

Willkommen im Grenzenlos... hier sind alle Willkommen!

SCHNECKENPOST



1 Jahr GrenzenLos – Begegnung für ALLE

(von Sonja, Verena, Tom, Linda und Dania)



Die Eröffnung am 28. September 2019 war ein voller Erfolg. Doch es standen noch viele Fragen im Raum.

Werden wir mit unserem Plan überzeugen? Kommen genug Leute? Wird unser Angebot den Menschen gefallen? Nach einem Jahr mit vielen Herausforderungen und ganz viel Erfahrung können wir sagen: JA!

Am 2. Oktober öffneten wir zum ersten Mal den Offenen Treff. Mit großer Vorfriede und Spannung warteten wir auf unsere Gäste.

Wir sind überwältigt vom Zuspruch, dem Vertrauen und all den wunderbaren Menschen. Sie füllen das Grenzenlos mit Leben. Sie machen diesen Raum zu einem Treffpunkt für Alle und einem Ort zum Wohlfühlen.

Auch unser Arbeits-Kreis ist zufrieden mit der Entwicklung. Er arbeitet weiter für mehr Teilhabe und inklusive Freizeit- Gestaltung im Grenzenlos, in Bergisch Gladbach und Umgebung. Vor allem in der aktuellen Corona-Zeit ist es schwierig. Es sind die Menschen mit Behinderung, für die wir uns besonders stark machen



Unsere Eröffnung

Unser Ziel war es auch, einen Raum zu schaffen, in dem Menschen mit und ohne Behinderung ehrenamtlich aktiv werden können. Und ihre Hobbys mit anderen Gästen teilen können. Heute können stolz berichten, dass unser Ehrenamts-Team aus 20 Menschen besteht. Sie unterstützen uns tatkräftig. Sie setzen eigene Ideen und Projekte im Grenzenlos um.



Beim STADTFEST in Bergisch Gladbach gemeinsam mit der EUTB & dem CBF rbk e.V.
Gemeinsam für mehr Inklusion!



Liebe Ehrenamtler und Ehrenamtlerinnen,

ihr seid großartig! Wir sind sehr dankbar für euren Einsatz:

Andreas, Antoinette Beate, Dania, David, Elisabeth, Florian, Fynn, Hannah, Jutta, Jurek, Katharina, Klaus, Linda, Peter, Pierre, Ramesh, Tom, Verena, Tim

Unser Angebot findet in Studios statt. Die Studios sind vielfältig und abwechslungsreich. Sie sind sehr beliebt. Wir malen und gestalten gemeinsam im „Kreativ-Studio“. Wir reden über Nachhaltigkeit und kümmern uns um unsere Pflanzen im „Grünen-Studio“. Im „Lese-Studio“ lesen wir gemeinsam Bücher. Wir erfahren so viel über die spannende Welt der Bücher. Wir lassen es uns schmecken im „Koch-Studio“. Wir reden über aktuelle Themen in „Andreas-News-Studio“. Wir machen gemeinsam Ausflüge im „Grenzenlos on Tour“.

Wir sind offen für weitere Ideen.



Unser Motto

Wir bedanken uns sehr für die Unterstützung bei unseren Förderern:



Kämpgen~Stiftung

Hinter dem „WIR“ steckt das Schneckenteam: Sonja, Adile, Marie und Angelika.

Unser Träger ist die Inclusio Rhein-Berg gGmbH, Tochterunternehmen des CBF Rheinisch Bergischer Kreis.

GEMEINSAM FÜR MEHR INKLUSION !

Eure Schnecken



„INKLUSION IST WIE TOLERANZ NUR KRASSER“

Jetzt packen wir es gemeinsam an ! - Der Arbeitskreis stellt sich vor

(von Dania)

Inklusion hat viele Gesichter. Es ist nicht alles nur schwarz oder weiß, sondern bunt. Immer wieder stehen Menschen mit einer Behinderung vor Herausforderungen. Nicht immer können wir ihnen diese abnehmen. Doch wir möchten versuchen, Teilhabe zu ermöglichen. Der Arbeitskreis richtet seinen Blick auf die Inklusion im Grenzenlos. Bereits vorher versuchen wir viele Barrieren abzubauen.



Im Arbeits-Kreis überlegen wir uns unterschiedliche Hilfestellungen, wie zum Beispiel alle Ehrenamtler und Ehrenamtlerinnen die Bestellungen der Gäste aufschreiben können oder ob alle Gäste an den Studios teilnehmen können. Dafür werfen wir oft einen Blick in die Vergangenheit und schauen, was wir für die Zukunft verbessern können.

Gemeinsam arbeiten wir für mehr Inklusion!

Jetzt helfen wir euch ! - Das Ehrenamts-Team stellt sich vor

(von Verena, Tom und Linda)

Wir sind das Ehrenamts-Team des Grenzenlos. Gemeinsam mit dem Schnecken-Team stehen wir hinter der Theke und unterstützen im Offenen Treff. Zu unseren Aufgaben gehört es, die Gäste zu begrüßen und neuen Gästen das Grenzenlos zu zeigen. Zudem haben wir immer ein offenes Ohr für unsere BesucherInnen. Wir bereiten auch Essen und Getränke zu. Oft findet sich auch die Zeit, gemeinsam mit den Gästen eine Runde Uno, Kicker oder Jakolo zu spielen. Natürlich sind wir auch für andere Spiele offen. ;)





Neben verschiedenen Schulungen treffen wir uns einmal im Monat mittwochs. Mittlerweile bestehen wir aus 20 Mitgliedern.

Wenn du auch Lust bekommen hast und du dich gerne engagieren möchtest, melde dich einfach bei uns.

Wir freuen uns immer über Verstärkung.

Jetzt wird es grün ! - Das „Grüne Studio“ stellt sich vor

(von Elizabeth und Ramesh)



Im „Grünen Studio“ reden wir über ökologische Themen. Von Klimawandel über regionales Obst und Gemüse, plastikarmes Einkaufen bis hin zur richtigen Pflege von Pflanzen ist alles dabei. Gemeinsam mit Marie kümmern wir uns auch um die vielen verschiedenen Pflanzen im Grenzenlos.

Ob Unkraut zupfen oder gießen, Marie erklärt uns genau, wie unsere grünen Freunde es gerne haben. Wir haben immer sehr viel Spaß und lernen gemeinsam neue Dinge.

Jeden zweiten Donnerstag findet aktuell das „Grüne Studio“ von 17 bis 19 Uhr statt.

inklusion

FREIZEIT FÜR ALLE

Jetzt wird es bunt ! – „Kreativ-Studio“

(von Katharina und Franz)

Wer gerne zeichnet, gestaltet, malt, bastelt, werkelt, häkelt ist im „Kreativ-Studio“ genau richtig.

Jeden zweiten Donnerstag von 17 bis 19 Uhr werden wir gemeinsam mit Adile kreativ.

Wir haben schon viele Mandalas ausgemalt, Tee-Lichter und Vasen gestaltet, Linol-Schnitt gemacht, Steine und Fenster bemalt, Kratz-Bilder gefertigt, Blumen-Collagen gemacht und unser Grenzenlos verschönert. Kommt vorbei und schaut es euch an. Während dem Angebot unterhalten wir uns und lachen sehr viel. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.



Jetzt wird es lecker! – Das „Koch-Studio“ stellt sich vor

(von Florian K.)



Alle zwei Wochen findet samstags um 17:00 Uhr das Kochstudio statt. (außer in Corona-Zeiten)

Wir sind eine große Runde. Es können 10 Gästen teilnehmen. Gekocht wird Vorspeise, Hauptspeise und Dessert. Alles ist vegetarisch. Gemeinsam entscheiden wir, was beim nächsten Mal gekocht wird. Jeder darf auch eigene Wünsche äußern. Wir teilen uns für die Vorbereitung der verschiedenen Gänge auf.

Während des Kochens wird der Tisch schön gedeckt und dekoriert. Mit einem selbstgemachten Cocktail wird aufs gemeinsame Essen angestoßen. Unser liebstes Gericht war bisher eine vegetarische Bolognese.



Jetzt ist Zeit zum Quatschen, Spielen und Genießen ! Der „Offene Treff“ stellt sich vor

(von Markus und Finn)

Selbst in der Corona-Zeit bleibt das Angebot im Grenzenlos bunt. Ein Angebot ist der Offene Treff. Wer mag, kann kommen und zum Beispiel gekühlte Getränke und leckere Snacks genießen. Oder einfach auch nur vor dem Grenzenlos in der Sonne sitzen und über Gott und die Welt reden. Der Spiele-Schrank ist sehr gut gefüllt. Es findet sich immer jemand, um zu kickern oder Karten zu spielen. Der Offene Treff findet derzeit 3-mal in der Woche statt und ist immer gut besucht.



Unsere Öffnungszeiten :

Mittwoch 16:00 -19:30 Uhr Freitag 16:00 - 19:30 Uhr Samstag 16:00 - 19:00 Uhr.

Jetzt entfliehen wir in neue Welten ! – Das „Lese-Studio“ stellt sich vor

(von Hannah)

Lesen eröffnet neue Welten. Deswegen entdecken wir fast jeden Samstag gemeinsam die Welt der Literatur. Mit Sherlock Holmes lösen wir spannende Fälle. Mit Hänsel und Gretel haben wir auch ohne Brot-Krumen den Weg nach Hause gefunden. Mit Harry Potter haben wir erfahren, dass wir Zauberer sind.



Seit kurzem irren wir durch die Katakomben von Buchhaim, die Stadt der träumenden Bücher.

Da Sprache aber nicht nur durch Worte funktioniert, lernen wir jedes Mal drei passende Begriffe in Gebärdensprache.

Lese-Studio : Samstags 15:00 -16:00 Uhr

Jetzt geht es raus ! – Das „Grenzenlos on Tour“ stellt sich vor

(von Hannah)

Gemeinsame Aktivitäten außerhalb unseres schönen Cafés sind uns und unseren Gästen sehr wichtig. Im Dezember führte uns unser erster Ausflug auf den örtlichen Weihnachts-Markt. Bei einem Tässchen Glüh-Wein oder einem heißen Kakao ließ es sich auch in der kalten Jahres-Zeit gut aushalten. Im Januar haben wir den Roll-Stuhl-Basketball Verein der Kölner 99ers bis zum Sieg angefeuert und hatten einen Riesen-Spaß.



Bei unserer Wanderung zur alten Dombach waren wir besonders achtsam, was unser Geist, unser Körper und die Natur für uns bereithält. Außerdem haben wir uns im November auf der „Fridays for Future“ - Demo für unser Klima stark gemacht.



Jetzt wird es informativ und politisch ! - Das „News-Studio“ stellt sich vor

(von Andreas)

Meine Idee war ein Angebot mit dem Thema „was ist gerade los in Bergisch Gladbach?“. Hier kann man über alle Themen sprechen die gerade aktuell in unserer Stadt sind. In den letzten Wochen haben wir ausführlich über die Kommunal-Wahl in NRW gesprochen. Wir haben uns mit Partei-Programmen und den Kandidaten und Kandidatinnen in Bergisch Gladbach beschäftigt. Ich selbst habe dabei sehr viel gelernt. Zum Abschluss waren einige Gäste zusammen mit mir im Direkt-Wahl-Büro und haben zum ersten Mal gewählt. Darüber freue ich mich sehr und ich bin auch ein bißchen stolz.



Immer wieder freitags 17:00 - 18:30 Uhr

STUDIO QUIZ

Welches Studio passt zu mir?



Jetzt geht es immer weiter! - Wir erklären die Schnecke

(von Hannah und Sonja)

Oft werden wir gefragt, wofür unser Schnecken-Symbol steht. In erster Linie ist unser Logo eine rechts-drehende Spirale. Sie steht für den Fort-Schritt. Man kann sie auch als Wendel-Treppe sehen auf der wir gemeinsam die Stufen hinaufsteigen. Aber alle in ihrem Tempo.

Die Schnecke ist bekanntlich nicht das schnellste Tier. Sie geht bedächtig ihren Weg, schaut öfters mal nach links und rechts und trägt ihr eigenes Haus auf dem Rücken.

Dieses schützende Dach möchten wir unseren Gästen bieten, damit sie sich frei entfalten können und sich alle bei uns wohl fühlen.



ES HAT SICH EINIGES VERÄNDERT !?!

...so sah es
noch im
AUGUST 2019
aus...



Willst du wissen,
wie es jetzt
aussieht?

Dann komm vorbei!

