

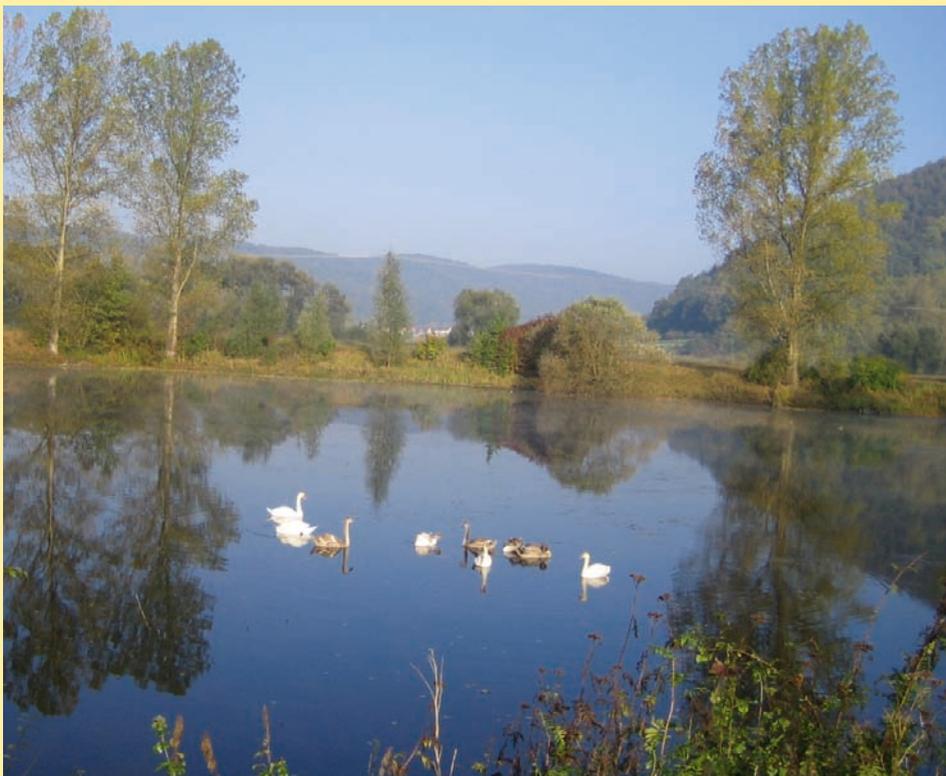
Steirische Gesellschaft für Muskelkranke

# musculus

September / 2006



STEIERMARK



Aus dem Inhalt

Barrierefrei wohnen

Mein Urlaub in Friaul

Mit dem Rollstuhl in die Grazer Oper

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	1
Barrierefrei wohnen .....	2
Q10 .....	3
Sommerfest im Gansrieglhof .....	4
Mein Urlaub in Friaul .....	5
Mit dem Rollstuhl in die Grazer Oper .....	8
Sommergedanken .....	10

# Einladung zu unseren nächsten Gruppentreffen:

Donnerstag, 28. September 2006

Donnerstag, 30. November 2006

Zeit: 18 Uhr

Ort: Salvatorpfarre Graz

Wo: Robert-Stolz-Gasse 3

8010 Graz

### Impressum:

Steirische Gesellschaft für Muskelkranke

Elke Trummer

Mühlgasse 6, 8330 Feldbach

Tel.: +43(0)3152/2722, Fax: +43(0)3152/434016

E-mail: muskelkranke-stmk@aon.at

Internet: <http://www.muskelkranke-stmk.at>

Bankverbindung: Südoststeirische Sparkasse

Konto-Nr.: 0000-000828, BLZ 20809

Druck: Reha Druck, Graz



## **Liebe Freunde,**

herzlich begrüße ich alle Leser nach diesem Sommer, den hoffentlich alle genießen konnten. Ich selbst habe eine wunderschöne Reise ins Friaul erlebt, von der ich in diesem Heft berichten werde. Auf die Genüsse der kommenden Opernsaison möchte Ute Puymann allen Rollstuhlfahrenden und ihren BegleiterInnen mit ihrem Artikel Lust machen.

Dass wir auch ohne Nahrungsergänzungsmittel gesund leben können und der Werbung nicht alles glauben dürfen, was sie uns verspricht, soll eine Information über Q10 nahe bringen. Wer sein Haus rollstuhlgerecht umbauen möchte, bekommt mit einer neuen CD, die wir hier vorstellen, wertvolle Informationen.

Herzlich bedanken möchte ich mich für die beiden Rollstühle, die uns von Familie Ellmer aus Schladming geschenkt wurden.

Weil viel Arbeit auf uns wartet, wünsche ich mir, dass recht viele Mitglieder zum nächsten Gruppentreffen kommen können. Der Weihnachtsbasar, der auch

in diesem Jahr am ersten Adventwochenende stattfindet, soll vorbereitet werden. Vor allem aber müssen wir den Termin für unser 20-jähriges Jubiläum im nächsten Jahr festlegen und Ideen für die Programmgestaltung sammeln.

Ein herzliches Dankeschön allen MitarbeiterInnen an diesem Heft.

Ich freue mich auf ein Wiedersehen beim nächsten Gruppenabend.

Ihre

***Elke Trummer***

*Präsidentin*

# Weihnachtsbasar vom 1. – 3. Dezember 2006

Ort: Feldbach, Mühlgasse 6

Wieder findet am 1. Adventwochenende unser traditioneller Weihnachtsbasar in der Wohnung von Elke Trummer statt.

Alle sind herzlich eingeladen, uns für diesen Anlass Selbstgemachtes, Selbstgebasteltes oder sonstiges Weihnachtliches zu spenden, damit wir mit dem Erlös unseren Hilfsfond auffüllen können. Jede Spende ist willkommen.

## Barrierefrei wohnen

Das Institut für Sozialdienste (IfS) in Bregenz gab Anfang Juni eine neue CD seiner Beratungsstelle für Menschengerechtes Bauen heraus, die wertvolle Tipps für Hausbauer, Planer, Architekten und alle Interessierte enthält.

Unter der Leitung von Baumeister Ing. Hermann Mayer werden in dieser CD wesentliche Aspekte des barrierefreien Planens und Bauens im Wohnbau dargestellt.

Als übergeordnetes Ziel aller Überlegungen und Bemühungen lässt die Broschüre erkennen, dass es den Herausgebern ein Anliegen ist, dem behinderten Menschen ein möglichst unabhängiges und selbständiges Leben zu ermöglichen. Das bedeutet, dass beim Planen und Bauen jeweils von den individuellen Bedürfnissen des zukünftigen Bewohners ausgegangen werden muss, wobei die Maßangaben der ÖNORM B 1600 und B 1601 bei Wohnungen für mobilitätseingeschränkte Menschen als

Richtlinien gelten können.

In 20 übersichtlichen Kapiteln werden neben den allgemeinen Planungsgrundlagen das gesamte Wohnumfeld und viele Details mit berücksichtigt. Zum besseren Verständnis wurden die Texte durch aussagekräftige Skizzen und Fotos ergänzt.

Darüber hinaus enthält die Broschüre auch eine Checkliste, Literaturhinweise, Adressen hilfreicher Beratungsstellen, und es werden Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung aufgezeigt.

Die CD ist zum Preis von € 20,00 erhältlich und kann unter folgender Adresse bestellt werden:

Beratungsstelle für  
Menschengerechtes Bauen  
6840 Götzis

Tel.: 05523/55826

e-mail: menschengerechtes.bauen@ifs.at

Quelle: BIZEPS, Artikel von Manfred Srb vom 25. Juni 2006

# Q10

Das Geschäft mit den Nahrungsergänzungsmitteln boomt. Täglich werden wir in allen Medien mit werbewirksam geschalteten Inseraten konfrontiert, die uns Gesundheit, Vitalität und Fitness bis ins hohe Alter versprechen. Q10 hat als Herzwundermittel Schlagzeilen gemacht und wird als unerlässliches Mittel für den Zellschutz und die Energieversorgung des Körpers angepriesen.

Was wissen wir über Q10?

Das Coenzym Q10 gehört zur Klasse der Ubichinone. Dies sind Substanzen, die überall in der Natur verbreitet sind und von beinahe allen lebenden Zellen hergestellt werden können. Sie sind als eine wichtige Komponente im Elektronentransport innerhalb der Atmungskette an Prozessen der intrazellulären Energiebereitstellung beteiligt und kommen in allen Lebewesen in recht großer Menge vor. Man nimmt an, dass wir mit unserer normalen Nahrung täglich eine genügende Menge dieser Substanz aufnehmen, wobei Fleisch und Geflügel, Hülsenfrüchte, Nüsse und bestimmte pflanzliche Öle als besonders reichhaltige Quellen des Q10 gelten. Darüber hinaus wird Coenzym Q10 auch durch den menschlichen Organismus selbst gebildet.

Ob eine zusätzliche Aufnahme von Coenzym Q10 zu einer Steigerung der Leistungsfähigkeit und der Gesundheit sowie zu einer Stärkung der Abwehrkräfte führt, wie die Hersteller und Vertreiber des Nahrungsergänzungsmittels propagieren, ist nicht gesichert. Eine Stellungnahme des deutschen Bundesinstituts

für gesundheitlichen Verbraucherschutz und Veterinärmedizin, die sich mit der ernährungsmedizinischen Beurteilung von Werbeaussagen zu Coenzym Q10 beschäftigt, kommt zu dem Schluss:

„Für den Stoff Coenzym Q10 wird geschätzt, dass die Menge der täglichen Aufnahme im Rahmen der üblichen Ernährung bei 2-20 mg liegt. Im Rahmen einer Nahrungsergänzung mit diesem Stoff bestehen nach derzeitigem Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse bei Einhaltung von täglichen Verzehrmenngen von 10 bis höchstens 30 mg Coenzym Q10 aus ernährungsmedizinischer Sicht keine gesundheitlichen Bedenken, auf deren Basis sich eine diesbezügliche Supplementierung verbieten würde. **Dezidierte Aussagen über einen etwaigen besonderen ernährungsphysiologischen Nutzen oder eine etwaige Verbesserung von Körperfunktionen oder der Leistungsfähigkeit des Menschen durch die zusätzliche Aufnahme von Coenzym Q10 neben der sonstigen Nahrung können gegenwärtig nicht als belegt angesehen werden. Verträglichkeit und etwaiges Risikopotential einer zusätzlichen Gabe von Coenzym Q10 sind insgesamt nicht ausreichend untersucht.**“

[http://www.bfr.bund.de/cm/208/ernaehrungsmedizinische\\_beurteilung\\_von\\_werbeaussagen\\_zu\\_coenzym\\_q\\_10.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/208/ernaehrungsmedizinische_beurteilung_von_werbeaussagen_zu_coenzym_q_10.pdf)

# Sommerfest im Gansrieglhof

Nicht ganz leicht zu finden, rund herum nur Gegend, aber viel Platz für Rollstuhlfahrer zur Begegnung beim traditionellen Sommerfest im Gansrieglhof: Es ergaben sich angeregte Gespräche bei gutem Essen und Trinken. Herzkirschchen und ein Gewitter zum Abschluss rundeten das Fest ab. Hier ein paar Einblicke für die, die nicht dabei sein konnten:



# Mein Urlaub in Friaul



Mitte Juli starteten wir zur Reise ins Friaul. Ich hatte sie mir zum 60. Geburtstag gewünscht. Wir waren fünf Personen: mein Neffe Ingo, der mein Auto lenkte, meine Schwester Irmtraud, die uns die schönsten Plätze zeigte und immer gute Lokale wusste, Daniela, die mich betreute, meine Kusine Ingrid und ich, die wir uns verwöhnen ließen.

Nach langem Suchen und mehreren Telefonaten und Faxen in englischer und italienischer Sprache hatten wir ein rollstuhlgerechtes Hotel in Udine gefunden.

Von Feldbach fuhren wir über die slowenische Autobahn bis Lipica.

Dort stärkten wir uns zuerst mit Karstschinken und Rotwein für den Rundgang durch das Gestüt. Die Heimat der Lipizzaner liegt mitten im Karst. Es ist ein großzügiges Gelände mit schönen alten Stallungen und den dazugehörigen Häusern samt einer kleinen Kirche, zu der allerdings etliche Stufen führen. Bis auf die Kirche ist aber alles mit dem Rollstuhl gut erreichbar.

Weiter ging es zu unserem Standquartier in Udine. Das Hotel „La di Moret“ hat ein sehr schönes Rollstuhlzimmer und ist mit einem geräumigen Lift im Parterre erreichbar. Die Betten sind teilbar und was für mich besonders

wichtig ist, unterfahrbar, da ich auf Reisen meinen Hebelifter benutze. Das Badezimmer ist groß, mit Dusche ohne Duschtasse und klappbarem Sitz an der Wand. Das Waschbecken ist unterfahrbar und nicht zu hoch. Nach einem reichhaltigen Frühstück fahren wir am nächsten Tag nach Cividale: eine schöne, kleine Stadt am Natisone mit wunderschönen langobardischen Kunstwerken. Mit dem Rollstuhl ist es problematisch. Weiter ging es durch die schönen Weinberge des Collio. Das Mittagessen nahmen wir bei „Ponte del Trussio“ in Ruttars zu uns. Es gab einen herrlichen Gastgarten. Über Dolegna, Massa und Capriva fahren wir nach Gorizia, wo wir einen Spaziergang zwischen schönen alten Häusern machten. Dann stand der Besuch eines Weingutes am Programm. Castello Santanna in Spessa ist ein großes Weingut mit herrlicher Lage auf einem Hügel und wunderbarem Blick auf die Täler und Berge des Friaul. Natürlich mussten wir den köstlichen Wein probieren. Dazu gab es beste Salami und Montasio Käse. Beschwingt ging es zurück nach Udine.

Am Samstag fahren wir über Triest (kleiner Bummel am Hafen) nach Opicina. Dort fanden wir ein sehr gutes Lokal: „Antica Trattoria Valeria“; es hatte keine Stufen, aber das Rollstuhlklo im 1. Stock! Es gab köstliches Essen! Weiter ging es durch den Karst: Monrupino, Sganico, Timaro und Karstquelle (bei Monfalcone). Sonntag hieß es: Auf nach Gradis-

ca! Dort war ein großer Flohmarkt. Natürlich erstanden wir einige sehr schöne Dinge. Gradisca ist eine hübsche alte Stadt mit Stadtmauern und Parkanlagen. Dort hat es mir am besten gefallen. Meine Schwester fand wie immer ein hübsches Lokal ohne Stufen: „Ai Tre Amici“. Wir nahmen ein opulentes Sonntagsmahl zu uns. In bester Laune besichtigten wir das Hotel „Al Ponte“, welches ideal für Rollstuhlfahrer ist. Zimmer 123 im Parterre mit Verbindungstür zu 122; Betten trennbar und unterfahrbar; geräumiges Bad; große Halle und schöner Frühstücksraum. Das Ristorante liegt nebenan mit einer Stufe. Mit einem Besuch in Duino ließen wir den Tag ausklingen.

Am nächsten Morgen war es, wie immer, schön und klar. Es hatte jeden Tag 36 °C. Wir fahren nach Tricesimo und dann weiter nach Attimis, wo es schöne Burgen, Wälder, Berge und viele herrliche Weingärten gibt. Durch Faedis und Nimis fahren wir die kleinen Dörfer und Weingärten hinauf zum Castelmonte. Es war ein schöner Blick von der Terrasse, aber nur über Stufen zu erreichen. Es gab einen Lift in die Wallfahrtskirche, der aber für Rollstuhlfahrer leider nicht geeignet ist. In der Nähe von Cividale fanden wir ein praktisches Lokal „Alla Brace“ mit Rampe. Danach fahren wir weiter über den Collio zur Trattoria „Sgubin“. Es war eine schöne Aussicht, aber die Terrasse war ebenso nur über 5 Stufen erreichbar. Plötzlich ging die Luft im linken

Vorderrad meines Rollstuhles aus. Wir hatten einen Dorn erwischt. Da wir im Hotel zu Abend essen wollten, war es nicht weiter schlimm. Auf der Heimfahrt umrundeten wir den Lago de Doberdo. Er hatte sehr wenig Wasser, da es schon lange nicht mehr geregnet hatte.

Am nächsten Morgen klebte Ingo den Schlauch vom Rollstuhlrad. Nach einem üppigen Frühstück vom Buffet fuhren wir auf der Autobahn über Koper bis Portoroz. Ich wollte mir ein Hotel am Meer suchen, das für Rollstühle geeignet ist. Direkt im Ort gibt es Hotels mit schönen Rollstuhlzimmern: mit großem Bad, Lift, unterfahrbaren Betten, in mehreren Preisklassen. Aber man muss zweimal die sehr befahrene Straße überqueren, damit man zu einem schmalen Streifen am Meer kommt. So stelle ich mir meinen Urlaub am Meer nicht vor. Etwas außerhalb von Portoroz in Richtung Piran haben wir das Hotel Histrion gefunden. Dieses Hotel besitzt 2 Rollstuhlzimmer: teilbare und unterfahrbare Betten, geräumige Bäder mit Dusche, praktische Waschbecken, Lift zum Meer, Hallenbad, Swimming Pool und Badeplatz am Meer, Promenade am Meer bis Piran. Ich habe dort für 10 Tage im August gebucht und werde bei nächster Gelegenheit darüber berichten. Mit Station in Gradisca ging es wieder zurück. Dort hatten wir ein herrliches Lokal entdeckt: „Mutin Vecio“. Am Bach drehte sich ein altes hölzernes Mühlrad, und

Nachtigallen und Zikaden boten uns eine Abendmusik. Paradiesisch! Köstliche Speisen!

Unser letzter Tag brach an. Es war heiß, und es gab klare Fernsicht. Von Udine ging es durch ein schönes Tal nach Koarid. Dort stärkten wir uns für die Fahrt ins Soca-Tal. Über den Vrsic-Paß mit 25 Kehren fuhren wir auf 1611m hinauf und in 25 Kehren wieder hinunter nach Kranska-Gora. Es gab eine überwältigende Fernsicht mit Blick auf den Triglav. Durch den Karawankentunnel ging es über die Autobahn nach Graz und Feldbach. Es waren herrliche sieben Tage. Wir haben viel erlebt und köstlich gegessen und getrunken. Friaul ist nicht nur eine, sondern mehrere Reisen wert.

*Elke Trummer*

# Mit dem Rollstuhl in die Grazer Oper

Ich will es gleich vorweg nehmen: Ein Opernbesuch im Rollstuhl ist jetzt problemlos zu bewältigen! Wie war es jedoch früher?

Bei meinem ersten Opernbesuch mit zwölf Jahren (ich sah die Zauberflöte) war ich vom Metier Oper und von dem Zauber, der von unserem schönen Opernhaus ausgeht, begeistert, und diese Faszination ließ mich nie mehr los. In der Oberstufe des Gymnasiums gab es wohl keine Operninszenierung, die ich ausgelassen hätte, und einige Opern sah ich mehrmals in einer Saison. Otto Wiener als Hans Sachs in der Oper „Die Meistersinger von Nürnberg“ – diese Rolle sang er später mehrmals sogar in Bayreuth – musste man doch öfter hören und sehen! Es kam durchaus vor, dass meine Schulfreundinnen und ich mit dem schwarzen Kleid am Nachmittag in der Schule saßen, um anschließend gleich in die Oper zu gehen. Bei Opern von Richard Wagner, die bereits um 18 Uhr begannen, durften wir sogar früher den Unterricht verlassen. Der Theaterbesuch wurde ja auch klugerweise von der Schule durch die Vermittlung von durchaus preisgünstigen Jugendkarten gefördert. Da unser Schauspielhaus in dieser Zeit wegen Baufähigkeit geschlossen war, wurden auch große Schauspiele im Opernhaus aufgeführt. Viele Damen meines Alters werden sich sicher an den hinreißenden Walther Reyer als

Romeo erinnern, den wir nur ungern an das Burgtheater in Wien ziehen ließen.

Von den damaligen Aufführungen waren aber nicht nur wir begeistert, sondern auch unsere Eltern. Die wunderbaren Inszenierungen ohne Provokationen und Skandale wurden allgemein gelobt, denn die Regisseure dienten dem Werk und benutzten es nicht, um sich selbst in Szene zu setzen.

Damals war für mich, die ich zwar schon mit einer seit etlichen Jahren bestehenden Muskeldystrophie konfrontiert war, der Opernbesuch kein Problem, konnte ich doch noch Stufen steigen und vom Sessel aufstehen. Später ging auch das nur mehr mit Hilfe.

Als schließlich der an und für sich als Erlösung empfundene Rollstuhl kam, bildeten die Stufen ein Hindernis. Starke Männer standen mir nur selten zur Verfügung. Im Zuschauraum gab es außerdem so gut wie keinen ebenen Platz. Ein paar Stunden in einem in zwei Richtungen schiefen Rollstuhl zu sitzen verminderte doch sehr den Genuss. In eine Loge konnte ich nicht gelangen, da die Türen zu schmal waren. Hindernisse über Hindernisse ...

Einen Teil des Problems löste schließlich eine Hebebühne, die bei einem Seitenaufgang installiert wurde. Auch der Zugang war Rollstuhl gerecht, automatische Türen er-

leichterten den Eintritt. Das Auto durfte man innerhalb des Geländes des Opernhauses parken, allerdings versperrte ein Schranken den Zutritt und trotz vorheriger telefonischer Ankündigung musste meine Schwester wiederholt erst jemanden suchen, der Abhilfe schaffen konnte. Bei Regen oder Schnee war allerdings auch dieser Parkplatz problematisch.

All diese Probleme gehören zum Glück der Vergangenheit an. Mit dem Bau der Tiefgarage Rosarium (Einfahrt Opernring / Ecke Hammerlinggasse) wurde das Parkproblem gelöst und vier großzügig bemessene Behindertenparkplätze direkt neben dem Zugang zum Lift ins Opernhaus ermöglichen ein bequemes Aus- und Einsteigen. Durch das Einlösen eines Tickets an der Abendkasse vor der Aufführung bzw. an einem speziellen Platz in der Pause zahlen die Besucher auch nur einen reduzierten Betrag (ich glaube momentan € 5,-) und können bis nach Mitternacht parken, also nach der Aufführung auch noch ein Gläschen Wein in der Stadt trinken.

Bei der Generalsanierung des Opernhauses dachte man endlich daran, für Rollstühle Stellplätze zu schaffen. In der letzten Reihe des Parketts wurden rechts und links jeweils drei Sitze entfernt und zwei Rollstuhlplätze eingerichtet, so dass vier Rollstuhlfahrer pro Aufführung bequem Platz haben. Der Boden ist eben und aus Holz, also gut befahrbar. Rechts oder links ist jeweils ein Sitzplatz

für die Begleitperson vorgesehen, so dass man nicht wie früher allein sein muss. Da man im Rollstuhl auch etwas höher sitzt, ist außerdem die Sicht sehr gut.

Schön ist es, dass der Rollstuhlplatz nur mehr so viel wie ein Stehplatz kostet, und für die Begeleitperson der halbe Preis verrechnet wird. Da ich nunmehr zwei Begleitpersonen benötige, bin ich dankbar, dass ich nur mehr für eine Karte den vollen Preis bezahlen muss. Voraussetzung für den Erwerb dieser speziellen Karten ist die Vorlage eines Ausweises nach § 29b StVO oder eines Behindertenpasses. Meine Daten sind bei der Theaterkasse registriert und es genügt der Hinweis darauf bei der telefonischen Bestellung der Karten (Tel. Nr. 0316/8008-8000).

Die kommende Saison wartet mit sicherlich interessanten Neuinszenierungen auf (Carmen, Zar und Zimmermann, Der Nussknacker, Rigoletto, Der fliegende Holländer, Der Evangelimann, La clemenza di Tito, La Traviata etc.) Ich freue mich auf einige davon!

Habe ich Ihnen/Euch Lust auf einen Opernbesuch gemacht? Vielleicht treffen wir uns einmal in unserer schönen Grazer Oper!

Ute Puymann

# Sommergedanken

In jedem Jahr wieder freue ich mich sehr auf das Sommerfest im Gansrieglhof. Er ist barrierefrei erreichbar und man ist dort gut vorbereitet auf Menschen mit Behinderung. Außerdem sind die Wirtsleute immer sehr höflich, gut gelaunt und hilfsbereit. Da in unserer Gruppe viele Muskelkranke oder deren Angehörige aus unterschiedlichen Regionen der Steiermark kommen, ist dieses Fest oft die einzige Möglichkeit im Jahr einander zu treffen. Vielen ist der Weg zu den Gruppenabenden in der Salvatorpfarre zu mühsam oder zu aufwendig oder gar nicht möglich. In der entspannten Atmosphäre des Gansrieglhofes kann man sich ungezwungen unterhalten, Erfahrungen austauschen oder auch einfach nur über seine Krankheit erzählen. Man gibt einander Tipps über Hilfsmittel und deren Finanzierung. Aber es kommen auch tolle private Gespräche zustande, zu denen man bei den Gruppentreffen meistens keine Zeit hat.

Der Sommer ist die Zeit der Freiluftveranstaltungen: für uns Muskelkranke bei den warmen Temperaturen sehr angenehm, wenn es nicht regnet. So besuchte ich unlängst im ehemaligen Schwarzenegger Stadion – jetzt UPC Arena – das Fußballspiel Reggiana gegen Real Madrid. Das Stadion ist für behinderte Menschen



recht gut geeignet. Der einzige Nachteil ist, dass kein Behindertenparkplatz beim Stadion ist und man die teure Variante der Tiefgarage (8 Euro pro Spiel) wählen muss. Doch gibt es genügend rollstuhlgerechte WCs. Für Rollstuhlfahrer ist der Eintritt frei, und Begleitpersonen zahlen den halben Preis. Da Real Madrid einer der bekanntesten Vereine Europas ist, war um die Stars ein großes Gedränge, vor allem um den „Überstar“ Beckham, ein Hype, dem meiner Meinung nach seine fußballerischen Leistungen nicht entsprechen. Leider war es an diesem Tag sehr kalt, und es regnete wie aus Kübeln. Gottseidank hatte ich meine Regenkluft mit.

Ich freue mich, dass bei solchen Großveranstaltungen nun auch schon mehr an uns behinderte Mitmenschen gedacht wird. Das hat sich in den letzten Jahren doch verbessert. So war ich am Samstag dann auch noch in Wien beim Robbie Williams Konzert vor 55000 Zusehern. Schon die Vorabbeschilderung zum Happelstadion war hervorragend. Ich war mit meinen Freunden mit dem PKW angereist. Die Behindertenparkplätze

befanden sich direkt im Stadion, also ganz leicht zugänglich, und es gab ausreichend Platz. Um das Stadion herum waren zahlreiche Mobil-WCs wie auch größere Anlagen mit barrierefreiem Zugang und Haltegriffen aufgestellt. Vom Parkplatz bis zum Inneren des Konzertes waren es keine 100m. Für Rollstuhlfahrer und schwer Gehbehinderte war eine erhöhte Plattform geschaffen worden. Von hier aus hatte man eine tolle Sicht zur Bühne und war außerdem geschützt vor der drängenden Masse. Direkt beim Zugang hatte man auch noch ein WC für Rollstuhlfahrer errichtet. Zudem waren drei Helfer bereitgestellt für kleinere Hilfsdienste. Mir haben das Konzert und die Show von Robbie Williams sehr gefallen. Ich kann nur jedem Interessierten raten, so ein Ereignis zu besuchen. Man braucht keine Angst zu haben, es wird gut gesorgt für einen und an die Bedürfnisse der Behinderten gedacht. Zur Zeit rauscht das Thema Pflege durch den Blätterwald. Es ist Wahlkampfzeit, und das sensible Thema wird verpolitisiert. Eines der reichsten Länder der Welt entdeckt, dass es mehr Geld in den Pflegebereich investieren muss. Darüber sind sich alle politischen Parteien einig, aber ein gemeinsames Konzept ist nicht in Sicht. Dieses gäbe es nur, wenn sich alle an einen gemeinsamen Tisch setzen und uns Betroffene mit einbeziehen würden. Mir fällt auch auf, dass wenig über bedarfsgerechte Wohnformen an Stelle von Heim-

plätzen zu hören ist, und das Thema „Persönliche Assistenz“ kommt gar nicht zur Sprache. Bei uns werden bis zu 80 Prozent aller Betroffenen zu Hause von Angehörigen gepflegt und im Bedarfsfall von Helfern aus Osteuropa unterstützt. Viele sind heilfroh über diese Hilfe, da es an Alternativen fehlt. Besonders im ländlichen Bereich gibt es gar keine andere Möglichkeit. Die Betreuung durch mobile Dienste bleibt ein nahezu unerfüllter Wunsch. Das Hauptproblem im Pflegebereich sehe ich darin, dass Angebot und Qualität stimmen sollen, und zwar zu einem Preis, den man sich leisten kann. Wichtig für uns ist, dass wir uns ein Netzwerk aufbauen. Gottseidank gibt es da unsere Selbsthilfegruppe, in der wir alle an diesem Netz weben können.

*Euer Harald*

# Wir gratulieren

**Frau Dr. Claudia Wörle hat ihre Facharztprüfung bestanden und geheiratet.**

Zu beiden Anlässen gratulieren wir herzlich und wünschen ihr und ihrem Partner Glück und Segen auf dem gemeinsamen Lebensweg. Ihr neuer Name, unter dem wir sie ab jetzt erreichen können, ist: Frau Dr. Claudia Bregant

## Tipps und Hinweise

### **Freie Plätze im neuen Studentenheim in Graz**

In verschiedenen Inseraten wurde in den letzten Monaten darauf hingewiesen, dass im neuen Studentenwohnheim Greenbox in Eggenberg noch Plätze frei sind. 10 Wohnungen für RollstuhlfahrerInnen sind noch unbesetzt, hieß es in der Bunten Rampe. Weitere Informationen: Theresia Eisel-Eiselsberg; Studentenheim Greenbox Graz; Eggenberger Allee 31; 8020 Graz; Tel. 0664 8418596. Bürozeit: Mittwoch 8 - 12 Uhr. [info@greenbox-graz.at](mailto:info@greenbox-graz.at)

### **Fachmesse integra 2006**

Vom 20. bis 22. September 2006 findet Österreichs größte Fachmesse für Menschen mit Behinderung statt. Die Fachmesse Integra steht für Integration und Rehabilitation. Sie findet am Messegelände in Wels statt. Öffnungszeiten sind von 9:00 bis 17:30 (am Freitag bis 17:00). Es gibt zahlreiche Workshops und Sonderveranstaltungen sowie Informati-

onen über neue Hilfsmittel. Info unter: [www.integra.at](http://www.integra.at)

### **Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung: 0316/ 877-2745**

Mag. Siegfried Suppan  
8010 Graz, Hofgasse 12/P; e-mail: [amb@stmk.gv.at](mailto:amb@stmk.gv.at)  
Öffnungszeiten des Büros: Montag bis Freitag 8.30 bis 12.30 Uhr

### **Formulare für den Bereich Behinderung**

findet man unter: <http://www.basb.bmsg.gv.at/> oder <http://www.behindert.or.at/>

### **Neu in Graz**

September die Nummer 8011 können gehbehinderte Menschen Taxis bestellen, welche sie ab sofort auch in die Fußgängerzone bringen. Wenn Sie Freifahrten vom Magistrat beziehen oder zum Kreis der begünstigten Behinderten gehören, können Sie sich auf eine Liste setzen lassen, um

dieses Angebot in Anspruch nehmen zu können. Nähere Informationen erhalten Sie bei Frau Mag. Loibner, Tel.0316 462146 vom Taxi 878.

### **Barrierefreie Arztpraxen**

Auf der Homepage der Steiermärkischen Ärztekammer: [www.aekstmk.or.at](http://www.aekstmk.or.at) kann man unter Service eine Abfrage mit dem Vermerk Rollstuhlfahrer starten.

### **Patientenverfügungen**

Ab 1. Juni 2006 gibt es ein neues Gesetz, das die Voraussetzungen und die Wirksamkeit von Patientenverfügungen regelt. Es wird in Hinkunft zwischen verbindlichen und beachtlichen Patientenverfügungen unterschieden. Erstere muß schriftlich vor einem Rechtsanwalt oder Notar errichtet werden, letztere erfüllt diese Voraussetzung nicht, ist aber dennoch im Krankheitsfall zu beachten.

## **Veranstaltungen**

### **Behindertenpolitische Abende 2006 – ON TOUR**

#### **Liezen:**

21. September 2006,  
18 Uhr, Kulturhaus,  
Kulturhausplatz 1, Liezen.  
ReferentInnen: Barbara  
Levc, Wolfgang Mizelli,  
Rosina  
Schneeberger, örtliche  
ReferentIn.

#### **Weiz:**

23. November 2006, 18 Uhr,  
Pfarrsaal im Pfarrzentrum  
Weizberg, Weiz.  
ReferentInnen: Barbara  
Levc, Wolfgang Mizelli,  
Rosina  
Schneeberger, Hannes  
Heuberger.

#### **Graz:**

7. Dezember 2006, 19 Uhr,  
Abschlußveranstaltung:  
Ein Jahr Bundesbehinder-  
tengleichstellungsgesetz.  
Erfahrungen und  
Ausblicke.  
Rathaus, Trauungssaal.  
ReferentInnen: Martin  
Ladstätter / Bizeps,  
Dr. Hansjörg  
Hofer / BMSG, Mag. Elke  
Niederl / Schlichtungsstelle  
BSB Stmk., Mag. Herbert  
Haupt / Bundesanwalt für  
Menschen mit  
Behinderung.

# Angebote

## Rollstuhl zu vermieten

Aufgrund eines Geschenkes von Familie Ellmer aus Schladming sind wir in der Lage, zwei Rollstühle zu vermieten. Einer davon ist bereits vergeben; der zweite ist noch frei. Maße: Sitzbreite 40 cm; Außenbreite 55 cm; Sitzhöhe 49 cm; Höhe der Rückenlehne 37 cm. Mit Sicherheitsgurt.

Kontakt: Elke Trummer, Mühlgasse 6, 8330 Feldbach. Tel.:03152/2722.

e-mail: elke.trummer@twin.at



## Treppenraupe

zum Überwinden von Treppen im Haus und im Freien im eigenen Rollstuhl, mit Batterie und Ladegerät, in einem größeren PKW transportabel, wenig gebraucht, um € 2.500,- zu verkaufen (Neupreis € 5.400,-); Überprüfung durch Fachfirma wird bezahlt.

Dr. Ute Puymann, Graz Mariatrost, Tel.: 0316/392109.

## Hometrainer

zu verleihen oder zu verkaufen:

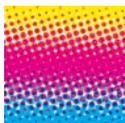
Kontakt: Elke Trummer,  
Mühlgasse 6, 8330 Feldbach.

Tel.:03152/2722.

e-mail: elke.trummer@twin.at



# RehaDruck



Wir sind Ihr zuverlässiger Partner für Design und Druck.

Kompetent, schnell und preiswert.

Kommen Sie zu einem persönlichen Beratungsgespräch,

um Ihren Druckauftrag optimal vorzubereiten.

Gerne erstellen wir für Ihre Drucksorten ein Angebot.

Das Lehrprojekt der Reha GmbH ermöglicht jungen Menschen mit Behinderung eine Lehrausbildung in den Berufen DruckvorstufentechnikerIn oder DrucktechnikerIn. Dabei steht, neben der Vermittlung theoretischer Inhalte, die praxisbezogene Ausbildung im Vordergrund.

Viktor-Franz-Straße 9  
8051 Graz

Tel (0316) 68 52 55

Fax (0316) 68 07 44

ISDN (0316) 68 07 55

rehadruck@rehadruck.at  
www.rehadruck.at

# Orthopädie-Technik

**Bandagist, Sanitätshaus,  
Reha-Artikel,  
Orthopädie-Schuhtechnik**

**Krankenbett-Mietservice**

# BECSKEI

GmbH

Orthopädie  die bewegt

Leibnitz, Kaspar-Harb-Gasse 5 Tel.: 03452 / 83841

Graz, Kärntner Straße 147 Tel.: 0316 / 272706-0

Deutschlandsberg, Grazer Straße 23 Tel.: 03462 / 5430



TISCHLEREI  
**STREITFELD**

ENTWURF ■ PLANUNG ■ AUSFÜHRUNG

MARTIN STREITFELD  
DIPLOM-FACHTECHNIKER  
FÜR INNENAUSBAU UND  
RAUMGESTALTUNG

VOLLHOLZMÖBEL FÜR DEN WOHNBEREICH  
BEHINDERTENGERECHTES WOHNEN  
INNENTÜREN ■ PARKETTböDEN

8280 FÜRSTENFELD ■ ÜBERSBACHGASSE 51c/5  
Mobil: 0676/72-47-610 ■ Fax: 03382/54-6-75