

**AKTUELLES**

**Interview mit Jugendbeiratsmitglied Henrike Hillmer über Sport mit Behinderung**

**„Es ist ganz normal, sich gegenseitig zu unterstützen“**

In Niedersachsen sind derzeit rund 34.400 Frauen mit einer Behinderung sportlich aktiv. Eine von ihnen ist Henrike Hillmer, Mitglied im niedersächsischen SoVD-Jugendbeirat. Die Redaktion des „Niedersachsen-Echos“ sprach mit der 24-Jährigen über ihren Sport und wie sie dabei mit ihrer Behinderung umgeht.

*Frau Hillmer, bitte erzählen Sie unseren Lesern ein paar Sätze zu ihrer Person.*

Ich bin 24 Jahre alt und seit 2010 im Landesjugendbeirat ehrenamtlich engagiert. Ich studiere Biologie an der Georg-August-Universität in Göttingen. Meine Behinderung nennt sich AMC. Das ist eine Versteifung der Gelenke an Armen und Beinen. Zu meinen sportlichen Aktivitäten gehören Line Dance, also der Tanz in Reihen mit fester Schrittfolge, meist zu Countrymusik. Und natürlich das Westernreiten.

*Wie sind Sie denn zum Reiten und zum Line Dance gekommen?*

Das Reiten begann mit Hippotherapie im Alter von acht Jahren und entwickelte sich zu Handicap-Reiten. Mit 16 hatte ich keine Lust mehr und hörte auf. Nach einer Operation 2008 begann ich - durch

Freunde ermuntert - mit dem Westernreiten. Auch zum Line Dance kam ich durch Freunde und tanze seit anderthalb Jahren.

*Hat es auch Grenzen gegeben aufgrund der Behinderung?*

Grenzen waren der lange Verzicht auf den Galopp und die Vereinfachung einiger Schritte beim Line Dance. Also ritt ich lange Zeit nur im Schritt und Trab und habe vereinfachte Schritte getanzt. Doch dies sind Dinge, die jedem Anfänger auch ohne Handicap zu Beginn passieren können. Natürlich ist das Aufsteigen auf das Pferd immer eine kleine Grenzerfahrung, aber mit einer Aufstieghilfe - die auch sehr viele Reiter ohne Handicap benutzen - geht auch das. Somit gab es immer nur Grenzen aufgrund der Behinderung und nie welche von außen. Ich habe nie jemanden getroffen, der gesagt hat: „Du wirst das nie richtig können, lass es doch gleich!“

*Erhalten Sie entsprechende Unterstützung?*

Ich benötige und erhalte vor allem beim Reiten beziehungsweise beim Umgang mit den Pferden Hilfe, da der Westerntersattel zwischen 15 und 20 Kilo wiegt und ich Schwierigkeiten habe, meine Arme zu heben. Gerade unter Reitern



**Henrike Hillmer auf ihrer Stute Nelly.**

ist es ganz normal, um Hilfe zu bitten und sich gegenseitig zu unterstützen.

*Gab es auch Rückschläge? Wenn ja, wie sind Sie damit umgegangen? Hatten Sie Zweifel?*

Es gibt immer mal Rückschläge, und an einigen Tagen klappt so gar nichts. Doch dann wird einfach wieder aufgegessen oder sich noch einmal auf die Tanzfläche gestellt und es noch einmal probiert. Kein Rückschlag und auch kein Sturz war je so stark, als dass er mich davon abgehalten hätte, Sport zu machen.

*Was möchten Sie anderen*

*Frauen mit Behinderung mitgeben? Haben Sie noch einen Ratschlag, wie jede Frau zu einer für sie persönlich angemessenen Sportart kommen könnte?*

Da gibt es nur einen sehr einfachen Rat: Probieren geht über studieren! Am besten, man zieht los und guckt, was Spaß aussieht und versucht es einfach mal. Mit etwas Glück findet man jemanden, der sich geschickt zeigt, mit ausprobiert und Lösungen findet, wie etwa meine beiden Reittrainerinnen und mein Line-Dance-Trainer.

*Vielen Dank für das Gespräch!*

**Der SoVD gratuliert Geburtstage**

Der SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V. kann erneut zahlreichen Mitgliedern zu ihren hohen Geburtstagen gratulieren.

**Wilhelmine Krüger** vom Ortsverband Hannover-Mitte feierte am 22. August 2011 ihren 92. Geburtstag. Sie trat vor 35 Jahren dem damaligen Reichsbund bei. **Walter Mertins** (Ortsverband Bündheim-Schlewecke) beging am 15. September 2011 seinen 90. Geburtstag. Er ist seit 1962 SoVD-Mitglied. Auf eine langjährige Mitgliedschaft kann auch **Katharina Busch** (Ortsverband Ebersdorf) zurückblicken: Sie trat 1980 in den SoVD ein und feierte am 26. September 2011 ihren 91. Geburtstag. Im Ortsverband Nordenham beging am 29. September 2011 **Hildegard Timm** bereits ihren 100. Ehrentag. Sie trat schon 1949 dem Verband bei und ist damit ein Mitglied der ersten Stunde. Auch **Walter Bieler** vom SoVD-Ortsverband Veltenhof ist seit vielen Jahrzehnten dem Verband treu und wurde am 2. Oktober dieses Jahres 90 Jahre alt.

Der SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V. wünscht den Jubilaren und allen anderen Geburtstagskindern im Verband alles Gute und vor allem Gesundheit!

**Tagung im Emsland**

**Inklusion**

Gemeinsam mit Förderschulen aus der Region und dem Kreisverband Emsland veranstaltet der SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V. die Tagung „Emsländische Schulen auf dem Weg in die Inklusion“.

Die Veranstaltung, die am 22. November 2011 in der Tagesbildungsstätte in Meppen stattfindet, soll ein Forum für den Austausch von Betroffenen bieten sowie Anregungen und Fragen an die Politik formulieren. Außerdem werden Erfahrungen einer gemeinsamen Beschulung anhand ausgewählter Beispiele aufgezeigt. Des Weiteren können sich die Teilnehmenden in Arbeitsgruppen mit verschiedenen Themen auseinandersetzen.

Nähere Informationen gibt es im Internet ([www.sovd-nds.de](http://www.sovd-nds.de), Bereich „Veranstaltungen“) oder telefonisch direkt beim SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V. in Hannover unter der Telefonnummer 0511/70148-37.

**Sozialpolitik**

**Austausch**

Die Gelegenheit zu einem Gedankenaustausch nutzte **Helmut Laux** (Vorsitzender SoVD-Kreisverband Schaumburg) bei einem Treffen mit dem **Europa-Abgeordneten Burkhard Balz** (CDU).

Dabei diskutierten Laux und Balz darüber, wie sicher das soziale Netz in Deutschland angesichts der derzeitigen Wirtschafts- und Finanzsituation ist. Balz machte in diesem Zusammenhang deutlich, dass die Krise durchaus erhebliche Auswirkungen auf die europäische - und damit auch auf die deutsche - Sozialpolitik habe. In diesem Zusammenhang machte Laux auch seine Bedenken hinsichtlich einer möglichen Inflation deutlich. Als Mitglied im Ausschuss für Wirtschaft und Währung des Europäischen Parlamentes begleitet Balz die aktuellen Debatten um die Staatsverschuldungen und die Auswirkungen auf die europäische Wirtschaft.

**SoVD-Frauen und SoVD-Jugend veranstalten Familienseminar**

**Basteln mit den Enkeln in den Ferien**



**Beim Familienseminar verbringen Großeltern beim Basteln und bei Ausflügen viel Zeit mit ihren Enkeln**

Am diesjährigen Familienseminar der niedersächsischen SoVD-Frauen und der SoVD-Jugend in Bad Sachsa nahmen 30 Großeltern mit ihren Enkelkindernteil.

Passend zur Jahreszeit wurden dabei aus gesammelten Kastanien Tiere, Figuren und kleine Männchen gebastelt. SoVD-Mitglied Hildegard Dröse aus

dem Ortsverband Mehrum nahm sogar schon zum dritten Mal am Familienseminar teil. „Ich freue mich jedes Mal wieder auf die Möglichkeit, so viel Zeit mit meinem Enkel zu verbringen. Besonders schön finde ich es, dass so viele Kinder dabei sind. Dadurch beschäftigen sie sich auch untereinander, und wir Großel-

tern haben auch mal ein paar Minuten Ruhe und Entspannung“, erzählt sie.

Allerdings stand nicht nur basteln auf dem Programm - die Gruppe unternahm während der vier Tage auch verschiedene Ausflüge, unter anderem in die Einhornhöhle. Diese ist die größte begehbare Höhle des Westharzes mit unterirdischen Gängen über 600 Meter Länge. Besonders für die Kinder ist der Besuch immer eine aufregende Erfahrung, aber auch die teilnehmenden Großeltern waren von der spannenden Geschichte der Einhornhöhle fasziniert.

Das Familienseminar wird seit vielen Jahren vom SoVD organisiert und erfreut sich wachsender Beliebtheit: Aufgrund der großen Nachfrage findet es mittlerweile sowohl in den Oster- als auch in den Herbstferien statt. Weitere Informationen zu der Veranstaltung gibt es telefonisch unter der Nummer 0511/70148-93.