

# Vielfalt leben

Das Magazin von SZENE HAMBURG und Inklusionsbüro / Juni 2017



Das Klabauter Theater produziert sein neues Stück mit dem Künstlerduo „Die Azubis“

**SZENE**  
HAMBURG

  
Hamburg  
wird inklusiv

## DARUM INKLUSION

Wie inklusiv sind wir schon und wo brauchen wir noch Nachhilfe und Aufklärung?



**Klaus Becker**  
Geschäftsstellenleiter der  
Senatskoordinatorin  
für die Gleichstellung  
behinderter Menschen



**Ilona Lütje**  
Redaktionsleitung  
SZENE HAMBURG



**Hedda Bültmann**  
Ressortleiterin Theater  
SZENE HAMBURG



# Hamburg ist inklusiv

**O**der nicht? Seit die UN die Behindertenrechtskonvention 2006 auf den Weg gebracht hat, spielt das Thema Inklusion eine immer größere Rolle in der Stadt. In Hamburg engagieren sich vor allem die Senatskoordinatorin Ingrid Körner und das Inklusionsbüro für ein gleichberechtigtes Miteinander aller Menschen. Obwohl diese Gleichberechtigung bereits im Grundgesetz verankert ist, ist sie noch längst nicht Alltag. Vorurteile, Unsicherheiten, Unkenntnis, Ignoranz – es gibt viele Gründe, die ein gemeinschaftliches Miteinander immer noch erschweren.

Wichtig ist vor allem eines: Ein Bewusstsein für dieses Thema zu entwickeln, eine Haltung zu finden. Mit diesem Magazin wollen wir – SZENE HAMBURG und das Inklusionsbüro Hamburg – dazu ein Stück beitragen. Und gute Geschichten erzählen, die zeigen: So inklusiv ist Hamburg schon und hier gibt es vielleicht noch ein bisschen Nachholbedarf. Dass eine Behinderung keine Rolle spielen muss, zeigen wir dabei selbst. Denn diese Ausgabe ist durch das Engagement eines großartigen inklusiven Teams mit viel

Herzblut entstanden. Zugegeben: Auch wir sind trotzdem keine Weltmeister in Sachen Inklusion. Und so kapitulierten wir zum Beispiel an der Erstellung einer wirklich barrierefreien Ausgabe. Denn das würde bedeuten, dass dieses Magazin auch für Sehbehinderte problemlos zu lesen ist (große Schrift, wenig Text – siehe Beispiel Seite 16) und auch gleichzeitig noch in einfacher Sprache erscheint. Wir haben uns in diesem Fall dagegen entschieden. Denn vor allem wollen wir mit dieser Ausgabe eines: Das Thema in der Welt der Menschen ohne Behinderung platzieren, sensibilisieren, Ängste nehmen, aufklären, denn so fängt Inklusion bereits an.

Wichtig auch: Fragen stellen, sich trauen. Und verstehen: Wir sind alle Menschen – unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Hautfarbe, Religion, sexuellen Orientierungen oder Behinderungen!

Viel Spaß beim Lesen wünschen Ihnen

Klaus Becker,  
Inklusionsbüro

Ilona Lütje,  
SZENE HAMBURG



## Impressum

**Herausgeber:** SZENE HAMBURG  
und Inklusionsbüro Hamburg  
**Redaktion:**  
Klaus Becker, Hedda Bültmann,  
David Hock, Angela Kalenbach,  
Ilona Lütje, Anastasia Umrik

**Schlussredaktion:** Helge H. Rasch  
**Grafik:** Inga Ehrecke  
**Redaktionsanschrift:**  
Hegestraße 40  
20251 Hamburg  
redaktion@vkfmi.de, szene-hamburg.de,

**Erscheinungsweise:** Zweimal jährlich  
Nächste Ausgabe: Dezember 2017  
**Fotos:** Jakob Börner, Philipp Jung  
**Gesamtherstellung:**  
VKM Verlagskontor für Medieninhalte GmbH

**Geschäftsführung:**  
Mathias Forkel  
Hegestraße 40, 20251 Hamburg  
Telefon: 040 52 47 22 60  
**Druck:** NEEF + STUMME premium  
printing GmbH & Co. KG





**Angela Kalenbach**  
Redaktion  
SZENE HAMBURG



**David Hock, 20, ist freier Autor – u.a. für SZENE HAMBURG, Rollt. und Hamburger Abendblatt.**

Von den Paralympischen Spielen in Rio berichtete er im September 2016 zudem als Korrespondent des Tagesspiegels für die Paralympics Zeitung



**Anastasia Umrik ist 30 und ihre Lieblingsfarbe ist rot: Roter Lippenstift und roter Wein.**

Migrationskind, Rollstuhlfahrerin, ehemalige Sonderschülerin, Frau ... Sie schreibt – über das Leben – ehrlich, humorvoll und ein Tick überspitzt [www.anastasia-umrik.de](http://www.anastasia-umrik.de)



**Porträt**  
Im Einklang durch Qi Gong



**Klabauter**  
Hier wird Theater gemacht

# Inhalt



**Ist Hamburg inklusiv?**  
Interview mit Senatskoordinatorin Ingrid Körner

<b>Eppendorf hürdenlos</b>	<b>8</b>
<b>FAQ</b>	<b>10</b>
<b>Ausgeh-Tipps</b>	<b>14</b>
<b>Save the date</b>	<b>15</b>

FOTOS: JAKOB BÖRNER

Seit sechs Jahren im Amt der  
Senatskordinatorin für die Gleichstellung  
behinderter Menschen: Ingrid Körner



**?** Sie sind seit 2011 Koordinatorin.  
Warum ist Ihr Job eigentlich  
ehrenamtlich?

Ich genieße die Freiheiten im Ehrenamt, das möchte ich nicht missen. Seit ich nach meinem vierten Kind aus dem Schuldienst ausgeschieden bin, arbeite ich ehrenamtlich mit voller Leidenschaft – vor allem in der Behindertenhilfe. Als Senatskordinatorin muss ich mich nicht an Dienstwege halten. Ich bin in der Behörde keinem System zugeordnet, sondern kann mich an die Person wenden, von der ich glaube, dass sie mir weiterhelfen kann. Das ist Gold wert.

**Wieso Behindertenhilfe?**

Der Motor sitzt in der Familie. Meine zweite Tochter wurde mit dem Down-Syndrom geboren. Das hat mir gezeigt, dass wir in unserer Gesellschaft vieles ändern müssen.

**Was macht eine Senatskordinatorin?**

Es geht vor allem um Bewusstseinsbildung in meinem Amt. Ich spreche mit Senatoren und anderen Verantwortlichen, bringe meine Anliegen vor und lasse mir schildern, was eigentlich schon so passiert in den jeweiligen Bereichen. Einige sehen sofort, dass wir in vielen Bereichen ein Umdenken brauchen. Aber andere können sich gar nicht vorstellen, wie sie überhaupt eine Rolle spielen können. Häufig kommt die Frage: Warum bin ich überhaupt wichtig für Sie? Aber dann beginnen sie, darüber nachzudenken – das ist die Basis für Veränderung. Ich muss es schaffen, andere in eine Vision und in einen Prozess mit einzubeziehen, der absolviert werden

# Ist Hamburg inklusiv?

**Gleichstellung** Seit sechs Jahren engagiert sich Ingrid Körner als Senatskordinatorin für ein besseres Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung. Basis dafür ist die UN-Behindertenrechtskonvention. Doch um die zu erfüllen, muss in vielen Bereichen dringend umgedacht werden. Was ist Inklusion und wo fängt sie an?

- Interview: Ilona Lütje
- Fotos: Jakob Börner



muss. Wenn wir uns wirklich inklusiv aufstellen wollen, ist jeder dran – egal, welche Funktion, welcher Posten, wie hoch im politischen Bereich angesiedelt und in welcher Zivilposition auch immer. Jeder muss sich fragen: Was kann ich und was muss ich ändern, um die Belange von Menschen mit Behinderungen in meinem Bereich mitzudenken?

#### **Warum ist das häufig noch ein Problem?**

Viele Menschen glauben, dass das eine zusätzliche Aufgabe sei. Aber das stimmt nicht. Am Aufgabenbereich ändert sich gar nichts. Man muss lediglich jeden einzelnen Punkt noch einmal überdenken. Das macht am Anfang ein bisschen Mühe, aber irgendwann hat sich das eingespielt. Und dann bezieht man dieses Thema ganz automatisch in allen neuen Planungen mit ein.

#### **Wo fängt Inklusion an?**

Es ist eine Haltungsfrage: Wie stehe ich behinderten Menschen gegenüber? Das ist ein sehr, sehr kleiner Anfang, aber ein sehr, sehr wichtiger. Wenn ich merke, dass ich doch noch einige Vorurteile habe, dann kommt die Frage, wie ich die abschaffen kann. Ich empfehle dann immer: Nimm Kontakt zu den Menschen auf, die behindert sind, es gibt offene Treffen, Sportvereine, Theatergruppen ... Dann merkt ihr schnell: es sind Menschen mit denselben Bedürfnissen und Sehnsüchten. Sie wollen einfach nur bei allem, was gemacht wird, auch berücksichtigt werden.

#### **Das ist ja auch Sinn des Rahmenprogramms Integrierte Stadtentwicklung (RISE), das alle Bewohner bei der Planung eines Stadtteils einbeziehen soll. Funktioniert das auch?**

Das ist leider ein bisschen schwierig. Es sind meist keine oder zu wenig behinderte Menschen in den Beiräten, was zur Folge hat, dass auch deren Belange nicht umfassend beachtet werden können.

#### **Haben Sie ein Positivbeispiel?**

In Eppendorf zum Beispiel funktioniert das ganz wunderbar. Dort sind die Senioren aus dem Stadtteil der Motor gewesen. Da kam nicht die Senatskoordinatorin und sagte „ihr müsst euch ändern“, sondern es wächst von unten heraus. Das find' ich klasse (siehe auch Seite 8).

#### **Ein Gegenbeispiel wäre die Hafencity, wo das Thema am Anfang gar nicht beachtet wurde. Wie steht es mit neuen Projekten wie „Mitte Altona“ oder dem Baakenhafen?**

Da hat sich haltungsmäßig ganz viel

entwickelt. Die Hafencity war damals mein erstes Problemkind. Hier glaubte man, dass die Barrierefreiheit im Widerspruch zur Ästhetik stünde. Ich habe einen langen Rundgang mit dem Verantwortlichen gemacht und am Ende war er sehr überrascht. Es wurde viel nachgebessert und seitdem macht die Hafencity GmbH immer eine Veranstaltung, bevor etwas in der Planung abgeschlossen wird. Super! Zum richtigen Zeitpunkt können noch Vorschläge gemacht werden. In Altona oder im Baakenhafen war das von Anfang an so. Dort läuft es recht gut.

#### **Wurden Sie bei der Planung der Elbphilharmonie denn nicht mit einbezogen?**

Meine Aufgabe ist es, auf Anfrage aktiv zu werden. Bei einem Vorhaben wie der Elbphilharmonie setze ich mich ja nicht im Voraus mit den Architekten zusammen, weil ich davon ausgehe, dass sie alle Normen beachten. Bei der Planung der Plaza jedoch haben sie mich gefragt: Wie lassen sich in dem roten Pflaster Blindenleitstreifen einbinden, ohne dass sie die Gesamtoptik stören. Da funktionierte es. Andere Aspekte wurden nicht nachgefragt und die müssen nun nachgebessert werden.

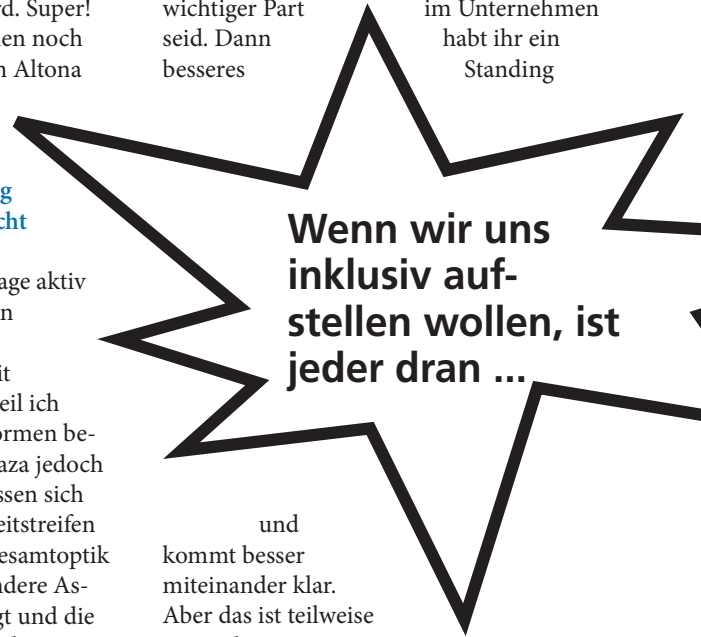
#### **Wie kann Inklusion besser funktionieren?**

Fragen stellen, sich trauen. Ich erinnere mich immer gern an die Zeit nach der Geburt meiner Tochter. Wenn Menschen freudestrahlend in den Kinderwagen schauten und dann ganz erschrocken waren, wenn sie sahen, dass da ein Baby mit Down-Syndrom liegt. Ich sagte dann immer: Fragen Sie ruhig. Einige kamen da nicht mit klar, andere aber stellten wirklich gute Fragen. Die Einstellung wird dann stückchenweise anders.

#### **Liegt Inklusion denn nur in der Verantwortung der nichtbehinderten Menschen?**

Nein, daran müssen alle arbeiten, wir auch. Wir sind hier, obwohl wir so nah an dem Thema dran sind, ja auch noch längst nicht Weltmeister in Inklusion. Das ist ein Lernprozess, den jeder durchlaufen muss. Man muss aufeinander zugehen und voneinander lernen. Und zwar auf eine positive Art. Als es in den 80ern losging mit der Behindertenbewegung, fühlten sich die Menschen mit Behinderungen immer benachteiligt, beschwerten sich, jammerten.

Das ist auch so viel einfacher, als selber aktiv zu werden und zu zeigen: Ich bin auch Bürger und ich habe die gleichen Rechte wie du. Man muss doch die Stärken und Kompetenzen betonen. Darum sage ich immer allen: Wenn ihr besser wahrgenommen werden wollt, dann zeigt, dass ihr es könnt und gleichwertig auf Augenhöhe mit nicht behinderten Kollegen ein wichtiger Part im Unternehmen seid. Dann habt ihr ein besseres Standing



**Wenn wir uns inklusiv aufstellen wollen, ist jeder dran ...**

und kommt besser miteinander klar. Aber das ist teilweise ein mühsamer Prozess für alle.

#### **Ist Hamburg inklusiv?**

Nein, aber wir sind auf einem guten Weg – weil wir auch mit bestimmten Regeln arbeiten. Ein Verkehrsunternehmen zum Beispiel hat die Pflicht, sich barrierefrei aufzustellen und sukzessive umzubauen – das ist ein großer Fortschritt. Beim HVV gibt es zum Beispiel seit vielen Jahren einen Arbeitskreis dazu und der ist gut besetzt mit Menschen mit Behinderungen. Dort hat man sich also die Expertise direkt dazu geholt. So geht es, das schafft Einsichten.

#### **In welchen Bereichen ist Inklusion besonders ausgeprägt?**

Gute Inklusion kann mit kleinen Schritten beginnen, das ist im Bereich der Erwachsenenbildung der Fall. Die Haltung stimmt, und viele Angebote sollen für alle Menschen geöffnet werden. Sehr viel schwieriger ist es mit den Kulturstätten. Es war damals ein ziemlicher Eklat, als die nicht barrierefreien Kammerspiele das Stück „Ziemlich beste Freunde“ zeigten. Ich habe daraufhin die Verantwortlichen des Theaters an den Tisch geholt, andere ka-

men auch noch mit Fragen hinzu. Daraus hat sich ein runder Tisch entwickelt, der auch heute noch aktiv ist. Ich habe ihn in die Hände der Kulturbehörde gelegt. Dort muss man das Thema jetzt weiter verfolgen. Denn: Was machen wir mit all den anderen Kulturstätten in Hamburg? Die Barrierefreiheit ist mit einem ungeheuren finanziellen Aufwand verbunden. Es ist auch eine Aufgabe der Stadt, da jetzt zu unterstützen. Wichtig ist: Die Bereitschaft ist da und das ist es, was zählt. Das bedeutet, dass man einen guten inklusiven Weg beginnt.

#### Wie schaut's mit der Wirtschaft aus?

Allmählich besser! Alle zwei Jahre vergeben wir den Inklusionspreis, früher Integrationspreis. Es bewerben sich jedes Mal mehr Unternehmen. Wir sind mit drei gestartet, heute sind es um die zwanzig. Das zeigt, dass sich auch die Wirtschaft damit beschäftigt und sieht, dass sie etwas verpasst, wenn sie die Kompetenzen von Menschen mit Behinderungen – die oftmals übrigens eine bessere Ausbildung genossen haben – nicht mit einbezieht. Zumal das Integrationsamt auch den Umbau des Arbeitsplatzes finanziert.

Vier unserer neun Mitarbeiter haben selbst eine Behinderung, in der Sozialbehörde hilft regelmäßig eine Gruppe aus den Hamburger Werkstätten. Das kann man nutzen. Ein Gespräch von Arbeitgeber zu Arbeitgeber ist Gold wert: Wie macht ihr das, wie kommt ihr zurecht, wie geht ihr mit Vorurteilen anderer Mitarbeiter um? Darum bitten wir unsere Preisträger auch immer, ihre Erfahrungen mit anderen zu teilen.

► **Inklusionsbüro Hamburg, Telefon 42 86 35 066; [www.hamburg.de/skbm/](http://www.hamburg.de/skbm/)**



Engagieren sich für die Gleichberechtigung: Senatskoordinatorin Ingrid Körner und Geschäftstellenleiter Klaus Becker



# Im Einklang mit sich selbst

**Porträt** Als junge Frau hat Anke Vayu Dockendorf durch einen Motorradunfall ein Bein verloren. Nachdem sie ihren anfänglichen Schock überwunden hatte, hat sie eine Heilpraktikerausbildung begonnen und ihre Gesundheit selbst in die Hand genommen

► Text: Angela Kalenbach





Anke Vayu Dockendorf  
liebt die Natur und gute  
Luft: Im Garten fließt  
das Qi besonders gut

Ich habe übrigens links eine Unterschenkelprothese“, erklärt Anke Vayu Dockendorf den Teilnehmern eines neuen Qi Gong-Kurses ganz beiläufig, weil sie ihre Ferse bei manchen Bewegungsabläufen nicht auf den Boden aufsetzen kann. „Also bitte nicht nachmachen“, sagt sie lächelnd, während sie eine Übung zeigt. Mit ihrem körperlichen Handicap so gelassen und selbstverständlich umgehen zu können, musste die 55-Jährige allerdings erst lernen.

Nach dem Schulabschluss wollte die abenteuerlustige junge Frau eigentlich eine Motorradreise nach Griechenland unternehmen. Einen Tag nach dem mündlichen Abitur hatte sie dann einen Verkehrsunfall, bei dem sie schwer verletzt wurde. Drei Monate lang versuchten die Ärzte im Krankenhaus ihr Bein zu retten, nach acht Operationen musste es schließlich doch amputiert werden.

„Jetzt hört mein Leben auf“, dachte Dockendorf zuerst. Im Krankenhaus wurde zwar alles für ihre körperliche Gesundheit getan, ihre psychische Verfassung kam dabei aber oft zu kurz. Zufällig lernte sie im Krankenhaus eine Soziologin kennen, die mit ihr über den ganzheitlichen Ansatz der alternativen Medizin sprach. Die Abiturientin begann sich für den Beruf der Heilpraktikerin und die Traditionelle chinesische Medizin (TCM) zu interessieren, wobei Körper, Geist und Seele gleichermaßen in Heilungsprozesse einbezogen werden und auch die Selbstheilungskräfte stimuliert werden. Inzwischen hatte sie den ersten Schock etwas überwunden. Der wachsende Wunsch, sich selbst und anderen helfen zu können, wurde verstärkt durch eine weitere inspirierende Begegnung. Nachdem sie eine Unterschenkelprothese bekommen hatte, musste sie in einer Gehschule erst einmal den Umgang damit

erlernen. Dort imponierte ihr der behandelnde Arzt; obwohl auch er eine Prothese hatte, war er weiterhin sportlich aktiv. Sie fing an, ihm bei seiner Arbeit über die Schulter zu schauen.

Sobald sie gelernt hatte, mit ihrer Prothese zu gehen, begann sie eine Heilpraktikerausbildung in München, wo sie auch Qi Gong kennenlernte, eine chinesische Heilgymnastik. Die bewegungsfreudige Studentin lernte durch die langsamen und meditativen Bewegungsabläufe beim Qi Gong geduldiger zu werden und mit ihren körperlichen Einschränkungen besser umzugehen. „Ich habe gelernt, meinen Körper ins Gleichgewicht zu bringen“. Auch ihre Phantomschmerzen kann sie seitdem selbst mit der chinesischen Heilmassage Tuina behandeln und lindern.

Die umtriebige Studentin fiel auf, nicht nur, weil sie als 24-Jährige im Minirock herumlief und ihre Prothese bunt bemalte, mit ihrer natürlichen und erfrischenden Art wurde sie zu einem Fernsehinterview eingeladen. Schließlich wurde ihr sogar eine eigene halbstündige Fernsehsendung angeboten, wo sie einmal im Monat ein relevantes Thema für behinderte Menschen vorstellte. Seit 30 Jahren ist Anke Vayu Dockendorf inzwischen Heilpraktikerin. Sie lebt wieder in Hamburg, betreibt eine Praxis für Chinesische Medizin und psychosomatische Körpertherapie im Naturheilzentrum Ottensen und unterrichtet Qi Gong in ihren Räumlichkeiten und bei der Volkshochschule Hamburg. Sie ist überzeugt, „viele heftige Erkrankungen und Behinderungen können gemeistert werden. Zur Unterstützung der Heilung können alternative Methoden wie die Traditionelle chinesische Medizin gut helfen.“

► Bergiusstraße 29 (Ottensen),  
Telefon 48 77 06;  
[www.dockendorf-heilpraktikerin.de](http://www.dockendorf-heilpraktikerin.de)





Noch ist hier Baustelle:  
Im kommenden Jahr  
will Heike Wandke in  
der Martinistraße ihre  
barrierefreie Wohnung  
im Projekt martini44  
beziehen

**H**eike Wandke rollt durch die Martinistraße. Auf Höhe des ehemaligen Bethanien-Klinikums hält sie an. Durch einen silbernen Sperrzaun schaut die Rollstuhlfahrerin auf ihr zukünftiges Zuhause. Dabei ist das 10.000 Quadratmeter große Grundstück am Ependorfer Park derzeit nicht mehr als eine Baugrube. Nur die vordere Hauswand des Wohnprojekts steht schon – beziehungsweise noch: Die historische Altbaufassade des ehemaligen Krankenhauses bleibt erhalten, gestützt wird sie von einem zwölf Meter hohen Baugerüst. Was dahinter in den nächsten eineinhalb Jahren entstehen wird, ist Zukunftsmusik. Heike Wandke kennt die Pläne; mit der linken Hand deutet sie auf das Fenster im rechten Giebel: „Auf dieser Höhe entsteht meine Wohnung, allerdings mit Blick auf den Hinterhof, wo drei weitere Neubauten stehen werden.“ Plötzlich muss die 55-Jährige grinsen. „Das Haus wird zwei nagelneue Fahrstühle haben, da kann auch einer mal kaputt sein. Das ist Luxus pur“, sagt sie.

Wandke ist Vorstandsmitglied der Baugemeinschaft „Martinis“ und nur eine von vielen Nutznießern des neu entstehenden Wohnprojektes martini44: Ende 2018 sollen etwa 200 Menschen die Siedlung beziehen können. Herzstück wird das Gebäude, das mit seiner Fassade einer betagten

# Barrierefrei leben

**martini44** Auf dem Gelände des ehemaligen Bethanien-Krankenhauses entsteht ein neues Kulturhaus sowie sozialer und inklusiver Wohnungsbau. Rollstuhlfahrerin Heike Wandke hat ihre neue Wohnung mitgeplant

- Text: David Hock
- Fotos: Jakob Börner



Klinik ähnelt. Im Inneren soll es sich als Ort des vielfältigen Miteinanders entpuppen: Im zweiten und dritten Obergeschoss entsteht öffentlich geförderter Wohnraum, in der ersten Etage befindet sich eine Tagespflege für Menschen mit Demenz. Eine ambulant betreute Wohn-Pflege-Gemeinschaft daneben verfügt über zehn Apartments. Das Erdgeschoss öffnet sich für alle Eppendorfer: Neben einer Sozialstation und Beratungsstelle für ältere Menschen wird das Eppendorfer Kulturhaus zum Fundament des Gebäudekomplexes. Ein Ort der Vielfalt. „So ein Grundstück wird einmal in 50 Jahren frei, da mussten wir zuschlagen“, sagt Geschäftsführer Klaus Kolb. Auf einer doppelt so großen Fläche von 600 Quadratmetern hätten sie bald deutlich mehr Entfaltungsmöglichkeiten. Die derzeitigen Räumlichkeiten im Julius-Reincke-Stieg liegen in unmittelbarer Nähe der neuen Heimat.

Auch für Heike Wandke wird es ein Umzug auf kleiner Distanz: Aus dem dritten Stock ihrer Mietwohnung in der Schedestraße blickt sie auf den Baukran in der Martinistraße: „Vom Balkon aus kann ich beobachten, ob auch gearbeitet wird“, sagt sie und lacht. Am Mietpreis ändert sich für die Rentnerin, die schon jetzt in einer öffentlich geförderten Mietswohnung lebt, nicht viel: 6,10 Euro kalt pro Quadratmeter (erster Förderweg) wird sie im künftigen Domizil zahlen. „In Eppendorf sind 12 Euro der Schnitt“, so Klaus Kolb.

Es sind die deutlich verbesserten Rahmenbedingungen, die Heike Wandke zum Umzug bewegen. Der Altbau, in dem sie derzeit lebt, ist für Rollstuhlfahrer an vielen Stellen zu eng. Gelegentlich macht der Fahrstuhl, Baujahr 1987, Zicken. Wandke kommt dann nicht einmal mehr nach draußen. Im Neubau der Martinistraße werden alle Räume mit Rollstuhl zugänglich sein, ein Gemeinschaftsraum sowie eine Dachterrasse dienen als Treffpunkt. Wandkes 68 Quadratmeter große Bleibe erfüllt noch ein paar weitere Anforderungen: niedrige Fenstergriffe, unterfahrbare Armaturen in der Küche und ein Wendekreis von 1,50 Metern im Badezimmer. „Es ist alles perfekt auf mich abgestimmt“, so die gelernte Heilerzieherin. Sie freut sich auf „die Kultur unter mir und viele unternehmenslustige Mitbewohner auf meiner Etage, mit denen ich viel verwirklichen kann.“

Um Gemeinschaft geht es auch Elisabeth Kammer, die wie Wandke im Verein

# 2018

werden rund 200 Menschen die neue Siedlung in der Martinistraße beziehen. Außerdem werden neun Institutionen das Eppendorfer „Zentrum für Kultur, Gesundheit und Soziales“ bilden

# 160

Adressen in Eppendorf hat der Verein MARTINierLEBEN auf ihre Barrierefreiheit überprüft. Der Verein setzt sich seit elf Jahren für ein barrierefreies Quartier ein

# 14

Konkurrenten konnte das Netzwerk „martini44“ bei der Bewerbung um den Neubaukomplex hinter sich lassen. Statt Höchstpreis punktete das Konzept, das sich auf Wohnen, Kultur und Soziales fokussiert

MARTINierLEBEN Quartiersarbeit leistet. Egal, ob durch die Organisation von Spielgruppen oder Podiumsdiskussionen – Kammer möchte etwas im alltäglichen Leben der Eppendorfer verbessern. „Ich lerne immer wieder neue Menschen kennen. Es ist schön, wenn ich jemanden auf der Straße treffe, dem ich spontan eine Einkaufstüte mit nach Hause tragen kann. So hat der Stadtteil für mich tatsächlich Dorfcharakter.“ Zuletzt haben sie und der Verein einen barrierefreien Stadtteilführer erarbeitet, über ein Jahr mehr als 160 Adressen auf ihre Zugänglichkeit geprüft. Rollifahrer machten mit Konfirmanden, die sich selbst einmal in das Gefährt setzten, den Test: Wie zugänglich sind Läden, Cafés oder Theater für Menschen mit Rollstuhl, Rollator oder Kinderwagen? Wandkes Fazit: „Kulturell geht für mich noch sehr wenig. Ich will ja nicht nur zum Arzt oder einkaufen.“

Das Falblatt „Eppendorf hürdenlos“ zielt auf Menschen mit Mobilitätseinschränkungen ab, Tipps etwa für Blinde sind nicht zu finden. „Wir haben uns erst mal darauf beschränkt, ansonsten hätten wir uns verzettelt“, sagt Kammer, die in der Vergangenheit schon für manche Zugangsrampe gekämpft hat. Dabei haben sie und Wandke festgestellt, dass Barrierefreiheit erst im zweiten Schritt finanzielle Mittel erfordert. Inklusion fängt mit dem Bewusstsein für gleichberechtigte Teilhabe an. „Ich freue mich über die Hilfsbereitschaft vieler Mitbürger. Doch manche verstehen nicht, dass ich lieber selbstständig über eine Rampe fahre, anstatt die Stufen hochgetragen werden zu müssen“, erklärt Wandke.

Der barrierefreie Neubau in der Martinistraße setzt da ein Zeichen, von dem sich auch Klaus Kolb eine Strahlkraft über den Stadtteil hinaus erhofft. „Bisher werden wir mit unseren Aktionen als lokale Institution wahrgenommen. Mit den Schnittstellen zu den Themen Gesundheit, Pflege und Soziales im Haus hoffe ich, dass wir in Zukunft auch auf Hamburger Ebene mitmischen werden“, so der Mann aus Hoheluft, der seit 30 Jahren im Eppendorfer Kulturhaus arbeitet. Das Wohnkonzept sei eine Antwort auf die Frage, wie Senioren heutzutage alt werden möchten. Wenn Kolb sich den Run auf den Wohnungsmarkt ansieht, „ist unser Vorhaben zwar erst mal nicht viel mehr als ein Tropfen auf den heißen Stein.“ Mit dem Bauverein der Elbgemeinden eG

(BVE) trägt nun aber immerhin die größte Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft (13.900 Wohnungen) das Projekt. „Immer mehr Baugenossenschaften fördern alternatives Wohnen unter ihrem Dach“, freut sich Kolb.

In Eppendorf setzte sich die Bewerbung des „martini44“-Netzwerks vor vier Jahren gegen vierzehn Konkurrenten durch. Finanziell hatten andere Mitstreiter wesentlich mehr zu bieten. Doch statt des sonst üblichen Höchstpreisverfahrens „zählte bei dieser Vergabe die gebotene Summe nur zu 30 Prozent. Zu 70 Prozent kam es auf das inhaltliche Konzept an“, so Kolb, der das geänderte Ausschreibungsverfahren einen „Paradigmenwechsel“ nennt.

Auch Heike Wandke hatte Glück: Beim ersten Treffen für Interessenten der Neubauwohnungen nahm sie nicht teil – als Anwärterin auf eine von drei Rolli-Wohnungen war aber noch ein Platz frei. Die beiden anderen Mieter sind mittlerweile abgesprungen, die Wohnungen sind wieder verfügbar. „Wer selbstbestimmt leben will und sich für Gemeinschaft engagiert, kann sich gerne bewerben“, sagt Wandke. Die Wohnungen für Rollstuhlfahrer verteilen sich auf beide Etagen - die Distanz zum nächstgelegenen Fahrstuhl wird für alle gleich sein.

► **MARTINierLEBEN, Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13a (Eppendorf), Bürozeiten Di 10–13 Uhr, Telefon 46 77 93 25; [www.martinierleben.de](http://www.martinierleben.de)**



Perfektes Teamwork: Kulturhaus-Chef Klaus Kolb und Elisabeth Kammer vom Verein MARTINierLEBEN

# ... noch Fragen!?




## So isses!

FAQ Anastasia Umrik nimmt selten ein Blatt vor den Mund. Als Bloggerin schreibt sie über das Leben und kennt die Unsicherheiten, die manche Menschen haben, wenn sie die 30-Jährige das erste Mal sehen. „Dass ich im Rollstuhl schreibe, ist nur relevant, wenn man sich mit mir auf einen Kaffee treffen will“, sagt sie. Warum Political Correctness nervt und ob sie auch mit einem Bier intus noch Rollstuhl fahren darf, erzählt sie selbst

### Können Menschen mit Behinderung Sex haben?

Das ist wahrscheinlich die am häufigsten gestellte Frage. Und die Antwort ist recht simpel, aber ehrlich: JA! Je nach Behinderungsart besteht (vielleicht!) eine körperliche Einschränkung, die euch beide zum Umdenken bewegen wird, aber im Grunde genommen ist es wie bei jedem anderen Menschen auch: Wenn die Chemie stimmt, wenn die Anziehung vorhanden ist, dann





steht einer körperlichen Annäherung nichts mehr im Wege. Einfach mutig sein und baggern, was das Zeug hält! Was hat man schon zu verlieren?

## Wie sage ich einem Menschen mit sichtbarer Behinderung „Hallo“?

Vielleicht denkst du, dass es eine ziemlich „dumme“ Frage ist und schämst dich sogar dafür. Ich kann dich beruhigen: Sogar ich stelle sie mir manchmal, insbesondere wenn mir Menschen mit einer mir noch recht unbekanntem Behinderung gegenüberstehen – zum Beispiel Blinde oder Menschen mit einer starken Sprachbehinderung. Nun, da muss man einfach durch. Handle so wie immer und strecke selbstbewusst deine Hand hin. Es ist in der Verantwortung des Menschen mit Behinderung, dir zu sagen, wenn du etwas anders machen sollst. Du kannst schließlich nicht alles wissen.

## Dürfen Rollstuhlfahrer Alkohol trinken und dann auch noch fahren?

Na klar ...! Es gibt kein Gesetz, das offiziell das Trinken am „Rollstuhl-Steuer“ verbietet. Was du dabei beachten solltest? Pass auf deine Füße auf. Es kann nämlich sein, dass der/die RollstuhlfahrerIn dir aus Versehen im Suff drüberfährt. Aber wenn ihr gemeinsam einen Schnaps trinkt, dann lässt sich der Schmerz schnell vergessen. Prost!

## Muss ich immer helfen / nett sein?

Möchtest du nett sein und helfen? Wenn deine Antwort „Ja.“ lautet, dann folge bitte auch weiterhin deinen Ansprüchen und Werten – die gute Erziehung deiner Eltern soll nicht umsonst gewesen sein. Lass dich nicht verunsichern, wenn irgendjemand deine Hilfe unhöflich abwehrt. Es ist nicht

dein Problem, du bist lediglich deinem Instinkt gefolgt. Das Gleiche gilt, wenn deine Antwort „Nein.“ lautet. Wenn du siehst, dass der/die RollstuhlfahrerIn offensichtlich Hilfe braucht – bleib sitzen, tu so, als hättest du es nicht gesehen. Weil du es bei allen anderen Menschen auch so gemacht hättest. Wenn Inklusion, dann richtig! Oder?

## Warum kenne ich keine Menschen mit Behinderung?

Tja ... gute Frage! Es muss nicht zwingend deine alleinige Schuld sein. Vielleicht wohnst du in einer sehr stufenreichen Gegend oder die Orte, die du besuchst, sind im Keller? Vielleicht hattest du bisher aber auch einfach nicht die Gelegenheit, mit einem Menschen mit Behinderung zu sprechen oder hast sogar doofe Erfahrungen gemacht, als du in Kontakt treten wolltest? Es ist nicht wichtig, was bisher der Grund dafür war. Wichtig ist, dass es sich ab sofort ändert – wenn du es möchtest.

## Was hab' ich von der Inklusion?

Die Krux liegt darin, dass es gerade in Mode ist zu denken, die Inklusion sei etwas,

das nur Menschen mit Behinderung betrifft. Stimmt aber gar nicht! Inklusion betrifft alle – wirklich A L L E! Alte, Junge, Männer, Frauen, Dicke und Dünne, Schlaue und nicht so Schlaue, Weiße, Schwarze, Kleine und Große ... und, na ja, eben auch die Menschen mit einer Behinderung. Findest du dich in einem der oben erwähnten Worte wieder? Das hast du von der Inklusion!

## Wie leben Menschen mit Behinderung? Wie kann ich mir das vorstellen?

In erster Linie sind Menschen mit Behinderung einfach nur „Menschen“, und Menschen sind sehr vielfältig. Sie hören unterschiedliche Musik, mögen unterschiedliches Essen, und sie leben sehr ver-



Muss ich immer nett sein?

schieden. Deren Jobs sind unterschiedlich, manche arbeiten gar nicht. Viele wohnen sehr selbstständig und selbstbewusst, einige trauen sich nicht in das echte Leben hinein. Einige sind eher impulsiv und laut, manche schüchtern und introvertiert. Nichts von deren Eigenschaften hat mit der Behinderung zu tun. Menschen halt – und Menschen sind manchmal auch seltsam. Auf diese Frage gibt es leider nicht DIE Antwort. Weil es nicht DEN Menschen mit Behinderung gibt. Sorry.

## Bin ich vielleicht auch behindert?

Ja, vielleicht.

## Was mache ich, wenn ich mich in eine/n behinderte/n Mann / Frau verliebe?

Was gibt es Schöneres, als die Schmetterlinge im Bauch zu spüren, der erste Kuss, das Warten auf ein Wiedersehen ..? Hey, go for it! Und schieß' drauf, was andere sagen oder denken könnten!

## Immer diese Political Correctness ... nervt! Was darf man sagen, was nicht?

Ja, das kann ich verstehen. Mich nervt es auch ständig, aufpassen zu müssen, was und wie man denn nun sagen darf. Es gibt ein paar Regeln, die stehen auch im Knigge, wie man mit Menschen umgehen sollte; bleib einfach höflich, nett, und entspannt. Denk nicht zuuu viel nach beim Reden, es bremst nämlich den Redefluss. Sei du, sei durchschnittlich nett, und dann passt es schon!



# „Kein performatives Rumgehops“

**Klabauter Theater** Wenn Menschen mit Behinderung Kunst machen, wird dies oft als soziales Projekt abgetan. Doch das Klabauter Theater will seinen Schauspielern nicht die gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen, sondern Theater machen

► Text: Hedda Bültmann

► Fotos: Jakob Börner

Jeder zählt leise bis drei und klappt dann laut seinen Ordner zu“, ruft Regisseur Kai Fischer in Richtung Bühne. Noch klappt es nicht synchron, eher wie Dominosteine, die nacheinander fallen. Geduldig wiederholt er immer wieder seine Anweisung, aber so richtig rund wird es auch nach dem vierten Mal nicht. Doch er ist überzeugt, dass die Szene bei der Premiere sitzen wird, denn noch sind ein paar Wochen Zeit, und das Ensemble vom Klabauter Theater wird täglich proben. Das ist ihr Job. Denn sie sind fest angestellte Schauspieler. Und sie sind geistig behindert, was die Eigenart dieses Ensembles ist – sichtbar und wie ein Etikett, das der Gruppe anhängt. Dabei geht es auch hier, wie am Theater üblich, um die Kunst.

Vor 18 Jahren wurde das Theater gegründet, seit zehn Jahren hat es eine eigene Spielstätte im Rauhen Haus in Borgfelde.



## Wir brauchen nicht nur Toleranz, sondern vor allem Normalität

Zwar hat der Saal mit rund 100 Plätzen ihnen damals und auch heute ermöglicht, ihre Arbeiten zu zeigen, aber es hat das Theater auch geformt. „Das Rauhe Haus als Träger hat eine starke soziale Prägung“, sagt die Leiterin des Theaters, Dorothee de Place, „Dadurch werden wir oft als soziales Projekt angesehen, was die künstlerische Arbeit überlagert.“ Stücke, die von Menschen mit Behinderung gespielt werden, sind natürlich dadurch beeinflusst, es ist eine besondere Form von Theater, die man mögen muss – aber so ist Kunst ja immer: Geschmacksache. Dorothee de Place betont, dass sie sich genau diese Normalität wünsche. „Es ist völlig in Ordnung, aus geschmacklichen Gründen abgelehnt zu werden“, sagt sie, „aber nur aufgrund des sozialen Aspekts wahrgenommen zu werden, ist positive Diskriminierung.“

Seit die 40-jährige Regisseurin im Sommer 2015 die Leitung des Theaters übernommen hat, ist ihr klar, in welche Richtung es geht: weg aus der sozialen Nische und mehr Präsenz in der Kulturszene. Sie für ein breiteres Theaterpublikum öffnen, denn noch kommen die meisten Zuschauer aus dem pädagogischen Sektor. Aber das braucht Zeit und Einsatz – Ihre Überstunden zählt sie schon gar nicht mehr, weil sie weiß, wofür: Sie hat die Schlagzahl der Premieren von einer in zwei Jahren auf vier in einer Saison erhöht. Seit dem letzten Jahr nehmen die Klabauter an dem Hamburger Festival der Freien Theaterszene „Hauptsache Frei“ teil, sie lädt vermehrt Gastspiele ein, und sie sind Partnertheater einer Gewerbeschule im „Theater und Schule“-Programm, kurz Tusch, der Stadt Hamburg.

In diesem Jahr diskutieren mehrere Jurys, ob die Klabauter-Produktionen mit in die Auswahl für ihre Theaterpreise aufgenommen werden. Das hängt von der grundsätzlichen Entscheidung ab, ob die Stücke als professionelles Theater anerkannt werden. Aber was genau bedeutet „Professionalität“ für Menschen mit einer geistigen Behinderung? „Es gibt für Menschen mit Behinderung keine anerkannte Ausbildung in Deutschland“, so Dorothee de Place, „Aber Professionalität ist auch, wenn jemand seit 18 Jahren jeden Tag Theater spielt, wie einige im Ensemble.“ Dass

es nicht nur „performatives Rumgehops“ ist, wie sie sagt, sondern die Schauspieler einen Lernprozess durchlaufen, unterstreicht ihre Stückauswahl im letzten Jahr, wie das Sophokles-Drama „Ajax“ oder „Nichts“, ein chorisches Erzähltheaterstück. Aber nicht nur das Fachliche zeichnet einen Profi aus, auch die Einstellung muss stimmen: „Die Klabauter haben das Selbstverständnis von Künstlern, das bedeutet, sie widmen der Kunst ihr Leben, und sie verdienen damit ihr Geld.“ Die Löhne der zwölf Schauspieler muss das Theater selbst einspielen. Dass jeder im Ensemble mitverantwortlich ist, dass angesetzte Aufführungen stattfinden, ist allen klar. Auch klar ist, dass sie zum Beispiel während der Hamburger Theaternacht den ganzen Abend über durchspielen und dafür morgens die übliche Probe wegfällt. Was erst mal nicht erwähnenswert klingt, aber für zum Beispiel Autisten eine enorme Herausforderung ist, wenn sich der Tagesablauf ändert. Auch das gehört dazu. Als Schauspieler zu arbeiten bedeutet für jeden in der Gruppe unterschiedliche Schwierigkeiten, je nach Form seiner Behinderung. Der eine hat zum Beispiel mit Angststörungen zu kämpfen, die äußerlich nicht erkennbar

sind und ein anderer kann sich aufgrund von Spastiken nur eingeschränkt bewegen. Einige sind stark sehbehindert und bei einem anderen ist sein Tun nicht auf Abruf wiederholbar. Das ist, was ihre Behinderung kennzeichnet, aber ein Ensemble lebt von Talent, was für das Gelingen der Inszenierungen letztendlich ausschlaggebend ist: Hier hat einer der Schauspieler ein Gedächtnis wie ein Schwamm und kann in kurzer Zeit 40-minütige Monologe auswendig lernen. Einer hat ein außergewöhnliches Rhythmus- und Körpergefühl und der Nächste kann gut mit dem Publikum spielen. Doch als Regisseurin ist jeder einzelne für Dorothee de Place eine Herausforderung, aber sie sagt, sie habe in der Zusammenarbeit begriffen, jeden so anzunehmen, wie er sei. „Hier ist es ganz offensichtlich, dass wir alle unsere Grenzen haben, dass man scheitern kann, was wir jeden Tag tun, und das ist in Ordnung“, sagt sie.

Noch ist das alltägliche Leben, dort, wo Begegnungen stattfinden, wie in Schulen oder in Sportvereinen, nicht darauf ausgelegt, dass Menschen ohne und mit Behinderung regelmäßig zusammenkommen. Es braucht nach wie vor staatliche Programme und Begriffe wie „Inklusion“, die das einfordern. „Der Gewinn einer inklusiven Gesellschaft ist, dass wir alle voneinander lernen würden“, sagt Dorothee de Place, „Aber das Zusammenleben in einer diversen Welt braucht nicht nur Akzeptanz und Toleranz, sondern vor allem Normalität.“

► **Premiere von „StundenSekunden“ ist am 1. Juli. Klabauter Theater, Jungestraße 7a (Borgfelde), Telefon 25 30 46 313; [www.theater-klabauter.de](http://www.theater-klabauter.de)**



Zu verstecken braucht sich hier keiner – nur im neuen Stück




Anastasia Umrik ist gern unter Menschen – in Restaurants, Cafés, Bars und Clubs...




### Saliba

Dieses (sehr!) kleine syrische Restaurant ist nichts für große Rollstühle und laute Stimmen. Aber es ist für Menschen mit feinen Geschmacksnerven und der perfekte Ort, um jemanden zu beeindrucken oder um einen Satz mit „Willst du mich ...“ zu beginnen. Finde ich.

 **Rollstuhltoilette befindet sich im „Parlament“, nicht weit von dem Restaurant. Neuer Wall 13 (Neustadt), Telefon 34 50 21, Mo-Sa 12–23 Uhr; [www.saliba.de](http://www.saliba.de)**


### Petit Bonheur

Wer französische Musik, das französische Essen und generell Frankreich mag, der sollte das Restaurant „Petit Bonheur“ kennen. Es ist wie ein spontaner Kurzurlaub, es ist wie im Film: Intensiv, französisch, betörend und lecker.

 **Rollstuhltoilette ist vorhanden. Hütten 85-86 (Neustadt), Telefon 33 44 15 26, MO-FR 12–18, Sa 17–24 Uhr; [www.petit-bonheur-restaurant.de](http://www.petit-bonheur-restaurant.de)**

### Vju im Energiebunker

Der Blick über Hamburg, der Blick ins Weite ... da ist es fast egal, wie der Kuchen schmeckt. Aber er schmeckt! Und der Kaffee auch. Alles ist wunderbar an diesem Ort und ganz egal, ob bei einem Date oder nicht, diese Location verlässt man positiv und beseelt.

 **Rollstuhltoilette ist vorhanden, wird aber leider oft als Abstellkammer genutzt. Aber es gibt eine, ja. Neuhöfer Straße 7 (Wilhelmsburg), Telefon 0157 58 55 37 06, Fr 12–18, Sa-So 10–18 Uhr; [www.vju-hamburg.de](http://www.vju-hamburg.de)**

### Entenwerder1

Noch bevor die Hamburger BloggerInnen diesen wunderbaren Ort entdeckt haben,

# Ausgeh-Tipps

Die Suche nach einer Location ist in Hamburg nicht immer einfach. Am Telefon geben sich viele Restaurants und Bars als barrierefrei aus, ohne es wirklich zu sein. „Irgendwie kriegen wir das schon hin“, heißt es gern. Besser ist es, sich auf Empfehlungen zu verlassen. Oder eine Alternative zu finden ... Anastasia Umriks Tipps für Kaffee, Dinner und Tanz

- Texte: Anastasia Umrik
- Foto: Philipp Jung





saß ich da schon längst mit meiner kleinen Schwester und trank die Hauslimonade mit Ingwer und Gurke. Es ist nämlich das einzige Café in meiner Wohngegend – und es ist das allerschönste in ganz Hamburg. Mehr sag ich dazu nicht!



► **Rollstuhltoilette ist nicht vorhanden.** Entenwerder 1 (Rothenburgsort), Telefon 70 29 35 88, Mo-Fr 11–20, Sa 10–22, So 10–18 Uhr

## Altes Mädchen

Ein Ort zum Bleiben und zum Genießen. Im Winter kann man an der Feuerstelle sitzen, im Sommer draußen – und überhaupt geht es mir an diesem Ort immer gut. Die Gedanken und die Gespräche fließen, das Bier auch. Schön!



► **Rollstuhltoilette ist vorhanden.** Lagerstraße 28b (St. Pauli), Telefon 80 00 77 75 0, Mo-Sa ab 12, So ab 10 Uhr; [www.altes-maedchen.com](http://www.altes-maedchen.com)

## Frau Möller

Ach, Möller ... wie viele Abende habe ich in dieser Kneipe verbracht! Ich liebe es dort zu sein, weil sich in dieser Kneipe Reiche und Arme, Junge und Alte begegnen, Anzugträger neben Kapuzenträger/innen sitzen und gemeinsam auf HSV oder St. Pauli anstoßen. Sowohl das Essen als auch die Getränke sind bezahlbar, die Stimmung ist entspannt. Die Kneipe ist sowohl als Dating-Location als auch für Singles (um es nicht mehr lang zu sein) geeignet.



► **Rollstuhltoilette ist nicht vorhanden, aber schräg gegenüber ist das Hotel George mit einer großen Toilette.** Lange Reihe 96 (St. Georg), Telefon 25 32 88 17, Mo-Do 11.30–4, Fr 11.30–6, Sa 11–6, So 11–4 Uhr; [www.fraumoeller.com](http://www.fraumoeller.com)

## Uebel & Gefährlich

Konzerte und Partys jeglicher Musikrichtungen finden hier statt, meistens irgendwas mit Elektro, was das Durchfeiern der Nächte angeht



► **Rollstuhltoilette ist leider nicht vorhanden.** Rausschwitzen! Feldstraße 66 (St. Pauli), Telefon 31 79 36 10; [www.uebelundgefaehrlich.com](http://www.uebelundgefaehrlich.com)

# Vom Suchen & Finden ...

**Save the date** Anastasia Umrik liebt Schmetterlinge im Bauch. Auch wenn ein Date immer wieder von Neuem bedeutet: Rausgehen, mutig sein – und Menschen treffen, die erst mal verunsichert sind

**K**ennengelernt haben wir uns auf Tinder. Natürlich. Eigentlich wollte ich das nie wieder meinem Handy haben, eh immer der gleiche Mist: wisch, wisch, wisch ... meistens nach links, ab und zu nach rechts. Doch es war einer dieser Samstagabende, an denen man die Einsamkeit besonders wahrnimmt, die einen quält. Ich saß in einer ausgeleierte Jogginghose vor dem Fernseher, schob mir Chips und Schokolade in den Mund und zappte emotionslos durch das triste Fernsehprogramm. Als ich meine salzigen Fingerspitzen ableckte, mich selbst von außen betrachtete und schämte, wusste ich, ich muss etwas ändern. „Von nix kommt halt auch nix!“, dachte ich. Und plötzlich war Tinder da. Vielleicht wird hier ein Mann sein, an dem ich „üben und perfektionieren“ kann; das Flirten und so was halt. Dann bin ich topfit für den Richtigen. Hoffe ich. Wo ich den kennenlernen soll, weiß ich allerdings nicht. Mich spricht nämlich niemand an! Aber das ist ein anderes Thema.

Plötzlich war er da: Jan, 33, lebt in Alsterdorf. Er kennt sich weder mit Musik noch Filmen aus, dafür aber umso besser mit Elektroautos und nachhaltigen Lebensformen. Das hat mir irgendwie gefallen.

Nun warte ich auf ihn, er hat schon zwölf Minuten Verspätung. Und ich war achtzehn Minuten zu früh da. Ich mag diese Situation nicht: Ich komme rein, er wartet schon. Dann wissen wir beide nicht, wie wir uns begrüßen sollen. Es folgen ein paar Minuten der Verunsicherung, was –

glaube ich – bei anderen Dates auch der Fall ist. Ich bekomme allerdings immer vorher schon diverse Fragen gestellt: Wie kann ich dir Hallo sagen? Darf man dich anfassen? Kann ich was kaputt machen? Muss ich etwas beachten? Kommst du allein oder sind wir zu dritt? Diese Liste könnte ich endlos fortführen. Ich beantworte alles geduldig, nützt ja nix! Ansonsten verliefen die bisherigen Dates immer sehr normal, von langweilig bis „Oh mein Gott, ich glaube, wir sind seelenverwandt!“

Eine kleine Besonderheit ist bei mir allerdings anders als bei Menschen ohne Behinderung: Eine Assistentin begleitet mich in den ersten Minuten, um mir aus der Jacke zu helfen und meine vom Hamburger Wind zerstörten Haare zu richten. Darum bin ich lieber zu früh da und warte lässig, aber dafür ohne Jacke und mit gut sitzenden Haaren.

Nun sitze ich da und höre, wie die Tür wieder einmal auf- und zugeht. „Hallo“, sagt Jan und streckt mir selbstbewusst seine Hand hin. „Hey!“, erwidere ich mit einem Lächeln, etwas irritiert darüber, dass er im echten Leben besser aussieht als auf den Fotos; es ist ja meistens andersherum. Wir reden, als wäre es unser drittes Date. Vertraut, unaufgeregt, humorvoll. Richtig nett ist er! Als der bestellte Wein gebracht wird, fragt er: „Brauchst du einen Strohhalm?“ Ich nicke. Ich beobachte ihn, wie er am Tresen nach dem Strohhalm fragt und beschließe ihn wiedersehen zu wollen. Nein, zu müssen!

# Die neue Sicht

Man ist nicht behindert – man wird behindert

Im Dezember 2006 verabschiedete die UN-Generalversammlung das „Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen“ (UN-BRK), welches im März 2009 in Deutschland in Kraft trat. Im Kern zielt sie auf die gleichberechtigte Teilhabe und Teilnahme aller Menschen an unserer Gesellschaft und die Verwirklichung eines selbstbestimmten

Lebens für Menschen mit Beeinträchtigungen ab. Die Herausforderungen, Lösungen und Maßnahmen sind auf alle Menschen übertragbar, die sich dem Prozess der Inklusion stellen wollen: auf Menschen, die von Ausgrenzung betroffen sind ebenso wie auf Menschen, die von sich annehmen, schon immer dazugehören. Leitgedanke der UN-BRK ist die Inklusion.

Der gleiche Text in einfacher Schrift:

**Man ist nicht behindert – man wird behindert.**

**Das bedeutet:**

Das Problem liegt nicht beim Mensch mit Behinderung.  
Das Problem sind die vielen Hindernisse im Alltag.  
Hindernisse heißen auch: **Barrieren**.



**Zum Beispiel:**

Treppen sind Hindernisse für Rollstuhl-Fahrer.  
Schwere Sprache ist ein Hindernis für Menschen mit Lernschwierigkeiten.



Deshalb müssen wir die Hindernisse abschaffen.  
Das heißt: Wir brauchen **Barriere-Freiheit**.



Dieses Magazin liegt als barrierefreies PDF unter:  
[WWW.SZENE-HAMBURG.DE](http://WWW.SZENE-HAMBURG.DE)