

Wie dieses Buch entstand – Vorwort · *Julia Fischer, Anne Ott, Fabian Schwarz* 9

Frauenleben, Männerleben

Leben mit Handicap! · *Carina Kühne* 14

Anders als die anderen · *Thomas Galla* 20

Ich bin spät erwachsen geworden · *Werner Knobloch* 24

Ohne meine Eltern würde ich nicht mehr leben · *Nelli Heimbichner* 27

Mein Tanz mit dem Leben · *Jimmy Liebermann* 32

Höhen und Tiefen · *Marlies* 38

Da schlägt mein Gefühle-Herz · *Lars Breidenbach* 42

Frau sein, Mann sein

Frau sein ist nicht so einfach · *Claudia Jordan* 48

Das Pippi-Gefühl · *Karen Sophie Thorstensen* 49

Meine erste Periode · *Monika* 55

Ich und die Ärzte · *Belinda* 57

Ich wollte weinen · *Giopp Nader* 58

Ich wollte der bessere Mann sein · *Friedhelm Neumann* 59

Frauen haben Ideen und Mut · *Charlotte Tomberger* 62

Frauen sind anders – Männer auch! · *Rudi Hoffmann* 63

Frauenträume, Männerträume

Einmal berühmt sein · *Verena Elisabeth Turin* 66

Roller fahren · *Anna Giese* 67

Mein E-Rolli · *Christoph Becker* 70

Wenn ich als stinkreicher Millionär durchs Leben rennen würde ·

Bastian Nowak 72

Wasserwesen-Asse · *Sandra Kern* 74

Wie früher · *Hans-Peter Röhrenbeck* 76

Drei Wünsche · *Esther Grunemann* 81

Wohnen und Arbeiten

Machen, was man will · *Brigitte* 86

Ich möchte, dass mir einer Mut macht · *Eva Zull* 92

Der Kampf geht immer weiter · *Daniela Lenz* 93

Hürden im Arbeitsleben · *Sabrina Lüken* 100

Persönlich als wertig betrachtet werden · *Katrin Fischer* 102

Endlich wieder arbeiten · *Linda Zimmermann* 105

Das Urgefühl · *Lea Amadea* 107

Freizeit und Leidenschaften

Christina und die Feuerwehr · *Christina Reis* 114

Billard ist mein Leben · *Torsten Stein* 115

Meine Lieblingsrunde · *Susan Lang* 116

Die Höllenmaschine · *Dieter Hendorf* 118

Meine Katzen und ich · *Monika Fühner* 120

Fun Run · *Angelika Fischle* 122

Fußball ist einfach das Beste! · *Sicco Bremer* 123

Familienleben

Geschichten aus Zeschdorf · *Marlen Bierstedt* 128

Sehnsucht · *Diana Gibicar* 132

Meine Schwangerschaft und die Geburt meines Kindes · *Anja Dowidat* 133

Meine Familie · *Elke Bauer* 136

Meine Abnabelung von Mutti · *Sabine Hannemann* 138

Ein normales Leben mit besonderen Herausforderungen · *Kerstin Lange* 142

Liebe und Lust

Über die Liebe in meinem Kopf · *Kathrin Lemler* 148

Alles anders oder doch ganz normal? · *Iris* 152

Das Beste rausgeholt · *Stephanie Schuchmann* 155

Die Zicke und der Clown · *Achim Diermeier* 162

Wie ich mich in Uwe verliebte · *Elvira Gray* 169

Der Klang deiner Augen · *Michael Haaga* 170

Mein Freund Uli · *Regina van Gemmern* 173

Mein langer Weg in eine glückliche Beziehung · *Uli Widmaier* 174

Verletzungen

Das Beste aus dem Leben machen · *Lidija Vlainic* 182

Bei Onkel und Tante · *Ramona* 187

Am besten in der Wohnung bleiben · *Anke Burmester* 189

Ich musste immer zugucken als Kind · *Ute Schulz* 193

Männeralarmanlage · *Roswitha Sanger* 195

Plötzlich ist alles anders

Ein kurzer Augenblick, der mein ganzes Leben veränderte ·

Stefanie Höhe 204

Ich habe es geschafft, wieder schöne Dinge zu erleben ·

Hans-Dieter Nichols 209

Ich habe eigentlich kein eigenes Leben mehr · *Guido Blum* 212

Erwartungen und Wirklichkeit · *Guido Mutter* 214

Die Frau mit den anderen Ohren · *Tatiana Rosa Bernhardini-Pösl* 216

Behinderung erleben

Anders · *Antonia Denninghaus* 224

Ich komme gut klar, aber die Leute ... · *Julia Bertmann* 226

Den Blicken standhalten · *Iris* 227

Grau · *Thorsten Kroll* 229

Ja, und doch ... · *Meike Weinberg* 233

Mein Sechser-Eisen · *Dagmar Urban* 236

Eine schöne Schweinerei · *Ulrike Weller* 241

Ich bin ich und ich schaff das!

Immer wieder aufstehen · *Anneliese Brasch* 246

Mein Weg in die Freiheit · *Helga Will* 254

Von der Raupe zum Schmetterling · *Sabrina Fröhlich* 258

Ich bin eine ganz gute Frau · *Angelika Schmitz* 260

Viermal 22 · *Michael Lumturo* 262

Das schaffst du schon · *Anna Hedi* 269

Das Tandem und ich · *Rabea Müller* 273

Träume, für die zu kämpfen lohnt – Nachwort · *Hedwig Kaster-Bieker* 277