

## Inhalt

Vorwort	9
Wir sind dann mal weg	11
Mit einem Lächeln immer auf großer Fahrt	17
Inwendig warm	22
So platt, wie das Land	25
Asphaltcowboys	32
Soll knacken und knirschen	35
Die Bauchtanztruppe aus der Ulzburggruppe	38
Sushi bei 38 Grad	42
Meister Jakob	46
Zwischen Zärtlichkeit und Wut (tut das Leben richtig gut)	52
Die Heidekönigin	57
Eine Verschwörung	61
Rollstuhl ADAC	66
Vergangenheitsbewältigung	70
Der mit dem Wolf tanzt	76
Auf die Bahn ist Verlass	79
Integration und Inklusion	86
„Ich reite auf dem Wind“	90
Frikadelle am Morgen	100
Ich berühre den Himmel	103
Kanzlerfreuden	108
Ein Tag wie ein Freund	111
Der Glöckner von Notre-Dame	116
Alte Frau mit Gehwagen	118
Nudeln im Mondschein	124

Ihr Kinderlein kommet ...	128
Big Brother is Watching You	131
Empört Euch – wehrt Euch!	135
Ins Gefängnis	140
Eine Hacke macht Attacke	147
Der Seele Flügel wachsen lassen	149
Im Märzen der Bauer den Rollstuhl einspannt	153
Handkäs vom Bürgermeister	156
Kollateralschäden	162
Sonnenkinder	165
Weinköniginnen	170
Führe mich nicht in Versuchung	173
Auf die Socken	177
Das Lachen der Schmetterlinge	184
Erdbeereis am Abend	190
Himbeereis zum Frühstück	193
Hört Ihr Leut’ und lasst Euch sagen ...	196
Vom rechten Weg abgekommen	201
Wir sind dann mal da	206
Mein Dankeschön geht an	210
Nachbemerkungen	211
Unser Wohnprojekt „Nicos Farm“	211
„Care Revolution“	213
wir pflegen – Interessenvertretung begleitender Angehöriger und Freunde in Deutschland e.V.	214
Literaturverzeichnis	216