

# wir

DIE ZEITUNG VON MENSCHEN  
MIT UND OHNE BEHINDERUNGEN

# mittendrin



## Ganz normal

**Darf ich mich vorstellen? Ich bin Sebastian Urbanski, 43 Jahre alt, Schauspieler am integrativen Theater RambaZamba in Berlin. Ich liebe meinen Beruf, er ist einfach mein Leben. Und das genieße ich sehr, ganz egal, ob auf der Bühne oder vor der Kamera, ob im Synchronstudio oder am Klavier. In Berlin bin ich geboren und groß geworden. Hier leben meine Familie, meine Freundin, hier sind auch meine Freunde und Kollegen zu Hause.**

Ich fühle mich in dieser Stadt richtig wohl, sie ist spannend, manchmal sehr laut und stressig. Aber sie gibt mir viele Möglichkeiten,

nicht nur in meinem Theater, sondern auch in der Politik. Es ist für mich ganz wichtig, dass ich in Berlin Politiker und viele andere Menschen treffen kann, die etwas dafür tun, dass alle ein gutes Leben haben – egal, ob mit oder ohne Behinderungen. Dafür trete ich ganz entschieden ein. Darum bin ich in den Bundesvorstand der Lebenshilfe berufen worden, als erster Mensch mit Trisomie 21. Darauf bin ich stolz, aber ich finde es auch ganz normal.

Stefan Urbanski, Schauspieler, Synchronsprecher und Musiker, lebt in Berlin

3

### SCHWERPUNKT

## Nein, es ist keine Krankheit!

Was ist das Down-Syndrom? Im Schwerpunkt dreht sich alles um dieses Thema. Menschen mit Down-Syndrom kommen mit Themen zu Wort, die sie beschäftigen.

2

### BUCH

## Bewegte Geschichte(n)

Menschen mit Behinderungen haben was zu sagen. Oder besser zu schreiben. Ihr Buch zeigt ihre Sorgen und Probleme, aber auch ihre sehnlichen Wünsche und großen Visionen.

5

### GLEICHSTELLUNG

## Ziel: inklusives Europa

Rund um den 5. Mai ist europaweiter Protesttag für die Belange von Menschen mit Behinderungen. Jürgen Dusel, Beauftragter der Bundesregierung zur Zielsetzung.

6

### BEGABUNGEN

## Begnadeter Baumeister

Pascal Grenzer baut selbst und von Hand Modelle und Objekte aus Materialien, die niemand mehr benötigt. Seine preiswürdigen Kunstwerke zeigen detailgetreu unsere Welt.

11

## SCHWERPUNKT: DOWN-SYNDROM

# Was ist das Down-Syndrom?

Menschen mit Down-Syndrom haben 47 Chromosomen und damit ein Chromosom mehr als die meisten Menschen. Das 21. Chromosom ist dreifach vorhanden, deshalb der Fachbegriff Trisomie 21. Es ist angeboren und keine Krankheit. Geschätzt leben rund 50 000 Menschen mit Down-Syndrom in Deutschland. Bei rund 700 Geburten kommt ein Kind mit Down-Syndrom zur Welt. Die Zunahme pränataler Untersuchungen führt inzwischen bei neun von zehn Paaren zur Entscheidung, die Schwangerschaft

abzubrechen. Der englische Arzt John Langdon-Down hat 1866 zum ersten Mal das Down-Syndrom beschrieben und dafür die Bezeichnung Mongolismus gewählt. Weil dieser Begriff diskriminierend ist, wird er nicht mehr verwendet.

Fast alle Menschen mit Down-Syndrom zeigen Ähnlichkeiten im Aussehen. Häufig haben sie zusätzliche gesundheitliche Einschränkungen wie Hör- und Sehbeeinträchtigungen, Sprachstörungen, Herzfehler oder Störungen im Verdauungstrakt. Sie unterscheiden sich aber stark in

ihrem Aussehen, ihrem Temperament und ihren Fähigkeiten. Jeder und jede ist eine einzigartige Persönlichkeit. Manche Menschen mit Trisomie 21 verfügen über eine fast durchschnittliche Intelligenz, während andere eine schwere geistige Behinderung haben. Einige führen ein selbstständiges Leben mit eigener Wohnung und Berufstätigkeit, andere sind ihr Leben lang auf Betreuung und Unterstützung angewiesen.

Text: Angela Königer,  
Mitarbeiterin Stiftung Liebenau

## Schon gewusst?

Der Amerikaner Chris Nickic, schrieb im November 2020 mit 21 Jahren Geschichte: Der Amateur-Triathlet ist der erste Mann mit Down-Syndrom, der den Ironman schaffte. Das heißt: 3,86 Kilometer Schwimmen, 180,25 Kilometer Radfahren und 42,2 Kilometer Laufen.

## „Wir tun nichts und wollen auch da sein“

Natalie Dedreux, 22 Jahre, setzt sich für Menschen mit Down-Syndrom ein. Nicht nur in ihrem Blog, sondern auch auf politischer Ebene bezieht sie Stellung rund um das Thema. Worum es ihr geht, erläutert sie Ruth Hofmann, Fachdienst Liebenau Teilhabe, im Interview.



Natalie Dedreux und Angela Merkel: Die Aktivistin fand das Gespräch mit der Bundeskanzlerin cool.

**Frau Dedreux, Sie zeigen großen Einsatz für Menschen mit Down-Syndrom. Worum genau geht es Ihnen?**

Mir ist wichtig, dass Menschen mit Down-Syndrom gesehen werden, dass sie zu Wort kommen und ihre Meinung deutlich sagen können.

**Kommen Sie selbst zu Wort?**

Manchmal komm ich zu Wort, aber manchmal auch nicht. Wenn die anderen zu schnell sprechen oder nicht in Leichter Sprache sprechen. Dann komme ich halt nicht immer mit.

**Warum setzen Sie sich dafür ein, dass Krankenkassen den Bluttest von schwangeren Frauen nicht bezahlen?**

Weil die Frauen dann die Menschen mit Down-Syndrom nicht zur Welt bringen, sondern

abtreiben. Das möchte ich nicht, weil wir wichtig für die Welt sind und auch gebraucht werden. Wir gehören zur Welt mit dazu und wir wollen Teilhabe haben.

**Sie haben darüber auch schon mit der Bundeskanzlerin Angela Merkel gesprochen. Wie war das, mit ihr zu reden?**

Das war sehr cool. Das war live im Fernsehen und ich finde es cool, dadurch berühmt zu werden. Das macht Spaß. Ich war ein bisschen aufgeregt, aber es ging. Ich habe dafür auch einen Preis von der Lebenshilfe bekommen, den Bobby-Preis. (Anm. der Red.: Einmal im Jahr verleiht die Lebenshilfe den

Medien-Preis Bobby. Den Preis bekommen Persönlichkeiten, Fernseh-Sendungen oder Filme, weil sie sich für Menschen mit Behinderungen einsetzen.) Es macht Spaß, so bekannt zu sein. Das ist einfach was Besonderes.

**Was, meinen Sie, sollten alle über Menschen mit Down-Syndrom wissen?**

Down-Syndrom ist keine Krankheit. Wir tun nichts und wir wollen auch da sein. Es geht uns gut – mir geht es ja auch gut.

**Was machen Sie so, wenn Sie gerade nicht für Ihre Sache unterwegs sind? Wie verbringen Sie Ihre freie Zeit?**

Wir befinden uns in der Corona-Krise im Moment. Da ist natürlich vieles anders. Für Menschen mit Down-Syndrom kämpfen geht da auch nicht mehr. Ich bin viel zuhause. Ich bin jetzt im Home-Office. In der Freizeit habe ich auch mit meinen Freunden zu tun. Manchmal treffen wir uns. Dann unterhalten wir uns. Sonst schaue ich auch Filme oder höre Musik – Karnevalsmusik höre ich ganz gern.

**Wie leben Sie? Haben Sie eine eigene Wohnung oder wohnen Sie mit anderen zusammen?**

Ich habe eine Wohnung. Das ist eine inklusive Wohngemeinschaft, eine WG. Da sind zwei Studenten und zwei Leute mit Down-Syndrom. Das klappt eigentlich gut. Die Studenten helfen mir bei einem selbstständigen Leben – und auch beim Kochen. Ich wollte einfach weg von den Eltern, erwachsen werden. Ich bin 22.

**Was sind zurzeit Ihre Pläne?**

Mein Plan ist eigentlich nach Kiew zu fliegen. Da habe ich auch noch ein paar Kollegen, mit und ohne Down-Syndrom. Wir haben zusammen eine Ausstellung gemacht. Sie heißt: „Was wichtig ist“. Für die Zukunft. Was sie sich wünschen. Es ist eine Kunstausstellung.

**Und Wünsche für Ihre Zukunft?**

Ich wünsche mir, dass ich weiter als Aktivistin kämpfen kann für Menschen mit Down-Syndrom.

[www.nataliededreux.de](http://www.nataliededreux.de)

[www.touchdown21.info](http://www.touchdown21.info)

Was ist wichtig? Kurzer Durchgang durch die Ausstellung in Kiew, 2018



## SCHWERPUNKT: DOWN-SYNDROM

# Ganz wichtig ist der „Hamlet“

### Sebastian Urbanski schaut auf sein Leben.

Ja, ich bin glücklich! Mein Leben ist toll und macht ungeheuer Spaß. Ich habe meinen Traumberuf als Schauspieler, meine Traumfreundin, es passiert immer was Neues. Im letzten Jahr war es nicht ganz so toll, wegen Corona. Wir konnten im Theater RambaZamba nicht spielen, nicht auf der Bühne stehen. Es gab kein Publikum und keinen Beifall. Unsere große Feier zum 30-jährigen Jubiläum musste auch verschoben werden.

### Spaß bei allen Rollen

Seit 20 Jahren bin ich dabei. An welche Rollen erinnere ich mich am liebsten? Ganz, ganz wichtig ist natürlich der Hamlet. Das war schon riesig! Aber auch die „Zeit“ in dem Stück „Alice in den Fluchten“, der Diener Sganarelle in Molières „Don Juan“, der Regisseur in der Komödie „Der nackte Wahnsinn“, der Pensionsbesitzer in „Pension Schöller“. Ach, es sind noch so viele ... Alle machen Spaß, große und kleine Rollen. Außerdem spiele

ich ja in der Theaterband 21 Downbeat mit, da machen wir richtig heiße Musik. Wir haben sogar eine Rockoper aufgeführt, nach Richard Wagners Oper „Der Ring“. Da gab es Standing Ovations.

### Aufgaben in Konkurrenz

Bei dem Fulltime-Job bleibt nicht immer Zeit für die vielen anderen wichtigen Dinge. Manchmal ärgere ich mich, wenn nicht alles klappt. Wenn ich zum Beispiel eine Aufführung im Theater habe, aber gleichzeitig eine Vorstandssitzung im Bundesvorstand der Lebenshilfe. Dann muss ich natürlich im Theater sein. Ich informiere mich hinterher, was der Vorstand besprochen hat und schreibe dann meine Meinung dazu in einer E-Mail. Ich habe auch Einladungen zu Podiumsgesprächen oder Pressekonferenzen, gebe Interviews. Da werde ich nach meiner Meinung zum Bluttest auf das Down-Syndrom befragt oder zu verschiedenen Problemen, die Menschen mit Behinderungen haben. Das ist alles sehr

wichtig, weil ich will, dass andere sehen, was ich mache und sich auch ein Herz fassen und sich was zutrauen.

### Vor großem Publikum

Ein unvergesslicher Tag bleibt der 27. Januar 2017. Ich habe bei einer Gedenkstunde für die Euthanasie-Opfer des Nationalsozialismus im Bundestag gesprochen. Als erster Mensch mit einer geistigen Behinderung. Ich war unglaublich stolz und furchtbar aufgeregt. Alle Abgeordneten waren da, Ministerpräsidenten, Ministerinnen, Frau Merkel und der Bundespräsident. Außerdem musste ich immer daran denken, dass mich die Nazis bestimmt auch nicht am Leben gelassen hätten. So ein Verbrechen darf nicht wieder passieren. Deshalb darf heute niemand mehr ausgegrenzt und an den Rand geschoben werden. Keiner ist was Besseres. Alle haben das gleiche Recht zu leben. Das habe ich auch dem Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier gesagt, als er mich mit Natalie Dedreux (s. auch Seite

2) in das Schloss Bellevue eingeladen hat.

### Für eine bunte Vielfalt

In meinem Buch „Am liebsten bin ich Hamlet“ mache ich mich stark für die Vielfalt der Gesellschaft. Naja, das ist ein Mutmacher-Buch! Man muss an sich glauben. Menschen mit Behinderungen sollen sehen, dass es einen Weg gibt, und dass sie auf diesem Weg weiterlaufen können. Mein Buch kann ihnen helfen, das zu sehen. Sie sollen immer dem kleinen Wort „weiter“ folgen. Das Buch soll Eltern zeigen, was wir alles erreichen können und dass man vor uns keine Angst haben muss. Ich finde, eine Gesellschaft, die von Vielfalt redet, muss die auch zulassen.

**Buchtip:** „Am liebsten bin ich Hamlet – Mit dem Downsyndrom mitten im Leben“, Fischer-Verlag.

**Text:** Sebastian Urbanski, aufgeschrieben von Bettina Urbanski, seiner Mutter  
**Fotos:** Andi Weiland



## Ein eingespieltes Team

**Sandro D. (38 Jahre) und Tobias G. (40 Jahre) bestreiten im Ambulant Betreuten Wohnen ihren Alltag als gut eingespieltes Team. Die Arche Ravensburg ist schon länger ihr Zuhause. Vor dem Umzug in ihre eigene Wohngemeinschaft waren sie noch skeptisch. Doch die Zweifel vergingen schnell. Ein Beispiel, dass Menschen mit Down-Syndrom ein weitgehend selbstständiges und erfüllendes Leben führen können.**

Wenn man bei den beiden klingelt, winkt Sandro fröhlich aus dem Fenster. Es empfängt einen ihre helle und gemütlich eingerichtete Wohnung. Abends kocht Tobias das Essen, während Sandro den Tisch deckt und später auch abräumt. Danach verfolgt Tobias „ganz klassisch“ die Tagesschau in seinem Relax-Sessel.

Für Sandro spielt Gott eine wichtige Rolle. Er hört gerne Lobpreis-Lieder der Immanuel-Gemeinschaft und beteiligt sich aktiv an den Arche-Gottesdiensten, natürlich coronakonform. Er freut sich, wenn morgens die Sonne in sein Zimmer scheint und die Vögel zwitschern. Das gibt ihm „das Gefühl, dass Gott auf ihn aufpasst“.

Tagsüber arbeiten beide in der OWB (Oberschwäbische Werkstätten). Tobias bearbeitet auch Teile für Audi, was ihn besonders stolz macht. Beide engagieren sich aktiv in der Arche. Tobias ist im Bewohnerrat und Gitarrist in der Arche-Band, Sandro übernimmt Aufgaben in der Gottesdienst- und Festgestaltung. Klare Strukturen und Aufgabenverteilungen sind wesentlich für ein gut funktionierendes Gemeinschaftsleben. Ihre Betreuerin begleitet und unterstützt sie im Alltag. Ein wichtiges Instrument ist der gemeinsame Kalender. Dass Sandro und Tobias auf eigenen Beinen stehen, macht sie mächtig stolz. Ihre Lebensfreude und Herzlichkeit spürt man bei jeder Begegnung mit ihnen. Man freut sich jetzt schon auf die Zeit nach Corona, wenn die zwei charmanten Gastgeber einladen und man Salat mit der „weltbesten Salatsauce“ genießen darf.

Text/Foto: Jeannine Delia,  
Öffentlichkeitsarbeit Arche Ravensburg

## SCHWERPUNKT: DOWN-SYNDROM

# Welt-Down-Syndrom-Tag

**Weltweit wird seit 2006 der 21. März jedes Jahr als Welt-Down-Syndrom-Tag begangen, seit 2017 auch in Lindau. Mit verschiedensten Veranstaltungen will man in der Öffentlichkeit mehr Bewusstsein für die Thematik Down-Syndrom schaffen. Trotz der Coronapandemie sollte die seit langem geplante Veranstaltung mit der Bonner Gruppe „Touchdown 21 mini“ in diesem Jahr stattfinden. Die virtuelle Veranstaltung war für die meisten Neuland – die Spannung bei allen Beteiligten entsprechend groß.**

Nach einer Einführung zum Thema „Was ist das Down-Syndrom?“ erzählten Menschen mit Down-Syndrom den Zuschauern wie sie leben, was sie an ihrem Alltag schätzen oder wo sie arbeiten. „Ich mag alleine wohnen. Selbstständiger wird man, wenn man alleine wohnt“, erzählte beispielsweise ein Teilnehmer. Dazu lasen sie kurze Texte vor, die aus ihren Erzählungen entstanden sind. Eine andere Teilnehmerin mit Down-Syndrom berichtete von einer Situation, als beim Essen im Restaurant alle ein Weinglas bekommen haben. Außer sie selbst. „Das hat sich doof angefühlt.“ Auch die Schilderung, dass eine erwachsene Frau an der Bäckertheke geduzt wird, machte deutlich, dass Menschen mit Down-Syndrom wie andere erwachsene Menschen auch behandelt werden möchten. „Wir sind ganz normal,“ wurde den Zuschauern eindringlich auch

bei den Themen Liebe und Heirat geschildert. Da viele Menschen keine Personen mit Down-Syndrom kennen, ist es der Gruppe Touchdown 21 mini ein Anliegen, auf diese Art und Weise aus dem Alltag und von den vielfältigen Fähigkeiten der Menschen mit Down-Syndrom zu berichten.

### Bühnenreif

Aus der „Touchdown Ausstellung“ zum Down-Syndrom, die 2016/2017 in Bonn gezeigt wurde, entwickelte die Gruppe Touchdown 21 mini um Katja de Bragança und Anne Leichtfuß gemeinsam mit Menschen mit Down-Syndrom eine Bühnenperformance. Beteiligt waren neben Menschen mit Down-Syndrom aus der Bonner Gegend auch vier Personen aus dem Landkreis Lindau. Eine Woche zuvor hatten sie in einer Online-Schreibwerkstatt gemeinsam Texte für die Bühnenshow entwickelt.

Über 60 Personen nahmen an der virtuellen Veranstaltung teil. Organisiert hat sie ein Team bestehend aus der Offenen Behindertenarbeit, dem Behindertenbeirat im Landkreis Lindau sowie der Stiftung Liebenau in Lindau.

Man findet die Veranstaltung im Internet:  
[TOUCHDOWN 21 mini live aus Lindau](https://www.facebook.com/TOUCHDOWN21mini)  
(facebook.com)

Text/Foto: Angela Königer,  
Mitarbeiterin Stiftung Liebenau



Rund 60 Menschen nahmen an der digitalen Veranstaltung in Lindau zum Welt-Down-Syndrom-Tag statt. Die digitale Veranstaltung ist im Internet zu finden.



Zahlreiche berührende Beiträge finden sich im Buch „So vieles, was mein Herz bewegt“. Sie entstanden unter anderem in einer Schreibwerkstatt.



Manchmal verträumt, oft berührt, immer offen und selten um Worte verlegen: Fabian Biber (links) und Christian Duelli sind zwei der rund 35 Autoren.

## BUCH

# Bewegte und bewegende Geschichten

**Unter den diesjährigen neuen Buchtiteln erscheint ein besonderes Buch: Ein Buch, das die Tür zu einer Welt öffnet, die vielen unbekannt ist. Es ermöglicht Begegnungen mit anderen Menschen, ihren Erlebnissen und Perspektiven. Die Autorinnen und Autoren sind Menschen mit Behinderungen.**

Obwohl sie in unserer Nachbarschaft leben, ist ihre Lebenswelt dennoch vielen von uns fremd: In dem Buch „So vieles, was mein Herz bewegt“ geben Menschen mit Behinderungen persönliche Einblicke, manchmal unscheinbar, manchmal schwelgerisch. Mit ihren Erinnerungen, Gedichten,

Gedankensplitter lassen sie andere an ihrer Welt teilhaben. Den Impuls für dieses Buch gab ein kreatives Schreibseminar in der Stiftung Liebenau. Nach drei intensiven Tagen merkten die zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Es waren längst nicht alle Worte gesagt. Sie hatten noch mehr mitzuteilen, mehr zu schreiben. Sie trafen sich weiterhin in einer Schreibwerkstatt. Die Freude darüber, dass sie ein Forum für ihre Geschichte und ihre Geschichten gefunden haben, war bei allen groß. Über mehrere Monate fanden Erinnerungen, Kummer, Freuden, Wünsche und Sehnsüchte ihren Weg aufs Papier. Einige haben selbst geschrieben, andere haben ihre

Gedanken diktiert. Dabei wurde viel gelacht. Aber auch die Tränen des Schmerzes waren bei manchen Erinnerungen nicht zu verhindern. Das waren Momente, die die Teilnehmenden besonders berührt haben. Die Fähigkeit, auch in unangenehmen Erlebnissen das Positive zu sehen, trat immer wieder zutage. Geprägt war die Arbeit immer von großem Respekt füreinander und vertrauensvoller Offenheit. Parallel zu den Werkstatt-Texten entstanden weitere Texte, manche ganz eigenständig daheim, andere bei Gruppenarbeiten, begleitet von engagierten Fachkräften. Auch wenn manche Autorinnen und Autoren nicht namentlich genannt werden

möchten: Alle sind stolz auf das Geschaffene und blicken mit Freude und Staunen auf das gemeinsame Buch. Die Leser erfahren die Welt mit dem Blick von Menschen mit Behinderungen. Dabei werden sie merken: Wir sind uns alle ähnlich. Und es ist noch lange nicht alles gesagt.

Text: Ruth Hofmann,  
Anne Oswald

Foto: Anne Oswald

Buchtipps: So vieles, was mein Herz bewegt; Menschen mit Behinderungen schreiben über sich und die Welt; Patmos Verlag; 2021; ISBN 978-3-8436-1320-0

Die Schreibwerkstatt war für mich optimal. Da konnte ich schreiben, was ich fühle und denke. Was gerade in meinem Kopf herumschwirrt. Schreiben liegt mir am Herzen und macht mir sehr viel Freude. Johanna Stumpfögger

Schreiben bedeutet für mich eine Art zu besitzen mich zu artikulieren, um meinem Gegenüber zu zeigen, was intellektuell in mir steckt. Um Anekdoten zum Besten zu geben und um seelische Last aus mir raus gleiten zu lassen. Zudem bedeutet es für mich, meinen cerebralen Cortex nicht der geistigen Verwahrlosung auszuliefern. In einem Buch präsent zu sein, bedeutet für mich, mich zu verewigen, wenn ich im hohen Alter ablebe. Eine Korrektur: Im Buch muss es in meinem Text „Witzige Anekdote“ Flugzeug statt Aufzug heißen. Georg Freisler

## GLEICHSTELLUNG

# Für ein inklusives Europa

**Der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen ist ein ganz besonderer Tag. Ein Tag, an dem einmal mehr klar wird: Inklusion ist ein europäisches Thema.**

Turnusgemäß hatte Deutschland in der zweiten Jahreshälfte 2020 die europäische Ratspräsidentschaft inne, überschattet von der Coronapandemie. Ein Projekt, das ich initiiert hatte und mir besonders am Herzen lag, musste ebenfalls komplett neu gedacht werden: Ein digitales Treffen aller europäischen Behindertenbeauftragten und der Zivilgesellschaft mit dem Ziel, sich auszutauschen und klare Handlungsfelder für die Europäische Kommission und ihre „European Disability Strategy“ zu formulieren. Schnell wurde während der Konferenz deutlich,



Jürgen Dusel, Behindertenbeauftragter der Bundesregierung.

dass die Herausforderungen für Menschen mit Behinderungen in den verschiedenen europäischen Mitgliedsstaaten sehr ähnlich sind. Die Coronapandemie hat bestehende Probleme noch sichtbarer gemacht. Zum Beispiel im Bereich der barrierefreien Kommunikation. Tagesaktuelle Informationen stehen immer noch viel zu selten in Gebärdensprache oder Leichter Sprache zur Verfügung. Auch die Freiheit, Teilhabe und Unabhängigkeit für Menschen mit Behinderungen ist

leider nicht immer selbstverständlich, zum Beispiel, wenn sie in Einrichtungen leben. Die barrierefreie und angemessene Gesundheitsversorgung ist nicht gesichert. Die Chancengleichheit im Berufsleben ist nicht immer gegeben. Einig waren wir uns auch bei strukturellen Fragen. Eine Forderung der Konferenz war, einen europäischen Behindertenbeauftragten einzusetzen. Eine Stelle, die bei allen politischen Vorhaben der EU eingebunden wird, um die Belange der

Menschen mit Behinderungen zu vertreten. Eine Stelle, die dazu beiträgt, dass die Lebensverhältnisse für Menschen mit Behinderungen sich angleichen – und zwar zum Guten. Inklusion ist nach wie vor nicht in allen Lebensbereichen selbstverständlich und deswegen gibt es Tage wie den Europäischen Protesttag. Um immer wieder lautstark auf das Menschenrecht Inklusion hinzuweisen. Ich bin dennoch davon überzeugt, dass die europäische Idee von Grund auf eine inklusive Idee ist. Es ist Aufgabe der Politik, aber auch von uns allen, diese Idee durch gemeinsames Handeln zu stärken und mit Leben zu füllen. Für ein inklusives Europa.

**Text:** Jürgen Dusel, Beauftragter der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderungen

**Foto:** Henning Schacht

## MITBESTIMMUNG

## Das inklusive Wahlrecht

**Seit Anfang 2019 sind auch über 85 000 Menschen mit Behinderungen in Vollbetreuung wahlberechtigt. Unter Vollbetreuung stehen meist Menschen mit sogenannten geistigen Behinderungen.**

Im Superwahljahr 2021 finden neben zwei Kommunalwahlen, in sechs Bundesländern Landtagswahlen statt und im September wird der Bundestag gewählt. Nachdem Menschen mit einer Vollbetreuung bisher von diesen Wahlen ausgeschlossen waren, wollte ihnen 2018 erstmals eine Gesetzesänderung das Wahlrecht einräumen. Der Gesetzesantrag wurde zunächst abgelehnt. Fahrt nahm das Thema dann aber auf, als das Bundesverfassungsgericht im Januar 2019 den pauschalen Ausschluss von Menschen mit



Beeinträchtigungen von der Wahl als verfassungswidrig erklärte. Für die Kommunalwahlen 2019 ermöglichte eine Übergangslösung den Betroffenen, auf dieser Ebene zu wählen. Seit Oktober letzten Jahres ist es nun auch in Baden-Württemberg gesetzlich verankert, dass Menschen mit Behinderungen, die unter Vollbetreuung stehen, wählen dürfen. Die anderen Bundesländer hatten bereits zuvor ihr Gesetz dementsprechend geändert. Dieses

inklusive Wahlrecht soll nun dauerhaft im Gesetz verankert werden. Beim Wahlvorgang ist für Menschen mit Beeinträchtigungen eine Wahlassistenz zulässig. Es gibt Wahlhelfer vor Ort, die dafür in Anspruch genommen werden können. Allerdings muss der oder die Wahlberechtigte eigenhändig ankreuzen. Auch eine Vertreterin oder ein Vertreter kann ihr Wahlrecht nicht ausüben. Für Informationen sind Wahlhilfen in Leichter Sprache und Broschüren

dienlich, beispielsweise von der Bundeszentrale oder den Landeszentralen für politische Bildung. Viele Parteien stellen ihr Wahlprogramm zusätzlich in Leichter Sprache vor und beantworten Fragen von Bürgerinnen und Bürgern. Auch die Stiftung Liebenau informiert über das inklusive Wahlrecht. Sie ermutigt außerdem Menschen mit Behinderungen, sich aktiv an der Wahl zu beteiligen. Coronabedingt gibt es anstelle von Wahlveranstaltungen viele Informationen auf der Website der Stiftung Liebenau.

[www.stiftung-liebenau.de](http://www.stiftung-liebenau.de)  
[www.lpb-bw.de](http://www.lpb-bw.de)  
[www.bpb.de/die-bpb/informationen-in-leichter-sprache/](http://www.bpb.de/die-bpb/informationen-in-leichter-sprache/)

**Text:** Julia Weber, Stiftung Liebenau  
**Foto:** Adobe Stock

## PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

# Vom Betroffenen zum Berater

**Eigene Erfahrungen mit einer psychischen Krankheit geben Erfahrungen, die bei der persönlichen Beratung sehr hilfreich sind. Stefan Reichle vom EUTB (Ergänzende Unabhängige Teilhabe Beratung) Ravensburg-Sigmaringen berichtet.**

Mein Name ist Stefan Reichle. Ich bin 1975 in der Nähe von Ravensburg geboren und aufgewachsen. Nach meinem Schulabschluss und meinem Zivildienst war ich arbeitslos. Ich bekam Geld vom Amt. Ich lebte in den Tag hinein und träumte von meinem zukünftigen Leben. Von meinem Elternhaus zog ich direkt mit ehemaligen Schulkameraden zusammen. Ohne Beschäftigung kamen mir in der Wohngemeinschaft immer schlechtere Gedanken. Ich kam in eine Krise. Wohnungen und Arbeitsstellen wechselten nun häufig. 1999 begann ich eine Ausbildung zum Maler und Lackierer. Dann wurde ich krank und ließ mich von meinem Hausarzt in das psychiatrische Krankenhaus in Weissenau einweisen. Man diagnostizierte eine psychische Krankheit. Die Ärzte und Pfleger halfen mir

## EX-IN-Kurs

In einem EX-IN-Kurs erlangt man die Zertifizierung als EX-IN-Genesungsbegleiter – Experte beziehungsweise Expertin aus Erfahrung in der psychiatrischen Gesundheitsversorgung. Ihre Ausbildung dauert ein Jahr und beinhaltet zwölf Wochenendmodule, zwei Praktika, eine

Abschlusspräsentation und ein individuelles Portfolio. Die eigene Genesungsgeschichte ist zentral, die Teilnehmenden setzen sich intensiv damit auseinander. Gleichzeitig lernen sie Methoden, wie die eigenen Erfahrungen für andere Betroffene hilfreich genutzt werden können.  
[www.ex-in.de](http://www.ex-in.de)

mit Gesprächen und Medikamenten. Man konnte malen oder leichten Sport machen. Obwohl es mir nur ein bisschen besser ging, wurde ich aus dem Krankenhaus entlassen. Ich wohnte dann wieder allein. Es ging mir nicht gut. Darum hat der Arzt mir vorgeschlagen, zur Rehabilitation in ein Haus mit anderen Menschen mit psychischen Schwierigkeiten zu ziehen. Dort hatte jeder sein eigenes Zimmer. Es gab Sozialarbeiter, die tagsüber da waren. Manchmal kam ein Arzt oder eine Psychologin. Es gibt eine Werkstatt, in der die Bewohner leichte Tätigkeiten ausführen. Das Jahr in Baienfurt hat mir sehr geholfen. Ich machte eine

neue Ausbildung zum Bürokaufmann mit Abschluss. Dann kam wieder eine wilde Zeit ohne Arbeit. Es ging mir gut, deshalb nahm ich keine Medikamente mehr. Ohne Arbeit und ohne Medikamente wurde ich wieder krank und musste ins psychiatrische Krankenhaus. Sieben Jahre lebte ich danach im ambulant betreuten Wohnen der Arkade. Zuerst arbeitete ich in der Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) in Weissenau. Dann machte ich ein Praktikum in einem Betrieb in Bad Waldsee und bekam dort direkt eine Arbeitsstelle, wo ich zehn Jahre lang gearbeitet habe. 2015 zog ich in eine eigene Wohnung. 2018 machte ich als ein Mensch mit einer Erfahrung in der

Psychiatrie eine Ausbildung zum EX-IN-Genesungsbegleiter. In dieser Schulung lernte ich mit anderen Menschen mit schwieriger psychischer Entwicklung mich selbst zu verstehen – mitsamt meiner psychischen Krankheit. Vor allem geht es darum, zu verstehen was hilft beim Gesundwerden und -bleiben. Sie hat mir geholfen, reflektiert nachzudenken, was mir guttut und was mir hilft, gut zu leben. Wichtig sind für mich Bewegung in der Natur, Begegnung mit anderen und Beschäftigung an einer Arbeitsstelle mit anderen Menschen. Seit diesem Jahr arbeite ich bei der EUTB Ravensburg-Sigmaringen in Ravensburg. Wir beraten Menschen mit Behinderungen, Menschen, die länger krank sind, sowie ihr Umfeld. Das besondere an der EUTB ist, dass neben Sozialarbeitern auch Menschen mit eigener Behinderungserfahrung beraten. Wir haben vieles mit der Behinderung erlebt und erfahren und wissen deshalb vieles. Damit können wir anderen helfen. Die Betroffenen können sich kostenlos direkt an uns wenden.

[www.eutb-rv-sig.de](http://www.eutb-rv-sig.de)

## Hintergrund

Mehr als jeder vierte Erwachsene bundesweit erfüllt im Zeitraum eines Jahres die Kriterien einer psychischen Erkrankung. Angststörungen, Depressionen und Störungen durch Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch gehören zu den häufigsten Krankheitsbildern. Psychische Erkrankungen sind für die fast 18 Millionen Betroffenen und ihre Angehörigen oft mit großen Einschränkungen im sozialen und beruflichen Leben verbunden.



Stefan Reichle an seinem Arbeitsplatz bei der EUTB, wo er anderen durch seine eigenen Erfahrungen weiterhilft.

Foto: EUTB-Ravensburg-Sigmaringen

## TEILHABE

# Die Arche-Gemeinschaften

**Die Arche Ravensburg wurde 1998 gegründet. Heute gibt es weltweit 154 Gemeinschaften, die in einer internationalen Föderation miteinander verbunden sind.**

Seit der Gründung der ersten Arche-Gemeinschaft in Frankreich verwirklicht die Arche seit über 50 Jahren vor Ort und

weltweit Inklusion dadurch, dass Menschen mit Behinderungen dort wohnen können, wo Menschen ohne Handicap auch wohnen. So wie es heute auch die UN-Behindertenrechtskonvention fordert.

In der Arche ist man der Ansicht, dass jeder Mensch – behindert oder nichtbehindert – einzigartig und einmalig

geschaffen ist. Zu den grundlegenden Rechten jedes Menschen gehört das Recht auf Leben, auf ein Zuhause, auf Bildung, auf Arbeit, aber auch das Recht auf Freundschaft, menschliche Nähe und geistiges Leben.

Die Arche Gemeinschaft Ravensburg ist eine christlich-ökumenische und inklusive

Lebensgemeinschaft, in der sechzehn erwachsene Menschen mit einer geistigen und/oder Mehrfachbehinderung ihr Zuhause gefunden haben. Seit über 20 Jahren wohnen hier Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen zusammen.

Text: Franziska Rief,  
Arche Ravensburg

## Inklusiv, christlich-ökumenisch, interkulturell

Die Arche Ravensburg liegt mitten im Herzen von Ravensburg. Eine Wohnung und ein Neu- und Altbau bieten 27 Menschen mit und ohne geistige Beeinträchtigungen ein Zuhause. Der Arche-Bewohner Daniel (38) und die Assistentin Daisy (25) berichten Jeannine Delia von der inklusiven WG.

**Hallo Daniel, hallo Daisy, stellt euch doch bitte kurz mal vor.**

**Daniel:** Ich lebe seit 2004 in der Arche RV. Ich fahre gerne Tandem, bin Mitglied in der Arche-Band und putze gerne unsere Busse. Mein Lieblingsplatz ist der Garten, da kann ich im Sommer viel Rasenmähen.

**Daisy:** Ich komme aus Bayankhongor in der Mongolei und lebe seit 2019 in der Arche. Erst war ich eine Freiwillige, mittlerweile bin ich Auszubildende an der Fachschule für Heilerziehungspflege am Institut für Soziale Berufe (IfSB).

**Wie ist es für dich in der Arche zu leben?**

**Daisy:** Am Anfang hatte ich natürlich etwas Angst, fernab meiner gewohnten Kultur und Freunden zu leben. Ich bin aber von der Gemeinschaft sehr herzlich empfangen worden. Von Anfang an wurde nach meiner Meinung gefragt und es wurde Raum für Gespräche über Emotionen und Gefühle



**Daniel und Dondogdulam, von allen Daisy genannt, leben in der Arche-Gemeinschaft Ravensburg zusammen mit anderen wie eine Familie.**

gegeben, da ich die Sprache noch nicht gut kannte. Es ist schön zu wissen, dass man dir zuhört. Wichtig ist, dass in der Arche die Menschen mit Behinderungen im Mittelpunkt stehen und wir sie als einzigartige und besondere Menschen betrachten. Dass wir alle „an einem Strang ziehen“, schweiß zusammen.

**Daniel:** Als Daisy in die Arche kam, habe ich mir Gedanken gemacht, wie wir uns schneller verstehen können. Dann habe ich gemerkt, dass es für sie

leichter ist, wenn ich mit ihr auf hochdeutsch spreche und nicht wie gewohnt auf schwäbisch. Wir unternehmen in der Arche viel zusammen, machen Ausflüge oder gemeinsam Musik mit unserer Band. Es ist schön, dass man nicht alleine ist. Wenn ich aber mal meine Ruhe haben will, gehe ich einfach in mein Zimmer.

**Wie wirkt sich Corona auf das Gemeinschaftsleben aus?**

**Daniel:** Als der erste Lockdown kam, war es für uns alle sehr

schwierig. Es hat gedauert, bis sich alle auf die neue Situation eingespielt haben. Wir konnten nicht mehr viel zusammen machen. Zum Glück haben wir aber einen großen Garten. Ich bin sehr froh, wenn wir endlich alle geimpft sind. Das Gute an Corona ist, dass ich dadurch zum „Spitzenkoch“ werde. Fast jeden Tag unterstütze ich unsere Superköchin, da ich nicht arbeiten gehen darf.

**Daisy:** Am Anfang war alles sehr ungewiss. Alle waren unruhig, gestresst und hatten Angst, wie es weitergeht. Es ist schade, dass wir aktuell wenig zusammen sein können und auch die gemeinsamen Spieleabende und Feiern ausfallen. Ich vermisse es auch, dass wir Besuch von Freunden außerhalb der Arche bekommen können und hoffe, dass man uns nicht vergisst. Aber, Corona hat auch eine positive Seite. Man lernt sich noch besser kennen und kann dies auch in die Gemeinschaft mit hineinbringen. Das ist sehr bereichernd.

**Euer Schlusswort lautet?**

**Daniel:** Wir sind alles nette Menschen und da ich jetzt ein Spitzenkoch bin, kann ich hoffentlich bald für alle unsere Gäste kochen.

**Daisy:** Die Arche ist mehr als nur eine Gemeinschaft, wir sind eine Familie!

## ARBEIT

# 3D-Drucker eröffnet neue Wege

**Werkstätten für Menschen mit Behinderungen (WfbM) bieten verschiedenste Arbeiten an. Seit etwa einem Jahr ergänzt ein 3D-Drucker die Tätigkeiten der NEULAND-Werkstätten der Zieglerschen.**

Beim 3D-Druck werden Materialien Schicht für Schicht aufgetragen und ausgehärtet. So können individuelle Modelle gefertigt werden. Bereichsleiter Olaf Sigmund erklärt: „Mit einem 3D-Drucker ist fast alles machbar: von Werkzeugen, ganzen Häusern oder Boote, bis hin zu essbaren Gummibärchen sind der Fantasie kaum Grenzen gesetzt.“ Begrenzend wirken dagegen die Größe des zu druckenden Modells, die Materialien, mit denen gedruckt wird, und der Faktor Zeit. Der 3D-Drucker wurde



Olaf Sigmund am 3D-Drucker.

angeschafft, um für die Projektgruppe „Eigenprodukt“ die Möglichkeit zu bieten, freier denken zu können. Eine Idee war beispielsweise, verschiedene Materialien – wie Holz plus Teile aus dem Drucker – zu einem funktionierenden Modell zu kombinieren. In den Werkstätten werden mit dem 3D-Drucker momentan



Deko-Produkte aus dem 3D-Drucker.

vor allem Schriftzüge zum Aufstellen als Deko und individuell geformte Ausstecher zum Plätzchen backen produziert. „Die Bereicherung in unserer Arbeit liegt darin, ein Produkt selbst zu entwickeln“, so Sigmund. Der Produktionsvorgang bleibt in einer Hand – vom Herstellen, Zusammenbauen und Verpacken bis hin

zum Verkauf. Bei neuen Arbeitsangeboten müssen die Fachkräfte immer die Mitarbeitenden und ihr tägliches Leistungsvermögen im Blick haben. Der Spaß an der Arbeit muss dabei auch gegeben sein.

Text/Fotos: Vanessa Lang, Pressestelle bei den Zieglerschen

## TAGESSTRUKTUR

## Arbeit und Aktivitäten geben Halt

**Ein strukturierter Alltag ist für viele Menschen selbstverständlich. In Zeiten von Corona fallen viele Aktivitäten als stabilisierender Faktor aber weg. Erich Haller und Sabine Brugger, begleitet von der Diakonie Pfingstweid, schildern ihre Empfindungen.**

Ich heiße Erich Haller. Ich bin 58 Jahre alt. Ich arbeite schon sehr lange in der Landwirtschaft in der Pfingstweid. Mir gefällt meine Arbeit. Auch wenn es manchmal anstrengend ist. In meiner Freizeit unternehme ich gerne was mit den Offenen Hilfen oder fahre mit meinem Roller. Ich gehe gerne in die Stadt und zum Bäcker in Tettngang. Ich trinke einen Kaffee und spreche mit den netten Verkäuferinnen. Wegen Corona kann ich in meiner Freizeit vieles nicht machen. Vor allem über Weihnachten hat mir das gar nicht gutgetan. Da



Sabine Brugger spielt gerne Klavier. Mit der Musiklehrerin fällt die Konzentration leichter.

hatte ich Urlaub. Ich war ganz schlecht gelaunt und traurig. Ich wusste gar nicht, was ich machen sollte. Deshalb war ich sehr sehr froh, als ich wieder zur Arbeit gehen konnte. Meine Arbeit ist für mich sehr wichtig. Gerade in dieser Zeit. Da kann ich jeden Tag hingehen. Ich habe was zu tun und treffe meine Kollegen. Mir fehlt vor allem die menschliche Nähe, dass



Erich Haller weiß die strukturierende Wirkung seiner Arbeit sehr zu schätzen.

man sich nicht einfach mit anderen unterhalten und treffen kann.

Ich heiße Sabine Brugger. Ich bin 49 Jahre alt und ich bin Rentnerin. Langweilig ist es mir normalerweise nicht. Ich gehe in die Freizeitgruppe und den Reha-Sport von der Lebenshilfe. Hier bin ich auch im Vorstand. Ich spiele gerne

Keyboard und gehe einmal in der Woche in den Unterricht. Ich mache gerne bei den Freizeitangeboten von den Offenen Hilfen mit und treffe sehr gerne meine Freunde.

Seit über einem Jahr ist aber wegen Corona leider vieles gar nicht möglich. Alleine weiß ich oft nicht, was ich machen soll und es ist mir dann langweilig. Auch Keyboard spielen macht mehr Spaß mit meiner Musiklehrerin. Die regelmäßigen Termine und Angebote, die ich sonst habe, sind sehr wichtig für mich. Das habe ich jetzt gemerkt. Gut ist für mich, dass ich in einer WG mit Erich und Klaus wohne. So bin ich nicht ganz allein.

Text: Erich Haller und Sabine Brugger, beide werden von der Diakonie Pfingstweid in Tettngang begleitet  
Fotos: Brigitte Kraft



## EPILEPSIE

# Medikamente für immer

**Nicole Weiss, 33, leidet seit ihrer Kindheit an Epilepsie. Was das für sie bedeutet, schildert sie in ihrem Bericht.**

Als Kind, mit circa eineinhalb Jahren, fing es an: Ich hatte täglich mindestens drei bis vier Anfälle. Sogenannte Grand-Mal-Anfälle mit Krämpfen und Bewusstlosigkeit. Meine Mutter hatte dadurch viel mit mir zu tun. Im Oktober 2001 bin ich ins Heim gekommen, da wurde es besser. Ich hatte nicht mehr so oft Anfälle. Nach der Umstellung meiner Medikamente war ich bis Juni 2014 sogar anfallsfrei. Leider wurden die Anfälle ab da wieder häufiger. Im Juli 2020 hatte ich sogar eine Gehirnerschütterung und eine Platzwunde, weil ich in einer Wirtschaft rückwärts vom Stuhl gefallen war. Schon drei Mal war ich wegen meiner Epilepsie im Zentrum für Psychiatrie (ZfP) in Weissenau, zuletzt im Januar 2021. Die Ärzte dort kennen mich schon. Die Hoffnung ist, dass ich mit Medikamenten wieder anfallsfrei werde. Man hat ein Langzeit-EEG gemacht, um zu sehen, was in meinem Gehirn los ist. Das ging drei Tage und ich durfte die Station solange nicht verlassen. So war dort der



Nicole Weiss beim EEG.

Tag: 8 Uhr Frühstück, 12 Uhr Mittagessen, 17 Uhr Abendessen. Ich hatte auch Ergotherapie, da habe ich einen Korb gemacht. Und ich durfte auch Besuch bekommen.

### Nicht alles ist möglich

Ein Leben ohne Epilepsie wäre sehr schön. Dann bräuchte ich keine Angst zu haben, zu jeder Zeit einen Anfall zu kriegen. Ich könnte im Zug weiter wegfahren als jetzt. Niemand müsste mich

abholen, wenn ein Anfall kommt. Ich würde mir auch wünschen, den Führerschein zu machen, aber Autofahren wäre zu gefährlich. Jetzt spare ich auf ein Pedelec. Mit dem kann ich die Fahrradwege nehmen, das ist nicht so gefährlich und ich könnte trotzdem schneller unterwegs sein. Aber eines ist sicher: Medikamente muss ich immer nehmen.

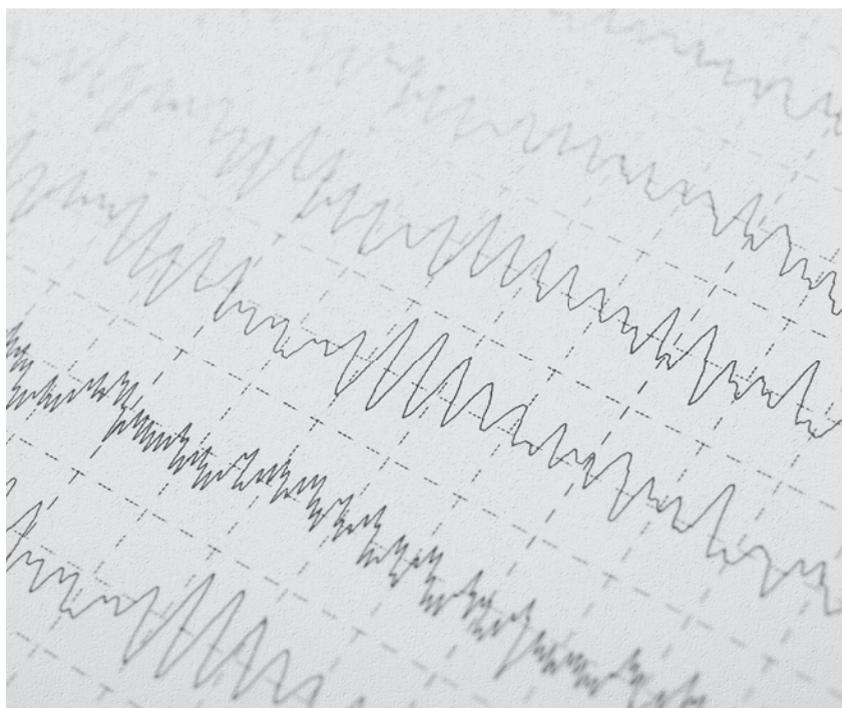
Text/Foto: Nicole Weiss

## MOBILITÄT

## Reha bewegt

Im vergangenen Jahr bin ich einige Male gestürzt. Glücklicherweise habe ich mich nicht verletzt, aber ich wurde dadurch unsicher beim Laufen. Seit 15 Jahren benutze ich meinen Rollator. Er bedeutet für mich Mobilität und Selbstständigkeit. Fortbewegung ist sehr wichtig für mich, weil ich gerne unter Leuten bin und viele kulturelle Angebote wahrnehme. Deshalb will ich versuchen, dass ich so lange es geht, mobil bleibe. Im Frühjahr war ich deshalb fast vier Wochen in der Rehabilitationsklinik in Bad Wurzach, um die Beweglichkeit und das Gehen am Rollator richtig zu lernen, Sicherheit zurückzubekommen und die Muskeln zu stärken. Ich habe gleich Freundinnen gefunden. Wir hatten manchmal um die gleiche Uhrzeit Therapie. Wir hatten Koordinations-Gymnastik, Atemtraining, Training mit dem Sitzfahrrad, Ergotherapie, Krankengymnastik, Gerätetraining für die Arm-, Bein- und Fußmuskulatur. Auch „Fit im Kopf“ hat Spaß gemacht. Streck- und Dehnübungen und aufrecht zu gehen hat man mir für zu Hause gezeigt. Mit meinem Bewegungstrainer mit Pedalen machte ich bereits vorher Übungen. Ich fühle mich schon etwas beweglicher.

Text: Irmgard Weiland, lebt im Ambulant Betreuten Wohnen der Stiftung Liebenau  
Foto: Andi Sisic



## Schon gewusst?

In Industrieländern wie Deutschland sind zwischen fünf und neun von 1 000 Menschen von einer Epilepsie betroffen. Das Erkrankungsrisiko ist im Kindesalter sowie jenseits des 50. bis 60. Lebensjahres am größten, kann aber in jedem Alter auftreten. Eine Epilepsie ist nicht generell an geistige Behinderungen gekoppelt.

## BEGABUNGEN

# Meisterliche Baukunst in Kleinformat

**Bis ins Kleinste durchdacht sind die Objekte von Pascal Grenzer. Selbst geplant und gefertigt zeigen sie unsere detailreiche Welt. Preiswürdig.**

Pascal Grenzer erschafft wie ein Baumeister aus überschüssigen Materialien filigrane Abbilder von Häusern, Autos oder Wohnmobilen. Aus Geschenkpapier aller Art – bunt, kitschig, fröhlich – und mit reichlich überzogenem Klebeband baut er in seiner Freizeit vielschichtige Kunstobjekte, in denen vieles bedacht und mit brauchbarer Funktion eingebaut wurde: Schiebetüren bewegen sich, Katzenklappen wackeln, Dächer sind abnehmbar, Autotüren stehen offen. Die Rampe am Sprinter ist ausziehbar, der



**Kunstwerk: detailreich und filigran.**

Rollstuhl und die Camping-Gasflaschen sind separat zum Herausnehmen, aber „Achtung!“ mit der Gasflasche. Besonderen Wert legt Pascal Grenzer auf die Darstellung von Sicherheitstechnik zur Unfallverhütung, der Kindersicherung oder von

Einbruch- und Brandschutz. Seine Vorliebe und Begeisterung gelten den Räumen. Seine Einbauten rund um die allgemeine und spezielle Sicherheit lassen die Betrachtenden aufmerksam werden: „Achtung, die Tür schließt allein. Finger weg!“ Bis

ins kleinste Detail plant er die Modelle und gestaltet sie differenziert aus. Auch in der Natur zeigt Pascal Grenzer erstaunliche Kompetenz im Handwerk: im Mühlgarten hat er einen Pinguin und eine Wasserleitung gebaut. Immer wieder denkt er sich auch hier eigene kleine Projekte aus. Der kunstfertige junge Mann macht deutlich, wie detailreich unsere Welt ist. Seine Modelle haben unter 1000 Bewerbungen aus Deutschland den 2. Preis des Aktion-Kunst-Preises 2021 gewonnen. Er wurde 1998 geboren und lebt in der Haslachmühle der Zieglerschen.

[www.aktion-kunst-stiftung.de](http://www.aktion-kunst-stiftung.de)

**Text:** Silke Leopold  
**Foto:** Karin Volz

## FREIZEIT

## Mein Traum vom Reiten

**Der Traum vom Reiten wurde für Mario Miltz wahr (s. wir mittendrin 2 2020). Sonja Waggerhauser machte ihn mit ihren Pferden möglich.**

Ich habe geweint, als Martin Schmidtke, mein Bezugsbetreuer gesagt hat, dass ich reiten darf. Eine Frau hat zu Martin gesagt, dass ich zu ihr zum Reiten kommen darf. Ich habe mich gefreut. An einem Dienstagnachmittag sind Martin und ich dann nach Adelsreute zu Sonja Waggerhauser gefahren. Ich bin aufgeregt gewesen. Am Hoftor hab ich viele Pferde gesehen. Ich musste weinen, weil es schön war. Sonja ist gekommen und hat uns das Tor aufgemacht, dann hat sie uns begrüßt und sich vorgestellt. Ich hab gleich einen großen Eimer mit Karotten gesehen: dicke, dünne, lange und kurze Karotten für alle Pferde, die auf Sonjas Hof wohnen. Dann durfte ich meinen Freund kennenlernen. Sonja hat gesagt,

er heißt Jarpur du Patural und ist ein Junge. Er ist braun. Sonja sagt, die Farbe heißt Fuchs. Sein Fell ist kuschelig. Ich finde Jarpur schön.

Jarpur ist ein Islandpferd und kommt aus Frankreich.

Er ist jünger als ich. Ich bin 47 und Jarpur ist 24 Jahre alt.

Sonja hat mir gezeigt, wie ich einem Pferd „Hallo“ sage, dann haben wir zusammen Jarpur geputzt und gestriegelt. Als Jarpur sauber war, sind wir auf den Reitplatz gelaufen. Ich habe einen Helm bekommen. Ich bin auf eine Leiter gestiegen, um auf Jarpur zu sitzen. Dann ist er losgelaufen, ich bin geritten. Das war voll

schön. Ich war schon dreimal bei meinem Freund Jarpur und werde bald wieder zu ihm und Sonja gehen. Ich möchte 1000mal Danke sagen. Ich bin glücklich.



### Es zeigt, wie jemand ist

Die „Wahren Träume“ von Mario haben mich sehr bewegt. Seinen Traum, sich um Pferde zu kümmern und sie zu pflegen sowie einmal auf einem Pferd zu stehen, könnte ich ihm doch ermöglichen, dachte ich mir.

In unserer Reitschule erleben wir immer wieder, wie Menschen sich auf dem Pferd entfalten können. Mit dem Tier wird vor allem deutlich, wie sich jemand gibt und sich bemüht. Nicht wie jemand meint zu sein.

In dieser schwierigen Zeit bin ich sehr glücklich, dass ich Mario, mit unseren Pferden, eine Freude bereiten darf.

**Text:** Sonja Waggerhauser, Islandpferde-Reitschule Bachackerhof  
**Foto:** Martin Schmidtke

## INKLUSIVE LANDESGARTENSCHAU

## Gemeinsam Inklusion erleben

Die „wir mittendrin“ wird:

Gefördert durch die

**AKTION  
MENSCH**

## Sie sind gefragt!



**Machen Sie mit – denn Inklusion braucht jeden von uns.** Schicken Sie uns einen Leserbrief, schreiben Sie einen Gastbeitrag oder werden Sie Mitglied in unserem inklusiven Redaktionsteam „wir mittendrin“. Ihr Engagement ist gefragt, damit Menschen mit und ohne Behinderungen ganz selbstverständlich Teil unserer Gesellschaft sind.

## Gestalten Sie Inklusion mit.

## Kontakt

Anne Luuka  
Öffentlichkeitsarbeit  
Liebenau Teilhabe  
anne.luuka@stiftung-liebenau.de  
[www.stiftung-liebenau.de/teilhabe](http://www.stiftung-liebenau.de/teilhabe)

## Infos in Leichter Sprache

gibt es außerdem auf  
[www.stiftung-liebenau.de](http://www.stiftung-liebenau.de)  
Einfach oben rechts auf der Seite auf Leichte Sprache klicken.

„Inklusion pur“ heißt es auf der Landesgartenschau Überlingen, die endlich mit einem Jahr Verspätung stattfindet. Hier können sich Menschen mit und ohne Behinderungen begegnen und kennenlernen. Ein starkes Programm präsentiert die Stiftung Liebenau mit vielen Partnern zusammen im Rahmen der „Inklusiven Landesgartenschau“.

Unter anderem bieten rund 25 Menschen mit Behinderungen sowie Gästeführer aus dem Raum Überlingen zwei verschiedene inklusive Gästeführungen in Leichter Sprache an. Ihre öffentlichen Rundgänge sind immer für donnerstags um 11 und um 14.30 Uhr geplant. Dolmetscherinnen für Gebärdensprache bieten ebenfalls eine Gästeführung an. Im Juni und Juli finden Crash-Kurse für Leichte Sprache und Gebärdensprache statt. Zur Aufführung kommt auch ein Inklusionslied von „die inklulencer“. Die musikalische



Besucher der Landesgartenschau werden gebeten, sich vor der Planung ihres Besuchs über die aktuelle Situation bezüglich aktueller Coronabestimmungen zu informieren.

Termine und nähere Informationen sind unter anderem zu finden unter [www.ueberlingen2020.de/de/veranstaltungs-kalender](http://www.ueberlingen2020.de/de/veranstaltungs-kalender)

Umsetzung übernimmt Julian Hutter von HutterMusic mit Unterstützung der inklusiven Rosenharzer Brassband und der Band „Fättes Blech“. Menschen mit Handicap sind

aufgerufen in mehreren Workshops am Text und beim Gesang mitzuwirken. Farbige wird es mit dem Bunten Fahrrad. Klienten der Stiftung Liebenau malten zwei alte Exemplare an und stellen sie – geschmückt mit Blumen – auf der Landesgartenschau aus. Nützlich, witzig und zugleich hilfreich sind auch die Lego-Rampen, die bei einer Mitmach-Aktion aus handelsüblichen Lego-Steinen entstehen sollen. Mit Hilfe der kleinen mobilen Rampen überwinden etwa Rollstuhlfahrer Stufen und Absätze leichter. Geplant ist, die Lego-Rampen am 9. Juli mit möglichst vielen Interessierten zusammen zu bauen. An diesem Tag wird auch gemeinsam ein Graffiti zum Thema Inklusion gesprüht. Bei allen Projekten arbeiten verschiedene Partner zusammen. Die Aktionen finden am Pavillon des Bodenseekreises statt. Gefördert wird dieses Inklusionsprojekt von Aktion Mensch.

Text: Anne Oschwald

Foto: Nils Pasternak



Gästeführer führen in Leichter Sprache durch die Landesgartenschau Überlingen und durch die Stadt. (Das Foto entstand vor der Coronapandemie.)