

Sich selbst vertreten? Bestimmt!

Was bedeutet Selbst-Vertretung?

Selbst-Vertretung bedeutet:

Ich setze mich selbst für meine Wünsche und Rechte ein.

Und ich setze mich für alle Menschen ein, denen es ähnlich geht wie mir.

Für Menschen mit Beeinträchtigung ist Selbst-Bestimmung und Selbst-Vertretung besonders wichtig. Ihre Familien und Betreuer können zwar sagen: Wir verstehen euch gut! Doch sie selbst haben keine Beeinträchtigung.

Diese Erfahrung fehlt ihnen.

Deshalb muss ein Mensch mit Beeinträchtigung **selbst** über sein Leben bestimmen können.

- Er kennt seine Bedürfnisse am besten.
- Er hat das Recht, seine eigenen Entscheidungen zu treffen.
- Er muss die gleichen Wahl-Möglichkeiten haben.

Wie alle anderen Menschen auch.

Wer sich so für sich selbst einsetzt, ist Selbst-Vertreterin oder Selbst-Vertreter.



Selbst-Vertretung auch für andere?

Für manche Menschen mit Beeinträchtigung ist es schwer, eine eigene Meinung zu haben. Und erst recht, die eigene Meinung laut zu sagen. Denn dazu gehört auch viel Mut. Anderen fällt das leichter.

Sie reden vor vielen Menschen in Versammlungen.

Sie sprechen vor Politikerinnen und Politikern.

Vielleicht sprechen sie auch im Fernsehen.

Einige Zeitungen schreiben über sie.

Sie werden bekannt.

Wer das mag und aushält, kann gut ein Selbst-Vertreter sein.

So war es zum Beispiel bei einer jungen Frau mit Down-Syndrom.

Sie heißt Natalie Dedreux.

Mehr dazu auf Seite 10 in diesem Magazin.





Zur Geschichte der Selbst-Vertretung

Der Gedanke der Selbst-Bestimmung und Selbst-Vertretung kommt aus den USA. Dort wollten Menschen mit Beeinträchtigung nicht länger in Einrichtungen abgeschoben werden. Im Jahr 1962 haben sich deshalb viele Menschen zusammengetan. Sie haben gezeigt: Beeinträchtigung ist kein Hindernis! Man kann trotzdem selbst-bestimmt leben. Und selbst für sein Leben die Verantwortung übernehmen.

Dafür müssen sich Menschen mit Beeinträchtigung stärken. Diese Idee wurde genannt: Empowerment. Es wird so gesprochen: Äm-pauer-ment. Das ist Englisch und bedeutet: Ich kann etwas besonders gut. Und ich kann noch viel lernen. Das weiß ich. Das macht mich stark. 20 Jahre später kam dieser Gedanke auch nach Deutschland.

Selbst-Vertreter heute

In Deutschland gibt es heute viele Selbst-Vertreter. Ihr Motto ist:

Nichts über uns ohne uns!

Menschen mit Beeinträchtigung arbeiten als Selbst-Vertreter zum Beispiel als:

- Werkstatt-Räte
- Wohn-Beiräte
- Frauen-Beauftragte
- Prüfer und Prüferinnen für Leichte Sprache
- Peer-Berater

Peer ist ein englisches Wort.

Es wird so gesprochen: Pier.

Das Wort Peer bedeutet: ähnlich.

Peers sind Menschen, die sich ähnlich sind.

Es beraten also Menschen mit Beeinträchtigung andere Menschen mit Beeinträchtigung.

Selbst-Vertreter in Leipzig

In diesem Jahr gibt es vom 29. bis 31. August einen Kongress.

Ein Kongress ist ein großes Treffen.

Es kommen viele Menschen.

Zusammen arbeiten sie an einem bestimmten Thema.

Dieser Kongress ist von Selbst-Vertretern für Selbst-Vertreter.

Frauen und Männer mit

Beeinträchtigung können in Leipzig:

- viel Neues erfahren,
- sich stärken und
- noch besser zusammen arbeiten.





Ramona Günther und Sascha Ubrig sind Selbst-Vertreter. Das Gespräch mit den beiden lesen Sie auf den Seiten 8–9.

Mit uns ist zu rechnen! Selbst-Vertreter stärken sich

So heißt der geplante Kongress in Leipzig.
Zum Vorbereitungs-Treffen sind
16 Personen gekommen.
Auch der Rat behinderter Menschen gehört dazu.



Planung

Der Kongress wird gut vorbereitet.
Es werden zum Beispiel:

- Redner eingeladen, die Vorträge halten,
- Arbeits-Gruppen geplant,
- und das Programm überlegt.

Heute sprechen sie auch über diese Fragen:
Wer sind Selbst-Vertreter?

Sind das auch Eltern und Angehörige von
Menschen mit Beeinträchtigung?

Wenn sie sich in der Lebenshilfe für ihre
Interessen einsetzen?

Und für die Interessen ihrer Kinder?

Ort und Zeit

Der Kongress ist an der Universität Leipzig:
Von Donnerstag, den 29. August um 13 Uhr
bis Samstag, den 31. August um 13 Uhr

Kosten für Selbst-Vertreter

Sie zahlen 50 Euro.

In dem Preis sind schon das Essen
und 2 Übernachtungen dabei.

Falls Sie früher anreisen
oder länger bleiben:

Sie können auch zusätzliche
Übernachtungen buchen.

Diese müssen Sie dann aber selbst
bezahlen.

Kosten für Unterstützer, Angehörige und Fach-Kräfte

Wer mindestens 4 Selbst-Vertreter
begleitet, zahlt nichts.

Alle anderen müssen 100 Euro bezahlen.
Hier gehören ebenfalls das Essen und
2 Übernachtungen dazu.



Das sind die Themen:

1 Im Ehrenamt

- Wie verändert mich ein Ehrenamt?
- Wo kann ich mitmachen?
- Mitmachen im Lebenshilfe-Rat

2 Wohnen

- Welche verschiedenen Wohn-Formen gibt es?
- Wie will ich wohnen?
- Der Wohn-Beirat stellt sich vor.

3 Arbeit

- Assistenz bei der Arbeit
- Außen-Arbeitsplatz der Werkstatt: Wie geht das?
- Werkstatt-Räte stellen sich vor.

4 Selbst-Bestimmung

- Persönliche Zukunfts-Planung, kurz PZP
- Mein Teilhabe-Plan
- Ganz selbst-bestimmt in der Freizeit

5 Selbst-Vertreter

- Nichts über uns ohne uns!
- So werde ich stark!
- Selbst-Vertreter, die viel Unterstützung brauchen

6 Frauen-Beauftragte

- Austausch
- Schulung
- Frauen-Beauftragte stellen sich vor.

7 Aus der Forschung

- Experten in eigener Sache
- Wie gut klappt die Peer-Beratung?
- Teilhabe-Forschung

Möchten auch Sie dabei sein?

Dann melden Sie sich schnell an! Es gibt noch freie Plätze:

Anmeldung im Internet:

**[www.bit.do/
Selbstvertreter-Kongress](http://www.bit.do/Selbstvertreter-Kongress)**

Sascha Ubrig

Sascha Ubrig, warum sind Sie in der Vorbereitungs-Gruppe für den Kongress?

Ich selbst habe eine Beeinträchtigung.
 Ich finde, mit uns geht man oft nicht gut um.
 Aber ich traue mich zu sagen: So nicht!
 Ich setze mich für mich selbst ein.
 Und auch für die anderen.
 Ich zeige ihnen:
 Guckt mal, das könnt ihr auch!
 So ist mein Gedanke.
 Das ist auch die Idee für den Kongress.
 Wir wollen alle Menschen mit
 Beeinträchtigung stärker machen.
 Ich selbst bin Mitglied hier im Lebenshilfe-Rat.
 Und als Berliner bin ich auch im Berliner Rat.

Wie setzen Sie sich zum Beispiel ein?

Ein Beispiel ist:
 In Arbeits-Gruppen und bei Veranstaltungen
 wird nicht immer Leichte Sprache gesprochen.
 Dann halte ich die Rote Karte hoch:
 Stopp! Bitte in Leichter Sprache reden!

Haben Sie eine Unterstützung?

Ja, für meine Arbeit habe ich eine Assistentin.
 Meine Assistentin hat mich heute begleitet.
 Manchmal bekomme ich etwas nicht mit.
 Oder ich verstehe etwas falsch.
 Dann kann mir Anja die Sache nochmal erklären.
 Heute habe ich sie schon gebraucht.
 Sie spricht nicht für mich.
 Sie sagt mir auch nicht, was ich sagen soll.
 Sondern sie unterstützt mich,
 damit ich richtig dabei sein kann.
 Und so kann ich sagen, was ich dazu denke.
 Ich mache mir immer mein eigenes Bild.
 Und dann sage meine eigene Meinung.



Ramona Günther

Ramona Günther, sind Sie eine Selbst-Vertreterin?

Ja, ich sehe mich als Selbst-Vertreterin.
Ich bin im Vorstand und im Lebenshilfe-Rat
der Bundesvereinigung Lebenshilfe.
Ich bin auch im Vorstand vom Landes-Verband.
Heute weiß ich, was ich will und sage das auch.
Es gibt viele Leute, die sich das nicht trauen.
Sie haben Angst, dass sie ausgelacht werden.
Das habe ich früher auch gedacht:
Ich kann nichts, ich bin dumm.
Ich muss froh sein,
dass sich andere Leute um mich kümmern.
Aber eigentlich wollen wir das gar nicht.
Man muss uns Menschen mit Beeinträchtigung
fragen, ob wir Unterstützung wollen.
Und mit der richtigen Unterstützung können wir
dann selbst Entscheidungen treffen.
Das ist Selbst-Bestimmung!

Also Unterstützung nur, wenn sie gewünscht wird?

Ja, auch wir müssen Fehler machen dürfen.
Wir wollen aus unseren Fehlern lernen.
Alle meinen es ja gut. Aber es tut uns nicht gut.
Mit alle meine ich unsere Eltern, Unterstützer
oder auch Betreuer.

Was wünschen Sie sich von dem Kongress?

Der Kongress soll Mut machen.
Er soll zeigen:
Wir Selbst-Vertreter sind überall dabei:
im Vorstand, im Rat behinderter Menschen,
im Werkstatt-Rat oder auch im Wohn-Beirat.
Wir setzen uns dafür ein.
Damit wir selbst-bestimmt leben können.
Und das klappt gut!

