

HEFTTHEMA:

Umgang mit Trauer: Damit niemand allein ist.



Liebe Eltern und Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser!

Über den Tod zu reden, ist nicht leicht. Aber es hilft. Daher widmen wir uns in dieser Ausgabe einem Thema, um das wir vielleicht am liebsten einen großen Bogen machen. Nur wird das nicht bis in alle Ewigkeit möglich sein. Wie aber kann es gelingen, miteinander ins Gespräch zu kommen, wenn wir plötzlich einen geliebten Menschen verlieren? Wenn die Stille nur noch Leere ist? Wie finden wir dann zur Lebensfreude zurück?

Keine leichten Fragen. Doch es lohnt sich, darüber zu sprechen, sagt Hans Reinhard Wendt, der sich mit seinem 35-jährigen Sohn Thomas aktiv mit dem plötzlichen Tod der Ehefrau und Mutter auseinandersetzte. Vater und Sohn

konnten sich letztendlich gegenseitig stärken und die ermutigende Entdeckung machen: Gemeinsam geht es leichter, etwas so Schweres zu tragen. (Seite 8)

Mut, sich den Emotionen zu stellen, sie zeigen zu dürfen und zu erfahren: Ich bin nicht allein! Genau das tröstet in solchen Situationen, sagt Trauerbegleiterin Gina Krause. Wir stellen sie und ihr Buch »Menschen mit Behinderung in ihrer Trauer begleiten« vor, einen wunderbaren Praxisbegleiter für das Leben, wenn es um solche Fragen geht: Wie trauert man eigentlich ohne aktive Sprache? Was kann helfen, den Verlust zu begreifen? Wie gehen wir zu Hause oder in der Einrichtung mit einem Trauerfall oder

- 4 Aktuelles**
18. Down-Sportlerfestival
- 7 Buchtipps**
Recht auf Teilhabe
- 8 Familie**
Abschied nehmen
- 10 Interview**
Gemeinsam trauern
- 12 Barrierefreiheit**
Leichte oder Einfache Sprache?
- 14 Älterwerden**
Was wird aus Nico?

10 Gemeinsam trauern



© pressmaster/fotolia

12 Barrierefreiheit



© vectorfusionart/fotolia

16 Inklusion



© Halfpoint/AdobeStock

- 16 Inklusion**
Welche Schule für welches Kind?
- 18 Ein Rezept**
Die Burger-Initiative
- 20 Elternseite**
Kreative Impulse: So wird es leichter!
- 22 Inklusiver Zirkus**
Reise in die Südsee

Trauernden um? Lesen Sie selbst, im Bericht über die Autorin und ihr Buch auf Seite 10. Und weil es auch im ganz gewöhnlichen Alltag in unseren Familien nicht immer leicht ist, geben wir Ihnen auf Seite 20 ein paar kreative Impulse zum Kraft tanken. Viel Spaß beim Lesen und Selberschreiben!

Wir freuen uns auch über Ihre Anregungen für unsere MITTEILUNGEN.

Ihre Redaktion im Arbeitskreis Down-Syndrom e.V.
gabriele.rejschek-wehmeyer@down-syndrom.org

Zum Titel:

Das Foto von Conny Wenk zeigt Promikoch Simon Tress und seine Assistentin Anna. Es stammt aus dem Buch #46PLUSKOCHT Voll lecker des 46PLUS Down-Syndrom Stuttgart e.V. (neufeld-verlag.de). Ein tolles Rezept aus dem Bildband gibt es in dieser Ausgabe auf Seite 18.