

Handeln & Helfen

Zeitschrift für Selbsthilfe und Sozialinitiative



Abgehängt?

- Rückblick** – Verabschiedung Elvira Martin
Einblick – Wirksamste Waffe gegen Stigmatisierung
Weitblick – Präventionskonzept Kinderarmut

Menschen, die Sicherheit geben.



Ganz in Ihrer Nähe.

Wir beraten Sie gerne über gewinnbringende Geldanlagen, individuelle Finanzierungen, Bausparen, Immobilien und Versicherungen. Fragen Sie uns! www.ksk-tuebingen.de



Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
Tübingen



Liebe Leserinnen und Leser,

der bärtige Mann mit Einkaufswagen voller Leergut am Tübinger Bahnhof – wer kennt ihn nicht? Er steht nicht im Licht unserer Gesellschaft, ist abgehängt, aus dem System herausgefallen. Bei vielen Menschen ist ihr Schattendasein nicht so deutlich sichtbar. Torsten Poggenpohl nimmt seine eigene Geschichte als Waffe gegen Stigmatisierung. Der

Autor und Aktivist erklärt im Interview, wie er offen mit den Diagnosen HIV und Bipolare Störung lebt.

Armut hängt ebenfalls ab. Das städtische Empowerment-Projekt „Ich bin stark“ drehte dazu einen Kurz-Film mit Jugendlichen. Zudem wird das Präventionskonzept Kinderarmut der Stadt Tübingen vorgestellt. Stadt und Landkreis Tübingen erweitern die KreisBonusCard extra für Menschen an der Armutsschwelle. Menschen, die die Gesellschaft aktiv mitgestalten und sich ehrenamtlich engagieren möchten, hilft der neue städtische „Mitwirk-O-Mat“, den passenden Verein zu finden.

„Gut leben können“ beschreibt, wie Armut und weitere Teilhabebarrieren Inklusion erschweren. Angebote für Inhaftierte bietet Kompass e.V. Therapiehund Keegan hilft Menschen in der Psychiatrie zu erreichen. Brigitte Duffner erläutert, wie sie bei „Auf heißen Reifen“ Kinder für Barrieren sensibilisiert und für diese Aufgabe eine Nachfolge sucht. Der „Frauen.Dialog“ bringt Frauen mit und ohne Migrationsgeschichte zusammen. Motive des Fotostammtisches „Lichtblicke und Schattenseiten“ runden den Schwerpunkt ab.

In „Sozialforum aktuell“ verabschieden und würdigen wir unsere langjährige Kämpferin für Inklusion und Teilhabe: Elvira Martin übergibt nach 36 Jahren ihre Arbeit in neue Hände. Und wir berichten vom Info-Abend zum Datenschutz für Tübinger Sozialvereine, zu dem der Paritätische Kreisverband, die Stadt Tübingen und das SOZIALFORUM einladen.

„Selbsthilfe aktiv“ informiert über Körpersprache: Schauspielprofi Bernd Köhler war zu Gast in der Kontaktgruppe Rottenburg. Studierende stellen ihr Instagram-Projekt „Soziale Medien als Türöffner zur Selbsthilfe?“ vor. Die „Kultursensible Öffnung in der Selbsthilfe“ bot einen Erzählabend mit Charles Aceval und Teilnehmenden der Schreibwerkstatt an.

Um die Auftaktveranstaltung des Trauernetzwerks Tübingen geht es unter „Soziale Initiativen“. Die Tübinger Kundgebung „Mehr Sport für alle – inklusiv und barrierefrei!“ zum 5. Mai, dem Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, sowie Neuigkeiten zur Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) finden Sie in „Leben mit Behinderung“. Die Patientenberatung zeigt den Stand der Dinge nach 10 Jahren Patientenrechtgesetz.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

Dietmar Töpfer, Geschäftsführung

Unsere Themen

SOZIALFORUM AKTUELL

- 1 Editorial; Inhaltsverzeichnis
- 2 Informationsabend Datenschutz; Impressum
- 3 Verabschiedung Elvira Martin

SELBSTHILFE AKTIV

- 4 Schauspiel-Profi zu Gast bei Selbsthilfegruppe
- 5 Kolumne: „Endlos-Warteschleife?“
- 6 Soziale Medien als Türöffner zur Selbsthilfe?
- 7 Erzählabend mit Charles Aceval im Club Voltaire
- 8 Buchtipp: „MS Buch“

SOZIALE INITIATIVEN

- 9 Auftaktveranstaltung Trauernetzwerk Tübingen

SCHWERPUNKT: Abgehängt?

- 10 Interview mit Torsten Poggenpohl
- 12 Neues zur KreisBonusCard extra (KBC); Städtisches Präventionskonzept Kinderarmut
- 13 Empowerment-Projekt „Ich bin stark“
- 14 Entscheidungshilfe „Mitwirk-O-Mat“
- 15 Integrationsveranstaltung in Metzingen
- 16 Fotoseiten „Lichtblicke und Schattenseiten“
- 18 Teilhabe-Barrieren: Armut und Behinderung
- 21 Kompass e.V. – Angebote für Straffällige
- 23 Tierischer „Türöffner“ in der Psychiatrie
- 25 „Auf heißen Reifen“: Für Barrieren sensibilisieren

LEBEN MIT BEHINDERUNG

- 26 Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)
- 27 Europäischer Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung
- 28 Kurzmeldungen zu Barrierefreiheit und Inklusion

DIE PATIENTENBERATUNG INFORMIERT

- 30 Jubiläum: 10 Jahre Patientenrechte-Gesetz
- 31 Pinnbrett: Hinweise auf Selbsthilfegruppen
- 32 Überblick: Selbsthilfegruppen in der Region

Sie möchten „Handeln & Helfen“ im Abonnement zum Selbstkostenpreis von 5 Euro jährlich beziehen? Dann schreiben Sie an:

SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.
Redaktion „Handeln & Helfen“
Europaplatz 3
72072 Tübingen

Tel.: 0 70 71 / 2 56 59 65

E-Mail: redaktion@sozialforum-tuebingen.de

„Noch alle Daten im Schrank ...?“

Informationsabend zum Thema Datenschutz im Verein

Von Dietmar Töpfer

Die Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) regelt seit fünf Jahren, wie mit persönlichen Daten umzugehen ist. Gerade Sozialvereine haben oft mit sensiblen Daten zu tun. Grund genug, um eine Bestandsaufnahme zu machen. DAS SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V., der PARITÄTISCHE Kreisverband Tübingen und der städtische Beauftragte für Bürgerengagement Jürgen Rohleder luden am 9. Mai zum Info-Abend ein.

46 Interessierte aus Tübinger Vereinen kamen ins Rathaus. Wegen des großen Andrangs wurde die Veranstaltung in den Ratssaal verlegt. Referent war Jürgen Neumeister, Inhaber der Firma Neumeister-EDV und zertifizierter Datenschutzbeauftragter verschiedener Vereine und Institutionen. Zudem ist er eh-

renamtlicher Vorstand im Sozialverband VdK, Bezirk Südwürttemberg-Hohenzollern. Er kennt sich daher sehr gut im Geschehen sozialer Vereine aus.



„Noch alle Daten im Schrank ...?“

Foto: Miroslav Pesek © 123RF.com

Der Datenschutzexperte warf einen Blick auf die Entwicklungen, Erfahrungen und Erfordernisse beim Datenschutz in Vereinen und gemeinnützigen Einrichtungen. Gerade dort ist es eine ständige Herausforderung, eigene Anstrengungen für den professionellen und sensiblen

Umgang mit Daten zu unternehmen und so ein Vertrauensargument gegenüber Mitgliedern und Hilfesuchenden zu schaffen. Thematisch ging es an diesem Abend unter anderem um den datenschutzkonformen Umgang mit E-Mail-Verteilern.

Für die Anwesenden gab es zudem ein besonderes Angebot: Die Universitätsstadt Tübingen gewährte Vereinen und gemeinnützigen Einrichtungen mit Sitz und Haupttätigkeit in Tübingen einen Zuschuss von 430 Euro für Datenschutz-Maßnahmen. Dafür hatte sich Jürgen Rohleder, städtischer Leiter der Fachabteilung für Bürgerbeteiligung, Veranstaltungen und Zentrale Dienste, stark gemacht. Der PARITÄTISCHE Kreisverband Tübingen bezuschusste seine Mitgliedsorganisationen zusätzlich in gleicher Höhe. <

Impressum

Herausgeber
SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.
Europaplatz 3
72072 Tübingen

Tel.: 0 70 71 / 15 15 69
Fax: 0 70 71 / 3 82 66
V.i.S.d.P.: Dietmar Töpfer

Internet: sozialforum-tuebingen.de
Facebook: Sozialforum Tübingen e.V.,
Selbsthilfe-Kontaktstelle
Instagram: [selbsthilfe.sozialforum.tue](https://www.instagram.com/selbsthilfe.sozialforum.tue)

Erscheinungsweise
Halbjährlich / Auflage 4.700 Exemplare

Redaktion und Layout
Birgit Jaschke
Tel.: 0 70 71 / 2 56 59 65
redaktion@sozialforum-tuebingen.de

Titel
Foto: [view7 / photocase.de](http://view7.photocase.de)

Druck
Müller und Bass / Hechinger Str. 25
72072 Tübingen

ISSN 2749-8670 (Print)
ISSN 2749-8689 (Online)

Auf 100 % Recycling-Papier gedruckt.

Geschäftsführung, CeBeeF,
Service für Sozialvereine,
Dietmar Töpfer
Sprechzeiten: Dienstag, Donnerstag
9 bis 12 und 14 bis 16 Uhr
Tel.: 0 70 71 / 15 15 69
geschaeftsfuehrung@sozialforum-tuebingen.de

Förderung der Selbsthilfe in der
Region Tübingen
Kontaktstelle für Selbsthilfe
Barbara Herzog
Sprechzeiten: Montag, Dienstag
9 bis 12 Uhr, Donnerstag 17 bis 19 Uhr
Tel.: 0 70 71 / 3 83 63
herzog@sozialforum-tuebingen.de

Kultursensible Öffnung in der Selbsthilfe
Michelle Camila Pérez
Sprechzeiten: Mittwoch 9 bis 12 Uhr
sowie nach Vereinbarung
Tel.: 0 70 71 / 3 83 63
migration@sozialforum-tuebingen.de

Selbstbestimmung, Gleichstellung,
Teilhabe für Menschen mit Behinderungen
Elvira Martin
FORUM & Fachstelle INKLUSION
Sprechzeit: Dienstag 14 bis 16 Uhr
Tel.: 0 70 71 / 2 69 69
inklusion@tuebingen-barrierefrei.de

Vorstand
Jürgen Bein, Brigitte Duffner, Beate Jung

Spendenkonto
Kreissparkasse Tübingen
IBAN: DE23 6415 0020 0001 4894 55
Spenden sind steuerlich abzugsfähig.
Eine Spendenbescheinigung wird zugesandt.

Das SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. wird gefördert durch die Stadt Tübingen, das Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg sowie durch zahlreiche Spender und Sponsoren. Die Selbsthilfefarbeit wird seit 2008 pauschal unterstützt durch die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen.

36 Jahre für Inklusion und Barrierefreiheit

Elvira Martin verabschiedet sich

Von Birgit Jaschke

Spricht man im Volksmund von einem „langen Atem“, ist damit meist nicht eine besonders gute Lungenfunktion gemeint. Vielmehr geht es um eine Person, die sich mit Geduld, Konsequenz und viel Ausdauer für ein bestimmtes Ziel einsetzt und sich auch von Rückschlägen nicht aufhalten lässt. Auf kaum jemanden trifft diese Beschreibung besser zu als auf Elvira Martin, hauptamtliche Kraft von FORUM & Fachstelle INKLUSION.

Seit gut 36 Jahren setzt sie sich für die Selbstbestimmung und Teilhabe von Menschen mit Behinderung. Im Sommer 2023 übergibt die 66-Jährige ihre Arbeit in neue Hände. Das Team des SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. bedankt sich für ihren unermüdlichen Einsatz und wünscht ihr auf ihrem weiteren Lebensweg von Herzen alles Gute.



Elvira Martin

Foto: Jaschke

Der 16. März 1987 war Elvira Martins erster Arbeitstag für das damalige „Koordinationstreffen Tübinger Behindertengruppen“. Zuvor hatte sie an der Universität Tübingen Deutsch, Biologie und Pädagogik studiert. Ihre eigene Schwerbehinderung erwarb sie nach einem Unfall. Seitdem ist viel passiert.



Eine Mammut-Aufgabe

„Wenn mich jemand fragt, was ich tue, sage ich nie Behinderterarbeit“, macht Elvira Martin im Gespräch mit HANDELN & HELFEN deutlich. Sie ergänzt: „Ich antworte immer, ich mache Interessenvertretung.“

Diese kurze Antwort offenbart viel über ihre Herangehensweise an die eigene Arbeit: Jeder Schritt ist geprägt von der Überzeugung, dass eine Behinderung kein individuelles Problem einzelner Menschen ist, sondern die gesamtgesellschaftliche Verantwortung in den Blick genommen wird. Anders ausgedrückt: Menschen sind nicht behindert, sondern sie werden in ihrer Teilhabe behindert. Verant-

wortlich dafür sind Barrieren unterschiedlicher Natur. Ein Beispiel sind fehlende oder defekte Aufzüge an einem Bahnsteig. Sie machen eine Zugfahrt für Personen im Rollstuhl zu einer Herausforderung.

2012 wurde der heutige Name „FORUM & Fachstelle INKLUSION“ offiziell eingeführt. Im FORUM INKLUSION treffen sich regelmäßig Menschen mit eigener Behinderungserfahrung sowie weitere Interessierte zum Austausch. Als eine unabhängige Interessenvertretung setzt sich das FORUM INKLUSION aktiv für Barrierefreiheit und Inklusion in Tübingen und Umgebung ein. Als hauptamtliche Kraft der Fachstelle INKLUSION begleitete und unterstützte sie dabei die Arbeit des Forums in allen Belangen.

„Wege entstehen dadurch, dass man sie geht“, so lautete das Motto des 25jährigen Jubiläums von FORUM & Fachstelle INKLUSION im Jahr 2012. Der Weg, den Elvira Martin gemeinsam mit den Beteiligten des FORUMS gegangen ist, ist lang. Es war kein Sprint, eher ein Ausdauerlauf, bei dem man stets schauen musste, dass einem die Puste nicht ausgeht. „Über einen sehr langen Zeitraum ist uns vieles gelungen. Wir haben gute Beteiligungsstrukturen auf den Weg gebracht“, blickt die passionierte Radfahrerin zurück.

Sie fährt fort: „Manche Dinge sind aber nicht planbar. Man lernt auch Gelegenheiten zu nutzen. Zum Beispiel als Frau Hanser kam und wir die Arbeitsgemeinschaft Induktive Höranlagen ins Leben gerufen haben.“ Der Flyer mit den Veranstaltungsräumen in Tübingen und Umgebung, die über eine Induktionsanlage verfügen, ist über das SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. erhältlich.

Gemeinsam an einem Strang

Elviras Martins großer Dank gilt den zahlreichen Menschen, mit denen sie ihr Beruf zusammengeführt hat und die sie auf ihre eigene Art und Weise berührt haben. Sie macht deutlich: „Mir war es schon immer wichtig, den Menschen in meinem Gegenüber zu sehen. Daher habe ich mich stets um einen respektvollen Umgang und eine gute Gesprächsebene bemüht.“

Die Bedeutung von Netzwerken spielte für ihre Arbeit dabei immer eine zentrale Rolle. „Im Vergleich zu anderen deutschen Städten wurde in Tübingen in Sachen Barrierefreiheit und Inklusion bereits viel erreicht“, freut sich Elvira Martin. „Das liegt vor allem auch an der konstruktiven Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung sowie mit zahlreichen weiteren Kooperationspartnern über all die Jahre.“

Einzelne Meilensteine aus den letzten Jahrzehnten herauszupicken, erscheint verlockend. Auf den zweiten Blick wird es aber Elvira Martins Engagement im Ganzen nicht gerecht. „Erfolge stehen oft singulär da. Prozesse zu etablieren ist mindestens genauso bedeutsam. Das erfordert Zeit und Beharrlichkeit“, so ihr Fazit. In Bezug auf das Selbstverständnis der Arbeit hat sie die eigene Schwerbehinderung als nützlich erlebt. Sie erläutert: „Ich weiß aus Erfahrung, wie schnell das Recht auf Selbstbestimmung abgesprochen wird.“ Das Thema Mobilität war für sie gerade deshalb immer von großer Bedeutung. Für die Zukunft wünscht sie sich unter anderem, dass das bereits vorhandene starke Netzwerk in Tübingen weiter erhalten bleibt und gepflegt wird.

Gemeinsam mit den Aktiven des FORUM INKLUSION hat Elvira Martin viel bewegt. Ihr Einsatz für die Selbstbestimmung und Teilhabe von Menschen mit Behinderung wurde im Januar 2020 mit der Hölderlinplakette der Stadt Tübingen geehrt.

Große Fußstapfen

Das letzte Wort überlassen wir an dieser Stelle Uwe Seid, Beauftragter für Inklusion bei der Universitätsstadt Tübingen. In seiner Ansprache zum 5. Mai, dem europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, würdigte er ihre Laufbahn wie folgt: „Elvira Martin zeichnet sich aus durch eine hohe Fachlichkeit in allen inklusiven Themenbereichen. Sie hat ihre Ziele mit viel Ausdauer und großem Geschick

verfolgt. Viele Jahre hat sie auf unterschiedlichen Ebenen für den Beitritt Tübingens zur ‚Erklärung für Barcelona‘ geworben. Zudem war sie entscheidend an der Ausarbeitung und Umsetzung des Handlungskonzeptes ‚Barrierefreie Stadt Tübingen‘ beteiligt. Auch der neue Aktionsplan Inklusion trägt ganz maßgeblich ihre Handschrift. Für Selbstbestimmung, Gleichstellung und Teilhabe von Menschen mit Behinderung – dafür macht sich Elvira Martin seit gut 36 Jahren in Tübingen stark. Sie hat Tübingen in vielerlei Hinsicht inklusiver werden lassen.“ Es bleibt wenig hinzuzufügen außer der Information, dass ihre Nachfolgerin Stefanie Tellini heißt. Wir werden sie in der Ausgabe 2/2023 näher vorstellen. Mach’s gut Elvira, wir werden dich vermissen! <

„Mein Gegenüber vielfältiger betrachten“ Schauspiel-Profi Bernd Köhler zu Gast in der Kontaktgruppe



Barbara Herzog und Bernd Köhler.
Foto: Jaschke

Von Birgit Jaschke

„Am Ende des Abends fragte die Gruppe, wann wir das nächste Mal kommen“, schildert Barbara Herzog von der Kontaktstelle für Selbsthilfe. Sie fügt lächelnd hinzu: „Daraus schliesse ich, dass es den Leuten gefallen hat.“ Mit ‚wir‘ sind sie selbst und Schauspiel-Profi Bernd Köhler gemeint. Es bezieht sich auf den gemeinsamen Besuch der Beiden in der Kontaktgruppe Rottenburg am 30. Januar. Im

Mittelpunkt des Abends stand das Thema Körpersprache.

Die Kontaktgruppe Rottenburg existiert bereits seit vielen Jahren. Sie ist eine Anlaufstelle für psychisch erkrankte und belastete Menschen mit unterschiedlichen Krankheitsbildern. Bei den Treffen im Gemeindezentrum Kirchgasse stehen der Austausch und die Begegnung im Vordergrund. Zudem werden auch regelmäßig Fachleute eingeladen. So kam es zur Anfrage an die Kontaktstelle für Selbsthilfe, ein Treffen zum Thema Körpersprache zu gestalten. Barbara Herzog wiederum holte Schauspiel-Profi Bernd Köhler mit ins Boot. Beide sind seit Jahren befreundet. Sie trafen sich im Vorfeld und bei der Vorbereitung sprudelten die Ideen für einen solchen Abend.

Mit seiner jahrzehntelangen Erfahrung als Schauspieler und Regisseur ist Bernd Köhler ein Profi, wenn es um den Einsatz von Körpersprache geht. Offi-



Bernd Köhler mit „Neutralmaske“.
Foto: Jaschke

ziell ist der 73-Jährige mittlerweile im Ruhestand. Jedoch verfolgt er nach wie vor einzelne Projekte, die ihm Spaß machen. Er meint scherzhaft: „Ich habe ansonsten festgestellt, dass es auch noch ein Leben außerhalb des Theaters gibt.“

Die Zusammenarbeit mit der Kontaktstelle für Selbsthilfe ist für ihn eines der Projekte, für die er eine Ausnahme vom Rentner-Dasein macht. Als langjährig tätiger Theaterpädagoge kennt er

auch keine Berührungsängste bei psychischen Erkrankungen. „Ich habe schon gefühlt überall mit unterschiedlichsten Menschen zusammengearbeitet, vom Altenheim bis zum Gefängnis“, blickt Bernd Köhler zurück.

„Ich habe im Vorfeld bei der Gruppe nach der Motivation gefragt, warum sie gerade das Thema Körpersprache gewählt hatten“, erinnert sich Barbara Herzog. Sie fährt fort: „Die Leute haben oft mit Mobbing zu tun. Aufgrund ihrer gesundheitlichen Verfassung können sich die Teilnehmenden oft nicht zur Wehr setzen. Zudem haben viele auch von Problemen mit Autoritätspersonen, wie zum Beispiel Vorgesetzten, berichtet.“

Der Körper lügt nicht

Mit mehr als 30 Anwesenden war das Treffen der Kontaktgruppe gut besucht. Vor Ort merkten Barbara Herzog und Bernd Köhler schnell: Unser ursprünglich gedachtes Programm lässt sich so nicht realisieren. Improvisation war angesagt. „Für mich war das kein Problem“, beschreibt der Bühnenprofi. „Ich passe mich immer den Menschen an, mit denen ich zusammenarbeite.“ Er hat sich auf die Clowns- und Maskenar-

beit spezialisiert. Deren Kernbotschaft erläutert er verkürzt so: Körpersprache ist am besten zu durchschauen, wenn jemand kein Gesicht mehr hat. Was übrig bleibt, ist der Körper. Im Gegensatz zum Gesicht und zur Sprache, die oft eine Fassade erzeugen, lügt der Körper nicht, so der Theaterexperte.

In den Alltag übersetzt

Los ging es an dem Abend mit einer Übung, bei der alle sich im Raum bewegen und Augenkontakt aufnehmen sollten. Oft bedeutete dies bereits eine Herausforderung. Im Anschluss brachte Bernd Köhler mit einer „Neutralmaske“ den Anwesenden das Thema Körpersprache näher. Barbara Herzog moderierte und stellte Fragen, welche Erfahrungen jemand im Alltag dazu gemacht hatte.

Ihr Fazit des Abends: „Unser Anliegen war es, dass die Menschen ihr Gegenüber vielfältiger betrachten können, wenn wir bei dem Beispiel mit dem Vorgesetzten bleiben. Wenn ich eine Begegnung verstehe, fühle ich mich ihr in der Regel weniger ausgeliefert.“ Einen Folgetermin können sich beide vorstellen. Aktuell gibt es jedoch noch keine konkreten Pläne. <

Kolumne

Endlos-Warteschleife?



Von Barbara Herzog

„Der nächste freie Mitarbeiter ... Wer kennt es nicht? Sie versuchen den Hausarzt, eine Fachärztin oder einen Gesundheitsdienst telefonisch zu erreichen und landen in einer Warteschleife. Wenn Sie endlich jemand „Echtes“ am anderen Ende der Leitung haben, wird Ihnen beim Lungen- oder Herz- Facharzt der nächste mögliche Termin in einem halben Jahr gegeben. Wenn es schneller gehen soll, können Sie nur die nächste Notfallambulanz aufsuchen. Außer Sie sind privat versichert. Da geht alles schneller. Werden gesetzlich Versicherte zukünftig bei der Gesundheitsfürsorge im Regen stehen? Wird auf diese Weise dem demographischen Wandel begegnet?

In unsere Beratung kommen immer häufiger Menschen, die keinen Termin in einer ärztlichen oder psychotherapeutischen Praxis bekommen haben und alternative Hilfe suchen. Was wir tun: Wir bringen die Menschen in Kontakt, damit sie ihr persönliches Wissen aus bisherigen Behandlungen austauschen und sich damit gegenseitig unterstützen können. Das ist kein Ersatz für die therapeutische Versorgung, hilft aber die Wartezeit zu überbrücken und nicht in Einsamkeit zu verzweifeln. Bei uns brauchen Sie keinen Versicherungsausweis und bleiben anonym – Selbsthilfe wie auch die Beratung kosten Sie nichts. <



Anzeige

Soziale Medien – Türöffner zur Selbsthilfe?!

Einleitung und Vorstellung des Studierenden-Projektes



Carlotta Mayer, Marie Madlen Bächle, Finja Weyerts, Sascha Paetzold.

Foto: privat

Von Marie Madlen Bächle, Carlotta Mayer, Sascha Paetzold und Finja Weyerts

Wir, das sind Marie, Sascha, Carlotta und Finja, führten im Rahmen unseres Studiums der Sozialen Arbeit an der EH Ludwigsburg – Campus Reutlingen im 3. Semester ein Forschungsprojekt in Kooperation mit dem SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. durch. Nach einigen Gesprächen mit unseren Projektpartnerinnen Barbara Herzog und Michelle Pérez haben wir uns dazu entschieden zu erforschen, wie mithilfe von digitalen Medien ein niederschwelliger Zugang zu den Selbsthilfegruppen des SOZIALFORUMS geschaffen werden kann. Um unserer Forschungsfrage auf den Grund gehen zu können, mussten wir zunächst festlegen, welche Zielgruppen wir zu diesem



Beispiel für einen Beitrag auf dem neuen Instagram-Account.

Screenshot: privat

Thema befragen wollen. Die Kontaktstelle für Selbsthilfe des SOZIALFORUMS berät und unterstützt bereits bestehende Selbsthilfegruppen. Weiterhin informieren und beraten die MitarbeiterInnen der Kontaktstelle BürgerInnen über die Möglichkeiten der Selbsthilfe im Gesundheits- und Sozialbereich und bieten Unterstützung bei der Suche nach einer passenden Selbsthilfegruppe an. Die erste Zielgruppe bestand demnach aus Personen, die bereits an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen. Diese verfügen über eine Innenperspektive, da sie die Kontaktstelle für Selbsthilfe bereits kannten. Die zweite Zielgruppe bestand aus Personen, die noch keine Selbsthilfegruppe besuchen und noch keine Berührungspunkte mit der Kontaktstelle für Selbsthilfe hatten, wodurch eine Außenperspektive entstand. Wir entwickelten sowohl für die Innen- als auch Außenperspektive einen Fragebogen. Die Beteiligung an den Fragebögen war mit etwa 100 TeilnehmerInnen sehr gut.

Selbsthilfe auf Instagram

Im zweiten Teil unseres Projektes erstellten und bespielten wir einen Instagram-Kanal für das SOZIALFORUM. Um diesen Kanal für die Selbsthilfekontaktstelle so gewinnbringend wie möglich zu gestalten, beschäftigten wir uns im Vorhinein mit den wissenschaftlichen Grundlagen zum Marketing auf Social Media. Basierend darauf und auf den Ergebnissen unserer eigenen Forschungsergebnisse erstellten wir den Kanal. Mit viel Freude begannen wir Beiträge optisch und inhaltlich zu gestalten und zu veröffentlichen. Im Laufe unseres Projektes füllte sich das Feed des Kanals erheblich und wir konnten einige

Menschen erreichen. Nach wie vor hoffen wir, durch den Kanal zum Abbau von Vorurteilen gegenüber der Selbsthilfe beitragen zu können. Dazu wird regelmäßig zu Themen rund um die Selbsthilfe berichtet und zudem über aktuelle Termine informiert. Wir freuen uns sehr über Interesse und Unterstützung auf unserem Kanal.

Zentrale Erkenntnisse

Am Ende des Projekts ergaben sich eine Vielzahl von Erkenntnissen. Beispielsweise wurde klar, dass sich das SOZIALFORUM hinsichtlich kultursensibler Öffnung (d.h. der Öffnung von Selbsthilfegruppen für Menschen, denen der Zugang aufgrund von sprachlichen oder anderen kulturellen Unterschieden erschwert ist) auf einem guten Weg befindet. Viele Befragte gaben an, einer interkulturellen Öffnung und einem Austausch offen gegenüberzustehen, wenn dieser nicht den Austausch und das Hauptaugenmerk der Gruppe verhindert. Es stellte sich ebenfalls heraus, dass Personen der Außenperspektive einen Begriff wie ‚Begegnungsgruppe‘, statt ‚Selbsthilfegruppe‘ bevorzugen würden, da dieser zu negativ behaftet sei. Ein häufiger Wunsch, um diese Vorurteile auszuräumen, war der Ausbau von Social-Media-Angeboten. Einen ausführlichen Bericht mit weiteren Erkenntnissen erhielt das SOZIALFORUM am Ende des Projekts. Schlussendlich konnten wir das Projekt als großen Erfolg ansehen. Die Bereitschaft der Befragten war bemerkenswert und das daraus entstandene Ergebnis wird hoffentlich beim Abbau von Vorbehalten und der Verbreitung des Selbsthilfegedankens hilfreich sein. Wir bedanken uns herzlich bei allen Beteiligten! <

„Von Weggehen und Ankommen“

Erzählabend zur Internationalen Woche gegen Rassismus



Auf der Bühne im Club Voltaire.

Foto: Pérez

Von Michelle Camila Pérez

Einen Abend lang Geschichten hören und gedanklich auf Reisen gehen – dafür kamen am 21. März zahlreiche Menschen zur Veranstaltung mit Erzähler Charles Aceval und Tübinger Einwohnerinnen und Einwohnern aus aller Welt. Im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus veranstaltete der Arbeitsbereich „Kultursensible Öffnung in der Selbsthilfe“ einen Erzählabend im Club Voltaire. Im Mittelpunkt des Abends standen die Stimmen von Menschen und ihre vielfältigen Geschichten über ihre Heimat, das Verlassen derselben, sowie die Begegnungen und Träume, welche ihr Leben in Deutschland ausmachen.

Von Heimat und Freiheit

"Meine Geschichten lieben mich, sie sind wie Lebewesen in mir." – Charles Aceval ist ein Geschichtenerzähler mit einer

besonderen Biografie. Er vereint verschiedene Kulturen in sich: die algerisch-nomadische seiner Mutter, die französische seines Vaters und die deutsche seiner Wahlheimat. An diesem Abend vertraute er dem Publikum seine Geschichten an: Geschichten von seiner Kindheit in der Nomadenfamilie in Algerien, von der Grausamkeit des Krieges, vom Einwandern nach Europa und vom Wunsch nach Freiheit in der Ferne.

„Ein Fuß in Deutschland, ein Fuß in Algerien, den Kopf in den Sternen. Wenn ich mich Algerien zuwende, erzähle ich eine Geschichte von meiner Heimat. Wenn ich mich Deutschland zuwende, erzähle ich von dem schönsten Geschenk, das mir hier zuteil wurde: die Freiheit,“ so Charles Aceval.

Der Geschichtenerzähler lud die Anwesenden zu einer Reise ein, in der Geschehnisse in seiner Heimat und bei deren Verlassen lebendig wurden. Er zog das Publikum in seinen Bann, indem er durch eindrucksvolle, bildhafte Beschreibungen und die Aufrichtigkeit des Erzählens Nähe schuf. "Meine Geschichten lieben mich, sie sind wie Lebewesen in mir" meinte Aceval. „Manchmal, ja sogar sehr oft, klopft mir eine Geschichte auf die Schulter und will erzählt werden.“ Er sagte, dass viele Geschichten sich im Club Voltaire beim ihm gemeldet, und er spontan daraus die geeigneten für das Publikum ausgewählt hätte. Nach seinem Abschluss mit zwei algerischen Märchen verließ er unter tosendem Applaus die Bühne.

Aus der Schreibwerkstatt

Nach den Erzählungen von Charles Aceval wurden die Geschichten einiger Teilnehmenden der Schreibwerkstatt „Vom



Erzähler Charles Aceval.

Foto: Eißler

Weggehen, Ankommen und Weitergehen" vorgetragen, die von der „Kultursensiblen Öffnung in der Selbsthilfe“ in Zusammenarbeit mit der vhs Tübingen angeboten wurde. Vorgelesen wurden Texte von Teilnehmerinnen aus Lateinamerika und Syrien, die ihre Wege nach Deutschland beschrieben, so wie ihre Wünsche nach Frieden, Sicherheit und einer besseren Zukunft.

In der Schreibwerkstatt trafen sich Menschen mit Migrationsbiografie in einem geschützten Raum, um sich durch angeleitete Impulse mit besonderen Momenten ihrer Migrationserfahrung schriftlich zu befassen. Die dabei entstandenen Geschichten gehen nicht nur um die Erinnerungen an die Heimat und die Erfahrungen beim Verlassen derselben. Es geht zudem auch um das Ankommen in Deutschland, die Begegnungen und besonderen Erfahrungen, die den Dialog zwischen den Kulturen ermöglichen.



Für Musik sorgten Mohammed Saleh und Maher Aldag.

Foto: Herzog

Die Veranstaltung wurde von Mohammed Saleh und Maher Aldag musikalisch begleitet, die arabische Musik mit Percussion, Oud, Darbukka und Gesang darboten. Die Atmosphäre des Abends war offen und wertschätzend gegenüber den Erzählenden. Nach dem offiziellen Programm ließen Gäste und Teilnehmende den Abend mit der Gelegenheit zum geselligen Austausch und einem Snack ausklingen. <



Kontaktstelle für Selbsthilfe
Kultursensible Öffnung
Michelle Camila Pérez

Tel.: 0 70 71 / 3 83 63

E-Mail: migration@sozialforum-tuebingen.de

Sprechstunde: Mittwoch 9 bis 12 Uhr und nach Vereinbarung

Für eine Erde ohne Plastik:

- Kindergeschirr, Vesper- und Lebensmittelboxen aus Zuckerrohr + Mineralien

Für einen Planet mit vielen Bäumen:

- Klimaschutzpapier für Schule, Studium + Beruf

Für eine solidarische Welt:

- Kaffee ahoi - bio + fair - mit dem Segelschiff von Nicaragua nach Hamburg.



Bruno Gebhart, Marktgasse 12, Tübingen
offen: Mo.–Sa. 10–18 Uhr
www.der-faire-kaufladen.de

Anzeige



Buchtip: „ETTA“ – beloved enemy

Von Birgit Rätzke

Multiple Sklerose (MS) ist eine chronische Erkrankung des zentralen Nervensystems (ZNS). Dazu zählen das Rückenmark und das Gehirn, inklusive dem Seh-Nerv. MS zeichnet sich durch schubförmige oder anhaltende Entzündungsherde im ZNS aus. Unterschiedliche Beschwerden sind die Folge, zum Beispiel Seh- und Gefühls-Störungen, Schmerzen oder Lähmungen. Bisher gilt Multiple Sklerose als nicht heilbar.

Rechtswirtin Anne Freyda, Jahrgang 1968, verheiratet, ein Sohn, ist vor 25 Jahren an MS erkrankt und schreibt aus ihrem Alltag: ihre Erfahrungen, ihre Entwicklung hin zur Akzeptanz der Krankheit, ihren für sie immer wieder anstrengenden und sehr oft frustrierenden Umgang damit. Abstand zur Krankheit gewinnt sie durch die Personifikation der Krankheit: sie nennt sie Etta, ein seltener

Frauenvorname (Bedeutung: die ihr Gut schützende), die sie zugleich als Feindin als auch als Freundin sieht. Für den Umgang mit der Krankheit nennt sie Lösungen und gibt Ratschläge, die sie für sich gefunden hat. Das Buch schließt mit praktischen (Gymnastik- / Yoga-) Übungen, die ausführlich erklärt werden. Der Körper, so ihre Erfahrung, lernt schnell und kann nach einigen Wiederholungen der Übungen Erfolge erzielen. Fazit: Das Buch bietet Vergleiche für Menschen an, die ebenso an MS erkrankt sind und hier Wege zum Umgang mit der Krankheit finden und ihren eigenen Umgang damit überprüfen können. Gleichzeitig vermittelt die Autorin Mut, die tägliche mühselige Auseinandersetzung mit der Krankheit immer wieder anzugehen. Die Personifikation der Krankheit durch die Autorin schafft sowohl Nähe als auch Distanz zu ihr. <

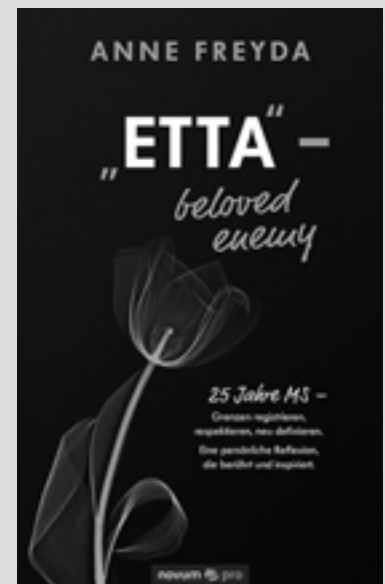


Foto: novum Verlag

„ETTA“ – beloved enemy
25 Jahre MS – Grenzen registrieren, respektieren, neu definieren.

Anne Freyda
56 Seiten

ISBN: 978-3-99107-011-5
Buch: 15,90 € / E-Book: 9,99 €

Der Schmerz darf gehen, die Liebe bleiben!

Offizielle Auftaktveranstaltung des Trauernetzwerks Tübingen

Von Birgit Jaschke

Die Trauer behutsam loslassen, nicht aber die eigene Beziehung zu Verstorbenen. Sie gilt es von nun an anders zu leben und zu gestalten – diese Botschaft gab Roland Kachler dem Publikum mit auf den Weg. Sehr viele Interessierte waren an einem Donnerstagabend Ende April in den Saal der Eberhardsgemeinde gekommen. Dazu eingeladen hatte das Trauernetzwerk Tübingen im Rahmen einer Auftaktveranstaltung.

Trauer präsenter machen

Mit Blick auf den gut gefüllten Saal freute sich Diakon Thomas Mehlfeld: „Wir haben nicht mit ganz so vielen Menschen gerechnet.“ Die Veranstaltung sei der erste Schritt, das Thema Trauer in der Öffentlichkeit präsenter zu machen, so der Diakon weiter. Er wünsche allen Anwesenden einen „ertragreichen Abend“. Dessen Initiator stellte anschließend Carola Schnurr vom Arbeitskreis Leben Tübingen/Reutlingen e.V. (AKL) kurz vor: Das Trauernetzwerk Tübingen wurde auf Initiative des AKL sowie der Tübinger Hospizdienste e.V. ins Leben gerufen (wir berichteten).

Der gemeinsame Auftritt soll die Suche nach passender Unterstützung in schweren Zeiten erleichtern und vereinfachen. Ein Zusammenschluss von Angeboten und Organisationen soll einen geschützten Rahmen ermöglichen, für den Umgang mit der eigenen Trauer stärken und auch Synergie-Effekte schaffen. Eine Übersicht aller Beteiligten findet sich auf der neuen Internetseite des Trauernetzwerks (siehe Kasten). Ulrich Hufnagel, ebenfalls im Netzwerk aktiv, übernahm die Vorstellung des Referenten: Roland Kachler ist psychologischer Psychotherapeut, evangelischer Theologe

und Autor zahlreicher Bücher. Bekannt wurde er besonders durch seinen beziehungsorientierten Traueransatz.

Festhalten statt Loslassen

„Lange Zeit hieß es, wir müssen Verstorbene loslassen. Am Sarg meines Sohnes habe ich erkannt, dass ich nicht loslassen kann und es auch nicht will“, so Kachler zum Publikum. Sein Sohn starb im Alter von 16 Jahren bei einem Verkehrsunfall. In Folge seiner äußerst schmerzhaften Verlusterfahrung entwickelte Roland Kachler seinen seither viel beachteten Traueransatz. Die Kernbotschaft: Es geht darum, in der äußeren Realität mit der Abwesenheit der Person leben, diese akzeptieren zu lernen. Im Inneren jedoch heißt es keinesfalls, dass ich mich vom geliebten Menschen verabschieden muss. Vielmehr gilt es eine neue innere Beziehung zu finden und sie lebendig zu gestalten.

Raum und Zeit für Rituale

An diesem Abend nahm Roland Kachler die Anwesenden mit auf eine gedankliche Reise. Der heute 68-Jährige hat in eigener Praxis bereits viele Menschen in Trauer begleitet und schilderte, worauf es bei seiner Herangehensweise an das Thema ankommt. Er hilft den Trauernden, einen sicheren Ort für den verstorbenen Menschen zu finden. Die Absicht dahinter ist es, dass die innere Beziehung zum körperlich Abwesenden weiterleben



Roland Kachler (stehend am Pult) im Saal der Eberhardsgemeinde.

Foto: Jaschke

kann. Die Liebe darf bleiben, sie ist erlaubt und erwünscht. Im Mittelpunkt steht das Finden neuer Wege, um der Liebe Ausdruck zu geben. Die Arbeit an der Beziehung geschieht unter anderem mithilfe therapeutisch angeleiteter Übungen.

Es sei wichtig auch im Außen eine Gedenkstelle zu finden, an welcher man sich den Verstorbenen nahe fühlen kann, so der Referent weiter. Manchmal sei das Grab ein solcher Ort, an dem nicht nur Trauer, sondern auch Kommunikation stattfindet. Bei Eltern, die ein Kind verloren haben, werde dessen Zimmer oft ein Ort der Nähe und der Trauer. Für ihn selbst sei die Unfallstelle ein Platz gewesen, an dem er die Nähe zum Sohn habe spüren können.

Stark vereinfacht ausgedrückt ist der Weg des beziehungsorientierten Traueransatzes: Der Schmerz über den Verlust eines Menschen wird über den eigenen Körper erlebt und nach außen hin verabschiedet, während die Beziehung nach innen gefestigt wird. Ein schönes Bild, welches Hoffnung gibt. <



Sie möchten mehr Informationen?

Die Plattform „Trauernetzwerk Tübingen“ mit einer Übersicht der beteiligten Institutionen finden Sie online unter <https://trauernetzwerk-tuebingen.de/>

Die wirksamste Waffe gegen Stigmata

Im Gespräch mit Buchautor und Aktivist Torsten Poggenpohl

Von Birgit Jaschke

Welche drei Adjektive beschreiben für Sie das Wort Stigma am treffendsten?

Verletzend, ausgrenzend, psychisch krank machend.

Welche Diagnose erhielten Sie zuerst und was war damals ihr erster Gedanke?

HIV-positiv: Es ist, wie es ist. Nun müssen wir das BESTE draus machen.

Hat eine Diagnose Sie härter getroffen als die andere und wenn ja warum?

Meine Bipolare Störung hat mich meine HIV-Diagnose soviel besser er- und durchleben lassen. Bei der HIV-Diagnose befand ich mich längst (auf dem Weg) in der Manie. Diese hat mich eingesogen und erst Monate später „ausgespuckt“, so dass ich gar keinen wirklichen Raum für tief sinnige trübe Gedanken hatte. Daher würde ich eindeutig sagen, dass in dem Moment meine Manie mir den Umgang mit HIV erleichtert hat.

Wie kam es, dass Sie so offen mit Ihrer Geschichte umgehen, wie Sie es heute tun?

Diese Offenheit war natürlich nicht immer so gegeben. Aber als schwuler Mann, der in einem Ort mit 7.000 Einwohnern aufgewachsen ist, weiß man, wie sich das Tragen eines Geheimnisses über Jahre anfühlt, und wie sehr einen das belastet. Daher gibt es nach dem Outing der Sexualität und dem damit einhergehenden Befreiungsschlag auch definitiv im Kopf nicht die Option, durch irgendetwas sich wieder in diese Situation zu bringen, dass einem ein Geheimnis das Leben belastet.

Torsten Poggenpohl ist vieles, zum Beispiel ist er Vorstandsmitglied der Aidshilfe Baden-Württemberg gewesen. Er lebt mit der Doppeldiagnose HIV und Bipolare Störung. Warum die wirksamste Waffe gegen Stigmata das eigene Gesicht ist, verrät er im Gespräch mit **HANDELN & HELFEN**. Die Fragen stellte Birgit Jaschke.



Torsten Poggenpohl
Foto: Brucklacher-Gunzenhäußer

Wie ist ihr Umfeld mit dieser Offenheit umgegangen?

Meine Familie und Freunde habe ich von Anfang an mit ins Boot geholt. Gott sei Dank habe ich im näheren Umfeld keine Negativreaktionen erfahren. Im Laufe der folgenden Jahre habe ich mir meine eigene queere Welt geschaffen. So habe ich vier Jahre eine schwule Bar und einen Künstler-treffpunkt geleitet. Das ist per se schon mal ein ganz anderes Umfeld, als wenn ich beispielsweise auf dem Bau gearbeitet hätte. Nichtsdestotrotz ist das „in jeder Sekunde für sich selbst Einstehen“ nochmals eine ganz andere Sache. Mein „Game-changer“ waren im Jahr 2018 die „Positiven Begegnungen“ – Europas größter HIV- und AIDS-Betroffenen-Kongress.

Wie meinen Sie das genau?

Die erlebte Normalität des Themas unter 400 Menschen, die mit HIV leben, verändert das gesamte eigene Denken. Völlig gestärkt und mit einem ‚Schutzschild‘ in puncto menschlicher Dummheit, was HIV angeht, kam ich von diesem Kongress zurück. Seitdem stelle ich meine Diagnosen an den Anfang des Kennenlernens mit anderen Menschen. Aus meiner Perspektive ist es immer wichtig, mit Menschen in den Diskurs zu

gehen. Zugleich muss man für sich selbst auch eine Grenze ziehen, wenn das Gegenüber sich nicht aufklären lassen will. Das hat etwas mit Achtsamkeit mit und für sich selbst zu tun.

Was hat Ihnen geholfen, Ihren individuellen Weg zu finden?

Das Zusammenspiel von drei wesentlichen Dingen: Von entscheidender Bedeutung war erstens die Einsicht, dass ich krank bin und Hilfe benötige. Bei HIV war dies deutlich einfacher als bei der Bipolaren Störung. Die Entwicklung der Bereitschaft, dass man sich therapieren lässt, ist bei psychischen Erkrankungen kompliziert. Das führt uns zum zweiten Punkt: die Therapien. Beide Erkrankungen sind heute mit guten Therapien behandelbar. Die Erkrankungen lassen sich zwar nicht rückgängig machen, aber so gut therapieren, dass man eine nahezu normale Lebenserwartung hat und ein Leben ohne große Einschränkungen leben kann. Der dritte Punkt ist ganz klar meine soziale Hängematte, aus Familie und Freunden bestehend. Der Weg aus einer psychischen Erkrankung zurück in eine neue Normalität gleicht einem Marathonlauf. Zwar muss man die ganze Strecke selbst laufen, aber es ist von entscheidender Bedeutung, wenn Men-

schen neben Dir einen Staffellauf machen und den Stab weiterreichen, wenn ihnen die Kraft ausgeht.

Wie schöpfen Sie in den schwierigen Momenten Kraft?

Ich blicke bewusst auf den langen Weg zurück, den ich gegangen bin und mache mir deutlich, welche Eigenleistung dieser vergangene Weg bedeutet. Meine größte Stärke ist meine unglaubliche Selbstdisziplin, gepaart mit Pragmatismus und einem unbändigen Willen zum Leben. Ich bin ein lebensbejahender, pragmatischer Optimist. Und natürlich geben mir auch meine Familie und meine Freunde Kraft.

Inwieweit führt eine Diagnose Ihrer Erfahrung nach automatisch zu Stigmatisierung?

Als ehemaliger Vorstand der Aidshilfe Baden-Württemberg kann ich nicht nur über mich, sondern allgemein über Zahlen und Fakten sprechen, die mich mehr als erschüttern. Wenn man bedenkt, dass im Jahr 2022 75 Prozent aller Menschen, die mit HIV leben, ihren Status geheim halten, zeigt dies doch, wie unglaublich stigmatisiert die Erkrankung nach wie vor in der Gesellschaft ist.

Die so wichtige Botschaft der Weltgesundheitsorganisation: Ein Mensch, der in Therapie lebt und sich dauerhaft, also sechs Monate am Stück, unter der Nachweisgrenze befindet, kann in keiner Situation jemand anderen anstecken.

HIV und Aids hatten im Jahr 2021 bedauerlicherweise ihr 40-jähriges Jubiläum. Diese Erkrankung stigmatisiert leider nach wie vor, wie keine andere. Wenn man bedenkt, dass von 83,13 Millionen Menschen in Deutschland 90.800 mit HIV leben, sind dies in Prozent gesprochen 1,09% der Gesamtbevölkerung. Von diesen leben 96 Prozent in Therapie. Rein rechnerisch gibt es überhaupt keinen Platz für dieses Stigma.

Wie verhält sich dies bei psychischen Erkrankungen?

Bei psychischen Erkrankungen ist es nicht anders. In den Köpfen der Menschen sieht es in einer Psychiatrie aus, wie man es bei „Einer flog übers Kuckucksnest“ im Fernsehen gesehen hat. Das Bild ist natürlich weit entfernt von einer heutigen Psychiatrie mit einem ganzheitlichen Ansatz aus Gesprächstherapie und Psychoedukation, Bewegungs-, Beschäftigungs- und Ergotherapie. Ich würde sogar soweit gehen, dass das psychische Stigma teils noch schwerwiegender ist: Der Mensch muss immer wieder aufs Neue beweisen, dass die Therapie erfolgreich war und noch ist.



Cover von „einfach! Ich – schwul, bipolar, positiv“. Cover: wolfdesign

Was kann der einzelne Mensch gegen Stigmatisierung tun?

Als Einzelner ist es sehr ratsam, sich der jeweiligen Community anzuschließen. Sich gegenseitig zu empowern gibt Kraft. Gegen Ende meiner Zeit im Zentrum für Seelische Gesundheit habe ich einen Stammtisch gegründet, der sich seit 2015 einmal im Monat trifft. Es ist ein so wunderbarer fröhlicher Abend, der zugleich immer die Möglichkeit

und den Raum bietet, über persönliche Probleme zu sprechen. Es ist ein völlig anderes Grundverständnis für die jeweiligen Probleme gegeben. Besonders freut mich, dass von außen niemals jemand auf die Idee kommen würde, dass diese muntere Runde sich am Tiefpunkt ihres Lebens in der Psychiatrie kennengelernt hat. Darüber hinaus hat jeder seine eigene Stimme, aber die Kraft und die Stärke sie zu benutzen, variiert von Mensch zu Mensch. Ich habe mich dafür entschieden, mit meinem Gesicht hervorzutreten und meine Geschichte zu erzählen. Bestenfalls erreiche ich die Menschen und diese gehen mit ihren eigenen Vorurteilen ins Gespräch und legen diese als haltlos beiseite.

Wo liegt diesbezüglich der gesellschaftliche Auftrag?

Die Akzeptanz von Krankheit als solches ist aus meiner Perspektive der große gesellschaftliche Auftrag. Gerade in einer immer schnelllebigeren Welt, die mit Reizüberflutung nur so um sich wirft, liegt es in der Natur der Sache, dass der Mensch anfälliger für psychische Erkrankungen wird. Eine gesunde Gesellschaft akzeptiert, dass Menschen krank werden können und dann ihren eigenen Zeitplan haben, um wieder zu genesen.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft in Bezug auf die Gesellschaft?

Darauf habe ich bereits vor Putins Krieg gegen die Ukraine geantwortet: „Frieden auf der Welt, Gesundheit, weniger Neid und Missgunst.“ In Bezug auf das Miteinander im Kontext von Stigmatisierung wünsche ich mir weniger Verurteilung. Würden wir weniger Vorurteile schüren, sondern mehr Bereitschaft mitbringen, unserem Gegenüber aufrichtig zuzuhören, wäre unsere Welt ein besserer Ort.

Vielen Dank für das Gespräch!

KreisBonusCard extra in Tübingen erhältlich

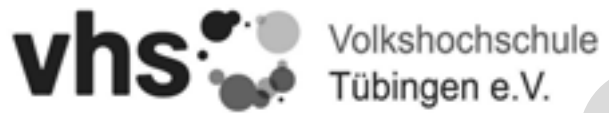


Von Elvira Martin

Für alle Erwachsenen knapp über der Einkommensgrenze gibt es seit April 2023 nun die KreisBonusCard extra. Auch damit kann man die Angebote und Ermäßigungen der KreisBonusCard in Anspruch nehmen. Dieses Angebot geht auf einen Antrag aller Fraktionen im Tübinger Gemeinderat zurück.

Die Karte kann bei verschiedenen Tübinger Beratungsstellen beantragt werden, unter anderem beim
SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.
Europaplatz 3, 72072 Tübingen
Tel.: 07071 / 151569.

Weitere Informationen zur KreisBonusCard extra, zu den Angeboten und zur Beantragung sind nachzulesen unter:
<https://www.tuebingen.de/kreisbonuscard>. <



Barrierefrei miteinander lernen

Die Volkshochschule

- ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar
- hat einen barrierefreien Zugang und behindertengerechte Toiletten
- hat einen Behindertenparkplatz
- hat eine induktive Höranlage in ihrem Vortragssaal

Ansprechperson in der vhs:

Patricia Ober

E-Mail: gesellschaft@vhs-tuebingen.de

Information und Anmeldung:

Mo-Do: 09:00-15:00 Uhr

Fr: 09:00-12:00 Uhr

Tel. 07071 5603-29

E-Mail: info@vhs-tuebingen.de

www.vhs-tuebingen.de

Kinderarmut aus der Tabuzone holen

Das Präventionskonzept der Stadt Tübingen

Von Birgit Jaschke

„Gute Chancen für alle Kinder“ ist sowohl der Name als auch das übergeordnete Ziel des Präventionskonzeptes Kinderarmut der Stadt Tübingen. Es ging 2013 mit einer wissenschaftlichen Begleitforschung an den Start. Damals wurden über 250 Familien zu ihren Erfahrungen mit Armut befragt.

In der Folge wurden Handlungsvorschläge erarbeitet. Mit denen befasst sich der im Juli 2014 ins Leben gerufene „Runde Tisch Kinderarmut“. Ihm gehören über 60 Beteiligte aus Vereinen, Initiativen, Bürgerschaft, Gemeinderat und Stadtverwaltung an. Auf dessen Initiative hin entstand unter anderem das Netzwerk TAPs (= Tübinger AnsprechPersonen für Kinderarmut und Kinderchancen). TAPs sind da im Einsatz, wo haupt-

oder ehrenamtlich Kontakt zu Kindern und Jugendlichen besteht. Ihre Aufgabe ist es, die Hilfen und Angebote für Familien mit geringem Einkommen bekannt und zugänglich zu machen.

Von Nachhilfe bis Sportverein

Das Präventionskonzept benennt die fünf Handlungsfelder soziale und kulturelle Teilhabe, Existenzsicherung, Bildung und Beruf, Gesundheit sowie Eltern stärken. Für die genannten Bereiche wurden jeweils Leitziele und Maßnahmen entwickelt.

Ein bekanntes Beispiel aus der Teilhabeförderung ist die Kreis-BonusCard (KBC) Junior. Die ehemalige Tübinger KinderCard ist seit 2018 im ganzen Landkreis erhältlich. Sie bietet ermäßigten bis kostenfreien Zugang



Ann-Marie Kaiser

Foto: de Maddalena

Tel.: 07071 / 204-1490

E-Mail: ann-marie.kaiser@tuebingen.de

zu rund 80 Angeboten. Mehr Informationen dazu gibt es unter [tuebingen.de/kreisbonuscard](https://www.tuebingen.de/kreisbonuscard). Ansprechperson bei der Stadt Tübingen für das Thema Kinderarmut ist Ann-Marie Kaiser (Kontakt siehe Kasten). <

„Ich bin stark“ macht (Ar-)Mut sichtbar

Kurzfilm ist Ergebnis eines städtischen Empowerment-Projekts

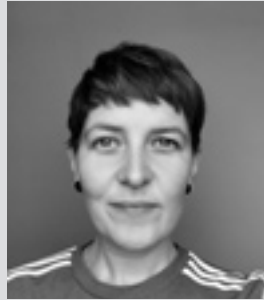
Von Birgit Jaschke

„Damit das nicht in unseren Herzen bleibt und uns nicht verletzt.“ Dieses Ziel zierte den Flyer zum Kurzfilm. Was „das“ ist, darüber hat HANDELN & HELFEN mit Ann-Marie Kaiser, Lena Hezel und Luzie Kollinger gesprochen. Sie alle waren in unterschiedlicher Funktion an der Empowerment-Gruppe Jugendarmut beteiligt. Die Gruppe war Teil des Projekts „Gute Chancen für alle Kinder 2.0“ der Stadt Tübingen und wurde vom Land Baden-Württemberg durch das Ministerium für Soziales und Integration finanziell unterstützt.

Selbst aktiv werden (lassen)

„Die Idee war, das große vorhandene städtische Angebot im Bereich Kinder- und Jugendarmut um eine Möglichkeit zu ergänzen, in der die Jugendlichen selbst aktiv werden und sich mit der eigenen Lebenssituation auseinandersetzen“, erklärt Ann-Marie Kaiser. Sie ist bei der Stadt Tübingen zuständig für das Netzwerk TAPs sowie für die Koordination Kinderchancen (siehe Seite 12).

„Bei der Suche nach jemandem, der das Projekt begleitet, bin ich auf Lena gestoßen und habe sie angefragt. Sie hat ja in dem Bereich schon ein bisschen Bekanntheit erlangt“, fährt die Sozialpädagogin mit einem Lächeln fort.“ Lena Hezel arbeitet beim Tübinger Mädchen*treff e.V. und kommt dort des Öfteren mit dem Thema in Berührung. Die Sozialpädagogin weiß aus eigener Erfahrung, wie es ist, wenn man mit wenig Geld aufwächst. Sie hat bereits mehrere Artikel zu Kinder- und Jugendarmut veröffentlicht. Über das Projekt sagt sie: „Ich hatte von Anfang an die Idee, dass ein Film eine gute Möglichkeit ist, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Es ist ja auch ein sensibles Thema.“



Lena Hezel

Foto: privat



Luzie Kollinger

Foto: privat

Gesagt, getan. Lena Hezel holte Medienfachfrau Luzie Kollinger mit ins Boot und sie erarbeiteten ein Konzept. „Anfangs gab es die Idee, eine Trick-Lege-Animation zu machen“, erinnert sich Luzie Kollinger. „Dabei sieht man eine Fläche, die von oben gefilmt wird. Hände schieben Dinge ins Bild, wie zum Beispiel Sprechblasen.“ Der Gedanke war, die Inhalte der Jugendlichen gut herüberzubringen, auch ohne deren Gesicht oder Stimme.

Keine leichte Suche

Doch bevor es an die Umsetzung gehen konnte, hieß es zunächst einmal, Mitwirkende für die Empowerment-Gruppe zu gewinnen. Dies stellte sich als keine einfache Aufgabe heraus. Die Gründe dafür seien vielfältig, vermuten die Gesprächspartnerinnen. „Wenn Jugendliche von Armut betroffen sind, ist das in ihrem Alltag oft bereits stark präsent, so dass sie nicht unbedingt Lust haben, sich in ihrer Freizeit auch noch damit zu beschäftigen“, erklärt Lena Hezel. Sie haben sich daher auch sehr genau überlegt, wie sie die Jugendlichen ansprechen wollen. „Wichtig war uns zum Beispiel in der Ankündigung zu fragen, weißt du auch, wie es ist mit wenig Geld auszukommen?“, fährt sie fort. „So wird das zur Stärke anstatt ein-

fach zu sagen ‚Bist du arm?‘ Das wissen die Jugendlichen selbst und brauchen niemanden, der sie darauf auch noch aufmerksam macht. Bei den Mitwirkenden der Gruppe handelt es sich um fünf junge Tübingerrinnen aus dem Irak, Syrien und Afghanistan. An vier Nachmittagen und im Rahmen von zwei Workshops tauschten sie sich aus, wie es ist, in einem reichen Land wie Deutschland mit wenig Geld leben zu müssen.

Ins Gespräch kommen

„Wir waren sehr ergebnisoffen, was die Arbeit in der Gruppe betrifft“, beschreibt Luzie Kollinger. Sie ergänzt: „Wenn die Teilnehmenden keinen Film hätten machen wollen, hätten wir zusammen eine andere Idee erarbeitet und umgesetzt.“

Gemeinsam mit den Jugendlichen wurde eine Idee entwickelt. Dabei wurde Verschiedenes ausprobiert und wieder verworfen, wie zum Beispiel Fotoaufnahmen mit Einwegkameras. „Wir haben uns überlegt, dass es nicht absehbar ist, wie lange das Video im Internet abrufbar sein wird“, sagt Luzie Kollinger. „Also haben wir uns dazu entschieden, die jungen Frauen komplett zu anonymisieren.“ Heraus kam der Film in seiner jetzigen Machart. Der erste Teil thematisiert die Fluchterfahrungen der Protagonistinnen.

Abgehängt?

Absolute und relative Armut

„Auf der Flucht steht die absolute Armut im Vordergrund“, erzählt Lena Hezel. „Bei dem Teil, der sich um ihr Leben in Deutschland dreht, geht es um relative Armut.“ „Absolute Armut ist, wenn nicht genügend Geld für lebensnotwendige Dinge wie Nahrung da ist“, führt Ann-Marie Kaiser näher aus und ergänzt: „Von relativer Armut ist die Rede, wenn ich in Bezug auf mein gesellschaftliches Umfeld wenig habe. Das kann zum Beispiel das fehlende Geld für einen Kinobesuch sein.“

Öffentlich gezeigt wurde „Ich bin stark“ unter anderem bereits im Rathaus beim diesjährigen Internationalen Frauentag sowie bei einer Veranstaltung der Reihe „Armut zur Sprache bringen“ der AG Jugendarmut.

„Die Gesellschaft assoziiert den Begriff Armut meist mit Menschen, die gar nichts haben“, sagt Lena Hezel. „Viele Leute reagieren überrascht, dass es in einer reichen Stadt wie Tübingen



Im Kurzfilm lassen uns fünf junge Frauen an ihren Erfahrungen zum Thema Armut teilhaben. Foto: Universitätsstadt Tübingen

gen Armut gibt.“ Gerade deshalb, weil sie oft nicht sichtbar ist, sei es wichtig Kinder- und Jugendarmut immer wieder zu thematisieren, so die Sozialpädagogin weiter. „Viele Kinder und Erwachsene landen unverschuldet in der Armut. Bei Kindern kommt jedoch erschwerend hinzu, dass sie sich in einem Abhängigkeitsverhältnis befinden“, beschreibt Lena Hezel. „Der Film konzentriert sich bewusst auf die Stärken der Protagonistinnen und wie

sie ihren Alltag bewältigen. „Wir wollten das Thema nicht noch schwerer machen, als es ohnehin ist“, so Luzie Kollinger.

Gegen Ende des Projekts wurden die Jugendlichen gefragt, was sie für sich mitnehmen. Eine Jugendliche antwortete damals mit einer Gegenfrage: „Kann ich nicht auch etwas dallowen?“ erinnert sich die Medienfachfrau. „Wir fanden das beide einen schönen Gedanken, dass der Film auch ein Stück weit entlasten kann.“

Neue Entscheidungshilfe „Mitwirk-O-Mat“

Im Handumdrehen das passende Ehrenamt für sich finden

Von Birgit Jaschke

Als „Motor der Demokratie“ bezeichnet das Bundesministerium des Innern und für Heimat das Ehrenamt. Laut deren Website sind rund 29 Millionen Menschen landesweit ehrenamtlich engagiert. Ein freiwilliges Engagement bietet die Chance, die Gesellschaft aktiv mitzugestalten und Themen voranzubringen, die am Herzen liegen.

Gerade in Tübingen ist die Auswahl an Möglichkeiten, sich einzubringen, besonders groß. Seit dem Frühjahr gibt es für Interessierte eine Entscheidungshilfe, welche den Weg zum passenden Ehrenamt erleichtert: Als erste Stadt in Baden-Württemberg stellt Tübingen auf der städtischen Website einen Mitwirk-O-Mat zur Verfügung.

20 Fragen bis zum Ziel

Bevor der PC konkrete Vorschläge ausspuckt, heißt es zunächst, Fragen zu beantworten. Es geht darum, welche Aspekte ein Ehrenamt für die Suchenden erfüllen sollte. Zum Beispiel wird gefragt, ob sich jemand regelmäßig einbringen möchte oder kurzfristige Einsätze bevorzugt. Nach Beantwortung der Fragen zeigt die Seite die lokalen Engagement-Möglichkeiten mit der höchsten Übereinstimmung an. Zur Wahl stehen Angebote aus insgesamt 119 Vereinen, Organisationen, Initiativen und Projekt-Gruppen. Die Nutzung des „Mitwirk-O-Mat“ ist kostenfrei. Online zu finden ist er unter www.tuebingen.de/mitwirkomat. Viel Spaß beim Testen!



Frage 1 beim Mitwirk-O-Mat.

Screenshot: privat

Vielfalt und gelebtes Miteinander fördern

„Frauen.Dialog“ mit Beteiligung der Kontaktstelle für Selbsthilfe



Das Programm zum Nachlesen sowie mehr Informationen zu den Beteiligten der diesjährigen Tagung gibt es online unter <https://frauendialog-metzingen.de/>

Von Birgit Jaschke

„Ein Tag von Frauen für Frauen“, so kündigt die Ausschreibung den „Frauen.Dialog“ an.

Am 18. März kamen Frauen mit und ohne Migrationsbiografie zusammen, um sich auszutauschen und voneinanderzuler- nen. Nach dem Auftakt 2020 fand die Veranstaltung in die- sem Jahr zum zweiten Mal statt. Ausgerichtet wurde sie von einer 15-köpfigen Arbeitsgruppe rund um die Intergrationsbeauf- tragte der Stadt Metzingen, Ka- rina Montes. Die Teilnahme an der Tagung war kostenfrei.

Michelle Camila Pérez vom Ar- beitsbereich „Kultursensible Öff- nung in der Selbsthilfe“ der Tü- binger Kontaktstelle für Selbst- hilfe nahm als Referentin teil. Im Rahmen des von ihr angebote- nen Workshops zeigte sie unter anderem den Film „Gemeinsam

auf dem Weg - Selbsthilfe jen- seits kultureller Grenzen.“ Die Dokumentation entstand als Zu- sammenarbeit des Regisseurs Daniel Bella mit der Tübinger Kontaktstelle für Selbsthilfe. Im Film beschreiben Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen ihre Erfahrungen mit Selbsthilfe (wir berichteten).

Verständnis im Vordergrund

Der „Frauen.Dialog“ möchte Tra- dition und Moderne miteinander verbinden, indem er Wert auf einen generationenübergreifen- den Austausch der Teilnehme- rinnen legt. Ermöglicht wird dies durch ein vielfältiges Programm mit Workshops. Auch die He- rausforderungen, denen Frauen mit Migrationserfahrung in der Gesellschaft begegnen, werden thematisiert.

Ob fairer Handel, Klimaschutz, häusliche Gewalt oder der acht- same Umgang mit den eigenen Ressourcen – das Spektrum der Themen war auch in diesem Jahr sehr vielfältig.

Zusätzlich zu den Workshops erwartete die Anwesenden ein abwechslungsreiches Rahmen- programm. Den Tagesauftakt bildete eine Lesung aus dem Buch „Mama Superstar“, das sich in 11 individuellen Porträts mit Müttern mit Migrationsge- schichte beschäftigt. Für kraft- volle Musik sorgte zum Ab- schluss das „Trio Azafran“.

Interessierte können sich freuen: Es wird voraussichtlich ein weiterer „Frauen.Dialog“ stattfinden. Nähere Informatio- nen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie zur gege- benen Zeit auf der Website (siehe Kasten). <

Laptop-Verleih

Von Birgit Jaschke

Bei Bedarf verleiht das SOZIAL- FORUM TÜBINGEN e.V. Lap- tops. Dank der Selbsthilfeförde- rung der gesetzlichen Kranken- kassen (§20h, SGB V) verfügt der Verein über 5 Geräte. Eine Nutzung ist vor Ort oder bis zu einem halben Jahr möglich, so- lange der Vorrat jeweils reicht.

Kontakt für die Ausleihe:

Birgit Jaschke

Tel.: (07071) 25 65 965

E-Mail: [redaktion@sozialforum- tuebingen.de](mailto:redaktion@sozialforum-tuebingen.de) <



Bad Sebastiansweiler

Rehabilitationsklinik · Schwefelbad · Wohnen und Pflege




Alle Infos unter:



Bad Sebastiansweiler GmbH · Hechinger Str. 26 · 72116 Mössingen
Tel. 07473/3783-0 · www.bad-sebastiansweiler.de

Anzeige

„Lichtblicke und Schattenseiten“

Fotos zum Miteinander in unserer Gesellschaft

Von Birgit Jaschke

Wie viel Gemeinschaft steckt (noch) in unserer Gesellschaft? Was könnten wir erreichen, wenn wir mehr miteinander arbeiten würden anstatt gegeneinander? Die Fotos auf der vorliegenden Doppelseite sollen einladen, das künstliche Konstrukt „Gesellschaft“ vielfältiger zu betrachten, als wir dies im hektischen Alltag häufig tun. Hinter der Fassade des vermeintlich Alltäglichen verbirgt sich auch viel Wunderbares. Alle Motive stammen von Mitgliedern des Fotostammtischs Tübingen. Seit 2014 gibt es hier einen regelmäßigen Austausch zu Fotografie, Technik, Bildgestaltung und -bearbeitung. Zudem wurden bereits mehrere Ausstellungen realisiert. Weitere Interessierte sind willkommen.

Kontakt: Jürgen Braun
Tel.: 0178 / 3 19 92 40
E-Mail: juergen.br@t-online.de
Internet: <https://fotostammtisch-tuebingen.jimdofree.com/>



Foto: Brigitte Gisel



Foto: Jürgen Braun



Foto: Fritz Nüßle



Foto: Fritz Nüßle



Foto: Nenad Varga

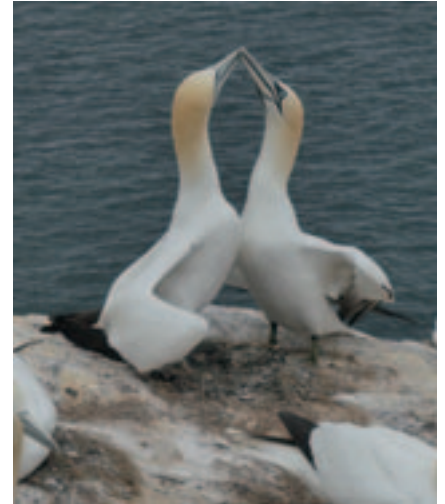


Foto: Fritz Nüßle



Foto: Brigitte Gisel

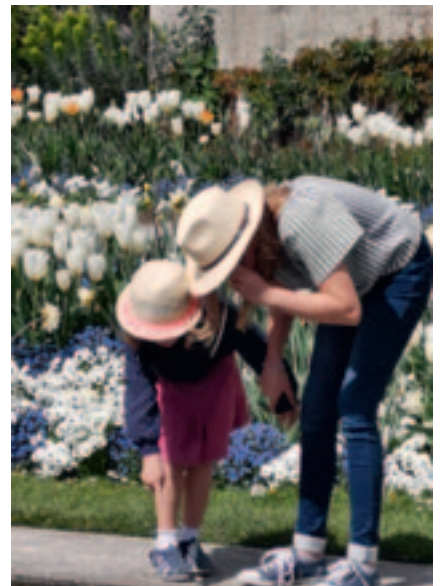


Foto: Christina Nüßle



Foto: Jürgen Braun

**„Jedes Ding hat
drei Seiten:
eine positive,
eine negative und
eine komische.“**

**Karl Valentin (1882 – 1948),
Komiker, Volkssänger,
Autor und Filmproduzent**

Gut leben können?!

Armut und weitere Teilhabe-Barrieren erschweren Inklusion

Von Elvira Martin

„Man hat nie einen Job bekommen, von dem man gut leben kann.“ So äußerte sich ein Teilnehmer im Verlauf einer Gesprächsrunde zum Thema Selbstbestimmung beim FORUM INKLUSION. Am 11. Deutschen Diversity Tag am 23. Mai 2023 twitterte das Statistische Bundesamt: "Zu mehr #Vielfalt in der Arbeitswelt gehört auch die Teilhabe von Menschen mit Behinderung. Allerdings war deren Erwerbsquote im Jahr 2021 geringer als die von Nichtbehinderten." Die dem Tweet beigefügte Grafik veranschaulicht: Bei den Personen von 15 bis 64 Jahren konnten demnach 81 Prozent von Menschen ohne Behinderung am Berufsleben teilhaben. Bei Menschen mit Behinderungen waren dies den Angaben des Statistischen Bundesamtes zufolge nur 55 Prozent.



Screenshot: privat

Einen Tag später, am 24. Mai 2023, luden Werkstattträtre Deutschland e.V. zum Aktionstag „Gute Leistung! Gutes Geld!“ vor dem Bundestag in Berlin ein. Insgesamt fast 1500 Werkstattträtre, Frauenbeauftragte und Beschäftigte setzten sich dort lautstark für eine bessere Bezahlung für Werkstatt-Beschäftigte ein. Denn: Im Durchschnitt verdienen Werkstatt-Beschäft-

tigte pro Person nur 220 Euro im Monat (und damit etwa 1,35 Euro pro Stunde) und sind zusätzlich von Grund-Sicherung oder Rente abhängig. In Deutschland arbeiten laut dem Jahresbericht 2022 der BAG WfbM 310.000 Menschen mit Behinderung in Werkstätten für behinderte Menschen (WfbM) für ein Taschengeld. Beschäftigte einer WfbM gelten nicht als Arbeitnehmerinnen. Sie haben nur einen daran angelehnten Status. Das hat Auswirkungen auf die betriebliche Mitwirkung und das Streikrecht der Beschäftigten. Die Arbeit in WfbM wird als Rehabilitationsmaßnahme gesehen. So können arbeitsrechtliche Ansprüche nicht geltend gemacht werden. Die Vermittlungsquote aus den WfbMs auf den ersten Arbeitsmarkt liegt seit Jahren und Jahrzehnten unverändert bei etwa 1 Prozent - obwohl der gesetzliche Auftrag der WfbM Rehabilitation und (Wieder-)Eingliederung der Beschäftigten in den allgemeinen Arbeitsmarkt lautet. Auch steigt die Zahl der Beschäftigten in WfbMs kontinuierlich an. Vor allem Menschen mit psychischen Erkrankungen, die schon auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt gearbeitet haben, werden immer öfter in WfbMs vermittelt.

Ebenfalls wenig ermutigende Zahlen kommen von der Agentur für Arbeit: Im April 2023 waren dort 165.441 schwerbehinderte Menschen arbeitslos gemeldet. Das sind über 1.600 mehr als im Vorjahr. Die Beschäftigungssituation von schwerbehinderten Menschen hat sich in Zusammenhang mit der Corona-Pandemie deutlich verschlechtert. Im April 2019 waren 152.687 schwerbehinderte Menschen arbeitslos gemeldet, also fast 13.000 weniger als im April 2023.

Laut Bundesagentur für Arbeit

lag die Arbeitslosenquote von Menschen mit anerkannter Schwerbehinderung im Jahr 2021 mit 11,5 % deutlich über der allgemeinen Arbeitslosenquote (7,0 %). Auch sind in dieser Gruppe die Dauer der Arbeitslosigkeit und der Anteil der Langzeitarbeitslosen deutlich höher. Sind also für Menschen mit Behinderung deutlich schlechtere oder gar fehlende Zugänge zum regulären Arbeitsmarkt als wesentliches Merkmal von Armut zu deuten?

Deutliches Armutsrisiko

Der Bundesverband der Lebenshilfe fasst zusammen: Das Einkommen vieler Menschen mit Behinderung ist gering. Auch über finanzielle Polster und Vermögen verfügen sie oft nicht. Laut dem 3. Teilhabebericht der Bundesregierung aus dem Jahr 2021 liegt das Armutsrisiko von Menschen mit Behinderung im Schnitt bei 18 Prozent. Sie sind ebenso wie etwa Alleinerziehende, pflegende Angehörige, kinderreiche Familien, Menschen mit Migrationserfahrung und zunehmend auch Menschen im Rentenbezug besonders häufig von Armut betroffen. Das Armutsrisiko steigt, je mehr diese und weitere Faktoren zusammentreffen.

Im 3. Teilhabebericht ist auf Seite 278 weiter nachzulesen: „Differenziert nach Alter hatte unter den Menschen mit Beeinträchtigungen die Altersgruppe von 18 bis 44 Jahren die höchste Armutsrisikoquote (31 %), bei den Menschen ohne Beeinträchtigungen hingegen die unter 18-Jährigen. Eine deutlich höhere Armutsrisikoquote als gleichaltrige Personen ohne Beeinträchtigungen weisen Menschen mit Beeinträchtigungen im jüngeren und mittleren Lebensalter von 18 bis 44 sowie von 45 bis 64 Jahren auf.“

Dies deutet darauf hin, dass die relative Einkommensposition in engem Zusammenhang mit den geringeren Bildungsabschlüssen, der geringeren Erwerbsbeteiligung, der niedrigeren Stellung im Beruf sowie dem geringeren Arbeitsumfang von Menschen mit Beeinträchtigungen steht.“ Auf Seite 280 heißt es ergänzend: „Menschen mit Beeinträchtigungen können häufiger (43 %) als Menschen ohne Beeinträchtigungen (28 %) kein Geld sparen oder zurücklegen.“ Für materielle Armut gibt es keine allgemeingültige Definition. Häufig wird zur Darstellung von Armut das Konzept der relativen Armut herangezogen. Zugrunde gelegt wird hier die Armutsrisikoquote. Diese misst den Anteil an Personen in der Gesamtbevölkerung, deren Einkommen weniger als 60 Prozent des durchschnittlichen Einkommens beträgt. Ein Armutsrisiko besitzt demnach bereits, wer mit weniger als 60 Prozent auskommen muss.

Das Statische Bundesamt verdeutlicht das in einer Pressemitteilung vom 23.5.2023 so: Nach den aktuellsten Zahlen des Statistischen Bundesamts aus dem Jahr 2021 lag die Schwelle für eine alleinlebende Person bei 1.148 Euro netto im Monat.

Solche Armutsgrenzen sind durchaus umstritten. Einkommensarmut gibt den gesellschaftlichen Status nur unzureichend wieder. Faktoren wie Bildungsstand oder soziales Netz spielen ebenfalls eine große Rolle. Dennoch heißt Einkom-



Kaputte Aufzüge sind nicht nur im Bahnhof ein Problem.

Foto: Andi Weiland | Gesellschaftsbilder.de

UN-Behindertenrechtskonvention Artikel 27: Arbeit und Beschäftigung

(1) Die Vertragsstaaten anerkennen das gleiche Recht von Menschen mit Behinderungen auf Arbeit; dies beinhaltet das Recht auf die Möglichkeit, den Lebensunterhalt durch Arbeit zu verdienen, die in einem offenen, integrativen und für Menschen mit Behinderungen zugänglichen Arbeitsmarkt und Arbeitsumfeld frei gewählt oder angenommen wird. Die Vertragsstaaten sichern und fördern die Verwirklichung des Rechts auf Arbeit, einschließlich für Menschen, die während der Beschäftigung eine Behinderung erwerben, durch geeignete Schritte,

mensarmut, dass fehlende finanzielle Mittel den individuellen Gestaltungsraum für politische, soziale und kulturelle Teilhabe in erheblichem Maße beschränken. Damit geht es um die ungleiche Verteilung von Chancen, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

Dies unterstreicht auch der Bundesverband der Lebenshilfe: Im Hinblick auf Menschen mit sogenannter geistiger Beeinträchtigung zeigt eine Pilotstudie für das Bundesministerium für Arbeit und Soziales deutlich: Mangelnde finanzielle Möglichkeiten sind eine zentrale Teilhabebarrriere im Alltag. Sie wirkt zudem verstärkend auf viele andere Barrieren. Die Lebenshilfe fasst zusammen: Armut erschwert Inklusion.

Vom Artikel 27 der UN-Behindertenrechtskonvention sind wir also noch deutlich entfernt.

Fehlende Barrierefreiheit – nicht nur, aber ganz besonders im persönlichen Lebensumfeld und im Sozialraum – verschärft und potenziert diese Ungleichheit. Solche Barrieren behindern Tag für Tag Teilhabe (und damit auch Selbstbestimmung!). Sie bestehen beispielsweise

- in der Gestaltung des öffentlichen Raums (Bordsteine, fehlende Leitsysteme, Treppen ohne Alternativen, schwer zu nutzende Bodenbeläge und vieles mehr),
- in unzugänglichen öffentlichen Gebäuden und damit in einem fehlenden barrierefreien Zugang zu Angeboten

des öffentlichen Lebens genauso wie

- in Unzugänglichkeiten von Zielen des täglichen Lebens wie Geschäften, Gastronomie und Einrichtungen des Gesundheitswesens.

Kurz: Ich komme nicht hin, ich komme nicht rein, ich verstehe das Angebot nicht, ich kann das Angebot nicht zahlen, ...

Strukturelle Ausgrenzung

Damit nicht genug: Auch zahlreiche Nachteilsausgleiche für schwerbehinderte Menschen (also für diejenige, die einen Schwerbehindertenausweis haben) wirken nicht zuverlässig insbesondere in Zusammenhang mit Einkommensarmut: Steuererleichterungen kommen dort nicht an, wo keine Steuern gezahlt werden. Aber auch bei den Freifahrten im Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) sind die Ausgrenzungen immer noch Alltag. Flächendeckender barrierefreier ÖPNV ist immer noch nicht vollständig umgesetzt und wenn der Schienenverkehr Teil davon ist, wird es richtig abenteuerlich (siehe Kolumne).

Diesen strukturellen Ausgrenzungen entgegenwirken kann eine teilhabeorientierte kommunale Sozial- und Stadtplanung: barrierefreie öffentliche Verkehrsflächen und öffentliche Gebäude wie zum Beispiel Stadtbüchereien, Museen, Bildungsangebote, barrierefreier Wohnraum und vieles mehr. Dazu

Abgehängt?

gehören aber auch gezielte Maßnahmen für einkommensschwache Menschen in der Stadt. Das alles sind jedoch Freiwilligkeitsleistungen der Städte und Gemeinden und stehen in Abhängigkeit zu den kommunal verfügbaren finanziellen Mitteln. Die Stadt Tübingen finanziert nach einem Gemeinderatsbeschluss und der Ausgestaltung durch die Verwaltung aus Haushaltsmitteln freien Eintritt zu zahlreichen Bildungs- und Kulturangeboten in der Stadt. Voraussetzung ist der Wohnsitz in Tübingen, eine Schwerbehinderung von mindestens 50 Grad der Behinderung und der Besitz einer Kreis-BonusCard.

Es kommt also stark darauf an, wo jemand lebt. Für den Landkreis Tübingen gilt dieses Angebot nicht. Dort eröffnet die Kreis-BonusCard (unabhängig von einer Schwerbehinderung!) Zugang zu zahlreichen prozentualen Ermäßigungen von Eintrittsgeldern und ähnlichem. Wenn dann kein barrierefreier Zugang beispielsweise zum Gebäude vorhanden ist oder eine barrierefreie Mobilität sichergestellt ist, nutzt das dem Personenkreis auch schon wieder wenig. Konsequenz sind daher die Forderungen des Paritätischen in seinem Teilhabebericht 2021 „Armut von Menschen mit Behinderungen“, mit denen er jahrzehntealte Forderungen der Betroffenenverbände erneut bündelt (Auszug):

- Recht auf Teilhabe am Arbeitsleben für alle Menschen garantieren,
- Eingliederungshilfe unabhängig von Einkommen und Vermögen gewähren, denn: auch nach dem Bundesteilhabegesetz müssen je nach finanzieller Situation Leistungsberechtigte die Leistungen weiterhin mitfinanzieren,
- Barrierefreiheit schaffen: gleichwertige Zugänge zu allen Lebensbereichen – zu Schule und Sporthalle, zu Wohnraum, Arztpraxis, Kiosk,

- Internet, Medien, Bahn, Bankautomat und anderem mehr,
- Inklusive Bildung (weiter) zu

entwickeln und dazu notwendige sächliche, personelle Ressourcen gewährleisten. <

Kolumne

Zug um Zug: Abgehängt von Mobilität



Von Elvira Martin

Mobilität verbindet und sichert Teilhabe: Der TüBus fährt barrierefrei, der neue Zentrale Omnibusbahnhof (ZOB) befördert diese fahrgastfreundliche Mobilität und es geht vom ZOB dank funktionaler und ansprechender Gestaltung weiter barrierefrei in den Tübinger Hauptbahnhof. Das macht Hoffnung. Und tatsächlich geht es barrierefrei weiter aufs Gleis: Gleis 1 sowieso, Gleis 2 und

3 per Aufzug und Gleis 5 und 6 per Rampe. Und nach Süden raus geht es auch per Aufzug. Apropos Aufzug, jetzt haben wir das 49-Euro Ticket, nicht so viele wie beim 9-Euro-Ticket des Sommers 2022, aber die Menschen sind unterwegs: Die Aufzüge sind zu klein. Verwundert und neidisch schauen wir auf österreichische Verhältnisse. Da gehen in große Aufzüge rein: zwei Eltern mit Kinderwagen, drei Fahrräder, noch zwei rollstuhlnutzende Reisende, jemand mit Rollator findet auch einen Platz genauso wie ein paar Fahrgäste mit Rollkoffer. Und alles geht flott und alles geht gut. Wie machen das die Österreicher bloß? Aber zurück nach Tübingen und nach Deutschland: Wenn da also nicht der Zug wäre! Kinderwagen werden mühsam in den Zug gehoben. Der Einstieg mit Fahrrad wird zum Fitnessstraining. Mit dem (E-) Rollstuhl besteigt man den Zug im 21. Jahrhundert mit einer handbetriebenen höhenverstellbaren Rampe – und dies auch nur nach mindestens dreitägiger Voranmeldung bei der Mobilitätszentrale der Deutschen Bahn und bei passenden Arbeitszeiten der Service-Angebote am jeweiligen Bahnhof. Wo sind da die passenden Bahnsteighöhen und die fahrzeuggebundenen Einstiegshilfen? Gefordert wird dies von den Betroffenen seit Jahrzehnten. Abgehängt auch hier bei einer Zugfahrt und umso mehr bei schmalen Geldbeutel, denn: viele Menschen haben aufgrund ihrer Behinderung und als Nachteilsausgleich Anspruch auf kostenfreie Nutzung des ÖPNV mit Bus und Bahn. Wenn der ÖPNV nicht die Barrierefreiheit bereitstellt, dann gilt auch hier: abgehängt – im wahrsten Sinne des Wortes. <

Bildung und Kultur barrierefrei in Tübingen: Freier Eintritt für Menschen mit Schwerbehinderung und wenig Einkommen
<https://www.tuebingen.de/21131.html#/21145/25787>

Landkreis Tübingen: Informationen zur KreisBonusCard:
<https://www.kreis-tuebingen.de/,Lde/309062.html>

Dritter Teilhabebericht der Bundesregierung (2021):
<https://www.bmas.de/DE/Service/Publikationen/Broschueren/a125-21-teilhabebericht.html>

Paritätischer Teilhabebericht 2021: Armut von Menschen mit Behinderung <https://www.der-paritaetische.de/alle-meldungen/der-paritaetische-teilhabebericht-2021-armut-von-menschen-mit-behinderung/>

„Reines Wegsperrn ist keine Lösung!“

Kompass e.V. besucht Inhaftierte in Tübingen und Rottenburg



Dr. Thaya Vester
Foto: privat

Von Birgit Jaschke

Die Kriminologin Dr. Thaya Vester steht dem Tübinger Verein „Kompass e.V. – Hilfe für Straffällige“ vor. Über dessen Engagement hat die 41-Jährige mit HANDELN & HELFEN gesprochen. Sie erklärt unter anderem, warum bloßes Einsperren niemanden zu einem besseren Menschen macht und was man bei den Besuchen im Gefängnis fürs Leben lernen kann.

mit wechselnder studentischer Besetzung, die zu festen Zeiten ins Gefängnis geht. „Mal schnell schauen, wie es im Knast so ist, das geht nicht“, stellt Dr. Thaya Vester klar. Im Vorfeld wird abgeklärt, dass jemand sich nicht aus den falschen Motiven für die Arbeit begeistert. Interessierte müssten unter anderem einer Überprüfung durch den Verein standhalten. Zudem erwartet die jungen Leute von Seiten der Haftanstalt eine „Fremdpersonen-Prüfung“. In deren Rahmen müssen sie unter anderem ein 11-seitiges Dokument ausfüllen. Die ganze Zulassung ist ein vier- bis sechswöchiger Prozess. „Wenn Sie den geschafft haben, dürften Sie dann aber damit direkt in alle Justizvollzugsanstalten in Baden-Württemberg“, so die Kriminologin mit einem Augenzwinkern.

Auch in den Semesterferien

Ursprünglich war der Einsatz der Studierenden an die Vorlesungszeit gekoppelt. Im Wintersemester endet die Mitte Februar. „Von den 14 Leuten, die während des Semesters dabei waren, wollten alle auch während ihrer Semesterferien dorthin gehen“, freut sich Dr. Thaya Vester über die positive Resonanz der Studierenden.

Das Interesse an dem Lehrangebot ist nach wie vor groß. Es gibt sogar eine Warteliste. Ergänzend wurde mittlerweile ein zusätzliches Programm ins Leben gerufen, welches zum Beispiel einen Besuch des Gefängnisbauernhofs vorsieht.

Kompass e.V. besteht bereits seit 1984 als eingetragener Verein. Dr. Thaya Vester kam gleich zu Beginn ihres Soziologie- und Jurastudiums an der Universität Tübingen mit dem Verein in Berührung: „Es gab einen Vortrag ‚Leben hinter Gittern‘. Zudem machte ich vier Wochen Praktikum in der Justizvollzugsanstalt“, erinnert sie sich. „Während der Zeit habe ich für mich wertvolle Eindrücke gewonnen. Unter anderem war ich auf einem Gefängnisbauernhof und habe eine Nacht in der Abschiebehafte verbracht. Das lässt dich nicht kalt.“ Parallel zum Studium war sie studentische Mitarbeiterin am Institut für Kriminologie der Universität Tübingen. Dort ist sie heute in Forschung und Lehre tätig und setzt das Engagement mit Studierenden fort.

Pandemiebedingte Pause

„Während der Pandemie war das Gefängnis einer der ersten Orte, die geschlossen und einer der letzten, die wieder aufgemacht wurden“, so Dr. Thaya Vester. Sie fügt hinzu: „Die Bestimmungen waren lange sehr restriktiv. Es gab während Corona lange gar keine Besuche. Die Inhaftierten bekommen nach wie vor sehr viel Besuch nur digital. Das ist bis heute so.“ Aufgrund der Pandemie lag die Vereinsarbeit vor Ort daher in den Jahren 2020 und 2021 komplett brach.

2021 wurden bereits erste Versuche unternommen, die Vereinsarbeit vor Ort wiederaufzunehmen. Zur gleichen Zeit erhielt Dr. Thaya Vester eine größere Lehrverpflichtung. Sie erinnerte sich an ihr Studium, wie wertvoll sie damals zum Beispiel Exkursionen empfunden hatte. Der Wunsch nach einem Angebot mit einem hohen Praxisanteil war geboren. „Zudem hatte ich festgestellt, dass durch Corona viele Studierende vor ihren Rechnern hängengeblieben waren. Was online nicht existiert, gibt es für die gar nicht. Daran wollte ich etwas ändern“, so die 41-Jährige.

Nach einem Gespräch mit ihrem Vorgesetzten 2022 nahm die Idee für ein solches Angebot konkrete Formen an. Zunächst begann sie mit regelmäßigen Besuchen in der Untersuchungshaft Tübingen, zeitversetzt auch in der Justizvollzugsanstalt in Rottenburg. Dienstags zwischen 17 und 19 Uhr wurde so während des Semesters zum festen Termin für die Studierenden. Dort gibt es verschiedene Angebote für die Inhaftierten.

Es ist in der Regel eine Gruppe

Kompass e.V. – Tübingen
Hilfe für Straffällige – Gemeinnütziger Verein



(Schlattherhaus)
Österbergstr. 2
72074 Tübingen

E-Mail: kontakt@kompass-tuebingen.de

Abgehängt?

„Für viele ist der Besuch im Gefängnis eine Grenzerfahrung“, weiß Dr. Thaya Vester. „Manche tun sich zu Beginn schwer, drei Stunden ohne ihr Smartphone auszukommen.“ Die Dozentin ist überzeugt: „Sie lernen dort sehr viel fürs Leben und für ihren späteren Berufsweg. Es geht dabei vor allem um Inhalte, die ihnen eine Vorlesung nur bedingt vermitteln kann.“ Viele der Engagierten studieren Jura. Die Innenperspektive kann da laut Vester nicht schaden.

Die Studierenden lernen jedoch nicht nur, wie der Alltag hinter Gittern in der Realität abläuft. „Was macht das mit Menschen, wenn man sie einfach wegsperrt?“, fragt Dr. Thaya Vester im Gespräch mit der Redaktion. „Wie sieht die gesamtgesellschaftliche Perspektive auf Inhaftierte aus? Es geht viel um Menschenwürde und einen derartigen Umgang mit diesem Personenkreis.“ Die Studierenden lernten viel über Schwarz-Weiß-Denken und über Menschenbilder, so die Dozentin weiter.

Falsches Bild vom Gefängnis

Bei den Besuchen besteht die Gruppe der Inhaftierten aus bis zu 12 Personen. Ein gewisser Wiedererkennungswert bleibt dabei nicht aus. „Es kam schon mal vor, dass ich jemanden gefragt habe, ob er noch da ist oder wieder“, erinnert sich die 41-Jährige schmunzelnd. Die Studierenden seien häufig verblüfft, wenn sie zum ersten Mal dabei wären. „Die sind ja total nett!“ hat die Dozentin schon des Öfteren zu hören bekommen. Viele der Studierenden hätten nach dem ersten Besuch erstmal zu Hause angerufen, um zu erzählen, dass alles gut gelaufen sei. In vielen Fällen sei die Vorstellung der Studierenden vom Gefängnisalltag von amerikanischen Serien geprägt worden. Was dort gezeigt wird, hätte aber mit dem echten Leben in der Haftanstalt sehr wenig gemeinsam, stellt Dr. Thaya Vester klar.



Gruppenfoto vor dem Gefängnis

Foto: privat

Sie ergänzt: „Kurios sind auch Begegnungen, bei denen klar wird, dass das Gegenüber aufgrund der Inhaftierung die Pandemie verpasst hat.“

Kleine Freiheiten schätzen

Die Studierenden sind meist Anfang 20. Die Inhaftierten sind häufig in einem ähnlichen Alter. „Viele Studierende erzählen mir, dass sie kleine Freiheiten im Alltag wieder mehr zu schätzen wissen,“ schildert die Dozentin. „Zum Beispiel der Komfort, dass sie sich später zu Hause noch ein Brot schmieren können und nicht um 17 Uhr zu Abend essen müssen.“ Oft sei den Beteiligten vorher gar nicht klar gewesen, wie totalitär das System Gefängnis in Wahrheit ist.

„Trotz ihrer Straftaten haben wir es mit Menschen zu tun“, sagt die 41-Jährige. „Es ist unsere Entscheidung, wie wir mit den Menschen umgehen und wie stark sie sich nach ihrer Haftzeit abgehängt fühlen.“ Das sei vor allem eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe und gehe uns alle an. Oft würden Inhaftierte zunächst überrascht fragen: „Wie, ihr kommt freiwillig zu uns rein?“

Spendenkonto:

Kompass e.V.

IBAN: DE18 6415 0020
0001 6525 05

BIC: SOLADES1TUB

Kreissparkasse Tübingen

Eine Spendenbescheinigung ist auf Wunsch möglich.

Die Art, wie die Gruppentreffen gestaltet werden, hat sich über die Jahre verändert. „Früher war es so, dass es jeweils ein bestimmtes Thema gab, unter anderem Herkunft oder Religion“, erinnert sich Dr. Thaya Vester. „Dann hatten wir zum Beispiel eine Landkarte und alle, die wollten, konnten etwas über ihre Heimat erzählen.“ Nach und nach sei die Sprache immer mehr zu einer Barriere geworden. Heute bringt die Gruppe Gesellschaftsspiele in unterschiedlichen Niveaus mit, die auch mit wenig Deutschkenntnissen gespielt werden können. Dabei verständigen sich alle Beteiligten notfalls auch mit Händen und Füßen. Parallel zum Spiele-Angebot gibt es eine Denksport-Gruppe. Dort werden gemeinsam Rätsel gelöst. In der ebenfalls regelmäßigen Sportgruppe liegt der Fokus klar auf dem Mannschaftssport. „Dahinter steckt mehr als die rein körperliche Ertüchtigung“, macht Dr. Thaya Vester deutlich. „Vielmehr geht es darum, Regeln einzuhalten und zu lernen, dass zu verlieren auch okay ist. Das Wir-Gefühl soll dabei im Vordergrund stehen.“

Selten negatives Feedback

Negative Resonanz auf ihr Engagement hat die Dozentin bisher, wenn eher hinter den Gefängnismauern erlebt. Vereinzelt sei sie von Beamten gefragt worden, warum die Inhaftierten denn ihre „Besaßung“ bräuchten. Oder der Gruppe begegnen Vorurteile, weil ein Großteil der Ehrenamtlichen weiblich ist. Angesichts dünner Personaldecken in den Haftanstalten kann Dr. Thaya Vester kritische Fragen verstehen. Dennoch stellt sie klar: „Es ist naiv zu hoffen, dass durch reines Wegsperrern am Ende ein besserer Mensch aus dem Gefängnis kommt.“ Sie bringt ihre Position auf den Punkt: „Um überhaupt Veränderungen zu ermöglichen, muss ich zunächst eine Behandlung von Straffälligen zulassen.“ <

Tierischer „Türöffner“ in der Psychiatrie

Wie Hund Keegan hilft, schwerkranke Menschen zu erreichen

Von Birgit Jaschke

Wuschelige Löckchen, tiefgrüne Augen und ein Blick zum Dahinschmelzen – hier ist nicht von einem Schauspieler die Rede, sondern von Keegan. Spitzname Keeg. Der sechsjährige Labradoodle ist seines Zeichens ausgebildeter Therapiehund und besucht regelmäßig die Tübinger Psychiatrie. Da er nicht selbst beschreiben kann, wie genau das in der Praxis abläuft, hat sein Herrchen, Fachkrankenpfleger Alfred Mollenhauer, im Gespräch mit HANDELN & HELFEN diese Aufgabe übernommen. Der 67-Jährige zeigt dabei die Chancen und Grenzen tiergestützter Therapie auf. Zudem erklärt er, warum die Beziehungsgestaltung im künstlichen Kosmos Psychiatrie mindestens genauso wichtig ist wie die richtige Medikation.

Grundvertrauen schaffen

„Abgehängt, der Begriff hört sich so endgültig an“, beginnt Alfred Mollenhauer auf die Frage, ob es erkrankte Menschen gibt, die das psychiatrische Hilfesystem nicht erreichen könne. Er fährt fort: „Wir arbeiten mit der Zuversicht, dass wir jeden erreichen können. Das Ziel ist es, eine Beziehung zueinander zu schaffen, eine Vertrauensbasis. Dies geschieht in der Hoffnung, dass sich die Leute mit ihrer Situation angenommen fühlen - egal, ob sie neu oder zum wiederholten Male bei uns sind.“ Es gelte die Menschen im übertragenen Sinn dort abzuholen, wo sie gerade stehen, so der Fachkrankenpfleger weiter. Das erfordere viel Fingerspitzengefühl.

Gleichzeitig dürften die Erkrankten sich auch nicht zu sehr an den künstlichen Kosmos Psychiatrie gewöhnen. „Hier sind wir als Pflege gefragt“, führt der 67-Jährige aus. „Sie sollen uns nicht als Ersatzfamilie wahrneh-

men, sondern als Sprungbrett. Wir können sie stützen und begleiten. Der Gedanke an die Entlassung sollte jedoch keine Angst auslösen.“ Deswegen sei es für die Gesundheit wichtig, dass auch während eines Klinikaufenthaltes die Verbindungen nach „draußen“ weiterhin bestehen blieben.

Keegan versteht jede Sprache

Trotz aller Bemühungen kann es sein, dass sich der Zugang zu Patienten für die Pflege-Profis schwierig gestaltet. Die Gründe hierfür sind vielfältig. Mitunter gibt es sprachliche Barrieren, welche die Kommunikation erschweren. Oder die Betroffenen sind schwer traumatisiert und sprechen von sich aus überhaupt nicht. „Dann liegt es an uns, Ideen zu entwickeln, wie wir trotzdem mit der Person in Kontakt kommen“, macht Alfred Mollenhauer deutlich. Zum Beispiel kann Keegan hier als eine Art Eisbrecher auf vier Pfoten weiterhelfen. „Es ist eine hochsensible Angelegenheit, wenn wir es mit schwer traumatisierten Menschen zu tun haben“, beschreibt sein Herrchen. „Ich bin immer wieder erstaunt, wenn Personen, die zuvor sprachlos wirkten, im Gang der Station zufällig auf Keegan getroffen sind. Wie sie dem Hund plötzlich um den Hals gefallen sind und ihm ihr Herz ausgeschüttet haben.“ „Dr. Pfote“ scheint jede Sprache zu verstehen.

Wenn er das Gefühl hat, Frau Soundso oder Herr Soundso würden von einer tierischen Begegnung profitieren, nimmt er den Hund gezielt mit zur Arbeit. Zuvor wird der Besuch vorab im Team besprochen. „Meistens bringt so ein Einsatz dann gewisse Nebenwirkungen mit sich“, erzählt Alfred Mollenhauer schmunzelnd. Damit ist gemeint, es gibt dann meist auch weitere



Keegan spürt genau, wie es seinem zweibeinigen Gegenüber geht.

Foto: Jaschke

spontane Begegnungen – verbunden mit viel Streicheleinheiten und Aufmerksamkeit. Keegan ist dafür bekannt, bei seinen Besuchen eine positive Stimmung zu verbreiten. „Ich habe es schon des Öfteren erlebt, dass ich Patienten hatte, bei denen das Andocken trotz wochenlangender Versuche nicht recht gelingen wollte“, erinnert sich Alfred Mollenhauer. „Dann kam Keegan ins Spiel und der Patient öffnet sich und beginnt von sich zu erzählen. Das ist für mich jedes Mal wie ein kleines Wunder.“ Er fährt fort: „Meistens ist es dann auch so, dass Leute, die eher laut und unruhig waren, plötzlich ihr Verhalten anpassen, weil sie den Hund nicht erschrecken wollen.“

Eine Frage des Wesens

Nicht jeder Hund ist zu therapeutischen Zwecken einsetzbar, betont Alfred Mollenhauer. Es gibt bei der Auswahl des Tieres unterschiedliche Aspekte, die berücksichtigt werden sollten. Labradoodle wie Keegan – eine Mischung aus Labrador und Pudel – zählen zu den geeigneten Hunderassen. „Keegans Art und Wesen sind so, dass ich das Gefühl habe, er kann riechen, in welcher Befindlichkeit sein Gegenüber sich momentan

Abgehängt?

befindet“, erzählt sein Herrchen. „Das merke ich besonders, wenn er sich zum Beispiel bei schwer depressiven Menschen dem gedrückten Stimmungsbild anpasst. Dann legt er liebevoll den Kopf in deren Schoss und gibt sich dieser Stimmung ein Stück weit hin. So können sich die Patienten auf ihn einlassen.“

Das Tierwohl immer im Blick

Bei aller Begeisterung hat Alfred Mollenhauer immer das Wohlbefinden seines tierischen Weggefährten im Auge. „Wenn er Reizen oder Verhalten ausgesetzt wäre, die für ihn gefährlich sind, müsste ich ihn schützen“, führt der 67-Jährige näher aus. Er fügt hinzu: „Eine solche Situation gab es bisher noch nicht. Keegan ist allerdings auch von seinem Charakter her so gelassen, dass ihn hektische Situation in der Regel nicht erschrecken oder beeinflussen.“

Genauso wenig wie jeder Vierbeiner als Therapiehund geeignet ist, ist die tiergestützte Begegnung für jeden Patienten geeignet. „Sofern Hundeliebe vorhanden ist, würde ich spontan sagen alle“, antwortet der Fachkrankenpfleger auf die Frage, für welche Diagnosen die tiergestützte Therapie geeignet sei. „Ich würde da auch gerne Abstand davon nehmen, bestimmte Diagnosen an den Einsatz von Keegan koppeln zu wollen. Ich finde es zweitrangig, welche psychische Störung der Mensch hat, sondern mir geht es vorrangig um dessen Befindlichkeit.“ Wie können wir ihn stärken, stützen und begleiten? Das seien die Fragen, die es zunächst zu beantworten gelte, so Alfred Mollenhauer weiter: „Meiner Erfahrung nach leiden die Leute oft genug unter ihrer Diagnose. Sie haben das Gefühl, dass sie darauf reduziert werden. Deswegen empfinde ich es als hilfreich, bei Keegan die Diagnose hinten anzustellen.“

Die kostspielige Ausbildung von Keegan hat sein Herrchen damals aus eigener Tasche finan-

ziert, weil er an die Idee glaubte. Ähnlich unkonventionell hat der 67-Jährige weitere Projekte im Klinikalltag ins Leben gerufen. Bekanntestes Beispiel ist die Klettertherapie, die bereits seit rund 15 Jahren existiert. „Das Klettern ging aus einer kleinen Provokation meinerseits hervor“, erklärt der Fachkrankenpfleger mit einem Grinsen. „Damals beschwerte sich bei der Visite ein Oberarzt, dass die Patienten verwahrt und es keine Angebote geben würde.“ Alfred Mollenhauer, der kürzlich privat das Klettern für sich entdeckt hatte, sagte spontan: „Ich würde mit ihnen ja klettern gehen.“ Damals war er überzeugt, dass die Klinik ihm das aus Sicherheitsgründen niemals genehmigt. Doch es kam anders. Mittlerweile sind bereits 7000 Patienten in den Genuss der Klettertherapie gekommen. „Das Klettern ist etwas ganz Wertvolles, weil es ein Stück weit wieder Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gibt. Aus Angst werden Mut und Selbstvertrauen“, weiß Alfred Mollenhauer. 2014 wurde ein eigener Verein gegründet, der seitdem unter anderem durch den Kauf eines Patienten-Busses die Erlebnistherapie in der Tübinger Psychiatrie unterstützt hat. Der 67-Jährige hierzu: „Angebote wie das Klettern helfen auch dabei, Vorurteile gegenüber der Psychiatrie zu reduzieren. Hier gibt es nach wie vor gesellschaftliche Berührungsängste. Nicht selten wird aus dem Klinikaufenthalt eines Angehörigen eine Kur gemacht.“

Pandemie änderte vieles

Keegan hat bereits vier Dienstjahre auf den Pfoten. Seine Arbeit hat sich mit den Jahren verändert. Vor Corona war Alfred Mollenhauer viel mit den Patienten draußen in der Natur unterwegs und der Hund war mit dabei. Damals konnten alle den Kontakt zum Tier frei wählen, selbst gestalten und dosieren. Gemeinsame Erlebnisse wie Grillen oder Schnweewanderun-

gen sorgten für Ablenkung im Klinikalltag und halfen beim gegenseitigen Vertrauensaufbau. „Die Pandemie bedeutete massive Einschnitte in nahezu allen Aspekten unserer Arbeit“, blickt Alfred Mollenhauer zurück. „Besonders aber für die Erlebnistherapie. Es gab ja eine Zeit, da durfte man als Gruppe gar nicht zusammen im Patienten-Bus fahren oder überhaupt keine Aktivitäten veranstalten.“



(Meistens) ein Herz und eine Seele: Leila (links) und Keegan (rechts).

Foto: Jaschke

Seit dieser Zeit nimmt er Keegan gezielter mit auf die Station. Heute sei es auch so, dass er oft direkt gefragt wird, wann der Hund das nächste Mal mitkomme, sagt der 67-Jährige lächelnd. Manchmal kann es auch sein, dass er in der Nähe der Klinik ist, und spontan mit Keegan vorbeikommt, um eine Portion gute Laune zu verbreiten. Dann ist bei Patienten und Kollegen die Freude groß.

„Während der Pandemie wurde sehr deutlich, wie wichtig die Beziehungsgestaltung für alle Beteiligten ist“, berichtet Alfred Mollenhauer. „Der Abstand zueinander erschwerte den Vertrauensaufbau auf ganzer Linie.“

Mittlerweile sei auf der Station wieder mehr Leben zu spüren, dennoch gelte es nach wie vor viel Aufbauarbeit zu leisten, so der Fachkrankenpfleger weiter. „Unser alter Pioniergeist im Team ist langsam wieder zu spüren, daher blicke ich positiv in die Zukunft“, erzählt er zum Abschied lächelnd. <

Kinder früh für Barrieren sensibilisieren

Sommerferien-Aktion „Auf heißen Reifen“ vor dem Aus?

Von Birgit Jaschke

Warum sind die „Heißen Reifen“ wichtig für das Sommerferienprogramm? Wie geht es mit der beliebten Aktion weiter? Darüber hat HANDELN & HELFEN mit Brigitte Duffner gesprochen. Sie ist beim CeBeeF (Club für Behinderte und ihre Freunde) und im Vorstand des SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. engagiert. Aktuell ist der CeeBeeF auf der Suche nach einer Nachfolge für das Ferien-Angebot. „Bei den ‚heißen Reifen‘ lernen die Kids auf spielerische Weise, was es bedeutet, im Rollstuhl unterwegs zu sein und welche Barrieren einem im Alltag begegnen“, erklärt die 57-Jährige.

Mit Spaß bei der Sache

Der CeBeeF bietet sein Angebot für Heranwachsende bereits seit vielen Jahren an. Bisher gab es in der Regel drei separate Termine im August.

„Zunächst haben wir uns mit den Kindern für eine Kennenlernrunde getroffen“, beschreibt Brigitte Duffner den Ablauf bei den „heißen Reifen“. „Wir vom jeweiligen Team haben über das Leben mit Behinderung gesprochen und die Kids konnten uns Fragen dazu stellen und von ihren Erfahrungen erzählen.“ Danach machte sich die Gruppe auf den Weg zu Nusser & Schaal. Das Sanitätshaus stellte leihweise Rollstühle zur Verfügung. Zunächst gab es eine Einführung, wie man von der Stelle kommt und wie sich der Rollstuhl lenken lässt. Meistens konnten es die Heranwachsenden kaum abwarten, mit dem Rollstuhl das Altstadtpflaster unsicher zu machen. „Der Geschicklichkeitssparcours im alten Botanischen Garten und die kurzen Wettrennen zwischendurch haben den Kids meist besonders gut gefallen“, erinnert sich Brigitte Duffner.

„Bei allem Spaß ging es auch immer darum, dass sie Barrieren und deren Bedeutung kennenlernen“, so die Rollstuhlfahrerin weiter. Das passierte zum Beispiel bei einer Schnitzeljagd. Die Kinder suchten Geschäfte und Orte auf und testeten deren Rollstuhl-Zugänglichkeit. Als Erinnerung an ihre Altstadt-Erkundung bekamen die Kinder eine Urkunde mit nach Hause.

Selbstverständlich miteinander

Brigitte Duffner blickt auf ihre Einsätze zurück: „Das Tolle ist, Kinder haben in der Regel keine Berührungängste beim Thema Behinderung. Ich wünsche mir, dass wir ein Stück weit auch die Eltern erreichen, wenn ihr Nachwuchs zu Hause von seinen Erlebnissen erzählt.“

„Auf heißen Reifen“ ist ein gutes Beispiel für das, wofür sich der CeBeeF seit vielen Jahren stark macht, ein selbstverständliches Zusammenleben von Menschen mit und ohne Behinderung. Von 1973 bis 2009 existierte der CeBeeF als eingetragener Verein. Anschließend schlüpfte man als Arbeitsbereich unter das Dach des SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. Dort ist der CeBeeF weiterhin als eigene Initiative unterwegs und veranstaltete in der Vergangenheit zum Beispiel Tagesausflüge sowie einen regelmäßigen Stammtisch.

„Die heißen Reifen sind für mich eine Herzenssache“, schildert



Vorstandsfrau Brigitte Duffner

Foto: privat

Brigitte Duffner. Sie fährt fort: „Nach vielen Jahren spüre ich jedoch, dass es für mich an der Zeit ist, die Aufgabe weiterzugeben. Deswegen suchen wir nach einer Nachfolge.“

Aufruf zum Mitmachen

In der Vergangenheit fand die Aktion an drei Tagen im August statt. Diesen Sommer gibt es einen Termin am 8. August. Eine Anmeldung ist online über <https://www.tuebingen.de/ferienangebote/> möglich. Es wäre schade, wenn die Aktion im nächsten Jahr nicht mehr angeboten werden könnte. Daher werden Menschen gesucht, die sich vorstellen können, die „heißen Reifen“ in Zukunft zu begleiten. Interessierte sind herzlich willkommen! <



Club für Behinderte und ihre Freunde
im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.
Europaplatz 3
72072 Tübingen

Tel.: 0 70 71 / 15 15 69

E-Mail: cebeef@tuebingen-barrierefrei.de

Unabhängig beraten, selbstbestimmt teilhaben

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung wieder am Start

Von Elvira Martin

Unter dem Motto „Eine für alle“ unterstützt und berät die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®) kostenlos, unabhängig und individuell alle Menschen mit einer Behinderung, von Behinderung bedrohte, chronisch Kranke sowie Angehörige und Interessierte zu allen Fragen der Rehabilitation, Teilhabe und Inklusion. Ziel ist es, Wege und Möglichkeiten zu zeigen und zu ermutigen, selbstbestimmte Wege zu gehen. Bundesweit wurde seit Anfang 2018 ein Netz von etwa 500 Beratungsstellen aufgebaut.

Nach fünf Jahren kam es nun im Landkreis Tübingen zu einem Trägerwechsel. Neuer Träger der EUTB-Stelle im Landkreis Tübingen ist seit 1.1.2023 PRO RETINA Deutschland e.V.. Es handelt sich dabei um eine bundesweit tätige Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Netzhautdegenerationen mit rund 7.000 Mitgliedern in mehr als 55 Regionalgruppen. Im Beratungsteam der Tübinger EUTB-Stelle arbeiten Marc-Oliver Klett und Anne Engel.

Rechtliche Beratung und Begleitung im Widerspruchs- und Klageverfahren können die EUTB-Beratungsstellen nicht leisten. Sie unterstützen jedoch gerne dabei, mögliche Ansprechstellen zu finden. Das Beratungsangebot der EUTB-Stellen ist Teil der Umsetzung des neuen Bundesteilhabegesetzes (BTHG). Es geht zurück auf eine jahrzehntealte Forderung von Verbänden behinderter Menschen nach Beratung, die unabhängig von Leistungsträgern und Leistungserbringern erfolgt. Die Beratung soll dabei von Betroffenen für Betroffene erfolgen (peer counseling).

Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) fördert auf Grundlage des §32 SGB IX (Sozialgesetzbuch IX) die Arbeit der EUTB in Deutschland. <

Kurzinterview mit Marc-Oliver Klett

Standort-Koordinator EUTB Tübingen



Marc-Oliver Klett

Foto: privat

Wer kann sich an Sie wenden?

Alle Menschen, die Fragen und Anliegen zu Rehabilitation und Teilhabe haben, ebenso deren Angehörige.

Zu welchen Themen beraten Sie?

Da gibt es eine große Vielfalt: Persönliches Budget, medizinische und berufliche Rehabilitation, Schule, Ausbildung, Studium, Beruf, Umgang mit Behörden, Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleiche, häusliches Leben, Freizeit, Mobilität, Leistungen der Eingliederungshilfe, Umgang mit eigener Behinderung, Beratung in Krisen. Wir informieren auch über Selbsthilfeangebote und andere Beratungsstellen.

Wie beraten Sie?

Wir beraten unabhängig von Trägern, die Leistungen bezahlen oder erbringen. Wir beraten auf „Augenhöhe“ und mit dem Ziel, dass die Ratsuchenden selbstbestimmte Entscheidungen treffen können. Wir unterstützen und begleiten umfassend bei Antragstellungen. Unsere Beratung ist kostenlos und vertraulich.



Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) im Landkreis Tübingen

Hechinger Str. 94, 72072 Tübingen
Tel.: 07071 / 98 98 398,

Telefonische Erreichbarkeit Mo - Fr 9 – 14 Uhr



Ansprechpersonen sind

Marc-Oliver Klett: 0151 / 720 88 727

Anne Engel: 0151 / 720 60 441

E-Mail: Tuebingen.eutb@pro-retina.de

Weitere Beratungsräume:

Dienstag und Donnerstag 14 – 16 Uhr (beim SOZIALFORUM TÜBINGEN e. V. / im 2. OG im hinteren Teil der „Schülerhilfe“ Europaplatz 3, 72072 Tübingen)

Alle Beratungsräume sind barrierefrei.

Mehr Information unter

<https://www.teilhabeberatung.de/beratung/eutb-pro-retina-tuebingen>
und www.teilhabeberatung.de

Sport ist gesund, macht Spaß und macht stark!

Aktionstag 5. Mai 2023: Inklusion durch Sport



Adrian Wendt (Mitte) berichtet über „Schwimmen für alle Kinder“.

Foto: Jaschke

Von Elvira Martin

Am 5. Mai 2023 war nachmittags auf dem Tübinger Marktplatz einiges los. Ab 16 Uhr lud ein Bündnis verschiedener Veranstalter zu einer Kundgebung zum Aktionstag zur Gleichstellung behinderter Menschen. Unter dem Motto „Fit für die Zukunft: Mehr Sport für alle – inklusiv und barrierefrei“ gab es Informationen, Redebeiträge, Musik mit DJ Benny sowie Mitmach-Angebote.

Nachhaltig inklusiv

Die Universitätsstadt Tübingen hat vor einem Jahr den neuen „Aktionsplan 2022: Tübingen inklusiv und barrierefrei“ verabschiedet. Im Handlungsfeld 10 „Sport für alle“ sind darin zahlreiche Ziele und Maßnahmen genannt, damit in Tübingen Inklusion und Teilhabe an Sport weiter nachhaltig vorankommt. Außerdem ist Tübingen dieses Jahr im Juni auch Host Town (Gastgeber-Stadt) der Special Olympics in Berlin für einen vier-tägigen Besuch der Delegation aus Botswana. Die Kundgebung verband beides mit dem Ziel, wirksam in Gegenwart der Öffentlichkeit nachhaltige inklusive und barrierefreie Zugänge zu

Sportangeboten in Tübingen einzufordern. Einführend gaben Uwe Seid und Tobias Stäbler als Vertreter der Stadt Tübingen Einblicke in das Handlungsfeld „Sport für alle“ des Aktionsplans und die niederschweligen Zugänge für Menschen mit geringem Einkommen und Schwerbehinderung sowie Informationen zu dem Besuch der Delegation aus Botswana in Tübingen anlässlich der Special Olympics World Games in Berlin. Das weitere Programm der Kundgebung zeigte auf, wo barrierefreie Teilnahme an Sportaktivitäten bereits möglich ist und wo es auf der anderen Seite noch Barrieren gibt. Zu Wort kamen dabei die „Kletter-Schlümpfe“ des Deutschen Alpenvereins Tübingen, „Schwimmen für alle Kinder“ sowie die inklusiven Fußball-Kids aus dem Tübinger Stadtteil Bühl.

O-Töne aus der Praxis

In kurzen Statements berichteten sie von ihren Erfahrungen und davon, welche Unterstützung es gibt, welche Barrieren noch bestehen. Verantwortliche aus den Sportvereinen und Sportangeboten berichteten, wie sie die Angebote auf den Weg

gebracht haben, was geholfen und was unterstützt hat und was sie brauchen, damit es gut gelingt. Patricia Garea von der Fachstelle Inklusion und Sport informierte über das Unterstützungsangebot der Fachstelle. Und schließlich bekam Norbert Moosburger als Vertreter des Stadtverbandes für Sport Tübingen e.V. eine Liste von Wünschen und Ideen für Inklusion im Sport in den Vereinen überreicht. Diese wird auf der Mitgliederversammlung des Stadtverbandes im Juli vorgestellt, diskutiert und in die Umsetzung gebracht werden, unter anderem mit diesen Impulsen:

- den Aktionsplan umsetzen
- Best-Practice-Beispiele nutzen – wie wird ein Infolfluss dazu im Stadtverband für Sport aufgebaut und sichergestellt?
- Aufbau eines Netzwerks interessierter Vereine zum Austausch mit der Fachstelle Inklusion durch Sport mit dem Ziel
- Unified Sports aufbauen/gemeinsam Sport machen
- Jugendarbeit als Motor nutzen
- inklusive Sportangebote für Kinder und Jugendliche zu Ferienzeiten
- Nicht verengen auf Wettkampfsport: Breitensport – Sport für alle
- Voraussetzungslosigkeit für Sportteilnahme sicherstellen und niederschwellige Zugänge ermöglichen.

Immer wieder hieß es bei allen Beiträgen: Sport ist gesund – Sport macht Spaß – Sport macht stark!

Infos und Mitmachen

Ergänzt wurde die Kundgebung durch einen Tisch mit Info-Mate-

Leben mit Behinderung

rialien zum Thema und einen Stand von adis e.V. – Antidiskriminierung – Empowerment – Praxisentwicklung.

Zum sportlichen Mitmachen wurden vor Ort eine Torwand, eine Tischtennisplatte, Boccia und ein Netz-Ball-Spiel rege ausprobiert. Gemeinsames Tanzen zu fetziger Musik, aufgelegt von DJ Benny, stimmte auf das Ausprobieren dieser Sportangebote ein. Die Veranstaltung wurde in Deutsche Gebärdensprache übersetzt. Etwa 80 Teilnehmende und zahlreiche weitere Passantinnen und Passanten lauschten der Kundgebung und beteiligten sich an den Sportangeboten. Die Kundgebung federführend organisiert haben der Arbeitsbereich FORUM & Fachstelle INKLU-

SION des SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V. in Kooperation mit Habila – Regionaler Wohnverbund Tübingen, der Lebenshilfe e.V. Tübingen und der Universitätsstadt Tübingen. Gefördert wurde die Kundgebung von der AKTION Mensch.

Von AKTION Mensch gefördert

Die Kundgebung war Teil der Kampagne, die von der AKTION Mensch im Zeitraum vom 22.4. bis 7.5.2023 gefördert wurde. Mit dem europäischen Aktionstag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung machen seit mehr als 30 Jahren Verbände sowie Selbsthilfe- und Selbstvertretungsorganisationen behinderter Menschen rund um den 5. Mai überall in Deutschland mit



Podiumsdiskussionen, Informationsgesprächen, Demonstrationen und anderen Aktionen auf fehlende Barrierefreiheit und Teilhabe in allen gesellschaftlichen Bereichen aufmerksam. Barrierefreiheit ist im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention die Voraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben von Menschen mit Behinderung und die gleichberechtigte Teilhabe im Alltag, an gesellschaftlichen und politischen Entwicklungen. Barrierefreiheit ist ein Beitrag zur Zukunftsfähigkeit <

Link zur Fachstelle Inklusion durch Sport:

<https://www.habila.de/freizeit-teilhabe/fachstelle-inklusion-durch-sport/>

Link zu Kultur und Bildung barrierefrei:

<https://www.tuebingen.de/21131.html#/21145/25787>



Textöffner®
einfach leicht verstehen

Büro für Leichte Sprache

Texte
in Leichter Sprache und
in Einfacher Sprache

Beratung
zu barrierefreier
Kommunikation

Seminare
für Leichte Sprache und
für Einfache Sprache



Textöffner® | Hechinger Straße 94 | 72072 Tübingen
Tel: 07071 708 402 0 | info@leicht-verstehen.de

   Textoeffner | www.leicht-verstehen.de

Anzeige

Antidiskriminierung

Infos in Gebärdensprache



Von Elvira Martin

Welche Benachteiligungen erfahren Menschen mit Behinderungen? Sind Unternehmen verpflichtet, Menschen mit Behinderungen einzustellen und was bedeutet eigentlich Barrierefreiheit? Antworten auf diese Fragen gibt es nun von der Antidiskriminierungsstelle des Bundes in Deutscher Gebärdensprache unter folgendem Link:

https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/service/Gebaerdensprache/gebaerdensprache_node.html <

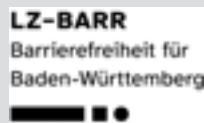
Landeskompetenzzentrum Barrierefreiheit

Neue Anlaufstelle in Baden-Württemberg bietet Beratung

Von Elvira Martin

Das neue Landeskompetenzzentrum Barrierefreiheit (LZ-BARR) berät in Baden-Württemberg sehr vielseitig: Landesbehörden, öffentliche Verwaltungen, Landkreise, Städte und Kommunen sowie freie gemeinnützige Einrichtungen und Organisationen. Derzeit bietet das LZ-BARR Beratung in den Bereichen Bauen öffentlicher Gebäude, öffentlicher Raum, Verkehr und öffentlicher Personennahverkehr sowie Unterstützung beim Thema Leichte Sprache an.

Eine weitere wichtige Aufgabe des LZ-BARR besteht darin, Konflikte im Zusammenhang mit Barrierefreiheit zu schlichten. An die neu eingerichtete Schlichtungsstelle können sich Menschen mit Behinderungen wenden, die in Baden-Württemberg leben und die bei einer öffentlichen Stelle wie zum Beispiel



Kontakt und weitere Informationen:

Landeszentrum Barrierefreiheit
Else-Josenhans-Straße 6
70173 Stuttgart

Tel.: 0711 / 123-3636 / **E-Mail:** post@barrierefreiheit.bwl.de

Internet: <https://barrierefreiheit-bw.de/>, auch mit Informationen in Leichter Sprache und Gebärdensprache

Gemeinden, Ämtern oder Gerichten auf ein Zugangshindernis gestoßen sind. Das können zum Beispiel Hindernisse in einem Gebäude oder auf der Homepage einer Behörde sein. Auch anerkannte Verbände und deren baden-württembergische Landesverbände können die Schlichtung nutzen. Die Schlichtungsstelle des LZ-BARR sucht gemeinsam mit den Beteiligten nach einer Lösung, um vorhandene Barrieren zu beseitigen.

Beim LZ-BARR arbeiten Menschen aus unterschiedlichen Fachrichtungen zusammen: Architektur, Informationstechnik und Digitales, Schlichtung und rechtliche Grundsatzfragen, Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit. Das interdisziplinäre Team unter Leitung von Susan Pusunc-Meier begleitet und unterstützt kompetent Anfragen zur Umsetzung von Barrierefreiheit. Die Leistungen des Landeszentrums Barrierefreiheit sind kostenfrei. <

Erklär-Filme bei Weibernetz e.V.

Themen: Gewaltschutz, gynäkologische Versorgung und Armut

Von Elvira Martin

Die Politische Interessenvertretung behinderter Frauen im Weibernetz hat Ende 2022 drei animierte Erklär-Filme veröffent-

licht. Die Filme gibt es jeweils in drei Versionen, in Lautsprache, mit Audiodeskription sowie mit Untertiteln und in Gebärdensprache:



Eine umfassende Gewaltschutzstrategie jetzt!

Alex ist genervt. Sie hat schon als Mädchen mit anderen vor dem Bundestag demonstriert und eine Gewaltschutzstrategie gefordert. Heute ist sie erwachsen und die umfassende Strategie gibt es immer noch nicht ... Anschauen unter: <https://www.weibernetz.de/svg/animationsfilm-gewaltschutzstrategie.html>

Gynäkologische Versorgung für Alle!

Die Menschen können auf den Mars fliegen, aber barrierefreie gynäkologische Praxen bekommen sie nicht hin. Das Erklimmen eines gynäkologischen Stuhls gleicht einer Mount-Everest-Besteigung ... Anschauen unter: <https://www.weibernetz.de/gynv/animationsfilm-gynaekologische-versorgung-fuer-alle.html>

Armut in einem der reichsten Länder der Welt?!

Tatjana ist frustriert. Sie ist eine der vielen Frauen mit Beeinträchtigungen, die unterhalb der Armutsgrenze leben. Trotz ähnlicher beruflicher Qualifikation bekommt bei Bewerbungen immer ein männlicher Mitbewerber den Job, egal, ob er ebenfalls im Rollstuhl sitzt oder nicht ... Anschauen unter: <https://www.weibernetz.de/qlbth/neuer-animationsfilm-armut-in-einem-der-reichsten-laender-der-welt-2.html>

10 Jahre Patientenrechtegesetz

„Das Leitbild ist die Partnerschaft“

Von Peter Häußer

Das war die Überschrift über dem Zeitungsbericht, als Ende Mai 2013 der damalige Bundespatientenbeauftragte Wolfgang Zöllner auch nach Tübingen kam, um das neue Gesetz vorzustellen. Ärzte waren gekommen, die nachher sagten, der Vortrag habe ihnen "so manche Besorgnis nehmen können". Gleichzeitig aber mussten sie hören, dass manche ihrer Pflichten, die sie kritisierten, gar nicht neu waren, sondern nur jetzt im Gesetz zusammengefasst wurden. Die Patientenvertreter dagegen beklagten, dass das Gesetz so wenig Neues enthielt. Selbst unter dem Druck, nach 20 Jahren Beratung noch vor Ende der Legislaturperiode das Gesetz zu verabschieden, war man in einer der wichtigsten Forderungen nicht zu einem Ergebnis gekommen. Es ging um den sogenannten Härtefallfonds, den nicht nur die Patientenverbände, sondern auch die Bundesländer und der Patientenbeauftragte gefordert hatten. Er sollte die Patienten unterstützen, die durch die Behandlung einen Schaden erlitten haben, der aber nicht oder erst nach langen Gerichtsverfahren von der Haftpflicht der Ärzte oder der Klinik übernommen wird.

Es gibt noch viel zu tun

Jetzt nach 10 Jahren sind sich alle Beteiligten darin einig, dass die Rechte der Patienten immer noch zu wenig bekannt sind. Zum Beispiel das Recht auf Einsicht in die Patientenakte, oder das Recht auf eine Zweitmeinung in bestimmten Fällen oder dass die Krankenkassen ihren Mitgliedern helfen müssen, wenn sie den Verdacht auf einen Behandlungsfehler haben.

Die Pflicht der Ärzte, rechtzeitig und verständlich aufzuklären - auch über die Risiken und Alter-



Kontakt:

Unabhängige Patientenberatung Tübingen e.V.
Europaplatz 3 / 72072 Tübingen
Tel.: 0 70 71 / 25 44 36

E-Mail: patientenberatung-tue@gmx.de

Internet: www.patientenberatung-tuebingen.de

Sprechzeiten: Montag 16 bis 19 Uhr, Donnerstag 10 bis 13 Uhr

nativen der Behandlung, die sie vorschlagen – hat nach unseren Erfahrungen zu Verbesserungen geführt. Die Verpflichtung der Kliniken zu einem „patientenorientierten Beschwerdemanagement“ ist leider noch lange nicht in allen Kliniken verwirklicht. Vielleicht könnten hier Sanktionen weiterhelfen.

Im Falle eines Fehlers?

Umstritten ist auch die Frage: Wenn ein Fehler, ein sogenanntes „unerwünschtes Ereignis“, passiert, muss dann der behandelnde Arzt oder der Arzt, der den Fehler bemerkt, den Patienten beziehungsweise dessen Angehörige von sich aus darüber informieren oder nur, wenn er danach gefragt wird?

In den vergangenen 10 Jahren sind natürlich auch neue Probleme und Fragestellungen entstanden, auf die das Patientenrechtegesetz reagieren muss. Die Pandemie hat zum Beispiel viele Fragen zum Thema Sicherheit aufgeworfen. Und das betrifft alle, Patienten und ihre Angehörigen, Ärzte und das Pflegepersonal, die Menschen im Labor oder an den diagnostischen Geräten, die Reinigungskräfte und die Ehrenamtlichen. Deshalb wird das PatientenForum im September 2023 in einer Veranstaltung dem Thema nachgehen: Was tut die Klinik für die Sicherheit? Was können die Patienten zur Sicherheit beitragen? „Wie sicher sind meine Krank-

heitsdaten gegen Missbrauch geschützt?“ Das ist eine der ersten Fragen, wenn das Stichwort „Digitalisierung“ fällt. Das ist verständlich, erst recht, wenn die lange angekündigte Einführung der elektronischen Akte und des elektronischen Rezepts im kommenden Jahr realisiert wird. Können die ärztliche Schweigepflicht und das Patientengeheimnis darunter leiden? Kann ich bestimmen, wer zu welchen Daten Zugang bekommt? Welche Daten braucht zum Beispiel mein Zahnarzt? Habe ich Nachteile, wenn ich keine elektronische Akte will, weil ich mir den Umgang damit nicht zutraue?

Wir wollen noch im Spätherbst 2023 eine Möglichkeit schaffen, diese Fragen an Experten zu stellen, um besser abwägen zu können: Sind die Vorteile größer als die Nachteile? Kommen wir dadurch dem Leitbild „Partnerschaft“ näher? Was muss getan werden, dass nicht wieder die ohnehin Privilegierten davon profitieren, während es für den Rest schwieriger wird, die Möglichkeiten unseres Gesundheitssystems zu nutzen? <

Unter <https://www.bagp.de/informationen/info> ist die Broschüre „Patientenrechte – Ärztepfllichten“ der BundesArbeitsgemeinschaft der Patient* erhältlich. In gedruckter Form kann das Heft gegen eine Schutzgebühr von 4 Euro plus Porto bestellt werden.



Kontaktstelle für Selbsthilfe im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.

Barbara Herzog

Tel.: 0 70 71 / 3 83 63

E-Mail: herzog@sozialforum-tuebingen.de

Sprechzeiten: Montag und Dienstag 9 bis 12 Uhr, Donnerstag 17 bis 19 Uhr

Internet: sozialforum-tuebingen.de / Instagram: [selbsthilfe.sozialforum.tue](https://www.instagram.com/selbsthilfe.sozialforum.tue)

Facebook: Sozialforum Tübingen e.V., Selbsthilfe-Kontaktstelle

Einzelpersonen suchen Gleichgesinnte

- | | | |
|---|-----------------------------------|--|
| ■ Angehörige transsexueller Heranwachsender | ■ Muskeldystrophie | ■ Sexuelle Gewalt gegen Menschen mit Behinderung |
| ■ Heimverschickungs-Kinder | ■ Pathologischer Medienmissbrauch | ■ Schilddrüsen-Erkrankungen |
| ■ COPD | ■ Rheumatische Erkrankungen | ■ Umtrainierte Linkshänder |

Folgende Gruppen freuen sich über neue / weitere Gesichter

Sofern nicht anders angegeben, läuft der Erstkontakt über die Kontaktstelle für Selbsthilfe (siehe Kasten oben).

■ **ADHS** – Die Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung bringt für die Betroffenen oft viele Herausforderungen mit sich. Bei den monatlichen Treffen tauschen sie sich über ihre Erfahrungen aus und unterstützen sich gegenseitig.

■ **Bipolar** – In der Gruppe kommen Betroffene aus dem Raum Tübingen-Reutlingen zusammen, um über ihren Umgang mit der Erkrankung zu sprechen. Die Treffen finden in Wannweil statt. Kontakt: Annemarie 0178 / 1 98 26 55

■ **Entfremdete Eltern** – Um Selbsthilfe und Austausch bei Eltern-Kind-Entfremdung geht es jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat. Kontakt: Sylvia 0151 / 10 59 70 62

■ **FAKT** – „Familien anfallskranker Kinder Tübingen“ ist eine Gruppe von und für Eltern, deren Kinder an Epilepsie erkrankt sind. Die Treffen finden am letzten Freitag im Monat statt und vermitteln: Wir sind nicht allein. Kontakt: Stefanie Obermeier 0171 / 3151338

■ **Osteoporose** – Bei der Erkrankung, welche auch als Knochenschwund bezeichnet wird, werden die Knochen porös und brechen leicht. Über ihr Leben

und ihre Erfahrungen sprechen erwachsene Betroffene bei den monatlichen Treffen im SOZIALFORUM TÜBINGEN e.V.

■ **Rückenverletzungen** – Die Gruppe „Humor stärkt den Rücken“ ist für Menschen mit Erkrankungen des Rückgrats gedacht. Bei den Treffen darf – wie es der Name vermuten lässt – auch gelacht werden. Kontakt: fratzke@t-online.de.

■ **Unerfüllter Kinderwunsch** – Die regelmäßigen Treffen finden nach vorheriger Vereinbarung im Abstand von etwa 6 Wochen statt. Im Vordergrund steht der Austausch von Erfahrungen und Informationen sowie die gegenseitige Unterstützung. <

Vorschau

Die nächste Ausgabe HANDELN & HELFEN erscheint Ende November 2023. Im Mittelpunkt wird voraussichtlich das Thema „Verständigung“ stehen.

Haben Sie selbst Erfahrungen mit Selbsthilfegruppen oder sind Sie selbst von einem Problem betroffen, zu dem Sie Gleichgesinnte suchen? Oder möchten Sie Ihre Gruppe in HANDELN & HELFEN vorstellen?

Dann wenden Sie sich möglichst bald mit Ihren Wünschen, Anregungen und Ideen an die Redaktion von HANDELN & HELFEN.

Kontakt: Birgit Jaschke

Tel.: 0 70 71 / 2 56 59 65 oder E-Mail: redaktion@sozialforum-tuebingen.de

Selbsthilfegruppen in der Region Tübingen

Zu folgenden Themen oder Erkrankungen gibt es aktive Selbsthilfegruppen und Kontaktpersonen für betroffene Menschen, Angehörige und Ansprechpersonen. Wenn Sie Kontakt zu einer Gruppe oder Beratung wünschen, besuchen Sie www.sozialforum-tuebingen.de oder wenden Sie sich an die Kontaktstelle für Selbsthilfe: Barbara Herzog, Tel.: 0 70 71 / 3 83 63, E-Mail: herzog@sozialforum-tuebingen.de

ACA Adult Children Anonymous

ADHS

AIDS

Aktivgruppe für seelisch erkrankte Menschen

Alkohol

Alleinerziehende

Allergien

Alzheimer

Angehörigengruppen

Angst

Anxiety and depression

Aphasie

Arbeitssucht

Autismus

Behinderte Menschen

Beziehungsprobleme

Bipolar

Blutsystemerkrankungen

Borderline

Chromosomal Geschädigte

Chronische Schmerzen

Cochlea Implantat

Demenz

Depression

Diabetes

Drogenabhängigkeit

Dystonie

Emotionale Gesundheit

Endometriose

Entfremdete Eltern

Epilepsie

Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern und Erzieher (EKS)

Ess-Störungen

FAKT - Familien anfallskranker Kinder Tübingen

Fibromyalgie

Frühgeborene

Gesunde Selbstannahme

Hämophilie

Herzranke

Hochbegabung

Hochsensibilität

Hörgeschädigte

Inkontinenz

Interkultureller Frauentreff

Junge Selbsthilfe

Junge Menschen mit Depression

Kehlkopflose

Kontrolliertes Trinken

Körperbehinderte Menschen

Krebserkrankungen

Künstlicher Darm-/ Harnausgang

Lebererkrankungen

Leukämie

Lymphom

Männer

Mastzellaktivierungssyndrom

Medikamentenabhängigkeit

Messie-Syndrom

Morbus Bechterew

Mukoviszidose

Multiples Myelom

Multiple Sklerose

Muskelerkrankungen

Nahrungsmittelintoleranz

Narzisstischer Missbrauch

Nebenwirkung Corona-Impfung

Neurologische Erkrankungen

Osteogenesis imperfecta

Osteoporose

Overeaters Anonymous

Parkinson

Persönlichkeitsstörungen

Post-Covid

Post-Polio-Syndrom

Post-Vakzin-Syndrom Covid

Psychische Erkrankungen

Psychose-Erfahrene

Psychosomatische Erkrankungen

Rheuma

Rückenmarksverletzung

Säuglingstod

Schlaganfall

Schnarchen

Sehgeschädigte

Sex- und Liebessucht

Sexueller Missbrauch

Sklerodermie

Spina Bifida

Sternenkinder

Stotterer

Suchterkrankungen

Tinnitus

Trauer

Trauma

Uveitis

Überwindung dysfunktionaler Familienstrukturen

Unerfüllter Kinderwunsch

Workaholic

Zöliakie/Sprue

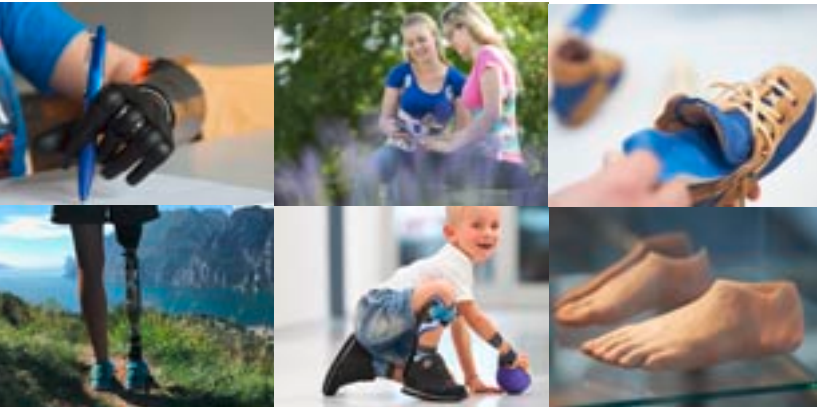
Zwang

Brillinger Orthopädie

Handwerker-Park 25 | 72070 Tübingen
Tel. 07071 4104-0

Wir können helfen!

Orthopädie- und Schuhtechnik



Prothesen, Orthesen,
Maßeinlagen, orthopädische Schuhe,
Silikontechnik.

Rehatechnik

Sanitätsfachhandel



Homecare

In der täglichen Versorgung pflegebedürftiger Menschen werden eine Reihe von Pflegehilfsmitteln und Alltagshilfen benötigt. Wir möchten Ihnen die Pflege erleichtern.

**Wir beraten Sie gerne
- zuhause oder in
unseren Filialen.**




Bauen Sie Ihren Vorsprung aus.



Setzen Sie in der Technik neue Maßstäbe. Mit Werkzeugen, die in der Zerspanung weit über den Standard hinausgehen. Wir stecken in jede Innovation die gesamte Erfahrung und das ganze Wissen unserer Ingenieurskunst – damit Sie Ihren Erfolg und Ihren Vorsprung auch weiterhin konstant ausbauen.

walter-tools.com

 **WALTER**
Engineering Kompetenz