



**Lebenshilfe**  
Niedersachsen

*Gemeinsam  
Zukunft gestalten*

## Freizeit nach Maß

**Eine Broschüre  
von Eltern für Eltern**

**Eine Broschüre des Ausschusses  
Eltern und Familie  
der Lebenshilfe Niedersachsen**



---

## Impressum

Herausgeber:

Lebenshilfe  
Landesverband Niedersachsen e.V.

Pelikanstraße 4

30177 Hannover

Telefon 0511/9092570

Telefax 0511/90925711

E-Mail [landesverband@lebenshilfe-nds.de](mailto:landesverband@lebenshilfe-nds.de)

Internet [www.lebenshilfe-nds.de](http://www.lebenshilfe-nds.de)

Layout und Druck: Lebenshilfe Braunschweig

Im Namen des Ausschusses Eltern und Familie erarbeitet von  
Donald Cameron, Salzgitter  
Michael Dieninghoff, Osnabrück  
Ingrid Koch, Goslar  
Dr. Imke Niediek, Hannover  
Frank Steinsiek, Hannover

## Inhaltsverzeichnis

	Einleitung	Seite 5
1.	Urlaub/Reisen	Seite 6
2.	Ausflüge/Fahrten	Seite 7
3.	Vereine und regelmäßige Angebote	Seite 12
4.	Internet	Seite 14
5.	Freie Zeit für Eltern	Seite 20
6.	Rechtliche Hinweise	Seite 24

Dieses Handbuch wurde nach bestem Wissen erstellt. Dennoch kann für die Richtigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle wird keine Haftung für Links übernommen. Für den Inhalt der Links sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

## Einleitung

**Freizeit – ein Wort, das jeder kennt.  
Doch wie definiert der Einzelne das Wort „Freizeit“?  
Wie findet jeder „Freizeit nach Maß“?**

Für die einen heißt Freizeit Entspannung und Erholung. Die anderen nutzen die freie Zeit zur persönlichen Entfaltung und der Pflege sozialer Kontakte. Der Mensch verbindet mit Freizeit etwas Schönes und nutzt diese Zeit für Dinge, die ihm persönlich wichtig sind. Freizeit im Sinne von arbeitsfreier Zeit sind Phasen, über die der Einzelne frei verfügen kann und in denen er frei von bindenden Verpflichtungen ist. Diese Zeit steht für die Erholung von den Anstrengungen beruflicher und sonstiger Aufgaben zur Verfügung. Sie wird aber nicht nur dafür, sondern auch für vielfältige andere Aktivitäten genutzt. In seiner Freizeit widmet sich der Mensch häufig seiner Familie, seinen Freunden und Dingen, die ihm Freude bereiten, Hobbys wie zum Beispiel dem Spielen, Lesen, Sport, Einkaufen, der Musik, Kunst und dem Handwerk oder der Wissenschaft, dem Reisen oder er bleibt einfach daheim.

Dies gilt auch für Menschen mit einer Beeinträchtigung. Sie haben dieselben Grundbedürfnisse wie alle anderen Menschen. Sie wollen selbstständig sein und eigenständig handeln – ihr Leben selbst gestalten. Und sie wollen selbstverständlicher Teil der Gesellschaft sein. Das Leben von Menschen mit einer Beeinträch-

tigung soll sich möglichst wenig von jenem der Menschen ohne Beeinträchtigung unterscheiden. Es sollte die bestmögliche Teilnahme am gesellschaftlichen Leben gesichert werden. Dies gilt auch für die Freizeit.

Man kann – wie der Name schon sagt – seine Zeit frei gestalten. Manchmal ist dies für Menschen mit Beeinträchtigungen nicht ganz so einfach möglich wie für andere Menschen. Für Menschen mit einer Beeinträchtigung machen viele Barrieren eine freie Zeitgestaltung schwierig. Barrieren entstehen nicht nur durch die Gestaltung von Räumen, Wegen und Gebäuden, sondern auch dann, wenn etwas kompliziert erklärt wird, Informationen schwer zugänglich sind oder die Menschen auf Ablehnung und Unverständnis stoßen.

Diese Broschüre soll Eltern Tipps und Anregungen zur Freizeitgestaltung für sich und ihre Kinder mit Beeinträchtigungen geben. Sie soll auf Angebote aufmerksam machen und rechtliche Hintergründe beleuchten.

Der Ausschuss Eltern und Familie der Lebenshilfe Niedersachsen wünscht Ihnen viel Spaß beim Lesen.

## Urlaub/Reisen

Urlaub bedeutet für jeden Menschen etwas anderes: Im Harz wandern, sich in Paris Museen angucken, auf einem Kreuzfahrtschiff durch das Mittelmeer fahren oder einfach entspannt an der Nordsee am Strand liegen.

All diese Angebote können natürlich auch Menschen mit Beeinträchtigung nutzen. Sollte ein Unterstützungsbedarf vor Ort bestehen, kann dieser durch örtliche Dienste (z. B. durch die örtliche Lebenshilfe) übernommen werden.

Darüber hinaus gibt es aber auch spezielle Angebote für Menschen mit Beeinträchtigungen. Hier wird darauf geachtet, dass die Unterkünfte möglichst barrierefrei sind und eine Assistenz dabei ist und unterstützt.

Nach der UN-Konvention besteht für Menschen mit Behinderungen ein Recht auf Teilhabe am kulturellen Leben sowie an Erholung und Freizeit. Hierzu gehören auch Reisen. Wichtig ist, dass dieses Recht nicht ab einem bestimmten Unterstützungsbedarf aufhört, sondern auch für Menschen mit hohem Hilfebedarf besteht.

Das Problem ist jedoch, dass diese Reisen dann sehr teuer werden können. Hierzu gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten. Mehr dazu finden Sie im Rechtsbereich.

## Ausflüge/Fahrten

Keine Frage, jeder Mensch braucht auch einmal Zeit für sich, zum Ausruhen, Nachdenken oder Erholen, und nicht jede/r ist ein „Partykönig“ oder ein „Sportass“. Findet die Freizeit aber überwiegend in den eigenen vier Wänden statt, bleiben auch die sozialen Beziehungen in der Wohnung und auf die Familienangehörigen oder Besucher beschränkt. Wer dagegen rausgeht, knüpft neue Kontakte, macht interessante Erfahrungen und lernt neue Dinge kennen.

Viele Jugendliche und junge Erwachsene mit einer geistigen Behinderung verbringen den Großteil ihrer Freizeit in der Wohnung der Eltern bzw. der eigenen Wohnung (vgl. Schröder 2006). Die häufigsten Beschäftigungen und Hobbys sind dabei eher passive Tätigkeiten, wie Fernsehen, Musik hören oder eine Sammelleidenschaft. Sie sind einfach zu organisieren und können allein oder mit Angehörigen ausgeübt werden.

Dabei stimmt das Bild vom „Stubenhocker“ in keiner Weise mit den Wünschen von Menschen mit geistiger Behinderung überein! Vielmehr zeigen Interviews mit Menschen mit einer geistigen Behinderung, dass sie sich häufig in ihrer Freizeit langweilen und sich viel mehr Kontakte zu Gleichaltrigen wünschen. Aktuelle Studien (Schäfers 2008) belegen, dass gerade Menschen mit hohem Hilfebedarf im Vergleich zu Personen mit geringerem Hilfebedarf wenig Wahlmöglichkeiten in der Gestaltung ihrer Freizeit bekommen und dies zu einer geringeren Lebenszufriedenheit führt. Menschen mit einer geistigen Behinderung haben also dieselben Wünsche und Interessen in ihrer Freizeit wie

andere Menschen auch. Allerdings benötigen sie in der Regel mehr oder andere Hilfe und Unterstützung.

Das Problem beginnt häufig schon damit, ein Ausflugsziel zu erreichen, denn es muss ein geeignetes Fahrzeug oder eine Beförderungsmöglichkeit zur Verfügung stehen. Fahrdienste und Taxizentralen haben sich in den meisten Städten auf Fahrgäste mit besonderen Bedürfnissen ebenso eingerichtet wie die örtlichen Verkehrsbetriebe. Um abzusichern, dass tatsächlich ein angekündigter Niederflerbus nach Fahrplan eingesetzt wird oder notwendiges Begleitpersonal vor Ort ist, sollte man allerdings seinen Reisewunsch vorab telefonisch ankündigen.

Wer mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs ist und eine ständige Begleitung benötigt, kann dies beim örtlichen Versorgungsamt im Schwerbehindertenausweis eintragen lassen (Merkzeichen B im Schwerbehindertenausweis). Die Begleitperson kann dann kostenlos mitfahren. Unter bestimmten Umständen können Schwerbehinderte darüber hinaus ein Beiblatt zum Schwerbehindertenausweis mit Wertmarke erwerben. Diese Wertmarke ermöglicht es, kostenlos durch ganz Deutschland in Regionalzügen (RB, RE und IR) und den meisten Privatbahnen zu fahren. Auskünfte dazu erteilt das örtliche Versorgungsamt. Nähere Informationen gibt es auch am Ende dieser Broschüre.



### Infoecke Euroschlüssel

Und wenn man mal ein stilles Örtchen sucht: Der so genannte Euro-WC-Schlüssel öffnet barrierefreie Autobahntoiletten, sowie öffentliche Toiletten in vielen Städten in Deutschland, in Österreich, der Schweiz und einigen weiteren europäischen Ländern. Viele Aufzüge, Treppenlifte, Rufanlagen und Schranken vor Behindertenparkplätzen können ebenfalls damit genutzt werden. Gegen eine kleine Schutzgebühr kann man den Schlüssel beim Club Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt, sowie den meisten Bürgerämtern bestellen. Die Bürgerämter bieten häufig auch Stadtführer und weitere Informationsbroschüren über barrierefreie Ausflugsziele in der Umgebung an.

**Der Euroschlüssel kann auf der Homepage der CBF Darmstadt bestellt werden. Hier erfahren Sie mehr: <http://www.cbf-da.de/euro-wc-schluessel.html>**

Wer das Ziel des Ausflugs noch nicht gut kennt, sollte zudem vorher abklären, welche Barrieren womöglich vor Ort bestehen: Sei es eine Stolperschwelle, schwergängige Türen oder eine laute Umgebung, die keine Rückzugsmöglichkeiten bietet. Da lohnt sich ein Anruf, um dies abzuklären. Geschäftsleute und Freizeitanbieter sind meistens gerne bereit, den Besuch z.B. durch das Freiräumen von engen Gängen vorzubereiten und beim Eintreffen der Gäste zu helfen. Die Erfahrungen zeigen, dass häufig nur Unwissenheit und Unsicherheit, wie mit dem Menschen mit einer Beeinträchtigung umgegangen werden sollte, dazu führt, dass die Person Ablehnung erfährt. Menschen sind aber meistens gerne bereit zu helfen, wenn man offen und freundlich auf sie zugeht und ihnen die Situation und die notwendigen Hilfen erklärt.

So entstehen manchmal auch sehr kreative Ideen, die es ermöglichen, an einem Angebot

teilzunehmen, wo es vorher niemand für möglich gehalten hätte. Daher gilt: Fragen kostet nichts!

Benötigt ein behindertes Familienmitglied eine Assistenz oder Begleitung, möchte aber nicht mehr „in Mamas oder Papas Schlepptau“ unterwegs sein, ist die Frage, wer stattdessen die Begleitung übernehmen könnte. Nicht immer sind Freunde, andere Verwandte oder Nachbarn in der Nähe, um die Person zu begleiten. Sind spezielle Hilfen und eine ständige medizinische oder pflegerische Versorgung notwendig, sind Laien auch schnell überfordert und ziehen sich trotz guten Willens bald zurück. In solchen Fällen hilft oft schon ein Blick in die Gelben Seiten oder ins Internet, um vor Ort einen Assistenzdienst, Familienentlastenden- bzw. Familienunterstützenden Dienst (FED/ FUD) oder einen Anbieter Offener Hilfen in der Nähe zu finden. Die meisten Lebenshilfen bieten vor Ort diese Dienste an. Geschulte und motivierte Helfer begleiten dann

das Kind, den Jugendlichen oder Erwachsenen mit einer Beeinträchtigung. Häufig werden diese Leistungen durch die Pflegeversicherung oder die Eingliederungshilfe finanziert. In der Regel kann die Person auch mitentscheiden, wer die Begleitung übernimmt.

Kinder und Jugendliche können an Fahrten und Ausflügen der örtlichen Kinder- und Jugendämter sowie Kirchen und Vereine teilnehmen, die z.B. in den Sommerferien im Rahmen des „Ferienpasses“ verschiedene Ausflüge und Freizeitaktivitäten anbieten. Bei der Anmeldung sollten allerdings besondere Unterstützungsbedarfe genannt werden, damit entsprechende Vorbereitungen gemeinsam getroffen werden können.

Die Anbieter sind nicht unbedingt auf Kinder mit einem besonderen Unterstützungsbedarf eingerichtet. Das Kind kann z.B. von einem vertrauten FED-Mitarbeiter begleitet werden. Auch hier ist häufig mehr möglich, als man ahnt, wenn die notwendige Unterstützung vorher abgesprochen wurde.

Wer keine Lust, Zeit oder Möglichkeit hat, einen Ausflug oder eine besondere Aktivität selbst zu planen, der kann auch auf die zahlreichen Freizeitangebote eines Anbieters der Behindertenhilfe im jeweiligen Ort zurückgreifen. Die Offenen Hilfen und FED/FUD vieler Lebenshilfen bieten ein vielfältiges und stets aktuelles Programm unterschiedlicher Aktivitäten an.



#### Beispiel: Julia erzählt:

Brocken war super! Zuerst sind wir alle mit der Eisenbahn von Goslar nach Wernigerode gefahren.

Da sind wir umgestiegen in die Brockenbahn. Die Fahrt war auch super.

Auf dem Brocken war es erst stürmisch. Aber dann war es besser.

Zuerst haben wir uns alles angeguckt. Dann waren wir lecker essen - Currywurst und Pommes.

Einige sind noch mit dem Fahrstuhl auf den Turm gefahren. Dann ging es mit der Eisenbahn wieder zurück.

Abends waren wir alle müde. Aber glücklich über den schönen Ausflug.





Dieser Ausflug wurde von und mit Eltern für eine regelmäßig stattfindende, ehrenamtlich betreute Kegelgruppe der Lebenshilfe Goslar e.V. durchgeführt.

Die Fahrten mit der Bundesbahn sowie mit der Harzer Schmalspurbahn sind für Menschen mit Behindertenausweis (Merkzeichen G bzw. H sowie Beiblatt mit gültiger Wertmarke) kostenlos, mit Merkzeichen B ebenfalls für die Begleitperson.

### HHO Erlebnisbericht Klimahaus

Der Freizeitclub der Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung, Ortsvereinigung Osnabrück e.V. trifft sich regelmäßig an jedem ersten Samstag im Monat im Gemeindehaus der Bonnus-Kirche in Osnabrück.

Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer übernehmen Planung, Gestaltung und Umsetzung dieses Angebotes. Viele Eltern der inzwischen erwachsenen Menschen mit Behinderung sind noch immer als Gäste mit dabei.

Einmal im Jahr im Sommer unternehmen die Clubmitglieder gemeinsam einen Ausflug. Dieses Jahr ging es nach Bremerhaven in das Klimahaus.

### Interview mit Daniel, einem Teilnehmer dieser Fahrt.

#### Hallo Daniel, wohin seid ihr mit dem Freizeitclub gefahren?

Bremerhaven.

#### Wie seid ihr dort hingefahren?

Mit dem Bus. War eine lange Fahrt.

#### Was habt ihr da gemacht?

Wir haben das Klimahaus angeschaut.

#### Wie hat es dir gefallen?

Gut, war schön da, gab viel zu sehen. Kaffee und Kuchen war auch gut.

#### Wie fandest du die Gruppe?

Gut, sind meine Freunde vom Freizeitclub und der Werkstatt. Monika ist nett.

#### Hast du schon viele Ausflüge mit dem Freizeitclub gemacht?

Ja, jedes Jahr. Freue mich immer.

### Infoecke Reisen

#### <http://www.bahn.de/barrierefrei>

Auf dieser Internetseite befinden sich nicht nur alle Informationen für Menschen mit Beeinträchtigungen zum Reisen mit der Deutschen Bahn, sondern auch eine umfangreiche Liste mit Museen, die die Deutsche Bahn als barrierefreies Ausflugsziel empfiehlt, sowie Informationen zum barrierefreien Reisen.

#### <http://www.stadtsprung.de>

Stadtsprung bietet Stadtführungen und Ausflüge in sieben niedersächsischen Städten an. Ein Katalog weist barrierefreie Angebote für Kunden mit unterschiedlichen Unterstützungsbedarfen aus.

#### <http://www.tapetenwechsel-reisen.de>

Anbieter von Ausflügen, Tages- und Wochenendfahrten für Menschen mit geistiger Behinderung

#### <http://wheelmap.org/>

für alle, die mobilitätsbeeinträchtigt sind:  
Auf Wheelmap.org kann jede/r Barrieren und barrierefreie Orte in google.maps markieren und für die Planung der eigenen Fahrt nutzen.

#### <http://www.familienratgeber.de/index.php>

Neben vielen Informationen zum Thema Behinderung werden auf dieser Seite vor allem Anbieter von Hilfen für Menschen mit Behinderungen und ihre Familien deutschlandweit gelistet. Auf der Seite kann man in der Adressdatenbank z.B. nach Anbietern zum Thema Freizeit vor Ort nach Postleitzahlen suchen.

#### <http://www.hannover.de/>

Mit der Suchfunktion „barrierefreie Ausflugsziele“ erhalten Sie eine Übersicht über Ziele in Hannover und der Region.

#### <http://www.landsichten.de/niedersachsen/>

Urlaub auf dem Bauernhof. Gezielte Suche nach barrierearmen Höfen möglich.

## Vereine und regelmäßige Angebote

„Vieles kann ein Mensch entbehren,  
nur den Menschen nicht“

**Ludwig Börne (1786-1837)**

„Diese Mannschaft ist wunderbar.  
Wir lieben uns alle so sehr.  
Wir sollten heiraten“

**Oliver Bierhoff (\*1968),  
dt. Fußballspieler**

„Was dem Einzelnen nicht möglich ist,  
das vermögen viele“

**Friedrich Wilhelm Raiffeisen  
(1818-1888), dt. Agrarpolitiker,  
Gründer der Raiffeisengenossenschaften**

Die obigen Statements zeigen und machen deutlich, wie wichtig soziale Kontakte für uns Menschen sind. Es geht immer um Begegnungen, den gemeinsamen Austausch, Mitwirkung. Vereine und regelmäßige Angebote bieten dies auf unterschiedlichsten Ebenen. Hinzu kommt oft ein gemeinsames Ziel, eine Leidenschaft, gemeinsame Freude.

Vereine gibt es in den unterschiedlichsten Bereichen: Erholung / Bildung (Modellbau, Fremdsprachen, Kochen, Reisen, Geschichte, Naturschutzbund Deutschland e.V.), Kultur (Deutscher Alpenverein, Dampfloekfreunde, Anglerverein, CVJM), Sport (Fußball, Judo, Karate, Klettern, Schwimmen, Fitness, Tennis, Badminton, Handball, Volleyball, Basketball) um nur einige Bei-

spiele zu nennen. Genauso vielfältig wie der Vereinszweck sind die Mitglieder in diesen Vereinen. Oft begegnen sich Alt und Jung, Männer und Frauen, Menschen unterschiedlichster sozialer Herkunft, Religion und eben auch Menschen mit und ohne Hilfebedarf.

Ein Beispiel was Mut macht, ist die Geschichte von Frank F. (aus dem Ausschuss von Menschen mit Behinderung). Er ist ein großer Modelleisenbahnfan und um die Ecke gibt es einen Modelleisenbahnverein. „Da bin ich einfach hingegangen und hab´ gefragt, ob ich mitmachen kann!“. Seitdem ist Frank F. Vereinsmitglied und kann seiner Leidenschaft nachgehen.

Natürlich gibt es im Vereinswesen vieles zu beachten. Einige Vereine sind unsicher, was auf sie zukommt, wenn Menschen mit Behinderungen mitmachen wollen.

Das betrifft z.B. Fragen zur Aufsichtspflicht bei Minderjährigen u. Menschen mit ges. Betreuung, sowie Haftungsfragen, Versicherungen, aber auch Fragen, wie der Mensch gut mitmachen kann. Schwierigkeiten sollten offen angesprochen werden. Die jeweiligen Dachverbände haben in der Regel bereits Informationen und Ansprechpartner für den Verein vor Ort.

Beispiel

„... ich hab einfach mal so reingeguckt.“  
Seit 2009 ist Frank F. aktives Mitglied im Modelleisenbahnclub Wunstorf. Ohne besondere Unterstützung. Er hat einfach mal so reingeguckt.



Donald Cameron (links)  
führte das Interview mit Frank F.

### Ausschuss Eltern und Familie:

Herr F., Sie sind Mitglied in einem Modelleisenbahnverein. Wie ist es dazu gekommen?

### Frank F.:

Der Modelleisenbahnclub veranstaltet jedes Jahr einen Tag der offenen Tür. Das hat mich natürlich interessiert. Da hab ich dann einfach mal so reingeguckt. Und ich bin dann zu den Vereinstreffen gegangen. Ein halbes Jahr später wurde ich dann Mitglied.

### Ausschuss Eltern und Familie:

Gab es zu Beginn irgendwelche Probleme?

### Frank F.:

Nein, ich bin gut aufgenommen worden und habe mich gleich gut eingelebt.

### Ausschuss Eltern und Familie:

Wie laufen die Vereinstreffen ab?

### Frank F.:

Wir treffen uns 2 x die Woche. Zurzeit bauen wir den Bahnhof Wunstorf in den 60er Jahren. Jeder hat seine Spezialaufgaben. Ich lege z. B. neue Schienen.

### Ausschuss Eltern und Familie:

Macht der Verein darüber hinaus noch Aktionen?

### Frank F.:

Wir machen einmal im Jahr gemeinsam einen Ausflug und machen auch bei der Ferienpassaktion mit.

### Ausschuss Eltern und Familie:

Vielen Dank.

### Infoecke

Hilfe und Beratung zu Ihren Fragen bekommen Sie z. B. bei den örtlichen Lebenshilfen (Familienunterstützender Dienst, Offene Hilfen), den Vereinsdatenbanken im Internet oder der regionalen Kulturkarte (Eintritt/Fahrschein), Musikland Niedersachsen, Linas Lingen, BUND, Freiwillige Feuerwehr, Pfadfinder.



## Internet

Was vor einigen Jahren noch etwas Besonderes war, ist inzwischen für die meisten Menschen ein ganz normaler Bestandteil des Alltags: Das Internet ist das zentrale Medium geworden, durch das Menschen sich informieren, orientieren und organisieren – nicht nur, aber auch in der Freizeitgestaltung. Wir informieren uns über Feste und Veranstaltungen in unserer Stadt, schauen nach den Zug- und Busfahrplänen und der nächsten Wettervorhersage, holen Informationen über die Bedingungen vor Ort ein, kaufen Eintrittskarten oder reservieren Plätze, verabreden uns per E-Mail usw. Auch das Internet selbst ist inzwischen für viele ein Ort der Freizeitgestaltung geworden. Damit sind nicht nur Computerspiele gemeint, die sowohl allein als auch als online-Spiel mit anderen gespielt werden können. Auch der regelmäßige Blick auf die eigene Facebook-Seite, ein schneller Eintrag bei Twitter oder das Hochladen von Fotos und Filmen vom letzten Ausflug wird zunehmend zum ganz normalen Bestandteil unseres Alltags und unserer Freizeit.

All den Möglichkeiten, die das Internet und neue Medien bieten, stehen auch Gefahren gegenüber: Ein Klick und schon befindet man sich in einer anderen Welt – oder hat eine Waschmaschine gekauft. Einmal persönliche Daten eingetragene und schon kommt täglich neue elektronische Werbung.

Schlimmer noch: Vielleicht werden die Daten geklaut und Fremde benutzen die eigene Identität für krumme Geschäfte. Personen, die andere über das Internet ausnutzen oder Cyber-Mobbing können Menschen tief verletzen und über

Jahre das Vertrauen in soziale Beziehungen schädigen.

Viele Eltern möchten daher ihre Kinder aus guten Gründen vor diesen Gefahren schützen. Sie befürchten, dass ihr Sohn oder ihre Tochter mit den Möglichkeiten des Internets und der neuen Medien nicht richtig umgehen kann.

Eine aktuelle Studie der Aktion Mensch (2010) zeigt, dass Menschen mit einer geistigen Behinderung im Vergleich zu anderen Gruppen von Menschen mit Behinderungen viel seltener einen Zugang zu einem Computer und zum Internet haben. Sie sammeln daher auch weniger Erfahrungen mit dem Internet als andere, haben aber ein ähnliches großes Interesse an der Nutzung des Internets.

Allerdings gilt auch für diesen Personenkreis das, was für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen selbstverständlich ist: Nicht Verbieten oder Vorenthalten ist das Mittel der Wahl, sondern gezielte Angebote, um den richtigen Umgang mit dem Internet zu erlernen. Einige Erwachsenenbildungsträger und Volkshochschulen bieten in Zusammenarbeit mit Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen bereits Kurse zur Internetnutzung für Menschen mit einer geistigen Behinderung an. Es gibt sogar Internetseiten in Leichter Sprache mit Online-Kursen für die Internetnutzung oder den Umgang mit dem Computer. Andere Internetseiten bieten Informationen für Menschen mit Behinderungen, ihre Angehörigen und Fachleute an, die so aufbereitet und formuliert sind, dass sie Spaß machen und verstanden werden.

Aber Menschen mit einer geistigen Behinderung brauchen auch regelmäßigen Zugang zum Internet und die Möglichkeit, den Umgang zu üben. Dann sollte ein Ansprechpartner in der Nähe sein, der bei Fragen oder Problemen weiterhelfen kann.

Kommen weitere Beeinträchtigungen, z.B. eine Sehschwäche oder motorische Schwierigkeiten dazu, müssen weitere Anforderungen an die Barrierefreiheit der gesuchten Internetseiten berücksichtigt werden oder externe Hilfen zur Ansteuerung oder Bildschirmanpassung besorgt werden. Die Kosten für solche Hilfsmittel kann aber unter bestimmten Umständen die Krankenkasse übernehmen.

Für Angehörige gibt es ebenfalls Angebote, in denen man lernen kann, welche Punkte für eine sichere Internetnutzung zu berücksichtigen sind. Diese richten sich zwar häufig in erster Linie an Eltern von Kindern im schulpflichtigen Alter, sprechen aber ähnliche Probleme an. Daher sollte man sich nicht scheuen, einen Elternkurs zu besuchen, wenn man selbst noch unsicher in der Handhabung und bei den Sicherheitseinstellungen ist.

Für die Nutzer, die Regeln kennen, kann das Internet dann ganz neue Formen inklusiver Teilhabe ermöglichen: So bieten viele Internetseiten, die in Leichter Sprache erscheinen, Möglichkeiten zum Mitmachen an, indem man eigene Beiträge einreichen oder Themenvorschläge machen kann. Es gibt Internetforen, die gezielt Menschen mit verschiedenen Behinderungen

ansprechen und neue soziale Kontakte, Freundschaften und Beziehungen ermöglichen sollen. Auch allgemeine soziale Netzwerke lassen sich häufig für die Bedürfnisse einer Person mit Behinderung anpassen. Dann braucht es allerdings einen Assistenten, der das technische Wissen für die Einstellungen des Nutzerprofils mitbringt. Zielgruppengenaue Angebote werden im Ausland derzeit entwickelt, sind aber noch nicht als deutschsprachige Seiten online. Neben den Seiten des Web. 2 (also Internetseiten, die die aktive Beteiligung der Nutzer unterstützen) bieten auch klassische Internetseiten zunehmend mehr Vielfalt für Menschen mit einer geistigen Behinderung.

Angebote in Leichter Sprache bereiten Nachrichten oder Informationen über Recht und Politik für Menschen mit geistiger Behinderung auf, bieten Texte zum Lesen-Lernen an, andere haben deutlich künstlerische oder unterhaltende Ambitionen. Einige Internetseiten stellen vor allem Informationen zusammen, z.B. Buchtipps für Lese-Anfänger oder barrierefreie Freizeitangebote, so dass das diese Seiten nicht ständig, sondern nur ab und zu besucht werden.

Internetseiten für Kinder sind dagegen für Erwachsene mit einer geistigen Behinderung nicht unbedingt angemessen. Zwar werden Informationen auf diesen Seiten in einer einfachen Sprache formuliert und Werbung oder Links zu gefährlichen Seiten sind verboten. Die meisten Themen sind allerdings nicht erwachsenengemäß aufbereitet. Die Darstellung und der Aufbau von Internetseiten für Kinder ist zudem häu-



fig sehr unübersichtlich gestaltet, so dass es schwierig ist, gezielt nach bestimmten Informationen zu suchen.

Seit kurzem kommen immer mehr Apps und hilfreiche Programme für das Handy oder das Tablet Notebook auf den Markt, die unsere Orientierung und die Organisation des Alltags erleichtern.

Inwiefern diese „kleinen Helfer“ auch für Menschen mit einer geistigen Behinderung eine Hilfe sein können, um ihren Alltag weitgehend unabhängig von anderen Personen zu gestalten und trotzdem angemessen unterstützt zu werden, wurde noch längst nicht ausgelotet. Künftig werden sie aber auch im Leben von Menschen mit einer Beeinträchtigung eine immer größere Rolle spielen.

### Einige informative und unterhaltsame Internetseiten (nicht nur) für Menschen mit geistiger Behinderung

[http://www.lebenshilfe.de/de/in\\_leichter\\_sprache/index.php](http://www.lebenshilfe.de/de/in_leichter_sprache/index.php)

Die Bundesvereinigung Lebenshilfe stellt hier andere Internetseiten in Leichter Sprache und interessante Projekte für Menschen mit Lernschwierigkeiten vor.

<http://www.people1.de/>

Das Netzwerk People First Deutschland e.V. ist ein Verein von und für Menschen mit Lernschwierigkeiten. Es gibt auf den Internetseiten von People First eine Liste mit Büchern in Leichter Sprache, Tipps zu den Themen Leichte Sprache und Persönliche Zukunftsplanung, Termine für Kurse in Leichter Sprache und vieles mehr.

<http://www.einfach-teilhaben.de>

Diese Internetseiten des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales bieten viele Informationen zu Rechts- und Finanzierungsfragen. Die Seiten sind in Leichte Sprache und in Filme in Gebärdensprache übersetzt. Insbesondere die Rubrik „Mobilität und Freizeit“ enthält viele Informationen und gezielte Internetlinks.

<http://bidok.uibk.ac.at>

Österreichische Online-Bibliothek mit Sach- und Fachtexten in Leichter Sprache.

<http://tarheelreader.org/welcome-de/>

Sammlung von Online-Foto-Büchern für Leseanfänger aller Altersgruppen zu unterschiedlichen Themen. Man kann sich Texte auch vorlesen lassen oder eigene Foto-Bücher erstellen.

<http://www.nachrichtenleicht.de/>

Nachrichtenleicht.de ist ein Angebot der Deutschlandfunk-Nachrichtenredaktion.

<http://www.blubberclub.de/start.html>

Internetseite von und mit Menschen mit geistiger Behinderung. Berichte, Tipps und Informationen zu Themen, die sich die Nutzer selbst gewünscht haben.

<http://www.forum-lichtblick.ch/>

Sammlung von Bildern, Texten, Videos und Audiodateien, die Autoren und Autorinnen mit und ohne Behinderung zu jeweils einem gemeinsamen Thema einstellen. Jede/r kann Beiträge einbringen. Ältere Themen können im Archiv abgerufen werden.

## Helfer zur Internetbenutzung

<http://www.on-line-on.eu/>

Diese Internetseiten werden von der Firma ATEMPO aus Österreich betrieben. Auf on-line.eu kann man in Leichter Sprache z.B. lernen, wie man das Internet benutzt und wie man E-Mails schreibt.

<http://www.internet-abc.de>

Internet-ABC ist die Seite des gleichnamigen Vereins. Hier wird für Kinder unter anderem der sichere Umgang mit dem Internet erklärt. Außerdem gibt es viele interessante Spiele, Wissensseiten und Ideen, die zum Surfen auf Internet-ABC einladen.

<http://www.barrierefrei-onlinelernen.de>

Richtet sich insbesondere an junge Menschen mit Behinderungen, die das Internet im Arbeitsleben und für berufliche Zwecke nutzen wollen, aber sich noch nicht gut auskennen. Online Kurse und Materialien für Einzelpersonen und in Gruppen.

<http://www.internetb.de/>

Auf diesen Internetseiten wird erklärt, wie man das Internet benutzt und z.B. E-Mails schreibt.

<http://www.klicksafe.de/>

Gemeinsame Internetseite der Landeszentrale für Medien und Kommunikation (LMK) in Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz, die Eltern und Pädagogen über Gefahren und sichere Nutzung des Internets aufklärt und hilfreiche Tipps bereit hält.

<http://www.medienkompetenz-niedersachsen.de>

Die gibt einen Überblick über landesweite Angebote zur Entwicklung und Stärkung von Medienkompetenz in Niedersachsen sowie über die in diesem Bereich aktiven Einrichtungen.

<http://www.barrierefrei-kommunizieren.de>

Infoportal zu allen Fragen barrierefreier Medien- und Internetnutzung

<http://www.hurraki.de>

Hurraki ist ein Online-Wörterbuch nach dem Wikipedia-Prinzip, in dem schwierige Wörter in Leichter Sprache erklärt werden.

<http://pediaphon.fernuni-hagen.de>

Das Pediaphon liest Wikipedia Artikel vor. Einfach ein Stichwort eingeben, Stimme auswählen und schon wird der Beitrag von einer elektronischen Stimme vorgelesen. Es können auch eigene Texte in ein Fenster kopiert werden, die anschließend von einer elektronischen Stimme vorgelesen werden.

<http://www.vorleser.net/>

kostenlose Hörbücher zum Vorlesen

**Text to Voice**

Add-on für den Browser Fire Fox, der Internetseiten vorliest

## Internet-Suchmaschinen für Kinder

<http://www.blinde-kuh.de/>

Umfangreiches Wissensportal mit vielen Informationen für Kinder zu unterschiedlichen Themen. Werbefrei.

<http://www.fragfinn.de/kinderliste.html>

Internetportal für Kinder, auf der interessante und kindgerechte Internetseiten zusammengestellt sind. Werbefrei.

<http://www.helles-koepfchen.de/>

Wissensportal für Kinder zu vielen unterschiedlichen Themen mit eigenen Beiträgen. Mit Werbung.

## Freie Zeit für Eltern

Es gelingt Eltern von Kindern mit Behinderung gleich welchen Alters häufig nicht, sich freie Zeit für eigene Belange zu nehmen, weil sie eigene Bedürfnisse in einem großen Umfang zurückstellen. Diese freie Zeit ist jedoch gerade für Eltern, die dauerhaft und umfassend ein Kind mit Behinderung betreuen, besonders wichtig. Das Fehlen von Erholungspausen sowie das Zurückstellen eigener Interessen kann bei den betreuenden Eltern zu einer Überlastung führen, die ihre Gesundheit bedroht.

Um die notwendige persönliche Entlastung zu erreichen sind Unterstützungssysteme nötig. Sie ermöglichen es den Eltern, die gewonnene freie Zeit auch wirklich entspannt und ohne Sorge zu nutzen. Durch Freude und Entspannung können sie wieder Kraft für die Betreuung finden.

Familiäre Strukturen können unterstützen, indem sich z. B. Großeltern oder andere Verwandte über einen gewissen Zeitraum um das behinderte Kind kümmern. Mit zunehmendem Alter des zu betreuenden Kindes sind diese familiären Hilfestrukturen aber oft immer schwieriger umzusetzen.

### • Urlaub, Reisen

Die Urlaubszeit soll grundsätzlich genutzt werden, um durch Erholung und Freizeitgestaltung wieder genügend Kraft für die weitere Arbeit schöpfen zu können. Das gilt natürlich in besonderem Maße für betreuende Eltern.

Ein gemeinsamer Familienurlaub steht schon bei der Planung unter der Prämisse, ein geeignetes Urlaubsziel sowie eine geeignete Urlaubsunter-

kunft zu finden, die es allen Familienmitgliedern ermöglicht, einen entspannten und erlebnisreichen Urlaub zu verbringen. Hierbei können Kataloge von Anbietern für Behindertenreisen helfen. In jedem Fall sollte jedoch vor der Buchung hinterfragt werden, wie die tatsächlichen Gegebenheiten bei der Betreuung vor Ort sind. Oft sind diese Angebote für Menschen mit körperlicher Beeinträchtigung gedacht. Der Personenkreis der Menschen mit geistiger Behinderung wird hingegen nur selten bedacht.

Unterstützung bei der Betreuung am Urlaubsort kann z. B. im Rahmen von Familienentlastung (FED-Einsätze der örtlichen Lebenshilfe, so vorhanden) abgerufen werden. Auch die ortsansässigen Pflegedienste können für die Betreuung des behinderten Familienmitgliedes angefordert werden. Pflege- und Betreuungseinsätze durch Anbieter am Urlaubsort können mit der eigenen Pflegekasse im Rahmen von Verhinderungspflege oder auch den Besonderen Betreuungsleistungen abgerechnet und erstattet werden. Diese Einsätze sollen es den Eltern bzw. der ganzen Familie ermöglichen, auch solche Urlaubsaktivitäten durchzuführen, die gemeinsam mit dem behinderten Kind nicht möglich wären. So können die unterschiedlichen Interessen und Möglichkeiten aller Familienmitglieder in einem gemeinsamen Urlaub berücksichtigt werden. Ein Urlaub ohne das behinderte Kind bedeutet für viele Eltern besondere Erholung und Entspannung, indem sie von der täglichen Belastung durch Pflege und Betreuung befreit werden. Dies kann nur gelingen, wenn für das behinderte Kind so gut gesorgt ist, dass die Eltern wirklich

mit gutem Gefühl die eigene Erholung genießen können, ohne sich Sorgen um das Wohl des Kindes machen zu müssen.

Hierzu können manche Wohnheime und Wohngruppen der Lebenshilfe-Einrichtungen Gästewohnungen anbieten, in denen der behinderte Angehörige für die Zeit des Urlaubs der pflegenden Eltern betreut werden kann.

Oft lässt sich auch ermöglichen, dass das Kind an einer Gruppenfreizeit der betreuenden Einrichtung teilnimmt und die Eltern die Abwesenheit des Kindes zum eigenen Urlaub nutzen können.

Ist dies aus persönlichen oder organisatorischen Gründen nicht möglich, bietet sich während eines Urlaubs der Eltern eine individuelle häusliche Betreuung durch eine Betreuungskraft an. Dazu wird eine durchgehende Betreuung während der gesamten Abwesenheit der Eltern im häuslichen Umfeld organisiert (Verhinderungspflege).

### • Regelmäßige Angebote

Auch Eltern von Kindern mit Behinderung haben Wünsche, regelmäßige wohnortnahe Freizeitangebote wahrnehmen zu können, wie z.B. Sportangebote, Bildungs- oder Kulturangebote. Um ihnen dies zu ermöglichen, ist es notwendig, eine zuverlässige Betreuung für das behinderte Kind zu bekommen.

Idealerweise ist dies eine Person, die das Kind und das Umfeld kennt und in der fraglichen Zeit Aktivitäten mit dem betreuten Kind unternimmt.

Hier ist ein wichtiger Einsatzbereich für die familienunterstützenden Dienste der Lebenshilfe-Einrichtungen.

### • Ausflüge und Fahrten

Ob Eltern zum nächsten Auswärtsspiel ihres Fußballvereins fahren wollen, ein Klassentreffen in ihrem Heimatort besuchen oder sich einfach nur mal wieder beim Friseur verwöhnen lassen wollen – freie Zeit außerhalb der eigenen Wohnung muss organisiert und geplant werden. Dies gilt erst recht, wenn eine Tochter oder ein Sohn mit einer Behinderung im gemeinsamen Haushalt lebt.

Wenn Eltern einmal alleine unterwegs sein möchten, muss womöglich eine Betreuung zu Hause vorbereitet werden. Verwandte und Freunde, manchmal auch Personen, an die man im ersten Moment gar nicht denkt, wie Nachbarn oder Arbeitskollegen, können die Zeit der Abwesenheit überbrücken. Wichtig ist hier eine gute Vorbereitung für den Helfer, beispielsweise, wenn besondere Handreichungen oder Mahlzeiten für den Menschen mit Behinderung erforderlich sind. Spezielle Gegenstände können auf einem Tablett an einem abgesprochenen Ort bereit gestellt werden.

Grundsätzlich sind Ich-Bücher (oder auch Lebensbücher genannt) oder „Checklisten“ eine gute Unterstützung, in dem Interessen, Vorlieben, aber auch ein besonderer Unterstützungsbedarf für die Person mit Behinderung aufgeschrieben werden.

Oft kann dann nach und nach die Anwesenheit einer vertrauten Person reduziert werden. So kann es später ausreichen, miteinander zu verabreden, welcher Nachbar oder welche Nachbarin in einem Notfall ansprechbar ist, oder die Telefonnummer einer Vertrauensperson zu hinterlegen, die im Bedarfsfall schnell vor Ort sein kann

#### • Hilfe, Beratung

Hilfe und Beratung bei Planung und Organisation können die Beratungsstelle bzw. die Offenen Hilfen der Lebenshilfe-Ortsvereinigungen geben. Hinsichtlich der Organisation von Verhinderungspflege bzw. besonderen Betreuungsleistungen sind die Pflegeversicherungen kompetent.

Die örtlichen Sozialhilfeträger sind wegen eines Einsatzes von Teilhabeleistungen zu beteiligen.

#### • Psycho-soziale Entlastung • /Selbsthilfegruppen

Zur persönlichen psychosozialen Entlastung von Pflege- und Betreuungspersonen bieten einige Wohlfahrtsverbände und einige Sozialhilfeträger Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise an. Hier besteht die Möglichkeit, Probleme und Belastungen im Umgang mit Pflegebedürftigen anzusprechen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Pflegende Angehörige erhalten hier Verständnis für ihre Situation und gegenseitige solidarische Unterstützung.

#### • Kuren • (Reha-, Eltern-Kind-Kuren)

Oft werden die mit Pflege und Betreuung verbundenen Belastungen so groß, dass eine Kur für die Betreuungsperson und /oder das betreute Kind notwendig erscheint, um die Gesundheit wieder herzustellen oder zu erhalten und Be-

treuung und Pflege in der Familie damit weiterhin möglich zu machen.

Eltern-Kind-Kuren sind ganzheitlich ausgerichtete Behandlungsmaßnahmen, die neben den eigentlichen Krankheitsbildern auch das psychische Wohlbefinden berücksichtigen. Kuren werden oft dann zur Behandlung eingesetzt, wenn die Therapiemöglichkeiten am Wohnort ausgeschöpft sind und keine Besserung eingetreten ist.

Entscheidend ist, dass der behandelnde Arzt nach einer gründlichen Untersuchung die Notwendigkeit der Kur bescheinigt und die entsprechenden Atteste ausstellt.

Kinder und Vater oder Mutter können gemeinsam zur Kur fahren, wenn:

- Vater/Mutter kurbedürftig sind und eine Trennung nicht zumutbar ist oder die Kinder nicht anderweitig untergebracht werden können.
- Vater/Mutter und Kind kurbedürftig sind und alle in einer Klinik behandelt werden können.
- das Kind/die Kinder kurbedürftig sind und eine Kur ohne Begleitperson nicht durchgeführt werden kann.

Der Anspruch auf eine Kur besteht alle vier Jahre, wobei die Krankenkassen die Kosten der Kur bis auf eine Selbstbeteiligung von derzeit 9,00 Euro bei Erwachsenen übernehmen. Dazu kommt eine Fahrtkostenbeteiligung. Unter bestimmten Voraussetzungen können auch alle Zuzahlungen teilweise oder ganz übernommen werden.

### Infoecke Freie Zeit für Eltern

<https://www.lebenshilfe.de/de/buecher-zeitschriften/lhz/ausgabe/2014-2/artikel/Kur-Broschuere.php?listLink=1>

Auszeit vom Alltag – Broschüre der Bundesvereinigung LEBENSHILFE zu Mutter/Vater-Kind-Kuren: Hinweise und Tipps von Eltern für Eltern von Kindern mit Behinderung + Foto

<http://www.lebenshilfe.de/de/themen-recht/artikel/Kurvorbereitung.php?listLink=1>

Informationen der Bundesvereinigung LEBENSHILFE über die Vorbereitung zur Kur und eine Adressenliste der Kureinrichtungen für Eltern von Kindern mit Behinderung

[http://www.mutter-kind-hilfswerk.de/Seiten\\_Schwerpunktkuren-Einleitung.aspx](http://www.mutter-kind-hilfswerk.de/Seiten_Schwerpunktkuren-Einleitung.aspx)  
Eltern-Kind Kuren

[http://www.autismus-karlsruhe.de/resources/Mutter\\_Kind\\_Kuren.pdf](http://www.autismus-karlsruhe.de/resources/Mutter_Kind_Kuren.pdf)

Broschüre für Eltern-Kind Kuren für Familien mit einem behinderten Kind



## Rechtliche Hinweise

Es gibt sehr unterschiedliche rechtliche Grundlagen, um Ansprüche für Freizeitaktivitäten geltend zu machen. Hinzu kommt, dass vor Ort die Ämter diese zum Teil sehr unterschiedlich auslegen. Daher können hier nur ein paar Beispiele der Möglichkeiten aufgezeigt werden:

### Eingliederungshilfe nach dem Sozialgesetzbuch – Zwölftes Buch (SGB XII)

Die Aufgabe der Eingliederungshilfe ist vorrangig, Menschen mit Behinderung die Teilhabe am gesellschaftlichen und kulturellen Leben zu ermöglichen. Sie ist im Sozialgesetzbuch XII (in Verbindung mit Sozialgesetzbuch IX) geregelt. (§ 55 SGB IX, §§ 53, 54 SGB XII). Konkretisiert wird dies im § 58 SGB IX.

Danach umfasst dies vor allem:

- Hilfen zur Förderung der Begegnung und des Umgangs mit nichtbehinderten Menschen
- Hilfen zum Besuch von Veranstaltungen oder Einrichtungen, die der Geselligkeit, der Unterhaltung oder kulturellen Zwecken dienen,
- Die Bereitstellung von Hilfsmitteln, die der Unterrichtung über das Zeitgeschehen oder über kulturelle Ereignisse dienen, wenn wegen Art und Schwere der Behinderung anders eine Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft nicht oder nur unzureichend möglich ist.

Die Eintrittskosten für ein Museum, die Kosten für die Begleitung zu einem Volkshochschulkurs oder die Fahrtkosten zum Kino sind Beispiele.

Benötigt man zur Unterstützung auch Hilfsmittel, können diese evtl. auch über die Eingliederungshilfe finanziert werden. (§ 55 Abs. 2 Nr. 1 SGB IX)

Ein wichtiger Grundsatz der Eingliederungshilfe ist der Nachranggrundsatz. Demnach hat man keinen Anspruch, wenn man sich selbst helfen kann oder Ansprüche gegen andere (z. B. Krankenkasse) hat. Dadurch muss in der Regel das Einkommen und Vermögen überprüft werden. Hat man zu viel Einkommen und/oder Vermögen wird der Antrag abgelehnt oder man muss einen Teil der Leistungen selbst bezahlen. Im § 92 Abs. 2 SGB XII steht, welche Ausnahmen es zu diesem Grundsatz gibt.

### Infoecke Persönliches Budget

Seit dem 01.01.2008 besteht für Menschen mit Behinderung ein gesetzlicher Anspruch auf ein Persönliches Budget. Ab diesem Zeitpunkt kann der Mensch mit Behinderung zwischen einer Sachleistung oder einer Geldleistung wählen. Der Inhalt des Persönlichen Budgets ist in § 17 SGB IX geregelt. Danach können auf Antrag Leistungen zur Teilhabe, die bisher als Sachleistungen beantragt

und bewilligt waren, auch als monatliches Persönliches Budget gewährt werden. Damit wird dem behinderten Menschen ein in eigener Verantwortung möglichst selbst bestimmtes Leben ermöglicht. Budgetfähige Leistungen sind solche, die sich auf alltägliche, regelmäßig wiederkehrende und regiefähige Bedarfe beziehen.

Leistungen der Pflegeversicherung nach dem Sozialgesetzbuch – Elftes Buch (SGB XI) Auch über die Pflegeversicherung gibt es Leistungsansprüche. Voraussetzung für die Leistung ist die Einstufung durch eine Pflegekasse. Dabei wird geprüft ob eine Pflegebedürftigkeit vorliegt. Außerdem wird geprüft, ob eine erheblich eingeschränkte Alltagskompetenz vorliegt. Bei Personen mit einer geistigen Behinderung wird dies in der Regel der Fall sein. Ab dem 01.01.2015 haben diese Personen auch einen Leistungsanspruch auf bestimmte Leistungen, wenn sie in keiner Pflegestufe eingestuft wurden.

Wenn die private Pflegeperson ausfällt, zahlt die Pflegekasse die Kosten einer anderweitigen professionellen Pflege (Verhinderungspflege) in Höhe von 1.612 Euro für bis zu 6 Wochen.

Voraussetzung ist, dass die Pflegeperson mindestens bereits seit sechs Monaten gepflegt hat. Hinzu kommt, dass bis zu 50 % des Betrags für Kurzzeitpflege (806 Euro) auch für die Verhinderungspflege übernommen werden kann. Man kann diese Leistung sowohl für einen längerfristigen Ausfall (Krankheit oder Urlaub) als auch für einen kurzen Ausfall. (Der Vater ist die private Pflegeperson und möchte abends ins Kino gehen und benötigt einen Ersatz) erhalten.

Personen mit einer erheblich eingeschränkten Alltagskompetenz können außerdem pro Monat einen Zuschuss von 104 Euro (Grundbetrag) bzw. 208 Euro (erhöhter Betrag) erhalten. Dieser wird zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen genannt. Dadurch kann zum Beispiel Unterstützung durch Botengänge oder organisatorische Unterstützung finanziert werden.

Mittlerweile gibt es bei vielen Mitgliedsorganisationen vor Ort Beratungsstellen, die Ihnen bei einigen Fragen weiterhelfen können. Auf der Homepage der LEBENSHILFE Niedersachsen ([www.lebenshilfe-nds.de](http://www.lebenshilfe-nds.de)) können Sie die Mitgliedsorganisation vor Ort suchen.

Diese Information wurde mit größter Sorgfalt erstellt. Dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. Für die Richtigkeit und Vollständigkeit des Inhalts kann daher keine Gewähr übernommen werden; eine Haftung wird ausgeschlossen.

### Informationen im Netz

Informationen zum Persönlichen Budget:  
<http://www.bmas.de/DE/Service/Publikationen/a722-persoeliches-budget-broschue-re.html>

Informationen zum ersten Pflegestärkungsgesetz  
[www.pflegestaerkungsgesetze.de](http://www.pflegestaerkungsgesetze.de)

Hilfen durch den Behördenschwermel von Alik Burke (Fachanwalt für Sozialrecht in Hannover)  
<http://www.LEBENSHILFE-nds.de/de/Eltern-und-Familie.php>



# Lebenshilfe Niedersachsen

*Gemeinsam  
Zukunft gestalten*

**LEBENSILFE**  
**Landesverband Niedersachsen e.V.**  
**Pelikanstraße**

Pelikanstraße 4  
30177 Hannover  
Telefon: 05 11 / 90 92 57 – 0  
Telefax: 05 11 / 90 92 57 – 11

[landesverband@lebenshilfe-nds.de](mailto:landesverband@lebenshilfe-nds.de)