«mittendrin»

aus der Sicht von
Menschen mit besonderen
Bedürfnissen

19 12/2021

miteinander füreinander

Rita Pfiffner

UN-Behindertenrechtskonvention

ERKLÄRUNG IN LEICHTER SPRACHE

Die UNO ist ein Zusammenschluss von 193 Ländern.
Alle Länder arbeiten zusammen.
Eine Konvention ist eine Übereinkunft.
Länder, die die Konvention unterzeichnen müssen sich an die Übereinkunft halten.
Es gibt verschiedene UN-Konventionen.
Eine dieser Konventionen ist über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.
Manche sagen zu der Konvention:
UN-Behinderten-Rechts-Konvention oder UN-BRK.
In der Konvention steht zum Beispiel:
Menschen mit Behinderungen sollen überall mitmachen können, darum soll es keine Barrieren geben.
Menschen mit Behinderungen sollen die gleichen Rechte haben, wie alle anderen Menschen auch.
Menschen mit Behinderungen sollen selber entscheiden und mitbestimmen.
Diese Lebensbereiche sind in der UN-BRK beschrieben:
Barrierefreiheit, Gesundheit, Bildung, Arbeit, Wohnen, Teilhabe am politischen Leben, und noch weitere.

Liechtenstein hat die UN-BRK unterschrieben.
Das heisst, Liechtenstein muss sich an die Übereinkunft halten.

Zum Beispiel: Liechtenstein muss neue Gesetze machen, oder alte Gesetze anpassen.
Die Gesetze sollen Menschen mit Behinderungen helfen, damit sie die gleichen Rechte wie alle anderen haben.

Die UN-BRK ist ein komplizierter Vertrag.
Aber viele Menschen sollen die UN-BRK verstehen.

Möchten Sie die UN-BRK in Leichter Sprache?
Dann wenden Sie sich an den Liechtensteiner Behinderten-Verband.
Wir schicken Ihnen gerne ein Exemplar zu.

Kontakt «mittendrin»
Liechtensteiner Behinderten-Verband
Julia Studer, Telefon 00423 390 0515
Mail: julia.studer@lbv.li – Stichwort: mittendrin

Die UN-Behindertenrechts-Konvetion (BRK) ist seit Jahren ein viel diskutiertes Thema im Sozialen Bereich. Unsere Nachbarländer haben die Konvention schon vor längerem unterzeichnet. Auch Liechtenstein hat die Konvention in der Zwischenzeit unterzeichnet. Allerdings ist sie noch nicht in Kraft getreten. Dennoch: Die Unterzeichnung war für viele Menschen in Liechtenstein ein wichtiger Schritt Richtung Gleichstellung.

Manche Themen der Konvention werden bereits umgesetzt, andere müssen noch angepasst werden. Die Umsetzung der UN-BRK ist nichts, was von heute auf morgen passiert. Aber auch ein Marathon beginnt mit dem ersten Schritt.

Um die Konvention umzusetzen müssen sich nicht nur manche Gesetze ändern, sondern auch das Denken in der Gesellschaft. Nur zusammen können wir die Rechte aller Menschen stärken und Menschen mit Behinderungen Selbstbestimmung und Teilhabe ermöglichen.

In dieser Ausgabe erzählen Redaktionsmitglieder über ihre Erlebnisse und Wünsche in Zusammenhang mit der BRK. Sie lesen über das Projekt «Menschen mit Behinderungen on tour» und erfahren mehr über den Inhalt der BRK. Mittendrin ist keine komplizierte Fachzeitschrift zum Thema. Diese Ausgabe soll zeigen, dass sich die UN-BRK auf den Alltag bezieht, und Menschen mit Behinderungen täglich mit den Themen konfrontiert werden.

Für das Redaktionsteam
Julia Studer

Lesefreundlichkeit: Die Texte dieser Ausgabe sind in männlicher Form, die weibliche Form ist ebenso gemeint. Das «mittendrin» Team hat beschlossen, die Textformen pro Ausgabe abwechselnd zu verwenden.

Anregungen: Damit wir auch weiterhin «mittendrin» sein können, begrüssen wir Ihre Anregungen, konstruktive Kritik und konkreten Vorschläge. Falls Sie Fragen zum ein oder anderen Thema haben, beantworten wir diese gerne.

Vorwort von Wilfried Marxer 04
Feier zum Tag der Menschenrechte 05
Ein paar Gedanken zur BRK 06
Menschen mit Behinderungen on tour 08
In Planken auf Besuch 09
Sport – Paralympics Liechtenstein 10
Special Olympics Liechtenstein 11
Redaktion – Buch von Rita Pfiffner 13
Die neuen Omni-Buch-Tipps 15

Herausgeber: Liechtensteiner Behinderten-Verband Texte: Redaktionsteam «mittendrin» Redaktionelle Bearbeitung, Koordination, Gestaltung: Eva Wohlwend Fotos: Archive der beteiligten Personen und Organisationen Bildagentur: panthermedia.net Druck: BVD Druck+Verlag AG, Schaan

Liebe Leserinnen und Leser

Die UN-Behindertenrechts-Konvention ist ein internationaler Vertrag über die Rechte von Menschen mit Behinderungen, dem 182 Staaten beigetreten sind. Die Konvention entstand unter Mitwirkung von Menschen mit Behinderungen. Ihr Ziel ist die Inklusion aller Menschen und die Beseitigung aller gesellschaftlichen Barrieren. Sie geht von einem sehr umfassenden Verständnis von Behinderung aus und anerkennt Menschen mit Behinderungen als Träger von Menschenrechten.

Deshalb ist die Konvention wegweisend für die Stärkung der Menschenrechte und für die menschenrechtliche Ausrichtung von Behindertenpolitik. Es ist höchste Zeit, dass Liechtenstein der Konvention beitritt.

VORWORT IN LEICHTER SPRACHE

Die UN-Behinderten-Rechts-Konvention ist ein internationaler Vertrag über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.
Dem Vertrag sind 182 Staaten beigetreten.
Der Text der Konvention wurde zusammen mit Menschen mit Behinderungen geschrieben.
Die Konvention will, dass alle Menschen mit Behinderung an der Gesellschaft teilnehmen können.
Sie sagt, dass Menschen mit Behinderungen die gleichen Rechte wie alle Menschen haben.
Die Konvention ist sehr wichtig für die Menschenrechte und für Menschen mit Behinderungen.
Es ist höchste Zeit, dass Liechtenstein der Konvention beitritt.

Wilfried Marxer
Präsident
Verein für Menschenrechte

VMR

Feier zum Tag der Menschenrechte

Der unabhängige Verein für Menschenrechte (VMR) wurde Ende 2016 von 26 Nichtregierungsorganisationen gegründet. Sein Auftrag gründet auf UNO-Prinzipien und ist gesetzlich verankert. Der VMR setzt sich für eine Kultur der Menschenrechte, für eine inklusive Gesellschaft und für den Schutz der Rechte aller Menschen ein. Besondere Aufmerksamkeit widmet er den Rechten von verletzlichen Personen und marginalisierten Gruppen.

Am Freitag, den 10. Dezember 2021 feiert der Verein für Menschenrechte den Tag der Menschenrechte zum Thema «Inklusion – Teilhabe an der Gesellschaft».

Frau Prof. Dr. Gudrun Wansing von der Humboldt Universität zu Berlin referiert über die Umsetzung des Prinzips Inklusion, welches zu den zentralen Grundsätzen der UN-Behindertenrechts-Konvention zählt.

Anschliessend unterhalten sich Mitwirkende am Projekt «Menschen mit Behinderungen auf Tour in den Gemeinden» über Inklusion, Barrierefreiheit und die UN-Behindertenrechts-Konvention.

Damit wird das gemeinsame Sensibilisierungsprojekt des VMR und des Liechtensteinischen Behinderten-Verbands abgeschlossen, in dem Menschen mit Behinderungen während der letzten Monate die liechtensteinischen Gemeinden besuchten und ihre Infrastruktur auf Barrierefreiheit testeten.

Musikalisch umrahmt wird dieser Abend von der Workshopband «All inclusive» der Musikschule Liechtenstein. Diese Veranstaltung wird in Gebärdensprache übersetzt. Für die Teilnahme an diesem Abend ist eine Anmeldung und ein gültiges Covid-19-Zeritifikat notwendig.

Feier zum Tag der Menschenrechte
«Inklusion – Teilhabe an der Gesellschaft»
Freitag, 10. Dezember 2021 um 19.00 Uhr
Kleiner Saal im SAL, Schaan, Einlass ab 18.30 Uhr

Anmeldung bitte unter info@vmr.li

© PantherMedia / Nelosa

Ein paar Gedanken zur BRK

ICH WILL EINFACH GUTE ARBEIT LEISTEN
von Christine Miescher

Ich habe zwei Anstellungen, wo ich während der Woche arbeite. Ein Arbeitsplatz ist in der Liechtensteinischen Landesbibliothek und einer in der Betreuten Werkstatt Textrina vom HPZ.

In der Bibliothek arbeiten zwei Teilzeitangestellte mit besonderen Bedürfnissen – eine davon bin ich. Wir sind seit vielen Jahren dabei. Das ganze Team steht hinter uns und beurteilt unsere Arbeit als wertvoll. Ich gehöre dazu und fühle mich von allen akzeptiert.

In der Textrina arbeiten die meisten betreuten Angestellten aus gesundheitlichen Gründen nur halbtags oder nicht Vollzeit. Obwohl ich dort zu den ältesten Mitarbeiterinnen gehöre, bin ich gesundheitlich eine der Stabilsten. Leider hatten wir in den letzten Monaten viele Arbeitsausfälle. Die Arbeit muss – wie überall – trotzdem erledigt werden. Es wurde deshalb sehr geschätzt, dass man sich auf mich verlassen konnte.

Ich bin zuverlässig und erledige meine Arbeit. Es ist mir wichtig, gute Arbeit zu leisten, egal ob an meinem Arbeitsplatz auf dem ersten Arbeitsmarkt oder in der beschützten Werkstätte. Es bedeutet mir einfach viel, wenn man meine Arbeit schätzt und ich im Team mit dabei bin.

ICH KANN MICH GLÜCKLICH SCHÄTZEN
von Nicole Hanselmann

Heute lebe ich zusammen mit meiner Mutter und zwei Haustieren in Triesenberg. Ich arbeite zu 100 Prozent als Mitarbeiterin im Liechtensteinischen Landesarchiv. Dadurch, dass ich die Regelschule besuchen und eine Bürolehre mit eidgenössischem Abschluss machen konnte, bekam ich eine Anstellung auf dem ersten Arbeitsmarkt. So lebe ich Inklusion schon mein ganzes Leben lang. Ich treffe mich gerne mit Freunden und Kollegen. Wir spielen zusammen, gehen aus oder etwas essen. Ich bin zufrieden und dankbar mit der gegenwärtigen Situation und lebe ganz normal und selbstbestimmt. Aus diesen Gründen betrifft mich persönlich die Umsetzung der Behindertenrechts-Konvention (BRK) nicht direkt.

Ich weiss jedoch, ich kann mich in meiner Situation glücklich schätzen. Durch meine Freunde erlebe ich immer wieder, wie schwierig es zum Beispiel für Menschen im Rollstuhl auch heute noch ist, uneingeschränkt am öffentlichen Leben teilnehmen zu können. Wenn wir gemeinsam essen gehen wollen, müssen wir uns auf jene Restaurants beschränken, die behindertengerecht angepasst sind. Wir müssen uns rechtfertigen, wenn wir das eine oder andere Essen nicht zu uns nehmen dürfen. Oder eine Erklärung ist notwendig, wenn die dialysepflichtige Freundin kein Getränk bestellt, da ihr Körper die Wasseransammlungen nicht abbaut, und die verträgliche Tagesmenge bereits überschritten ist.

Gemeinsame Unternehmungen und Reisen müssen gut geplant werden und bleiben dennoch ein Wagnis. Wenn beispielsweise das reservierte Zimmer nicht wirklich für Menschen mit Behinderungen geeignet ist, können unbeschwerte Ferientage schnell zu einer belastenden Herausforderung werden.

Aus diesen und mehr Gründen finde ich eine Umsetzung der BRK sehr wichtig. Denn Barrierefreiheit sollte in der heutigen Zeit für alle selbstverständlich sein. Und ich wünsche mir, dass Menschen mit besonderen Bedürfnissen auch die Möglichkeit haben, eine wertvolle Arbeit auf dem ersten Arbeitsmarkt zu finden.

Ich hoffe, dass durch die Behindertenrechts-Konvention die Gesellschaft grundsätzlich mehr Verständnis aufbringt und im Sinne einer Gemeinschaft künftig bewusster und aus Überzeugung auf die Bedürfnisse der unterschiedlichen Behinderungen eingeht.

Service SEAT Service CUPRA Service Nutzfahrzeuge Service
9487 Gamprin-Bendern, Tel. +423 373 15 55
OEHRI Garage AG

Persönlich, Beratend, Kreativ
ZEISS

PENTAX K-3 III
FOTO KAUFMANN Landstrasse 25, FL-9494 Schaan
Telefon +423 232 07 79 www.foto-kaufmann.li

Das Liechtensteiner Wimmelbuch
...beinhaltet 11 fantasievolle Bilder
...lädt Gross und Klein zum Gespräch ein
...ist ein Kunstwerk und ein wertvolles Geschenk
Bestellungen unter:
www.jungestheater.li, Tel. 00423 232 14 44
junges THEATER liechtenstein

VORBEHALTE IN DER GESELLSCHAFT
von Rita Pfiffner

Die Behindertenrechts-Konvention (BRK) ist sehr umfassend und deckt viele Bereiche des Lebens ab. Was für jeden Menschen ohne Behinderung eine Selbstverständlichkeit ist, muss durch diese Konvention geregelt werden, damit auch Menschen mit besonderen Bedürfnissen zu ihrem Recht kommen.

Ich bin sicher, wenn Menschen mit Behinderungen ihr Recht gerichtlich einfordern, bekommen sie Recht. Aber mein persönliches Empfinden ist, dass die Gesellschaft meistens nicht so weit ist. Da gibt es oft Vorbehalte. Beispielsweise eine Arbeit zu bekommen, ist für Menschen mit Behinderungen nicht einfach. Und wenn sie eine bekommen, meist nicht die, die sie gerne machen würden. Natürlich sagt kein Arbeitgeber, dass er etwas gegen sie hat und trotzdem ist es sehr schwierig eine Stelle zu finden. Das weiss ich aus eigener Erfahrung. Man wird oft nicht einmal zum Vorstellungstermin eingeladen.

Ich bin Rollstuhlfahrerin. Beim Reisen ist es so, dass im regionalen Verkehr mittlerweile alle Busse derart eingerichtet sind, dass ich sie auch problemlos mit Rollstuhl nutzen kann. Bei der SBB ist es aber leider so, dass es immer noch Zugstrecken gibt, die keine Niederflur-Züge anbieten. Und weil ich dann Einstieg-Hilfe bestellen muss, nimmt mir das die zeitliche Flexibilität und auch die Spontanität.

Wie schwierig es ist, als Mensch mit Behinderung bei einem Verein Mitglied zu werden, weiss ich nicht aus eigener Erfahrung, allerdings kenne ich fast keine Menschen mit besonderen Bedürfnissen, die in Dorfvereinen mitmachen.

Miteinander im Gespräch bleiben und sich auf Augenhöhe begegnen ist wichtig – Christine Schädler, Geschäftsführerin des Liechtensteiner Behinderten-Verbandes.

Menschen mit Behinderungen on tour

Christine Schädler, Geschäftsführerin des Liechtensteiner Behinderten-Verbandes, wurde vom Verein für Menschenrechte (VMR) mit dem Projekt «Menschen mit Behinderungen on tour» betraut. Im Gespräch mit Katja Wohlwend spricht sie über die Umsetzung der UNO-Behindertenrechtskonvention (BRK) und das Projekt.

Die BRK ist in vielen Ländern längst in Kraft getreten. In Deutschland z.B. 2009. In Liechtenstein wurde sie erst 2020 unterschrieben. Woran liegt es, dass wir über 10 Jahre hinterherhinken? Damit eine Konvention in Kraft treten kann, braucht es den politischen Willen. Der hat lange Zeit gefehlt. Es gab im Vorfeld immer wieder Vorstösse und Arbeitsgruppen, die den Handlungsbedarf aufzeigten. 2019 wurde dazu auch ein Gutachten erstellt, das den Bedarf in den verschiedenen Bereichen darlegt.

Die UN-BRK wurde zwar unterschrieben, ist aber noch nicht in Kraft getreten. Was passiert aktuell? Die Mitarbeitenden von verschiedenen Amtsstellen sind dabei, zu prüfen, ob es Gesetzesänderungen braucht. Gesetzesänderungen müssen vom Landtag beschlossen werden. Wir gehen davon aus, dass die notwendigen Anpassungen Anfang nächsten Jahres im Landtag diskutiert werden.

In welchen Bereichen siehst du für die Rechte der Menschen mit Behinderungen Handlungsbedarf? Die UN-BRK ist ein visionäres Instrument. Sie beschreibt eine inklusive Gesellschaft, in der wir Menschen mit Behinderungen als gleichwertig betrachten und wir ihnen auf Augenhöhe begegnen. Wir helfen Menschen mit Behinderungen nicht, wenn wir sie bemitleiden und wenn wir ihnen nichts zutrauen. Es soll mit ihnen und nicht über sie gesprochen werden. Diesbezüglich braucht es ein Umdenken.

Der Verein für Menschenrechte hat mit dem Behinderten-Verband das Projekt «Menschen mit Behinderungen on tour» lanciert. Was hat das mit der UN-BRK zu tun? Beim Besuch in den Gemeinden kommen Menschen mit und ohne Behinderungen miteinander ins Gespräch. Dabei werden verschiedene Lebensbereiche thematisiert, die auch in der UN-BRK beschrieben werden. Am wichtigsten ist uns die Sensibilisierung für die Lebenssituationen von Menschen mit Behinderungen.

Welche Erkenntnisse konntest du daraus ziehen? Es ist wichtig, miteinander im Gespräch zu bleiben und voneinander zu lernen. So können wir am besten Berührungsängste abbauen und Verständnis füreinander aufbringen. Das ist für ein gutes Zusammenleben und gemeinsames Vorankommen enorm wichtig.

Vielen Dank Christine für dieses Gespräch.

In Planken zu Besuch

Im Rahmen des Projektes «Menschen mit Behinderungen on tour» wurden im Herbst sieben Gemeinden unseres Landes besucht. Ziel war es, auf Themen aufmerksam zu machen, die auch in der BRK aufgezeigt werden. Sich auszutauschen und offenzulegen, wo welche Massnahmen auf Gemeindeebene umgesetzt wurden bzw. noch Handlungsbedarf besteht. Redaktionsmitglied Renate Wohlwend war im Oktober in Planken mit dabei, sie erzählt von diesem Rundgang.

Beim Eintreffen wurde unsere kleine Runde von Gemeindevorsteher Rainer Beck und Bauführer Thomas Meier begrüsst. Wir starteten den Rundgang vom Jugendtreff über das Schulhaus, den Friedhof, die Kirche bis zum Dreischwesternhaus (Gemeindeverwaltung). Das Fachwissen von Christine Schädler, Leiterin des Projektes, hat mich beeindruckt. Sie hat viele positive Feststellungen getroffen und ihre ‚heiklen' Fragen zum Thema Barrierefreiheit konnten von den zwei Herren kompetent und zufriedenstellend beantwortet werden. So wurden beispielsweise in den öffentlichen Gebäuden in Planken Liftanlagen, entspiegelte schwellenlose Fussböden, rollstuhlgängige WCs und weitere bauliche Massnahmen umgesetzt. Dank diesen barrierefreien Zugängen können sich auch Menschen mit Einschränkungen willkommen fühlen.

Ein Problem, das sich heute vermehrt stellt: 1/5 der Wohnbevölkerung von Planken ist über 65 Jahre alt. Die meisten älteren Einwohner leben in eigenen Privathäusern, welche nicht behindertengerecht ausgebaut sind. Die Gemeinde stellt daher in Aussicht, bei Bedarf private Umbauten hin zu einer altersgerechten Infrastruktur zu subventionieren, damit ältere Menschen möglichst lange in ihrer vertrauten Umgebung leben können.

V.l.n.r: Thomas Meier, Christine Schädler, Hedi Risch, Eva Travesinger, Renate Wohlwend und Rainer Beck bei ihrem Rundgang in Planken.

Einladung zum Seniorentreff

In Planken findet jeden ersten Mittwochnachmittag eines Monats der Seniorentreff statt. Alle Interessierten sind dazu herzlich eingeladen! Kontakt Seniorenteam Josy Biedermann, Mailadresse: jj.biedermann@adon.li

Gezielte Förderung und inklusive Zusammenarbeit

PARALYMPICS LIECHTENSTEIN
von Walter Eberle

Für körperbehinderte Menschen, die sich sportlich bewegen wollen, sind die Angebote der Paralympics eine gute Möglichkeit. Wir betreiben hauptsächlich Breitensport in verschiedenen Sportarten mit versierten Behinderten-Sportleitern und Betreuern. Ambitionierte Athleten begleiten und fördern wir in ihrer Spitzensport-Laufbahn.

Im Breitensport bieten wir Trainings im Ski Alpin, Langlaufen, Schwimmen und Handbiken an. Seit 2013 sind wir Mitglied des Liechtenstein Olympic Committee. Hier wird der Kontakt zu den Verbänden gepflegt. Es werden Sportarten wie Badminton, Tennis, Bogenschiessen, Kanu, Tauchen usw. ausprobiert.

Als kleines Land mit wenig aktiven Behindertensportlern wird auch die Zusammenarbeit mit Organisationen aus den Nachbarländern gesucht. Es wird an Veranstaltungen teilgenommen, und umgekehrt werden sie zu Wettkämpfen in unser Land eingeladen.
Ein weiterer Aspekt ist die Inklusion in Nichtbehindertenwettkämpfe. Insbesondere bei Einzelsportarten ist Pionierarbeit nötig, um beispielsweise an Radmarathons teilzunehmen. Hier werden die zugelassenen Räder reglementiert. Hier braucht es öfters grössere Anstrengungen, um mit einem Handbike teilzunehmen. Es wird auch Zusammenarbeit angestrebt. Sportler mit und ohne Behinderungen trainieren zusammen. Wettkämpfe werden gemeinsam veranstaltet und durchführt.

Bei Paralympics Liechtenstein aktiv mit dabei – v.l.n.r: Sarah Hundert, Ferdi Brendle, Rita Pfiffner und Walter Eberle.

Seit 2013 besteht eine aktive Paralympic Gruppe in Liechtenstein. Die Hauptsportart der Athleten ist Monoski. Hier Walter Eberle in Aktion.

Gemeinsam erleben ist doch das Wichtigste

Seit Jahren sind die Redaktionsmitglieder Pius Biedermann und Norman Kaiser bei Special Olympics Liechtenstein (SOLie) mit dabei. Mit dem Progamm Unified Sports setzt sich SOLie für gemeinsamen Sport von Menschen mit und ohne Behinderungen ein. Pius und Norman sind der Überzeugung: Sport verbindet alle miteinander.

MEHR ZUSAMMEN TRAINIEREN
von Pius Biedermann

Gemeinsam Sport zu machen, fördert und verbindet. Darum sollten Menschen ohne und Menschen mit Beeinträchtigung nicht separat, sondern zusammen Sport machen. Niemand wird ausgeschlossen, niemand muss hören: Du bist nicht gut genug um mitzumachen. Denn schliesslich wollen doch alle dasselbe: Sich sportlich fit halten, gemeinsam Spass an Sport und Spiel haben. Und zusammen macht es doch immer mehr Spass. Das würde die Gemeinsamkeit fördern, und alle könnten voneinander lernen. Sei es beim Fussball, Schwimmen, Boccia, Unihockey oder sonst einer Sportart. In allen Mannschafts-Sportarten ist Zusammenhalt wichtig. Mal gewinnt man, und mal verliert man, aber nicht eine einzelne Person gewinnt oder verliert, sondern die ganze Mannschaft gemeinsam.

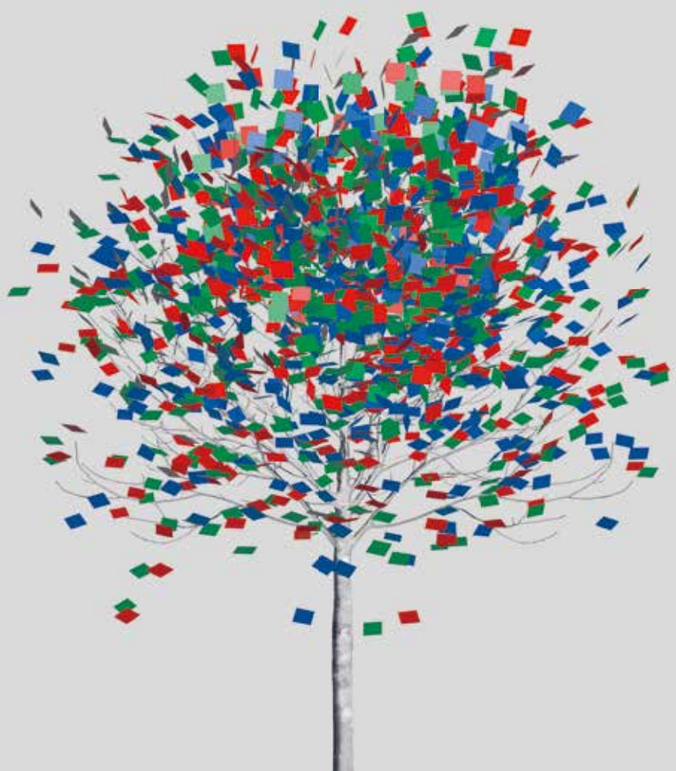
Wenn alle zusammen trainieren ist es vielleicht notwendig, dass mehr Coaches, die unterstützen mit dabei sind, aber das müsste ja machbar sein. Auf jeden Fall wäre es schön, wenn es das öfter geben würde, bis jetzt gibt es das nämlich noch viel zu wenig oft. Deshalb lasst uns doch einfach damit beginnen oder vorhandene Möglichkeiten noch mehr ausbauen. Ich bin sicher, dass es hier noch ganz viel ‚Luft nach oben' gibt.

DAS WÄRE EINE COOLE SACHE
von Norman Kaiser

Es wäre toll, wenn Menschen mit und ohne Behinderung mehr miteinander Sport machen würden. Man könnte mal eine neue Sportart ausprobieren. Man würde mal neue Gesichter sehen, neue Leute treffen. Vielleicht wäre es anfangs etwas schwierig. Weil man sich noch nicht so gut kennt. Man müsste eben miteinander reden, sich etwas ‚beschnuppern', damit man weiss, was geht, und was nicht geht. Vielleicht muss man etwas langsamer reden oder mehr erklären, mehr Geduld haben. Weil doch jeder etwas anders ist und man auch auf den anderen achten muss. Wichtig ist, dass alle anständig miteinander umgehen und Rücksicht aufeinander nehmen.

Aber wenn man dann einander besser kennt, wäre es sicher eine coole Sache miteinander Sport zu treiben, zu spielen und zu erleben.

Pius Biedermann und Norman Kaiser, sind langjährige Sportkollegen bei SOLie.



Innovation ist kreative Gestaltung mit Zukunftsblick.

Joachim Nusch

BVD Druck+Verlag AG Schaan

Landstrasse 153, 9494 Schaan

BVD Werbetechnik
Im alten Riet 23, 9494 Schaan

www.bvd.li

Rita Pfiffner freut sich über die Erscheinung ihres Buches.

Schicksalsschlag erlebt! Finde zurück ins Leben

Rita Pfiffner, Mitglied unseres Redaktionsteams, hat ihr erstes Buch veröffentlicht. Näheres zum Inhalt nachstehend.

Ein Schicksalsschlag durch Krankheit oder Unfall wirft Menschen oft aus der Bahn. Im ersten Moment sehen sie keinen Weg, um eine gute Lebensqualität wieder zurückzugewinnen. Ich bin überzeugt, wenn jemand wirklich will, findet er einen Weg für sich. Ich habe mit Betroffenen gesprochen, um herauszufinden, wie sie ins Leben zurückgefunden haben. Was allen gemeinsam war, ist, dass ihr Weg mit den eigenen Gedanken zu tun hatte.

Ich mache schon einige Jahre Mentaltraining und bin ausgebildete Mentaltrainerin. Ich habe seit über 20 Jahren die Diagnose Multiple Sklerose (MS). Ich habe selbst sehr gute Erfahrungen mit Mentaltraining gemacht und weil ich es so wertvoll finde, will ich das auch weitergeben. Den wenigsten Menschen ist bewusst, welchen Einfluss unsere Gedanken auf unser Leben haben. Denn unsere Gedanken prägen unsere Realität. Und so können wir sie auch beeinflussen.

Das Buch zeigt die unterschiedlichen Wege von Betroffenen und einen konkreten Weg mit Mentaltraining. Weitere Informationen: **www.schicksalsschlagerlebt.com**

seit 1950 Wanger

Die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte für junge Menschen

Von Cai Schmitz-Weicht / Ka Schmitz Illustration / Amnesty International
ISBN 978-3-96428-112-8

Kinder sind Menschen und Menschenrechte sind auch Kinderrechte. In diesem Buch, das die Autorinnen zusammen mit Amnesty International entwickelt haben, werden die dreißig Artikel der allgemeinen Erklärung der Menschenrechte für Kinder verständlich formuliert.

Mit vielen Beispielen werden sie verbildlicht: Vor dem Recht sind die Menschen gleich, und so kann auch ein König von der Polizei angehalten werden, wenn er zu schnell gefahren ist. Und alle Menschen haben ein Recht auf Eigentum, weshalb auch niemand einem Kind seinen Teddy wegnehmen darf.

Da alle Menschen die gleichen Rechte auch unabhängig von den besonderen Umständen haben, in denen sie leben, sind in diesem Buch viele unterschiedliche Menschen vertreten. Mädchen und Jungen, Frau- und Mann-Eltern, gleichgeschlechtliche Paare, Alte und Junge, Schwarze und Weiße, Menschen mit und ohne Behinderung, Transmenschen. Kinder werden sich freuen zu lesen, dass auch sie ein Recht auf ein Privatleben mit ihren eigenen Geheimnissen haben oder ein Recht auf Freizeit und Erholung von der Schule.

Komm knuddeln! Bilderbuch über Freundschaft und Zusammenhalt

Ab 3 Jahren, von Ged Adamson Text, Illustration / Bettina Obrecht Übersetzung
ISBN 978-3-570-17844-7

Bitte drück mich, kleiner Vogel! Oskar ist nicht wie andere Vögel. Seine Flügel sind unheimlich lang, und so sehr er auch versucht zu fliegen, es will einfach nicht klappen.

Eines Tages trifft Oskar auf einen Orang-Utan, der fürchterlich traurig ist und schluchzt. Oskar umarmt ihn ganz fest und tröstet ihn. Vielleicht sind seine nutzlosen Flügel ja doch zu etwas gut? Also knuddelt Oskar einen Bären, ein kitzeliges Krokodil und eine ganze Vogelbande. Selbst ein Wurm will geknuddelt werden.

Jeden Morgen stehen die Tiere Schlange, und da merkt der kleine Vogel mit den viel zu langen Flügeln, dass er glücklich ist, genauso, wie er ist. Und dass es etwas viel Wertvolleres gibt, als perfekt zu sein: Freunde! Und weil man mit Freunden alles schaffen kann, helfen sie Oskar auch dabei, seinen größten Wunsch zu verwirklichen.

OMNI
Bücher, Spiele und mehr...
Telefon 00423 373 71 84
www.omni.li
9492 Eschen
St. Luzi-Strasse 18
books@omni.li
9494 Schaan
Poststrasse 27
schaan@omni.li

5 Jahre

DEMENZ LIECHTENSTEIN

www.demenz.li