Vortrag Sensi-Koffer Behindertenbeirat im Landkreis Lindau (B) e.V für Gesundheitskonferenz am 11.11.26 in Heimenkirch

Guten Abend, es freut mich sehr, dass wir heute von H. Kaleja eingeladen wurden, um unseren neuen Sensi-Koffer vorzustellen. Mein Name ist Birgit Bareth, ich wohne in Hergatz und bin die 1. Vorsitzende des Behindertenbeirats im Landkreis Lindau e.V. Heute begleitet mich Christina Gentili, die zum einen die 2. Vorsitzende ist und und zum anderen die Behindertenbeauftragte des Landkreises. Die meisten kennen sie bereits.

Zuerst möchte ich Ihnen den **Behindertenbeirat kurz vorstellen.**
Er wurde bereits **1998** als Interessensgemeinschaft und Zusammenschluss mehrerer Vereine ins Leben gerufen. Als **offizieller Verein** mit e.V. fand die Gründung dann **2013** statt. **2018** musste unser langjähriger Vorstand **Eike** von Hoyer aus gesundheitlichen Gründen sein Amt aufgeben. Seit **2023** bin **ich** nun seine Nachfolgerin, zusammen mit **Christina** Gentili. Dieses Jahr hatten wir einen **Wechsel** in der Vorstandschaft und arbeiten nun seit Oktober mit der neuen Zusammensetzung weiter. Wir veranstalten zusammen mit einem **landkreisweiten Aktionskreis** in jedem Jahr eine Musikveranstaltung am **WeltDownSyndromTag**, dann von April bis Juni die **Aktionstage zum 5.5.**, dem Intern. Protesttag für die Gleichstellung von MmB.
Wir engagieren uns im **Teilhabenetzwerk**, dem Nachfolger des GPV, in dem jetzt auch direkt betroffene Menschen einen Platz gefunden haben. Dann gibt es noch das **Netzwerk Allgäu**, die Behindertenvertretungen aus dem ganzen Allgäu sowie den **VKIB**, die Vereinigung der kommunalen Behindertenvertretungen aus ganz Bayern. Im Rahmen dieser Netzwerke fördern wir die **Öffentlichkeitsarbeit** und kümmern uns um Belange der MmB im Landkreis für mehr **Teilhabe** und **Inklusion**. Wir arbeiten alle ehrenamtlich und unentgeltlich. Es finden immer wieder **Beratungen** zur Barrierefreiheit statt, z.B. im **Cavazzen** in Lindau oder bei der **VHS** Lindau.

Heute sind wir nun mit unserem Sensibilisierungs-Koffer bei Ihnen. Er hat das **Ziel**, **Wissen** zu vermitteln und **Aufmerksamkeit** für einen großen Teil der Bevölkerung zu erzeugen, der oft **vergessen** wird. Dadurch wird eine **Verbindung** geschaffen zwischen unterschiedlichen Menschen. Was kann ich Personen, die sich den ganzen **Tag** mit Gesundheit befassen und hierin **Expert:innen** sind über Behinderung erzählen? Sie alle wissen, worum es sich dabei handelt. Aber vielleicht gibt es doch ein paar Aspekte, die für sie **neu** sind.

Warum müssen wir überhaupt noch über Behinderung und Inklusion sprechen? **Geht** es uns in Deutschland nicht schon **sehr gut**? In **Teilen** ja, immerhin gibt es **NOCH** ein soziales Netz.
Es herrscht aber immer noch **Ungleichheit**: MmB leben öfter in **Armut**, der Anteil bei der **Arbeitslosigkeit** ist höher, wir sind eher von **Einsamkeit** und **Gewalt** bedroht.
Dazu kommt die **Co-Morbidität**, da viele behinderte Menschen mit **mehreren Diagnosen** leben, denn Diagnosen sind **Rudeltiere**, es kommt gerne immer noch eins dazu, was die **soziale Teilhabe** oft nicht möglich macht, da der **Aufwand**, die **Symptome** zu pflegen und **Anträge** auszufüllen oft den ganzen Tag beansprucht.

Eine Behinderung ist **immer da**, sie **begleitet** dich, du **wirst es nicht los**.
Sie macht **keine Pause**, nimmt **Raum ein**, **raubt Kraft** und Energie, macht **einsam** u. isoliert.
Eine Behinderung ist trotzdem **immer nur ein Aspekt** einer Persönlichkeit.
Ich hole jetzt sehr weit aus: Die **Demokratie** ist die beste **Staatsform** die wir kennen, sie ist nur so gut, wie wir mit den **ärmsten** und **schwächsten** Mitgliedern umgehen. In Deutschland haben wir die **Soziale Marktwirtschaft** sie **fußt** auf 3 Säulen: **Chancengleichheit** (jeder kann sich entwickeln), **soziale Teilhabe** (soz. Wesen im Mittelpunkt), **Solidarität** (verletzlichste Gruppe schützen mit einem menschenwürdigem Dasein)

Überlegen sie **bitte** mal **jeder** für sich**: Wo** gibt es bei Ihnen **Berührung** mit MmB?
In der Familie, der Schule, bei der Arbeit, sieht man jemanden beim **Einkauf**, im **Verein**, bei **Veranstaltung** oder im Urlaub?
Wie kann es sein bei **13** Mio MmB in D, dass manche im gesamten Umfeld **niemanden** kennen?
2 **Gründe** könnten sein, dass es immer noch **Sonderstrukturen** wie Förderschulen und Werkstätten gibt und **manche** Behinderung u/o Chron. Erkrankung ist **nicht gleich sichtbar**.
Fast alle MmB **leben** in ihren **Familien** oder **alleine,** prozentual **nur wenige** werden in **Einrichtungen** wie der **Lebenshilfe/Liebenau** oder in **Heimen** betreut. Es gibt **wenige Wohngemeinschaften** (Psych. kranke Menschen lieber allein.)

Kommen wir zur **Definition** von **Behinderung**:
Zu den Menschen mit Behinderungen **zählen Menschen**,
die **langfristige körperliche, seelische, geistige** oder **Sinnesbeeinträchtigungen** haben,
welche sie in **Wechselwirkung mit verschiedenen Barrieren** an der
v**ollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe** an der Gesellschaft hindern können."
(siehe Übereinkommen zur Behindertenrechtskonvention UN-BRK, Artikel 1) Deutschland hat sie bereits **2013 anerkannt**
Man **definiert** Behinderung **nicht** mehr nur **personenzentriert als körperlichen Mangel** (im medizinisches Modell), sondern in **Wechselwirkung** mit der **Umwelt**.
„Behindert" ist **kein Schimpfwort** und **Inklusion** ist ein **Menschenrecht**. Deshalb sollte immer gelten: **Nichts über uns ohne uns**.

Welche Behinderungen und chron. Erkrankungen gibt es? (Unvollständige Auflistung!)
Körperliche B. das sehen Sie bei mir mit einer **Muskelerkrankung** oder auch **Nerven**erkrankungen wie **MS** oder **ME/CFS** (in D über **600.000** Menschen völlig unbehandelt!), **Sinnes**behinderung wie **Blindheit oder Taubheit**,
kognitive oder **Lern**behinderung z.B. Legasthenie, Dyskalkulie, Demenz sowie
Seelische Behinderung (Bipolarität 2 Mio in D (D 3000 Podcast), Depression, Ängste, Psychosen, Neurosen, Alkohol-/Drogensucht) und
In die Kategorie „**nicht sichtbare** Behinderung und/oder chronische Erkrankungen" zählt als Beispiele: **Neurodivergenz: AD(H)S, Autismus (Entwicklungsverzögerung)**
Misophonie (Intoleranz ggü. Reize oder Geräusche lösen großen Stress aus)
Stoffwechsel: Diabetes, Morbus Crohn, Herz/Lungenerkrankung oder generell Krebserkrankungen

Wie entstehen B.? Immer **weniger** bereits bis zur **Geburt**, der Anteil ist in den letzten Jahrzehnten von **5%** auf nur ca. **3% gesunken**, über **96%** entstehen durch **Unfall** oder **Krankheit**, sie werden im Lauf des Lebens **erworben** oder oft **spät diagnostiziert**. Laut Stat. Bundesamt leben in D **9,4** % der Bevölkerung mit einer **schweren** B., also knapp **jeder 10.** Warum wir das so im **Alltag** oft **nicht wahrnehmen**, hat vielfältige Gründe. Das **Fazit** aber ist:
Jede und jeder hier ist **nur einen Unfall** oder eine **Erkrankung** von B. entfernt. Es geht **jede:n** etwas **an**, entweder persönlich oder im Freundes-/Familienkreis. **Raul** Krauthausen, ein bekannter Behindertenrechtsaktivist, hat kürzlich **provokant** formuliert, dass auch das **Alter** nur eine **Form** der B. ist. Es wird **nur nicht so** genannt. Aber natürlich haben viele **alte** Menschen diverse **Einschränkungen**, die sie von Teilhabe abhalten.

Dazu noch ein paar **Zahlen**, damit wir alle die **Dimensionen** vor Augen haben:
Weltweit gibt es **1,3 Mrd**. MmB (Katrin Langensiepen), in **D**eutschland **13 Mio** MmB (Statista 2017) davon **7,8** Mio mit Schwerbehinderung (Destatis), die **Erwerb**squote liegt jedoch nur bei **50,9**% und die **Arbeitslosigkeit** bei **12,9** % (Agent Arbeit). Dies **weicht** sehr von der **Gesamt**bevölkerung ab!
Dabei sind viele MmB **hoch qualifiziert** und **bekommen** doch **keine Arbeit**.

Pfleg Angehörige sind momentan **8%** der Bevölkerung bis in **20** Jahren allerdings ca. **13%** der lt. der neuen Bertelsmann Pflegestudie. Diese **fehlen** dann in weiten Teilen dem **Arbeitsmarkt**. Das bedeutet, dass also auch **mehr M** einen **Pflegebedarf** haben werden. Es sind **80% älter** als **55**, aber auch **20% jünger,** also grundsätzlich im **arbeitsfähigen Alter.** (Destatis)

Wo gibt es überall Barrieren?

Als erstes fallen einem sofort **Stufen, Bordsteine** oder ein unbarrierefreier **ÖPNV** ein. Ich fahre beispielsweise nicht mir der **Bahn,** das halten meine **Nerven** gar nicht aus.
Für **blinde** und sehbehinderte Menschen sind es eher fehlende **Leitlinien**, **Ampeln** ohne Ton (Ampeln mit Dauer-Ton schwierig für Menschen mit schneller Reizüberflutung), ein **Lift** ohne Ansage oder **Touchscreens** an Automaten oder EC-Geräten.
Neurodivergente Menschen wiederum haben Probleme mit zu vielen **Reizen** (laut, hell, Menschenmengen, Enge in Bussen/Bahn)
Barrierefreiheit **schadet niemandem**, sehr viele Menschen sind darauf **angewiesen**, auch mit **Kinderwagen** oder schweren Koffern tut man sich viel leichter.
Zählt man zu den **13** Millionen Menschen mit Behinderung in Deutschland die **Angehörigen**/ **Freunden** sind wir schnell bei über **30 Mio**! Man darf auch die **Kaufkraft** dieser Gruppe nicht unterschätzen. Wer in Zukunft als **Restaurant** oder **Geschäft** nicht barrierefrei ist, wird von dieser Bevölkerungsgruppe viel weniger frequentiert.

Deshalb sollte sich möglichst **jede:r** die **Frage** stellen: Wie barrierefrei ist mein Haus, Arbeitsplatz, die Schule, der Verein, aber auch die Gemeindeverwaltung, und vor allem: der Arzt/ die Ärztin?

Auch im **Internet** gibt es auch viele Barrieren. Dafür gibt es bereits Unterstützung wie veränderbare **Schriftgrößen** oder **Kontrast**, die **Vorlesefunktion** oder Untertitel.
Für Menschen mit **kognitiver** Behinderung gibt es die **Leichte Sprache**, die wir uns bei manchen **Gesetzestexten** und **AGBs** alle wünschen würden. **Ämter** sind hier voran mit BF, sehr viele **Shops** oder **Spiele** sind noch nicht so weit.
Beim **Landratsamt** Lindau auf der neuen **Homepage** fehlen die **Behindertenbeauftragten**! Auch der **Behindertenbeirat** taucht nicht auf, wie sollen **Betroffene** Rat und Unterstützung finden? Ich konnte auch keine **Hinweise** auf Barrierefreiheit finden oder die **Erklärung** dazu.

Gebärdensprache wiederum ist eine **eigene** Sprache, **Schriftdeutsch** ist dann 1. **Fremdsprache**, das muss später separat gelernt werden. Erste **Avatare** finden ihren Einsatz, z.B. auf der Homepage des **Bezirks** Schwaben.
Braille-Schrift ist **schwer** zu lernen, das ist nur bei völliger Blindheit möglich und am besten ab der Kindheit.
Viele **Firmen** scheuen nach wie vor den **Umbau** des Arbeitsplatzes, obwohl es inzwischen den Integrationsfachdienst **IfD** und die einheitl Ansprechstelle für Arbeitgeber **EAA** gibt.

Der 20.10. war der Tag der **nicht sichtbare Behinderungen**:
Diese Menschen haben oft mit **Vorurteilen** zu kämpfen: Die **siehst** doch gut aus, **Streng** dich mehr an, **Stell** dich nicht so an. Was sie sich **wünschen**: Ihnen zu **glauben** was sie berichten. **Zuhören** und nicht bewerten.
Viele Menschen müssen ihre **Behinderung** immer wieder **beweisen** bei Behörden, auch wenn sie **sichtbar** ist: **Glasknochen** oder **Downsyndrom** gehen nicht weg, auch meine **Muskeldystrophie** ist nach wie vor **nicht heilbar**, aber fortschreitend.

Was uns zu Ableismus bringt, doch: Was ist das?

Ableismus (engl. von able = fähig) geht über **direkte Behindertenfeindlichkeit** hinaus. Er umfasst auch **unterschwellige**, oft **gesellschaftlich** tief verankerte (Denk-)**Strukturen**, die Menschen mit Behinderung **abwerten** und auf ihre **körperlichen**, **geistigen** oder **seelischen** Diagnosen reduzieren. **Nichtbehinderung** und Gesundheit werden als **Ideal** erhoben. Ableismus ist **systemisch** bei **allen**, **niemand** von uns ist **frei** von diesen **Vorurteilen**. Jeder kennt den Spruch „**Hauptsache gesund**“ wenn ein Kind zur Welt kommt. Was für ein **Druck** für eine Familie, die ein behindertes Kind bekommt!
Aber **Achtung**: Behindert ist **nicht gleich krank** und eine Behinderung muss **nicht geheilt** werden, um ein „**vollständiger**“ Mensch zu sein! Oft **kann** sie auch einfach gar **nicht** geheilt werden.

Internalisierter Ableismus ist das Gefühl der Betroffenen selbst: nicht zu **genügen**, zur **Last** zu fallen, nicht oft genug zu **beweisen**, wie **viel** man **leisten** kann. Wir müssen **nicht dankbar** sein, dass ein Geschäft eine **Rampe** hat oder uns jemand in die **Jacke** hilft, wenn es nötig ist. Natürlich sind wir es meist **trotzdem**. Wir müssen auch **nicht** immer **lächeln** und **freundlich** sein, nur um zu zeigen, **wie gut** es uns geht. Denn natürlich ist es oft **frustrierend**, **anstrengend** oder **schmerzhaft**, mit einer Behinderung zu leben.

Welche „**Vorurteile**“ bestehen ggü. Menschen mit Behinderung?
Sind wir **langsam, teuer, wertlos**, ein **Spott-Objekt**?
Oder wir werden im **Gegenteil** als **Vorbild** betrachtet: Sind **toll, mutig**, haben so viel **Kraft**, „Ich **könnte das ja nich**t!“

Man kann diese **Dimensionen** einer Behinderung **nicht nachfühlen**, wenn man das nur ein paar **Minuten erlebt** hat, wenn wir mit unserem Sensi-Koffer **vorbei** kommen. Es ist **nicht** nur die **körperliche** oder **Sinnes**-Ebene. Oft kommen **zusätzlich Sorgen** um **Geld** und **Wohnraum, Arbeit, Behörden, Krankenkassen** dazu oder sogar **Beziehungen** können betroffen sein.

Be-Hinderung ist ….
wenn **Assistenz** oder **Verhinderungspflege** fehlt,
ein **Hilfsmittel** fehlt monatelang wegen **Reparatur** oder Ersatz, das **System** ist auf **Verzögerung** aufgebaut, es sollen immer mehr **Kosten eingespart** werden.
Wir sind **kein Kostenfaktor** sondern wollen **gleichberechtigte Teilhabe**, hinter jeder dieser Zahlen steckt ein Mensch mit einem **Schicksal**, mit **Sorgen** und **Nöten**.

MmB werden **täglich** immer wieder a**ngestarrt, angesprochen,** ungefragt **rumgeschoben,** wenn sie im Rollstuhl sind.

Viele **Ärztinnen** und Ärzte ohne **Ahnung** von der Diagnose **erklären** einem das **Leben** und was hilft oder nehmen einen nicht ernst und **verweigern** im schlimmsten Fall **Medikamente** u/o **Behandlung**. Hier ist **Resilienz** wichtig, die hat aber **nicht jede:r** hat. Auch hierfür sind **Ressourcen** nötig.

Ein Wunderbares **Zitat** von Liz Fosslien und Mollie West Duffy lautet:
Diversity is having a seat at the table, **inclusion** is having a voice at the table,
and **belonging** is having that voice to be heard.“
„**Vielfalt** bedeutet, einen Platz am Tisch zu haben. **Inklusion** bedeutet, eine Stimme am Tisch zu haben. Und **Zugehörigkeit** bedeutet, dass diese Stimme auch gehört wird.“
Deshalb noch einmal: Nichts über uns ohne uns oder besser: **Nichts ohne uns**!
So, das war jetzt der Teil mit der Aufmerksamkeit und dem Wissen. Kommen wir **konkret zum Inhalt** und dem Sinn dahinter.

Für wen ist der Sensi-Koffer gedacht: **Schulen**, **Aktionstage** zum 5.5., dem int. Protesttag für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen, der **Seniorenbeirat** könnte ihn leihen oder **Pflegeschulen und Krankenhaus**. Prinzipiell würde es auch **Gemeinde-** und **Kreisräten** nicht schaden, sich einmal, vielleicht zu **Beginn** ihrer **Wahlperiode** mit dem Thema Behinderung auseinanderzusetzen. Man hat auf **Bauprojekten** gleich einen ganz anderen Blick. Gerade jetzt, wo so viele **Schulen** für den **Ganztag** umgebaut werden.

Jetzt wird sich Christina mal einige Elemente des Alterssimulationsanzugs anziehen.
Sie sehen hier **verschiedene Stationen** zu Sehbehinderung, Hörbehinderung, Bewegungseinschränkungen, Lernbehinderungen
nicht sichtbare Behinderung, chronische Erkrankung,
und zur Alterssimulation. Wir wissen ja inzwischen, dass das auch nur eine Form von Beh. ist.

Man sieht, dass selbst das **Anlegen** selbst schon **kompliziert** ist und je **länger** man den Anzug trägt, desto **nerviger** werden die Einschränkungen. Warum spreche ich hier **nicht** von einer **Behinderung**?
Weil der **schönste Moment** mit dem Anzug der ist, an dem man ihn **ausziehen** kann. Und das **geht nicht** bei einer Behinderung. So **lästig** oder **schmerzhaft** sie ist, es muss **ausgehalten** werden.

Kommen wir zum **Fazit** und der **Erkenntnis** aus der **letzten guten Viertelstunde:**

Was haben Sie **gelernt**? Welche **Erfahrungen** wurden gemacht?

Möchte gerne jemand etwas **ausprobieren**?
Gibt es **Fragen** zum Sensi-Koffer selbst oder den Inhalten oben?
Und **zuletzt**:
Hat sich der **Blickwinkel** auf Behinderung **verändert**?
Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

13 Mio Behinderte Menschen
https://www.bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/barrierefreiheitsstaerkungsgesetz-2353790

Quelle zu Ableismus:

https://www.inklusion-online.net/index.php/inklusion-online/article/view/277/260?mc_cid=a1fb9a8635&mc_eid=1f040ba803

Psychische Erkrankungen

https://www.vdk.de/aktuelles/aktuelle-meldungen/artikel/psychische-und-seelische-behinderung/