

# „Ich kann gesund leben“

## Fachtagung zur Gesundheitsförderung für und mit Menschen mit Behinderung

Autorin: Waltraud Sawczak<sup>1</sup>

Kontakt: waltraud.sawczak@newlevel.at | <sup>1</sup> new level, Grafenstein



### LEICHTE SPRACHE

Im Jahr 2014 hat es ein Projekt gegeben.

Das Projekt ist eine Fach-Tagung für Menschen mit Behinderung gewesen.

Ein Projekt ist ein bestimmtes Vorhaben.

Ein Projekt hat immer einen Anfang und ein Ende.

Ein Projekt hat immer ein Ziel oder viele Ziele.

Bei einer Fach-Tagung treffen sich Menschen, um über ein bestimmtes Thema zu reden.

Bei dieser Fach-Tagung ist über Gesundheit für Menschen mit Behinderung geredet worden.

Viele Fachleute waren eingeladen und haben über wichtige Informationen zur Gesundheit gesprochen.

Bei dieser Fach-Tagung ist immer in Leichter Sprache gesprochen worden.

Zum ersten Mal hat es so eine Fach-Tagung gegeben.

Alles, was bei dieser Fach-Tagung besprochen wurde, ist in ein Buch geschrieben worden.

Dieses Buch heißt Tagungs-Band.

Der Tagungs-Band ist in Leichter Sprache geschrieben worden.

Zum ersten Mal hat es einen Tagungs-Band in Leichter Sprache gegeben.

Bei der Fach-Tagung ist es um die Grundprinzipien der Gesundheitsförderung gegangen.

Ein Grundprinzip ist ähnlich wie eine Regel.

Damit etwas gut funktioniert, werden Regeln aufgestellt und eingehalten.

Ein Beispiel dafür sind Hausregeln.

Damit alle Menschen gut miteinander leben können, werden die Hausregeln aufgestellt und von allen eingehalten.

Bei der Gesundheitsförderung ist es so ähnlich.

Damit die Gesundheitsförderung gut ist und gut funktioniert, sollen die Grundprinzipien (Regeln) der Gesundheitsförderung eingehalten werden.

**Hintergrund und Zielsetzung:** Menschen mit intellektueller Behinderung hatten bislang wenig bzw. keine Möglichkeit sich zum Thema Gesundheit und Gesundheitsförderung zu bilden bzw. Wissen und Kompetenzen dazu zu erwerben. Vor diesem Hintergrund und den Erfahrungen eines erfolgreichen 3-jährigen FGÖ-Projekts in diesem Setting wurden die Notwendigkeit und das Interesse dazu deutlich erkennbar. Menschen mit Behinderung (MmB) sollten chancengerecht die Möglichkeit erhalten an Angeboten der Gesundheitsförderung zu partizipieren und ihr Gesundheitswissen und ihre Kompetenzen, entsprechend ihrer Voraussetzungen, zu erweitern bzw. zu erwerben.

**Methodik:** Das Projekt beschreibt die erste Fachtagung zur Gesundheitsförderung für und mit MmB, welche im Jänner 2014 in Leichter Sprache durchgeführt wurde. 2015 wurde zu dieser Tagung erstmalig ein Tagungsband in Leichter Sprache herausgegeben. Die Fachtagung stand unter dem Thema Grundprinzipien der Gesundheitsförderung. Das Normalisierungs- und Inklusionsprinzip leitete im Ablauf, Methode und Referentinnen/Referenten-Auswahl: klassischer Ablauf einer Fachtagung mit Vorträgen, Workshops, Praxisbeispielen und Referentinnen/Referenten aus dem deutschsprachigen Raum mit und ohne Inklusionshintergrund, jedoch ganz Expertinnen/Experten im Bereich der Gesundheit und Gesundheitsförderung. Der aktiven Teilnahme während der Fachtagung wurde besondere Bedeutung gegeben.

**Ergebnisse:** Chancengerechte und barrierefreie Gesundheitsbildung und Kommunikation in practice: MmB konnten erstmalig an einer Tagung zur Gesundheitsförderung teilnehmen und diese auch verstehen, die Vermittlung von Gesundheitswissen wurde zielgruppengerecht angeboten. Selbstbestimmte Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen lernen, gemeinsam mit den relevanten Bezugspersonen, angepasst an die persönlichen Möglichkeiten der einzelnen Person, jedoch auf gleicher Augenhöhe, waren wichtige und zeitgemäße Aspekte im Projekt. Insgesamt haben an der Fachtagung „Ich kann gesund leben“ 172 Personen teilgenommen.

**Lernerfahrungen:** Um Bereitschaft und Akzeptanz zur aktiven Gesundheitsvorsorge und -förderung zu erreichen, Chancengerechtigkeit zu leben, ist es erforderlich und zeitgemäß barrierefreie und zielgruppengerechte Angebote für MmB anzubieten. Die nächste Fachtagung für und mit MmB wird 2018 zum Thema Stärkung der Gesundheitskompetenz von und mit MmB gemeinsam mit der Lebenshilfe Österreich stattfinden.