

# handicap.life

N° 7.2024



Per Joystick  
zum Führerschein

Prothesen aus  
dem 3D-Drucker

Nachhaltigkeit beim  
Kinderspielzeug

Das Anwendermagazin

Gesamtfahrzeugpreis inkl. Heckeinstieg

**41.900 €**

Unser Aktions-Paket-Preis inkl. MwSt.



# *UNSER ANTRIEB: DEINE MOBILITÄT*

Mit dem neuen PARAVAN Peugeot Rifter bieten wir jetzt ein ganz besonderes Angebot. Ein Aktions-Paket-Angebot bestehend aus Basisfahrzeug inklusive Heckeinstieg zum einmaligen Gesamtpreis von 41.900 € (inkl. 19% MwSt)\*. Als Basisfahrzeug dient der Peugeot Rifter in der GT-Premiaausstattung in der L2-Version. Mit im Gesamtpreis enthalten ist der behindertengerechte und rollstuhlgerechte Umbau mit Heckwanne, Sicherungssystem und manueller Heckklappe. Einen besseren Einstieg in die PARAVAN-Mobilitätswelt gibt es nicht. Jetzt bestellen und Du erhältst von uns einen hochwertigen Hyla-Handstaubsauger als kleines Dankeschön.

\* Angebotspreis gilt nur in Verbindung mit dem genannten Grundfahrzeug inklusive PARAVAN Heckeinstieg. Begrenzte Stückzahl verfügbar. Bilder können Sonderausstattungen enthalten.

Mehr Informationen auf [www.paravan.de/rifter-aktion](http://www.paravan.de/rifter-aktion)

**PARAVAN®**  
MOBILITÄT FÜR DEIN LEBEN



# PER JOYSTICK ZUM FÜHRERSCHEIN

**In den PARAVAN-Fahrschulen im Mobilitätspark-Aichelau und in der Niederlassung Heidelberg können Menschen mit Handicap ihre Führerscheinausbildung absolvieren. Ein umfangreicher Fuhrpark mit verschiedenen flexibel anpassbaren Fahrzeugen macht es möglich, dass zum Beispiel die nur 85 Zentimeter große Marina entspannt ihre praktische Fahrausbildung absolvieren kann.**

Gut sechs Wochen hat Marina ihre praktische Fahrausbildung bei der PARAVAN Fahrschule im Mobilitätspark Aichelau benötigt. „Erste Fahrten gingen rund um Aichelau“, berichtet die 31-jährige, die extra aus dem Rheinland auf die Schwäbische Alb gekommen ist. „Es geht schon ganz gut, aber es ist anspruchsvoller als gedacht.“ Die Sozialpädagogin fährt mit dem Fahr- und Lenksystem Space Drive und zwei individuell platzierten Joysticks, links für Gas und Bremse und mit der rechten Hand lenkt sie. Aufgrund ihrer kurzen Arme und ihrer geringen Muskelkraft ist ein Lenken mit dem klassischen Lenkrad nicht möglich.



Ihre theoretische Fahrausbildung hat Marina in ihrer Heimatstadt absolviert. Neben Fahranfängern kommen auch Wiedereinsteiger in die PARAVAN-Fahrschulen. Menschen, die erst im Laufe ihres Lebens erkrankt sind oder einen Unfall erlitten haben, können mit entsprechenden Auflagen, die im verkehrsmedizinischen Gutachten vermerkt sind, unter bestimmten Bedingungen wieder ihren Führerschein erlangen. „Wichtig ist, den Führerschein nicht gleich abzugeben“, sagt Fahrlehrer Ralf Buhmann. „Nach einem Unfall oder Erkrankung sollte man erst einmal Kontakt mit einem Verkehrsmediziner suchen und sich beraten lassen.“ In diesem Gutachten ist die Voraussetzung für die Zulassung zur Fahrausbildung und attestiert die Fahrtüchtigkeit unter bestimmten technischen Voraussetzungen. Dann kann die Ausbildung starten. Ein technisches Gutachten bestätigt die Funktionalität und den korrekten Umgang mit den nötigen Anpassungen.

Marina ist nur 85 Zentimeter groß und absolviert mit Hilfe von zwei Joysticks ihre Fahrausbildung bei PARAVAN. Kurze Zeit später kann ein anderer Fahrschüler mit einer komplett anderen Fahrzeugkonfiguration im Auto sitzen und trotzdem eine optimale Ausbildung erhalten.

Insgesamt verfügt die PARAVAN-Fahrschule am Stammsitz über fünf Fahrzeuge: zwei Mercedes Sprinter und einen Peugeot Traveller, ausgestattet mit dem Fahr- und Lenksystem Space Drive sowie verschiedenen elektromechanischen Handgeräten und einer sogenannten „leichten Lenkung von 10 bzw. 6 Newton (N)“, wenn die Kräfte nachlassen, aber der Umstieg auf Joystick jedoch noch nicht notwendig ist. Für FahrschülerInnen, die noch umsetzen können, gibt es zudem zwei weitere Ausbildungsfahrzeuge, ausgestattet unter anderem mit elektrischen Rutschbrettern sowie elektromechanischen Fahr- und Lenkhilfen. Ein weiterer Fahrlehrer, Carsten Seidler betreibt die Fahrschule in der PARAVAN-Niederlassung Heidelberg. Auch dort ist eine hochspezialisierte Fahrausbildung mit den nötigen Kraftmessungen im Vorfeld sowie Space Drive und den unterschiedlichsten Eingabegeräten möglich.



Was ist das optimale Eingabegerät. Im PARAVAN-Ausbildungsfahrzeug kann ausgiebig getestet werden. Ziel ist es eine bequeme und vor allem ermüdungsfreie Lösung zu finden.

Die Fahrlehrer, die über eine entsprechende Weiterbildung verfügen, können in Verbindung mit dem passenden Schulungsfahrzeug Menschen mit körperlichen Einschränkungen ausbilden. Die PARAVAN-Fahrlehrer beraten gern und schulen entsprechend. Die Begeisterung der Schüler für die Ausbildung ist einzigartig und nicht mit einer herkömmlichen Fahrschule zu vergleichen. „Die Aussicht der Fahrschüler, nach erfolgreich abgelegter Fahrprüfung wieder unabhängig von anderen am Leben teilzuhaben ist die größte Motivation. Für den Fahrlehrer der größte Lohn ist, im Anschluss in die glücklichen Gesichter zu schauen. Denn selbstständig ein Fahrzeug steuern zu können, bedeutet am Ende ein deutliches Plus an Lebensqualität.

Marina hat es geschafft, jetzt hat sie ihren Führerschein! Die Anspannung war groß, die Freude über die bestandene praktische Prüfung umso größer! „In der Stadt fühle ich mich wohler, da ist es entspannter, kleiner und sicherer“, erzählt sie. „Auf der Landstraße oder Autobahn wird man überholt, mit den hohen Geschwindigkeiten tue ich mich noch etwas schwer.“ Nach der Pflicht folgt die Kür. Die Auswahl des Autos, die individuelle Anpassung des Sitzes und der damit verbundene Antragsmarathon stehen an. Das genaue Auto steht noch nicht fest, aber es muss mindestens so groß sein, dass „ich mit dem Rollstuhl mit dem Kassettenlift ins Auto komme“, so der Plan. Nun hofft sie, in einem Jahr selbst fahren zu können. „Dann habe ich eines meiner größten Ziele in Sachen Unabhängigkeit erreicht“, strahlt Marina.

**Kontakt:**  
Anke Leuschke  
Pressesprecherin  
PARAVAN GmbH

Tel.: +49 7388 / 99 95 81  
E-Mail: [anke.leuschke@paravan.de](mailto:anke.leuschke@paravan.de)





**Eine alltägliche Situation im Sommer:  
Eine Wespe bzw. Biene nähert sich. Wir  
erspüren dann den Drang, nach ihnen  
zu schlagen. Doch was kann die Folge  
sein, wenn das Tier schneller war?**

### **NORMALE KÖRPERLICHE REAKTION NACH EINEM INSEKTENSTICH**

Die Haut um die Einstichstelle schwillt  
stark an, wird heiß und gerötet.  
Des Weiteren kommt es zu Juckreiz  
und einem lokalen Schmerz.

# **VORSICHT ANFLUG!**

**RICHTIGES VERHALTEN NACH  
EINEM INSEKTENSTICH**



## ALLERGISCHE REAKTION NACH EINEM INSEKTENSTICH

Allergische Reaktionen können die weitere Folge sein. Um kein Risiko einzugehen, ist das Alarmieren eines Rettungswagens in dieser Situation unumgänglich. Die allergischen Reaktionen äußern sich durch Symptome, die über die normale Schmerzempfindung und Schwellung hinausgehen.

### Typische Anzeichen einer allergischen Reaktion sind:

- Starke Schwellung (größer als 10 cm) auch an Körperstellen, die weiter von der Einstichstelle entfernt sind
- Rötung
- Juckreiz
- Übelkeit
- Erbrechen
- Starkes Herzklopfen
- Blutdruckabfall, Atemnot, Kreislaufbeschwerden (anaphylaktischer Schock)

## ERSTE-HILFE-MASSNAHMEN NACH INSEKTENSTICHEN

- Stachel – wenn vorhanden – vorsichtig mit einer Pinzette entfernen.
- Kalte Umschläge oder Coolpacks lindern den Schmerz und lassen die Schwellung schneller zurückgehen.
- Das Einreiben der Stichstelle mit einer kalten, rohen Zwiebel kühlt und befeuchtet die Einstichstelle.
- Kühlende Insektenstich-Salben lindern den Juckreiz.
- Einstichstelle desinfizieren.
- Nicht kratzen, damit die Einstichstelle sich nicht infiziert.



## MÜCKENSTICH

Die Einstichstelle rötet sich und beginnt zu jucken. Aber was hilft gegen den Juckreiz? Kurzfristig hilft Kühlen, um die Schwellung und den Juckreiz zu lindern. Das geht mit feuchten Umschlägen oder einem Kühlpad. Es wird ebenfalls empfohlen eine Zwiebel in der Mitte zu teilen und auf den Stich zu legen.

Ein Insektenstichheiler schafft ebenfalls Abhilfe um den Juckreiz zu verringern, hier von der Firma Beurer als Beispielfoto. Eine kleine Keramikplatte wird erhitzt, durch die Wärmeeinwirkung auf den Stich wird der Juckreiz verringert und die Heilung beschleunigt.







# FAHRRADZEIT

## MIT DEM PASSENDEN HELM

Ein Fahrradhelm kann im Falle eines Sturzes entscheidend schützen. Eine generelle Helmpflicht aber wäre kontraproduktiv, denn sie hält Menschen eher vom Radfahren ab. Damit jeder Kopf den passenden Schutz findet, ist die Vielfalt der Helme am Markt äußerst groß. Der pressedienst-fahrrad gibt einen Überblick



## FAHRRADHELM: MATERIAL UND BAUWEISE

Die meisten Fahrradhelme werden aus Hartschaumstoff (EPS: expandiertes Polystyrol) gegossen, der stoßabsorbierende Eigenschaften aufweist – somit funktionieren sie als „Knautschzone“ des Kopfes. Der Schaumstoff wird aus Gründen der Verbindungsfestigkeit direkt in eine Schale aus Kunststoff expandiert, dieses sogenannte „In-Mold-Verfahren“ kommt bei den meisten gängigen Helmen zum Einsatz. Die Stärke dieser Schale variiert je nach Sicherheitsanforderung: Die „Microshell“ aus Polycarbonat ist dünn und bei leichten Sportmodellen weit verbreitet; die „Hardshell“ aus ABS (Acrylnitril-Butadien-Styrol) ist etwas stärker und schwerer, weswegen sie bei Motorradhelmen und im Fahrradbereich für Downhill- und Dirt-Modelle verwendet wird. Die Hersteller orientieren sich dabei zudem am „anzunehmenden Fehlgebrauch“: Auch Kinder- und Alltagshelme haben oftmals eine Hardshell, denn das häufige Auf- und Absetzen und das Mitnehmen etwa in Schule, Spielplatz oder Supermarkt stellen ganz eigene Anforderungen an das Material.



## VERSCHLUSS UNTER DEM KINN

Allen Helmarten gemein ist der Verschluss per Riemen unter dem Kinn. Ohne Verschluss getragen, sitzen sie nicht fest am Kopf und

bieten weniger bis keinen Schutz. Moderne Helme lassen sich bisweilen sogar einhändig mit einem Magnetverschluss schließen und öffnen. Beliebt sind außerdem Helme mit einer roten LED-Leuchte am Hinterkopf – die aber keinesfalls das Rücklicht am Fahrrad ersetzen darf. Des Weiteren gibt es eine Fülle an Zubehör für Radhelmräger:innen, wie etwa Regenhüllen, klassische Radsportmützen oder gefütterte Winter-Helmmützen, austauschbare Innenpolster, Adapter zum Anbringen von Sportkameras und vieles mehr.





## MIPS ALS ZUSÄTZLICHER SCHUTZ

Immer mehr Radhelme aus unterschiedlichsten Bereichen sind mit der sogenannten MIPS-Technologie ausgestattet. Das in Schweden entwickelte „Multi-Directional Impact Protection System“ ist eine schwimmend gelagerte Innenschale, die sich bei einem Aufprall rund 15 Millimeter verdrehen kann. Das System hilft auf diese Weise, einen großen Teil der Rotationskräfte zu absorbieren, die bei einem Sturz auf das menschliche Gehirn wirken.

Etiketten mit verschiedenen Deklarationen und Hinweisen auf der Innenseite eines Fahrradhelmes muss der Norm EN 1078 entsprechen.

Zwischen Helm und Kopf werden gemeinhin wasch- und austauschbare Polster eingesetzt, die lange Zeit auch zur Feinanpassung der Größe verwendet wurden. Heutzutage sind Helme mit Verstellringen oder -schiebern am Hinterkopf ausgestattet, die einfach zu bedienen sind. Ähnlich wie bei Schuhen verwenden die Hersteller unterschiedliche Kopfformen als Entwicklungsgrundlage, sodass sich „für jeden Topf der passende Deckel“ findet. Im Inneren von Qualitätsfahrradhelmen findet sich ein Prüfzeichen auf die spezielle europäische Norm EN 1078, die jeder Helm erfüllen muss, der in Europa verkauft wird. Zusätzlich ist die Größenangabe (meist Kopfumfang in cm) auch das Herstellungsdatum des Helms (Monat bzw. Quartal, Jahr) vermerkt.



## FAHRRADHELM REGELMÄSSIG AUSTAUSCHEN

Der Hartschaum des Fahrradhelms altert, düstet aus, wird porös und lässt die Schutzfunktion nach. Äußere Einwirkungen wie Witterung, Sonne und Schweiß beschleunigen dies. Darum sollten Radhelme nach etwa fünf Jahren Verwendung ersetzt und besser nicht gebraucht gekauft werden. Ein Austausch des EPS-Helms muss auch zwingend nach einem Unfall oder schwerer Stößeinwirkung erfolgen – auch wenn die Vorschädigung äußerlich nicht sichtbar ist. Eine regelmäßige Kontrolle nach sichtbaren Schäden wie Rissen und Quetschungen ist im Sinne optimalen Schutzes ebenfalls obligatorisch.

## **DRAUFSICHT AUF EINEN FAHRRADHELM MIT DER GROSSEN AUFSCHRIFT WOHN MIT ALTEM FAHRRADHELM?**

Wer sich einen neuen Fahrradhelm kauft, steht oft vor der Frage: Wohin mit dem alten? Fahrradhelme sollten in der Regel über den Hausmüll oder den Recyclinghof entsorgt werden. Wenn sie ein integriertes Rücklicht haben, ist es Sondermüll, da Rücklicht und Batterie separat zu entsorgen sind. Das steht auch in der Anleitung. In der gelben Tonne oder im gelben Sack hat ein Fahrradhelm hingegen nichts verloren, obwohl er einen hohen Styroporanteil hat.

### **KINDER- UND KLEINKINDERHELM**

Um den Nachwuchs möglichst spielerisch an das Tragen von Helmen heranzuführen, finden sich unter Kinderhelmen viele putzige Designs und Gestaltungskooperationen mit Spielzeugproduzenten oder Verlagen. Technisch heben sich besonders Kleinkinderhelme von Modellen für Erwachsene und Jugendliche ab: Die Stirnpartie ist schirmartig verlängert, um dem Gesicht mehr Schutz zu bieten. Der Nackenbereich hingegen ist länger und flacher ausgeführt – so können die Kleinen auch ohne ein Abknicken der Wirbelsäule im Kindertransporter oder Kindersitz mitfahren.







## ES MUSS NICHT IMMER ALLES NEU SEIN **NACHHALTIGKEIT BEI SPIELZEUG**

Oberstes Ziel beim Benutzen von bereits bespieltem oder gebrauchtem Spielzeug ist, dass Nachhaltigkeit und Langlebigkeit schon für Kinder Wegbegleiter sein sollen. Denn so lernen schon die jüngsten Nachhaltigkeit und Klimaschutz von klein auf. Auch nach Jahren des „Bespielens“ können etwa zeitlos langlebige Holzspielzeuge wie Bauernhoftiere oder ein Zug aus Holz immer wieder neue kindliche Spielfreude wecken.

GEGEN SINNLOSES,  
UMWELTSCHÄDLICHES  
**WEGWERFEN, SONDERN**  
MIT HERZ UND VERSTAND  
FÜR LANGLEBIGKEIT,  
FUNKTIONALITÄT UND  
WIEDERVERWENDBARKEIT.



In vergangenen Zeiten war es nicht selten üblich, dass das Spielzeug – ebenso wie die Kleidung – unter den Geschwistern weitergereicht wurde („Mehrwegcharakter“). Heute wiederum ist es oftmals so, dass alles neu sein muss. Nach kurzzeitigem Gebrauch landet es allerdings entweder in der hintersten Ecke des Kinderzimmers oder gleich im Müll, weil die Kids entweder schon das nächste neue Spielzeug bekommen oder aber keine Lust mehr darauf haben.

Vor allem Billigplastikspielzeug, das meist aus China stammt und nicht selten schrill und bunt ist, was so manches Kinderherz höherschlagen lässt, hält nicht lange. Was aber von dieser Spielzeugindustrie aus wirtschaftlicher Profitgier gewünscht ist: ein schnelllebigiger Massenmarkt an Spielzeugprodukten auf Kosten von Natur und Umwelt. Denn am ärgerlichen Ende gibt es noch mehr überflüssigen Müll, da der Fokus eher auf Quantität als auf höchst überzeugender Qualität liegt.



In solchen Momenten zeigen nachhaltig produzierte Spielzeuge einmal mehr, worin ihre Stärken liegen: etwa in der Weiterverwendbarkeit durch Langlebigkeit, in durchdachter Funktionalität und zeitloser Schönheit unabhängig von kurzweiligen Trends, sodass mehrere Generationen daran Freude haben. Diese Spielzeuge sind robust, sicher sowie strapazierbar und können damit so einigen, mitunter doch recht ungestümen kindlichen Spieltrieben gelassen standhalten.

Nachhaltiges Spielzeug ist aus schadstofffreien Materialien wie massiven warmen Hölzern, Bio-Baumwolle oder KbT-Schurwolle hergestellt und dank erstklassiger handwerklich ausgereifter Verarbeitung langlebig, sinnreich konstruiert und höchst effektiv.



Holz beispielsweise gibt es in so vielen verschiedenen Arten, die eine Menge an kreativem Material und Potential liefern. Viele nachhaltig angefertigte, hochwertige Spielzeuge stammen aus regionalen, überregionalen oder auch aus europäischen Manufakturen und Werkstätten. Hier werden sie größtenteils in handwerklicher Tradition bevorzugt mit heimischen Hölzern gefertigt. Bei der Herstellung setzt man auf Ressourcenschonung sowie faire und soziale Produktionsbedingungen. Holz ist recycelbar und – im Gegensatz zu Kunststoff – biologisch abbaubar.

Buchenholz stellt eines der nachhaltigsten Hölzer dar. Buche ist anspruchslos, schnellwüchsig und daher auch ideal als Werkstoff für Holzspielzeug geeignet, denn diese Holzart ist leicht, weder zu hart noch zu weich und splittet nicht. Angenehm in der Haptik fühlt es sich warm an und verfügt über eine hohe Druckfestigkeit. Im Übrigen spielten schon in der Steinzeit Kinder mit Figuren aus Holz. Deren Attraktivität konnte auch das Plastikspielzeug des 20. Jahrhunderts nicht beenden. Und so sichert sich Holzspielzeug noch heute seinen angestammten Platz in den Kinderzimmern auf der ganzen Welt. Außerdem landet es seltener im Müll.

## TIPP:

Bespieltes/gebrauchtes Spielzeug, was entweder längere Zeit nicht benutzt wurde oder das man etwa günstig über einen Internetanbieter oder auf dem Flohmarkt erworben hat, sollte auf jeden Fall aus hygienischen und vor allem gesundheitlichen Gründen sorgfältig saubergemacht werden, bevor der Nachwuchs damit spielt, denn Viren und Bakterien können noch längere Zeit darauf „überleben“.

Sind z. B. bei einem Holzschiff die Segel aus Stoff und stand dieses längere Zeit im doch mitunter miefig riechenden Altbaukeller, empfiehlt sich hier eine entsprechend ordentliche Säuberung und Trocknung an der frischen Luft.



# HANDICAP IM NEUEN ALLTAG

VON JETZT AUF GLEICH,  
ALLES ANDERS, ALLES NEU.





**Sich in der neuen Realität zurechtzufinden, dauert seine Zeit. Auch wenn der Schmerz über die Verluste einiger körperlicher Fähigkeiten wie etwa Laufen noch lange anhalten mag, so gibt es Hilfe und Unterstützung – man muss sie nur annehmen (wollen).**

Ein schwerer Unfall mit dem Motorrad/Auto/Fahrrad etwa von der oder zur Arbeit, eine marode Halterung an der Wanderbrücke oder am Balkon – unachtsam, fremd- oder eigenverschuldet, plötzlich – und binnen Sekunden ist nichts mehr so, wie es vorher war. Nicht nur das eigene Leben ändert sich von jetzt auf gleich mitunter radikal, sondern in den meisten Fällen auch das der Angehörigen.

Aber auch ein plötzlich eintretender Schlaganfall kann das Leben aller beeinflussen. Nicht mehr gehen oder greifen zu können, bedeutet, dass eine Rückkehr in das alte, gewohnte Leben kaum mehr möglich ist. In Deutschland erleiden jährlich ca. 270 000 Menschen einen Schlaganfall, der die häufigste Folge für Behinderungen im Erwachsenenalter ist, nachzulesen auf [www.schlaganfall-hilfe.de](http://www.schlaganfall-hilfe.de).

Aufgrund der zunächst oft auftretenden, traumatischen Schockstarre prasseln nicht sofort, aber im Laufe des Prozesses der Realisierung des Geschehenen sowohl auf Betroffene wie auch auf Angehörige Fragen über Fragen wie ein stürmischer Regen regelrecht hernieder: Was passiert nach dem Klinikaufenthalt? Welche Reha und wie lange? Ist eine psychologische Betreuung wirklich hilfreich und, wenn ja, wo findet man passende Anlauf- und Beratungsstellen? Wo gibt es Austausch mit Betroffenen im Netz?



## AUFENTHALT IN DER KLINIK UND REHA

*„Geduld kann ich, aber nur kurz“*

Bei dieser Redewendung wird die eine oder der andere zustimmend nicken.

Notaufnahme, OP bzw. Stroke Unit bei Schlaganfallpatienten, Station und im Idealfall die direkte Verlegung in die Rehaklinik. Je nach Intensität der Folgeschäden von Unfall bzw. Schlaganfall können zwischen dem gewohnten, alten Leben und der Entlassung in die neue Wirklichkeit mindestens vier bis fünf Wochen dauern, wenn es keine Verlängerung des Aufenthalts gibt. Für manche/n mag das eine endlos lange, quälende Zeit sein. Für andere wiederum viel zu wenig, um sich auf die neuen Begebenheiten einstellen zu können, von denen man vorher höchstens mal was aus dem familiären, sozialen oder beruflichen Umfeld gehört hat.

Nicht selten muss man danach wieder vieles neu lernen, was zur Mammutaufgabe werden kann. Kleine Ziele setzen, Stück für Stück. Und sich mit viel Disziplin und Motivation dank neuropsychologischer und medizinischer Unterstützung „wieder ins Leben zurückkämpfen“.



## PSYCHOLOGISCHE BETREUUNG – ANLAUF- UND BERATUNGSSTELLEN FÜR BETROFFENE

Ein Unfall, Schlaganfall etc. –bringt schwerwiegende Folgen mit sich. Eine der wohl wichtigsten ist zu lernen, mit den nun vorhandenen körperlichen Einschränkungen im „Danach“ leben zu müssen. Ein Gefühl von völliger Macht- und Hilflosigkeit macht sich nicht selten breit und belastet die Psyche. Die Tagesstruktur, an die man sich über die Jahre gewöhnt hat, bricht weg. Plötzlich braucht man selber Hilfe. Dies stellt mitunter eine enorme Umgewöhnung dar – ein Prozess, der andauern kann. Hinzu kommt die schier unendlich dauernde Trauer über den Verlust der eigenen Fähigkeiten, was nur nach und nach verarbeitet werden kann.



Nicht nur während des Klinikaufenthalts und der anschließenden Reha, sondern und vor allem im täglichen Leben kann die Inanspruchnahme psychologischer Betreuung äußerst hilfreich sein – unbedingtes Vertrauen und Offenheit auf beiden Seiten vorausgesetzt. Der Besuch von Angeboten örtlicher und/oder überörtlicher Anlauf- und Beratungsstellen wie etwa die sogenannte Behindertenhilfe der Diakonie, Caritas, DRK, Lebenshilfe oder der Bundesverband für körperlich- und mehrfachbehinderte Menschen e. V. (bvkm) kann im Einzelgespräch oder auch in Gruppensitzungen erfolgen. Immer unter dem Aspekt, was dem oder der einzelnen Betroffenen im Moment der Inanspruchnahme guttut. Auch Angehörige sind willkommen.

Zudem gibt es sogenannte Behinderten-Peers, also Menschen mit ähnlichen Erfahrungen. Peer Counseling stellt eine Beratungsmethode für Menschen mit Behinderungen dar.



## HILFESTELLUNG FÜR FAMILIE

Eine Behinderung beeinflusst die weitere Lebensgestaltung nachhaltig – nicht nur die der Betroffenen, sondern auch der Angehörigen. Ist die plötzliche Behinderung doch ein tiefer Einschnitt im Leben aller und stellt jeden vor eine riesige neue Herausforderung: das Leben „danach“.

Wie wichtig gerade jetzt Zusammenhalt, Kraft, Mut und Zuversicht, gegenseitige Hilfe und Unterstützung, Toleranz und Akzeptanz für alle Familienmitglieder sind, steht außer Frage. Oft kommt es jedoch vor, dass Angehörige an der neuen Situation zu zerbrechen drohen. Hier ist unbedingt Hilfe, bei Bedarf auch von außen, notwendig – der Wille des/der Angehörigen vorausgesetzt. Denn nur so kann man gemeinsam nach für allen akzeptablen Lösungen und Kompromissen suchen und diese finden.

Soziale Dienste können hier wertvolle Hilfe leisten, aber auch u. a. die Beratungsstellen der Kirchen und Ämter.



## NETZWERKE ZUM AUSTAUSCH

Die UN-Behindertenrechtskonvention hat sich die gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen am gesellschaftlichen Leben zum Ziel gesetzt – unabhängig davon, ob mit oder ohne körperliche oder geistige Einschränkung.

Und dennoch gibt es nach wie vor noch immer nicht die volle Akzeptanz von Menschen mit Behinderungen – zu sehen schon im Alltäglichen, wenn Barrieren nicht zu überwinden sind.

Umso wichtiger ist daher neben einer gezielten Öffentlichkeitsarbeit von Gesellschaft und Politik ein Austausch unter Betroffenen, nicht nur in Selbsthilfegruppen vor Ort, sondern auch via Netzwerk. Da kann es u. a. um neue gesetzliche Regelungen gehen oder um einen Erfahrungsaustausch zum Gebrauch von Hilfsmitteln oder um barrierefreien Urlaub oder berufliche Perspektiven, aber auch um solch alltägliche Dinge wie das Einkaufen. Das Internet liefert hierfür eine Fülle von Informationsmöglichkeiten und Kontakten.

## INFO

Unter Stroke Units versteht man Spezialeinheiten für Schlaganfallpatienten, in denen die Betroffenen schnell, umfassend und fachübergreifend behandelt werden. Der englische Begriff „stroke“ lässt sich mit dem deutschen Wort „Schlag“ übersetzen, „unit“ bedeutet so viel wie „Einheit“.







# EINE PROTHESE AUS DEM 3D-DRUCKER **IST DIES EINE KOSTENGÜNSTIGERE ALTERNATIVE?**

**Die 3D-Drucktechnologie  
hat sich in den vergangenen Jahren  
im Gesundheitsbereich evolutioniert.**

Ein Bereich, in dem diese Technologie einen erheblichen Einfluss hat, ist die Entwicklung und Herstellung von Prothesen. Durch die Kombination der Präzision des 3D-Drucks mit innovativen Designs und Materialien verändern 3D-gedruckte Prothesen das Leben von Menschen, die auf eine Prothese angewiesen sind.

Bei verschiedenen Freizeit- und Alltagsaktivitäten ist eine Prothese meist nicht ausreichend. Gerade bei bestimmten Sportarten zeigt es sich, dass unterschiedliche Aktivitäten auch vielfältige Anforderungen mit sich bringen. Eine für die betroffene Person angefertigte Prothese ist oft sehr teuer und die Versicherung übernimmt die Kosten für weitere Prothesen nicht. Die Komponenten die verbaut werden und auch der hohe Arbeitsaufwand machen den hohen Preis aus.

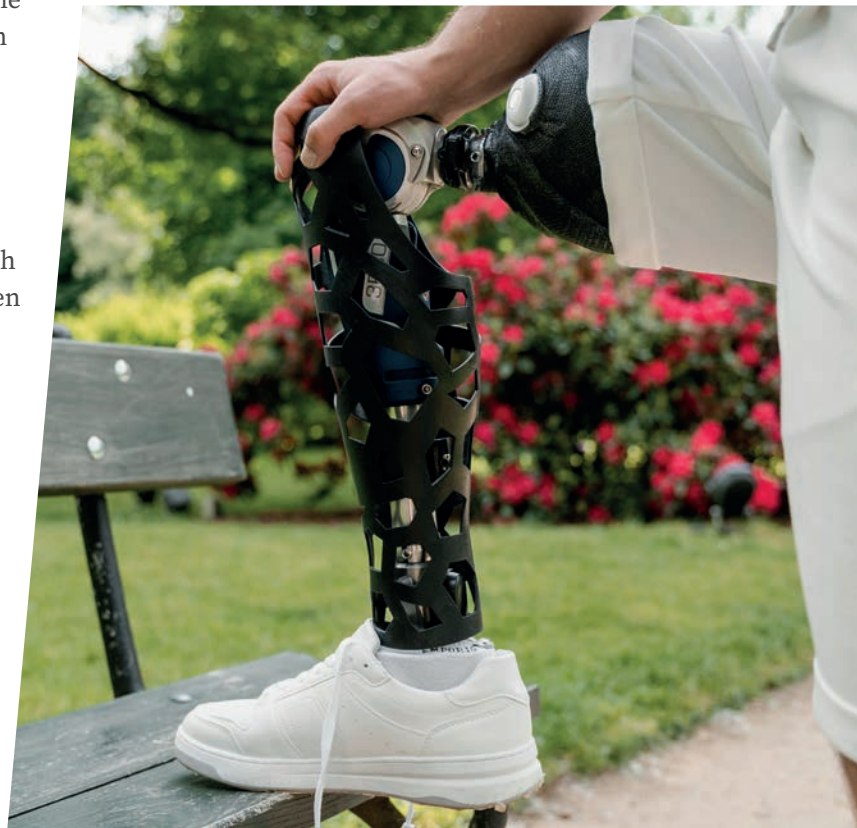
Jede Prothese ist eine Einzelanfertigung und insbesondere der Schaft wird für jede Person individuell gestaltet. Die Versicherung übernimmt meist nur die Kosten für die Erstversorgung und gegebenenfalls für eine Ersatzprothese. Hierdurch ergeben sich Einschränkungen für Personen die von einem Hilfsmittel profitieren würden. Um mobil zu bleiben und am Leben teilhaben zu können, ist z.B. eine Sportprothese für Betroffene essenziell, diese wird von den Versicherungen häufig nicht übernommen.

Ebenfalls im Bereich der Kinderversorgung gibt es hier erhebliche Probleme. Aufgrund des schnellen Wachstums der betroffenen Kinder und somit der Veränderung der Extremitäten, muss die Prothese nach kurzer Zeit erneuert werden. Dies führt zu einem hohen Kostenaufwand bei der Versorgung der Kids.

## **Kostengünstigere Prothesen aus dem 3D-Drucker eröffnen neue Möglichkeiten**

Sich persönlich eine weitere Prothese zu finanzieren, ist für die meisten Betroffenen aufgrund der hohen Kosten nicht möglich. Eine Lösung für eine mögliche Kostenentlastung stellt hierbei die teilweise automatisierte 3D-Modellierung und 3D-Drucktechnik dar.

Prothesen aus dem 3D-Drucker bieten neue Möglichkeiten, um die Lebensqualität von Menschen im Prothetikbereich zu verbessern.



# TAUCHEN mit Handicap



Eine ganz neue Erfahrung für Menschen, die ein Handicap haben: Raus aus dem Rollstuhl, rein in die Schwerelosigkeit! Das klingt einfach – und ist es auch. Wir haben das Tauchen für Menschen mit Handicap perfektioniert. Mit eigens entwickeltem Equipment ist es in der Regel möglich, sich autark unter Wasser zu bewegen. Hier habt ihr die Möglichkeit, eine Menge positiver Erfahrungen zu sammeln. Als Fachexperte der Stiftung MyHandicap beantworte ich eure Fragen und gemeinsam finden wir individuelle Lösungen. Außerdem bieten wir Schnuppertauchen für die ganze Familie an. So kann die Zeit unter Wasser zu einem gemeinsamen Erlebnis werden. All dies findet in unserem haus-eigenen Schwimmbad statt, ganz ohne neugierige Blicke. Auch eine Ausbildung vom Sporttaucher bis hin zum Tauchlehrer kann bei uns absolviert werden. Das Highlight ist dann das Tauchen in der Ostsee, mit den Fischen auf Du und Du.



... mit Sicherheit mehr Spaß!



WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:

**PETER LANGE** Tel.: 0162 4305856 Handicap-Instructor, Tauchlehrer [info@ostsee-tauchschnule-waabs.de](mailto:info@ostsee-tauchschnule-waabs.de) [www.ostsee-tauchschnule-waabs.de](http://www.ostsee-tauchschnule-waabs.de)



# handicap.life

## GRENZENLOS LESEN WIE ES DIR GEFÄLLT!



# IMPRESSUM

## Magazin handicap.life – Das Anwendermagazin

Momo Verlag  
Straße der Träume 108  
24351 Damp  
Tel.: 0162 430 5856

Herausgeber und Anzeigenleitung  
Peter Lange

Chefredakteurin V.i.S.d.P.  
Martina Lange

Kontakt  
Mail: [redaktion@handicap-life.com](mailto:redaktion@handicap-life.com)  
[www.handicap-life.com](http://www.handicap-life.com)  
Tel.: 0162 430 5856

Anzeigenpreise & Mediadaten  
können über die Redaktion  
angefordert werden.

ISSN (Online) 2629-4109

Momo Verlag  
Steuer-Nr. 29 125 03613

Coverfoto: [pexels.com](http://pexels.com)  
Fotos Momo Imageanzeige: [pexels.com](http://pexels.com)  
Foto Imageanzeige handicap.life:  
[MPFphotography\\_shutterstock.com](http://MPFphotography_shutterstock.com)

### Nutzungsrechte:

Alle Inhalte des Magazins „handicap.life – Das Anwendermagazin“ unterliegen dem Urheberrecht. Sämtliche ausschließliche Nutzungsrechte an redaktionellen Beiträgen liegen beim Verlag. Alle Rechte bleiben vorbehalten.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge sowie Leserbriefe geben nicht zwangsläufig die Meinung des Verlages oder der Redaktion wieder.

Für eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger (insbesondere der Originale) sowie für sonstige Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Hinsichtlich unverlangt eingesandter und nicht veröffentlichter Manuskripte sowie sonstiger Unterlagen besteht kein Anspruch auf Rücksendung.

Hier könnt ihr handicap.life auch noch  
digital lesen:



Respekt



Vielfalt



Weitsicht



Teilhabe



Verantwortung



Diversität



Wir sind mehr als ein  
**Magazin**

Wir sind  
**momo**

**momo**

Mobilität · Motion & Barrierefrei

Das FAMILIENMAGAZIN