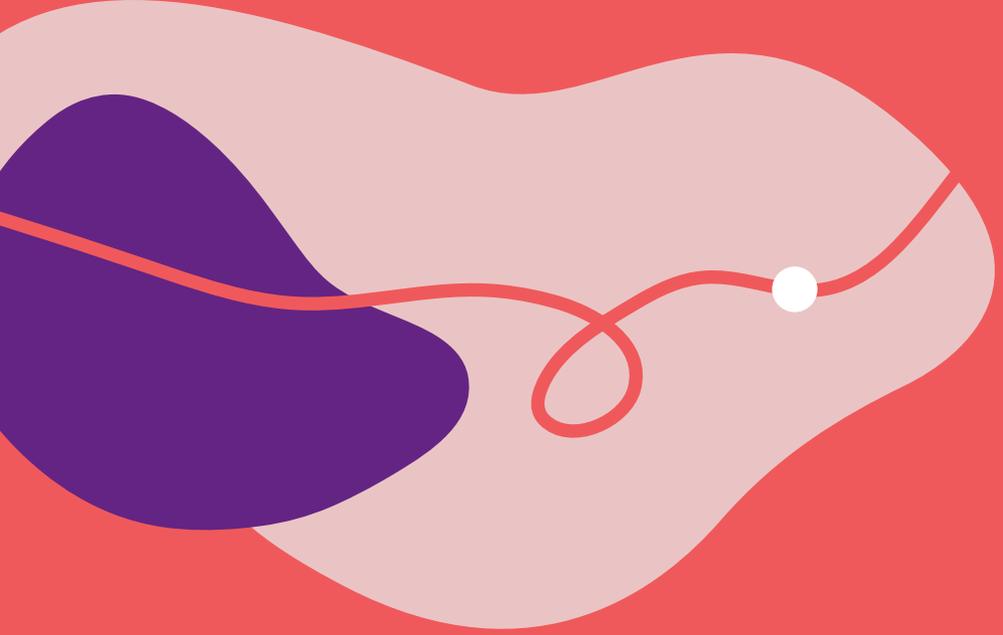


ZUKUNFT OHNE BARRIEREN

→ **BIST DU
DABEI?**



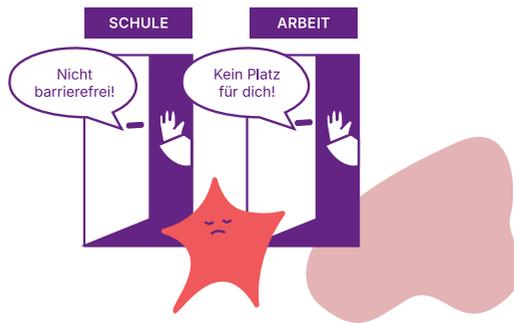


**WIR SIND JUNG.
WIR SIND VOLLER IDEEN.
ABER MEIST ÜBERSEHEN,
VON EUCH.
WARUM?**

Die Figur steht stellvertretend für uns, junge Menschen mit Behinderungen. Ihre Form macht sichtbar, wie sie von der Gesellschaft als „anders“ wahrgenommen und behandelt wird. Hier zeigen wir euch die Hindernisse, die uns im Alltag begegnen, und es beinhaltet auch unsere Forderungen. Denn während Inklusion ein Grundrecht ist, erleben wir stattdessen Barrieren – in Schule, Arbeit, Gesundheit, Gesellschaft und Politik. Die Figur nimmt euch mit und zeigt: **Eine inklusive Gesellschaft kommt allen zugute.**

→ **Blättert weiter und erfahrt,
was sich verändern muss!**





BILDUNG UND ARBEIT

BILDUNG IST EIN RECHT, UND ARBEIT IST FÜR ALLE DA – ODER?

Doch für uns und viele weitere junge Menschen mit Behinderung gibt es immer noch Hürden: Fehlende Assistenz, kaum barrierefreie Schulen und Ausbildungsplätze sowie Unternehmen, die uns keine Zugänge ermöglichen oder uns aufgrund von Vorurteilen unterschätzen. Auch in der Freizeitgestaltung und in sozialen Bereichen erleben wir weiterhin Ausgrenzung. Wir haben Talente, Fähigkeiten, Wissen und sind hoch motiviert – was fehlt, sind faire Chancen!

 **WIR FORDERN**

Inklusive Bildung und barrierefreie Ausbildungsmöglichkeiten, individuell finanzierte Unterstützungsprogramme, eine verlässliche Schulbegleitung und einen Arbeitsmarkt, der Vielfalt anerkennt! Jede:r verdient die Möglichkeit, die eigene Zukunft zu gestalten!

OHNE ASSISTENZ KANNST DU HIER NICHT WOHNEN. BESSER, DU BLEIBST BEI DEINEN ELTERN ODER GEHST IN EINE EINRICHTUNG.

Solche Aussagen zeigen, wie stark starre Strukturen das Leben junger Menschen mit Behinderung bestimmen. Die Entscheidung, wo, wie und mit wem man leben möchte, ist ein Grundrecht – doch für viele von uns bleibt sie unerreichbar. Unflexible Wohnangebote, ein gravierender Mangel an Assistenzkräften und fehlende finanzielle Unterstützung verhindern selbstbestimmtes Leben. Statt individueller Unterstützung gibt es Vorgaben, die Selbstbestimmung einschränken. Oft unter dem Deckmantel der Fürsorge.

WIR FORDERN

Ein selbstbestimmtes Leben für alle. Dazu braucht es flexible Wohnformen, verlässliche Finanzierung persönlicher Assistenz und bessere Arbeitsbedingungen für Assistenzkräfte. Nur so wird echte Wahlfreiheit möglich. Jede:r hat das Recht, frei über das eigene Leben zu entscheiden.



NEHMEN SIE BITTE MEINE SYMPTOME ERNST! UND SPRECHEN SIE MIT MIR!

Viele von uns erleben eine unzugängliche oder ableistische Gesundheitsversorgung. Fehlende Barrierefreiheit, mangelndes Wissen, diskriminierendes Verhalten, oder das Übersehen unserer eigenen Stimmen gehören zum Alltag.

Das medizinische Personal ist oft unzureichend vorbereitet: In Ausbildung und Studium bleibt das Thema Behinderung meist ein Randthema. Fehlannahmen und Stigmatisierung führen dazu, dass Symptome bagatellisiert oder fälschlich der Behinderung zugeschrieben werden – mit gravierenden Folgen für unsere Gesundheit.



WIR FORDERN

**Inklusive, diskriminierungsfreie
medizinische Versorgung für alle!
Mehr Geld für Forschung zu
seltenen Erkrankungen.
Medizinisches Personal muss
diskriminierungssensibel ge-
schult und über unterschiedliche
Behinderungen sowie die
verschiedenen Lebensrealitäten
umfassend informiert werden.**



BÜROKRATIEABBAU

FÜLLEN SIE DAS NOCH AUS ... UND DAS ... UND DAS ...!

Wer Unterstützung braucht, wird oft mit komplizierter Bürokratie überfordert: Unverständliche Formulare, endlose Wartezeiten, fehlendes Wissen über die Leistungen, die uns zustehen, sowie digitale Barrieren machen unser Leben unnötig schwer. Zudem agieren zahlreiche Leistungsträger in einem stark fragmentierten System, in dem klare Zuständigkeitsabgrenzungen häufig fehlen. Am Ende sind wir es, die über die Zuständigkeitsgrenzen hinweg alle Anforderungen miteinander in Einklang bringen müssen – und das erfordert viel Kraft.

 **WIR FORDERN**

**Weniger Bürokratie,
Leichte Sprache
und einen einfachen
Zugang zu Leistungen!
Damit Hilfe ankommt,
wo sie gebraucht wird.**

ABLEISMUS UND ENTMÜNDIGUNG



ACH DU BIST JA SÜSS. DU VERSTEHST DAS DOCH NICHT.

Solche Sätze zeigen, wie schnell über Menschen mit Behinderung geurteilt wird. Vorurteile ersetzen echtes Interesse, und vermeintliches Wissen steht echter Begegnung im Weg. Wir sind, unabhängig von Erkrankung oder Behinderung, vollwertige Personen: mit eigenen Vorstellungen, Gefühlen, Meinungen und Rechten.

Ableistische Strukturen und Haltungen führen nicht nur zu Ausgrenzung und Entmündigung, sie begünstigen auch Gewalt. Immer wieder kommt es dadurch zu massiven Menschenrechtsverletzungen – bis hin zu Todesfällen.

 **WIR FORDERN**

**Respekt, Schutz und
Gleichbehandlung für alle
Menschen – ob mit oder
ohne Behinderung!
Schluss mit Vorurteilen
und Entmündigungen.**

DAS WAR DOCH NUR SPASS!

Nein, das ist kein Spaß! Hass gegen Menschen mit Behinderung ist real und passiert täglich – online und offline. Beleidigungen, Abwertung und Hetze sind keine Kavaliersdelikte! Sie sind keine harmlosen Meinungsäußerungen, sondern Formen von Gewalt. Sie verletzen, grenzen aus und bestärken ableistische Vorstellungen, die Menschen mit Behinderung als „weniger wert“ darstellen. Solche Angriffe haben Folgen: Sie gefährden die psychische Gesundheit, untergraben gesellschaftliche Teilhabe und bedrohen die Sicherheit der Betroffenen.

 **WIR FORDERN**

Klare gesetzliche Maßnahmen gegen Ableismus und Hassrede in den Medien und im Internet. Es braucht zentrale, öffentliche Meldestellen und mehr Aufklärung an Schulen und Universitäten.

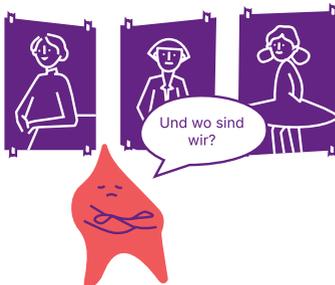


WO SIND WIR?

In Medien, Politik und Werbung tauchen Menschen mit Behinderung kaum auf. Und wenn, dann oft klischeehaft oder als „Inspiration“ und nicht als die Menschen, die wir sind. Solche Darstellungen reproduzieren stereotype Bilder und festigen Vorurteile. Das beeinflusst, wie über uns gesprochen wird und wie uns begegnet wird. Echte Teilhabe beginnt mit Sichtbarkeit. Repräsentation auf Augenhöhe ist kein Zusatz, sondern der erste Schritt zu Gleichberechtigung. Sie entscheidet mit darüber, wer gesehen, gehört und einbezogen wird – in Debatten, in Entscheidungen, im Alltag.

WIR FORDERN

Sichtbarkeit, die der Realität entspricht – nicht dem Klischee. Menschen mit Behinderung müssen sich in Politik, Medien, Bildung, Kultur und Werbung selbstbestimmt wiederfinden und einbringen können.





Wir reden
über dich, aber
OHNE dich!

PARTIZIPATION

WIR REDEN ÜBER DICH – ABER OHNE DICH.

Politik und Gesellschaft müssen uns zuhören, und zwar nicht erst im Nachhinein, sondern von Anfang an. Wir wissen am besten, was wir brauchen! Doch oft werden Gesetze und gesellschaftliche Entwicklungsprozesse, die uns betreffen, entschieden, ohne uns einzubeziehen. Das muss sich ändern! Dafür braucht es vielfältige Beteiligungsformate, denn auch wir sind vielfältig und unterscheiden uns in unseren Bedarfen.



WIR FORDERN

**Eine vielfältige, verbindliche
und barrierefreie Beteiligung
von jungen Menschen
mit Behinderung an
politischen Entscheidungs-
prozessen – von Anfang an
und auf Augenhöhe.
Nichts über uns ohne uns!**





MENSCHENRECHTE

INKLUSION UND TEILHABE SIND MENSCHENRECHTE, DIE UNS ZUSTEHEN.

Unsere Rechte sind nicht verhandelbar. Es geht nicht um Sonderbehandlung, sondern um Gleichbehandlung. Wir alle gehören zu dieser vielfältigen Gesellschaft – mit oder ohne Behinderung.

Die UN-Behindertenrechtskonvention, die auch in Deutschland gilt, verpflichtet Staat und Gesellschaft, Menschen mit Behinderung in allen Lebensbereichen gleichzustellen und Diskriminierung aktiv zu bekämpfen. Trotz klarer Rechtslage werden unsere Ansprüche häufig relativiert – mit Verweis auf Machbarkeit statt Umsetzung.

WIR FORDERN

**Menschenrechte müssen für
alle Menschen gelten – jeder-
zeit und uneingeschränkt.
Inklusion ist kein freiwilliges
Angebot, sondern eine
gesetzlich verankerte Pflicht.**

→ **Stellt euch eine Gesellschaft vor, in der jeder Mensch die gleichen Chancen und Rechte hat. In dieser Welt wird Vielfalt als Stärke gefeiert und Inklusion ist selbstverständlich.**

Ihr habt die Macht, Barrieren abzubauen – nicht nur physische, auch in den Köpfen. Inklusion ist keine Wohltat, sondern ein Menschenrecht! Hört uns zu, nehmt uns ernst und lasst uns gemeinsam eine Gesellschaft gestalten, in der wirklich alle Menschen die gleichen Chancen haben. Denn Gleichberechtigung beginnt da, wo Unterschiede nicht mehr ausschließen. Seid unsere Verbündeten – nicht nur auf dem Papier, sondern im echten Handeln.



Dieses Forderungspapier ist aus dem Projekt „Influencer als Digital Speaker und Adviser“ des Kindernetzwerk e.V. in Zusammenarbeit mit der Jungen Selbsthilfe des Kindernetzwerk e.V. und jungen Influencern entstanden. Das Projekt wurde durch die AOK gefördert.

Das Projekt verbindet digitale Selbsthilfe mit politischer Teilhabe. In einer Fokusgruppe aus jungen Menschen mit Behinderung wurden in regelmäßigen Treffen zentrale Herausforderungen diskutiert und partizipativ ein Forderungspapier erarbeitet. Ergänzend dazu vermittelten öffentliche Workshops zu digitaler Barrierefreiheit, Instagram, Teilhabe und Ableismus praxisnahes Wissen. Social Media dient dabei nicht nur als Plattform für Austausch, sondern auch als Sprachrohr für politische Forderungen. Unser Ziel: digitale und gesellschaftliche Inklusion voranzutreiben – online und offline!



AOK-Bundesverband
Die Gesundheitskasse.



MITGEWIRKT HABEN

Sabrina L. (fragments_of_living)

Clara Z. (schmetterlingclara)

Greta B. (somehowdeaf)

Anna D. (alles.in.schoen)

Nahla B. (nahla.ichbindaseineprozent)

und die

Junge Selbsthilfe des Kindernetzwerk e.V.

Das Forderungspapier gibt es auch als lange Version.

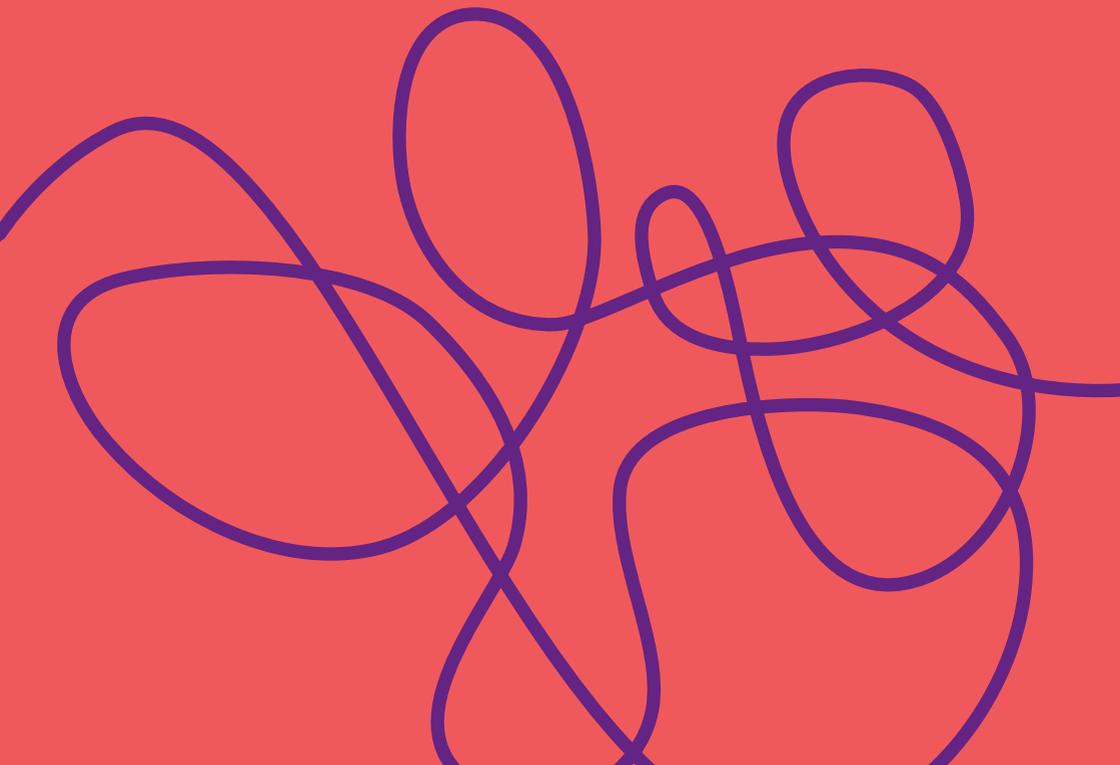
Text / Redaktion:

Yeliz Kidis, Projektkoordinatorin Kindernetzwerk e.V.

Gestaltung:

BAR PACIFICO/

Stand 05/2025



Werdet Teil unserer Gemeinschaft!

Kontaktiert uns. Stärkt das Kindernetzwerk durch eine Mitgliedschaft. Unterstützt unsere Arbeit mit einer Spende.

www.kindernetzwerk.de



Folgt uns auf Social Media

📷 @kindernetzwerk_ev
f @kindernetzwerk
📺 @kindernetzwerk_ev
in kindernetzwerk

Nutzt unsere App unrare.me

Ihr findet unsere App zur Vernetzung von Eltern und Betroffenen in den App-Stores.

Kontakt

Kindernetzwerk e.V.

Benzstraße 2
63741 Aschaffenburg
T (06021) 45 44 00

Hauptstadtbüro

Schiffbauerdamm 19
10117 Berlin
T (030) 25 76 59 60

Beratungstelefon

Montag bis Donnerstag
10:00–12:00 Uhr
T (06021) 120 30

www.kindernetzwerk.de
info@kindernetzwerk.de