Inklusive Methodenwerkstatt

Die Inklusive Methodenwerkstatt „Teilhabe im Quartier" ist eine innovative Fortbildungsreihe, die sich an Menschen in der Eingliederungshilfe und ihre Assistent*innen bzw. Bezugspersonen richtet. Durchgeführt und entwickelt von Nikola Puls-Heckersdorf sowie Prof. Dr. Gudrun Dobslaw erlernen und erproben Menschen mit Behinderungen und ihre Assistent*innen in Tandems praxisnahe Methoden, die helfen, den Sozialraum als Ort der Teilhabe bewusst wahrzunehmen, Ressourcen zu entdecken und Barrieren zu identifizieren.
Je nach Einheit wird in getrennten Gruppen oder gemeinsam im Tandem gearbeitet, um den unterschiedlichen Bedarfen beider Zielgruppen gerecht zu werden. Das unmittelbare Quartier rund um den Veranstaltungsort dient dabei als gemeinsame Übungsplattform für sozialraumerkundende Methoden. Zwischen den Workshops können die Methoden in der individuellen Praxis erprobt und Fragen im jeweils folgenden Termin geklärt werden. Handouts zu jeder Einheit ermöglichen die Weitergabe der Inhalte in die Einrichtungen.

Handlungsfeld
Politik, Mitbestimmung

Leitziel
Informationen zu politischen Prozessen sind für unterschiedliche Zielgruppen verständlich gestaltet. Menschen mit Behinderungen werden über ihre Beteiligungs- und Mitbestimmungsmöglichkeiten informiert und die Zugänglichkeit ist für sie barrierearm gegeben.

Operatives Ziel
Menschen in der Eingliederungshilfe und ihre Unterstützer*innen verfügen über methodische Kompetenzen, um den Sozialraum gezielt in die individuelle Unterstützungsplanung einzubeziehen, Barrieren sichtbar zu machen und neue Teilhabemöglichkeiten im Quartier zu erschließen.

Querschnittsthemen
Barrierefreiheit, Partizipation, Bildung

Ursprung der Maßnahme
Dipl.-Soz.Päd. Nikola Puls-Heckersdorf in Kooperation mit dem Projekt „Quartier inklusiv!“

Welche Indikatoren für die Zielerreichung werden gesetzt?
- Anzahl durchgeführter Workshops (in Bielefeld: 6)
- Anzahl teilnehmender Tandems (in Bielefeld: 10 Tandems / 20 Personen)
- Rückmeldungen der Teilnehmenden zur Praxistauglichkeit und Anwendbarkeit der Methoden
- Anzahl der Einrichtungen, in denen Inhalte weitergegeben wurden

Wer muss mitmachen?
- Fortbilder*innen (in Bielefeld: Nikola Puls-Heckersdorf, Prof. Dr. Gudrun Dobslaw)

- Menschen in der Eingliederungshilfe und ihre Assistent*innen
- Einrichtungen der Eingliederungshilfe

Was braucht die Umsetzung und Durchführung?

- Geeignete Räumlichkeiten mit Quartiersanbindung für praktische Erkundungseinheiten
- Barrierefreie und sprachlich zugängliche Materialien
- Handouts zur Weitergabe in den Einrichtungen
- Versorgung mit Verpflegung und Getränken

Welche Herausforderungen/ Grenzen sind aufgetreten? (Aufwand)

- Rekrutierung geeigneter Tandems aus Fachkräften und Leistungsbeziehenden
- Sicherstellung eines gemeinsamen Sprachniveaus bei heterogener Zielgruppe
- Transfer der erlernten Methoden in den individuellen Praxisalltag der Einrichtungen
- Verstetigung der Methodenkompetenz über die Fortbildungsreihe hinaus

-Inklusive Methodenwerkstatt-

Teilhabe im Quartier

Februar- Juli 2027



Teil 1 Die Bedeutung von Orten für das Alltagsleben

Was ist ein Sozialraum?

Der Sozialraum ist die Umgebung **, in der das tägliche Leben stattfindet** .
Dort treffen sie andere Menschen und verbringen ihren Alltag.
Zum Sozialraum gehören zum Beispiel:

- die **Wohnung**
- die **Nachbarschaft**
- der **Park**
- die **Schule oder Arbeit**
- **Läden**, **Busse** und **Treffpunkte**

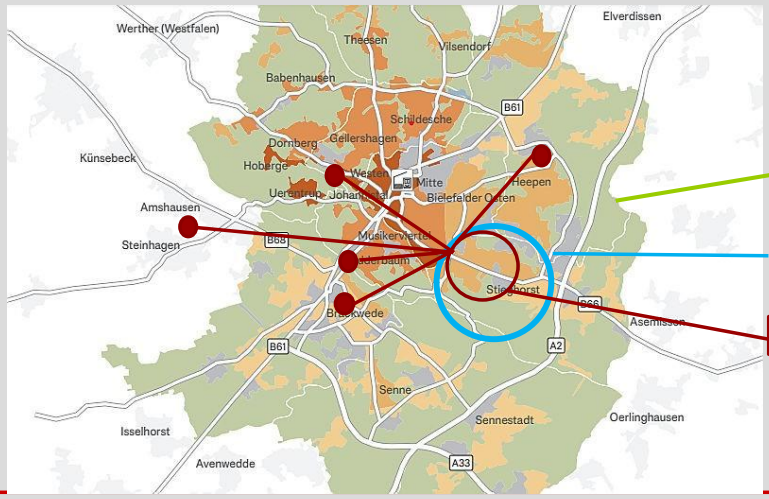


Neue Westfälische_ die Hauptstraße in Brackwede

👉 Ein Sozialraum besteht aus **unterschiedlichen Orten, die Menschen im Alltag nutzen** .

4

Wo ist der Sozialraum?



5

Ein Sozialraum ist wichtig weil…

- Menschen **nicht allein leben** .
  Sie brauchen andere Menschen.
- Im Sozialraum können Menschen sich **treffen**.
  Zum Beispiel Nachbarn, Freunde oder Familien.
- Es gibt dort **Hilfe und Angebote** .
  Zum Beispiel Schulen, Beratung, Vereine oder Treffpunkte.
- Menschen fühlen sich dort **sicher und zu Hause** .
  Das ist gut für das Wohlbefinden.
- Kinder, Erwachsene und ältere Menschen können dort **lernen**, **arbeiten** und **Freizeit verbringen** .


Westfalenblatt_ die Plauderbank in Werther

👉 Der Sozialraum ist wichtig, weil er Menschen **Zusammenhalt**, **Unterstützung, Teilhabe** und **ein gutes Leben** ermöglicht.

6

Wichtige Orte

Orte sind **Gebäude und Plätze**, wo Menschen die Dinge tun können, die wichtig für ihr Leben sind. Dazu gehört zum Beispiel

- Einkaufen
- Menschen treffen
- Arbeiten
- Freizeit haben
- Mitmachen
- Geld_ Sachen regeln
- Ämter- Sachen- regeln

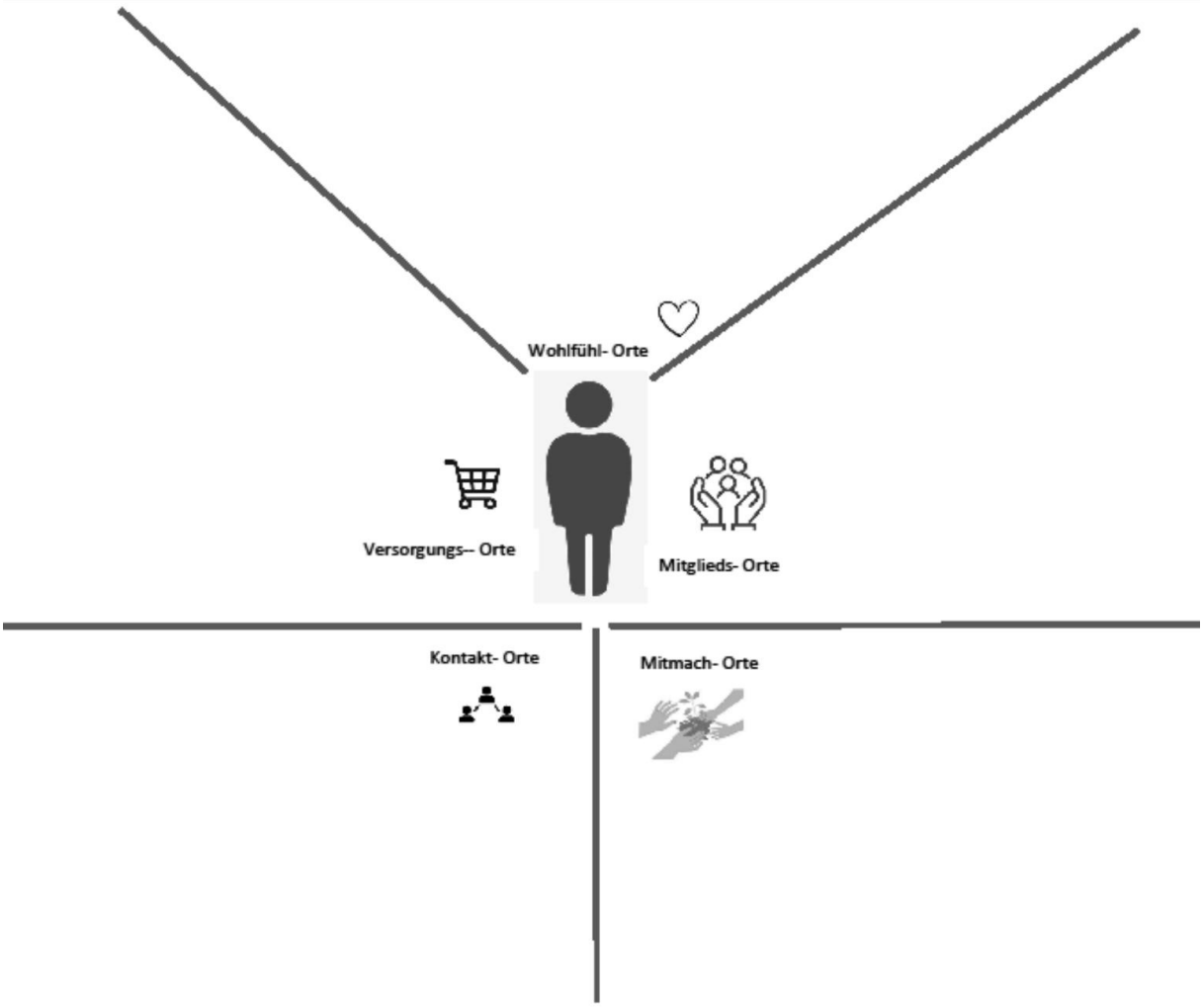


Orte gehören zum Sozialraum, wenn die Menschen sich dort **wohlfühlen**, weil

- Sie dort willkommen sind
- Sie den Ort gut erreichen konnten
- Sie den Ort gut nutzen können

7

Arbeitsblatt: wichtige Orte für den Alltag



Teil 2: Einen Stadtteil/ ein Quartier erkunden

Welche Orten müssen Städte haben, um dort gut zu leben?

Wohnen:
Es gibt Häuser und Wohnungen
Arbeiten:
Es gibt Arbeitsplätze, zum Beispiel in Firmen oder Geschäften
Einkaufen:
Es gibt Läden, Supermärkte und Märkte
Lernen:
Es gibt Schulen, Universitäten, Bücherreihen…
Gesund sein:
Es gibt Ärzte und Krankenhäuser
Freizeit:
Es gibt Parks, Sportplätze, Kinos oder Schwimmbäder
Verkehr:
Es gibt Busse, Bahnen und Straßen, damit Menschen sich bewegen können









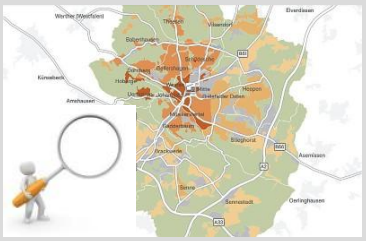
In einer Stadt soll alles gut erreichbar sein. Alle Menschen sollen die Orte gut benutzen können.

4

Orte erkunden- was gibt es/ Orte prüfen - wie sind sie

Damit man entscheiden kann, **welche Orte man braucht und nutzen will** , muss man
- Orte erkunden können
- Orte für sich selbst bewerten können.

Orte kann man mit einer Stadtteilbegehung erkunden .
Man schaut sich einen Stadtteil an, um zu verstehen, wie er aussieht und wie er funktioniert.
Mit den Ergebnissen kann man auch zeigen, ob etwas fehlt oder nicht gut funktioniert.



5

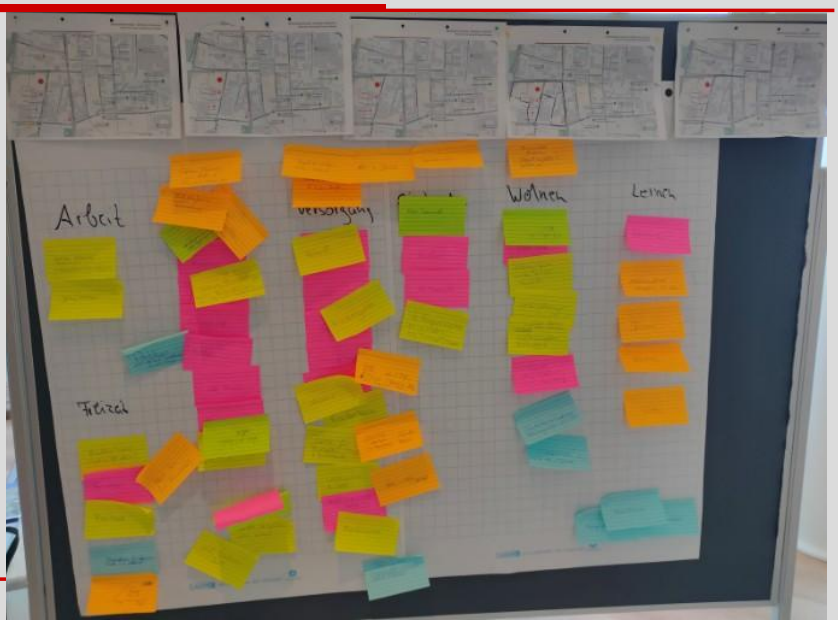
Wie macht man eine Stadtteilerkundung?

Orte kann man mit einer Stadtteilbegehung erkunden.
Man schaut sich einen Stadtteil an, um zu verstehen, wie er aussieht und wie er funktioniert.

Man überlegt, wonach man schauen möchte, z.B. ob der Stadtteil inklusiv ist
Man wählt ein Gebiet aus. Das Gebiet kann man in ungefähr 1 Stunde zu Fuß ablaufen
Man geht durch das Gebiet. Dabei schaut man nach, was man findet (Wohnen, Arbeiten, Einkaufen, Schulen, Parks, Straßen, Verkehr)
Man macht sich dabei Notizen und Fotos.
Man fasst die Ergebnisse zusammen ▪ Was haben wir gefunden? ▪ Wie hat es uns gefallen? ▪ Können wir es für unseren Alltag benutzen?

6

Eine Stadtteil-erkundung auswerten



Arbeitsblatt: eine Stadtteilerkundung durchführen

Wenn Ihr durch den Stadtteil geht, könnte Ihr Euch diese Fragen stellen. Was Euch dazu auffällt, könnt Ihr auf eine Haftnotiz schreiben. Bitte schreibt die Nummer mit dazu. Die Fragen sind Beispiele. Vielleicht fällt Euch noch viel mehr auf. Dann schreibt es bitte auch auf.

Tandem:	Stadtteil in welche Richtung seid Ihr gegangen?
1.Verkehr	Wo könnt Ihr Haltestellen finden und gut erreichen? Gibt es Informationen, welche Straßenbahn oder welcher Bus als nächstes kommt? Kann man die Straßen sicher überqueren?
2.Wohnen	Gibt es Häuser, in denen man wohnen kann? Sind die Häuser heile und sauber? Findet man den Eingang und können ihn alle Menschen benutzen?
3.Einkaufen	Gibt es Lebensmittelgeschäfte oder Supermärkte, die gut erreichbar sind? Gibt es Bekleidungsgeschäfte? Wo bekommt man Dinge für den Haushalt? Kann man sich in den Geschäften zurechtfinden? Kann man dort günstig oder teuer einkaufen?
4.Gesundheit	Welche Ärzte gibt es? Kann man sie gut finden? Gibt es Apotheken? Sind die Gebäude gut erreichbar?
5.Lernen	Gibt es Weiter-Bildungs-Einrichtungen? Werden von jemandem Kurse angeboten? Werden Vorträge angeboten? Kann man die Informationen dazu gut verstehen?
6.Freizeit	Gibt es Restaurants, Gaststätten, Cafés, Theater, Kinos, Gibt es Vereine/ Freizeitgruppen? Kann man erkennen, wer mitmachen kann?

Teil 3: Passende Orte zu meinen Lebenswünschen

Lebensqualität oder: ein gutes Leben führen

Lebensqualität ist, was einem Menschen im Leben wichtig ist und was ihn zufrieden macht.
Das können ganz unterschiedliche Dinge sein:

- Die Familie
- Die Arbeit
- Die Freizeit
- Freunde usw.

Lebensqualität ist für jeden Menschen etwas anderes.
Denn jedem Menschen sind unterschiedliche Dinge wichtig.
Also stellt sich jeder Mensch unter einem „guten Leben" etwas anderes vor.

Deshalb kann auch niemand anderes entscheiden, was für mich gut ist oder nicht.

9

Lebensqualität

Unsere Regierung hat Menschen in Deutschland gefragt, was sie unter einem guten Leben verstehen:



https://www.gut-leben-in-deutschland.de/leichte-sprache/was-steht-im-bericht

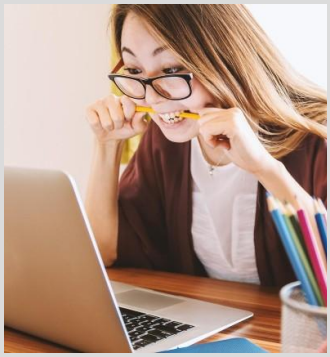
10

Lebensqualität: Was ist für mich wichtig?

Vielleicht.....



eine Arbeit haben....?



etwas lernen....?



in Urlaub fahren....?

11

Lebensqualität: Wie genau soll es sein?

Beispiel **Gesund durchs Leben**

- Wir möchten **lange leben** und dabei **gesund** bleiben.
- Es muss **genug Ärztinnen und Ärzte** geben.
- Der Arzt muss **in der Nähe** sein. Auch wenn man in einem Dorf wohnt.
- Beim **Fach-Arzt** soll man **schnell einen Termin** bekommen.
  Ein Fach-Arzt ist zum Beispiel ein Augen-Arzt oder ein Arzt für Herz-Krankheiten.

https://www.gut-leben-in-deutschland.de/leichte-sprache/was-steht-im-bericht 12

Was ist mir wichtig?

Um herauszufinden, was für mich Lebensqualität bedeutet, muss ich selbst und andere Menschen um mich herum zunächst verstehen, wer ich bin.

Deshalb möchten wir mit Euch jetzt zusammen überlegen:

1. Welche Dinge sind euch wichtig? Beispielsweise
   - Arbeit? Wie genau?
   - Wohnen? Wie genau?
   - Freizeit und Entspannung? Wie genau?
   - Andere Menschen? Wie genau?
   - …. Und was Euch noch so einfällt 

Trefft Euch dazu in Eurem Tandems und seht euch die Karten an, die ausliegen. Vielleicht bekommt ihr darüber ja noch Ideen.
Schreibt die acht wichtigsten Dinge auf, die für Euch Lebensqualität ausmachen!

13

Lebensqualität: wie könnte es sein?

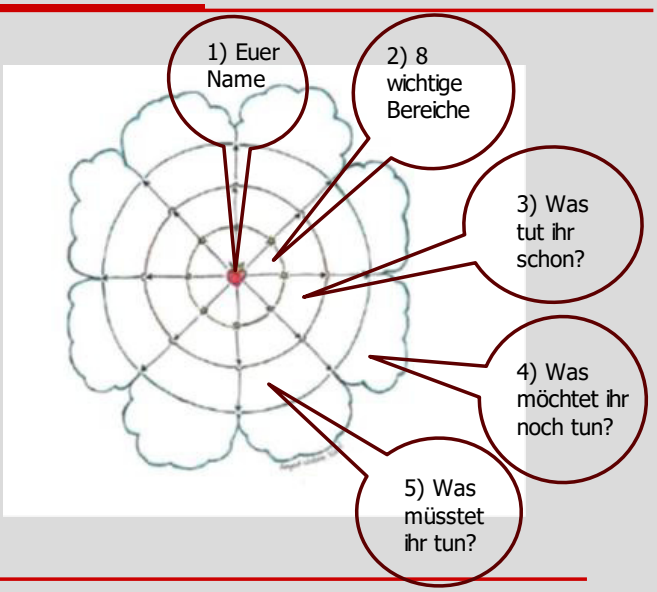
1) Euer Name

2) Die 8 wichtigsten Bereiche, die für euch Lebensqualität ausmachen

3) Was tut ihr schon in diesen Bereichen? Beispiel: Spieleabend mit Freunden

4) Was möchtet ihr noch tun? Hier geht es um Träume, Wünsche ….

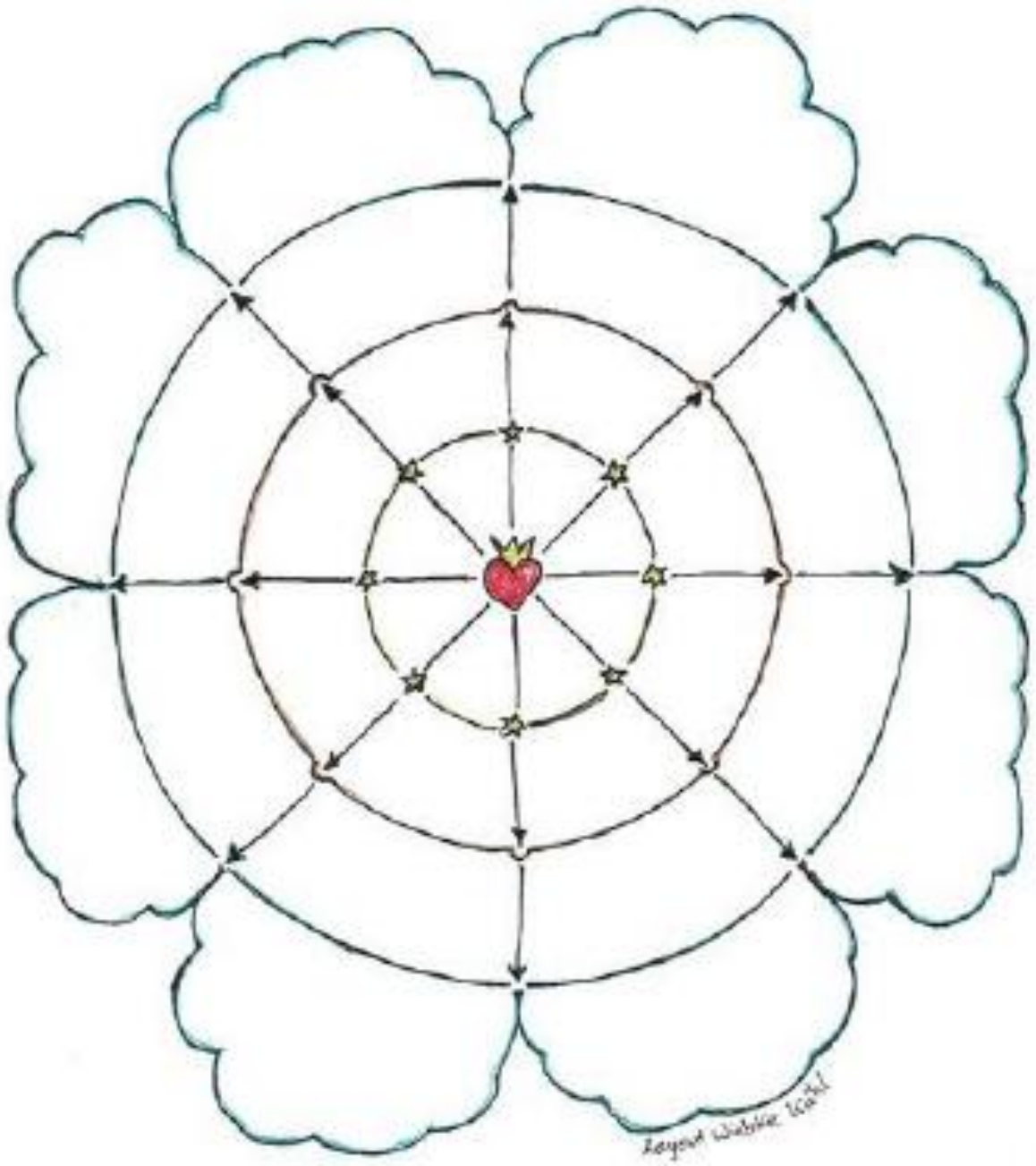
5) Was müsstet Ihr tun, damit die Träume oder Wünsche wahr werden könnten ?



Aus: Doose, S. (2020): „I want my dream!" Persönliche Zukunftsplanung weiter gedacht. AG SPAK Bücher

14

Arbeitsblatt: Lebens- Qualitäts- Mandala



Teil 4: Etwas Neues im Quartier/ Stadtteil entdecken



So kann man etwas Neues finden:

- Auf Plakaten von Veranstaltungen;
- auf Schildern an Häusern die zeigen, dass man sich dort mit anderen treffen kann oder etwas Interessantes tun kann;
- Orte suchen, an denen man etwas ganz Neues ausprobieren kann;
- Ort suchen, an denen man sich sicher fühlt, gut fühlt und sich ausruhen kann;
- In neue Geschäfte gehen, um zu schauen, was man dort kaufen kann.

Tipps von den Teilnehmer:innen.

- Bielefeld – Seite: dort kann man Info- Emails anklicken und bekommt dadurch regelmäßig Infos zu den Themen
- Veranstaltungsblätter (Ultimo, NW, Erwin)

Arbeitsblatt: Entdeckertour im Stadtteil

Tandem:	Stadtteil in welche Richtung seid Ihr gegangen?
1.Informationen 	Findet ein Plakat mit einer Veranstaltung, die Euch interessiert
2.Begegnung 	Schaut nach Schildern an Häusern und findet einen guten Ort, wo man sich mit anderen Menschen treffen kann- oder etwas Interessantes tun kann
3.Freizeit/ Hobby 	Findet einen Ort, an dem ihr etwas ganz Neues ausprobieren könntet, was euch gefallen würde
4.Wohlfühlen Sicherheit 	Findet einen Ort, an dem ihr euch sicher und gut fühlt und ausruhen könntet
5.Einkauf 	Findet ein Geschäft, in dem ihr einkaufen würdet
6.Und noch… 	Und was findet ihr sonst noch Spannendes?

Teil 5: immer wissen, was los ist im Stadtteil/ im Quartier



Städte verändern sich…
und was man dort machen kann, auch.



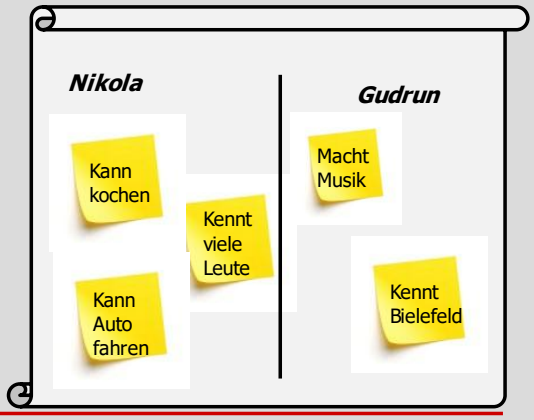
5

Was braucht Ihr, damit Ihr auf dem Laufenden bleiben könnt?

1. Was könnt Ihr dazu beitragen? Was könnt Ihr machen?

Gemeinsame Übung: **Ressourcendusche:**

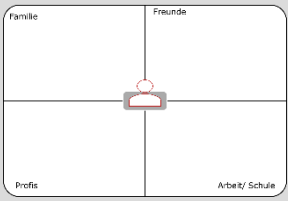
Was fällt Euch zu Eurer Tandempartnerin/
Eurem Tandempartner ein?
Was kann er/ sie gut?
Erstellt eine Liste mit positiven Eigenschaften
und Fähigkeiten.
Schreibt jede Eigenschaft auf einen Klebezettel .
Überlegt dann, wie die Ressourcen helfen,
auf dem Laufenden zu bleiben .



7

Was braucht Ihr, damit Ihr auf dem Laufenden bleiben könnt?

2. Wie können Euch andere Menschen helfen, immer auf dem Laufenden zu sein?



Überlegt:
Wen kennt Ihr, der/die sich gut in Eurem Quartier auskennt?
Wer kann Euch helfen, aktuelle Informationen zu bekommen?
Wen kennt Ihr, mit dem es Spaß machen würde, das Quartier regelmäßig zu erkunden?
Wo könnt Ihr hingehen, wenn Ihr Informationen braucht?
Wen könnt Ihr fragen, damit er/sie Euch Kontakte vermittelt?

Welche Ressourcen können Eure Assistenzen einbringen?

9

Was braucht Ihr, damit Ihr auf dem Laufenden bleiben könnt?

3. Wie kann Euch Eure Einrichtung helfen?

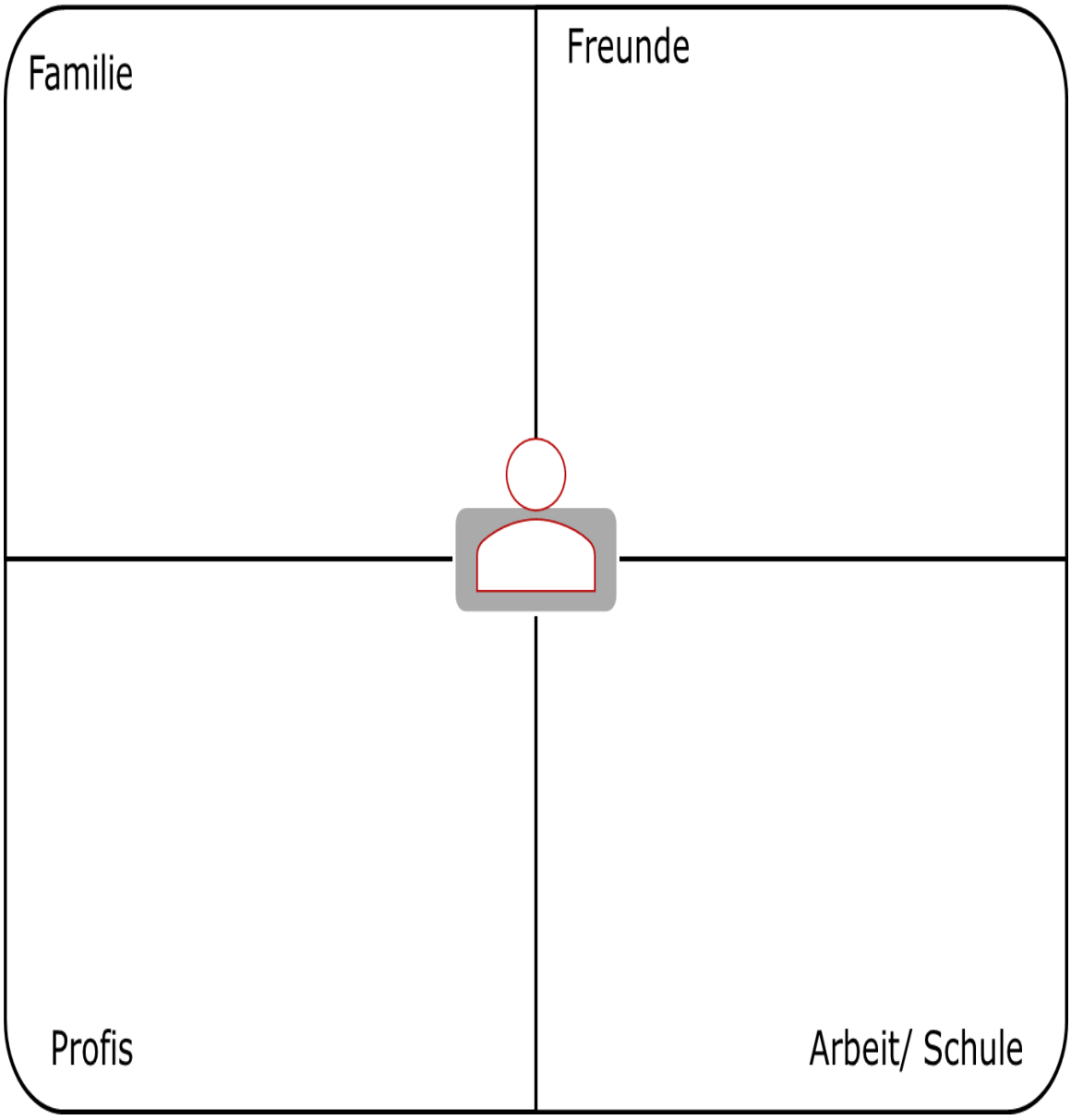
Überlegt:
Wo findet Ihr in Eurer Organisation eine Stelle mit Informationen?
Welche Informationen findet ihr dort?
Welche Informationen hättet Ihr gern außerdem noch?
Wen müsstet Ihr ansprechen, damit Ihr wichtige Informationen zur Verfügung stehen?
Wo kann man sich in Eurer Organisation beschweren?
Was könnt Ihr tun, damit Informationen in Eurer Organisation zur Verfügung stehen?

11

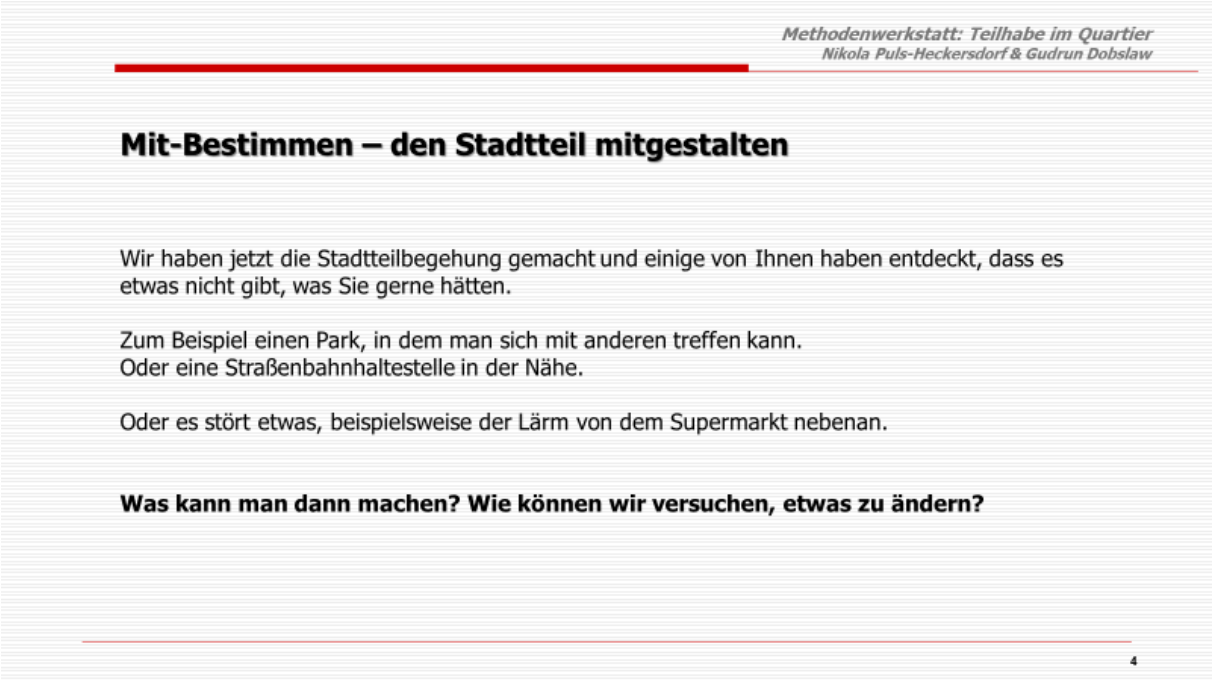
Arbeitsblatt: Ressourcen- Karte

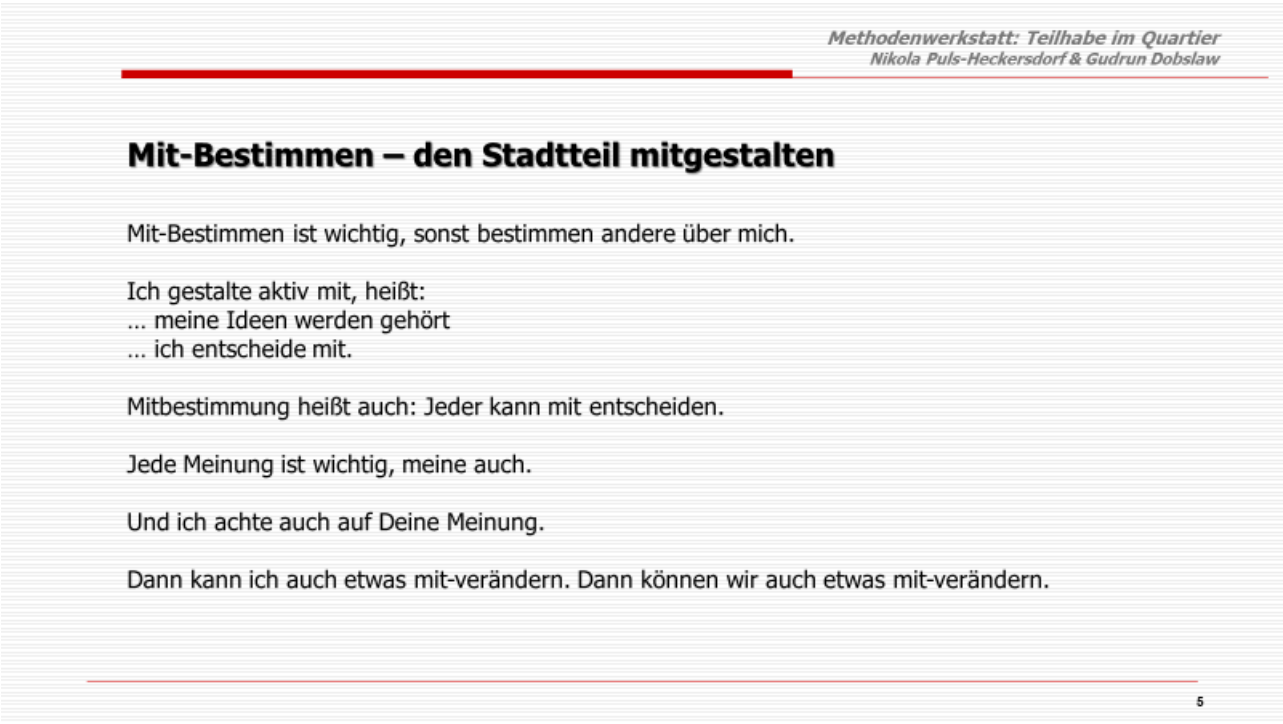
Wofür möchte ich Informationen bekommen? **Welche Ressource hilft mir dafür?**	**Wofür möchte ich Informationen bekommen?** **Welche Ressource hilft mir dafür?**
Wofür möchte ich Informationen bekommen? **Welche Ressource hilft mir dafür?**	**Wofür möchte ich Informationen bekommen?** **Welche Ressource hilft mir dafür?**

Arbeitsblatt: Vip Karte



Teil 6: Mitbestimmen- den Stadtteil mitgestalten





Mit-Bestimmen – den Stadtteil mitgestalten

Mit-Bestimmen ist wichtig, sonst bestimmen andere über mich.

Ich gestalte aktiv mit, heißt:
… meine Ideen werden gehört
… ich entscheide mit.

Mitbestimmung heißt auch: Jeder kann mit entscheiden.

Jede Meinung ist wichtig, meine auch.

Und ich achte auch auf Deine Meinung.

Dann kann ich auch etwas mit-verändern. Dann können wir auch etwas mit-verändern.

5

Mit-Bestimmen

Dafür braucht man:

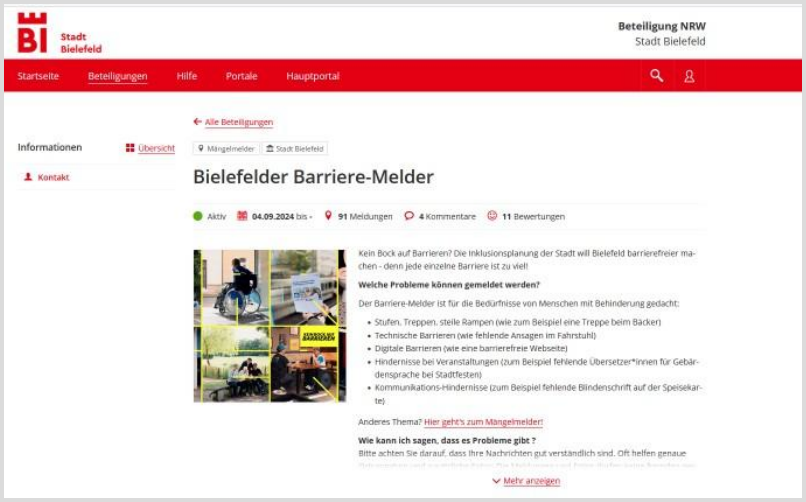
- **Informationen.** Wenn ich nichts weiß, kann ich auch nicht mitbestimmen
  Beispiel: Es soll in einer Stadt neue Haltestellen für die Straßenbahnen geben. Wenn ich meine Meinung dazu sagen soll, dann brauche ich Informationen, was geplant ist.

- **Mit-Reden.** Es braucht einen Ort, an dem ich mitreden kann und wo ich gehört werden.
  Beispiel: Ich möchte meine Meinung zu den neuen Haltestellen sagen, weil mir was Wichtiges eingefallen ist. Beim Bürgermeister? Oder beim Nachbarn?

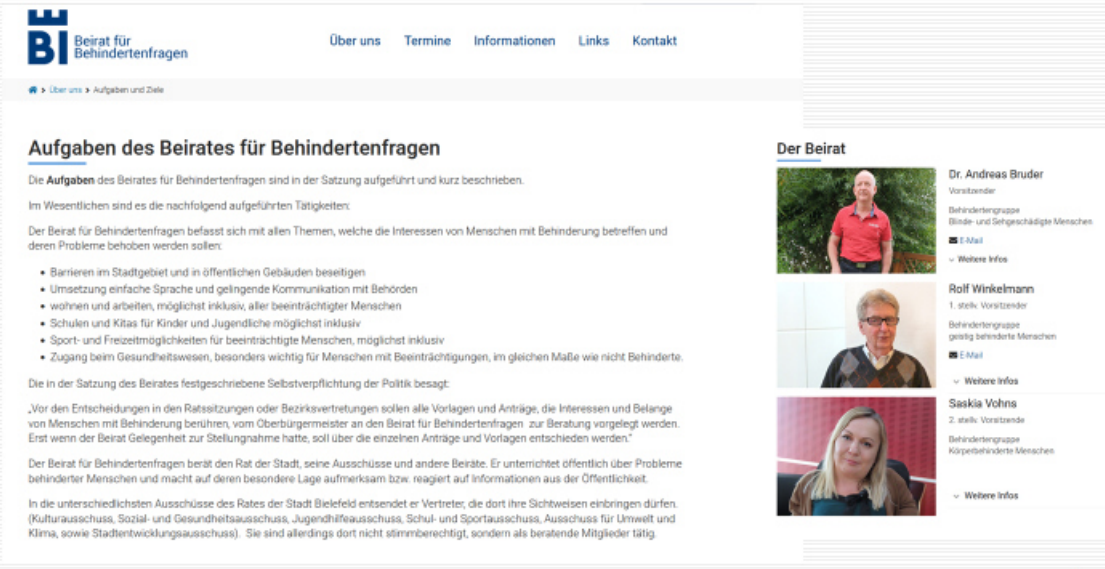
- **Mit-Bestimmen.** Meine Meinung zählt und wird gehört.
  Beispiel: Alle Meinungen zu den neuen Bahnsteigen werden gehört und sind für die Entscheidung, was gemacht wird, wichtig.

7

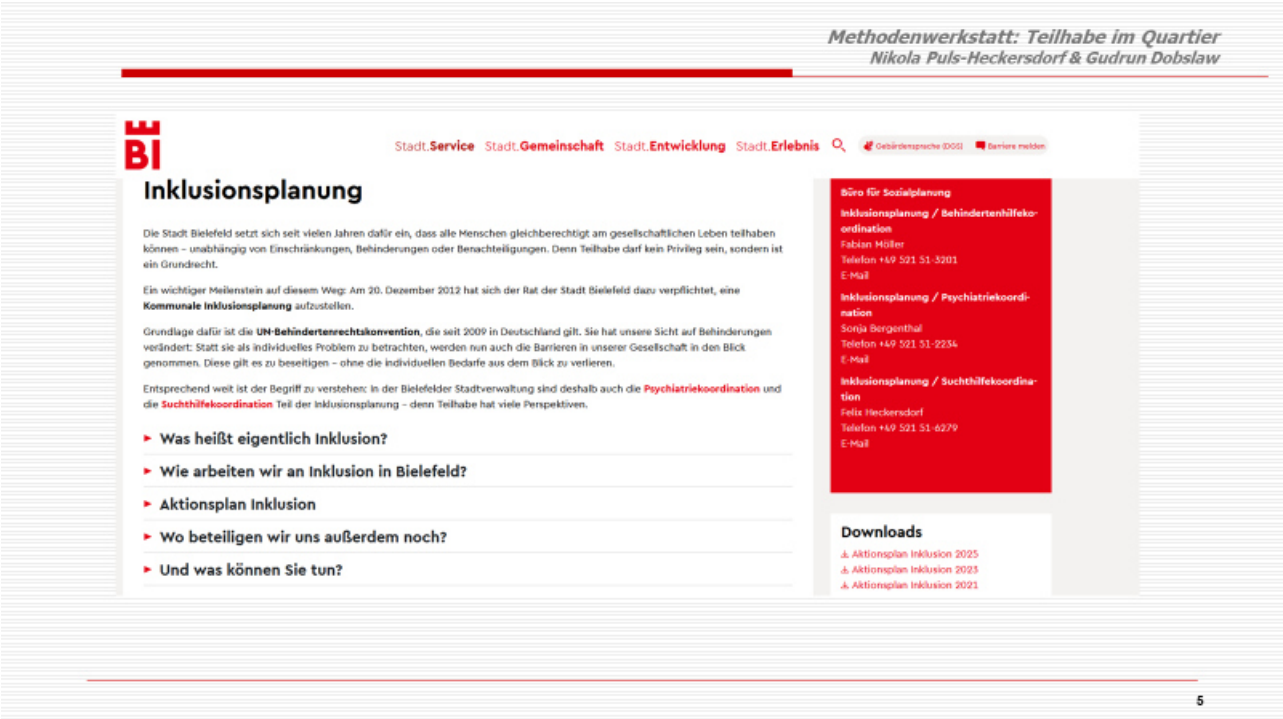
Tipps: Mitbestimmungsmöglichkeiten in der Stadt Bielefeld



9



11



Beispiel 1 für eine Barrieremeldung:

Betr. Schlechte Beleuchtung im Park

Hallo, guten Tag,

ich heiße ….. und wohne in der Nähe der Stauteiche. Ich steige immer beim Ostbahnhof aus und muss über die Lohkampstraße durch den Park an der Rußheide zur Mühlenstraße. Da ist wenig Licht und es ist gruselig.

Bitte stellen Sie mehr Lampen auf!

Bitte geben Sie mir Rückmeldung, ob Sie das machen und wann. Bitte schreiben Sie mir an:…..

Mit freundlichen Grüßen, XY

Beispiel 2 für eine Barrieremeldung:

Betr. Abgesenkter Bordstein

Unsere Einrichtung „Wohnangebote am Ellernkamp 23" ist eine Einrichtung für Menschen mit kognitiver und körperlicher Beeinträchtigung. Bei einem Feueralarm oder Brandgefahr müssen alle aus dem Haus und die Straßenseite wechseln. Für Rollstuhlfahrer*innen, Menschen mit Rollator oder Gangunsicherheit ist das ein großes Problem, da der gegenüberliegende Bordstein nicht abgesenkt ist. Wir würden uns freuen, wenn Sie diese Barriere beseitigen könnten.

Mit freundlichem Gruß, xy

Schulung bei der Stadt Bielefeld

Die Stadt Bielefeld bietet eine Schulung an.

Eine Schulung ist eine Veranstaltung zum Lernen.

Bei der Schulung geht es um das Thema Sozial-Raum.

Ein Sozial-Raum ist:

- Ein Ort an dem Sie oft sind.
  Zum Beispiel der Stadt-Teil in dem Sie wohnen
  oder der Stadt-Teil in dem Sie arbeiten.
- Ein Ort an dem Sie Menschen treffen.
- Ein Ort an dem Inklusion stattfindet.
- Für jeden Menschen ist der Sozial-Raum
  ein anderer Ort.



Das lernen Sie in der Schulung:

Sie lernen Ihren Sozial-Raum kennen.

Sie lernen was Sie in Ihrem Sozial-Raum machen können.

Sie lernen wie Sie in Ihrem Sozial-Raum teilhaben können.

Sie lernen welche Probleme es in Ihrem Sozial-Raum gibt.

und wie Sie die Probleme abschaffen können.

Für wen ist die Schulung?

Sie sind zur Schulung eingeladen.

Das ist kostenlos.

Sie kommen zusammen mit Ihrer Assistenz
oder Ihrer Bezugs-Person.

Sie müssen sich gemeinsam anmelden.

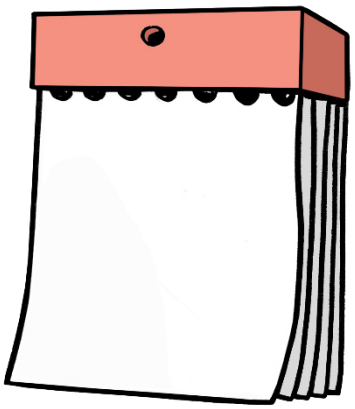


Sie bei proWerk beschäftigt?

proWerk gibt Ihnen für den Tag frei.

Sie müssen **keinen** Urlaub nehmen.

Wann findet die Fort-Bildung statt?



Es gibt 6 Termine.

Jeder Termin dauert 4 Stunden.

Uhr-Zeit: 9:30 Uhr bis 13:30 Uhr.

Die Termine sind immer Dienstags:

16. Februar 2026

24. März 2026

14. April 2026

12. Mai 2026



09. Juni 2026

07. Juli 2026

Es gibt etwas zu essen und zu trinken.

Ort: Rathaus Bielefeld.

Stadt Bielefeld
Quartier inklusiv!
LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.
Gefördert durch
LWL SOZIALSTIFTUNG
Gutes möglich machen.

Sie möchten sich Anmelden?

Sie melden sich zusammen

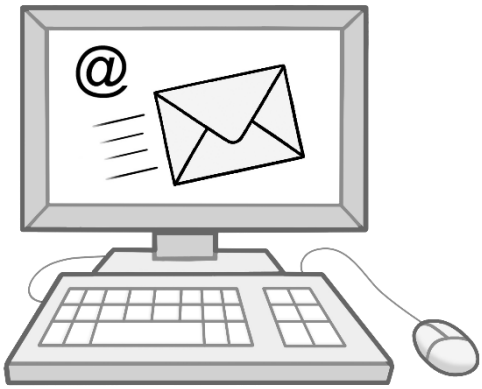
mit Ihrer Assistenz oder Bezugs-Person an.

Sie müssen sich **bis zum 16. Januar 2026** anmelden.

Sie melden sich per E-Mail oder Telefon an.

E-Mail Adresse: paulina.rocker@bielefeld.de

Telefon-Nummer: 0521 51-21122



Sie haben noch Fragen?

Melden Sie sich bei Paulina Rocker.

E-Mail Adresse: paulina.rocker@bielefeld.de

Telefon-Nummer: 0521 51-21122

Bildrechte:

Lebenshilfe Bremen

Urheberrecht / Nutzungsbedingungen:
© Lebenshilfe Bremen / Stefan Albers

Stadt Bielefeld Quartier inklusiv!

LWL Für die Menschen. Für Westfalen-Lippe.

Gefördert durch LWL SOZIALSTIFTUNG Gutes möglich machen.