Sophie Hochwimmer - Sophie Margarete Kurzbauer - Paco Roithmair

Erklär mir, wie du lebst!

KÖRPERBEHINDERUNG

DAS MITMACH - HEFT
FÜR DIE VOLKSSCHULE

In Kooperation mit

Das Projekt

Gemeinsam mit dem interkulturellen Magazin "Heimat fremde Heimat" gestaltet die ORF Redaktion eine fünfteilige Dokuserie. Im Rahmen dieser Serie sollen Alltagshürden und Vorurteile, die Menschen mit Behinderung im Alltag erfahren müssen, näher gebracht werden. Es werden offene Einblicke in deren Leben geboten, welche Unsicherheiten abbauen sollen.
Die Redakteurin Ajda Sticker begleitet pro Folge je zwei Protagonist*innen mit unterschiedlichen Behinderungen durch ihren Alltag. Man erfährt, wie sie sich in der Öffentlichkeit bewegen, ihren Arbeitsalltag meistern und ihre Freizeit gestalten.
In Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Wien werden Lehrmaterialien für Schüler*innen und Lehrer*innen der Volksschule gestaltet, welche einen offenen Zugang zu Behinderungen ermöglichen sollen.

Warum?

Anhand der erstellten Lehrmaterialien sollen Schüler*innen auf interaktive Art und Weise neues Wissen zum Thema "Körperbehinderung" erlangen.
Denn auch Kinder kommen im Alltag mit Personen mit Behinderungen in Kontakt und sind oft unsicher, wie sie sich am besten verhalten sollen. Durch die Inhalte dieses Mitmachen-Heftes soll den Kindern die Angst genommen werden, damit sie in Zukunft Menschen mit Behinderungen unterstützen und helfen können.

Wer sind wir?

Wir, Sophie Hochwimmer, Sophie Margarete Kurzbauer und Paco Roithmair, sind Student*innen der Pädagogischen Hochschule Wien. Im vorliegenden Mitmach - Heft haben wir Lehrmaterialien sowie zusätzliche Übungen für Lehrer*innen und Schüler*innen erstellt. Es ist uns ein besonderes Anliegen dieses wichtige Thema im Unterricht zu behandeln. Die Schüler*innen sollen Spaß am Lernen haben und das generierte Wissen im Alltag nutzen können.

Inhaltsverzeichnis

1) Das ist Jona

2) Körperbehinderung

3) Zuhause

4) In der Schule

5) Beim Einkaufen

6) In der Freizeit

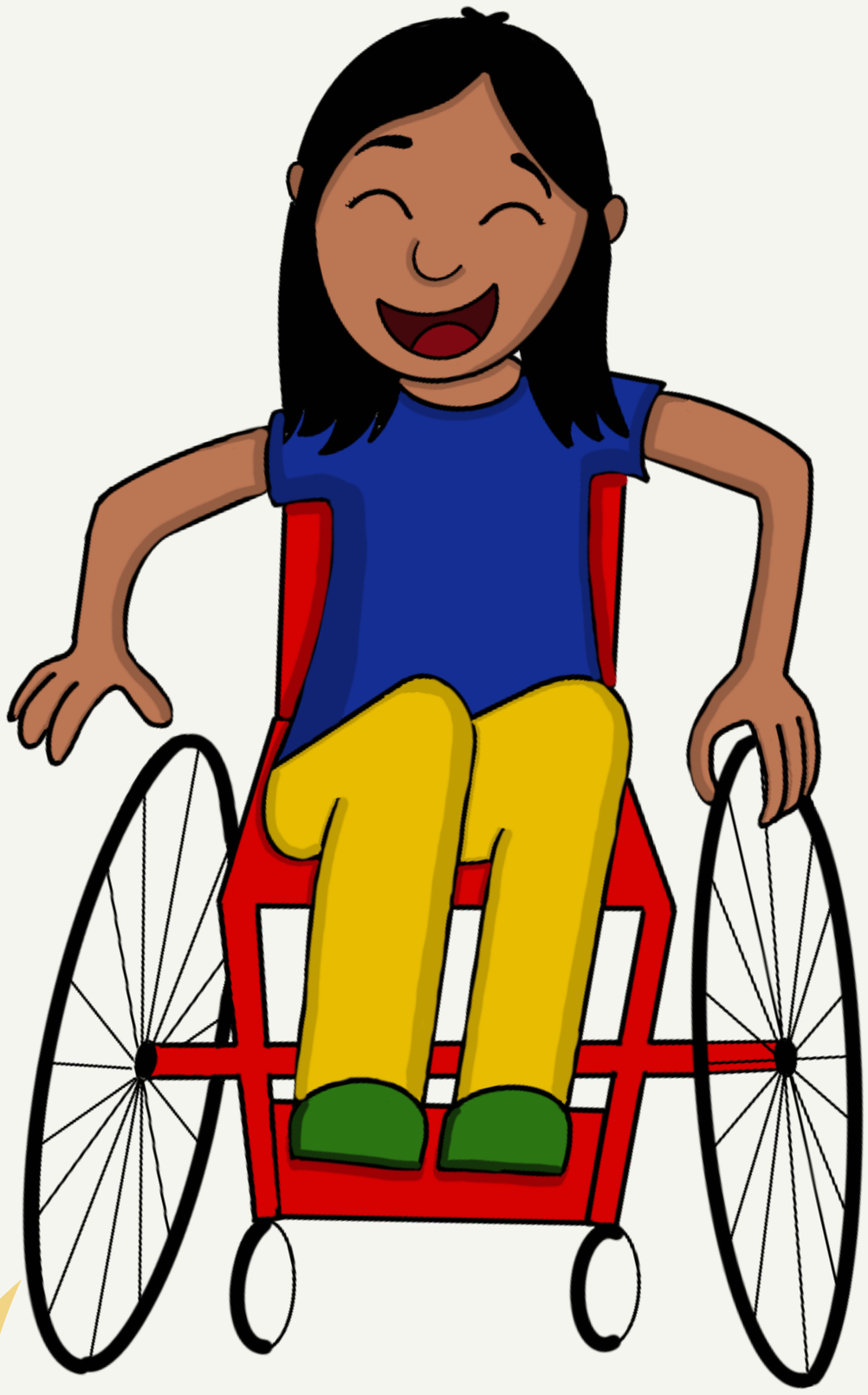
7) Sport

8) Zum Nachdenken...

9) Helfen! Aber wie?

10) Rätselspaß

Das ist Jona!



Hallo! Mein Name ist Jona, ich bin 10 Jahre alt und sitze im Rollstuhl. Ich werde dich durch das Mitmach - Heft begleiten und dir wichtige Dinge über Körperbehinderungen erzählen. Auch Fragen werden dabei sein, darum: Augen offen halten!

Steckbrief Jona

Mag gerne

Musik, Rollstuhltennis, Spielen, Lesen, Malen, ihre Familie, Pizza, Kino

Spitzname

Rollikind

Behinderung

Querschnittslähmung. Jona hatte einen schlimmen Unfall, als sie klein war.

Mag weniger

Hausaufgaben, Streit, Tomaten, Kopfsteinpflaster, Treppen

Was lasse ich lieber?

Ohne zu fragen den Rollstuhl schieben, tuscheln, anstarren

Lieblingssatz

"Natürlich kann ich das!!!"

Kann ich mit Jona spielen?

Natüüüüürlich!! Bäume und Klettergerüste fallen allerdings aus, aber ansonsten geht fast alles.

Wie gehe ich auf Jona zu?

Ganz normal und freundlich, nicht von oben herab.

Geheimwissen

Jona in die Badewanne zu hieven ist leicht, aber beim Rauscholen muss Hilfe her, weil sie einem sonst wegflutscht.

Vorteile

Parkplatz, Kinoplatz - immer in der ersten Reihe!
Kann Freund*innen am Schoß mitnehmen.
"Ich fühle mich manchmal wie eine Prinzessin, weil meine Kammerzofen immer für mich da sind."

Was is daran blÖd?

Keine Treppen steigen zu können, nicht "normal" Fußball spielen zu können, dass in der Stadt immer so viele Leute auf sie starren

Körperbehinderung

In Österreich leben viele Menschen mit einer Körperbehinderung. Das öffentliche Interesse, wie diese Personen ihren Alltag meistern, hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen.

Es gibt viele verschiedene Ursachen, die eine Körperbehinderung auslösen können. Einerseits kann sie angeboren sein, andererseits auch durch einen Unfall, einen Schock oder eine Vergiftung entstehen. In ihren Auswirkungen kann sie leicht, aber auch schwer sein. Das bedeutet, dass manche Körperbehinderungen einen Menschen kaum beeinflussen, andere wiederum viele Lebensbereiche betreffen. Manche Menschen haben eine so starke Behinderung, dass sie auf intensive Betreuung angewiesen sind. Damit eine Einteilung übersichtlich möglich ist, werden verschiedene Behinderungsformen unterschieden.

Formen der Körperbehinderungen

Eine Körperbehinderung ist eine überwindbare oder dauerhafte Beeinträchtigung der Bewegungsfähigkeit. Diese kann sich aus einer Schädigung des Stützsystems und des Bewegungssystems oder aus anderen inneren und äußeren Schädigungen des Körpers und seiner Funktionen ergeben.

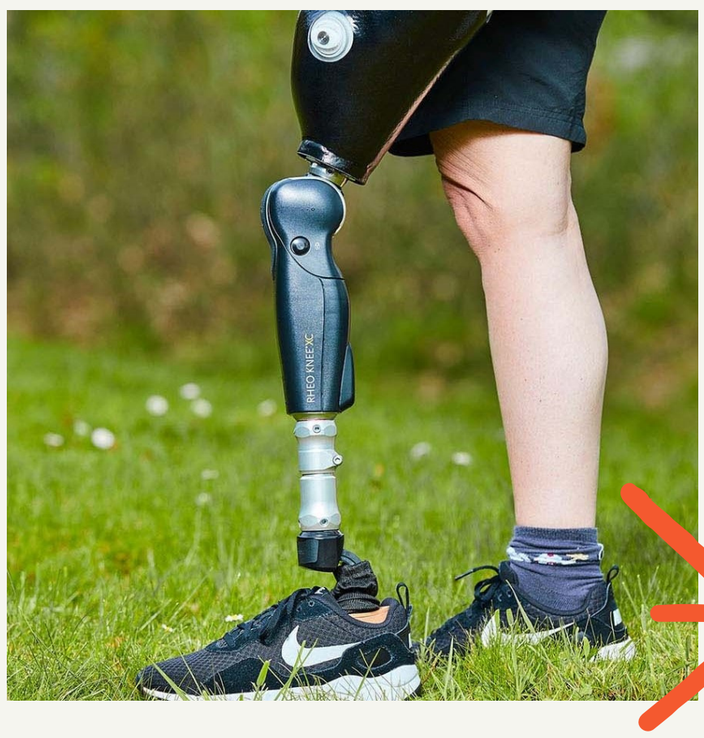
Die häufigsten Erscheinungsformen sind Schädigungen des Zentralnervensystems (ZNS), wie etwa bei einer erworbenen Querschnittslähmung, Parkinsonerkrankungen oder auch Spaltbildungen im Rumpf. Aber auch Schädigungen oder Fehlbildungen des Skelettsystems, zum Beispiel bei Rückgratverkrümmungen, Gelenkfehlstellungen oder die Glasknochenkrankheit gehören dazu.

Weitere Formen der Körperbehinderung sind Amputationen nach Unfällen, Muskelsystemerkrankungen oder auch entzündliche Erkrankungen der Knochen und Gelenke (Arthritis).

Hilfsmittel für Menschen mit Körperbehinderung

Es gibt viele Verbände und Vereine die sich für die Lebensbedingungen für Menschen mit Körperbehinderungen einsetzen. Um den Alltag von Menschen mit einer Körperbehinderung zu erleichtern, gibt es daher einige praktische Hilfsmittel. Durch die Hilfsmittel kann die jeweils ausgefallene oder beeinträchtigte Körperfunktion so gut wie möglich ersetzt, ausgeglichen oder erleichtert werden.
Zu diesen Hilfestellungen gehören beispielsweise:

- Rollstühle
- Rollatoren
- Gehstöcke und Gehgestelle
- Stützapparate
- Prothesen
- Treppenlifte
- Ess- und Trinkhilfen für die Nahrungsaufnahme
- Hilfsmittel für das Bad
- Behindertengerechte Autos



Ebenso bitten Menschen mit Körperbehinderung andere Menschen um Hilfe, wie etwa beim Einsteigen in den Bus, die Straßenbahn oder auch der U-Bahn. Oftmals fällt es ihnen schwer, da der Abgang zur U-Bahn oder auch das Einsteigen in den Bus und der Straßenbahn mit einem Rollstuhl nur schwer und teilweise nicht barrierefrei möglich ist. Oft muss eine eigene Rampe zum Einsteigen verwendet werden. Das Runterlassen dieser Rampe nimmt oft einiges an Zeit in Anspruch.

Aber was heißt denn nun barrierefrei? Barrierefrei bedeutet, dass der Zugang zu gewissen Transportmitteln und Orten ohne Hindernisse, wie etwa Stufen oder auch Rolltreppen, möglich ist. Für Menschen im Rollstuhl ist es oft nicht ganz leicht, sich in den Alltag zu integrieren, da es häufig am barrierefreien Zugang zu Orten scheitert, die sie gerne besuchen möchten: Treppen vor dem Geldautomaten, kein Fahrstuhl im Kino oder im Theater, zu enge oder zu kleine Toiletten, etc.

Probiere es aus!

Für Menschen die nicht im Rollstuhl sitzen ist es schwierig sich in diese Situation hineinzuversetzen.

Stell dir also vor, du gehst am Wochenende mit deinen Eltern in den Zoo. Ihr beschließt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren. Versuche dich, den gesamten Weg, in einen Rollstuhlfahrer bzw. eine Rollstuhlfahrerin hineinzuversetzen. Wähle deinen Gehweg so, dass du weder Stufen, Treppen, noch Rolltreppen bewältigen musst.

Wie viel Stufen konntest du von deiner Wohnung bis in den Zoo zählen? Wie viele Hindernisse und Hürden sind dir aufgefallen, welche für Menschen im Rollstuhl schwierig sind? Waren Fahrstühle vorhanden? Musstest du Umwege gehen? Waren Straßenbahn, Bus und U-Bahn barrierefrei?

Überlege!

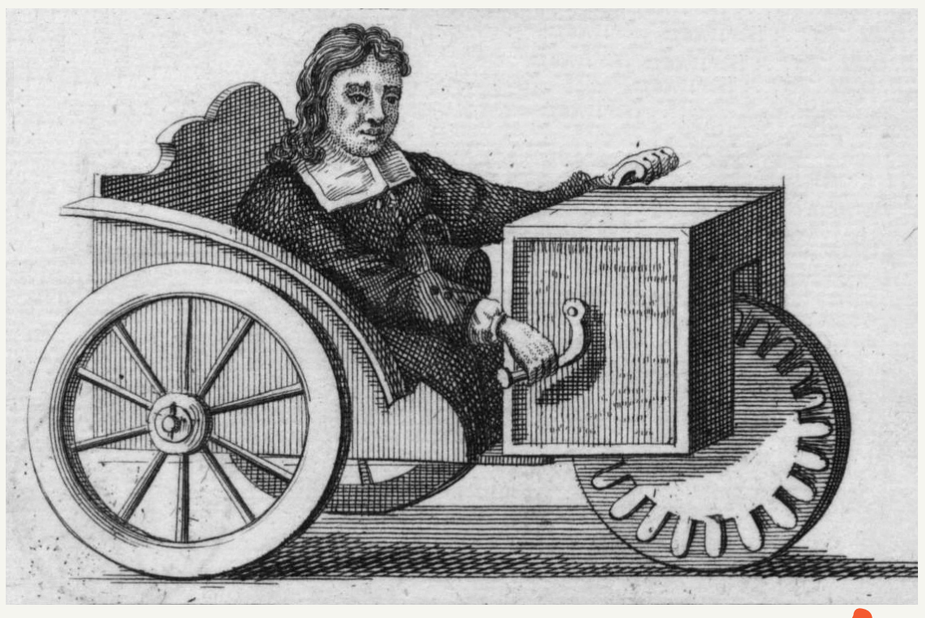
Auf dem Bild siehst du einen Gehweg. Wenn du dich in die Rolle des Menschen im Rollstuhl hineinversetzt, wirst du bemerken, dass der Straßenverkehr eine große Herausforderung für Menschen mit einer Behinderung ist.

Betrachte das Foto. Was fällt dir auf? Schreibe auf.
Überlege dir auch eine passende Überschrift für das Bild.

Hast du eigentlich gewusst?

Schon 1590 benutzte König Philipp von Spanien ein rollstuhlähnliches Gefährt. Mit diesem war es ihm möglich, in seinem Schloss herumzufahren, um seine Regierungsgeschäfte wahrzunehmen. Sein Rollstuhl war ein Luxusgefährt, denn er besaß eine höhenverstellbare Fußstütze, und die kleinen Vorderräder waren voneinander unabhängig navigierbar. Das Hauptmaterial war Holz, was den Rollstuhl äußerst unbequem machte. Leider war der Rollstuhl nur mit fremder Hilfe zu bewegen und nicht selbst steuerbar.

1655 erfand der Nürnberger Uhrmacher Stephan Farfler mit 22 Jahren den ersten selbst anzutreibenden Rollstuhl. Er litt an Kinderlähmung und wollt nicht immer von seiner Mutter in die Kirche getragen werden.
Die Mechanik war sehr durchdacht und man könnte den Rollstuhl durchaus mit den heutigen Handbikes vergleichen.



Zuhause

Menschen mit Körperbehinderungen finden sich zuhause oft gut zurecht. Ihre Wohnungen unterscheiden sich eigentlich nicht von anderen Wohnungen. Auf den ersten Blick erkennt man oft gar nicht, dass ein Mensch mit einer Körperbehinderung dort zuhause ist.

Trotzdem kommt es immer auf die schwere der Körperbehinderung an. Einige können ganz alleine wohnen und selbstständig ihren Alltag bewältigen, wohingegen andere Menschen, für jede noch so kleine Tätigkeit, wie etwa Haare bürsten, Zähne putzen, Frühstück machen, Bett machen, usw. den ganzen Tag Betreuung und Hilfe brauchen.

Schon bei der Auswahl der Wohnung ist es wichtig auf einen barrierefreien Zugang zu achten. Ein Lift muss unbedingt im Haus vorhanden sein, ansonsten kann die Wohnung nicht gemietet werden.

Unsere Jona braucht für die meisten Dinge zuhause keine Hilfe. Sie kann sich alleine anziehen, alleine Zähne putzen, alleine die Haare bürsten, alleine ihr Bett machen und sich auch alleine Frühstück machen, wenn es mal wieder etwas stressig ist und Mama und Papa keine Zeit haben. Nur das Duschengehen fällt ihr manchmal schwer. Im Rollstuhl zu sitzen heißt, alles mit der Kraft der Arme zu machen. Es gibt Tage, an denen sich Jona körperlich nicht so fit fühlt und daher nicht so viel Kraft hat sich alleine in die Badewanne zu hieven. Aber dafür hat sie ihre Mama und ihren Papa, die sie dabei unterstützen.

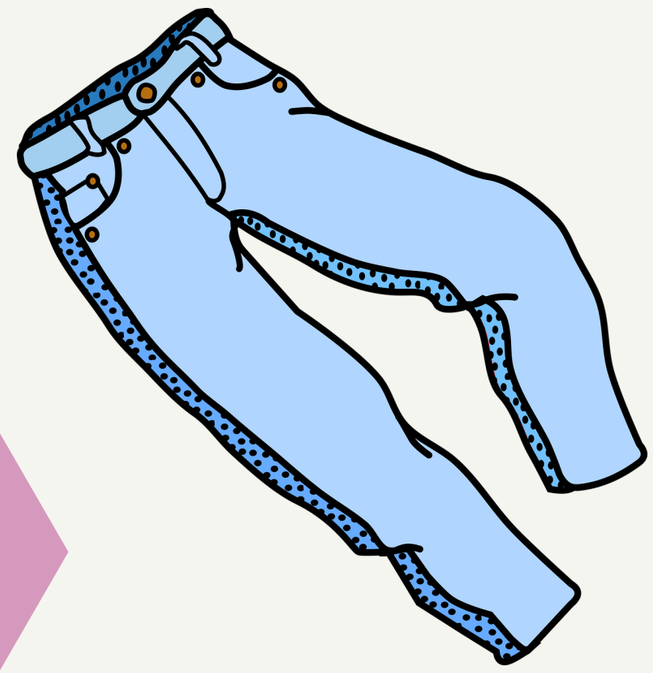
Wichtig ist natürlich, dass die Wohnung immer ordentlich aufgeräumt ist und keine Gegenstände, wie Kleidung, Spielsachen, Handtücher im Badezimmer, usw. am Boden liegen. Denn dies erschwert den Alltag zuhause für Jona, da sie nicht gut vorbeikommt. Auch ist es wichtig, dass die Möbel nicht zu eng beisammenstehen, damit Jona ohne Probleme dazwischen hindurchfahren kann. Eine Wohnung mit Treppen ist vollkommen ausgeschlossen, da Jona nicht hinaufkommen würde. Eine Möglichkeit wäre ein eingebauter Treppenlift, jedoch ist der Einbau mit hohen Kosten verbunden.

Stell dir vor, du bist alleine zuhause. Du hast Durst und schenkst dir ein Glas Orangensaft ein. Das Saftpäckchen wird dir plötzlich zu schwer und fällt dir auf den Boden. Der Boden, deine Hose und dein T-Shirt sind voller Orangensaft. Da alles angepatzt ist, nach Orangensaft riecht und du dich nicht wohlfühlst, beschließt du duschen zu gehen. Aber vorab müssen deine Hose und dein T-Shirt ausgezogen werden...

Probiere es aus!

Du sitzt im Rollstuhl und hast dich mit Orangensaft angepatzt. Du möchtest deine Kleidung wechseln. Probiere dir die Hose auszuziehen, ohne deine Beine zu bewegen.

Schaffst du es?



In der Schule

Kinder mit einer Körperbehinderung gehen genauso wie Kinder ohne einer Körperbehinderung in die Schule. Nicht alle Kinder besuchen die sogenannte Regelschule. Kinder mit einer Körperbehinderung werden oft in Förderschulen unterrichtet, weil sie auf diese Weise eine optimale Förderung erhalten sollen, welche genau auf ihre Körperbehinderung abgestimmt ist.

Das heißt jedoch, dass Kinder mit einer Körperbehinderung und Kinder ohne Körperbehinderung nicht die Möglichkeit haben, gemeinsam zu lernen. Dabei bringt der gemeinsame Unterricht tolle Vorteile mit sich: Die Kinder lernen Verantwortung zu übernehmen, sie lernen Rücksicht aufeinander zu nehmen und können Vorurteile und Ängste abbauen.

Auch unsere Jona besucht die 4.Klasse einer Regelvolksschule. So wie alle anderen Kinder lernt sie Lesen, Schreiben und Rechnen. Der Unterricht unterscheidet sich nicht von dem der anderen Kinder. In der Klasse wird immer besondere Aufmerksamkeit auf Ordnung gelegt, damit Jona mit ihrem Rollstuhl auch gut zwischen den Tischen hindurchpasst. Die Schultaschen werden daher immer auf den vorgesehen Haken der Tische befestigt. Nichts steht am Boden herum. Nur beim Sport kann Jona nicht alles mitmachen. Aber auch hierfür gibt es Möglichkeiten Jona gut in den Sportunterricht zu integrieren. Ballspiele sind für Jona überhaupt kein Problem und bei Wettrennen ist sie oft die Allerschnellste.

Jona hat Glück in einer Schule zu sein, welche barrierefrei gebaut wurde. Denn viele Regelvolksschulen sind für Kinder mit Körperbehinderung oftmals ungeeignet und können sie nicht aufnehmen. Es müsste einiges geändert oder umgebaut werden.

Jetzt bist du dran!

Du bist der neue Architekt/die neue Architektin deiner Schule!

Spaziere durch deine Schule und schaue dir alles ganz genau an. Was müsste alles umgebaut und geändert werden, wenn ein Kind im Rollstuhl in deine Klasse kommt?

Gibt es einen Treppenlift? Gibt es einen Fahrstuhl? Sind die Toiletten groß genug? Kommt man barrierefrei in die Schule? Fährt der Lift bis in die Etage des Turnsaals oder des Gartens?

Schreibe deine Entdeckungen auf und gestalte eine neue Schule.

Ein neuer Schüler mit einer Körperbehinderung kommt nach den Sommerferien in deine Klasse. Wie verhältst du dich?

Überlege: Was können Kinder ohne Körperbehinderung von Kindern mit einer Körperbehinderung lernen? Schreibe deine Überlegungen auf.

Beim Einkaufen

Das Einkaufen stellt für Menschen mit einer Körperbehinderung, speziell dann wenn sie im Rollstuhl sitzen, oftmals eine Herausforderung dar. Beim Einkauf einzelner Artikel, wie etwa einem Päckchen Milch, einem Sackerl Äpfel oder einem Gebäck gibt es eigentlich keine Probleme. Diese Lebensmittel kann man leicht am Schoß transportieren und dann die Kassa aufsuchen. Anschließend passen diese Dinge in einen Rucksack. Aber was passiert, wenn man einen Wocheneinkauf mit mehreren Lebensmitteln, Getränken und auch Körperpflegeprodukten erledigen möchte? Am Schoß haben nicht so viele Dinge auf einmal Platz...

Jona geht gemeinsam mit ihrer Mama und ihrem Papa einkaufen. Daher ist immer ein Einkaufswagen mit dabei, welcher die Lebensmittel transportiert. Alleine würde sie den Einkaufswagen nicht schieben können, da er, für Rollstuhlfahrer*innen, unpraktisch gebaut ist. Manchmal hat Jona Lust alleine durch den Supermarkt zu flanieren, um nach neuen Süßigkeiten zu suchen. Aber immer wieder steht sie vor leeren Kisten und engen Gängen an denen sich viele Menschen tummeln und sie daher nicht vorbeikommt. Teilweise sind die Lebensmittel so hoch oben, dass Jona sie unter keinen Umständen erreichen kann. Auch das Lesen der Lebensmittel-Etiketten fällt ihr manchmal schwer, da alles klitzeklein geschrieben ist.

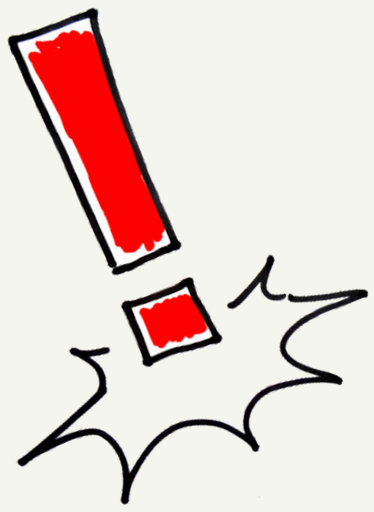
Nach Besuchen im Supermarkt war Jona manchmal traurig, weil ihr das Einkaufen, aufgrund fehlender rollstuhlgerechter Hilfsmittel, teilweise schwer fällt. Deshalb hat sie beschlossen eine Einkaufs-Wunschliste zu verfassen, welche sie an die Supermark-Chefin Ivana geschickt hat. Vielleicht ändert sich ja etwas?!

Liebe Frau Supermarkt-Chefin!

Ich bin Jona und sitze im Rollstuhl. Manchmal bin ich nach unserem Einkauf wirklich traurig, weil mir viele Dinge nicht so leicht fallen. Deshalb wollte ich dir einige Punkte zusammenstellen, welche mir den Alltag im Supermarkt, leichter machen würden:

1) Rollstuhlgerechte Einkaufswagen (da gibt's schon richtig coole!)
2) Aktionsstände mit Sonderangeboten nicht in den Weg stellen
3) Preisschilder und Etiketten lesbar platzieren
4) Keine Engpässe an den Kassen
5) Keine unbeaufsichtigten Einkaufswägen
6) Freie Fahrt für Rollis – zum und in den Supermarkt (ohne Kanten, Schwellen, Bordsteine und Treppen)
7) Behindertenparkplätze unbedingt freihalten

Liebe Grüße, Jona



Probiere es aus!

Stell dir vor, du gehst mit deinen Eltern in den Supermarkt. Versuche dich in einen Rollstuhlfahrer bzw. eine Rollstuhlfahrerin hineinzuversetzen.

Das machst du so:
Setze dich in einen Einkaufswagen. Deine Eltern sollen dich durch den Supermarkt schieben.

Versuche nun die Etiketten und Preisschilder weiter oben im Regal zu lesen!
Versuche Lebensmittel, welche über der Mitte stehen zu erreichen!

Kannst du alle Dinge die du willst erreichen?

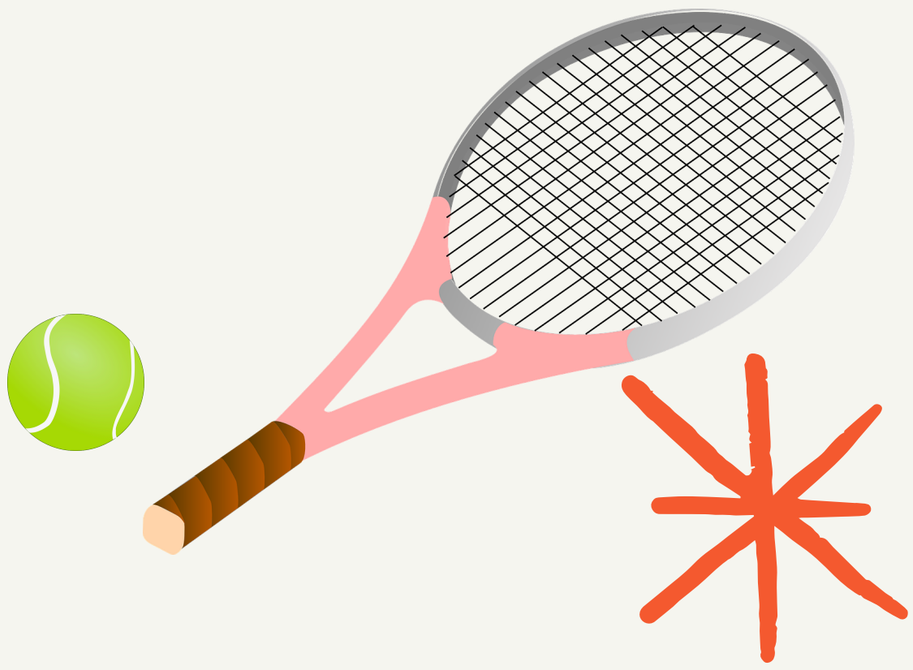
In der Freizeit

Wenn wir nicht in die Schule gehen, dann lassen wir es uns zuhause oder auch draußen gemeinsam mit unserer Familie und unseren Freund*innen gut gehen. Menschen mit einer körperlichen Behinderung, wie etwa unsere Jona, wollen ihren Alltag selbstbestimmt und gleichberechtigt verbringen. Hierzu zählen natürlich auch die Aktivitäten und Hobbys in der Freizeit und zum Glück gibt es schon zahlreiche Freizeitangebote die sie nutzen kann. Wichtig dabei ist, eine barrierefrei gestaltete Umwelt. Diese schafft die nötigen Bedingungen, damit ein Alltag im Rollstuhl problemlos und ohne fremde Hilfe bewältigt werden kann.

Beim Tennisspielen

Auch Jona hat Hobbys denen sie nachgeht. Eines ihrer größten Hobbies ist Tennisspielen. Ihr absolutes Vorbild ist Nico Langmann. Er ist ein österreichischer Rollstuhltennisspieler und Paralympics-Teilnehmer. Sechs Turniere auf der internationalen Rollstuhltennis-Tour, zwei Junioren-Weltmeistertitel im Doppel und drei Staatsmeistertitel hat er schon gewonnen.

Jona geht dreimal in der Woche Tennisspielen. Sie ist also schon richtig gut. Beim Spielen hat sie einen ganz besonderen Rollstuhl, der sie schneller über den Boden gleiten lässt. Die Räder sind so angepasst, dass sie sich schneller drehen und wenden kann. Ihren Tennisschläger findet sie besonders super. Da ist nämlich ein Autogramm von Nico Langmann drauf!



Nico Langmann beim Tennisspielen

Schau genau!

Wie unterscheiden sich die Rollstühle voneinander?
Was haben sie gemeinsam?

Tippe diesen Link ein und sieh dir das Video an!

https://www.youtube.com/watch?v=llXjnz7uKtU&ab_channel=DeutscherTennisBund

Beantworte folgende Fragen:

Was sind die wichtigsten Regeln beim Rollstuhltennis?

Wer kann Rollstuhltennis spielen?

Was muss der Tennisrollstuhl können?

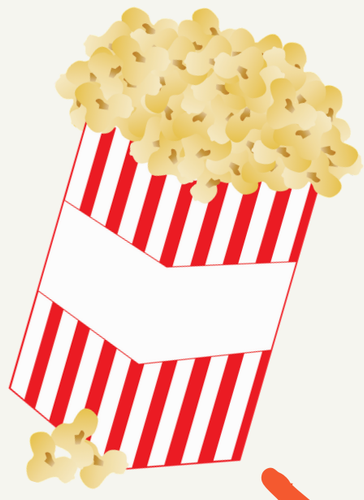
Im Kino

Jona liebt es Filme zu schauen. Dafür geht sie am liebsten ins Kino. Sie findet es toll gemeinsam mit anderen Menschen dieses Erlebnis zu teilen. Manche Filme sind traurig, manche lustig und einige regen zum Nachdenken an. Daher ist die Stimmung im Kino ganz anders als zuhause. Außerdem gibt es immer Popcorn und Cola. Das darf Jona nur im Kino essen und trinken.

In Wien gibt es viele Kinos die barrierefrei gebaut sind, daher hat Jona eigentlich keine Probleme. Du fragst dich vielleicht wie das geht, weil in den Kinosälen, aufgrund der schräg nach oben angeordneten Sitze, eigentlich immer viele Stufen sind? Der Vorteil dieser Anordnung ist, dass man in jeder Reihe etwas erhöht sitzt, um so besser auf die Leinwand zu sehen. Aber für Jona sind diese Stufen in diesem Fall kein Hindernis. Sie bekommt immer den besten Platz, weil es bestimmte Plätze für Rollstühle gibt, mit einem richtig guten Blick auf die Leinwand. Diese Plätze sind mit dem Rollstuhl barrierefrei zu erreichen. Außerdem sitzen nie Leute vor ihr, die ihr die Sicht versperren, wodurch sie immer gut sehen kann. Manchmal fühlt sie sich wie eine Prinzessin!

Überlege!

Versuche beim nächsten Kinobesuch die Plätze für Rollstuhlfahrer*innen im Kinosaal zu finden!
Wie viele zählst du?
Sind sie dir überhaupt schon einmal aufgefallen?



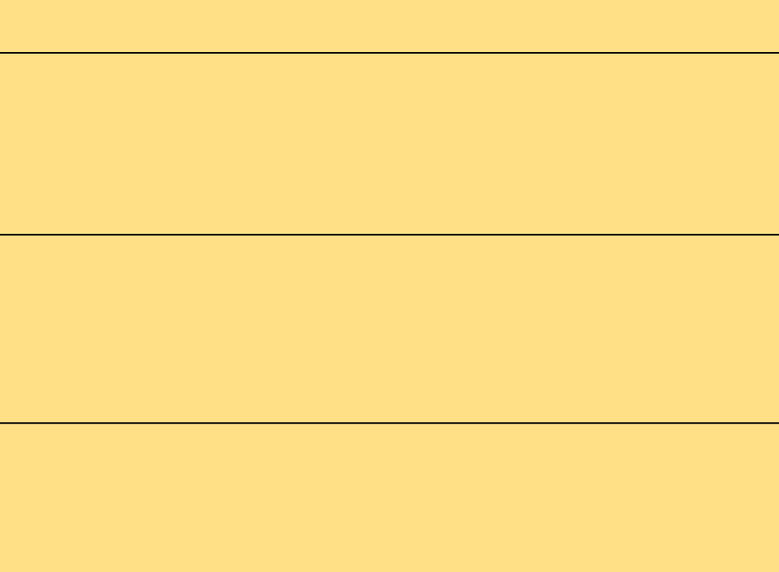
Sport

Paralympics

Die Paralympischen Spiele werden auch Paralympics genannt und sind die Olympischen Spiele für Sportler*innen mit einer körperlichen Behinderung. Die ersten Paralympics für Rollstuhlfahrer*innen wurden 1948 parallel zu den Olympischen Sommerspielen ausgetragen. Seit 1992 sind sie mit den Olympischen Spielen verbunden. Sie finden jeweils drei Wochen danach am selben Ort statt.
Die ersten Paralympischen Winterspiele fanden 1976 in Schweden statt. Bei den Paralympischen Sommerspielen treten die Athlet*innen in 22 Sportarten an. Bei den Paralympischen Winterspielen stehen fünf Sportarten im Programm (Ski Alpin, Ski Nordisch, Sledge – Eishockey, Rollstuhlcurling, Biathlon).
Durch die Paralympics soll die Akzeptanz von Menschen mit einer körperlichen Behinderung in der Gesellschaft verbessert werden.

Recherchiere!

Wähle eine Sportart aus und finde heraus, wie die Regeln bei den Paralympics angepasst wurden.



Hast du eine Idee was dieses Zeichen bedeuten könnte?

Zum Nachdenken...

Menschen mit Körperbehinderung werden immer wieder diskriminiert, ausgegrenzt und benachteiligt. Es gibt viele negative Ausdrücke und auch viele Schimpfwörter, welche aus dem Bereich der Körperbehinderung kommen. Der Ausdruck „Spast“ kommt beispielsweise von „Spastik“. Spastik ist eine erhöhte Muskelspannung, welche zu starken Verkrampfungen des Körpers führen kann. Durch diese Verkrampfungen kommt es zu Einschränkungen in der Beweglichkeit. Ein ebenfalls abwertender Ausdruck, welcher häufig zu hören ist, ist der Satz „Du bist ja behindert!“, um einen anderen, nicht behinderten Menschen zu beleidigen.
Zu Recht wehren sich Menschen mit Körperbehinderung gegen solche Ausdrücke. Aber es gibt einen „politisch korrekten“ Sprachgebrauch, mit denen auch Menschen mit Körperbehinderung einverstanden sind.

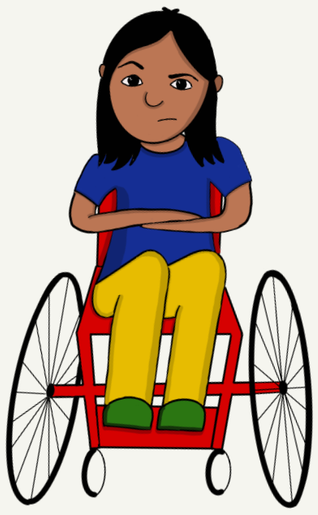
In der roten Sprechblase kannst du die älteren Ausdrücke lesen, die von Betroffenen häufig als diskriminierend oder abwertend wahrgenommen werden. In der grünen Sprechblase, findest du die „politisch korrekten“, also die „richtigen“ Ausdrücke, mit welchen Menschen mit Körperbehinderung einverstanden sind.

„Behindert“ stellt die Behinderung in den Vordergrund. Es reduziert den Menschen darauf. „Mensch mit Behinderung“ stellt den Menschen in den Vordergrund und es beschreibt nur die Eigenschaft des Menschen.

Die Umgebung muss nicht an Menschen mit Körperbehinderung angepasst werden. Es sind ja nicht alle gleich und es haben auch alle ganz unterschiedliche Bedürfnisse. Unsere Umgebung soll für möglichst viele Menschen zugänglich sein, und das ohne Barrieren. Ein Aufzug erleichtert zum Beispiel nicht nur einem Menschen im Rollstuhl den Zugang zu einem Gebäude, sondern auch Eltern mit Kinderwägen oder älteren Menschen.

Menschen, welche pflegebedürftig sind, also auf eine Pflege angewiesen sind, sind immer noch Menschen. Und kein Fall.

Niemand fesselt einen Menschen an den Rollstuhl. Ganz im Gegenteil: Ein Rollstuhl bedeutet für die Benutzer*innen meistens einen großen Fortschritt in ihrer Beweglichkeit.



Versuche. die Ausdrücke in der roten Sprachblase zu vermeiden!

Helfen! Aber wie?

Es kommt gar nicht so selten vor, dass man Menschen mit einer Körperbehinderung im Alltag begegnet. Oftmals sieht man sie beim Einkaufen im Supermarkt, in der U-Bahn oder auch einfach beim Bummeln in der Stadt. Diese Menschen finden sich im Alltag gut zurecht. Sie wissen genau, wo und wie sie sich in der Stadt bewegen können, ohne auf Barrieren zu stoßen, welche sie am Fortbewegen hindern. Trotzdem kann es vorkommen, dass diese Menschen Hilfe brauchen.

Wie und wo genau man helfen kann, erfährst du jetzt:

Du bist dir nicht sicher, wie du dich gegenüber einem Menschen mit einer Körperbehinderung verhalten sollst und ob sie deine Hilfe überhaupt brauchen? Grundsätzlich sollte man Menschen mit einer Körperbehinderung so normal behandeln wie alle anderen Menschen auch. Wenn du dir einmal nicht sicher bist, ob du helfen sollst, dann frage höflich nach.
Solltest du nun beispielsweise einem Menschen auf der Straße begegnen und du das Gefühl hast er oder sie hat Schwierigkeiten, so gehe offen auf ihn oder sie zu. Zeig Interesse und hab keine Berührungsangst, das freut sie!

Sollte dich eine Person im Rollstuhl auf der Straße nach dem Weg fragen, so achte darauf, dass du Hindernisse, wie Treppen, Kopfsteinpflaster, steile Wege, zu enge Gehwege an denen sich viele Menschen tummeln, etc. vermeidest. Schau, dass du ebene Wege ohne unnötige Barrieren findest! Denn das erleichtert den Weg für Personen im Rollstuhl. Das erscheint dir am Anfang sicherlich als eine Herausforderung, weil das eine ungewohnte Situation für dich ist, aber der Person im Rollstuhl leistest du eine tolle Hilfe!

Siehst du eine*n Rollstuhlfahrer*in vor einem unüberwindbaren Treppenaufstieg oder Treppenabstieg, so leiste Hilfe. Achte aber immer darauf, dass du vorab fragst, ob das auch in Ordnung ist. Denn es kann vorkommen, dass sich die Person im Rollstuhl angegriffen fühlt oder verärgert reagiert, da sie sich als eigenständige Person fühlt und Dinge selber machen kann.

Probiere es aus!

Versuche, den Weg von deiner Schule bis nach Hause barrierefrei zu wählen. Vermeide steile und zu enge Gehwege, Kopfsteinpflaster und Treppen.

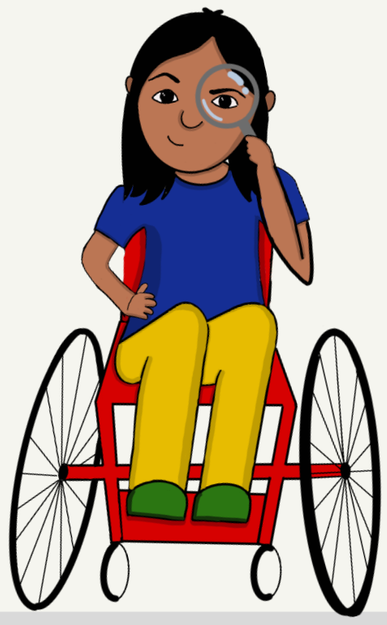
Wie lange hast du gebraucht? Ist der Weg nach Hause überhaupt möglich?

Kannst du dich noch an die Erzählungen von Jona im Supermarkt erinnern?
Auch hier gibt es durchaus Situationen, in welchen man Menschen mit Körperbehinderung unterstützen kann. Siehst du etwa beim Einkaufen eine Person im Rollstuhl, welche Schwierigkeiten hat die oberen Regale zu erreichen, so biete deine Hilfe an. Du kannst auch gerne beim Tragen der Lebensmittel behilflich sein, wenn die Person keinen Platz mehr auf ihrem Schoß oder im mitgebrachten Rucksack hat.

Denkaufgabe...

Du siehst am Parkplatz des Supermarktes eine Person, welche am Behindertenparkplatz parkt, jedoch keine körperliche Einschränkung hat.

Was machst du?



Denkaufgabe...

Beim Betreten des Supermarkts fällt dir auf, dass der Eingang nicht barrierefrei gebaut ist.

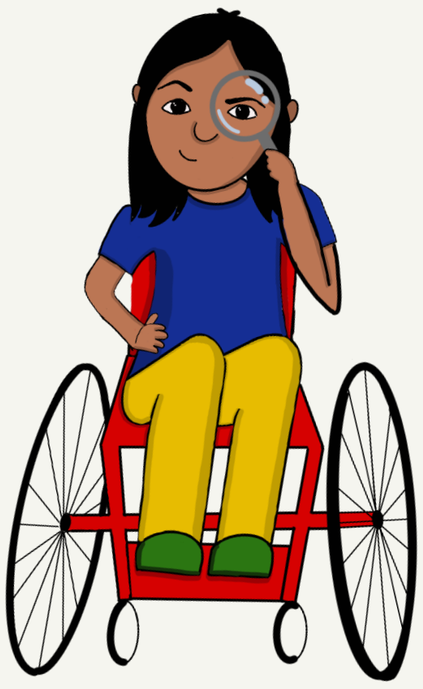
Was machst du?

Nicht zu Vergessen ist das Fahren mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, wie der U-Bahn, der Straßenbahn oder auch dem Bus. U-Bahn und Straßenbahn sind größtenteils barrierefrei gebaut, wobei es noch immer alte Straßenbahnen gibt, wo das Ein- und Aussteigen für Personen mit einer Körperbehinderung alleine nicht möglich ist. Manchmal sieht man an der Straßenbahnanzeige, ob die nächste Straßenbahn für Rollstuhlfahrer und Rollstuhlfahrerinnen geeignet ist oder nicht. Aber es kommt nicht selten vor, dass die Personen im Rollstuhl auf die nächste Straßenbahn warten müssen, weil keine Rampe vorhanden ist. Im Winter bei Schnee, Wind und Kälte ist das nicht gerade toll! Gerade in diesem Fall ist es wichtig, den Menschen zu helfen und sie beim Einsteigen zu unterstützen.

Denkaufgabe...

Du sitzt in der Straßenbahn. Eine Person im Rollstuhl steigt ein. Eine andere Person, ohne körperliche Einschränkung, steht auf dem Platz, welcher für Rollstuhlfahrer*innen gedacht ist und geht nicht weg.

Was machst du?



Hier hast du einen kleinen Leitfaden, der dir beim Helfen helfen soll:

Rollstuhlfahrer*innen, welche ihren Rollstuhl mittels der Greifräder oder der Handhebel selber fahren können, brauchen oft nur Hilfe bei stärkeren Steigungen oder bei Stufen.

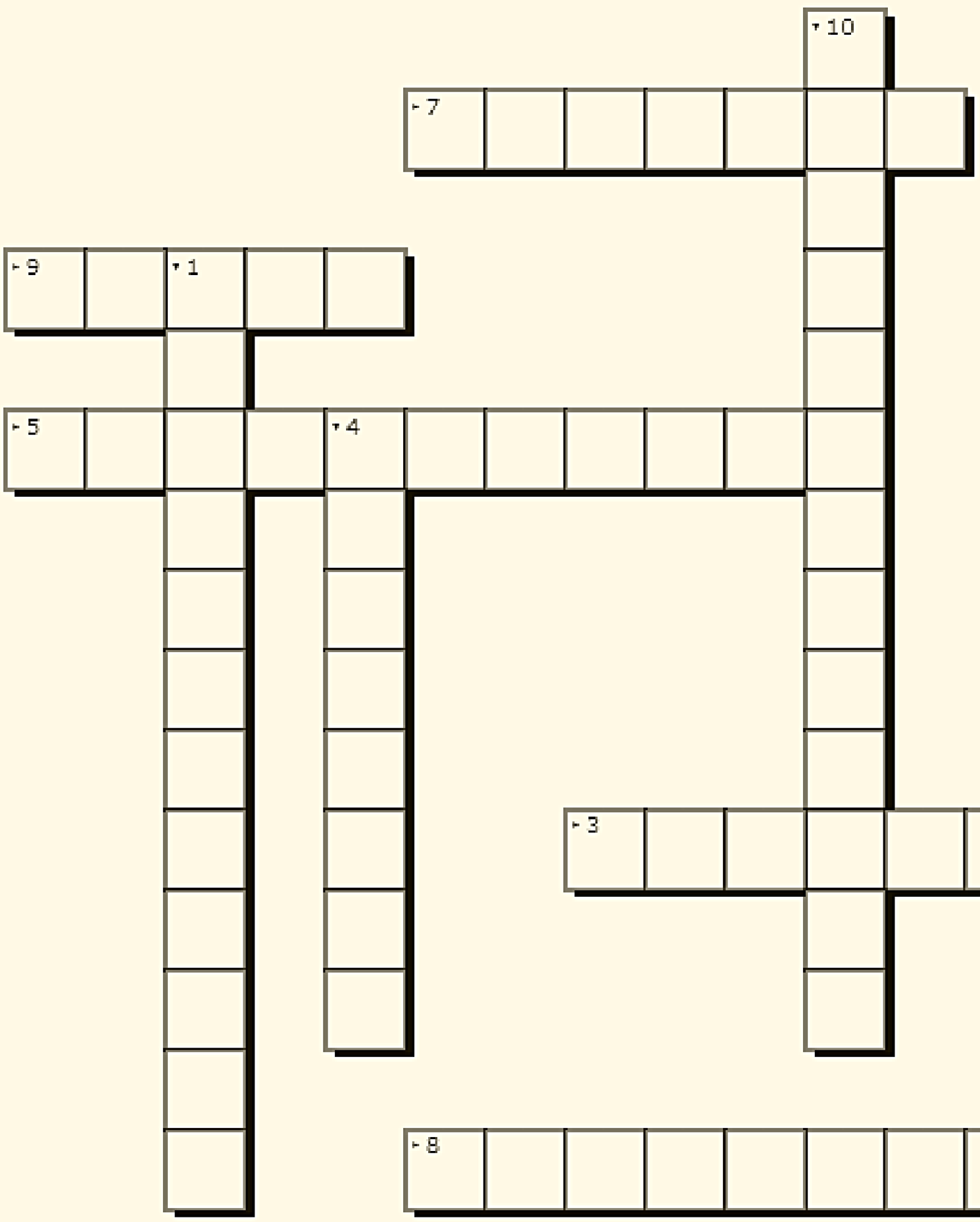
So kannst du helfen...

- Rollstuhl nur dann schieben, wenn es gewünscht wird, wie etwa bei starkem Gedränge.
- Abschrägungen von Bordsteinkanten sowie schiefe Ebenen nutzen.
- Bei Stufenüberwindung Rollstuhl vorher leicht nach hinten kippen, damit die Person nicht herausfallen kann.
- Hilfe beim Aufsuchen der Toilette. Die Toiletten von öffentlichen Gebäuden sind in der Regel nicht barrierefrei. Rollstuhlfahrer*innen kommen nicht durch die Tür und haben auch keinen Platz zum Umsteigen vom Rollstuhl auf die Toilette.
- Hilfe beim Ein- und Aussteigen bei der Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel.
- Hilfe bei den täglichen Verrichtungen, wie etwa beim Einkaufen.
- Unpassende Ausdrücke, welche nicht politisch korrekt sind, vermeiden.

Das waren die wichtigsten Dinge, die du beim Helfen beachten solltest. Was sagst du? Ist doch ganz einfach, oder?

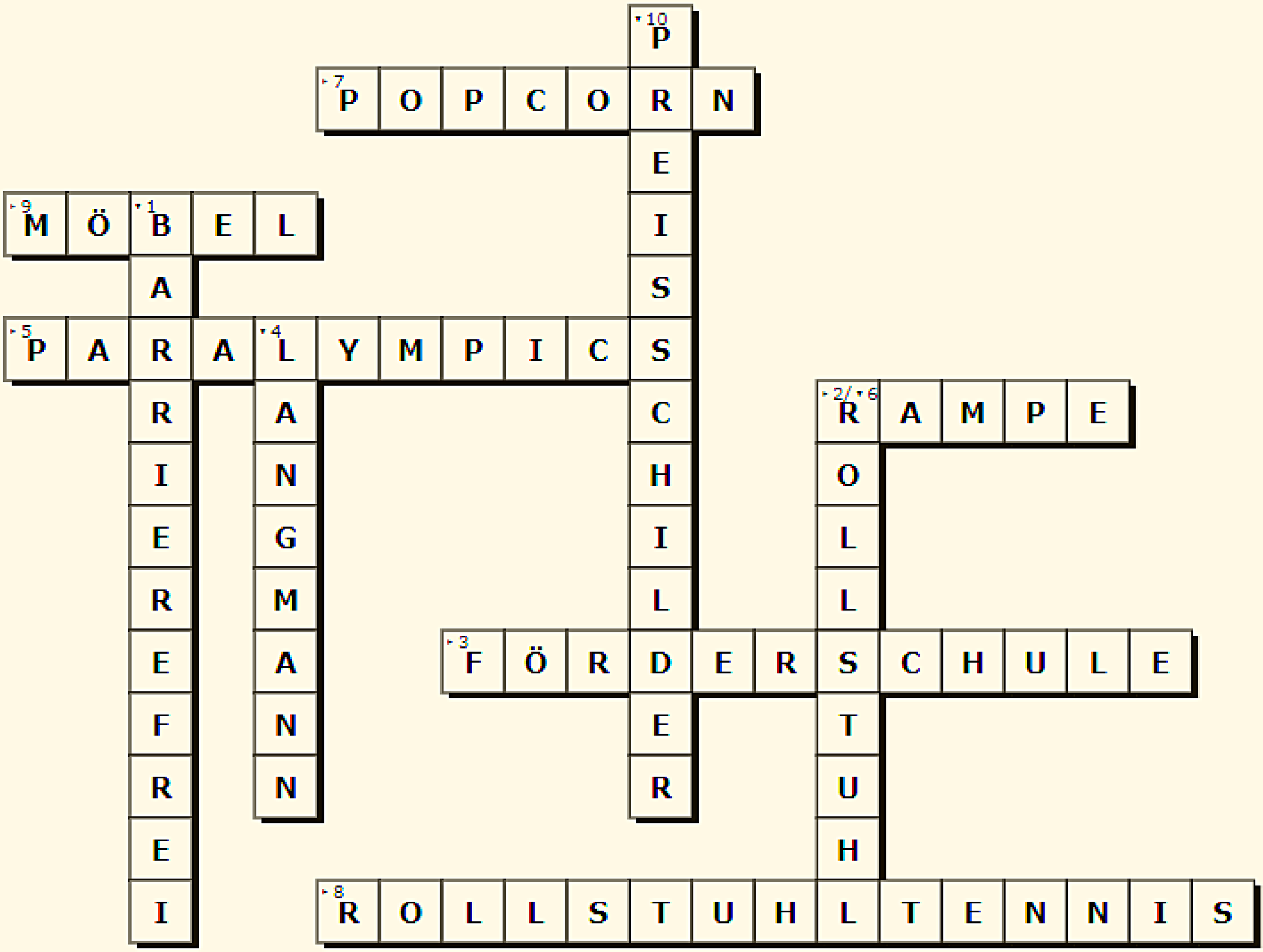
Rätselspaß

Was weißt du noch?

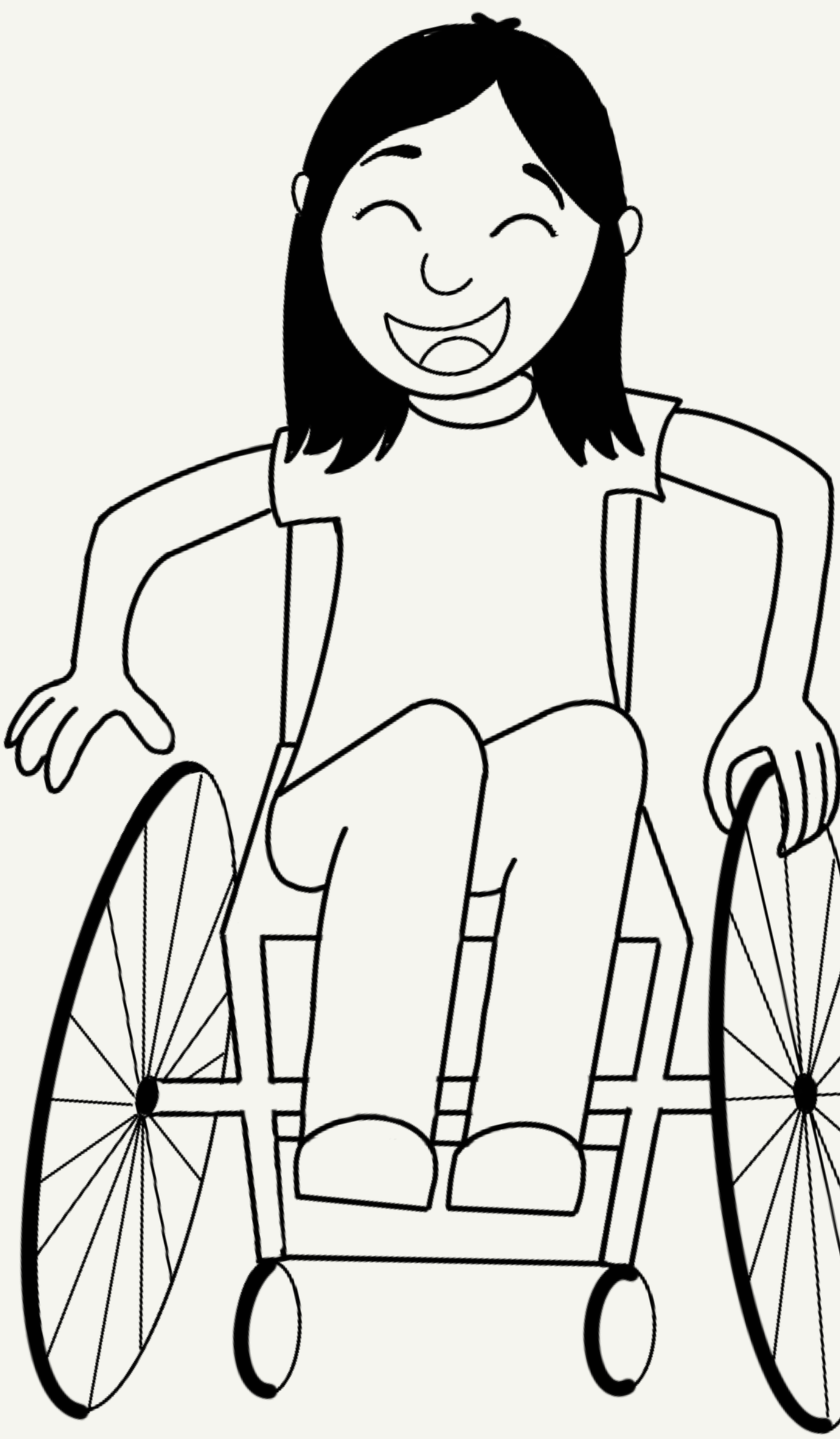


1. So sollten alle Gebäude und Verkehrsmittel sein.
2. Einstiegshilfe der öffentlichen Verkehrsmittel z. B. beim Bus.
3. Besondere Schule für Schüler*innen mit einer Körperbehinderung.
4. Österreichischer Rollstuhltennisspieler (Nico...)
5. Olympische Spiele für Menschen mit einer Körperbehinderung.
6. Hilfsmittel für Menschen, die nicht gehen können.
7. Was isst Jona im Kino am liebsten?
8. Welchen Sport mag Jona am liebsten?
9. Was darf bei Jona zuhause nicht zu eng beisammenstehen?
10. Was kann Jona im Supermarkt oft schwer lesen?

Lösung...


10 P
7 P O P C O R N
E
9 M Ö 1 B E L I
A S
5 P A R A 4 L Y M P I C S
R A C
I N H
E G I L
R M L L
E A 3 F Ö R D E R S C H U L E
F N E T
R N R U
E H
I 8 R O L L S T U H L T E N N I S
2/6 R A M P E
O
L
L

Malspaß



Quellenverzeichnis

https://www.talentplus.de/lexikon/Lex-Koerperbehinderung/#:~:text=Der%20Begriff%20der%20Körperbehinderung%20ist,Körpers%20und%20seiner%20Funktionen%20ergeben

https://behinderung.org/gesetze/koerperbehinderung.html

http://www.ihre-gesundheit.tv/historie-der-medizin/zur-geschichte-des-rollstuhls/

https://www.computerbild.de/test-vergleich/rollstuhl-test/

https://pbs.twimg.com/profile_images/600586871371104256/aoKU1Iy__400x400.jpg

http://www.ihre-gesundheit.tv/historie-der-medizin/zur-geschichte-des-rollstuhls/

https://www.land.nrw/sites/default/files/styles/video_preview_image_big_960x540/public/assets/images/schultafel_istock.jpg?itok=RZ__HtuN

https://www.der-querschnitt.de/archive/42866

http://www.rollialltag.de/einkaufen-mit-dem-rollstuhl/

https://www.sovd-sh.de/aktuelles/meldung/einkaufen-im-rollstuhl-was-der-einzelhandel-unbedingt-beachten-sollte

https://image.stern.de/8755202/t/wO/v3/w1440/r1.7778/-/supermarkt.jpg

https://lh3.googleusercontent.com/proxy/gyPH6NcCXWMY0hgr-WHyhC7xeut79x5UyXks4joR1bQzmJGYFdWTd3LL8jVxRAYXwv8Bon6ZLEB2mmKO_hGW2RCJONxKojB5P-I7frBHXgPknZF35TG6y-gzfnTvvRkWwwicL2SwPHI5

https://www.santhema.ch/media/image/3f/d7/c6/Sticker_RollstuhlfahrerIn_600x600.jpg

https://www.treppenlift-ratgeber.de/barrierefrei-leben/leben-mit-behinderung/freizeitangebote-fuer-menschen-mit-behinderung.html

https://www.tennisnet.com/fileadmin/_processed_/a/1/xcsm_Nico_Langmann_Text2_c1094884f2.jpg.pagespeed.ic.Rri-N-OBUX.jpg

https://www.klarafuchs.com/wp-content/uploads/2019/12/unnamed-1024x781.jpg

https://produkte.gelbart.ch/GetAttachment.axd?attaName=c6d8472e-694c-4e92-a704-0d8ded25b49c

https://www.drk.de/hilfe-in-deutschland/erste-hilfe/behinderten-menschen-helfen/

https://www.school-scout.de/39497-vorurteile-abbauen-alles-zum-thema-behinderung

https://docplayer.org/21972226-Arbeitsheft-menschen-mit-behinderungen-in-unserer-gesellschaft.html