

BiQ News

Herzlich willkommen beim zweiten Newsletter von BiQ!

Was ist BiQ?

BIQ ist eine Abkürzung.

Es heißt: Beteiligung im Quartier.

Wir sagen auch:

Mitmachen in der Nachbarschaft, im Quartier oder im Stadtteil.

Ein Quartier kann ein großes Wohnhaus oder auch ein paar Straßen im Stadtteil sein.

Beteiligen heißt aber noch mehr:

Es bedeutet für uns auch, inklusiv zu sein.

Inklusion heißt:

Menschen mit Behinderungen machen mit und bestimmen mit.

Mehr Infos zu BiQ finden Sie [hier](#)

In unserem Newsletter finden Sie

Infos über diese Projekte vom BiQ:

- DiN – Digitale inklusive Nachbarschaft
- BiQ & Politik
- Mittwochs-Turnen

Viel Spaß beim Lesen!

Projekt: DiN - Digitale inklusive Nachbarschaft

Wir arbeiten weiter im Projekt: **DiN – Digitale inklusive Nachbarschaft**.

Menschen mit und ohne Behinderung
sollen sich in diesem Projekt kennenlernen.

Dafür haben wir zum Beispiel Tablets für alle Teilnehmer gekauft.

Es gibt schon bis zu 15 Teilnehmer.

Mit den Tablets können sie Video-Anrufe machen.

So können sie gut und sicher miteinander reden.

Das ist im Moment wegen Corona eine gute Idee.

Nun gibt es eine Änderung:

Wir machen die Video-Anrufe nun mit einem anderen Programm.

Das Programm heißt: **Skype**.

Das spricht man: Skeip.

Denn jeder Teilnehmer soll bei den Video-Anrufen
gut und einfach mitmachen können.

Darum ist Skype ein gutes Programm:

Es gibt Untertitel beim Video-Anruf mit Skype.

So kann man alles mitlesen, was die anderen sagen.

Zeit für Inklusion 2020:

Der Hamburger Senat hat im Oktober eine besondere Aktion gemacht.

Die Aktion heißt: **Zeit für Inklusion 2020**.

Das will der Senat mit der Aktion erreichen:

Einrichtungen und Vereine sollen selbst Aktionen machen.

Sie sollen Angebote machen, die für alle gut sind:

Für Menschen mit und ohne Behinderung.

Wir haben mit unserem Projekt DiN bei der Aktion mitgemacht.

Wir haben 4 extra Termine mit Video-Treffen für die Aktion gemacht.

Bei allen 4 Terminen war ein Übersetzer für Gebärden-Sprache dabei.

Wollen Sie auch beim Projekt DiN mitmachen?

Dann freuen wir uns auf Sie.

Wir machen unsere Video-Treffen

- jeden Montag und Mittwoch.
- von 14 Uhr bis 15 Uhr.

Jeder kann im Projekt DiN mitmachen.

Schreiben Sie einfach eine E-Mail an:

digitalenachbarschaft@outlook.de

Oder reden Sie mit Conny Zolker und Florian Erdwig.

Conny Zolker: 0174 19 85 015

Florian Erdwig: 0173 18 99 806

Projekt: BiQ & Politik

Es gibt immer wieder Wahlen.

Wenn eine Wahl vorbei ist, kommt bald schon eine andere Wahl.

Darum sagt man auch:

Nach der Wahl ist vor der Wahl.

Es gibt viele Fragen über Wahlen.

Jeder soll gut wählen gehen können.

Darum gibt es zusammen mit BiQ eine inklusive Politik-Arbeitsgruppe.

Die Gruppe ist bei der Evangelischen Stiftung Alsterdorf.

Die Gruppe plant im nächsten Jahr 2 Info-Treffen:

Das **erste Info-Treffen** ist im Sommer 2021.

Bei dem Treffen gibt es Infos über Wahlen und wie man wählen kann.

Wir üben auch zusammen wie man wählt.

Zum Beispiel:

- Wahlen im Wahl-Lokal
- Wahlen im Internet

Das wird der Name vom ersten Info-Treffen:

So geht wählen!

Das **zweite Info-Treffen** ist im Herbst 2021.

Das ist kurz vor der Bundestags-Wahl.

Wir laden Politiker zum Treffen ein und stellen Fragen.

Das wird der Name vom zweiten Info-Treffen:

Bundestagswahl 2021 – Wir gehen Wählen!

Wir planen beide Info-Treffen

zusammen mit der Landeszentrale für politische Bildung.

Wir reden dafür auch mit dem Landeswahlleiter von der Stadt Hamburg.

Der Landeswahlleiter plant die Wahlen für das Bundesland Hamburg.

Sport-Angebot: Mittwochs-Turnen

Bewegung macht Spaß und ist gut für die Gesundheit.
Darum machen wir jeden Mittwoch ein Sport-Angebot.
Das Sport-Angebot heißt: **Mittwochs-Turnen**.

Wann ist das Mittwochs-Turnen?

Jeden Mittwoch von 14 Uhr bis 15 Uhr.

Wo ist das Mittwochs-Turnen?

In der Kulturküche Alsterdorf.
Vielleicht gibt es schönes Wetter.
Dann gehen wir in den Park in der Nähe.

Wegen Corona geht das im Moment leider nicht.
Aber wir überlegen:
Vielleicht können wir mit Skype zusammen turnen.

Erst war das Mittwochs-Turnen nur ein kleines Angebot.
Es war nur für Menschen mit und ohne Behinderung
aus der Nachbarschaft.
Jetzt ist das Angebot für alle Menschen aus dem Sengelmann-Quartier.

Jeder kann mitmachen.
Und jeder kann im Angebot mitbestimmen.

Zum Beispiel:

- Welches Bewegungs-Spiel machen wir?
- Welche Musik hören wir beim Turnen?

Das Mittwochs-Turnen kostet **kein** Geld.
Mehr Infos stehen auch im Kurs-Heft vom **ISV Alsterdorf**.
ISV ist kurz für: Inklusions-Sport-Verein.

Das Mittwochs-Turnen ist ein gemeinsames Projekt von diesen Aktionen und Projekten:

- Sport und Inklusion
- Kulturküche
- alsterdorf assistenz west gGmbH
- BiQ

So melden Sie sich für den Newsletter an

Schreiben Sie uns eine E-Mail.

Schreiben Sie in den Betreff: BiQ-Newsletter.

Kontakt



Florian Erdwig

Koordinator BiQ

☎ 0173 – 18 99 806

✉ f.erdwig@q-acht.net

🏠 Alsterdorfer Markt 11
22297 Hamburg



Conny Zolker

Koordinatorin BiQ

☎ 0174 – 19 85 015

✉ conny.zolker@q-acht.net

🏠 Alsterdorfer Markt 11
22297 Hamburg

Der Text in Leichter Sprache ist von:

© Büro für Leichte Sprache, Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., 2020.