

Willst du mehr über **Inklusion in der Jugend-Arbeit** wissen?

Der Bayerische Jugendring hat ein Buch dazu geschrieben.

Das Buch ist in schwerer Sprache.

Hier kannst du Teile aus dem Buch in **Leichter Sprache** lesen.



So sieht das Buch aus:



Die Abkürzung vom Bayerischen Jugendring ist **BJR**.

Der BJR macht Jugend-Arbeit.

Das bedeutet der BJR macht Angebote.

Für Jugendliche und Kinder.

Dem BJR ist Inklusion wichtig.

Hier ist die Internet-Seite vom BJR.

Klick einfach auf den Link:

<https://leichte-sprache.bjr.de/wer-sind-wir>

In dem Buch geht es um **alle Menschen**.

Egal, welches Geschlecht die Menschen haben.

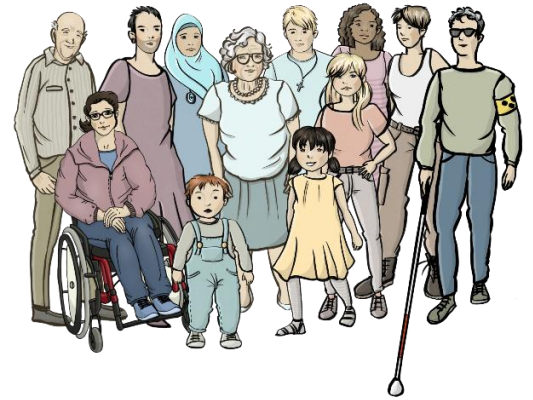
Wir schreiben immer nur die **männliche Form von Wörtern**.

Die männliche Form ist kurz.

Und gut zu lesen.

Das sieht so aus: Betreuer

Aber wir meinen immer alle Menschen.



Mit dem Buch möchten wir:

- Inklusion erklären
- Integration erklären
- Barriere-Freiheit erklären
- über Gesetze informieren
- eine Idee vom BJR vorstellen
- Beispiele für inklusive Jugend-Arbeit geben
- Geschichten über Menschen in der Jugend-Arbeit erzählen

Auf der Internet-Seite gibt es viele Infos.

Du kannst jedes Thema anklicken.

Am Ende von jedem Thema ist ein **Pfeil**.

Klick auf den **Pfeil**.

Dann kommst du zurück zur **Übersicht**.



Hier ist die Übersicht:

- [Inklusion und Integration lang erklärt](#)
[Was ist der Unterschied?](#)
- [Integration und Integration kurz erklärt](#)
[Was ist der Unterschied?](#)
- [Was ist eine Barriere?](#)
- [Inklusion geht gemeinsam besser](#)
- [Gesetze für Inklusion](#)
- [Was ist eine Behinderung?](#)
- [Der Schwer-Behinderten-Ausweis](#)
- [Was ist Ableismus?](#)
- [Wie spricht man über Behinderung?](#)
- [Wie war es für Menschen mit Behinderung früher?](#)
[Wie ist es jetzt?](#)

- [Ein Projekt vom BJR](#)
- [Was ist der Inklusio-MAT?](#)
- [3 Beispiel-Geschichten über Inklusion](#)
- [4 kurze Beispiele für inklusive Jugend-Arbeit](#)
- [12 Menschen, die Inklusion bekannt machen](#)

Inklusion und Integration lang erklärt

Was ist der Unterschied?

In-klu-sion ist ein schweres Wort.

Das spricht man so: in klu sjon.

Das Wort bedeutet:

Alle Menschen können überall dabei sein.

Alle Menschen können überall mitmachen.



Alle Menschen gehören dazu.

Von Anfang an.

So wie sie sind.

Die Umgebung passt sich an.

Es ist egal:

- Woher die Menschen kommen.
- Welches Geschlecht die Menschen haben.
- Welche Religion die Menschen haben.
- Ob die Menschen eine Behinderung haben oder **nicht**.

Alle Menschen sind gleich viel wert.

Jeder Mensch ist wichtig.

Zum Beispiel:

Das Ferien-Programm ist für alle.

Das Haus hat **keine** Treppen.

Es gibt einen Aufzug.

Alle Räume sind leicht zu erreichen.

Jeder kommt selbst überall hin.



In-te-gra-tion ist auch ein schweres Wort.

Das spricht man so: in te gra zjon.

Integration heißt: Alle dürfen mitmachen.

Aber die Umgebung bleibt gleich.

Die Menschen müssen damit klar kommen.

Zum Beispiel:

Ein Jugendlicher sitzt im Rollstuhl.

Er will beim Ferien-Programm mitmachen.

Das Haus hat viele Treppen.

Der Jugendliche kommt allein **nicht** überall hin.



[→ zurück zur Übersicht](#)

Inklusion und Integration kurz erklärt

Was ist der Unterschied?

Inklusion heißt:

Du gehörst immer dazu.

So wie du bist.

Von Anfang an.

Die Umgebung passt sich an.



Integration heißt:

Du darfst mitmachen.

Aber du musst dich anpassen.

Die Umgebung passt sich **nicht** an.

[→ zurück zur Übersicht](#)

Was ist eine Barriere?

Barriere ist ein schweres Wort.

So kann man das Wort besser lesen: Ba-ri-je-re.

Eine Barriere ist ein Hindernis.

Es gibt viele verschiedene Barrieren.

Zum Beispiel:

- beim Wohnen
- bei Freizeit-Angeboten
- bei Texten und Anträgen
- am PC oder Handy
- im Alltag

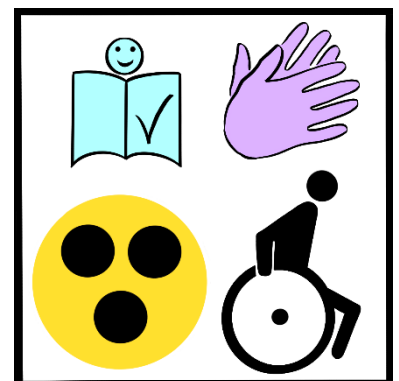
Barriere-Freiheit ist wichtig:

Damit alle Menschen gut leben können.

Menschen mit Behinderung.

Und Menschen ohne Behinderung.

Barriere-Freiheit hilft allen Menschen.



Barriere-Freiheit hilft zum Beispiel:

- alten Menschen
- Eltern mit einem Kinder-Wagen
- Menschen, die **nicht** so gut Deutsch können

[→ zurück zur Übersicht](#)

Inklusion geht gemeinsam besser

Inklusion und Barriere-Freiheit sind wichtige Themen.

Und eine schwierige Aufgabe.

Inklusion braucht Planung.

Und kostet Geld.

Inklusion geht zusammen besser.



Das kannst du machen:

- Hol dir Infos über Barriere-Freiheit.
- Frag nach Geld-Hilfen.

Beim BJR kriegst du mehr Infos.

- Such dir Menschen aus der Behinderten-Arbeit.

Tut euch zusammen.

- Sprich mit Menschen mit Behinderung.

Frag was sie brauchen.

Sie sind Experten für Inklusion.

- Trau dich Neues zu machen.

Lieber Fehler machen als **Nichts** tun.

Fehler passieren.

Niemand kann alles auf einmal ändern.

Niemand ist perfekt.



Behinderung geht Alle etwas an.

Jeder kann Hindernisse abbauen helfen.

Wir können eine gute Umgebung schaffen.

Dann können Alle gut leben.

[→ zurück zur Übersicht](#)

Gesetze für Inklusion

Inklusion ist ein Menschen-Recht.

Es gibt viele Gesetze für Inklusion.

Ein wichtiges Gesetz ist:

Das Allgemeine Gleich-Behandlungs-Gesetz.

Die Abkürzung ist: **AGG**.

Im Gesetz steht: **Alle Menschen sind gleich.**

Alle Menschen sollen gleich behandelt werden.

Es ist egal:

- Woher die Menschen kommen.
- Welches Geschlecht die Menschen haben.
- Welche Religion die Menschen haben.
- Ob die Menschen eine Behinderung haben oder **nicht**.



Menschen mit Behinderung sollen gut leben.

Viele Länder haben eine **Vereinbarung gemacht**:

Die UN-Behinderten-Rechts-Konvention.

Die Abkürzung ist: **UN-BRK**.

Die UN-BRK ist ein Vertrag.

Im Vertrag stehen die Rechte

von Menschen mit Behinderung.



Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

Egal, ob die Menschen eine Behinderung haben oder **nicht**.

Alle Menschen sollen überall mitmachen können.

Das gilt für:

- Arbeit
- Freizeit
- Jugend-Arbeit

Auch Deutschland hat den Vertrag unterschrieben.

Und muss Dinge ändern.

Auch in der Jugend-Arbeit.

Zum Beispiel:

- Jeder soll mitmachen können.

Manche Menschen brauchen dafür Unterstützung.

In der Jugend-Arbeit sind alle willkommen.

Jeder bekommt die Hilfe die er braucht.



- Kinder mit Behinderung haben die gleichen Rechte.

Das gilt auch in der Freizeit.

Jede Meinung ist wichtig.

- Angebote in der Jugend-Arbeit sollen barriere-frei sein.

Zum Beispiel:

Durch verständliche Infos für Alle.

- Jugend-Arbeit ist für alle Menschen offen.

Gemeinsame Erlebnisse sind wichtig.

Getrennte Gruppen soll es **nicht** geben.

- Alle dürfen mitreden.

Manche Menschen brauchen dazu Hilfe.

Zum Beispiel: Infos in Leichter Sprache.



- Alle Menschen haben ein Recht auf Bildung.

Auch in der Freizeit.

- Kinder mit Behinderung haben ein Recht auf Freizeit.

Freizeit-Angebote sollen für alle sein.

[→ zurück zur Übersicht](#)



Was ist eine Behinderung?

Das steht in einem Gesetz.

Das Gesetz steht im Sozial-Gesetz-Buch 9.

Die Abkürzung ist: SGB 9.

Jeder Mensch mit Behinderung ist anders.

Es gibt verschiedene Behinderungen.

Manche Menschen können **nicht gut:**

- laufen
- sehen
- hören
- lernen

Manche Behinderungen kann man sehen.

Zum Beispiel: Ein Mensch sitzt im Rollstuhl.



Andere Behinderungen kann man **nicht** sehen.

Zum Beispiel: Ein Mensch hat **seelische Probleme**.

Seelische Probleme bedeutet zum Beispiel:

Ein Mensch fühlt sich sehr oft traurig oder ängstlich.



Manchmal brauchen Menschen mit Behinderung Hilfe.

Durch ein Hilfs-Mittel.

Zum Beispiel ein Rollstuhl oder eine Hör-Hilfe.

Hilfs-Mittel machen das Leben leichter.



Auch andere Menschen können helfen.

Jeder Mensch braucht manchmal Hilfe.

Menschen mit Behinderung leben normal.

Ihr Leben ist spannend und lebendig.

Und auch ganz verschieden.

Wie bei allen Menschen.

[→ zurück zur Übersicht](#)

Der Schwer-Behinderten-Ausweis

Der Schwer-Behinderten-Ausweis ist für Menschen mit Behinderung.

Mit dem Schwer-Behinderten-Ausweis gibt es viele Vorteile.

Willst du mehr Infos zum Schwer-Behinderten-Ausweis?

Zum Beispiel:

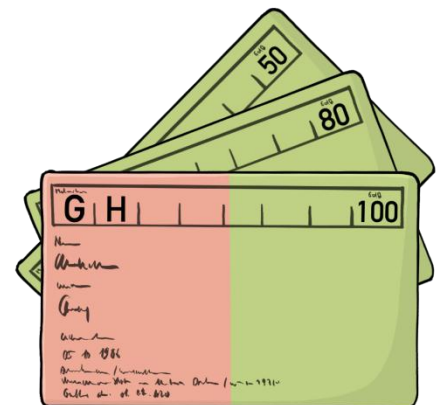
- Wer bekommt einen Schwer-Behinderten-Ausweis?
- Wie bekommt man einen Schwer-Behinderten-Ausweis?
- Was bedeuten die Buchstaben auf dem Ausweis?
- Was für Vorteile hat der Ausweis?

Dann klick auf den Link.

Die Internet-Seite ist in Leichter Sprache.

<https://www.familienratgeber.de/leichte-sprache/rechte-leistungen/schwerbehinderung/schwerbehindertenausweis>

[→ zurück zur Übersicht](#)



Was ist Ableismus?

ABLEISMUS kommt vom englischen Wort ableism.

Das ist ein sehr schweres Wort.

Das spricht man so: Äi-ble-ism.

Äi-bl bedeutet auf Deutsch können.



ABLEISMUS meint:

Menschen mit Behinderungen werden **ausgegrenzt**.

Oder ausgeschlossen.

Weil Menschen ohne Behinderung falsche Dinge denken.

Zum Beispiel:

Tom sitzt im Rollstuhl.

Laura sieht das.

Laura denkt:

Tom kann **nicht** laufen.

Dann kann Tom sicher auch **nicht** gut sprechen.

Das ist falsch.



Manche Menschen glauben:

Alle Menschen müssen gehen können.

Sonst sind sie **nicht** normal.

Aber: Normal gibt es **nicht**.

Alle Menschen sind verschieden.

Alle Menschen sind gleich viel wert.

Alle Menschen sind wichtig.

[→ zurück zur Übersicht](#)



Wie spricht man über Behinderung?

Über Behinderung sprechen ist **nicht** einfach.

Es ist wichtig, richtige Worte zu finden.

Manche Worte sind **nicht** gut.

Manche Worte verletzen Menschen mit Behinderung.

Manche Worte zeigen nur die Schwierigkeiten.

Aber der ganze Mensch ist wichtig.

Jeder Mensch kann viele Dinge.

Manche Menschen brauchen nur mehr Hilfe.



Eine gute Möglichkeit ist:

Immer den Menschen zuerst nennen.

Zum Beispiel:

- Mensch mit Lern-Schwierigkeiten
- Mensch mit Behinderung

Die Worte zeigen:

Der Mensch ist das Wichtigste.

Am besten:

Frag, welche Worte die Person mag.

[→ zurück zur Übersicht](#)



Wie war es für Menschen mit Behinderung früher?

Wie ist es jetzt?

Vor sehr langer Zeit war es so:

Für Menschen mit Behinderung war es schwer.

Manchmal hat die Familie geholfen.

Wenn **nicht**, mussten Menschen mit Behinderung betteln.

Die Versorgung war **nicht** gut.

Am Anfang vom letzten Jahrhundert war es so:

Menschen mit Behinderung mussten im Heim leben.

Im zweiten Welt-Krieg war es noch schlimmer:

Viele Menschen mit Behinderung sind gestorben.

Die Chefs von Deutschland haben gesagt:

Ein Mensch mit Behinderung ist **nichts** wert.



Nach dem Krieg wurde es wieder besser.

Aber Inklusion gab es **noch nicht**.

Menschen mit Behinderung waren immer noch ausgeschlossen.

Seitdem ist viel passiert.

Menschen mit Behinderung wollten mitbestimmen.

Seit über 60 Jahren ist es so:

Menschen mit Behinderung haben für ihre Rechte gekämpft.

Menschen mit Behinderung wollten Dinge selbst entscheiden.

Dafür haben Menschen mit Behinderung viel gemacht.

Zum Beispiel: Gruppen gegründet.

Miteinander gearbeitet.

Offen ihre Meinung gesagt.

Damit alle sehen können:

Damit bin ich **nicht** einverstanden.

Das finde ich **nicht** gut.

Das muss anders werden.

Die Menschen mit Behinderung hatten Mut.

Und gute Ideen.

Einiges ist schon besser.

Zum Beispiel Gesetze:

- Im Grund-Gesetz steht seit dem Jahr 1994:

Menschen mit und ohne Behinderung haben die gleichen Rechte.

- Es gibt das Behinderten-Gleichstellungs-Gesetz.

Die Abkürzung ist: **BGG**

- Es gibt die UN-Behinderten-Rechts-Konvention.

Die Abkürzung ist: **UN-BRK**

- Seit dem Jahr 2019 dürfen alle Menschen wählen.



Es ist viel passiert.

Weil Menschen mit Behinderung gekämpft haben.

Aber es ist noch viel zu tun.

[→ zurück zur Übersicht](#)

Ein Projekt vom BJR

BJR ist die Abkürzung für: Bayerischer Jugendring.

Der BJR hat ein Projekt gemacht.

Das Projekt heißt:

Bayerisches Inklusions-Label

Jugendarbeit wird inklusiv

Das Wort Label ist Englisch.

Das spricht man so: **läj bl**

Ein Label ist ein Bild.

So sieht das Bild aus:



Die Idee vom BJR war:

Der BJR macht viele inklusive Angebote.

Inklusiv heißt:

Alle gehören dazu.

Alle können mitmachen.

Alle sollen die Angebote leicht finden.

Darum gibt es das Bild.

Das Bild heißt:

Hier gibt es **inklusive Jugend-Arbeit**.

Menschen mit Behinderung sollen sehen:

Das Angebot ist barriere-frei.

Viele Menschen haben mitgearbeitet.

- Mitarbeiter vom BJR
- Menschen mit Behinderung
- Jugend-Gruppen

Es war ein großes Team.



Es gab viele Treffen.

Viele E-Mails.

Und viele Ideen.

Das Team hat das Label gemacht.

Und das Team hat gemerkt:

Das Label reicht **nicht**.

Inklusion ist **nie** fertig.

Man kann immer noch etwas tun.

Und das Team hat gemerkt:

Alle sollen Infos über Inklusion haben.

Und Tipps und Hilfe.

Alle sollen wissen, wie Inklusion geht.

Darum hat das Team alles aufgeschrieben.

Der Text heißt: **Einmaleins Inklusion in der Jugendarbeit.**

Hier gibt es den Text in Leichter Sprache:

[www.bjr.de/fileadmin/redaktion/5. Handlungsfelder/Inklusion/Bayerisches Inklusionslabel Jugendarbeit/Einmaleins-Inklusion Barrierefreiheit barrierefrei Leichte Sprache.pdf](http://www.bjr.de/fileadmin/redaktion/5_Handlungsfelder/Inklusion/Bayerisches_Inklusionslabel_Jugendarbeit/Einmaleins-Inklusion_Barrierefreiheit_barrierefrei_Leichte_Sprache.pdf)



Mitarbeiter in der Jugend-Arbeit können lernen:

So werden unsere Angebote barriere-frei.

Es gibt viele Arten von Barriere-Freiheit.

Zum Beispiel eine Rampe für den Rollstuhl.

Oder Leichte Sprache für Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.

Bei **Inklusion** muss man an viele Sachen denken.

Darum hatte das Team noch eine Idee:

Es soll viele Fragen geben.

Das hilft an Alles zu denken.

Darum hat das Team etwas erfunden.

Die Erfindung heißt: **Inklusio-MAT**.

[→ zurück zur Übersicht](#)



Was ist der Inklusio-MAT?

Der **Inklusio-MAT** ist ein Fragebogen.

Der Fragebogen ist auf einer Internet-Seite.

Der Fragebogen hat 17 Fragen.

Zu jeder Frage gehört ein Bild.

Das Bild gibt Infos.

Über ein barriere-freies Angebot.

Zum Beispiel Blinden-Schrift.



Alle Fragen sind zum Thema Barriere-Freiheit.

Man beantwortet die Fragen mit ja oder nein.

Und bekommt dann ein Bild.

Jedes Bild steht für: Ja.

Ja bedeutet: Das ist barriere-frei.

Das fertige Bild kann man herunterladen.

Und auf der Internet-Seite zeigen.

Man kann das Bild auf Info-Zettel drucken.

Und das Bild bei Veranstaltungen zeigen.

Es gibt 17 Bilder.

Jedes Bild gibt Infos.

Über ein barriere-freies Angebot.

Hier sind die Bilder:

Feste Kontakt-Person

Es gibt eine Kontakt-Person für Inklusion.

Die Kontakt-Person hilft Menschen mit Behinderung.

Alle sollen die Kontakt-Person gut erkennen.

Zum Beispiel durch ein Namens-Schild.

Die Kontakt-Person gibt wichtige Infos weiter.

Und beantwortet Fragen.



Rampe

Es gibt eine Rampe.

Oder der Eingang ist barriere-frei.



Barriere-freies WC

Der Raum ist groß.

Die Tür ist breit.

Es gibt Griffe zum Festhalten.

Ein Rollstuhl passt unter das Waschbecken.



Barriere-freier Aufzug

Der Aufzug ist extra breit.

Ein Rollstuhl passt rein.

Die Tür geht von allein auf und zu.



Barriere-freier Parkplatz

Es gibt barriere-freie Parkplätze in der Nähe.

Das bedeutet: Die Parkplätze sind breiter.

Man kann die Parkplätze leicht finden.

Die Parkplätze haben ein Schild.



Barriere-freies Übernachten

Das Hotel ist barriere-frei.

Alle können sich selbst-ständig bewegen.

Auch Menschen mit Behinderung.



Bus und Bahn

Alle können mit Bus und Bahn kommen.

Bus und Bahn sind barriere-frei.

Es gibt einen Aufzug am Bahnhof.



Abhol-Möglichkeit

Menschen mit Behinderung werden vom Bahnhof abgeholt.

Wenn sie das möchten.



Blinde Menschen

Blinde Menschen sollen sich gut zurecht finden.

Mit dem Blinden-Stock.

Darum gibt es Streifen auf dem Boden.

Oder auf der Treppe.

Blinde Menschen fühlen die Streifen mit dem Blinden-Stock.



Blinden-Schrift

Es gibt Infos in Blinden-Schrift.

Zum Beispiel Schilder.



Barriere-freie Internet-Seite

Alle Infos sind leicht zu finden.

Alle Infos sind leicht zu verstehen.

Es gibt eine Erklärung zu Bildern.

Man kann die Farben gut erkennen.

Man kann die Internet-Seite benutzen.

Mit den Tasten vom PC.



Menschen mit Hör-Behinderung

Manche Menschen haben eine Hör-Behinderung.

Die Menschen brauchen vielleicht eine Hörhilfe.

Die Hörhilfe heißt: Mobile Induktions-Anlage.

Das ist ein Gerät.

Das Gerät hilft beim Hören.

Das Gerät schickt Töne direkt in das Hörgerät.

Das klappt auch bei Lärm gut.

Der BJR verleiht mobile Induktions-Anlagen.



Gebärden-Sprache

Manche Menschen brauchen eine Übersetzung

in Gebärden-Sprache.

Dafür gibt es Dolmetscher.

Sie übersetzen alles in Gebärden-Sprache.



Schrift-Dolmetscher

Manche Menschen brauchen Infos zum Mitlesen.

Dafür gibt es Schrift-Dolmetscher.

Die Dolmetscher schreiben auf, was Andere sagen.

Zum Beispiel bei einem Video:

Im Video steht auch Text.

Im Text steht was die Personen sagen.



Leichte Sprache

Manche Menschen brauchen verständliche Sprache.

Das bedeutet:

- kurze Sätze
- einfache Worte
- **keine** Fremdwörter
- Erklärungen für schwere Worte



Ruhiger Raum

Manche Menschen sind sehr empfindlich.

Es gibt einen ruhigen Raum.

Zum Ausruhen.



Tür-Öffner

Es gibt einen Knopf zum Drücken.

Die Tür geht von allein auf.



Viele Menschen haben den Inklusio-MAT schon ausprobiert.

Die Fragen helfen rauszufinden:

- Ist unser Angebot für alle?
- Gibt es noch Hindernisse?
- Wie können alle mitmachen?
- Wo müssen wir uns verbessern?

Viele Zeitungen haben über das Projekt geschrieben.

Das zeigt: Inklusion in der Jugend-Arbeit ist wichtig.

Das Projekt war ein guter Anfang.

Aber es muss immer Menschen geben, die weitermachen.

Inklusion ist nie fertig.

Das Projekt dauert 3 Jahre.

Der Bayerische Jugendring bekommt dafür Geld.

Von **Aktion Mensch**.

Aktion Mensch ist ein Verein.

Der Verein gibt Geld für Projekte.

Und hilft so Menschen mit Behinderung.

[→ zurück zur Übersicht](#)



3 Beispiel-Geschichten über Inklusion

Die Geschichte von Raphael

Raphael ist 25 Jahre alt.

Raphael lebt in Lauenstein.

Raphael studiert.

Raphael arbeitet auch für eine Zeitung.

Raphael ist blind.

Raphael lebt selbstständig.



Das hilft Raphael:

Raphael liest Texte in Braille-Schrift.

Das spricht man so: **Breil-Schrift**

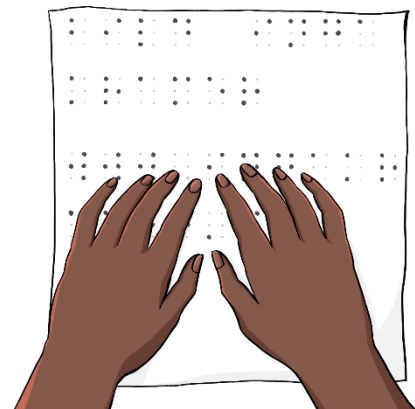
Braille ist eine Schrift für blinde Menschen.

Jeder Buchstabe ist mit einem Punkt-Muster geschrieben.

Die Punkte sind in Papier gepresst.

Die Punkte sind höher als das andere Papier.

So kann man die Punkte mit dem Finger fühlen.



Raphael benutzt eine Braille-Zeile.

Die **Braille-Zeile** ist ein kleines Gerät.

Das Gerät kann man an den PC anstecken.

Das Gerät schreibt Worte in Braille-Schrift.

Das Gerät hat kleine Stifte.

Die Stifte schreiben die Buchstaben in Braille-Schrift.

So kann Raphael am PC lesen.

Das hilft Raphael noch:

- Raphael benutzt einen Langstock.

Mit dem Langstock ertastet Raphael den Weg.

So findet er Stufen oder Hindernisse.

Und kann sicher gehen.



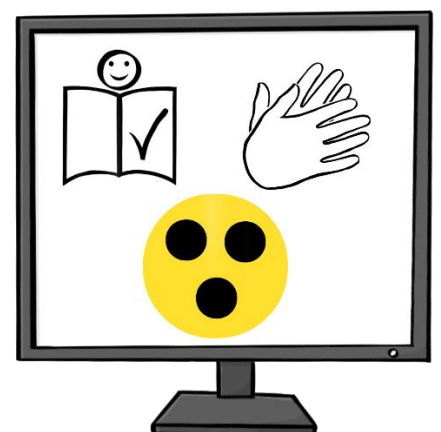
- Raphael lässt sich Texte vom PC vorlesen.

Dafür gibt es Programme.

- Raphael benutzt die Sprach-Funktion vom Handy.

Raphael hört gesprochene Erklärungen.

Für Bilder oder Filme.



Raphael plant ein Tanz Treffen

Raphael plant gerade ein Treffen.

Mit dem Kreisjugendring Kronach.

Das Treffen gehört zum Projekt: **Jugendarbeit wird inklusiv.**

Das Treffen ist für Menschen mit und ohne Behinderung.

Alle können zusammen Tanz und Akrobatik ausprobieren.

Die Idee hatte Raphael im Studium.

Raphael hat eine Arbeit über einen Tanz geschrieben:

Rock´n Roll.

Das spricht man so: **rok änd rol**

Raphael wollte den Tanz gerne ausprobieren.

Zusammen mit anderen.

Erst wusste Raphael **nicht wie.**

Dann hat er Hilfe beim Kreisjugendring gefunden.

Tipp von Raphael:

Einfach mal anfangen.



Die Geschichte von Maya

Maya ist 15 Jahre alt.

Maya macht bei einem Kletter-Projekt mit.

Der Name von dem Projekt ist:

Bayerns beste Gipfel-Stürmer.

Menschen mit und ohne Behinderung:

- klettern zusammen
- machen Ausflüge
- fahren in den Ferien zusammen weg

Maya lebt mit Trisomie 21.



Trisomie 21 bedeutet:

Der Körper ist anders aufgebaut.

Jeder Körper besteht aus Zellen.

In den Zellen sind Chromosomen.

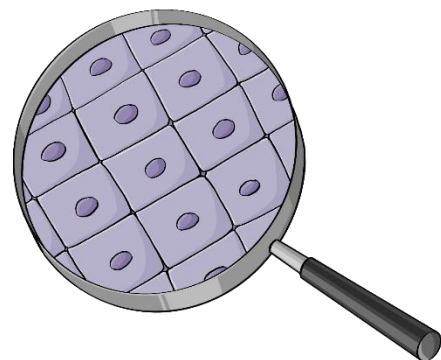
Das spricht man so: **kro mo so men**

Die Chromosomen bestimmen wie ein Mensch aussieht.

Und wie das Gehirn arbeitet.

Meistens hat jede Zelle 46 Chromosomen.

Menschen mit Trisomie haben ein Chromosom mehr.



Darum entwickeln sich Menschen mit Trisomie 21 **etwas anders**.

Menschen mit Trisomie 21 lernen vielleicht langsamer.

Und brauchen mehr Zeit zum Üben.

Lernen fällt ihnen manchmal schwerer.

Jeder Mensch mit Trisomie 21 ist anders.

Maya will Jugend-Leiterin werden

Bei den Gipfel-Stürmern war es so:

Wer alt genug ist, kann Jugendleiter werden.

Dafür gibt es eine Schulung.

Aber **nicht** für Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.

Maya konnte **nicht** Jugendleiterin werden.

Aber dann hatte Ulli Dietrich eine Idee.

Ulli hat die Gipfel-Stürmer erfunden.

Ulli hat gesagt:

Wir brauchen eine **inklusive Jugendleiter-Ausbildung**.

Für Menschen mit und ohne Behinderung.



Die inklusive Ausbildung ist anders.

Es gibt zum Beispiel:

- Infos in Einfacher Sprache
- Erklärungen mit Bildern
- viel Zeit für Nachfragen und Pausen



Maya hat die inklusive Ausbildung gemacht.

Maya ist jetzt Jugendleiterin.

Tipps von Maya und Ulli:

- Pläne einhalten gibt Sicherheit.
- Klare Sprache und Bilder benutzen.
- Genug Zeit für Pausen und Fragen haben.
- Allen Menschen etwas zutrauen.



Die Geschichte von Leo

Leo ist 16 Jahre alt.

Leo lebt in Schweinfurt.

Leo geht auf die Realschule.

Leo findet Technik toll.

Leo hilft gerne.

Leo lebt mit Autismus.



Autismus bedeutet:

Das Gehirn arbeitet anders.

Menschen mit Autismus:

- fühlen anders
- denken anders
- handeln anders

Manche Menschen verstehen das **nicht**.

Das war bei Leo auch so.

In der Schule hatte Leo am Anfang **nicht** viele Freunde.

In der Jugend-Arbeit war das anders.

Leo hat bei einer Zirkus-Freizeit mitgemacht.

Beim Zirkus für Kinder.

Der Zirkus heißt: Rafeldinio.

Kinder mit und ohne Behinderung können zusammen Zirkus spielen.

Und viele neue Dinge ausprobieren.

Zum Beispiel Clown spielen oder turnen.

Am Ende führen die Kinder alles vor.

Leo hat sich im Zirkus wohl gefühlt.

Jetzt ist Leo Betreuer und hilft den Kindern.



Leo findet:

Inklusion in der Jugend-Arbeit geht gut.

Alle sollen inklusive Jugend-Arbeit machen.

[→ zurück zur Übersicht](#)

4 kurze Beispiele für inklusive Jugend-Arbeit

Am PC lernen

Der Bezirks-Jugendring Unterfranken hat ein Projekt:

Eine digitale Lern-Plattform.

Das heißt: Man kann Vieles am PC lernen.

Es gibt zum Beispiel:

- Infos
- Tipps
- Spiele

Die Internet-Seite ist fast barriere frei.



Gemeinschaft erleben im Allgäu

Im Landkreis Ost-Allgäu gibt es eine Projekt-Woche.

Die Woche heißt: **Inklusive dir.**

In der Woche gibt es viele Aktionen.

Menschen mit und ohne Behinderung
können viel machen.

Auch Vereine und Firmen machen mit.

Am Ende gibt es ein großes Fest.



Jugend-Arbeit in Augsburg

In Augsburg gibt es ein Jugend-Haus.

Das Jugend-Haus heißt: h2o Oberhausen.

Das Jugend-Haus ist fast barriere-frei.

Alle Angebote sind inklusiv.

Außerdem gibt es:

- eine Projekt-Woche zum Thema Inklusion
- Inklusions-Tage für Schulen
- ein inklusives Film-Projekt

Jugendliche mit und ohne Behinderung drehen zusammen Filme.



Special Olympics Bayern

Die Abkürzung für Special Olympics Bayern ist: **SOBY**.

SOBY ist ein Sport-Verband für Menschen mit Behinderung.

SOBY hat auch eine inklusive Jugend-Vertretung.

Die Jugend-Vertretung macht Aktionen.

Zum Beispiel:

- Wochenend-Ausflug einmal im Jahr
- großes Info-Treffen am PC

[→ zurück zur Übersicht](#)



12 Menschen, die Inklusion bekannt machen

Inklusion bedeutet:

Alle gehören dazu.

Jeder Mensch ist anders.

Und das ist gut.

Das soll bekannter werden.

Dafür braucht es Menschen, die sich dafür einsetzen.

Die Menschen heißen: **Aktivisten.**

Hier sind 12 Aktivisten für Inklusion:

Raul Krauthausen

Raul ist Inklusions-Aktivist.

Raul sitzt im Rollstuhl.

Hier gibt es mehr Infos.

<https://raul.de/leichte-sprache/>



Ninia LaGrande

Ninia ist Moderatorin und Künstlerin.

Ninia ist kleinwüchsig.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

www.ninialagrande.de



Jennifer Sonntag

Jennifer ist Künstlerin und schreibt Texte.

Jennifer ist blind.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://jennifer-sonntag.de/index.php/person/>

Laura Gehlhaar

Laura schreibt Texte und hält Vorträge.

Laura sitzt im Rollstuhl.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://lauragehlhaar.com/index.html>

Ottmar Miles-Paul

Ottmar schreibt Texte.

Ottmar lebt mit Seh-Behinderung und Hör-Behinderung.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://kobinet-nachrichten.org/impressum/wir-ueber-uns/>

Constantin Grosch

Constantin ist Politiker.

Constantin sitzt im Rollstuhl.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://constantin-grosch.de/>



Julia Probst

Julia ist Politikerin.

Julia setzt sich für Gebärden-Sprache ein.

Julia ist gehörlos.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://speakerinnen.org/de/profiles/julia-probst>



Natalie Dedreux

Natalie ist Aktivistin.

Natalie lebt mit Trisomie 21.

Trisomie 21 ist in der Geschichte von Maya erklärt.

Hier gibt es mehr Infos über Natalie.

Die Infos sind zum Teil in Leichter Sprache.

<https://ohrenkuss.de/team/3-dedreux-natalie-koeln.html>

Amie Savage

Amie ist Aktivistin und Künstlerin.

Amie sitzt im Rollstuhl.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind nicht in Leichter Sprache.



<https://steady.page/de/halbekatoffl/posts/ec38e018-98eb-4c33-b7cd-f06c6836d900>

Alina Buschmann

Alina ist Aktivistin und Schauspielerin.

Und Beraterin für Inklusion und Anti-Diskriminierung.

Alina lebt mit einer chronischen Krankheit.

Das heißt: Die Krankheit geht **nicht** weg.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://www.dramaproved.de/%C3%BCber-mich>

Luisa L'Audace

Luisa ist Aktivistin und schreibt Texte.

Und Luisa ist Beraterin für Inklusion und Anti-Diskriminierung.

Luisa lebt mit einer chronischen Krankheit.

Das heißt: Die Krankheit geht **nicht** weg.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://www.angrycripples.com/%C3%9CberUns>

Luk Bornhak

Luk ist Aktivist.

Luk lebt mit einer Lern-Behinderung.

Hier gibt es mehr Infos.

Die Infos sind **nicht** in Leichter Sprache.

<https://www.swr.de/heimat/stuttgart/luk-inklusion-100.html>

[→ zurück zur Übersicht](#)



Übersetzt und geprüft von FÜP- FortSchritt Übersetzungs-und Prüfbüro für Leichte Sprache.



Weitere Informationen über FÜP gibt es hier: www.fortschritt-bayern.de/angebote/leichte-sprache

Das FortSchritt Übersetzungs- und Prüfbüro ist Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache e.V.



Die Übersetzungen tragen das Qualitäts-Siegel vom Netzwerk für geprüfte Leichte Sprache.

Die Texte sind von Menschen mit Lernschwierigkeiten geprüft.

©Bilder: Inga Kramer, www.ingakramer.de

©Bild Ausrufezeichen, Fragezeichen: pixabay

©Fotos: Handbuch, Label BJR

©Logo Aktion Mensch: Aktion Mensch

Impressum

HERAUSGEBER

Bayerischer Jugendring K.d.ö.R.

vertreten durch den Präsidenten

Philipp Seitz

ANSCHRIFT

Herzog-Heinrich-Str. 7

80336 München

tel 089/51458-0

publikationen@bjr.de

www.bjr.de

LAYOUT

BEST FRIEND Agentur für Kommunikation GmbH

STAND

Dezember 2025

Artikel-Nr. 2025-0795-000