

Topfen und Sauerrahm gut vermengen. Die Zwiebeln schälen und fein hacken, die Karotten schälen und raspeln. Zwiebeln und Karotten unter den Topfen mengen und mit Salz abschmecken.

