

Inklusion und Behinderung in der Leistungsgesellschaft

Augenschein in der Praxis

Wenn es um Behinderung geht, ist Inklusion das Zauberwort der Stunde. Doch wie sieht es in der Praxis aus? Die Tagung zum 15-jährigen Bestehen von avanti donne bot Gelegenheit, dieser Frage nachzuspüren.

Seit dem Beitritt der Schweiz zur UNO-Behindertenrechtskonvention (BRK) ist der Begriff Inklusion auch bei uns allgegenwärtig. Wenn viele über das Gleiche reden, bedeutet das aber nicht, dass alle das Gleiche meinen, und schon gar nicht, dass alle die gleichen Ziele damit verfolgen. Das Ideal von Inklusion den Wirklichkeiten von Frauen mit Behinderung gegenüberzustellen, war das Ziel der Jubiläumstagung von avanti donne. Diese beleuchtete zwei unterschiedliche Ebenen von Inklusion:

- Inklusion als Gesellschaftsmodell
- die Bedeutung von Inklusion für die/den Einzelnen

Inklusion als Gesellschaftsmodell

Auch wenn es selten klar gesagt wird und es viele theoretische Modelle von Inklusion gibt: Inklusion im Sinn der BRK zielt auf eine fundamentale Neugestaltung der Gesellschaft. Anders als bei der Integration muss sich in der inklusiven Gesellschaft nicht der Einzelne der Mehrheitsgesellschaft anpassen, sondern diese passt sich der Vielfalt der Menschen an. Sie fragt nicht mehr danach, welche Behinderung eine Person hat, sondern danach, welches ihre Bedürfnisse sind, was sie braucht, um teilhaben zu können. Jeder Mensch wird respektiert, wie er ist, ungeachtet seiner Normabweichungen, seines

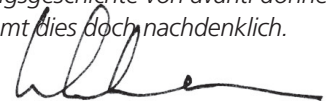
Geschlechts, seines Glaubens, seiner Herkunft usw. Dies die Idee, die umzusetzen sich die Vertragsstaaten der BRK verpflichtet haben.

Von einem Richtungswechsel dieser Art ist indes noch nicht viel zu spüren. Unklar ist zudem, wie er politisch und praktisch zu bewerkstelligen wäre. Auch wenn auf vielen Fahnen bereits «Inklusion» steht, geht es darum vorläufig weiterhin um Integration.

Integration und Anpassung

Die grössten Anstrengungen sind bei der sogenannten Arbeitsintegration spürbar. Das hat vor allem mit der IV-Politik zu tun. Zwar lebt und arbeitet die Mehrheit der Menschen mit Behinderung ohne Leistungen der IV. Für jene Versicherten, die das nicht können, nimmt der Druck zur Integration in die Arbeitswelt und damit zur Anpassung an die Anforderungen der Leistungsgesellschaft jedoch ständig zu (statt ab, wie es «Inklusion» eigentlich erfordern würde). Dies zeigt die Zahl abgelehnter Rentengesuche, dies zeigen auch die Rückmeldungen, die avanti donne erhält. Auf der einen Seite gibt es Frauen, die permanent ein enormes Arbeitspensum bewältigen, oft mit der Dreifachbelastung Beruf – Familie – Behinderung, und die das auch mit einer starken Beeinträchtigung gut schaffen.

Dieses Frühjahr konnte der Verein avanti donne sein 15-jähriges Bestehen feiern. Aus dem losen Netzwerk kämpferischer Aktivistinnen der Behindertenbewegung ist eine auch in Fachkreisen anerkannte Organisation geworden. Doch wie steht es um das Kernanliegen des Vereins, die Gleichstellung? Wer die Aktivitäten zu Gleichstellung und Behinderung verfolgt, stellt fest, dass dieses Thema seit Inkrafttreten der UNO-BRK an Anziehungskraft und Aufmerksamkeit zu verlieren scheint. Etwas Grösseres, Besseres, Vielversprechenderes ist stattdessen in den Vordergrund gerückt: die Inklusion. Wunderbar! Ohne Gleichstellung ist Inklusion allerdings nicht zu haben. Trotz Unterschieden sind beide Konzepte vielmehr auf mannigfaltige Weise miteinander verflochten. Dies aufzuzeigen und bestehende Defizite bei der Gleichstellung von Frauen und Mädchen mit Behinderung offenzulegen, bleibt daher eine der Hauptaufgaben von avanti donne. Denn: Wenn wir es nicht tun, tut es niemand. Daran hat bisher auch der klare Auftrag der UNO-BRK nichts geändert. Bei aller Freude über die Erfolgsgeschichte von avanti donne stimmt dies doch nachdenklich.



Carmen Coleman, Präsidentin



In dieser Ausgabe

Inklusion praxisnah	1
Behinderung als Armutsfalle	3
Im Gespräch: Therese Stutz	4
In Kürze / Impressum	6

Andere Frauen leiden unter den Bedingungen ihrer Arbeit. Sie finden aber für sich keinen gangbaren Weg, um ihre Situation zu verbessern. Denn auch integrierte Frauen spüren häufig, dass sie als Person mit Behinderung besser keine Ansprüche an das Umfeld stellen sollten, wollen sie nicht als «die Behinderte» wahrgenommen werden.

Öfter aus der Rolle fallen

«Behinderung ist in der Arbeitswelt kein Problem. Man darf nur nichts von ihr merken», so das nüchterne Fazit von avanti donne-Leiterin Angie Hagmann. In einer der BRK verpflichteten Gesellschaft muss es jedoch für alle möglich sein, Stopp zu sagen, wenn die Arbeitsbedingungen nicht stimmen, wenn etwas zu viel ist oder der Lohn zu tief. Dazu müssen Frauen mit Behinderung allerdings bereit sein, jene Rollen zu verweigern, die man ihnen gerne zuschreibt, in die sich manche aber auch selber begeben, sei es die Rolle der Superwoman, der schutzbedürftigen oder der friedfertigen Frau.

Sich selber bleiben – aber wie?

Hier setzte Dr. Susanne Schriber mit ihrem Beitrag an. Als Ausgangspunkt wählte sie das Inklusionsmodell von Mai-Anh Boger. Es besagt, dass Inklusion drei Aspekte umfasst:

- Empowerment
- Normalisierung
- Dekonstruktion (Auflösung starrer Kategorien, wie mit/ohne Behinderung)

Boger zufolge sind alle drei Komponenten richtig und gleichwertig. Aber: Die drei Komponenten passen nicht gleichzeitig zusammen. Eine ist jeweils nicht vereinbar mit den beiden andern. Inklusion stellt uns deshalb vor ein Trilemma: Wir müssen nicht nur zwei Aspekte gegeneinander abwägen (Dilemma), sondern drei.

Susanne Schriber veranschaulichte dies mit einem Beispiel aus ihrem Alltag als Hochschul-Dozentin und Rollstuhlfahrerin: Am Ende einer strengen Arbeitswoche steht noch eine obligatorische Exkursion an. Sie weiss, dass ihre körperlichen Kräfte dafür nicht reichen. Was tun? Dem Modell von Boger folgend, gibt es drei (un-)mög-



Bild: alami stockphotos

Inklusiv leben als Frau mit Behinderung: Die britische Künstlerin Alison Lapper (hier die berühmte Skulptur von ihr auf dem Londoner Trafalgar Square) ist dafür ein starkes Beispiel.

liche Kombinationen von Inklusion; jede kann mit einem dazu passenden Slogan verdeutlicht werden:

Wir lassen uns nicht behindern!

a) Inklusion als Empowerment und Normalisierung: Ich mache mit (Recht auf Teilhabe, Normalisierung), fordere aber eine spätere Abreise (Empowerment), weil ich am Morgen mehr Zeit brauche (Nachteilsausgleich). Im Widerspruch dazu steht *Dekonstruktion*, denn wer für das Recht auf Normalität kämpft, kann ohne die Konstruktion von «Behinderung» und «Normalität» nicht auskommen.

Es ist normal, verschieden zu sein.

b) Inklusion als Normalisierung und Dekonstruktion: Ich mache mit genau wie alle andern und bade die Folgen der (Über-)Anstrengung am Wochenende aus.

Das «Andere» (hier Teilnehmerin im Rollstuhl) ist normal (Normalisierung), «Schwarz-Weiss-Denken» bildet nicht die Realität ab (Dekonstruktion). Auf der Strecke bleibt das Empowerment, denn wer von Empowerment spricht, betont das Andere, die andere Stimme.

Es gibt ein Recht, anders zu sein.

c) Inklusion als Dekonstruktion und Empowerment: Ich erkläre, dass dieser Ausflug für mich schlicht zuviel ist und melde mich schon Anfang Woche ab. Dadurch weise ich vorgege-

bene Definitionen zurück (Dekonstruktion) und hinterfrage Vorstellungen von «Norm» (Empowerment). Im Widerspruch dazu steht Normalisierung.

Den Mut zur Balance finden

Die Aufgabe besteht darin, so die Referentin, für sich selbst eine gute Lösung zu finden. «Die Slogans können widersprüchlich sein, sie decken verschiedene Punkte ab. Ich kann bei mir prüfen, nach welchem Slogan ich am ehesten lebe, welchen ich vernachlässige und welchen ich aufwerten muss, damit die Balance stimmt. Das muss ich tun, um mich selbst zu bleiben.» Daraus ergibt sich für den Einzelnen:

- Inklusion heisst, mit Widersprüchen leben können. Dies ist zu akzeptieren.
- Ein «inklusives» Leben mit Widersprüchen bedeutet Forderung, oft Überforderung, nie Unterforderung. Berufliche, leistungsbezogene Integration/Inklusion geht oft auf Kosten sozialer und kultureller Inklusion. Wir dürfen Erholung für Mehrleistung einfordern.
- Der Preis der Inklusion ist hoch. Das macht uns aber auch zu Menschen, die bewusst und sensibel mit gesellschaftlichen Ansprüchen und Entwicklungen umgehen. Dies dürfen wir zeigen. ●

Zusammenfassung der Referate der Jubiläumstagung von 17. Juni in Bern. Wortbeitrag / Handout auf www.avantidonne.ch (Themen)

Workshop (Über-)Leben mit kleinstem Budget

Behinderung als Armutsfalle

Was Armut für Betroffene mit Behinderung bedeutet, war Thema eines gut besuchten Workshops von avanti donne. Viel Raum nahm darin die Frage ein, wie ein Minimum an Lebensqualität erhalten und die eigene Gesundheit geschützt werden kann. Eine Teilnehmerin berichtet.

Mit wenig Geld umgehen tue ich bereits ein halbes Leben lang. So habe ich reichlich Erfahrung darin, Wege und Schleichwege zu finden und zu erfinden, um mit kleinstem Budget so gut wie möglich zu leben. Zwei Gründe führten mich dennoch zum Workshop von avanti donne: Einerseits lässt sich immer etwas dazulernen, andererseits ist es rar, dass sich explizit eine Gruppe von Menschen mit «knappen Mitteln» befasst, die zugleich durch ein Handicap herausgefordert sind. Ich konnte mich mit Betroffenen zusammensetzen, die diese Doppelbelastung auch kennen. So bin ich weniger allein damit.

Ein Problem, viele Zuständige

Geld und Behinderung in Kombination als Gegenstand der Aufmerksamkeit begegnet mir erstaunlich selten. Obschon der Zusammenhang auf der Hand liegt, scheint das System der Sozialen Sicherheit maximal fragmentiert: Das Sozialamt bearbeitet vornehmlich finanzielle Probleme sozialen Ursprungs; die IV befasst sich mit körperlichen Beeinträchtigungen, welche die Leistung «Erwerbstätigkeit» kaum (mehr) zulassen; das Arbeitsamt widmet sich der Stellenvermittlung. Bestehende Wechselwirkungen scheinen für uns als Gesellschaft schwer fassbar und bearbeitbar zu sein. Dabei geht es im Grunde bei allen um dasselbe Problem.

Im Workshop hörte ich, wie erwartet, zahlreiche Tipps, worauf sich zum Schutz der eigenen Lebensqualität achten lässt. Meinerseits nehme ich beispielsweise die Ermunterung mit, doch mal das Budget wirklich genau anzuschauen. Weiss ich im Detail Bescheid, wo ich was ausbebe? Nicht ganz... Heisst: Ich kann das Gefühl von Sicherheit erhöhen, indem ich mir wirklich klar mache, was zahlenmässig Sache ist.

Weiter prägte sich mir ein Satz einer Teilnehmerin ein, als sie über ihren Prozess mit Geld berichtete: «Wie du einfach so aus dem Mittelstand herausfallen kannst... nie hätte ich das für möglich gehalten.» Da begriff ich: Das habe ich im Grunde auch erlebt – ich bin da einfach 'rausgepurzelt, kaum merklich, unaufhaltsam.

Nachhaltig prekär

Vor neun Jahren, Mitte Vierzig, bekam ich erstmals Unterstützung vom Sozialamt: Ich konnte gesundheitsbedingt, damals noch ohne klärende Diagnose, nicht mehr existenzsichernd einer Erwerbsarbeit nachgehen. Seither bin ich dort langfristig hängen geblieben. Ein finanzieller Ausgleich meiner Beeinträchtigung durch eine IV-Rente wurde letztinstanzlich abgelehnt. Meine Art von Handicap, eine genetisch bedingte seltene Abweichung von der Norm in der Kollagenbildung im Bindegewebe (hEDS), passt als Ursache von Erwerbsunfähigkeit nicht ins Schema. Punkt. Somit lebe ich in einer «nachhaltig» prekären finanziellen Situation.

Keinen Ausgleich für den durch die Behinderung erzwungenen Erwerbsverlust zu erhalten, verschärft die ge-

sundheitliche Herausforderung. Ein sehr grosser Teil von meiner Kreativität und meinem Können wird ab- oder umgelenkt in Existenzbewältigung. Das ist ernüchternd.

Es bleibt mir, mit dem Geschwisterpaar Not und Erfindergeist, Wege jenseits des Bekannten zu beschreiten: Mitglied sein im Zeitausch-Verein, eine Kultur-Legi führen sind Beispiele. Mein soziales Netz pflege ich proaktiv und weite es aus, lasse mir von verschiedenen Menschen etwas schenken, forsche nach Quellen, die mir noch unbekannt sind. Das ist interessant, anstrengend und aufwändig – vor allem eben mit einer gesundheitlichen Einschränkung, die täglich Gesundheitsarbeit in Form von spezifischem Training und Pausieren erfordert. Da beisst sich die Katze in den Schwanz.

Was ich mir wünsche

Es gibt zahlreiche Büros und Organisationen, die Rat anbieten. Mittlerweile könnte ich selber ein Vernetzungs-Beratungs-Büro eröffnen mit den bisher kontaktierten Personen, Institutionen und Organisationen, wo ich Berührungspunkte finde in meinen Bemühungen um Gesundheit, Lebensqualität und Stabilität. Diese hier konkreter auszuführen, würde den Rahmen sprengen. Mittendrin und weiter lernend in dieser verzwickten Lage, wünsche ich mir mehr Austausch, Mut und Transparenz bei diesem Thema sowie einfachere unterstützende Lösungen. G.B.

(Datum Folge-Workshop ab Oktober auf www.avantidonne.ch)



Therese Stutz Steiger:

«Es gibt noch zu viele Lücken in der Gesetzgebung»

Im netzbrief nehmen Frauen mit Behinderung Stellung zu verschiedenen Aspekten der Gleichstellung. Heute: Therese Stutz Steiger, 65, Ärztin, Experte für Öffentliche Gesundheit und Initiatorin des preisgekrönten Films «Gleich und anders» über Frauen und Männer mit psychischen Beeinträchtigungen.



Foto: Flavia Trachsel / Buch «Erst recht»

Kein Zweifel, Therese Stutz Steiger ist eine Frau mit einer aussergewöhnlichen Biografie. Die Bernerin wurde mit der «Glasknochenkrankheit» (Osteogenesis imperfecta, OI), geboren. Ihre Kindheit war geprägt von Beinfrakturen, sie benötigte überwiegend den Rollstuhl und war stark auf die Hilfe von Eltern und MitschülerInnen angewiesen. Erst nach grösseren Operationen im Jugendalter lernte sie gehen. Nicht zuletzt dank dem unermüdlichen Einsatz ihrer Eltern konnte sie die Regelschule besuchen. Ihr Traumberuf Lehrerin blieb ihr wegen der Behinderung allerdings verwehrt. Stattdessen studierte sie Medizin. Die Dissertation über die eigene Krankheit führte 1986 zur Gründung der Schweizerischen Vereinigung Osteogenesis Imperfecta (SVOI), deren Präsidentin sie heute ist. Weiter ist sie Vorstandsmitglied von ProRaris, der Allianz Seltener Krankheiten. Und auch im Unterstützungskomitee von avanti donne ist sie seit vielen Jahren dabei. Im jüngsten Projekt von Therese Stutz Steiger geht es jedoch um ein anderes Thema:

avanti donne: Therese, du hast einen Film über Menschen mit psychischen Schwierigkeiten initiiert. «Gleich und anders. Wenn die Psyche uns fordert», so der Titel. Wie ist es denn dazu gekommen?

Ich war in meiner näheren Umgebung immer wieder mit der Problematik der

psychischen Gesundheitsstörung konfrontiert und wusste, wie anders die Realität dieser Patientengruppe ist als die unsere. Ich fand es wichtig, den Betroffenen eine Stimme und damit mehr Autonomie zu geben.

Die Idee zum Filmprojekt hatte ich auch, weil ich mit Besorgnis die Entwicklung auf dem Arbeitsmarkt und bei den Sozialversicherungen verfolgte, welche die Chancen auf Gleichstellung speziell für psychisch behinderte Menschen verringerte. Ich hoffte, damit auch einen Beitrag zu neuen Dimensionen im alltäglichen Umgang mit psychisch Kranken leisten zu können. Ich suchte nach einer Plattform, von der aus Betroffene einen aktiven Beitrag zu ihrer Gleichstellung leisten könnten, und nach neuen Formen des Umgangs mit der Aussenwelt. Mit dem Leiter des EBGB, Andreas Rieder, besprachen wir 2012 die Möglichkeit einer Verarbeitung in einem Film. Jürg Neuenschwander schien uns der geeignete Regisseur. Er liess sich schnell von der Idee begeistern.

Was waren deine Aufgaben bei der Produktion?

Beim Fundraising habe ich – unterstützt von Jürg Neuenschwander – eine aktive Rolle übernommen. Das war eine schwierige Erfahrung, denn nach den ersten Erfolgen, die rund die Hälfte des Budgets einbrachten, dauerte es drei Jahre, bis wir das Projekt starten konnten.

Jürg Neuenschwander und ich haben das Vorkonzept und dann auch das Drehbuch miteinander erarbeitet. Während der Produktion habe ich mich zurückgehalten – nicht ganz freiwillig. Ich musste mich in dieser Zeit mit den Folgen eines Unfalls abfinden, die mich bei meiner vorbestehenden Behinderung sehr viel Energie kosteten.

Wie habt ihr die Protagonistinnen und Protagonisten ausgewählt?

Nach der langen Fundraising-Phase haben wir Anfang 2015 via Pro Infirmis, Pro Mente Sana, die PUKs Bern und Zürich sowie Frau Dr. med. Claudia Kamber, Köniz, einen Aufruf zum Mitmachen verteilen lassen. Darauf haben sich rund 60 psychisch betroffene Menschen bei uns gemeldet, von denen Jürg Neuenschwander und seine Assistentin, Karin Schmid, 50 für ein Recherche- bzw. Casting-Gespräch besuchten. Es waren spannende und oft berührende Begegnungen.

Aus den Bewerbungen wurden dann 14 Personen für den Film ausgesucht. Hauptkriterien waren eine gewisse Ausdrucksfähigkeit und die Verschiedenheit der Situationen der BewerberInnen. Die ProtagonistInnen lernten sich gegenseitig erst an einer für sie organisierten Vorpremiere des Films kennen.

Psychische Gesundheit ist auch in deinem früheren beruflichen Wirkungsfeld, der Gesundheitsförderung, ein grosses Thema, vor allem Depression.

Was weiss man hier über Unterschiede zwischen betroffenen Frauen und Männern?

Es sind mehr Frauen als Männer betroffen, wobei festzuhalten ist, dass die Depressionshäufigkeit bei Männern wahrscheinlich höher ist, als allgemein geschätzt wird. Man weiss, dass Männer weniger professionelle Hilfe beanspruchen als Frauen (Anne Maria Möller-Leimkühler).

Wenn wir auf die Gesundheitsförderung fokussieren, so müssen wir bedenken, dass Faktoren wie Gesundheits- und Lebenskompetenz, familiäres Umfeld, Situation am Arbeitsplatz, Phasen und anderes mehr die Gesundheit für psychische Störungen beeinflussen.

Was ist die wichtigste gemeinsame Aufgabe, die das Publikum ausführen soll?

Es geht zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit und zur Ermutigung von Menschen mit psychischen Schwierigkeiten bei. Er fördert den Dialog mit dem Publikum bei Veranstaltungen.

Die Protagonistinnen und Protagonisten haben gemerkt, dass ihre Stimme gehört wird, und entwickelten spontan die Idee, einen Verein zu gründen und die Lancierung des Films aktiv zu beeinflussen. Dieser Schritt birgt eine gewisse Chance, dass sich neue Wege zur Sensibilisierung für Gleichstellung und Integration erschliessen lassen. An mehreren von IV-Stellen organisierten Veranstaltungen nahmen ArbeitgeberInnen und Personalverantwortliche grösserer Firmen teil. Viele von ihnen zeigten sich beeindruckt und waren dankbar für den authentischen Einblick in die Situation benachteiligter Arbeitnehmender.

Hast du selber durch die Arbeit am Film auch neue Erkenntnisse gewonnen?

Ich gewann Einblicke in eine ganz andere (Arbeits-)Welt, wo die engagierten Mitarbeitenden von kurzfristigen Jobs leben – ganz im Gegensatz zu meinen Erfahrungen in einem Bundesamt. Auch die technisch-logistische Seite bei der Entstehung eines Films war für mich neu. Unser Projekt war nicht einfach zu steuern; wir mussten in allen Phasen mit vielen unbekanntem Faktoren umgehen. Transparenz und Flexibilität wa-

ren wichtig. Auch das Fingerspitzengefühl von Jürg Neuenschwander und seine Erfahrung im Dokumentarfilmbereich waren unentbehrlich. Ohne seine hohe Professionalität wäre das Ganze nicht gelungen. Vermutlich war die Kunst des Regisseurs, Dialoge auf Augenhöhe zu führen, entscheidend. Mit Stolz können wir erwähnen, dass wir mit dem Film den Publikumspreis des Berner Filmpreis Festivals 2016 gewonnen haben.

«Vermutlich war die Kunst des Regisseurs, Dialoge auf Augenhöhe zu führen, entscheidend für das Gelingen.»

Ich freue mich sehr, dass fast alle Protagonisten der Idee von Hans Schmied gefolgt sind und einen Nachfolgeverein gegründet haben mit dem Ziel der Förderung der psychischen Gesundheit aller, der Prävention und der Integration/Unterstützung von psychisch kranken Menschen und ihrer Angehörigen (siehe www.gleichundandersschweiz.ch).

Hans Schmied, Vereinspräsident, und seine Frau Yvonne führen den Verein mit grossem Einsatz. Ich muss allerdings realisieren, dass es schwierig ist, die anfängliche Solidarisierung aufrecht zu erhalten. Die sozialen, krankheitsbedingten und finanziellen Situationen der ProtagonistInnen sind sehr unterschiedlich; das führt dazu, dass die Arbeitslast auf wenige Schultern verteilt ist – wie in vielen Vereinen.

Was erhoffst du dir von der Behindertenrechtskonvention speziell für Menschen mit psychischen Krankheiten und Behinderungen?

Die Definition von «Behinderung» wird breit gefasst. Das ist wichtig! Dadurch hat grundsätzlich jede betroffene Person Anrecht auf Schutz im Sinne der Konvention. Unter «Menschen mit Behinderungen» werden jene verstanden, die langfristig mit körperlichen, psychischen, geistigen oder Sinnesbeeinträchtigungen leben, die im Zusammenspiel mit verschiedenartigen Beschränkungen seitens der Mehrheitsgesellschaft ihre volle, tatsächliche und gleichwertige Teilnahme in der Gesellschaft behindern können. Was die BRK speziell für psychisch Betroffene bringen wird, kann ich nicht ableiten.

Wo siehst du derzeit den grössten Handlungsbedarf?

Für mich war das BehiG ein wichtiger erster Schritt. Eigentlich sollte es jetzt weitergehen. Es gibt noch zu viele Lücken in der Gesetzgebung. Ohne Massnahmen auf Gesetzesebene ist es schwierig, die Öffentlichkeit zu sensibilisieren! Leider setzt unsere Gesellschaft zur Zeit andere Prioritäten.

Und wie schätzt du die Gleichstellung und Teilhabe älterer Frauen mit Behinderung generell ein?

Es herrscht zu wenig Bewusstsein in der Öffentlichkeit, aber auch bei den (älteren behinderten) Frauen über die Wichtigkeit Gleichstellung und Selbstbestimmung als ihr Recht einzufordern. Am Beispiel meiner Knochenkrankheit stelle ich fest, wie viel leichter es ist, für Kinder Unterstützung zu gewinnen als für ältere Personen; bei diesen nehmen viele Leute (wohl ohne böse Absicht) an, dass sie sich selber helfen können. Wir Frauen müssen uns organisieren und solidarisieren – über unsere Behinderung und Lebenswelt hinaus – und auf der politischen Ebene diejenigen wählen, die für die Sache der Menschen mit Behinderungen eintreten. ●



Gleich und anders – Vorführungen und DVD

Infos zum Film «Gleich und anders» und zu den Vorstellungsdaten gibt es auf der Webseite des gleichnamigen Vereins. Dort kann man den Film auch als DVD bestellen (Fr. 20.00) und erfährt mehr über die Vereinsaktivitäten:

www.gleichundandersschweiz.ch

Marlies Hübner: Verstörungstheorien

«Das Leben mit Autismus fühlt sich zu oft an, als verlange man von mir, im Ski-Anzug zu schwimmen. Theoretisch müsste das schon gehen, denn die Schwimmbewegungen bleiben die gleichen, egal, was man dabei trägt. Aber beim Versuch der praktischen Umsetzung geht man trotzdem gnadenlos unter.» So beschreibt die Protagonistin Elisabeth in Marlies Hübners halb autobiografischen Roman ihr Leben mit dem Asperger-Syndrom. Wie es bei Mädchen und Frauen häufig vorkommt, wurden die Symptome auch bei der Autorin lange mit Schüchternheit, Verslossenheit und ähnlichen, angeblich geschlechtstypischen Charakterzügen verwechselt. «Verstörungstheorien» ist ein toll geschriebenes, aber auch düsteres Buch, bei dem man viel über die Wahrnehmung der Alltags- und Beziehungserfahrungen einer Frau mit dem Asperger-Syndrom erfährt – und darüber, wie wichtig eine frühzeitige, korrekte Diagnose für die Betroffenen ist. Ca. Fr. 22.–, Schwarzkopf, Berlin 2016

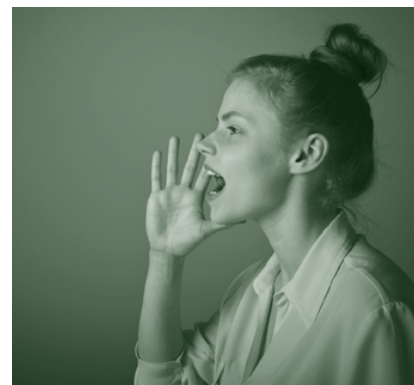


Wenn Schmerzen uns am aktiven Leben behindern

28./29. Oktober, Nottwil. – Schmerz ist eine häufige Konstante im Alltag vieler Menschen. Ganz gleich, ob er phasenweise auftritt oder chronisch: sein Einfluss auf die Lebensqualität kann kaum überschätzt werden. Schmerz wirkt sich nicht nur auf das unmittelbare körperliche und seelische Wohlbefinden aus. Er beeinflusst die gesamte Vitalität und oft auch das Selbstbewusstsein eines Menschen. Betroffene mit nicht sichtbaren Erkrankungen wie Fibromyalgie, Ehlers Danlos, Rheuma, MS, Schleudertrauma, Migräne usw. oder solche ohne Diagnose müssen zudem häufig erleben, dass man sie nicht ernst nimmt. Aktiv und konstruktiv mit Schmerz umzugehen, ist eine anspruchsvolle Lebensaufgabe. Im Wochenend-Seminar «Schmerz lass nach» können Betroffene mit unterschiedlichen Diagnosen ihr Wissen austauschen und erweitern sowie verschiedene Strategien im Umgang mit der eigenen Schmerzproblematik kennenlernen. Das Seminar richtet sich an Frauen, die sich in Fragen der Schmerzbewältigung und Körperakzeptanz fortbilden möchten. Die Diagnose/Ursache der Schmerzen spielt keine Rolle. Individuelle Themenwünsche werden nach Möglichkeit ins Programm aufgenommen. Eine Reduktion des Kursgeldes ist auf Anfrage möglich. Anmeldung: avantidonne.ch (Veranstaltungen)

Entdecke deine Stimme!

2. Dezember, Zürich – Die Stimme ist ein wichtiger Teil unserer Persönlichkeit. Doch meist bleibt ihr Potenzial ungenutzt. Vor allem Frauen trauen ihrer Stimme nicht; sie finden sie zu hoch, zu schwach oder einfach nur schrecklich. Dabei hat jeder Mensch die Anlage zu einem vollkommenen Stimmklang in sich. In diesem Workshop lernen wir unsere Stimme unter Anleitung einer Stimpädagogin ganz neu kennen. Spannung und Spass garantiert! Leitung: Christine Lather, Sängerin, Schauspielerin, dipl. Stimpädagogin Auskunft und Anmeldung: Vanessa Leuthold, Tel. 076 592 92 92 vane.leuthold@gmail.com oder online: avantidonne.ch



Filmmatinée Gleich und anders

Am 21. / 28. Januar und 4. Februar 2018 findet im Kino Cinematte in Bern jeweils um 11 Uhr eine Filmmatinée des Vereins GLEICH UND ANDERS Schweiz statt. (Mehr über den Verein siehe Beitrag auf Seite 4 und 5 dieses netzbriefs.) Bitte Termin reservieren. Mehr Infos:

gleichundandersschweiz.ch

Impressum

Herausgeberin avanti donne – Interessenvertretung Frauen und Mädchen mit Behinderung • **Text, Redaktion & Gestaltung** Angie Hagmann • **Adresse** Alpenblickstrasse 15, 8630 Rütli, netzbrief@avantidonne.ch • © Nachdruck mit Quellenangabe erwünscht • **Spendenkonto** 40-569440-4, avanti donne, 4464 Maisprach