Impulse

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE
BC10172
P801112

Diskriminierung

Gewalt gegen Schwarze

Alteo VoG
Sozialbewegung für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Vierteljährliche Zeitschrift der Sozialbewegung für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Ausgabe 3 / 2020

Alteo VoG
Klosterstraße 74 - B-4700 Eupen

CHRISTLICHE KRANKENKASSE

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 2

Schwerpunkt 4

Alteo 21

Aktivitäten 22

Seminare und Weiterbildungen 32

Alteo VoG
Sozialbewegung für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

www.alteo-dg.be

Fotos: © Shutterstock, © Freepik, © Alteo

Werden auch Sie Mitglied bei Alteo! Ich bin dabei!

Wie in jedem Jahr werben wir für Mitglieder. Wir würden uns freuen, wenn Sie in 2020 Mitglied von Alteo würden.

Mitglied von Alteo sein bedeutet:

- uns kennen·zulernen
- zu wissen was bei uns alles organisiert wird
- uns und unsere Arbeit zu unterstützen
- unsere Aktivitäten und Weiter·bildungen zu besuchen
- mit uns auf Reise zu gehen
- zu einer interessanten Organisation gehören
- uns einfach nur weiter zu empfehlen und anderen Menschen damit helfen
- …

Mitglied sein hat Vorteile:

- 3-4 Ausgaben der „Impulse", damit Sie immer gut informiert sind
- Die Informationen bekommen Sie als Erste
- Mitglieder zahlen weniger bei Aktivitäten, Kursen und Reisen
- Wir erklären viele Dinge in Leichter Sprache
- …

Der Mitglieds·beitrag 2020 kostet 12,- Euro und wird einfach auf das Alteo Konto Nr.: IBAN 51 7925 5153 3362, mit dem Vermerk „MB 2020", überwiesen. Dann bekommen Sie die Mitglieds·karte 2020 zu·geschickt.

Wir freuen uns über Ihre Unter·stützung und wünschen Ihnen auch in 2020 viel Spaß mit Alteo!

Wer sind wir?

Die Vereinigung Alteo ist eine anerkannte Erwachsenenbildungseinrichtung in der Deutschsprachigen Gemeinschaft, die sich für die Belange von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung einsetzt. Ziel von Alteo ist, die Interessen insbesondere von Menschen mit Beeinträchtigung zu vertreten, sie durch angepasste Weiterbildungen und nach ihren individuellen Möglichkeiten zu fördern, und ihnen durch gezielte Freizeitangebote zu mehr Teilhabe am sozialen und gesellschaftlichen Leben zu verhelfen. Dabei stehen die Selbstbestimmtheit und Mitbestimmung eines jeden Einzelnen immer im Vordergrund.

Impulse ist die Dreimonatszeitschrift von Alteo. Impulse ist in erster Linie eine Informations-zeitschrift für die Mitglieder. Impulse soll aber auch diejenigen informieren, die sich mit dem Thema Behinderung auseinandersetzen möchten. Impulse erscheint vier Mal im Jahr und widmet sich aktuellen Themen und informiert über die Aktivitäten von Alteo. Der Abonnementpreis ist im jährlichen Mitgliedsbeitrag einbegriffen.

Redaktion **Alteo VoG**
Klosterstraße 74 - B-4700 Eupen
Tel.: 087 59 61 36 - Fax: 087 59 61 33
Unternehmensnummer: 0422 463 803
Mwst. Nummer BE 0422 463 803

Redaktion und Lektorat **Yvonne Haep**

Redaktion und Umschreibung der Texte in Leichter Sprache **Melanie Magney und Yvonne Haep**

Kontakte
Doris Spoden - Koordination - Tel.: 087 59 61 26
Myriam Ramjoie - Sekretariat - Tel.: 087 59 61 36

Infos **Alteo VoG**
Klosterstraße 74 - B-4700 Eupen
Tel.: 087 59 61 36
e-mail: alteo-dg@mc.be - www.alteo-dg.be
IBAN BE51 7925 5153 3362 - BIC: GKCCBEBB
Verantwortliche Herausgeberin: Odette Threinen

Gestaltung
Eckraum Grafikdesign - www.eckraum.be
Herrenpfad 39 - B-4701 Kettenis

Druckerei KLIEMO A.G. - Hütte 53 - B-4700 Eupen

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Bald ist es soweit!
Ab September starten wir wieder mit vielen Aktivitäten.
Wir freuen uns sehr auf das Wiedersehen mit Euch allen.
Wir hoffen, dass Ihr die Corona-Zeit gut überstanden habt.

In diesem Heft stellen wir Euch die neuen Alteo-Angebote vor.
Es geht um:
- Beliebte Weiter·bildungen
- Freizeit·aktivitäten
- Reisen

Angaben zu den Orten und Terminen findet Ihr bei jedem Angebot.

Das Thema in dieser Impulse ist **Diskriminierung**.
Diskriminierung bedeutet:
Jemanden wegen etwas schlechter behandeln.
Zum Beispiel wegen seinem Geschlecht oder seiner Haut·farbe.

Ihr habt bestimmt schon von dem Tod von George Floyd gehört.
In den Nachrichten und in der Zeitung gibt es Berichte über ihn.
Ein Polizist hat Georg Floyd am 20. Mai bei einem Einsatz
in der amerikanischen Stadt Minneapolis getötet.
Viele Menschen protestieren seit dem gegen Gewalt.
Auch in Belgien.
Wir finden es wichtig,
dass es dazu Erklärungen in Leichter Sprache gibt.

Und zu guter Letzt: Alteo ist umgezogen!!
Auch dazu mehr in diesem Heft.

Wir hoffen, dass wir Euch ab September wieder begrüßen dürfen.
Bis dahin wünschen wir Euch eine gute Zeit.

Mit freundlichen Grüßen!
Doris Spoden, Alteo VoG.

Gewalt gegen Schwarze

von Melanie Magney

Schwarze Menschen haben es schwer in den USA.
Sie verdienen weniger und
haben meist eine schlechtere Ausbildung.
Sie haben in der Gesellschaft einen schlechteren Platz und
werden durch die Weißen nicht respektiert.

Weil viele Weiße schlecht von ihnen denken,
werden die Schwarzen bei Kontrollen öfter verhaftet.
Dabei kommt es häufig zu Gewalt von Polizisten an Schwarzen.
Oft sterben Menschen dabei.

Hier sehen Sie eine Liste mit Namen von getöteten Schwarzen.
Diese Liste ist nicht vollständig,
denn viele Fälle werden nicht bekannt.

Oscar GRANT
Trayvon MARTINS
Michael BROWN
Eric GARNER
Tamir RICE
Freddie GRAY
Walter SCOTT
Sandra BLAND
Alton STERLING
Philando CASTILE
Breonna TAYLOR
George FLOYD
Rayshard BROOKS

Auch in diesem Jahr sind wieder Menschen getötet worden.
George Floyd erstickte,
weil ein Polizist seinen Hals sehr lange zudrückte.
Rayshard Brooks ist gestorben,
weil ein Polizist ihm mehrmals in den Rücken schoss.

Gegen die Gewalt

Seit langer Zeit wehren sich viele Menschen
gegen diese ungerechte Behandlung.
Oft sind die Menschen so wütend,
dass sie als Protest Dinge zerstören.
Sie zerstören Autos oder schlagen Scheiben kaputt.
Sie beschmieren Denkmäler mit Farbe.
Diese Denkmäler zeigen meist Personen oder Dinge,
die den Rassismus fördern.

Es gibt aber auch friedliche Gruppen,
die gegen die Gewalt protestieren.
Sie nutzen ein anderes Mittel gegen die Gewalt: Die Information.
Sie machen die Fälle im Internet bekannt.
Dort sieht man dann Bilder und selbst aufgenommene Videos.
Die Bilder beweisen,
dass die Schwarzen ungerecht behandelt werden.

Weil die Informationen auf der ganzen Welt gelesen werden,
bildet sich in vielen Ländern Widerstand gegen Rassismus.
Das zwingt die Politiker zu Entscheidungen und Veränderungen.
Rassismus bedeutet:
Menschen glauben, dass sie mehr wert sind als andere.
Dass ihre Rasse die bessere ist.
Sie glauben, dass sie deswegen mehr Rechte haben.
Und dass sie die anderen deshalb auch ausstoßen dürfen.

In den USA gibt es verschiedene Gruppen,
die friedlich gegen den Rassismus kämpfen.
Eine davon ist:
Black Lives Matter
Das ist ein englischer Name.
Man spricht es so aus: Bläck Leifs Mädder.
Es bedeutet: „Schwarze Leben zählen".
Diese Gruppe möchte mehr Gerechtigkeit.
Gerechtigkeit für Menschen mit einer anderen Hautfarbe.

„Black Lives Matter" ist aus **Protest** gegen den **Freispruch**
von G. Zimmerman entstanden.
Zimmerman hatte zuvor den 17-jährigen Trayvon Martin erschossen.
Protest bedeutet:
Mit etwas nicht einverstanden sein und das laut sagen.
Freispruch bedeutet:
Ein Gericht sagt, dass der Angeklagte nicht schuld ist.
Dass er frei ist und nicht ins Gefängnis muss.

Die Gruppe „Black Lives Matter" ist gegen Gewalt und Rassismus.
Sie hat bereits Mitglieder in 40 amerikanischen Bundes·staaten.
Sie veranstaltet Protest·märsche durch die amerikanischen Städte.
Sie fordert seit vielen Jahren von den Politikern,
dass sie Dinge ändern.
Dass sie neue Gesetze machen,
die Schwarzen in Amerika mehr Rechte geben.

Der Tod von George Floyd hat die Wut gegen Rassismus verstärkt.
Viele Gruppen in der Gesellschaft fordern nun mit aller Kraft,
dass die Gesetze endlich geändert werden.
Und dass Schwarze und auch andere Farbige
den gleichen Respekt erhalten wie Weiße.

Die Suche nach den Ursachen für Rassismus

Seit dem Tod von George Floyd streiten die Menschen wieder heftig
über den Rassismus und seine Ursachen.
Auch in Europa und in Belgien ist das so.
Die schlechten Zustände in vielen Ländern werden dadurch bekannt.
Die Menschen suchen nun Gründe für den Rassismus.

Eine Ursache für Rassismus ist sicher Neid.
Wenn der andere mehr hat als ich,
dann bin ich neidisch.
Wenn der andere eine ganze Bevölkerungs-Gruppe ist,
dann kann aus dem Neid Wut werden.

Diese Wut kann sehr groß werden.
Wenn dann böse Menschen diese Wut ausnutzen,
kann das schlimme Folgen haben.
Ein Beispiel: Die Verfolgung und Tötung der Juden vor vielen Jahren.

In vielen Städten werden nun Denkmäler zerstört,
die an den Kolo·nia·lis·mus erinnern.
Kolonialismus bedeutet:
Fremde Länder mit Gewalt in Besitz nehmen.
Die Menschen dort zur Arbeit zwingen und
den Gewinn aus dieser Arbeit für sein eigenes Land nutzen.
Das heißt auch: Ein Land wirtschaftlich ausbeuten.

Viele europäische Länder haben früher andere Länder ausgebeutet.
Auch in Belgien hat es den Kolonialismus gegeben.
Der Kongo in Afrika war lange Jahre eine belgische Kolonie.
Die Europäer behandelten die Menschen in den Kolonien wie
Sklaven und verkauften sie oft an Menschen·händler.
Mit den Menschen·händlern kamen die Schwarzen nach Amerika.
Dort mussten sie schwere Arbeit bei reichen Amerikanern tun.

Viele sagen, dass der Kolonialismus ein Grund für Rassismus ist.
Denn der Kolonialismus hat von Anfang an dafür gesorgt,
dass Schwarze weniger Rechte haben.
Heute hat sich zwar vieles verbessert aber
es ist immer noch nicht genug!
Es darf nicht sein, dass Menschen wegen Rassismus sterben!
Es darf nicht sein,
dass sie wegen Rassismus in Armut leben müssen.

Was ändert sich seit dem Tod von George Floyd?

Es ändern sich nun Dinge in Städten und Gebieten in den USA.
Einige Beispiele:

- In mehreren Staaten wird die Arbeit der Polizei neu geregelt.
  Besonders rassistische Polizisten werden mehr überwacht oder dürfen nicht mehr Polizist sein.
  Einige Polizei·chefs haben ihre Stelle verloren oder aufgegeben.
  Im Bundes·staat New York gibt es ein neues Gesetz,
  das der Polizei Würge·griffe verbietet.
  Bei einem Würge·griff drückt ein Polizist jemandem den Hals zu.
  Dabei kann die Person ersticken.
- Im amerikanischen Parlament streiten die Abgeordneten jetzt heftig über neue Gesetze gegen Rassismus.
- Die Fahne vom Bundes·staat Mississippi wird verändert.
  Ein blaues Kreuz mit weißen Sternen wird entfernt,
  weil es an die Sklaven·haltung erinnert.
- Ein Teil der Universität Princeton bekommt einen neuen Namen,
  weil der alte an den rassistischen Staats·chef W. Wilson erinnert.
- Musiker und Künstler spenden viel Geld und
  unterstützen damit den friedlichen Kampf gegen Rassismus.

Auch in Belgien streiten die Politiker über ihre Vergangenheit und die Schuld der Belgier am Tod von vielen Kongolesen.
Der Kongo war bis 1960 belgische Kolonie und
hat sehr unter der belgischen Herrschaft gelitten.
Das Land Belgien hat sich bei dem Land Kongo entschuldigt
Der Grund: Belgien hat in Aftrika eine Kolonie gehabt
und viele Verbrechen begangen.

Der belgische König Philippe hat dem Land
„Demokratische Republik Kongo" deshalb einen Brief geschrieben.
Er hat geschrieben: Während der Kolonial-Herrschaft hat es Gewalt,
Grausamkeiten und Erniedrigungen gegeben.
Ich bedauere das.

Verschiedene Formen von Rassismus

Rassismus betrifft meist Menschen, die anders sind.
Es betrifft Minderheiten, wie zum Beispiel Juden oder Zigeuner.
Farbige und Ausländer sind ebenso oft betroffen.
Rassismus kann verschiedene Formen haben.

- Ausgrenzung im Alltag. Hier einige Beispiele:
  Fremden auf der Straße aus dem Weg gehen.
  Ausländische Nachbarn nicht grüßen.
  Im Bus den Platz wechseln, weil da ein Schwarzer sitzt.
  Einen Klassen·kameraden aus·stoßen, weil er fremd ist.
- Menschen im Internet gemeine Sachen schreiben.
- Menschen schlagen oder ihre Häuser anzünden,
  weil sie anders sind.

Weg vom Rassismus

Wir Menschen sind alle gleich viel wert.
Leider bemerken wir oft nicht,
wie ähnlich wir alle uns eigentlich sind!
Die Schwarzen und die Weißen.
Die Ausländer und die Belgier.
Wir sind doch alle nur Menschen.
Mit etwas mehr Respekt füreinander können wir zusammen leben!
Wenn wir offener sind,
lernen wir den anderen kennen und schätzen.
Wir lernen von dem anderen und er von uns.
Mit etwas Mut und Offenheit schaffen wir das!

Getötete Schwarze in Amerika

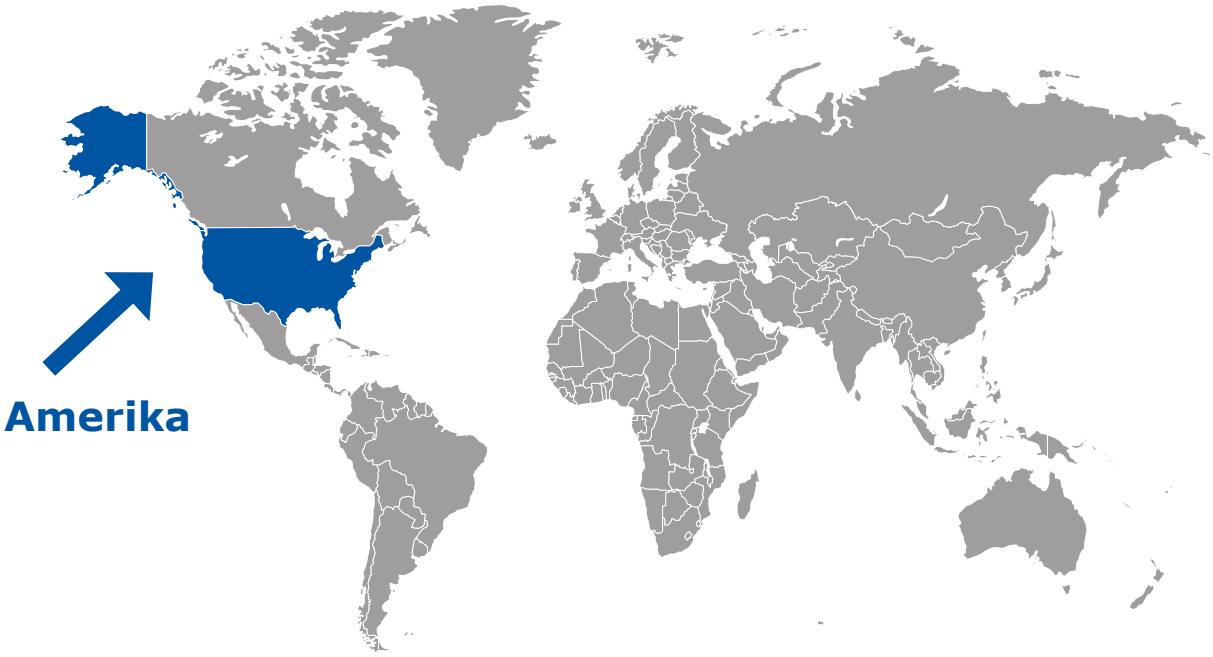
von Melanie Magney

Die Polizei tötet manchmal Menschen bei Einsätzen.
In Amerika sind die Getöteten auffallend oft Schwarze.
Vor kurzem sind wieder 2 Männer getötet worden.
Jetzt **protestieren** in vielen Ländern Menschen
gegen das gewalt·tätige Handeln von Polizisten.
Protestieren bedeutet: Laut sagen, was wir nicht gut finden.
Bei einem Protest·marsch versammeln sich viele Menschen und
gehen mit Plakaten und Schildern durch die Straßen.

Warum werden mehr Schwarze als Weiße getötet?
Warum haben es Schwarze in Amerika oft schwer?
In den folgenden Seiten suchen wir nach Erklärungen,
warum das so ist.
Dafür sehen wir uns zunächst mal die Bevölkerung von Amerika an.

Wer lebt in Amerika?

Die Vereinigten Staaten von Amerika sind eine Gruppe von Ländern,
die sich vor vielen Jahren zusammen getan haben.
Es sind insgesamt 50 Länder.
Wir nennen diese Länder hier USA oder Amerika.



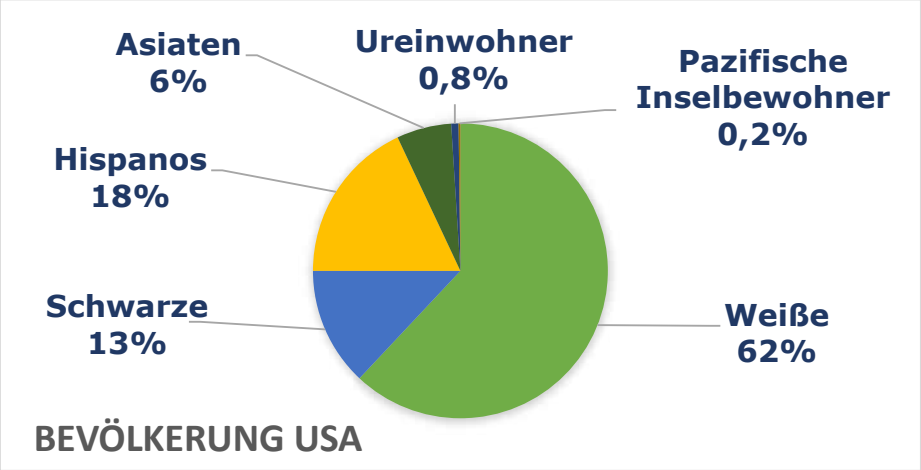
Die USA ist ein riesiges Gebiet,
in dem früher viele verschiedene Völker gelebt haben.
Diese Völker sind die Ur·einwohner. Sie waren zuerst dort.
Wir nennen sie Indianer.

Dann haben andere Völker Amerika entdeckt.
Immer mehr Menschen wollen dorthin,
weil sie es zu Hause schlecht haben.
Sie wollen in Amerika ein neues Leben anfangen.
Oder dort viel Geld verdienen und richtig reich werden.

Zuerst kommen die Europäer,
die dann die Indianer mit Gewalt aus ihren Gebieten vertreiben.
Die Europäer bringen Gefangene aus Afrika mit und
halten sie wie Sklaven.
Sklaven sind Menschen, die ihre Freiheit verloren haben.
Sie gehören einem anderen Menschen und müssen für ihn arbeiten.
Oft behandeln ihre Herren sie sehr schlecht.

Diese Sklaven sind Vorfahren von vielen schwarzen Amerikanern.
Schwarze Amerikaner heißen auch Afro·amerikaner.
Vorfahre bedeutet: Menschen aus meiner Familie,
die vor mir da waren. Meine Groß·eltern und Ur·groß·eltern.
Ich bin ein Nach·komme von meinen Vorfahren.

Später kommen auch Menschen aus Asien und
Südamerika in die USA.
Die Menschen aus Südamerika heißen Hispanos oder Latinos.
Die USA ist heute ein Gebiet,
in dem Menschen aus vielen Teilen der Welt zusammen leben.
Es leben dort aber mehr Weiße als Schwarze.
Von 100 Amerikanern sind 62 weiß und nur 13 sind schwarz.
Die restlichen 25 Personen stammen aus anderen Länder.
Auf dem folgenden Bild sehen wir die genauen Zahlen.



Pazifische Insel·bewohner sind Menschen,
die von Inseln aus dem Pazifischen Ozean in die USA kommen.

Afro·amerikaner haben weniger Rechte als Weiße.

Die Haltung von Sklaven wird 1863 durch ein Gesetz verboten.
Schwarze sind nun gleich viel wert wie die Weißen.
Das gefällt aber vielen Weißen nicht.
Sie sind durch die Sklaven reich geworden und
verlieren jetzt ihre billigen Arbeiter.

Vor etwa 50 Jahren erhalten die Afro·amerikaner mehr Rechte.
Aber sie haben es bis heute nicht leicht in Amerika.
Sie werden immer noch wegen ihrer Haut·farbe **diskriminiert**.
Diskriminieren bedeutet:
Jemanden wegen etwas schlechter behandeln.
Zum Beispiel wegen seiner Haut·farbe oder seinem Geschlecht.

Hinweise zu den folgenden Informationen

Es gibt **Statistiken** zum Leben von Schwarzen in Amerika.
Statistiken sind sehr lange Listen,
in denen Informationen von vielen Menschen aufgeschrieben sind.
Die Informationen sind meistens Zahlen.
Ein Beispiel ist die Arbeitslosen-Statistik.
Dort steht, wieviel Menschen arbeitslos sind. Und wie alt sie sind.
Oder wieviel Kinder sie haben.

Die jetzt folgenden Informationen und Zahlen erklären,
warum Schwarze in den USA ein schweres Leben haben.
Damit die Zahlen verständlicher sind,
sagen wir zum Beispiel:
15 Schwarze von 100 haben kein Diplom.
In schwierigem Deutsch heißt es: 15% haben kein Diplom.
Das Zeichen „%“ heißt „Prozent“ und bedeutet: Pro Hundert.

Wie werden Schwarze benachteiligt?

1. Schlechte Ausbildung

Schwarze Amerikaner haben meist eine schlechtere Ausbildung.
Wenn sie 25 Jahre alt sind,
haben viele von ihnen keinen richtigen Schul·abschluss.
Die Zahlen sagen:
85 Schwarze von 100 machen ihr Abitur.
Aber 92 Weiße von 100 machen ihr Abitur.
Oder: nur 21 Schwarze von 100 be·enden ein Studium.
Sie haben dann ein Universitäts-Diplom.
Aber 35 Weiße von 100 be·enden ihr Studium erfolgreich.
Das sind deutlich mehr.

2. Schlechte Chancen auf Arbeit

Sie haben weniger Chancen auf eine gute Arbeit.
Die Arbeitslosen-Zahlen zeigen:
Etwa 17 Schwarze von 100 sind arbeitslos.
Aber nur 12 Weiße von 100 haben keine Arbeit.

Schwarze bekommen oft für die gleiche Arbeit weniger Geld.
Es gibt außerdem nur wenig Schwarze,
die ein politisches Amt haben. Zum Beispiel Bürger·meister.
Oder die eine wichtige Stelle in einem großen Betrieb bekommen.

3. Wenig eigener Besitz

Sie haben weniger Geld und wenig eigenen Besitz.
20 Schwarze von 100 leben in Armut.
Ihr Einkommen ist zu klein.

74 Weiße von 100 besitzen die Wohnung, in der sie leben.
Aber nur 44 Schwarze von 100 leben in ihrem eigenen Zuhause.
Weiße Familien haben etwa 10mal mehr Besitz
als schwarze Familien.

4. Schlechte medizinische Versorgung

Es gibt sehr wenig schwarze Ärzte.
In die weißen Ärzte haben Schwarze nicht viel Vertrauen.
Denn viele weiße Ärzte glauben,
dass Schwarze anders sind als Weiße.
Und sie deshalb eine andere medizinische Behandlung brauchen.
Das stimmt aber nicht.

Und Schwarze erhalten tatsächlich eine schlechtere Versorgung.
Zum Beispiel:
Schwarze bekommen bei Schmerzen
weniger ärztliche Hilfe im Kranken·haus als Weiße.
Das ist bei einer **Studie** heraus gekommen.
Die Studie prüft die Aufnahme von Patienten in Kranken·häusern.
Eine Studie ist eine wissenschaftliche Untersuchung.
Dabei wird eine besondere Frage geprüft und
nach Antworten gesucht.

5. Häufigere Verhaftungen – Härtere Strafen

Schwarze werden viel öfter von der Polizei verhaftet.
Eine Statistik sagt,
dass jeder dritte Schwarze 1mal in seinem Leben verhaftet wird.
Das bedeutet in Zahlen: 33 Schwarze von 100.
Bei den Weißen sind die Zahlen anders:
Nur 6 Weiße von 100 werden 1mal in ihrem Leben verhaftet.

Außerdem bekommen Schwarze härtere Strafen.
Viele müssen für eine bestimmte Straf·tat
länger ins Gefängnis als Weiße.

6. Mehr schwarze Tote bei Polizei·einsätzen.

Wenn die Polizei eingreift,
sterben häufiger Schwarze als Weiße.
Das haben Studien von der Regierung der USA gezeigt.

7. Keine gesetzliche Kranken·versicherung

In Belgien muss jeder eine Kranken·versicherung haben.
In den USA ist das nicht so.
Da muss jeder das selbst regeln.
Eine private Kranken·versicherung kostet aber viel Geld.
Das können viele Schwarze sich nicht leisten.
Also gehen sie weniger oft zum Arzt.
Sie werden deswegen auch nicht so alt wie Weiße,
weil ihre medizinische Versorgung eben schlechter ist.

Auch Corona ist für viele Schwarze schlimm gewesen.
In der Stadt Washington sind in der Corona-Krise
bisher viel mehr Schwarze als Weiße gestorben.
Der Grund dafür ist wieder die schlechte medizinische Versorgung.

Was bedeutet das alles?

Die Zahlen zeigen die Gründe,
warum Schwarze es in Amerika schwer haben.
Sie müssen sich viel mehr bemühen,
wenn sie im Leben etwas erreichen wollen.
Oder wenn sie für ihre Kinder eine gute Ausbildung wollen.
Das war früher so und ist heute immer noch so.
Die Dinge ändern sich nur ganz langsam.

Viele Menschen in den USA sind daher unzufrieden mit der Politik.
Und sie sind unzufrieden mit der Polizei.
Sie protestieren meistens friedlich und
wollen Veränderungen im Land.
Sie wollen, dass die Regierung und der Präsident Dinge ändern.
Aber der amerikanische Präsident Trump hat damit ein Problem.
Denn im Herbst sind in Amerika wieder Wahlen.
Er möchte unbedingt wieder gewählt werden.
Wenn er jetzt die richtigen Dinge tut,
wird er vielleicht wieder gewählt.
Zum Beispiel kann er dafür sorgen,
dass Schwarze bessere Chancen bekommen.
Dann wäre ein Teil der Bevölkerung zufriedener.

Wenn er die falschen Dinge tut,
verärgert er viele amerikanische Wähler.
Dann verliert er die Wahlen.
Das Problem ist,
dass er nicht alle Wähler zufrieden machen kann.
Aber er kann dafür sorgen,
dass das Leben vieler Amerikaner etwas besser wird.

Und wie ist das in Europa?
Es gibt auch in Europa immer noch **Rassismus** und Diskriminierung.
Rassismus bedeutet:
Jemanden wegen seiner Haut·farbe oder seiner Herkunft
schlecht behandeln und aus·stoßen.

Der Tod von den Schwarzen in Amerika
hat auch in Europa die Menschen wütend gemacht.
Viele Menschen gehen hier auf die Straße und protestieren.
Sie wollen,
dass auf der ganzen Welt niemand mehr diskriminiert wird.
Sie wollen endlich gleiche Chancen für alle.

Die Informationen zu den Statistiken finden Sie auch
auf Seite 13 im Grenz-Echo vom 11. Juni 2020.
Der Artikel heißt „Messbare Diskriminierung".

Alteo hat eine neue Adresse!

Endlich ist es soweit!
Alteo hat nach fast 10 Jahren die Seite gewechselt.
Und zwar die Straßen·seite.

Wir sind am 1. Juli umgezogen und
unsere neue Adresse ist:
Kloster·straße 29
4700 Eupen
Telefon·nummer und E-Mail haben sich **nicht** verändert.

Die Büros von Ocarina sind auch in diesem Haus.

Alteo kann nun 2 Büros und einen Versammlungs·raum nutzen.
Wir freuen uns über diese neuen Arbeits·bedingungen.

Jeder ist herzlich willkommen und
wir freuen uns über Ihren Besuch!
Die Mitarbeiterinnen von Alteo!

Vorträge mit Silke Naun-Bates

Die „Frau ohne Beine“

Der Landfrauen-Verband bietet im Herbst besondere Vorträge an.
Die Sprecherin in den Vorträgen heißt Silke Naun-Bates.

Frau Naun wird oft „Die Mut·macherin“ oder
die „Frau ohne Beine“ genannt.
Sie hat als Kind beide Beine bei einem Unfall verloren.
Sie hat dennoch immer gekämpft und
ihren eigenen Weg gemacht.

Sie redet in ihren Vorträgen von ihrem Leben und
den Schwierigkeiten von einem Leben mit einer Be·einträchtigung.
Sie möchte so anderen Menschen Mut machen,
damit sie auch frei und selbstbestimmt ihr Leben leben.

Lesen Sie hier einen Teil von einem **Interview** mit Frau Naun.
Ein Interview ist ein Gespräch,
bei dem eine Person bestimmte Fragen beantwortet.
In fetter Schrift sehen Sie die Fragen von ihrem Gesprächs·partner.
Darunter lesen Sie dann die Antwort von Frau Naun-Bates.

Menschen erleben Schicksals·schläge.
Sie werden schwer krank oder verlieren geliebte Menschen.
Manche erholen sich schnell und machen das Beste draus.
Andere leiden sehr lange und
akzeptieren die Veränderungen nicht.

Warum ist das so? Kann jeder das lernen?
Oder können nur einige so stark sein?

Lernen kann man das nicht direkt.
Es ist zuerst wichtig,
dass wir offen sind für die Veränderung.
Dass wir die neue Erfahrung annehmen und zulassen.

Wir können dann etwas anderes lernen:
Unsere Gedanken haben Macht über uns.
Wenn wir traurige Gedanken haben,
erleben wir traurige Gefühle.
Wir glauben dann,
dass diese Gefühle die Wirklichkeit sind und dass alles schlecht ist.
Das ist aber so nicht richtig.

Wir können das ändern.
Wenn wir unsere Gedanken in eine bessere Richtung lenken,
erleben wir auch angenehmere Gefühle.
Wir versuchen beim Denken das Gute in einer Sache zu sehen.
Durch unsere bessere Stimmung
sieht die Wirklichkeit dann gar nicht mehr so schlimm aus.

Wir können also immer wählen.
Wir entscheiden selbst,
ob wir etwas nur ertragen wollen.
Oder ob wir mutig sind und die Dinge selbst verändern.

Für dich gehören Freiheit und Verantwortung zusammen.
Das eine geht ohne das andere nicht.
Warum?

Erst wenn ich die Verantwortung für mich ganz übernehme,
bin ich wirklich frei.
Das bedeutet: Ich muss meine eigenen Entscheidungen treffen,
damit ich mich frei fühlen und leben kann.
Wir Menschen warten leider oft auf die Entscheidungen der anderen.
Die Entscheidung vom Arzt oder von den Politikern.
Die Entscheidung von einem Dienst oder von meiner Familie.
So bleiben wir immer abhängig.
Wir warten darauf, dass die anderen die Dinge ändern.
Das scheint einfacher und bequemer.
Wir haben Angst vor der Veränderung und trauen uns nichts zu.
So schaden wir nur uns selbst.

Welche Grenze stört Dich in deinem Leben am meisten?

Die Grenze der Trennung stört mich sehr.
Alle Menschen und die Natur sind miteinander verbunden.
So sehe ich das.
Wenn alle mehr miteinander leben und an die anderen denken,
gibt es weniger Probleme.
Wenn alle die Natur respektieren und als Teil ihres Lebens sehen,
sind Tiere und Pflanzen besser geschützt.

Viele Menschen denken aber anders.
Sie sehen diese Verbindung nicht.
Jeder sieht sich selbst als das Wichtigste.
Es ist egal, wenn irgendwo Regenwald abgeholzt wird.
Oder Kinder an Hunger sterben.
Das ist ja weit weg und betrifft sie nicht.

Du arbeitest ehrenamtlich mit Menschen,
die aus ihrer Heimat flüchten mussten.
Du begleitest Kranke und
Du bist auch in der Jugend·hilfe tätig.
Warum tust Du das?

Ich habe schon in der Schule immer denen geholfen,
die ausgestoßen wurden.
Das ist auch heute noch so.
Ich helfe gerne Menschen,
die Verantwortung für sich übernehmen.
Menschen, die ihren Teil beitragen wollen und
dennoch ausgestoßen werden.

Es gibt noch einen anderen Grund.
Ich habe sehr viel Freude,
wenn ich unbekannte Dinge entdecke.
Ich erfahre und lerne gerne Neues.

Eigentlich waren zwei Vorträge
mit Frau Naun-Bates in 2020 vorgesehen.
Diese sollten in Eupen und in St-Vith stattfinden.
Nun mussten diese beiden Vorträge
von dem Landfrauen-Verband leider wieder abgesagt werden.
Frau Naun-Bates wird dafür
im kommenden Jahr 2021 hier in Ostbelgien zu Gast sein.

Wichtig!

Bitte beachten Sie die aktuellen Entwicklungen zu Corona und lesen Sie die neuesten Hinweise.
Sie finden diese Hinweise auf der Webseite
vom Landfrauen-Verband.
Die Internet-Adresse ist: www.lfv.be

Alteo

Auch Du kannst Mitglied bei Alteo werden!

Du hast Interesse an Alteo?
Du brauchst genauere Informationen?
Hier erfährst Du alles Wichtige:

Wenn du Mitglied von Alteo wirst,

- lernst Du unsere interessante Organisation kennen.
- wirst Du ein Teil von unserer tollen Gruppe.
- erhältst Du wichtige Informationen.
  Zum Beispiel zu den Angeboten von Alteo.
- kannst Du die Aktivitäten und Weiter·bildungen besuchen.
- kannst Du mit unseren Gruppen auf Reise gehen.
- unterstützt Du die wichtige Arbeit von Alteo.
- kannst Du anderen Menschen helfen.

Deine Vorteile, wenn Du Mitglied bist:

- Du bekommst 3 bis 4 mal im Jahr unsere Zeitschrift **„Impulse"**.
  So bist Du immer gut informiert.
  Du erfährst zum Beispiel vor den anderen von den Aktivitäten.
- Wir erklären viele Dinge in Leichter Sprache.
  In der Zeitschrift und bei den Aktivitäten.
- Mitglieder bezahlen weniger bei Aktivitäten, Kursen und Reisen.

Was kostet das?

Der Mitglieds·beitrag ist dieses Jahr **12 Euro**.
Du kannst das Geld einfach auf das Konto von Alteo überweisen.
Die Kontonummer ist: IBAN **BE51 7925 5153 3362**.
Wichtig! Bitte schreibe folgende Mitteilung in die Überweisung:
„MB 2020" und Deinen Namen.
Wenn Du das Geld überwiesen hast,
senden wir Dir Deine **Mitglieds·karte 2020** zu.
Wir freuen uns über Deine Unter·stützung und
wünschen Dir auch im Jahr 2020 viel Spaß mit Alteo!

Komm mit uns schwimmen!

Ort: Galmeibad in Kelmis

Durch Schwimmen bleibt man fit und gesund.
Wir gehen 1 mal im Monat schwimmen und bewegen uns im Wasser.
Ein Bademeister leitet diesen Schwimmkurs und
Ehrenamtliche von Alteo helfen ihm dabei.
Man kann dabei eine Bademütze tragen. Es ist aber keine Pflicht.

Für Menschen mit und ohne Be·einträchtigung.
Die Anzahl Teilnehmer ist allerdings begrenzt!

Dauer: von 18:30 bis 19:45 Uhr.

Termine: 08.09., 06.10., 03.11. + 01.12.2020

Preis: 6,50 € (Eintritt und Betreuung).

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Kegeln für alle!

Ort: Eifler Hof, Manderfeld 304

Alteo startet wieder mit dem beliebten Kegeln.
Kegeln hält fit und gesund.
Kegeln ist ein idealer Sport für junge und ältere Menschen.
Beim Kegeln lernst Du nebenbei auch neue Menschen kennen.

Für Menschen mit und ohne Be·einträchtigung.
Das Kegeln ist auch für Rollstuhl·fahrer zugänglich.
Die Anzahl Teilnehmer ist begrenzt!

Dauer: von 14:30 bis 16:00 Uhr.

Termin: 18.10.2020

Preis: 6 € für Alteo-Mitglieder, 7 € für Nicht-Mitglieder
Im Preis drin ist die Miete der Kegel·bahn.

Infos und Anmeldung:
bei Gerd Melchior, 0472/ 42 68 78, gerd.melchior@skynet.be
oder Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Mal-Atelier

Ort: Katharinenweg 15 A in Eupen/Nispert

Mit Pinsel und Spachtel arbeiten wir mit Phantasie auf der Leinwand.
Wir nutzen viele Farben, ganz nach unseren Ideen.
Wir lernen Mal·techniken und probieren Neues aus.
Es entstehen bunte Bilder und richtige kleine Kunstwerke.
Komm doch einfach und lerne mit uns malen.
Du kannst mehr, als Du denkst!

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung
Auch hier ist die Anzahl Teilnehmer begrenzt.

Dauer: Jeden 2. Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr.

Termine: 10.09., 8.10., 12.11. + 10.12.2020

Preis: 60 € pro Person (die Leitung des Ateliers, die Farben und andere Materialien, die Betreuung, Getränke und ganz viel Spaß!)

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Wir machen Musik!

Ort: Hillstraße 7 in Eupen

Wir spielen auf Djembé's, das sind afrikanische Trommeln.
Hier lernen wir wieviel Musik und Rhythmus in uns steckt.
Trommeln macht Spaß und bringt viele Freude.

Hast Du Lust die Alteo Djembé Gruppe kennen zulernen?
Dann komm und mach mit!

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung
Auch hier ist die Anzahl Teilnehmer begrenzt.
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat.

Dauer: von 18:30 bis 20:00 Uhr.
Termine: 2. und 17.09., 1. und 15.10.,
5. und 19.11. + 3. und 17.12.2020

Preis: 48€ für Alteo-Mitglieder, 56€ für Nicht-Mitglieder
(Benutzung der Trommeln, Betreuung und ganz viel Spaß!)

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Wanderung mit Alteo und Natagora/BNVS !

Diese Wanderung ist nicht für Rollstuhl·fahrer geeignet.

Die schöne Wanderung führt durch den Raerener Wald.
Hier entdecken wir den Wald im Herbst.
Wir gehen auch über den Natur·lehrpfad und
vorbei an alten Hecken.
Am Ende gehen wir wieder zurück zum Raerener Bahnhof.
Hier endet die Hebst·wanderung bei einem leckeren Bier oder
einem anderen erfrischendem Getränk.

Start: 14:00 Uhr

Termin: Am Samstag, den 17. Oktober 2020.

Infos und Anmeldung:
Es ist keine Anmeldung erforderlich!
Infos: Ralf Zilles 0473 74 95 80

Ort: Kapelle Raeren Berg
Bus·haltestelle - Berg

Bei Alteo liegt Musik in der Luft

Ort: Im Begegnungs·zentrum
Eiche VoG
Kirch·straße 39 c

Hast Du Lust das „Alteo Musik und Tanz·atelier" kennen·zu·lernen?
Dann schau bei Doris, Margot und Brigitte vorbei und mach mit.

Lass Dich durch Musik anstecken!

Für Menschen mit und ohne Be·einträchtigung.
Die Anzahl Teilnehmer ist begrenzt!

NEU

Jeden 4. Freitag im Monat.

Dauer: von 19:00 bis 20:30 Uhr.

Termine: 25.09., 23.10., 27.11. + 18.12.2020 (Achtung 3. Freitag!)

Preis: keine Kosten!

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Lernen mit Gesellschafts·spielen

Gesellschafts·spiele machen viel Spaß.
Sie fördern auch das Lesen und das Rechnen.
Im Spiel musst Du immer gut aufpassen.
Das verbessert Deine Aufmerksamkeit.
Durch Gesellschafts·spiele lernst Du gewinnen
und auch verlieren.
Du begegnest Menschen,
die genauso gerne spielen wie Du.
Gesellschafts·spiele machen einfach glücklich!
Wir suchen immer neue Mit·spieler.
Wir suchen auch Ehrenamtliche,
die Spaß an Gesellschafts·spielen haben.
Und die Spiele gut erklären können.

In Eupen

Ort: Im Viktor-Xhonneux Saal, Kloster·straße 66 (im Höfchen)
Wann: Dienstags von 19:00 bis 21:00 Uhr.
08.09., 13.10., 10.11. + 08.12.2020

In Kelmis

Ort: Im Jugend-Animations-Zentrum, Patronage·straße 27 a.
Wann: Donnerstags von 18:30 bis 20:30 Uhr.
17.09., 08.10., 12.11. + 10.12.2020

In St. Vith

Ort: Im Patchwork St. Vith, Bleich·straße 6
Wann: Donnerstags von 19:00 bis 21:00 Uhr.
24.09., 29.10., 26.11. + 17.12.2020 – Achtung 3. Donnerstag!

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be
Oder auch für St. Vith: direkt bei Gerd Melchior
Seine Telefon-Nummer ist: 0472 42 68 78
Seine Email-Adresse ist: gerd.melchior@outlook.de

Energie durch Bewegung

Ein Kurs für weniger mobile Menschen.
Weniger mobil bedeutet: wenn man sich nicht mehr so gut bewegen kann.
Hier lernen Sie ihren Körper besser kennen und entspannen sich durch einfache Übungen.
Die Übungen machen Sie im Sitzen und im Stehen.
Dieser Kurs fördert Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.
Für Neu-Einsteiger gibt es eine Schnupper-Stunde gratis!

In Eupen

Ort: Im Turnsaal der Psychiatrischen Tagesklinik.
Vervierser Straße 26. Parkplatz vor Ort!

Wann: Jeden Mittwoch von 17:00 bis 18:00 Uhr.
- 2., 9., 16., 23. und 30. September 2020
- 7., 14., 21. und 28. Oktober 2020
- 4., 18. und 25. November 2020
- 2., 9., 16. und 23. Dezember 2020

In Bütgenbach

Ort: In der Praxis Kompass. Zum Walkerstal 34. Parkplatz vor Ort!

Wann: Jeden Montag von 10:00 bis 11:00 Uhr.
- 7., 14., 21. und 28. September 2020
- 5., 12., 19. und 26. Oktober 2020
- 2., 9., 16., 23. und 30. November 2020
- 7., 14. und 21. Dezember 2020

In Hergenrath

Ort: Im Kulturheim Hergenrath. Aachener Straße 2. Parkplatz vor Ort!

Wann: Jeden Donnerstag von 14:00 bis 15:00 Uhr.
- 3., 10., 17. und 24. September 2020
- 1., 8., 15., 22. und 29. Oktober 2020
- 5., 12., 19. und 26. November 2020
- 3., 10. und 17. Dezember 2020

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Einstieg in die Leichte Sprache

Ein Kurs zum Erlernen der Leichten Sprache.
Jeden Tag erhalten wir große Mengen von Informationen.
Viele Menschen kommen damit aber nicht zurecht.
Sie verstehen diese Informationen gar nicht oder nur teilweise.
Deshalb benutzt man nun die Leichte Sprache.
Leichte Sprache erklärt die Dinge mit einfachen Worten.
Alteo bietet regelmäßig Einstiegs-Kurse in die Leichte Sprache.
In dem Kurs lernt der Teilnehmer die wichtigsten Regeln und
macht anschließend interessante Übungen.
So kann er das Gelernte direkt anwenden.

Dieser Kurs richtet sich an Menschen,
die die Leichte Sprache erlernen möchten.
Im Beruf oder privat können sie dann die Leichte Sprache
in Texten oder in Gesprächen nutzen.
So helfen sie vielen Menschen,
die durch Leichte Sprache besser im Leben zurechtkommen.

Alteo bietet nach dem Einstiegs-Kurs
auch einen Kurs für Fortgeschrittene.
Fortgeschrittene sind die Menschen,
die schon seit einiger Zeit mit der Leichten Sprache arbeiten.

Achtung: Beide Kurse sind auch für Gruppen gedacht.
Haben Sie Interesse als Gruppe, für Ihre Abteilung, Ihren Berufsbereich,...?
Wir machen Ihnen gerne ein Preisangebot.

In Eupen: Donnerstag, 24.09.2020von 9:30 Uhr bis 15:30 Uhr
Ort: Viktor Xhonneux Saal der Christlichen Krankenkasse,
Kloster Str. 66 (im Höfchen) in Eupen

In St-Vith: Donnerstag, 17.09.2020von 9:30 Uhr bis 15:30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Bleichstrasse 8
Preis: Der Kurs kostet 78 € pro Person.
Im Preis drin sind die Unterlagen zum Kurs,
sowie eine Bescheinigung zur Teilnahme am Kurs und Getränke.

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Mein persönliches Budget

Manche Menschen können nicht gut rechnen.
Und der richtige Umgang mit ihrem Geld fällt ihnen schwer.

Oft geben sie zu viel Geld aus.
Sie überlegen zu wenig,
wie sie das Geld besser verwenden können.
Am Ende bleibt nichts mehr übrig und
sie müssen Schulden machen.

Sie leihen dann Geld bei der Bank oder bei Freunden.
Das bedeutet,
dass sie mehr Geld ausgeben, als sie haben.
Das kann schlimme Folgen haben.

Was lernt der Teilnehmer in diesem Kurs?

Wie er sein Geld richtig einteilt.
Wo er sparen kann.
Wie er einen persönlichen Finanz-Plan erstellt.
Worauf er beim Einkaufen achten muss.

Wer kann an dem Kurs teilnehmen?

Alteo bietet diesen Kurs für Gruppen an.
Haben Sie Interesse?
Wir machen Ihnen gerne ein Preisangebot.

Infos und Anmeldung:
Alteo VoG: 087 59 61 36, Email: alteo-dg@mc.be

Alteo und die neue Webseite

Seit Anfang des Jahres ist die neue Webseite von Alteo verfügbar.
Die Webseite ist nun besser gestaltet.
Den Verantwortlichen bei Alteo war es wichtig,
dass alle Informationen nun leicht zu finden sind.
Die neue Webseite ist auch bunter und luftiger.
Vor allem aber ist die Webseite **zugänglicher**.

Zugänglich bedeutet:

- Jeder kann die benötigten Informationen schnell finden.
- Die Texte sind leserlich und verständlich.
- Die Schrift kann bei Bedarf vergrößert werden,
  damit jeder gut lesen kann.

COVID-19 |

WIR BLEIBEN AN IHRER SEITE!

- Kundenberatung
- Sozialdienst
- Gesundheitsförderung
- Netzwerkarbeit
  (Genesungszentren, Familienhilfe, Bewegungen, uvm.)

Kontaktieren Sie uns:

> 087/32 43 33
> eupen@mc.be
> ckk-mc.be
> per Video-Chat
> Beratung in einer Geschäftsstelle auf Termin

CHRISTLICHE KRANKENKASSE

SCHÜTZEN SIE SICH SELBST **UND IHRE MITMENSCHEN**

©shutterstock