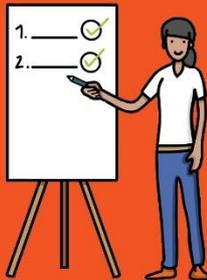


Wie geht Demokratie?

Gemeinsam lernen -
in leicht verständlicher Sprache



Meine Rechte in der Demokratie

Bausteine für eine inklusiv ausgerichtete
politische Bildung – Band 4

Diana Löffler und Petra Schachner

Abbildung 1: Vorderseite Buch

Der Text in diesem Buch ist leicht verständlich geschrieben.
Der Text wurde vom Zentrum für barrierefreie Kommunikation der Rummelsberger Diakonie übertragen.
Menschen mit Lern-schwierigkeiten haben einen großen Teil der Texte auf leichtes Verständnis geprüft.



Abbildung 2: Logo vom Zentrum für barrierefreie Kommunikation der Rummelsberger Diakonie

Die Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus hat sich für den Medio-punkt als Trenn-zeichen zwischen langen Wörtern entschieden.



Abbildung 3: Logo der Caritas-Pirckheimer-Haus Akademie, kurz: akademie cph

Es gibt Wörter, die sind im Buch unterstrichen.
In dieser PDF sind sie mit dem Hinweis: „Wörterbuch“ vermerkt.
Diese Wörter werden im Wörter-buch erklärt.
Das Wörter-buch ist auf Seite 62.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
Einleitung.....	9
Um was geht es in diesem Buch?	9
Für wen ist das Buch?.....	9
Wer hat das Buch geschrieben?	10
Wer ist Luca?	11
Wie kannst Du mit dem Buch arbeiten?	12
Was gibt es noch für Bücher?	12
Wer unterstützt das Projekt?	14
Wir möchten Danke sagen!.....	16
Demokratie und Rechte	18
Was ist Demokratie?	18
Merkmale für Demokratie in Deutschland	18
Wofür gibt es Rechte?.....	20
Welche Rechte gibt es?	22
Das Grund-gesetz.....	22
Grund-rechte.....	23
Artikel 1: Alle Menschen sind wertvoll.....	24
Artikel 2: Niemand darf verletzt werden und jeder Mensch darf selbst-bestimmt leben.	24
Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.	25
Artikel 4: Jeder Mensch darf die Religion selbst wählen.	25
Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.	26
Artikel 8: Menschen dürfen sich mit anderen Menschen treffen.....	26
Artikel 10: Post und E-Mails sind Privat-sache.....	27
Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.	27
Artikel 17: Jeder Mensch darf Beschwerde einlegen.	28
Die Menschen-rechte der Vereinten Nationen:	29
Die UN-Behinderten-rechts-konvention:	29
Was kann ich für meine Rechte tun?	30
Wer sorgt dafür, dass die Grund rechte eingehalten werden?	32

Welche Pflichten habe ich?	32
Selbst-test zu Grund-rechten	34
Puzzle-übung: Welche Rechte habe ich?	36
3 Workshop: Meine Rechte in der Demokratie?.....	39
3.1 Begrüßung.....	40
3.2 Um was geht es in dem Work-shop.....	41
3.3 Welche Grund-rechte habe ich?.....	43
Rate-spiel mit Antworten	44
3.4 Was kann ich für meine Rechte tun?	48
3.5 Was will ich für meine Rechte tun?.....	52
3.6 Abschluss	53
4. Interviews	54
4.1 Nicole Bittner	54
4.2 Theresia Herden.....	57
4.3 Roman Hüttinger	60
4.3 Jan Volkersdorfer	61
Wörterbuch	63
Wort: Diskriminierung	63
Wort: Exekutive	63
Wort: Gericht	63
Wort: Judikative.....	63
Wort: Legislative.....	64
Wort: Medien.....	64
Wort: Petition.....	64
Wort: Politik oder politisch	64
Wort: Rechts-staats-prinzip oder Rechts-staatlich-keit.....	64
Wort: Rechts-staat.....	64
Wort: Staat	65
Wort: Verfahren.....	65
Adressen und Kontakte	66
Wichtige Internet-seiten mit Informationen zu Rechten, Unterstützungs-möglichkeiten und aktuellen Entwicklungen für Menschen mit Behinderungen in Deutschland.....	66
Seiten für Rechtsbeistand	66
Seiten von Beschwerdestellen.....	67

Seite für Petitionen	67
Informationen zu: Proteste organisieren	68
Zusammenfassung	69
Autorinnen	69
Die Buchreihe	70
Bisher erschienen	70
Impressum.....	72
Buchrückseite	73

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Vorderseite Buch	1
Abbildung 2: Logo vom Zentrum für barrierefreie Kommunikation der Rummelsberger Diakonie.....	2
Abbildung 3: Logo der Caritas-Pirckheimer-Haus Akademie, kurz: akademie cph.....	2
Abbildung 4: Foto von Dr. Siegfried Grillmeyer.....	7
Abbildung 5: Foto von Diana Löffler	10
Abbildung 6: Foto von Petra Schachner	10
Abbildung 7: Zeichnung von Luca	11
Abbildung 8: Buch 1 heißt: Demokratie und ich.....	13
Abbildung 9: Buch 2 heißt: Wie geht wählen?	13
Abbildung 10: Buch 3 heißt: Vielfalt in der Demokratie.....	13
Abbildung 11: Buch 4 heißt: Meine Rechte in der Demokratie	14
Abbildung 12: Foto von Nicole Bittner	54
Abbildung 13: Foto von Theresia Herden	57
Abbildung 14: Foto von Roman Hüttinger.....	60
Abbildung 15: Foto von Jan Volkersdorfer.....	61

Vorwort



Abbildung 4: Foto von Dr. Siegfried Grillmeyer

Vorwort von **Dr. Siegfried Grillmeyer**,
Leiter vom Caritas-Pirckheimer-Haus in Nürnberg

Fragen:

Wie leben wir im Caritas-Pirckheimer-Haus Inklusion?

Was ist im Caritas-Pirckheimer-Haus unser Bild vom Menschen?

Antwort: Das Caritas-Pirckheimer-Haus ist eine Bildungs-einrichtung.

Bildungs-einrichtungen sagen oft:

„Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt“.

Aber manchmal ist das nicht so.

Im Alltag vergessen wir das manchmal.

Da glauben manche, dass der Mensch manchmal ein wenig im Weg steht.

Das soll eigentlich nicht so sein.

Im Caritas-Pirckheimer-Haus haben wir einen Schwerpunkt:

Inklusive Bildung.

Dort steht der Mensch tatsächlich im Mittelpunkt.

Im Mittelpunkt unserer Anstrengung und unserer Arbeit.

Denn: Wir möchten Bildung für alle Menschen ermöglichen.

Menschen mit und ohne Beeinträchtigung sollen lernen können.

Was haben wir schon gemacht?

- Bibel in Leichter Sprache
Das bedeutet: Wir übertragen Bibel-texte.
Zum Beispiel für Gottes-dienste oder Feste.
- Stadt-führungen im Tandem.
Das bedeutet:
Ein Mensch mit und ein Mensch ohne Beeinträchtigung geben eine Führung.
Zum Beispiel durch das Rathaus in Nürnberg.

- Politische Bildungs-arbeit
Zum Beispiel Fortbildungen zu Demokratie in leicht verständlicher Sprache.
Wir schreiben Bücher zu Demokratie in leicht verständlicher Sprache.
So wie dieses Buch.

Ich freue mich, dass es dieses Buch gibt.

Das war nicht einfach.

An diesem Buch haben viele Menschen gearbeitet.

Ich bedanke mich ganz herzlich bei Diana Löffler.

Diana Löffler arbeitet schon lange im Bereich inklusive Bildung.

Sie leitet das Projekt „Wie geht Demokratie“.

Ich bedanke mich auch ganz herzlich bei Petra Schachner.

Sie hat dieses Buch mit entwickelt.

Dieses Buch wurde gefördert.

Wir bekommen für das Projekt „Demokratie leben!“ Geld vom Bundes-ministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Das ist das 4. Buch, das wir in dieser Buch-reihe machen.

Wir arbeiten in diesem Projekt zusammen mit der

Arbeits-gemeinschaft katholisch sozialer Bildungs-werke

in der Bundesrepublik Deutschland (AKSB)

und mit anderen Einrichtungen in Deutschland.

Herzlichen Dank an Stefan Braun und Andrea Rühmann von der AKSB.

Stefan Braun leitet dort das Projekt „Wie geht Demokratie“.

Andrea Rühmann ist die Geschäfts-führerin von der AKSB.

Wir freuen uns schon auf das 5. Buch aus dieser Buch-reihe.

Ich bedanke mich auch bei Markus Reder.

Er ist der Geschäfts-führer vom Echter Verlag.

Zum Schluss bedanke ich mich noch bei allen Menschen,
die bei dem Buch mitgemacht haben.

Alle diese Menschen helfen uns,

jeden einzelnen Menschen in den Mittelpunkt unserer Arbeit zu stellen.

Einleitung

Um was geht es in diesem Buch?

Jeder Mensch hat Rechte.

Ein Recht ist etwas, was mir zusteht.

Dieses Buch erklärt:

Was haben Rechte und Demokratie (Wörterbuch) miteinander zu tun?

Und:

- Welche Rechte habe ich?
- Wie kann ich meine Rechte nutzen?
- Was kann ich tun, wenn meine Rechte nicht beachtet werden?

Für wen ist das Buch?

Dieses Buch ist für alle Menschen.

Das Buch ist so geschrieben, dass besonders junge Menschen mit Lernschwierigkeiten:

- sich angesprochen fühlen
- ihre Rechte kennen lernen
- Lust bekommen, sich mit Politik (Wörterbuch) und Demokratie zu beschäftigen.

Oft sind Bücher zu politischen (Wörterbuch) Themen schwer zu verstehen.

In diesem Buch ist das anders.

Dieses Buch ist in leicht verständlicher Sprache geschrieben und barrierefrei gestaltet.

Denn alle Menschen haben ein Recht auf verständliche Sprache.

Und alle Menschen haben ein Recht auf Bildung.

Demokratie lebt davon, dass viele Menschen mitmachen und mitbestimmen.

Dazu müssen alle Menschen:

- etwas über Demokratie wissen
- Zusammenhänge verstehen
- und ihre Rechte kennen

Kurz gesagt:

Dieses Buch hilft dabei, Demokratie zu leben!

Wer hat das Buch geschrieben?

Diana Löffler und Petra Schachner haben das Buch geschrieben.



Abbildung 5: Foto von Diana Löffler

Diana Löffler leitet das Projekt „Wie geht Demokratie“ und den Bereich Kunst, Kultur und Teilhabe an der Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus in Nürnberg.



Abbildung 6: Foto von Petra Schachner

Petra Schachner ist Trainerin und Expertin für Inklusion in Nürnberg.

Wer ist Luca?

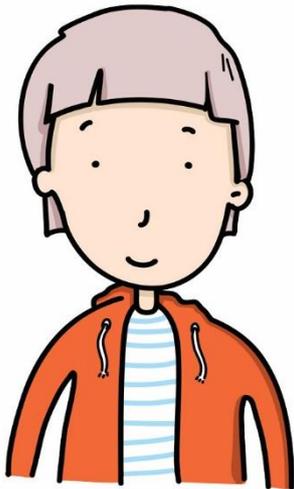


Abbildung 7: Zeichnung von Luca

Luca begleitet die Leser*innen durch das Buch.

Luca ist 18 Jahre alt und lebt in Deutschland.

Luca hat Lern-schwierigkeiten.

Luca lebt in einer Wohn-gemeinschaft mit 2 Personen.

Luca will nach dem Schul-abschluss in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung arbeiten.

Luca hat großes Interesse an den Rechten in der Demokratie.

Luca stellt in dem Buch viele Fragen.

Fragen, die sich vielleicht auch die Leser*innen stellen.

Luca bekommt im Buch Antworten auf seine Fragen.

Dadurch wird das Buch besser verständlich.

Luca wird im Buch mit Du angesprochen,
denn das schafft einen engeren Kontakt.

Und wenn es einen guten Kontakt gibt,
macht Lernen viel mehr Spaß.

Vielleicht hast Du diese Erfahrung auch schon gemacht.

Zum Beispiel:

wenn zwei Freund*innen sich etwas erklären.

Da macht Lernen mehr Freude.

Und was Freude macht, kann man sich besser merken.

Deshalb sprechen auch wir die Leser*innen in diesem Buch mit „Du“ an.

Wir hoffen, dass Du Spaß beim Lesen hast und Lust auf Politik (Wörterbuch) bekommst.
Viel Spaß beim Lesen!

Wie kannst Du mit dem Buch arbeiten?

Das Buch hat verschiedene Teile.

In Teil 1 kannst Du Dich über Deine Rechte in der Demokratie informieren.
Außerdem findest Du im Buch kleine Übungen.
Mit den Übungen kannst Du sehen, was Du Dir gemerkt hast.
So kannst Du Dein Wissen überprüfen.

In Teil 2 ist eine Anleitung für einen Work-shop.
Das Wort Work-shop kommt aus dem Englischen und bedeutet:
Arbeits-einheit.
Im Work-shop arbeitet man in einer Gruppe an einem bestimmten Thema.
So kannst Du Dein Wissen an andere Menschen weitergeben.

Du willst den Work-shop nicht alleine leiten?
Dann hole Dir gerne eine Person dazu.
Dann könnt Ihr den Work-shop im Tandem machen.
Tandem heißt:
Ihr leitet den Work-shop zu zweit.
Natürlich geht das auch mit mehr als zwei Personen.

Die Übungen in dem Buch sind Vorschläge.

Was gibt es noch für Bücher?

Dieses Buch gehört zu der Buch-reihe „Wie geht Demokratie?“.
Eine Buch-reihe besteht aus mehreren Büchern zu einem Thema.
Diese Buch-reihe besteht aus 5 Büchern:



Abbildung 8: Buch 1 heißt: Demokratie und ich



Abbildung 9: Buch 2 heißt: Wie geht wählen?



Abbildung 10: Buch 3 heißt: Vielfalt in der Demokratie



Abbildung 11: Buch 4 heißt: Meine Rechte in der Demokratie

Buch 5 kommt im Jahr 2024.

Es heißt: Wie schütze und stärke ich Demokratie?

Tipp:

Mehr Informationen zum Projekt „Wie geht Demokratie?“ gibt es [auf der Internetseite zum Projekt.](#)

Wer unterstützt das Projekt?

Das Projekt heißt: „Wie geht Demokratie?
Inklusive Demokratie-bildung für Jugendliche
und junge Erwachsene mit Lern-schwierigkeiten“.

Die Arbeits-gemeinschaft katholisch sozialer Bildungs-werke
in der Bundes-republik Deutschland e.V hat Geld für das Projekt bekommen.

Mit dem Geld werden das Buch
und die Arbeits-materialien bezahlt.

Dazu sagt man auch: fördern.

Dafür gibt es ein Förder-programm.

Das Förder-programm heißt: Demokratie leben!

Das Geld für das Förder-programm kommt vom
Bundes-ministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Das Bundes-ministerium hofft:

- Dass viele Menschen das Buch lesen.
- Dass viele Menschen mit den Arbeits-materialien lernen und arbeiten.
- Dass Demokratie für viele Menschen wichtig bleibt.

Deshalb unterstützt das Bundesministerium die Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus mit Geld.

Wir möchten Danke sagen!

Viele Menschen haben uns bei diesem Buch unterstützt.

Bei diesen Menschen möchten wir uns ganz herzlich bedanken:

Bei allen Menschen mit Lernschwierigkeiten.

Sie haben uns bei dem Buch geholfen.

Sie haben mit-bestimmt und mit-überlegt,
was in dem Buch stehen soll.

Sie haben immer wieder geprüft,
ob alles im Buch leicht verständlich ist.

Und ob die Bilder gut zum Text passen.

Bei Sabrina Weyh vom Zentrum

für barrierefreie Kommunikation der Rummelsberger Diakonie.

Und bei ihren Kolleg*innen vom Auhof in Hilpoltstein.

Sie haben die Texte in leicht verständliche Sprache übertragen
und geprüft.

Wir von der Akademie haben uns für den Medio-punkt
als Trenn-zeichen entschieden.

Bei Dr. Siegfried Grillmeyer von der Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus.

Er ist dort der Direktor.

Er fördert Inklusion an der Akademie CPH.

Beim Grafik-designer Alexander Roser.

Er hat die Bilder im Buch gezeichnet und das Buch gestaltet,
dass es gut lesbar ist.

Seine Ideen haben dazu beigetragen, dass es Spaß macht,
das Buch in die Hand zu nehmen und darin zu lesen.

Bei Stefan Braun von der AKSB.

Er leitet dort das Projekt: „Wie geht Demokratie?“.

Und bei den Kolleginnen aus den anderen beiden
Projekt-standorten in Hamminkeln und Herzogenrath.

Bei Nicole Bittner, Theresia Herden, Roman Hüttinger und Jan Volkersdorfer.

Sie haben im Interview unsere Fragen beantwortet
und uns ihre Sicht über Rechte in der Demokratie mitgeteilt.

Bei unseren Kolleg*innen an der Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus.

Bei Claudio Ettl, er ist Experte für Religionen, Inklusion und Leichte Sprache.

Bei Gabriela Bühner, Barbara Reiser und Martin Stammeler vom Inklusions-team.
Sie alle haben uns unterstützt und uns in vielen Dingen sehr gut beraten.

Beim Behinderten-rat der Stadt Nürnberg und den Teilnehmenden der Steuerungs-gruppe.

Demokratie und Rechte

Was ist Demokratie?

Demokratie ordnet das politische (Wörterbuch) Zusammen-leben in einem Land.
Das Wort Demokratie kommt aus der griechischen Sprache.
Es bedeutet: Herrschaft des Volkes.

In einer Demokratie geht die Macht vom Volk aus
und das Volk kann mitbestimmen.
Das Volk sind die Menschen, die in einem Land leben.
Es gibt unterschiedliche Formen von Demokratie.
In diesem Buch geht es um die Demokratie
in der **Bundes-republik Deutschland**.

Merkmale für Demokratie in Deutschland

In einer Demokratie gibt es bestimmte **Merkmale**.
Und es gelten bestimmte **Rechte**.
Hier einige Beispiele:

Merkmal 1: Gewalten-teilung

Gewalt bedeutet hier: Macht.
In der Demokratie ist die Macht aufgeteilt.
Dazu sagt man auch: Gewalten-teilung.
Die Gewalten-teilung verhindert Macht-missbrauch.
Das heißt:
Die Gewalten-teilung schützt das Volk davor,
dass nur **eine** einzelne Person
oder **eine** Gruppe alleine bestimmt.

Die Macht ist auf 3 Bereiche aufgeteilt:

1. Der gesetz-gebende Bereich
oder die **Legislative**.
Dazu gehören zum Beispiel:
Der Bundes-tag und der Bundes-rat
2. Der ausführende Bereich
oder die **Exekutive**.
Dazu gehören zum Beispiel:
Die Polizei, das Finanzamt und die Regierung

3. Der recht-sprechende Bereich
oder die **Judikative** (Wörterbuch)
Dazu gehören zum Beispiel:
Richter*innen und Gerichte (Wörterbuch).

Tipp:

In Band 1 „Demokratie und ich“ findest Du mehr Information zum Thema Demokratie.
Oder [auf der Internetseite zum Projekt](#).
Dort kannst Du Dein Wissen vertiefen.

Merkmal 2: Freie Wahlen

In einer Demokratie gibt es freie und geheime Wahlen.
Das heißt:
Die Menschen aus dem Volk wählen die Politiker*innen.
Die Politiker*innen bilden dann die Regierung.
Die Regierung handelt für das Volk
und trifft politische (Wörterbuch) Entscheidungen.
Durch eine freie Wahl können die Menschen mit-bestimmen.

Tipp:

In Band 2 „Wie geht wählen?“ findest Du mehr Information zum Thema Wahlen.
Oder [auf der Internetseite zum Projekt](#).
Dort kannst Du Dein Wissen vertiefen.

Merkmal 3: Rechte

In einer Demokratie gibt es Rechte.
Diese Rechte sind für alle Menschen gleich.
Alle Menschen müssen sich an diese Rechte halten.
Die Rechte schützen alle Menschen:

- egal, welche Religion sie haben.
- egal, aus welchem Land sie kommen.
- egal, ob sie eine Behinderung haben.

Sie schützen auch Menschen, die zu einer Minderheit gehören.
Zum Beispiel Menschen mit Behinderung.
Rechte machen Vielfalt in einer Demokratie möglich.

Tipp:

In Band 3 „Vielfalt in der Demokratie“ findest Du noch mehr Information zum Thema Vielfalt.
Oder [auf der Internetseite zum Projekt](#).
Dort kannst Du Dein Wissen vertiefen.

Wofür gibt es Rechte?

Rechte in der Demokratie sind ähnlich wie Regeln in einer Gruppe. Regeln helfen das Zusammen-leben in einer Gruppe leichter zu machen. Rechte helfen das Zusammen-leben in einem Land leichter zu machen.

- Rechte sorgen für Sicherheit,
- Rechte schaffen Ordnung.
- Rechte fördern den Zusammenhalt.

Wenn alle Mitglieder in einer Gruppe die Rechte beachten:

Dann ist das Zusammen-leben und die Zusammen-arbeit leichter.

Rechte stehen im Gesetz und legen zum Beispiel fest:

- Was ist erlaubt und was ist nicht erlaubt?
- Gibt es Ausnahmen und für wen gelten diese Ausnahmen?
- Wer übernimmt wichtige Aufgaben und welche Aufgaben sind das?
- Wer trifft Entscheidungen? Mit wem? Und wer überwacht das?
- Wer übernimmt wichtige Aufgaben und welche Aufgaben sind das?
- Was passiert, wenn Probleme auftauchen?

Rechte helfen, dass Dinge nicht immer wieder neu ausgehandelt werden müssen.

Wenn alle die Rechte kennen, gibt es mehr Klarheit und Struktur.

Luca fragt:

Bei mir in der Wohn-gemeinschaft gibt es auch Regeln.

Kann man die Regeln in meiner Wohn-gemeinschaft mit den Rechten vergleichen?

Antwort:

Ja, das ist möglich.

Das ist eine gute Idee.

Am besten sprechen wir das noch einmal zusammen durch.

Als Beispiel nehmen wir Euren gemeinsamen Putz-plan.

▪ Regeln schützen die Mitglieder in einer Gruppe

Regeln können auch Ausnahmen festlegen.

Zum Beispiel:

Du bist dran mit Putzen und wirst krank.

Was passiert dann?

Wer übernimmt Deinen Putz-dienst?

In den Regeln steht:

Die nächste Person auf dem Putz-plan übernimmt den Dienst.

So bist Du durch diese Regel geschützt.

▪ Regeln organisieren eine Gruppe

Auf dem Putz-plan steht zum Beispiel:

Wann musst Du das Bad putzen oder den Müll rausbringen.

Und wann sind Deine Mitbewohner*innen dran.

Der Putz-plan organisiert die Aufgaben beim Putzen in der Wohn-gemeinschaft.

▪ Regeln verbessern die Zusammen-arbeit in der Gruppe

In dem Putz-plan steht: Wer muss wann putzen.

Das spart Zeit und die Wohnung ist schneller sauber.

▪ Regeln stärken den Zusammen-halt in einer Gruppe

Wenn sich alle Mitbewohner*innen an den Putz-plan halten, dann fühlen sich alle als Teil der Gruppe.

Sie leben gerne mit den anderen Personen zusammen.

Denn sie können sich aufeinander verlassen.

Der Putz-plan und seine Regeln helfen,

dass es weniger Streit in der Wohn-gemeinschaft gibt.

Rechte und Regeln sind also ganz ähnlich.

In Deutschland bestimmen die Rechte das Zusammen-leben.

Welche Rechte gibt es?

In der Bundesrepublik Deutschland gibt es verschiedene Rechte.
In diesem Buch stehen nicht alle Rechte.
Das sind zu viele.

Die wichtigsten Rechte in Deutschland sind die Grund-rechte.

Die meisten Grund-rechte gelten für alle Menschen,
die in der Bundes-republik Deutschland leben.

Die Grund-rechte stehen im Grund-gesetz.

Das Grund-gesetz

Das Grund-gesetz ist das wichtigste Gesetz in Deutschland.

Das Grund-gesetz schützt die Rechte
und Freiheiten von allen Menschen in Deutschland.

Im Grund-gesetz steht:

Die Regierung soll so entscheiden, dass es für das Volk gut ist.

Das Grund-gesetz steht über allen anderen Gesetzen.

Kein anderes Gesetz darf gegen das Grund-gesetz verstoßen.

Luca fragt:

Kann ich den Putz-plan in meiner Wohn-gemeinschaft mit dem Grund-gesetz
vergleichen?

Antwort:

Nein, das ist kein passender Vergleich.

Das Grund-gesetz hat eine sehr grund-legende Bedeutung.

Es stellt die Grund-sätze unseres Zusammen-lebens sicher.

Es ist die Grund-lage für alle Gesetze in Deutschland.

In der Wohn-gemeinschaft sind das Regeln,
die Euer Zusammen-leben fest-legen.

Diese Regeln sind grund-legender als der Putzplan.

Zum Beispiel:

- Alle Mitbewohner*innen werden gleich-berechtigt behandelt.
- Alle Mitbewohner*innen haben die gleichen Rechte und Pflichten in der Wohn-gemeinschaft.
- Keine Mitbewohner*in wird bei Entscheidungen ausgeschlossen.
- Alle Mitbewohner*innen begegnen sich auf Augen-höhe.

Gegen diese grundlegenden Regeln darf auch der Putzplan nicht verstoßen.

Nun wieder zurück zum Grundgesetz.

Das Grundgesetz gibt es seit 1949.

Es entstand kurz nach dem 2. Weltkrieg.

Das Grundgesetz ist in mehrere Abschnitte unterteilt.

Die Abschnitte heißen Artikel.

Alle Artikel im Grundgesetz haben Nummern.

In den Artikeln 1 bis 19 stehen die Grundrechte.

Grundrechte

Die meisten Grundrechte gelten für alle Menschen in Deutschland.

Auch für:

- geflüchtete Menschen
- für Menschen, die noch nicht lange in Deutschland leben
- für Menschen aus einem anderen Land, die in Deutschland Urlaub machen.

Einige Grundrechte gelten nur für Menschen mit einem deutschen Personalausweis.

Menschen mit einem deutschen Personalausweis heißen auch: Bürger*innen.

Die Grundrechte für Bürger*innen heißen: Bürgerrechte.

Das Wichtigste zu Grundgesetz und Grundrechten in Kürze:

1. Das Grundgesetz ist das wichtigste Gesetz in Deutschland.
2. Im Grundgesetz stehen die Grundrechte.
3. Alle Menschen müssen sich an die Grundrechte halten.
4. Auch der Staat (Wörterbuch) und alle Menschen, die für den Staat (Wörterbuch) arbeiten, müssen sich an die Grundrechte halten.
5. Das Bundesverfassungsgericht beschützt die Grundrechte.
6. Die Grundrechte lassen sich nicht einfach ändern.
 - ➔ Die Grundrechte sind die wichtigsten Rechte, die Menschen in Deutschland gegenüber dem Staat haben.

Nun folgen Beispiele der wichtigsten Grundrechte:

Artikel 1: Alle Menschen sind wertvoll.

Oder: Die Würde des Menschen ist unantastbar.

"Die Würde des Menschen ist unantastbar" ist ein wichtiger Satz im deutschen Grundgesetz.

Er bedeutet:

Jeder Mensch in Deutschland muss respektiert und geschützt werden.

Niemand darf schlecht behandelt oder erniedrigt werden.

Luca fragt:

Ich verstehe das Wort Würde nicht so richtig.

Was ist damit gemeint?

Antwort:

Damit ist gemeint:

Alle Menschen sind gleich, weil sie Menschen sind.

Alle Menschen sind wertvoll.

Sie haben ihren Wert immer,

sie müssen nichts dafür tun.

Bei Dingen ist das anders.

Dinge verlieren ihren Wert,

wenn sie nicht mehr funktionieren.

Zum Beispiel ein Schirm:

Der Schirm hat nur so lange einen Wert,

solange der Schirm funktioniert und vor Regen schützt.

Weil Menschen immer einen Wert haben, sagt man:

Menschen haben eine Würde.

Artikel 2: Niemand darf verletzt werden und jeder Mensch darf selbstbestimmt leben.

Oder: Das Recht auf Leben, körperliche Unversehrtheit und Freiheit.

Das Recht auf Leben schützt jeden einzelnen Menschen.

Alle Menschen sind vor Gewalt geschützt.

Niemand darf einem anderen Menschen weh tun,

nicht am Körper und auch nicht an der Seele.

Natürlich darf auch niemand einen anderen Menschen töten.

Auch dann nicht,

wenn dieser Mensch einen anderen Menschen getötet hat.

Luca fragt:

Was heißt „Gewalt an der Seele“?

Antwort:

„Gewalt an der Seele“ bedeutet, dass jemand absichtlich gemeine Worte sagt oder schlimme Dinge tut, um Dir innerlich wehzutun.

Das kann passieren, wenn jemand schlecht über Dich spricht, Dich beleidigt oder Dich bedroht.

Zum Beispiel, wenn ein Mensch sagt:

„Du bist dumm!“ oder „Du bist wertlos!“

Das kann Dich sehr traurig und ängstlich machen.

Recht auf Freiheit

Jeder Mensch darf sich frei entfalten und seine Freiheits-rechte wahrnehmen.

Das heißt: jeder Mensch darf so leben, wie er möchte.

Zum Beispiel:

Jeder Mensch darf anziehen, was er möchte.

Und jeder Mensch kann die Musik hören, die er mag.

Jeder Mensch darf seine Wohnung oder seine Arbeit wechseln.

Wichtiger Hinweis:

Du darfst dabei nicht die Rechte anderer Menschen verletzen.

Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.**Oder: Das Recht auf Gleich-behandlung.**

Menschen sind unterschiedlich:

Manche Menschen sind groß, manche Menschen sind klein.

Manche Menschen können gut singen, manche Menschen können gut kochen.

Manche Menschen sind reich, manche Menschen sind arm.

Manche Menschen haben eine Behinderung, manche Menschen nicht.

Eines gilt aber für alle Menschen:

Vor dem Gesetz sind alle Menschen gleich.

Artikel 4: Jeder Mensch darf die Religion selbst wählen.**Oder: Recht auf Religions-freiheit.**

Jeder Mensch darf an die Religion glauben, an die er glauben möchte.

Jeder Mensch darf seine Religion wechseln.

Jeder Mensch darf entscheiden, ob er an eine Religion glaubt.

Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.

Oder: Recht auf Meinungs-freiheit.

Menschen haben unterschiedliche Meinungen.
Jeder Mensch darf eine eigene Meinung haben.
Dieses Recht schützt die eigene Meinung.
So kann jeder Mensch seine Meinung frei sagen.

Luca fragt:

Ich finde Meinungs-freiheit schon gut, aber manchmal nervt es auch.
In meiner Wohn-gemeinschaft gibt es eine Person, die oft eine andere Meinung hat.
Dann müssen wir viel miteinander sprechen.
Das ist dann ganz schön anstrengend.
Gibt es keine Möglichkeit, das zu verbieten?

Antwort:

Nein, eine andere Meinung lässt sich in einer Demokratie nicht einfach verbieten.
Klar, andere Meinungen sind manchmal anstrengend.
Aber so kann jeder Mensch auch einen neuen Blick-winkel kennenlernen.
Und versuchen den anderen Menschen zu verstehen.
In einer Gemeinschaft ist es wichtig, dass alle zu Wort kommen.
Sonst fühlen sich die Menschen nicht als Teil dieser Gesellschaft.
Die Demokratie lebt von verschiedenen Meinungen.

Wichtiger Hinweis:

Deine Meinung darf nicht gegen ein anderes Recht verstoßen.

Zum Beispiel:

Du beleidigst eine andere Person.
Damit verstößt Du gegen das Recht auf körperliche Unversehr-t-heit oder sogar
gegen die Menschen-würde.

Kein Mensch darf einem anderen Menschen körperlichen oder seelischen Schaden
zufügen.

Artikel 8: Menschen dürfen sich mit anderen Menschen treffen.

Oder: Das Recht auf Versammlungs-freiheit.

Menschen dürfen sich treffen, um über Themen zu sprechen.
So können sie ihre Meinungen austauschen und sich für eine gemeinsame Sache
zusammentun.

Menschen dürfen für ihre Meinungen demonstrieren.

Demonstrieren bedeutet:

Viele Menschen treffen sich auf der Straße und sagen laut ihre Meinung.

Die Versammlungsfreiheit ist ein Bürgerrecht.

Luca fragt:

Habe ich denn auch eine Versammlungsfreiheit in meiner Wohngemeinschaft?

Antwort:

Ja, Du darfst Dich in Deiner Wohngemeinschaft mit anderen treffen.

Das darf dir niemand verbieten.

Wichtig ist, dass die Treffen friedlich ablaufen.

So ist das auch bei Demonstrationen.

Demonstrationen müssen friedlich ablaufen.

Das steht im Gesetz.

Artikel 10: Post und E-Mails sind Privat-sache.

Oder: Das Recht auf Privat-sphäre und Datenschutz.

Jeder Mensch hat das Recht auf private Dinge.

Das Gesetz schützt zum Beispiel das Privatleben und die private Kommunikation.

Das heißt:

Niemand darf die Post eines anderen Menschen lesen.

Oder Nachrichten auf dem Handy.

Außer: der andere Mensch erlaubt das.

Mit diesem Recht wird alles Private geschützt.

Man sagt dazu auch: Schutz der Privat-sphäre.

Luca fragt:

Ein Freund hat einmal bei mir in der Arbeit angerufen.

Er wollte meine Privat-adresse haben, damit er mich besuchen kann.

Mein Arbeit-geber hat aber meine Adresse nicht weitergegeben.

Heißt das, dass meine Adresse auch geschützt ist?

Mein Arbeitgeber darf die Adresse nicht weitergeben?

Antwort:

Ja, das hat Dein Arbeitgeber richtig gemacht.

Er darf Deine Adresse nicht weitergeben.

Du darfst Deine Adresse nur selbst weitergeben.

Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.

Oder: Recht auf privates Wohnen.

Die Wohnung ist geschützt.

Niemand darf ohne Erlaubnis in eine Wohnung gehen.

Dieses Recht schützt die Privat-sphäre und persönliche Dinge.

Zum Beispiel:

Die Polizei darf nicht ohne Erlaubnis in eine Wohnung gehen.

Eine Ausnahme:

Wenn ein gerichtlicher (Wörterbuch) Durch-suchungs-befehl vorliegt.

Das heißt: Das Gericht (Wörterbuch) hat entschieden, dass die Polizei in die Wohnung darf.

Luca fragt:

Kann ich das mit meiner Wohn-gemeinschaft vergleichen?

Das heißt, niemand darf ohne meine Erlaubnis in mein Zimmer?

Antwort:

Ja das stimmt.

Das ist Dein privater Bereich.

Du darfst „Nein“ sagen, wenn Du das nicht möchtest.

Artikel 17: Jeder Mensch darf Beschwerde einlegen.

Oder: Recht auf Beschwerde.

Jeder kann sich bei Behörden beschweren oder Petitionen (Wörterbuch) einreichen.

Zum Beispiel:

Du bist mit einer Behörden-entscheidung unzufrieden.

Dann kannst Du dich beschweren.

Das ist wichtig für die Demokratie.

Luca fragt:

Kann ich das mit meiner Wohn-gemeinschaft vergleichen?

Darf ich mich zum Beispiel bei meiner Vermieterin beschweren, wenn die Heizung kaputt ist?

Antwort:

Ja, das ist Dein Recht.

Du kannst Dich bei Deiner Vermieterin beschweren.

Das ist wichtig für Dich.

Nur so kann sie die Heizung repariert werden.

Tipp:

Möchtest du die anderen Grund-rechte kennen-lernen?

[Unter diesem Link](#) findest Du das Grund-gesetz auch in Leichter Sprache.

Die Menschen-rechte der Vereinten Nationen:

Die Vereinten Nationen sind ein Zusammen-schluss von 194 Staaten.

Die Aufgabe der Vereinten Nationen ist,
Frieden und Sicherheit auf der ganzen Welt zu schaffen.

Die Vereinten Nationen haben 1948 eine Erklärung verfasst.

Diese Erklärung heißt:

Die Allgemeine Erklärung der Menschen-rechte.

Es gibt insgesamt 30 Menschen-rechte.

Die Menschen-rechte sind etwas Besonderes:

Sie gelten für alle Menschen auf der Welt.

Die Menschen-rechte sollen helfen,
dass die Menschen-würde aller Menschen geachtet wird.

Die Erklärung der Menschen-rechte war das Vorbild für das Grund-gesetz in
Deutschland.

Tipp:

[Unter diesem Link](#) findest Du die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte in
Leichter Sprache.

Die UN-Behinderten-rechts-konvention:

Die UN-Behinderten-rechts-konvention kürzt man so ab:

UN-BRK.

UN ist eine Abkürzung und steht für: United Nations.

Das sind die Vereinten Nationen.

Die UN-BRK ist ein Vertrag.

Die UN-BRK gründet auf der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte.

Den Vertrag haben viele Länder unterschrieben.

Deutschland hat die UN-BRK auch unterschrieben.

In diesem Vertrag stehen die Rechte für Menschen mit Behinderungen.

In der UN-BRK steht zum Beispiel:

Menschen mit Behinderungen sollen gleichberechtigt leben und an allen
Lebens-bereichen teil-haben können.

Menschen mit Behinderungen haben ein Recht auf Bildung.

Die UN-BRK wurde 2006 beschlossen und gilt seit 2009 auch in Deutschland.

Tipp:

[Unter diesem Link](#) findest Du die UN-Behinderten-Rechts-Konvention in Leichter
Sprache.

Was kann ich für meine Rechte tun?

Du hast verschiedene Möglichkeiten, Dich für Deine Rechte einzusetzen.
Hier sind einige Beispiele:

Hinweis:

Im Anhang auf Seite 65 findest Du eine Liste mit wichtigen Internetseite.

1. Tipp: Informiere Dich über Deine Rechte:

Informiere Dich über Gesetze und Deine Grundrechte.
Mit diesem Buch bist Du auf einem guten Weg.

2. Tipp: Suche Dir einen Rechts-beistand:

Ein Rechts-beistand ist zum Beispiel:
Eine Anwältin oder ein Anwalt.
Diese helfen Dir, wenn Deine Rechte nicht beachtet wurden.
Du kannst auch zu einer Rechts-beratungs-stelle gehen.
Dort gibt es Beratung zu rechtlichen Fragen.

3. Tipp: Beschwerde Dich:

Deine Rechte wurden verletzt?
Dann kannst Du dich beschweren.
Dafür gibt es bestimmte Beschwerde-stellen.
Zum Beispiel die Anti-diskriminierungs-stelle des Bundes.
Diese Stelle kümmert sich um Diskriminierung (Wörterbuch).
Wenn Du Diskriminierung (Wörterbuch) erfahren oder beobachtet hast, kannst Du
Dich dorthin wenden.

Es gibt auch Beschwerde-stellen, die für alle Länder zuständig sind.
Zum Beispiel:

- der Europäische Gerichtshof für Menschen-rechte oder
- oder der UN-Menschenrechts-Ausschuss.

Du kannst Dich aber auch zuerst an die Polizei wenden.

4. Tipp: Mache bei Petitionen (Wörterbuch) und Demonstrationen mit:

Du findest der Staat (Wörterbuch) muss etwas ändern?
Zum Beispiel:
Tiere müssen besser geschützt werden.
Dann kannst Du eine Petition (Wörterbuch) erstellen oder unterschreiben.
Du forderst den Staat (Wörterbuch) auf, sich darum zu kümmern.

Es ist gut, wenn Du die Petition (Wörterbuch) genau liest, bevor Du sie unterschreibst.

Du verstehst die Petition (Wörterbuch) und möchtest zustimmen?

Dann unterschreibe die Petition (Wörterbuch).

Du kannst auch an Demonstrationen teilnehmen.

Du zeigst Dich mit anderen Menschen in der Öffentlichkeit und machst so auf Dein Thema aufmerksam.

Das kann helfen, dass mehr Leute darüber Bescheid wissen und dass Politiker*innen etwas tun müssen.

5. Tipp: Tue etwas für die Gesellschaft

Engagiere Dich in Organisationen, die sich für Grund-rechte einsetzen.

Dort kannst Du gemeinsam mit anderen Menschen:

- sprechen und Dich austauschen
- Veränderungen voranbringen
- aktiv und sichtbar werden.

6. Tipp: Nutze Medien, um auf ein Thema aufmerksam zu machen:

Dort kannst Du über ein Thema sprechen und viele Menschen erreichen.

Du kannst Dich an die Presse wenden und über Dein Thema sprechen.

Dann kommt Dein Thema in die Zeitung, ins Radio oder ins Fernsehen.

Oder Du sprichst auf Instagram, Facebook oder Youtube über Dein Thema.

So bekommst Du öffentliche Aufmerksamkeit.

Du kannst dadurch Druck auf Verantwortliche ausüben.

7. Tipp: Beteilige Dich an der Politik (Wörterbuch):

Nutze Deine politischen (Wörterbuch) Rechte.

Nimm an Wahlen teil und gib Deine Stimme ab und beteilige dich politisch (Wörterbuch).

Wichtig:

Jede*r von uns kann durch seine Handlungen dazu beitragen, dass der Rechts staat (Wörterbuch) gestärkt wird.

Das können kleine Beiträge im persönlichen Umfeld sein.

Oder man nimmt an politischen (Wörterbuch) Diskussionen und Veranstaltungen teil.

Der Rechts staat (Wörterbuch) lebt davon, dass sich Menschen für die Rechts staat-lichkeit (Wörterbuch) und die Grund-rechte einsetzen.

Wer sorgt dafür, dass die Grundrechte eingehalten werden?

In Deutschland sorgen die Gewaltenteilung und das Rechtsstaatsprinzip (Wörterbuch) dafür, dass Gesetze eingehalten und durchgesetzt werden.

In Deutschland muss sich jeder Mensch an die Grundrechte halten.

Auch der Staat (Wörterbuch) muss sich an die Grundrechte halten und die Grundrechte schützen.

Zusätzlich gibt es noch unabhängige Organisationen.

Unabhängig heißt hier, dass sie nicht vom Staat (Wörterbuch) abhängig sind.

Sie überwachen die Arbeit von Regierung und Verwaltung.

Und achten darauf, dass Gesetze eingehalten werden.

Welche Pflichten habe ich?

Ich habe in Deutschland zum Beispiel diese Pflichten:

1. Ich muss mich an die Gesetze halten.

Gesetze müssen von allen Menschen eingehalten werden.

Alle Bürger*innen müssen die Gesetze befolgen.

2. Ich muss die Rechte und die Freiheit von anderen Menschen achten.

Das bedeutet auch:

Meine Freiheit endet dort, wo die Freiheit eines anderen beginnt.

3. Ich muss das Grundgesetz und den Rechtsstaat (Wörterbuch) achten.

Das heißt:

Ich muss mich an die Grundrechte halten.

Ich muss die Gewaltenteilung (Wörterbuch) achten.

Ich muss mich an rechtsstaatliche Verfahren (Wörterbuch) halten.

4. Ich muss meine Pflichten erfüllen.

Alle Bürger*innen müssen bestimmte Dinge für den Staat (Wörterbuch) tun.

Zum Beispiel: Steuern zahlen.

Alle Bürger*innen und Firmen, die Geld verdienen, zahlen einen Teil von dem Geld als Steuern an den Staat (Wörterbuch).

Die Steuern werden zum Beispiel verwendet für:

- Sozialhilfe
- für Schulen
- für den Bau von Straßen und Wegen

Bei rechtlichen Verfahren müssen Bürger*innen mit den staatlichen (Wörterbuch) Behörden zusammen-arbeiten.

Zum Beispiel:

Vor Gericht (Wörterbuch) eine Zeugen-aussage machen.

Selbst-test zu Grund-rechten

Hier kannst Du Dein Wissen zu den Grund-rechten testen.

Kreuze jede Frage mit „Ja“ oder „Nein“ an.

Die richtigen Antworten findest Du auf Seite 43.

1. Eine Person hat einmal zu mir gesagt:
„Du hast eine Behinderung. Du bist nichts wert!“. Das hat mich sehr verletzt.
Hat diese Person recht?
 - a. Ja
 - b. Nein
2. Ein Mensch in Deutschland hat jemanden getötet.
Er hat eine Strafe bekommen und sitzt im Gefängnis.
Darf dieser Mensch geschlagen werden?
 - a. Ja
 - b. Nein
3. Ein Mensch hat mir etwas geklaut.
Darf ich diesen Menschen bei mir in der Wohnung einsperren?
 - a. Ja
 - b. Nein
4. Haben Menschen mit Behinderungen die gleichen Rechte wie Menschen ohne Behinderungen?
 - a. Ja
 - b. Nein
5. Darf ich meine Religion ändern?
Auch wenn ich dann eine andere Religion habe als meine Eltern?
 - a. Ja
 - b. Nein
6. Darf mir jemand vorschreiben, welche Partei ich wählen soll?
 - a. Ja
 - b. Nein
7. Darf ich zu Demonstrationen gehen?

- a. Ja
 - b. Nein
- 8.** Darf eine andere Person ohne meine Zustimmung meine Briefe öffnen?
- a. Ja
 - b. Nein
- 9.** Ein Mensch aus der Arbeit möchte meinen Wohnungs-schlüssel haben.
Muss ich ihm meinen Wohnungs-schlüssel geben, auch wenn ich das nicht möchte?
- a. Ja
 - b. Nein
- 10.** Ein Mensch sagt etwas Gemeines zu mir. Das hat mich verletzt und beleidigt.
Darf ich mich beschweren?
- a. Ja
 - b. Nein

Puzzle-übung: Welche Rechte habe ich?

Anleitung zum Puzzle:

Verschiedene Ereignisse können deine Rechte in Gefahr bringen.

Es folgen nun 10 Aussagen.

Höre dir die Aussage an, mach kurz Pause und überlege Dir eine Lösung zu dem genannten Ereignis.

Es sind verschiedene Antworten möglich.

Nach jeder Aussage sagen wir, welches Grund-recht in Gefahr ist und schlagen eine mögliche Antwort vor.

Aussage 1: Was ist passiert?

- Jemand will meinen Briefwahl-zettel für mich ausfüllen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.

Mögliche Antwort 1: Ich suche mir einen Rechts-beistand.

Aussage 2: Was ist passiert?

- Eine Politikerin sagt etwas Diskriminierendes (Wörterbuch) gegen Menschen mit Behinderungen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

Mögliche Antwort 2: Ich wende mich an den Behinderten-rat und engagiere mich bei der nächsten Aktion gegen Diskriminierung (Wörterbuch).

Aussage 3: Was ist passiert?

- Jemand droht mir, mich einzusperrern.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 2: Jeder Mensch darf in Freiheit leben.

Mögliche Antwort 3: Ich rufe die Polizei.

Aussage 4: Was ist passiert?

- Ein Familien-mitglied will meine E-Mails ohne Erlaubnis lesen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 10: Post und E-Mails sind Privat-sache.

Mögliche Antwort 4: Ich sage Nein! Ich informiere mich, was ich noch tun kann.

Aussage 5: Was ist passiert?

- Eine Kollegin droht mir, mich zu schlagen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 2: Niemand darf verletzt werden.

Mögliche Antwort 5: Ich beschwere mich bei meinem Vorgesetzten.

Aussage 6: Was ist passiert?

- Meine Freundin will mir verbieten, auf eine Demonstration zu gehen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 8: Menschen dürfen sich mit anderen Menschen treffen.

Mögliche Antwort 6: Ich gehe zur Demonstration. Das darf mir niemand verbieten.

Aussage 7: Was ist passiert?

- Auf einem Plakat einer Partei steht: Nur meine Religion ist richtig.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 4: Jeder Mensch darf die Religion selbst wählen.

Mögliche Antwort 7: Ich wähle diese Partei nicht.

Aussage 8: Was ist passiert?

- Mein Mitbewohner geht ohne Erlaubnis in mein Zimmer.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.

Mögliche Antwort 8: Ich spreche mit der Person und erkläre meine Rechte.

Aussage 9: Was ist passiert?

- Ich möchte mich im Rathaus über den kaputten Aufzug beschweren. Niemand hört mir zu.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 17: Jeder Mensch darf Beschwerde einlegen.

Mögliche Antwort 9: Ich spreche eine Journalistin an. Sie soll einen Artikel in der Zeitung schreiben.

Aussage 10: Was ist passiert?

- Jemand sagt: Du bist wert-los.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 1: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

Mögliche Antwort 10: Ich sage Nein!

3 Work-shop: Meine Rechte in der Demokratie?

Das Wort Work-shop kommt aus dem Englischen und bedeutet: Arbeits-einheit.

Hier erfährst Du:

Wie kann ich mein Wissen aus diesem Buch an andere Menschen weitergeben?
Zum Beispiel an Freund*innen, Bekannte oder Kolleg*innen.

Du kannst entweder einzelne Übungen aus dem Buch machen oder einen Work-shop machen.

Im Work-shop arbeitet man in einer Gruppe an einem bestimmten Thema.

Du willst den Work-shop nicht alleine machen?

Dann hole Dir gerne eine Person dazu.

Dann könnt ihr den Work-shop im Tandem machen.

Tandem heißt:

Du machst den Work-shop mit einer 2. Person zusammen.

Natürlich geht das auch mit mehr als 2 Personen.

Der ganze Work-shop dauert ungefähr 3 Stunden.

Du kannst den Work-shop auch unterteilen.

Entscheide selbst, welche Teile vom Work-shop Du nutzt.

Hinweis:

Das Material, das Du für die Übungen brauchst, findest Du [auf der Internetseite zum Projekt](#).

Tipp:

Ein guter Start und ein gutes Ende sind gut für die Gruppe.

Die Teilnehmenden sollen sich wohl fühlen.

Sie sollen sich kennen lernen.

Sie sollen erfahren, um was es in dem Work-shop geht.

Auch wenn Du nur einzelne Teile oder Übungen machst.

Nutze dafür am Anfang folgende Teile:

- Begrüßung

und

- Was haben wir vor?

Und am Ende den Teil:

- Abschluss

3.1 Begrüßung

Was mache ich in diesem Teil?	- Alle herzlich willkommen heißen. - Wir lernen uns kennen.
Wie lange dauert das?	5 Minuten oder länger (das hängt von der Anzahl der Personen ab)
Was brauche ich dazu?	Namensschilder oder Kreppband und einen dicken Stift

Wie mache ich das?

Alle Personen bekommen ein Namensschild.

Wenn alle Personen angekommen sind und auf ihrem Platz sitzen, sagst Du:

Herzlich Willkommen.

Wir machen heute einen Workshop.

In dem Workshop geht es um „Meine Rechte in der Demokratie“.

Du stellst Dich vor.

Du kannst dich an folgenden Fragen orientieren:

- Ich heiße ...
- Ich wohne in ...
- Ich arbeite als...

Du fragst die Teilnehmenden, ob es okay ist, wenn ihr Euch im Workshop mit „Du“ anspricht.

So könnt Ihr leichter zusammenarbeiten.

Die Stimmung ist vertrauter und freundlicher.

Eine gute Stimmung in der Gruppe ist wichtig.

Die Teilnehmenden haben mehr Spaß und können sich Dinge leichter merken.

3.2 Um was geht es in dem Work-shop

Was mache ich in diesem Teil?	Wir besprechen: <ul style="list-style-type: none">▪ Wer ist alles da?▪ Was haben wir vor?▪ Gibt es Fragen?
Wie lange dauert das?	10 Minuten
Was brauche ich dazu?	Eventuell ein großes Plakat

Wie mache ich das?

Du besprichst mit den Teilnehmenden folgende Inhalte zum Work-shop.
Sehende können ein Plakat vorbereiten.

Der Work-shop dauert 3 Stunden. (Oder kürzer, wenn Du nur Teile davon machst)
Wir besprechen diese Fragen gemeinsam im Work-shop:

- Welche Grund-rechte habe ich?
- Was kann ich tun, wenn meine Grund-rechte in Gefahr sind?
- Was habe ich erlebt? Was nehme ich mir vor?

Ich möchte ein paar Übungen mit Euch machen.
Ich lade euch herzlich ein: Macht mit und denkt mit.

So lernen wir voneinander.

Wir nehmen uns Zeit und hören und zu.

Jeder Mensch hier ist wichtig und es ist gut, dass wir alle unterschiedlich sind.

Alle dürfen etwas sagen und etwas beitragen.

Dazu sind einige Regeln wichtig:

Regel 1:

Wir brauchen Vertrauen in der Gruppe.

Deshalb bitte ich Euch:

Wir erzählen keine persönlichen Dinge von anderen Personen weiter.

Regel 2:

Wir brauchen Ruhe in der Gruppe.

Deshalb bitte ich Euch:

Schaltet Eure Handys aus.

Ausnahme:

Personen können zum Beispiel ihr Handy anlassen, wenn sie ein krankes Kind zuhause haben.

Nach ungefähr 1,5 Stunden machen wir eine Pause.

Tipp: Die Uhrzeit immer im Blick haben.

Wer auf die Toilette muss, kann dort jederzeit hingehen.

Hinweis: Bitte den Weg zur Toilette erklären.

Habt Ihr sonst noch Fragen, bevor wir anfangen?

Ja: dann beantworten,

Nein: dann weitermachen.

Frage an die Teilnehmenden:

- Was interessiert Euch am Thema „Meine Rechte in der Demokratie“?
- Welche Rechte kennt Ihr schon?

Warte die Antworten ab und notiere sie, wenn Du möchtest.

Dann könnt Ihr am Ende noch einmal gemeinsam zurück-schauen.

3.3 Welche Grund-rechte habe ich?

Was mache ich in diesem Teil?	Wir besprechen: <ul style="list-style-type: none">▪ Was ist Demokratie?▪ Welche Grund•rechte habe ich?
Wie lange dauert das?	45 Minuten
Was brauche ich dazu?	Rate-spiel-Vordrucke für Sehende ausdrucken. (Diese können aus der Buch PDF für Sehende auf der Projektseite genommen werden, Seite 104 und 105)

Wie mache ich das?

An dieser Stelle kannst Du Dein Wissen aus dem Buch erzählen.
Erkläre „Was ist Demokratie?“ und „Welche Grund•rechte habe ich?“.

Rückblick zu Kapitel „Was ist Demokratie“:

Die Demokratie regelt das politische Zusammen-leben in einem Land.
Das Wort Demokratie kommt aus der griechischen Sprache.
Es bedeutet: Herrschaft des Volkes.

In einer Demokratie geht die Macht vom Volk aus und das Volk kann mitbestimmen.

Das Volk sind die Menschen, die in einem Land leben.

Alle weiteren Informationen zu Demokratie findest Du auf Seite 17.

Rückblick zu Kapitel: „Welche Grund•rechte habe ich?“

- Artikel 1: Alle Menschen sind wertvoll.
- Artikel 2: Niemand darf verletzt werden und jeder Mensch darf frei und selbst-bestimmt leben.
- Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.
- Artikel 4: Jeder Mensch darf die Religion frei wählen.
- Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.
- Artikel 8: Jeder Mensch darf andere Menschen treffen.
- Artikel 10: Post und E-Mail sind Privat-sache.
- Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.
- Artikel 17: Jeder Mensch darf sich beschweren.

Alle weiteren Informationen zu den Grund•rechten findest Du auf Seite 22.

Anschließend kannst Du das folgende Rate-spiel austeilen, wenn sehende Personen dabei sind.

Die Kopier-vorlagen für Sehende findest du in der [Buch PDF für Sehende auf der Projektseite](#), auf Seite 104 und 105.

In dem Rate-spiel gibt es Fragen und Antworten.

Alle sollen das Rate-spiel ausfüllen.

Danach erklärst Du die richtigen Antworten.

Ihr könnt die Antworten vergleichen.

Rate-spiel mit Antworten

Frage 1:

Jemand hat einmal zu mir gesagt:

„Du hast eine Behinderung. Du bist nichts wert!“. Das hat mich sehr verletzt.

Hat diese Person recht? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 1: Alle Menschen sind wert-voll.

Oder: Die Würde des Menschen ist unantastbar.

Jeder Mensch ist wert-voll.

Jeder Mensch muss respektiert werden.

Es ist wichtig, dass jeder Mensch mit Anstand und Respekt behandelt wird.

Frage 2:

Ein Mensch in Deutschland hat jemanden getötet.

Er hat eine Strafe bekommen und sitzt im Gefängnis.

Darf dieser Mensch geschlagen werden? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 2: Niemand darf verletzt werden.

Oder: Das Recht auf körperliche Unversehrtheit.

Das Recht auf körperliche Unversehrtheit ist ein sehr starkes Grund-recht.

Das Recht sagt: Niemand darf geschlagen werden, egal was die Person getan hat.

Frage 3:

Ein Mensch hat mir etwas geklaut.

Darf ich diesen Menschen in meiner Wohnung einsperren? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 2: Jeder Mensch darf frei und selbst-bestimmt leben.

Oder: Das Recht auf Freiheit.

Jeder Mensch soll frei sein.

Niemand darf ohne Grund eingesperrt werden oder ins Gefängnis kommen.

Alle Menschen haben das Recht auf ein gerechtes Verfahren vor Gericht.

Nur Gerichte dürfen Menschen verurteilen.

Nur die Polizei darf Menschen verhaften oder in Räumen festhalten.

Frage 4:

Haben Menschen mit Behinderungen die gleichen Rechte wie Menschen ohne Behinderungen? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Ja!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

Oder: Das Recht auf Gleich-behandlung.

Jeder Mensch ist vor dem Gesetz gleich und muss gleich behandelt werden.

Egal, woher der Mensch kommt, welches Geschlecht, welche Religion oder welche Behinderung jemand hat.

Frage 5:

Darf ich meine Religion ändern?

Auch wenn ich dann eine andere Religion habe als meine Eltern? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Ja!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 4: Jeder Mensch darf seine Religion frei wählen.

Oder: Das Recht auf Religions-freiheit.

Jeder Mensch darf seine Religion frei wählen oder wechseln.

Menschen dürfen auch ohne Religion leben.

Frage 6:

Darf mir jemand vorschreiben, welche Partei ich wählen soll? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.

Oder: Das Recht auf Meinungs-freiheit.

Jeder Mensch darf seine Meinung frei sagen.

Alle Menschen dürfen selbst entscheiden, welche Partei oder welche Person sie wählen.

Es gibt aber Ausnahmen:

Deine Meinung darf nicht ein anderes Grund-recht verletzen!

Frage 7:

Darf ich zu Demonstrationen gehen? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Ja!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 8: Jeder Mensch darf andere Menschen treffen.

Oder: Das Recht auf Versammlungs-freiheit.

Menschen haben das Recht, sich friedlich zu versammeln.

Sie dürfen ihre Meinungen und Ideen austauschen.

Sie dürfen öffentlich sagen, was ihnen wichtig ist.

Frage 8:

Darf ein Mensch ohne meine Zustimmung meine Briefe öffnen? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 10: Post und E-Mails sind Privat-sache.

Oder: Das Recht auf Privat-sphäre und Daten-schutz.

Die persönlichen Daten von jedem Menschen sind geschützt.

Das private Leben von jedem Menschen ist geschützt.

Der Austausch mit anderen Menschen ist geschützt.

Zum Beispiel am Telefon, in einer E-Mail oder bei WhatsApp.

Niemand darf mitlesen oder mithören.

Es gibt aber Ausnahmen:

Wenn Du noch nicht 18 Jahre alt bist.

Dann dürfen Deine Eltern Deine Briefe lesen oder für Dich entscheiden.

Oder wenn Du eine rechtliche Betreuung hast.

Dann darf die rechtliche Betreuung Deine Briefe lesen und für Dich antworten.

Frage 9:

Ein Mensch aus der Arbeit möchte meinen Wohnungs-schlüssel haben.
Muss ich ihm meinen Wohnungs-schlüssel geben, auch wenn ich das nicht möchte?
Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Nein!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.

Oder: Das Recht auf privates Wohnen.

Niemand darf ohne Grund in meine Wohnung kommen oder mich stören.

Mein Zuhause ist geschützt.

Ich entscheide selbst, wer in meine Wohnung darf.

Frage 10:

Ein Mensch sagt etwas Gemeines zu mir. Das mich verletzt und beleidigt.
Darf ich mich beschweren? Ja oder Nein?

Richtige Antwort: **Ja!**

Warum ist das so und mit welchem Grund-recht hat es zu tun?

Artikel 17: Jeder Mensch darf sich beschweren.

Oder: Das Recht auf Beschwerde.

Ich darf mich beschweren, wenn mich jemand beleidigt hat.

Jeder Mensch hat das Recht, Probleme anzusprechen, ohne dass er*sie bestraft wird. Dieses Recht ist sehr wichtig.

Jeder Mensch wird gehört.

Nun könnt ihr eine Pause machen: Zum Beispiel 10 Minuten.

3.4 Was kann ich für meine Rechte tun?

Was mache ich in diesem Teil?	Wir besprechen: Wie kann ich mich für die Grund-rechte einsetzen?
Wie lange dauert das?	45 Minuten
Was brauche ich dazu?	Puzzle- Vordrucke für Sehende ausdrucken. (Diese können aus der Buch PDF für Sehende auf der Projektseite genommen werden, auf Seite 106 und 107)

Wie mache ich das?

An dieser Stelle kannst Du Dein Wissen aus dem Buch erzählen.

Darum geht es:

Wie kann ich mich für die Grund-rechte einsetzen?

Die Inhalte findest Du auf Seite 29.

Anschließend teilst Du den Teilnehmenden, die sehen können, die Puzzle-Vordrucke aus.

Du erklärst, was die Teilnehmenden mit den Puzzle-teilen tun sollen.

Wenn die Teilnehmenden sehen können, sollen sie mit Linien die Kästen verbinden, die zusammen gehören.

Sie können das Puzzle auch ausschneiden.

Die Teilnehmenden können die Puzzle-teile dann richtig nebeneinander legen.

Ansonsten könnt ihr die Aussagen vorlesen und dann darüber sprechen.

Das Puzzle könnt Ihr auch in kleinen Gruppen lösen.

Anschließend gibt es die Auflösung und einen Austausch dazu.

Rückblick Kapitel „Was kann ich für meine Rechte tun?“ (Seite 29)

- Informiere Dich über Deine Rechte.
- Suche Dir einen Rechts-beistand.
Zum Beispiel eine Anwältin oder einen Anwalt.
- Reiche Beschwerde ein.
- Mache bei Petitionen (Wörterbuch) und Demonstrationen mit.
- Tue etwas für die Gesellschaft.
- Nutze Medien, um auf ein Thema aufmerksam zu machen.

- Beteilige Dich an der Politik.

Anleitung zum Puzzle:

Verschiedene Ereignisse können deine Rechte in Gefahr bringen.

Es folgen nun 10 Aussagen.

Höre dir die Aussage an, mach kurz Pause und überlege Dir eine Lösung zu dem genannten Ereignis.

Es sind verschiedene Antworten möglich.

Nach jeder Aussage sagen wir, welches Grund-recht in Gefahr ist und schlagen eine mögliche Antwort vor.

Ihr könnt die Kästen auch als Legekarten ausdrucken.

Die Karten zum Ausdrucken findet Ihr [auf der Internetseite zum Projekt](#).

Aussage 1: Was ist passiert?

- Jemand will meinen Briefwahl-zettel für mich ausfüllen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 5: Jeder Mensch darf seine Meinung sagen.

Mögliche Antwort 1: Ich suche mir einen Rechts-beistand.

Aussage 2: Was ist passiert?

- Eine Politikerin sagt etwas Diskriminierendes (Wörterbuch) gegen Menschen mit Behinderungen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 3: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

Mögliche Antwort 2: Ich wende mich an den Behinderten-rat und engagiere mich bei der nächsten Aktion gegen Diskriminierung (Wörterbuch).

Aussage 3: Was ist passiert?

- Jemand droht mir, mich einzusperren.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 2: Jeder Mensch darf in Freiheit leben.

Mögliche Antwort 3: Ich rufe die Polizei.

Aussage 4: Was ist passiert?

- Ein Familien-mitglied will meine E-Mails ohne Erlaubnis lesen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 10: Post und E-Mails sind Privat-sache.

Mögliche Antwort 4: Ich sage Nein! Ich informiere mich, was ich noch tun kann.

Aussage 5: Was ist passiert?

- Eine Kollegin droht mir, mich zu schlagen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 2: Niemand darf verletzt werden.

Mögliche Antwort 5: Ich beschwere mich bei meinem Vorgesetzten.

Aussage 6: Was ist passiert?

- Meine Freundin will mir verbieten, auf eine Demonstration zu gehen.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 8: Menschen dürfen sich mit anderen Menschen treffen.

Mögliche Antwort 6: Ich gehe zur Demonstration. Das darf mir niemand verbieten.

Aussage 7: Was ist passiert?

- Auf einem Plakat einer Partei steht: Nur meine Religion ist richtig.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 4: Jeder Mensch darf die Religion selbst wählen.

Mögliche Antwort 7: Ich wähle diese Partei nicht.

Aussage 8: Was ist passiert?

- Mein Mitbewohner geht ohne Erlaubnis in mein Zimmer.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 13: Die Wohnung ist Privat-sache.

Mögliche Antwort 8: Ich spreche mit der Person und erkläre meine Rechte.

Aussage 9: Was ist passiert?

- Ich möchte mich im Rathaus über den kaputten Aufzug beschweren. Niemand hört mir zu.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 17: Jeder Mensch darf Beschwerde einlegen.

Mögliche Antwort 9: Ich spreche eine Journalistin an. Sie soll einen Artikel in der Zeitung schreiben.

Aussage 10: Was ist passiert?

- Jemand sagt: Du bist wert-los.

Welches Grund-recht ist in Gefahr?

Artikel 1: Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich.

Mögliche Antwort 10: Ich sage Nein!

Nun könnt ihr eine Pause machen: Zum Beispiel 10 Minuten.

3.5 Was will ich für meine Rechte tun?

Was mache ich?	Wir besprechen: <ul style="list-style-type: none">▪ Wurden meine Rechte schon einmal verletzt?▪ Wie möchte ich mich in Zukunft für meine Rechte einsetzen?
Wie lange dauert das?	40 Minuten
Was brauche ich dazu?	Vordrucke für Sehende ausdrucken. (Diese können aus der Buch PDF für Sehende auf der Projektseite genommen werden, Seite 108 und 109)

Wie mache ich das?

Du teilst die Vordrucke für die Übung aus.

Alle Teilnehmenden können aufschreiben, malen oder sich nur überlegen, wie sie sich in Zukunft für ihre Rechte einsetzen möchten.

Danach stellt jede Person ihr Bild, ihren Text oder ihre Gedanken vor.

Folgende Fragen sind auf den Kopiervorlagen zu lesen:

Wurden meine Rechte schon einmal verletzt?

Wie möchte ich mich in Zukunft für meine Rechte einsetzen?

3.6 Abschluss

Was mache ich?	Wir besprechen: <ul style="list-style-type: none">▪ Was habe ich gelernt?▪ Wie ist es mir ergangen?
Wie lange dauert das?	15 Minuten

Wie mache ich das?

Du fragst die Teilnehmenden:

- *Was habt Ihr gelernt?*
- *Wie ist es Euch ergangen?*

Du fängst an und erzählst, wie der Work-shop für Dich war.

Danach sind die anderen dran.

Sie sollen erzählen.

Zum Schluss bedankst Du Dich für die gemeinsame Zeit und verabschiedest die Teilnehmenden.

4. Interviews

Hinweis:

Alle Interviews findest du in voller Länge [auf der Internetseite zum Projekt.](#)

4.1 Nicole Bittner



Abbildung 12: Foto von Nicole Bittner

Frage 1: Wer bist Du?

Ein wunderschönes Hallöchen!

Mein Name ist Nicole, ich bin 36 Jahre alt und ich komme aus Nürnberg.

Ich bin blind, das heißt, ich kann nur noch Hell-Dunkel sehen.

Ich arbeite als Telefonistin im öffentlichen Dienst.

Mein Tagesablauf sieht so aus, dass ich ganz normal aufstehe.

Am Morgen gehe ich zur Arbeit.

Nach der Arbeit gehe ich nach Hause oder erledige noch ein paar Dinge.

Zum Beispiel Einkaufen oder Behörden-gänge.

Ich treffe mich abends sehr gerne mit meinen Freundinnen.

Am Wochenende besuche ich manchmal Konzerte oder treffe mich mit meinen Freundinnen außerhalb von Nürnberg.

Frage 2: Welche Rechte sind Dir wichtig?

Folgende Rechte sind mir wichtig:

- Dass ich als Person, die eine Einschränkung hat, arbeiten gehen kann.
- Dass ich auch wählen kann.
- Dass ich trotz allem ein sorgloses und normales Leben wie jeder andere führen kann.
- Dass ich auch demonstrieren kann.

- Dass ich sagen kann, wenn mir etwas nicht gefällt.
- Dass ich bei politischen (Wörterbuch) Entscheidungen mitwirken kann.

Frage 3: Wo begegnen Dir Barrieren im Leben?

Wenn ich in der Stadt unterwegs bin, kann es passieren, dass ich auf Hindernisse stoße.

Ein Beispiel dafür sind Bau-stellen.

Vielleicht stehen irgendwo Gegenstände im Weg.

Um die muss ich dann herumlaufen.

Manchmal stehen auch Koffer oder Menschen auf dem Leit-streifen.

Leit-streifen sind Tast-linien auf dem Boden. Sie helfen blinden Menschen, mit dem Blindenstock den Weg zu finden.

Alleine einkaufen ist auch schwierig.

Wenn ich den Laden nicht kenne, finde ich mich nicht zurecht.

Ich muss dann nach den Dingen fragen.

Menschen mit Behinderungen können oft nicht eine normale Schule besuchen.

Die Menschen lernen dann keine anderen Schüler*innen mit Behinderungen kennen.

Wenn man blind ist, kann es schwierig sein, einen Job zu finden.

Die Personaler*innen lehnen Bewerber*innen mit Behinderungen oft sofort ab.

Frage 4: Sind Deine Rechte schon einmal verletzt worden?

Ich spreche mit den Leuten, wenn ich denke, dass meine Rechte in Gefahr sind.

Ich erkläre ihnen, was ich akzeptiere und was nicht.

Ich war vor Kurzem einkaufen.

Man hat zu mir gesagt, dass ich mit einem Betreuer kommen soll.

Das war eine Diskriminierung (Wörterbuch) und ich habe mich beschwert.

Danach habe ich die Einkaufs-hilfe bekommen.

Ein anderes Mal beim Einkaufen wollte ich schon gehen.

Ich dachte: Okay, dann kaufe ich eben woanders ein und gebe mein Geld nicht in diesem Laden aus.

Dann hat die Person gemeint, dass sie mir doch hilft.

Frage 5: Was wünschst Du Dir für Dich?

Ich wünsche mir, dass ich und andere Menschen mit Behinderungen nicht immer auf Barrieren stoßen.

Die ganzen Barrieren sind alle in den Köpfen der Menschen.

Es wäre für mich persönlich einfacher, ich könnte ganz normal bei irgendwelchen Freizeit-aktivitäten mitmachen.

Es ist mir wichtig, dass die Menschen Verständnis haben für Einschränkungen. Die Menschen sollten offener sein und uns ansprechen, wenn sie etwas von uns wollen.

Frage 6: Was wünschst Du Dir für die Welt?

Ich wünsche mir für die Welt:

- Frieden
- Gesundheit
- keine Hungers-not
- und dass jede Person so angenommen und respektiert wird, wie sie ist.

4.2 Theresia Herden



Abbildung 13: Foto von Theresia Herden

Frage 1: Wer bist Du?

Ich heiße Theresia, bin 64 Jahre alt.

Ich sitze seit fast 20 Jahren im Rollstuhl, weil ich eine Muskel-erkrankung habe.

Früher war ich Lehrerin in einer Förder-schule.

Ich lebe in einer guten Nachbarschaft und meine Wohnung ist barrierefrei.

Mit dem Rollstuhl bin ich viel unterwegs.

Ich habe viele Interessen.

Zum Beispiel treffe ich mich gerne mit Freunden.

Oder gehe ins Kino, zu Lesungen oder Konzerten.

Frage 2: Welche Rechte sind Dir wichtig?

Mich beeindruckt und begeistert vor allem die Menschen-rechte.

Mir ist Artikel 1 der Menschen-rechte sehr wichtig.

Da steht: Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten.

Ich als Mensch mit Behinderung finde diesen Satz wichtig.

Dieser Satz ist der Wichtigste für mich.

Artikel 2 der Menschen-rechte ist mir auch wichtig.

Dieser Artikel sagt: Diskriminierung (Wörterbuch) ist verboten.

Ich bin ein Mensch mit Behinderung.

Ich bin eine Frau.

Ich bin schon älter.

Ich bin in allen 3 Bereichen leider schon ungerecht behandelt worden.

Frage 3: Wo begegnen Dir Barrieren im Leben?

Ich treffe ständig auf Barrieren.

Manchmal sind die Barrieren sichtbar und manchmal sind die Barrieren unsichtbar.

Ein Beispiel für sichtbare Barrieren sind:

nicht abgesenkte Bürgersteige.

Mit meinem Rollstuhl komme ich den Bürgersteig nicht hoch oder runter.

Ich muss oft große Umwege fahren oder komme gar nicht in Geschäfte, Gaststätten, Arztpraxen, Kinos, Theater, Kirchen oder öffentliche Einrichtungen.

Unsichtbare Barrieren sind Barrieren in den Köpfen von anderen Menschen.

Ein Beispiel dafür ist der: Ableismus.

Ableismus kommt aus dem Englischen und bedeutet:

Menschen sehen nur die Behinderung an mir und nicht meine Fähigkeiten.

Ich als Mensch mit Behinderung finde diesen Satz wichtig.

Er ist der Wichtigste für mich.

Menschen denken oft, dass ich weniger intelligent bin, nur weil ich im Rollstuhl sitze.

Das ärgert mich sehr.

Frage 4: Sind Deine Rechte schon einmal verletzt worden?

Ja leider ziemlich oft.

Zum Beispiel, wenn ich Zug fahren möchte.

Die meisten Züge und Bahnhöfe sind nicht barrierefrei.

Vom Bahnsteig in den Zug brauche ich oft einen Lifter.

Dann muss ich vor der Fahrt den Mobilitätsservice der Bahn anrufen.

Das ist sehr umständlich und ich brauche viel Zeit.

Manchmal muss ich sogar lange Umwege fahren.

Das ärgert mich.

Ich weiß, dass es auch andere Möglichkeiten gibt.

Frage 5: Was wünschst Du Dir für Dich?

Ich wünsche mir Barrierefreiheit für alle Lebensbereiche.

Ich reise sehr gerne.

Der Rollstuhl bringt mich an viele schöne Orte,

aber nur wenn diese Orte barrierefrei sind.

Früher bin ich in viele fremde Länder gereist.

Ich würde mir wünschen, dass das mit Rollstuhl auch einfacher geht.

Ohne Stunden und Tage mit Planung und Organisation dafür zu verbringen.

Das hat für mich auch etwas mit Würde zu tun.

Frage 6: Was wünschst Du Dir für die Welt?

Als Erstes wünsche ich mir, dass es auf der Welt keine Kriege mehr gibt.

Ich wünsche mir eine Politik (Wörterbuch), die Frieden möglich macht.

Und eine Politik (Wörterbuch), die für eine gesunde Umwelt und für ein gutes Klima sorgt.

Ich wünsche mir, dass Menschen friedlich zusammenleben.

Ich wünsche mir, dass Demokratie gelebt wird.

Eine bunte Gesellschaft ohne Rassismus und Diskriminierung (Wörterbuch) braucht Meinungsfreiheit, Respekt und Toleranz.

4.3 Roman Hüttinger



Abbildung 14: Foto von Roman Hüttinger

Frage 1: Wer bist Du?

Ich bin Roman Hüttinger.

Ich gehe in Weißenburg in die Römerbrunnen-Schule.

Ich bin 17 Jahre alt.

In meiner Freizeit engagiere ich mich in der Freiwilligen Feuerwehr und spiele gerne Fußball.

Frage 2: Welche Rechte sind Dir wichtig?

Mir ist wichtig, dass jeder Mensch das Recht hat zu heiraten.

Frage 3: Wo begegnen Dir Barrieren im Leben?

Mir begegnen in der Regel keine Barrieren im Alltag.

Frage 4: Sind Deine Rechte schon einmal verletzt worden?

Ja. Ich musste zum Beispiel einmal meine Schule wechseln.

Das wollte ich gar nicht.

Das hat mir nicht gefallen.

Ich freue mich, dass ich jetzt zurück in meiner Schule bin.

Meine Lehrer haben sich dafür eingesetzt, dass ich zurück·kommen kann.

Frage 5: Was wünschst Du Dir für Dich?

Ich wünsche mir für mich, dass ich später einmal im Restaurant arbeiten kann.

Frage 6: Was wünschst Du Dir für die Welt?

Ich wünsche mir für die Welt, dass keine schlimmen Umwelt·katastrophen mehr passieren.

Zum Beispiel, dass es kein Hochwasser mehr gibt.

4.3 Jan Volkersdorfer



Abbildung 15: Foto von Jan Volkersdorfer

Frage 1: Wer bist Du?

Ich bin Jan Volkersdorfer.

Ich wohne in Weißenburg und gehe in die Römerbrunnen-Schule.

Mein Hobby ist mit Freunden rausgehen.

In meiner Freizeit lese ich gerne oder rechne gerne.

Manchmal mache ich auch einen Filmtag mit Freunden oder unternehme etwas draußen.

Frage 2: Welche Rechte sind Dir wichtig?

Mir sind alle Rechte wichtig.

Zum Beispiel, dass

- es meiner Familie und mir gut geht.
- dass ich später einmal einen guten Job bekomme.

Besonders wichtig sind mir folgende Rechte:

- Recht auf Gleichbehandlung.
- Schutz vor Diskriminierung aufgrund von
- Religion, Herkunft und Geschlecht.
- Recht auf die Fürsorge meiner Eltern.
- Recht auf ein sicheres Zuhause.
- Recht auf Meinungsfreiheit.
- Recht auf Leben.
- Recht auf einen eigenen Namen.
- Recht auf eine Staatszugehörigkeit.
- Recht auf Gesundheit und Schutz vor Misshandlung.

Frage 3: Wo begegnen Dir Barrieren im Leben?

Viele Menschen sprechen mich im Einkaufszentrum an.
Sie wissen nicht wie alt ich bin.
Manche Menschen glauben mir nicht, wie alt ich bin.
Mich stört es, wenn ich zu jung eingeschätzt werde.
Das ist beim Einkaufen ein Problem.

Frage 4: Sind Deine Rechte schon einmal verletzt worden?

Ja, ich wurde in der Schule gemobbt.
Die Schule ist für Kinder mit einer Lernschwäche.
Manchmal wurde ich ausgelacht.
Zum Beispiel wegen meinem Gesicht.
Das hat mich verletzt.

Frage 5: Was wünschst Du Dir für Dich?

Ich wünsche mir, dass es mir gut geht.
Ich wünsche mir, dass alles in meiner Familie in Ordnung ist.
Außerdem wünsche ich mir, dass ich einmal 2 Meter groß werde.

Frage 6: Was wünschst Du Dir für die Welt?

Ich wünsche mir, dass die Kinder in Afrika

- nicht mehr an Hunger leiden müssen.
- genug Wasser und Essen haben.
- dass es dort keine Kinderarbeit mehr gibt.

Die Menschen in Afrika sollen genug saubere Kleidung haben.
Ich wünsche mir Frieden auf der Welt und keinen Krieg.
Auch nicht in der Ukraine.
Das treibt auch die Preise für Gas in die Höhe.

Wörterbuch

Wort: Diskriminierung

Erklärung: Jemand wird benachteiligt, weil er oder sie eine bestimmte Meinung oder Eigenschaft hat.

Zum Beispiel Frauen, Flüchtlinge oder Menschen mit Behinderung.

Es gibt viele Gründe für Diskriminierung.

Wort: Exekutive

Erklärung: Die Exekutive ist die ausführende Gewalt.

Gewalt bedeutet hier: Macht.

Die Exekutive besteht aus der Regierung und der Verwaltung.

Die Exekutive ist dafür verantwortlich, dass die Gesetze eingehalten und angewendet werden.

Das sind zum Beispiel

- die Polizei
- das Finanzamt
- die Regierung

Wenn ein Mensch gegen das Gesetz verstößt, müssen sie dafür sorgen, dass der Mensch bestraft wird.

Wort: Gericht

Erklärung: Ein Gericht gehört zur recht-sprechenden Gewalt im Staat.

Die recht-sprechende Gewalt heißt auch Judikative.

In den Gerichten entscheiden Richter*innen nach dem Gesetz.

Richter*innen sind unabhängig.

Das bedeutet:

Niemand darf den Richter*innen vorschreiben, welche Entscheidung sie treffen sollen.

Sie treffen ihre Entscheidungen unabhängig.

Wort: Judikative

Erklärung: Die Judikative ist die recht-sprechende Gewalt.

Gewalt bedeutet hier: Macht.

Die Judikative setzt sich aus Gerichten und Richter*innen zusammen.

Die Gerichte sind wichtig für die Rechts-sicherheit.

Die Gerichte entscheiden über alle Streitigkeiten zwischen Menschen.

Die Gerichte sind unabhängig.

Das Bundes-verfassungs-gericht ist ein wichtiges Gericht.

Wort: Legislative

Erklärung: Die Legislative ist die gesetz-gebende Gewalt.

Gewalt bedeutet hier: Macht.

In Deutschland besteht die Legislative aus:

Bundes-tag und Bundes-rat.

Diese können Gesetze machen.

Sie kontrollieren die Regierung.

Wort: Medien

Erklärung: Medien sind zum Beispiel Zeitungen, das Fernsehen oder das Internet.

Über Medien werden Informationen an Menschen weitergegeben.

Medien können aber auch Unterhaltung und Bildung an Menschen weitergeben.

Facebook, Instagram oder Youtube sind Soziale Medien.

Sie heißen so, weil jeder Mensch selbst Informationen weitergeben kann.

Wort: Petition

Erklärung: Eine Petition ist eine schriftliche Bitte.

Eine Petition geht zum Beispiel an das Parlament,
an den*die Bundespräsident*in oder eine Behörde.

Wort: Politik oder politisch

Politik regelt, wie Menschen in einer Gesellschaft zusammen-leben.

Politik ist alles, was die Angelegenheiten in einer Gesellschaft ordnet und bestimmt.

Politik hört man oft in Zusammenhang mit einer Stadt oder einem Staat.

Politik beginnt aber bereits im Alltag, wenn Menschen in einer Gruppe sind.

Wort: Rechts-staats-prinzip oder Rechts-staatlich-keit

Erklärung: Das Rechts-staats-prinzip bedeutet, dass die Regierung und alle
Bürger*innen sich an die Gesetze halten müssen.

Das Prinzip garantiert, dass die Regierung gerecht und nach fest-gelegten Regeln
handelt.

Das Prinzip schützt die Rechte und Freiheiten der Bürger*innen.

In einem Rechts-staat steht niemand über dem Gesetz.

Die Rechte der Bürger*innen werden durch Gesetze und unabhängige Gerichte
verteidigt.

Das Rechts-staats-prinzip sorgt für Ordnung und Gerechtigkeit in einer Gesellschaft.

Wort: Rechts-staat

Erklärung: In einem Rechts-staat handelt der Staat (Wörterbuch) nach den Regeln
der Verfassung und nach den Gesetzen.

Wort: Staat

Erklärung: Ein Staat besteht aus:

- dem Staats-gebiet mit seinen Grenzen
- dem Staats-volk mit seinen Bürger*innen
- der Staats-gewalt

Wort: Verfahren

Erklärung: Verfahren bedeutet Arbeits-weise oder Vorgehen.

Verfahren ist auch das kurze Wort für Gerichts-verfahren.

Dabei überprüft ein Gericht ein Problem oder einen Streit oder ein Verbrechen.

Das Gericht trifft dann eine Entscheidung.

Ein Gerichts-verfahren beginnt mit der Klage und endet mit einem Urteil.

Adressen und Kontakte

Wichtige Internet-seiten mit Informationen zu Rechten, Unterstützungsmöglichkeiten und aktuellen Entwicklungen für Menschen mit Behinderungen in Deutschland.

[1. Seite: Beauftragte der Bundesregierung für Angelegenheiten von Menschen mit Behinderungen](#)

Diese Internet-seite bietet Informationen zu: Gesetzen, politischen Initiativen und enthält Kontakt-daten für weitere Fragen.

[2. Seite: Deutscher Behinderten-rat \(DBR\)](#)

Diese Internet-seite bietet Informationen zu: Rechten von Menschen mit Behinderungen, aktuellen Themen und politischen Entwicklungen.

[3. Seite: Lebenshilfe Deutschland](#)

Diese Internet-seite bietet Informationen zu: Rechten und verschiedenen Lebens-bereichen von Menschen mit Behinderungen.

[4. Seite: Rehadat](#)

Diese Internet-seite bietet Informationen zu: Hilfs-mitteln, barrierefreien Angeboten und Dienst-leistungen.

Seiten für Rechtsbeistand

[1. Seite: Der Deutsche Behinderten-rat \(DBR\)](#)

setzt sich für die Interessen von Menschen mit Behinderungen ein.

[2. Seite: Der Deutsche Paritätische Wohlfahrts-verband \(DPWV\)](#)

setzt sich für die soziale Inklusion und Gleich-stellung ein.

[3. Seite: Der Deutsche Blinden- und Seh-behinderten-verband \(DBSV\)](#)

setzt sich für Interessen von blinden und sehbehinderten Menschen in Deutschland ein und bietet Unterstützung und Beratung.

[4. Seite: Der Deutsche Schwer-hörigen-bund \(DSB\)](#)

setzt sich für Interessen von Menschen mit Hörbehinderungen ein und bietet Unterstützung und Beratung.

[5. Seite: Der Sozial-verband VdK Deutschland](#)

setzt sich für die Interessen von Menschen mit Behinderungen und chronisch kranken Menschen ein.

6. Seite: Die Interessens-vertretung Selbstbestimmt Leben in Deutschland (ISL)

fördert das selbst-bestimmte Leben von Menschen mit Behinderungen und setzt sich für die Umsetzung der UN-Behinderten-rechts-konvention in Deutschland ein.

7. Seite: Die Schlichtungs-stelle nach dem Behinderten-gleichstellungs-gesetz (BGG)

vermittelt bei Konflikten.

8. Seite: Die Anwalts-suche beim Deutschen Anwalt-verein (DAV)

vermittelt Anwält*innen für rechtliche Beratung und Vertretung.

9. Seite: Die Verbraucher-zentralen

bieten Beratung für Menschen mit Behinderungen, insbesondere im Bereich von Verträgen, Verbraucher-rechten und barrierefreiem Konsum.

10. Seite: Die Deutsche Vereinigung für Rehabilitation (DVfR)

fördert die Teilhabe von Menschen mit Behinderungen und bietet Informationen und Beratung zu rechtlichen Aspekten von Rehabilitation und Inklusion

Seiten von Beschwerdestellen

1. Seite: Beauftragte der Bundes-regierung für Angelegenheiten von Menschen mit Behinderungen

Die beauftragte Person der Bundes-regierung setzt sich für die Rechte von Menschen mit Behinderungen auf politischer Ebene ein und bietet Informationen und Unterstützung.

2. Seite: Anti-diskriminierungs-stelle des Bundes (ADS)

Die ADS ist zuständig für Fragen der Diskriminierung und bietet Unterstützung und Beratung an.

Seite für Petitionen

Beim Deutschen Bundes-tag kann man eine Petition einreichen.
Das geht per Post oder [online hier](#).

Im Bereich „Petitionen“ gibt es Formulare und Anleitungen.

Informationen zu: Proteste organisieren

In Deutschland müssen Demonstrationen bei Behörden oder der Polizei vor Ort angemeldet werden.

Die genauen Zuständigkeiten können sich je nach Bundes-land und Stadt unterscheiden.

Beim örtlichen Rathaus gibt es Informationen, wie man einen Protest organisiert.

Zusammenfassung

Wir hoffen, das Buch hat Dir gefallen.

Es ist sehr wichtig, dass alle Menschen ihre Rechte kennen.

Wenn wir alle unsere Rechte kennen,
dann ist das gut für die Demokratie in Deutschland.

Wir können dann erkennen, wenn etwas ungerecht ist.

Wir können dann sagen: das soll sich ändern.

Jeder Mensch kann für sich selbst sprechen.

Oder mit anderen Menschen zusammen für Veränderungen kämpfen.

So kann sich unser Zusammen-leben verbessern.

Demokratie braucht Menschen, die sich für Politik interessieren.

Menschen wie Dich, die zum Beispiel dieses Buch lesen.

Das nächste Buch kommt Ende 2024 heraus und heißt:

„Demokratie schützen und stärken“.

Hinweis:

Alle Beiträge und Materialien aus diesem Buch findest Du Mehr Informationen zum Projekt „Wie geht Demokratie?“ gibt es [auf der Internetseite zum Projekt](#).

Autorinnen

Diana Löffler

Studium der angewandten Sprach-und Kultur-wissenschaften.

Leitung des Ressorts Kunst / Kultur / Teilhabe an der Akademie CPH in Nürnberg.

Projekt-leitung der inklusiven Projekte „Wie geht Demokratie“ und „Kultouren für alle“.

Systemische Pädagogin (DGsP), systemische Beraterin und Familien-therapeutin (DGsF) sowie Trauer-begleiterin (BVT).

Petra Schachner

Studium der Sozialen Arbeit (B.A.) und Human Rights (M.A.).

Selbständige Team-trainerin und Coach in Nürnberg.

Freiberufliche Lehr-trainerin und Fachhochschul-dozentin für den Fachbereich Sozial-wissenschaften.

Trainerin für konstruktive Konfliktbearbeitung (A.T.C.C.), Agiler Coach/Management und Mediatorin.

Heilpraktikerin für Psycho-therapie (HPG).

Die Buchreihe

Wie geht Demokratie?

Band 1: Demokratie und ich. (2020)

Band 2: Wie geht wählen? (2021)

Band 3: Vielfalt in der Demokratie (2022)

Band 4: Meine Rechte in der Demokratie (2023)

Band 5: Demokratie schützen und stärken (2024)

Bisher erschienen

Wie geht Demokratie? Gemeinsam lernen - in leicht verständlicher Sprache

Band 1: Demokratie und ich. Bausteine für eine inklusiv ausgerichtete Politische Bildung (2020) von Doris Katheder und Lara Kronet, ISBN 978-3-429-05628-5

Die Akademie CPH entwickelt im Rahmen des Modellprojekts "Wie geht Demokratie?" fünf inklusiv ausgerichtete Bildungsmodule für junge Menschen mit Lernschwierigkeiten zu den Themenfeldern Demokratie und politische Teilhabe. Im ersten Teil wurde das inklusiv ausgerichtete Bildungsmodul "Demokratie und ich" konzipiert.

Band 2: Wie geht wählen? Bausteine für eine inklusiv ausgerichtete politische Bildung (2021) von Doris Katheder und Julia Wagner, ISBN 978-3-429-05629-2

Das Buch wurde in enger Zusammenarbeit mit Menschen mit Lernschwierigkeiten entwickelt. Es will Menschen, die bisher nicht wählen durften, aber auch allen, die mehr über Politik und Wahlen erfahren wollen, Freude an Demokratie vermitteln und am Beispiel Bundestagswahl und Europawahl durch gemeinsames Lernen Wissen um politische Teilhabe stärken.

Band 3: Vielfalt in der Demokratie. Bausteine für eine inklusiv ausgerichtete politische Bildung (2022) von Doris Katheder und Julia Wagner, ISBN 978-3-429-05771-8

Das Buch „Vielfalt in der Demokratie“ ist in leicht verständlicher Sprache geschrieben. Es ist in 3 Teile aufgeteilt. Teil 1 erklärt: Was bedeutet Vielfalt? Warum ist Vielfalt für die Demokratie wichtig? Teil 2 besteht aus Interviews. Verschiedene Menschen wurden gefragt: Wie kann eine vielfältige Gesellschaft in Zukunft

aussehen? Teil 3 erklärt, wie Sie einen Workshop zum Thema „Vielfalt in der Demokratie“ machen können.

Impressum

Projektstelle:

[Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus gGmbH](#)

Königstraße 64
90402 Nürnberg

Textüberarbeitung:

[Zentrum für barrierefreie Kommunikation der Rummelsberger Diakonie](#)

Rummelsberg 20a
90592 Schwarzenbruck

Verlag: [Echter Verlag GmbH](#)

Gestaltung und Illustration:

[Alexander Roser](#)

Die Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung des BMFSFJ oder des BAFzA dar. Für inhaltliche Aussagen tragen die Autorinnen die Verantwortung.

Nürnberg, November 2023, 1. Auflage

ISBN-Nummer ISBN 978-3-429-05631-5

Buchrückseite

Dieses Buch ist der 4. Teil von insgesamt 5 Büchern zum Thema: **Wie geht Demokratie?**

Bücher zum Thema Demokratie oder Politik sind oft schwer zu verstehen. In diesem Buch ist das anders, es ist in leicht verständlicher Sprache geschrieben. Es heißt: **Meine Rechte in der Demokratie** und erklärt zum Beispiel:

- **Was ist Demokratie?**
- **Was hat Demokratie mit meinen Rechten zu tun?**
- **Was sind Grund-rechte?**

Im Buch gibt es viele anschauliche Beispiele, Bilder und Zeichnungen. Eine Person begleitet durch das Buch und stellt Rück-fragen. Im Buch gibt es ein Quiz, ein Spiel und eine Anleitung für einen Work-shop. Gemeinsam lernen und dabei:

- **Wissen bekommen**
- **Wissen vertiefen und überprüfen**
- **Wissen weiterzugeben**

Viel Spaß damit!

Das Buch ist für Jugendliche und junge Erwachsene mit Lern-schwierigkeiten. Und für alle Menschen, die sich für das Thema interessieren.

Die Buch-reihe wird durch das Bundes-programm „Demokratie leben!“ gefördert. Es gibt noch mehr Bücher zum Thema Demokratie in leicht verständlicher Sprache:

- **Band 1: Demokratie und ich (2020)**
- **Band 2: Wie geht wählen? (2021)**
- **Band 3: Vielfalt in der Demokratie (2022)**
- **Band 4: Meine Rechte in der Demokratie (2023)**
- **Band 5: Demokratie schützen und stärken (2024)**

Unser Projekt ist ein Modellstandort des bundesweiten Modellprojektes „Wie geht Demokratie? Inklusiv Demokratiebildung für Jugendliche und junge Erwachsene mit geistiger Behinderung“ der Arbeitsgemeinschaft katholisch-sozialer Bildungswerke in der Bundesrepublik Deutschland e.V.(AKSB) und wird gefördert durch das BMFSFJ im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben“.

An dieser Stelle sind Logos vom Caritas-Pirckheimer-Haus, von der AKSB, von „Wie geht Demokratie?“, vom BMFSFJ, von „Demokratie leben!“ und dem echter Verlag zu sehen.

Außerdem die ISBN-Nummer: 978-3-429-05631-5.

Mehr Informationen zum Projekt und Material zum Herunterladen [auf der Internetseite zum Projekt.](#)