

ID_WAZ_AP95533301
ID:95533301

Wirbelsäule und Beckenboden trainieren

Unna. Das Evangelische Krankenhaus bietet demnächst Kurse zur Stärkung des Beckenbodens und der Wirbelsäule.

Helfen kann das Beckenboden-Training zum Beispiel bei Blasenfunktionsstörungen und Inkontinenz. Der Kurs beginnt am Mittwoch, 31. August, in der Zeit von 9 bis 10 Uhr. Mobilisieren, kräftigen und dehnen – diese drei Trainingsbereiche sind wichtig, um die Funktion der Wirbelsäule zu verbessern. Dieser Kurs beginnt ebenfalls Mittwoch, 31. August, in der Zeit von 10 bis 11.30 Uhr.

Die Kosten für beide Kurse über acht Wochen betragen 64 Euro. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen einen Teil der Kosten. Anmeldung unter ☎ 02303 106 438 oder GesundesUnna@EK-Unna.de

Das Unternehmen „Arbeit für Menschen mit Behinderung“ verkauft und repariert ausgediente Rechner und bietet Behinderten eine neue Perspektive

Neue Chance für behinderte Menschen

Mats Schönauer

Unna. Für Christian Iding aus Schwerte änderte sich mit einem Schlag alles. Bei einem Autounfall erlitt er vor sieben Jahren eine Querschnittslähmung, seitdem sitzt er im Rollstuhl. Seine Lehre zum Zimmermann musste er im dritten Lehrjahr abbrechen. Er machte zwar eine Umschulung zum Bauzeichner, auf dem Arbeitsmarkt hatte er dennoch keine Chance. „Einhundert Bewerbungen habe ich verschickt“, sagt er heute 27-Jährige, „von den meisten Firmen kam aber nicht einmal eine Antwort!“.

Heute aber hat Christian Iding einen festen Job. Er ist Techniker und Verkäufer. Die Arbeit macht ihm großen

Spaß, und sein Chef lobt ihn in den höchsten Tönen.

Zu verdanken hat Christian Iding das der AfB, einem IT-Unternehmen, das auch in Unna eine Filiale betreibt. AfB steht für „Arbeit für Menschen mit Behinderungen“ – und 60 Prozent der Belegschaft sind schwerstbehindert. Das Unternehmen wurde 2004 gegründet und ist Europas erstes gemeinnütziges IT-Systemhaus.

Das heißt: Firmen mit sozialer Verantwortung überlassen der AfB ihre nicht mehr benötigte IT-Hardware. Mit ihrem eigenen Fuhrpark holt die AfB die Computer ab, testet sie, löscht alle Daten gründlich, repariert eventuelle Schäden und verkauft die Geräte schließlich wieder – mit zwölf Monaten Garantie.

Dabei arbeiten die behinder-

ten Mitarbeiter von der Beschaffung bis zum Vertrieb mit ihren nicht behinderten Kollegen zusammen. Sämtliche Mitarbeiter erhalten zudem ein branchenübliches Gehalt.

Für Menschen mit Handicap ist dies nicht nur eine seltene Chance, einen festen, zukunftsorientierten Job zu bekommen, sondern auch, ein neues Selbstwertgefühl zu entwickeln. „Zwei autistische Mitarbeiter waren zu Beginn ihres Jobs sehr in sich gekehrt und sagten kaum ein Wort“, erzählt Dirk Fißler, AfB-Verkaufsführer in Unna. „Mittlerweile singen und tanzen sie sogar“, fährt er lächelnd fort.

Mit ihrem Konzept, ausgediente Geräte zu reparieren, schont die AfB zusätzlich die Umwelt. Eine gemeinnützige Firma in jeder Hinsicht.



Christian Iding ist Techniker und Verkäufer in der Unnaer Filiale der AfB.

Foto: AfB

Ab Donnerstag vom 18. - 20.08.2011

Erstmal zu Penny und zum Wochenende kräftig sparen

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| <p>100 Trainingscomputer</p> <p>100 Trainingscomputer</p> <p>79.99 Nur für kurze Zeit</p> | <p>Neue Ernte</p> <p>36% Billiger</p> <p>0.88 1.39</p> | <p>Fliegenpilze</p> <p>44% Billiger</p> <p>0.55 0.99</p> | <p>Hähnchen-Bratplatte</p> <p>10% Billiger</p> <p>2.69 2.99</p> | <p>1-kg-Vortellspack</p> <p>3.39 Nur für kurze Zeit</p> | <p>SALAKIS Schafkäse</p> <p>25% Billiger</p> <p>1.49 1.99</p> |
| <p>100% Hygiene</p> <p>79.99 Nur für kurze Zeit</p> | <p>Helle Trauben</p> <p>39% Billiger</p> <p>1.09 1.79</p> | <p>Cherry-Fliegenpilze</p> <p>36% Billiger</p> <p>0.75 1.19</p> | <p>Frische Bratwürst</p> <p>11% Billiger</p> <p>1.49 1.69</p> | <p>Salami oder Puten-Salami</p> <p>11% Billiger</p> <p>0.88 0.99</p> | <p>Smoothie</p> <p>0.49 Nur für kurze Zeit</p> |
| <p>Tefal Dampfparat VC 1501</p> <p>29.99 UVP 49.99</p> | <p>Jägermeister</p> <p>1 Billiger</p> <p>9.99 10.99</p> | <p>BECEL pro-active</p> <p>20% Billiger</p> <p>2.29 2.89</p> | <p>NESCAFE Gold</p> <p>11% Billiger</p> <p>7.49 8.39</p> | <p>Aus unserer TV Werbung</p> <p>0.88 Nur für kurze Zeit</p> | |
| <p>Blühpflanzen-Mix</p> <p>1.39 Nur für kurze Zeit</p> | <p>ALPIA Tafelchokolade</p> <p>0.35 Nur für kurze Zeit</p> | <p>CHIO Dip</p> <p>20% Billiger</p> <p>1.19 1.49</p> | | | |

Penny geht durch

Die abgefahrenste Sammelaktion aller Zeiten

Sticker sammeln und 1 von 25 Autos gewinnen

Bei einem Einkauf ab 15 Euro erhalten Sie gratis 4 Sticker zum Einkleben ins Sammelheft. Sammelheft und Infos gibt's an der Kasse! Weitere Infos zur Aktion finden Sie auf www.gewinnspiel.penny.de

PENNY MARKT

www.penny.de