

handicap.life

N° 11.2024



Lenkung per Fuß
- PARAVAN

Mobil trotz MS -
mit Hase Bikes

Der alltägliche Hürdenlauf
- Ottobock

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

PARAVAN[®]
MOBILITÄT FÜR DEIN LEBEN

LENKUNG PER FUß

STEER-BY-WIRE ERÖFFNET INDIVIDUELLE WEGE FÜR DIE HANDICAP-MOBILITÄT

Petra nutzt sie, Lothar nutzt sie, die PARAVAN-Fußlenkung. Wenn das Lenken mit den Armen gar nicht mehr möglich ist und die Füße intakt sind, können sie das Lenken übernehmen. Mit Space Drive ist das kein Problem. Eigentlich ist es egal, wo das Eingabegerät letztlich positioniert ist und wie es bedient wird. Für viele ist die elektronische Fußlenkung eine deutliche Erleichterung gegenüber früheren mechanischen Systemen.

Petra strahlt über das ganze Gesicht, als sie ihren neuen Porsche Cayenne in Empfang nimmt. Diesmal hat die 62-Jährige die elektronische Fußlenkung mit dem Steer-by-Wire-System Space Drive an Bord - eine große Erleichterung. Bisher fuhr sie mit einem mechanischen System, das die Gelenke deutlich stärker beanspruchte. „Manchmal zwickt es in der Hüfte“, sagt sie. „Es ist geschickter, wenn ich den Fuß nach rechts oder links drehen kann.“ Das alte System verlangte ihr viel mehr Kraft und größere Bewegungen ab. Im Laufe der Zeit und mit zunehmender Nutzung könnte sich das auf die Gelenke auswirken. „Vor fünf Jahren bin ich auch mal mit einer Handsteuerung und einer Gabel gefahren“, sagt Petra, aber das war nichts. Ihre Arme sind einfach zu kurz, um die Drehung zu schaffen.

So erging es auch Lothar, der 52-Jährige kam ohne Arme zur Welt. Auch er fuhr früher mit dem mechanischen Pendant und auch er befürchtete irgendwann gesundheitliche Probleme. Anfangs war es für ihn allerdings etwas ungewohnt, mit dem sehr sensiblen Lenksystem unterwegs zu sein. „Der Lenkeinschlag ist geschwindigkeitsabhängig. Im Stand oder bei langsamer Fahrt reagiert die Lenkung empfindlicher als bei höheren Geschwindigkeiten. Je schneller man fährt, desto träger wird die Lenkung. Für diesen Zusammenhang musste ich erst ein Gefühl und die nötige Geschicklichkeit entwickeln“, berichtet er. Seit fast fünf Jahren fährt er nun mit der Paravan-Fußlenkung und hat damit fast 100.000 Kilometer zurückgelegt. Inzwischen ist sie ihm in Fleisch und Blut übergegangen. „Ich möchte dieses Lenksystem heute nicht mehr missen. Vor allem beim Einparken oder Rangieren mit Anhänger kann ich mir nichts Besseres vorstellen“.

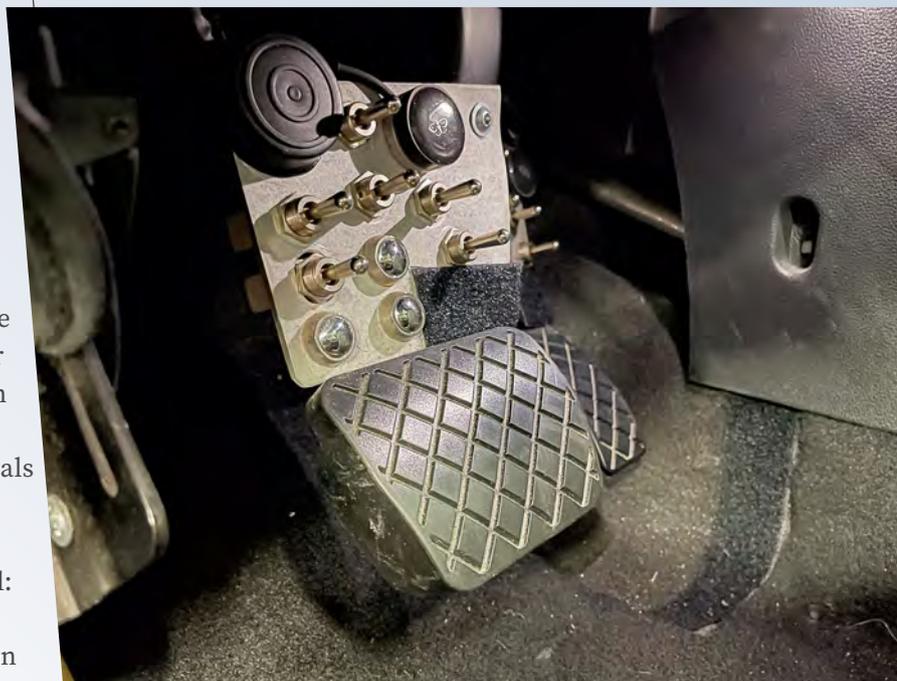
Petra und Lothar sind Umsteiger: Früher waren sie mit einer mechanischen Fußlenkung unterwegs. Jetzt fahren sie mit der PARAVAN-Fußlenkung, einer Steer-by-Wire Lösung, bei der das Lenksignal über ein Kabel an einen entsprechenden Lenk-Aktuator weitergegeben wird, deutlich einfacher und schonender



Aber nicht nur das Lenken stellt für Nutzer einer Fußlenkung eine Herausforderung dar, sondern auch die Bedienung der Sekundärfunktionen des Fahrzeugs wie Blinker, Hupe, Scheibenwischer oder Sonnenblende. „Ich wollte ein modernes, zukunftsfähiges Fahrzeug und nicht durch Hebel oder Knöpfe eingeschränkt sein“, sagt Petra. Mit der PARAVAN Sprachsteuerung und dem Touch-System hat sie jetzt Zugriff auf alle Sekundärfunktionen ihres Fahrzeugs. Bis zu 99 Fahrzeugfunktionen lassen sich damit steuern. In ihrem Fall ist das PARAVAN Touch-System individuell an der Fahrertür angebracht, sodass Petra das Bedienfeld trotz ihrer kurzen Arme leicht erreichen kann – eine ideale Ergänzung zur integrierten Sprachsteuerung.

Lothar ist kein Freund der Sprachsteuerung: Sein Anspruch war es, die Sekundärfunktionen des Fahrzeugs ausschließlich mit den Füßen zu bedienen, die gleichzeitig seine Hände sind. Dies gelingt ihm mit dem PARAVAN Touch, der in den Fußraum seines VW Touran integriert ist, sowie mit zusätzlichen Schaltern und Knöpfen, die über dem Gas- und Bremspedal angebracht sind. „Mir war es wichtig, Blinker, Scheibenwischer oder Hupe direkt bedienen zu können – ohne den Umweg über Sprachbefehle. Damit ich in jeder Verkehrssituation schnellen Zugriff habe, sind diese und andere Funktionen doppelt belegt – sowohl über dem Gas- als auch dem Bremspedal“, erklärt er.

Bei Petra geht es jetzt noch um Feinheiten im Detail: Sitzt zum Beispiel der PARAVAN Touch bzw. der Bleeper, der zur Betätigung der Sekundärfunktionen an der richtigen Stelle. Eine erste Proberunde drehte sie auf dem Übungsplatz, dann ging es relativ direkt auf die Straße. Die Umstellung fiel ihr leicht, nach gut einem Monat Fahrpraxis ist sie sicher mit ihrem neuen Fahrzeug unterwegs.



Für Lothar wird der Fußraum zum Cockpit. Alle Sekundärfunktionen des Fahrzeugs steuert er blind und präzise mit den Füßen. Über die Knöpfe an den Pedalen kann er die wichtigsten Funktionen wie Blinker, Scheibenwischer oder Hupe direkt und ohne Umwege betätigen.

FUSSSTEUERUNG ALS MOBILITÄTSLÖSUNG

Die Fußsteuerung bietet Menschen mit eingeschränkter oder fehlender Armfunktion eine effiziente Möglichkeit, mobil zu bleiben. Sie eignet sich für verschiedene Krankheitsbilder, wie Dysmelie, Conterganschäden oder Amputationen. Auch bei Erkrankungen wie Polio, die die Armfunktion einschränken, ist das System eine

passende Lösung. Elektrische Fußsteuerungen mit Steer-by-Wire-Technologie bieten eine noch größere Entlastung. Leichte horizontale Fußbewegungen geben das Signal an den Lenkmotor, was die Gelenke schont und den Fahrkomfort erhöht.

FAHRZEUGAUSWAHL UND UMRÜSTUNG:

Fast jedes Fahrzeug kann umgerüstet werden, sofern Platz für den Space Drive-Aktuator an der Lenksäule vorhanden ist und der Ein- und Ausstieg problemlos möglich ist. Zudem muss das Gurtsystem anpassbar sein.

WICHTIGE SCHRITTE:

- Verkehrsmedizinisches Gutachten
- Technische Abnahme durch den TÜV
- Eintragung im Führerschein nach Prüfung

Die Schulung erfolgt entweder im Fahrzeug der PARAVAN-Fahrschule oder direkt im umgerüsteten Kundenfahrzeug.

KONTAKT

Anke Leuschke
Pressesprecherin
PARAVAN GmbH

Tel.: +49 7388 / 99 95 81
E-Mail: anke.leuschke@paravan.de

VOM SCHWÄBISCHEN VISIONÄR ZUM WELTWEITEN **WEGBEREITER FÜR AUTONOMES FAHREN**

Eine zündende Vision nützt nur, wenn man ans Limit geht und es auch durchzieht. Genau das hat der schwäbische Tüftler gemacht. Während die Automobil- und Zuliefererindustrie zögerte, machte Roland Arnold das scheinbar Unmögliche möglich.

Die Autobiografie „Genial gezündet“ von Roland zeigt, wie aus seiner zündenden Vision Realität werden konnte. Seine bahnbrechende Erfindung „Drive-by Wire“ hat das Potential, nach 138 Jahren die Fahrzeuggeschichte neu zu schreiben.

Mit „Drive-by-Wire“ hängt die komplette Fahrzeugsteuerung an einem Kabel. Zum einen konnten mit seiner Erfindung über zehntausend schwerstbehinderte Menschen, Mobilität und Unabhängigkeit gewinnen und sind fast zwei Milliarden Kilometer ausfallsicher im öffentlichen Straßenverkehr gefahren. Zum anderen wird garantiert Arnolds innovative Schlüsseltechnologie die Art der Fortbewegung für die ganze Menschheit verändern.

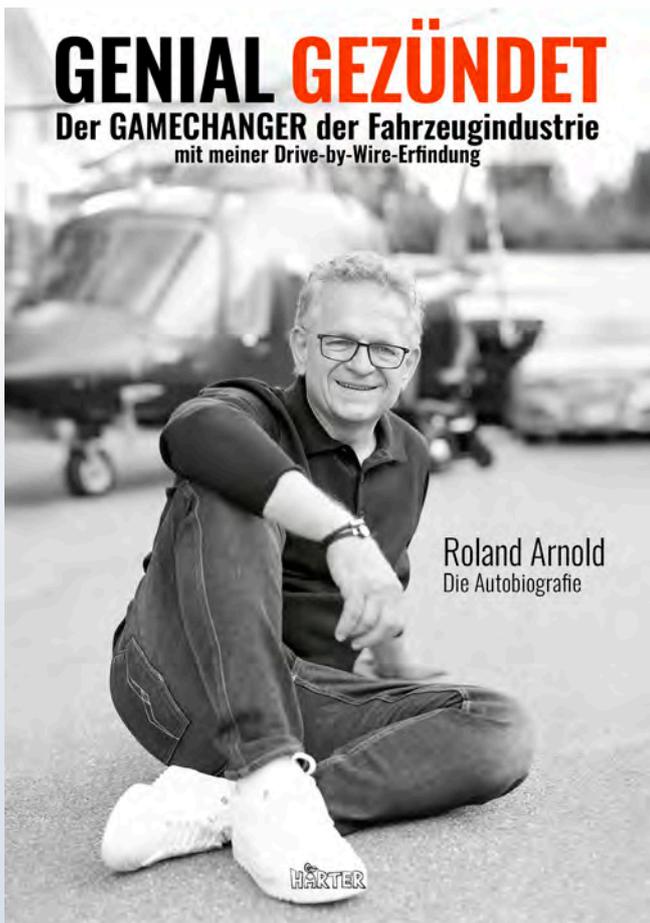
Doch welche Rückschläge begleiten Arnold auf seinem Weg? Warum gaben sich Würth, Schaeffler, Bosch, ZF und andere internationale Unternehmen in dem 250-Seelendorf Aichelau die Klinke in die Hand? Wie nutzte er strategisch den Firmenhubschrauber und Firmenjet als fliegende Türöffner und was steckt hinter dem Tornado auf dem Firmengelände von Paravan?

Arnolds Unternehmensgeschichte ist der Zündfunke für alle, die bereit sind in neuen Dimensionen zu denken und ihre eigene Erfolgsstory zu schreiben.

Der Autorenerlös kommt zu 100 Prozent der Roland und Martina Arnold PARAVAN Stiftung zu Gute!

ZUR PERSON

Roland Arnold, geboren 1965 in Pfronstetten-Aichelau, ist ein deutscher Unternehmer und Entwickler des Drive-by-Wire-Systems „Space Drive“. Bereits während seiner Kfz-Lehre gründete der Landwirtssohn einen Reifenhandel auf dem elterlichen Hof, bevor er in den 1990er Jahren mit seinem Bruder als Lohndrescher in die neuen Bundesländer ging. Die Begegnung mit einem querschnittsgelähmten Mann inspirierte ihn, behindertengerechte Fahrzeuganpassungen zu entwickeln. 1998 gründete er Paravan, heute Weltmarktführer im Bereich barrierefreier Mobilität.



2010 rief er mit seiner Frau Martina die „Roland und Martina Arnold- Paravan-Stiftung“ ins Leben, die sich für die Belange behinderter Kinder und Familien einsetzt. Die gesamte Familie Arnold ist im von ihm gegründeten Familienbetrieb tätig. Zudem stehen seine Söhne Kevin und Luca auf eigenen unternehmerischen Beinen: In der 2021 gegründeten Arnold NextG GmbH entwickelten sie das Drive-by-Wire-System von morgen - natürlich straßenzugelassen und auch für die Behindertenmobilität.



Radfahren ist zu Axels neuer Leidenschaft geworden. „Es ist wie aktive Meditation. Ich steige auf, fahre los und alle Alltagsprobleme sind vergessen.“ Die ersten Touren waren kurz, nur zwei Kilometer um den Block. Heute legt Axel bis zu 60 km pro Tour zurück. „Eigentlich sollte die MS zu einem körperlichen Abbau führen, aber ich bin viel belastbarer und stärker geworden. Mein Physiotherapeut hat mir bestätigt, dass das am Training mit dem Trix liegt, und mein Arzt ist erstaunt, wie gut meine Blutwerte sind.“ Mittlerweile fährt Axel auch längere Touren. „Letztes Jahr bin ich in vier Wochen 638 km gefahren. Damit habe ich bei der Aktion Stadtradeln in unserem Team den dritten Platz belegt. Insgesamt hat mein Trix jetzt über 11 000 km auf dem Tacho. Mein Fahrradhändler sagt, das ist mehr, als die meisten seiner gesunden Kunden fahren.“

Im Mai 2024 stellte er sich seiner bisher größten Herausforderung: einer dreitägigen Tour durch die Vulkaneifel mit insgesamt 120 km und fast 500 Höhenmetern. „Danach war ich kaputt, aber glücklich. Warum ich diese Tour gemacht habe? Weil ich es konnte! Die Diagnose MS muss nicht das Ende sein und unweigerlich im Rollstuhl enden. Sie kann auch, wenn viel Gutes zusammenkommt, der Beginn eines tollen neuen Lebensabschnitts sein. Ich nenne es mein Leben 2.0 – gleicher Körper, neue Version.“

Mehr über Axel auf seiner Facebook-Seite „[MS Rollirooky](#)“
 Mehr über das Trix: www.hasebikes.com

Text & Foto: Hase Bikes

FIT UND AKTIV TROTZ MS: LEBEN 2.0 MIT DEM TRIX VON HASE BIKES

Im Sommer 2015 veränderte sich das Leben von Axel Manns drastisch. Während eines Wanderurlaubs in den Bergen versagte plötzlich sein linkes Bein, und er konnte kaum noch laufen. Zunächst dachte er an einen eingeklemmten Nerv. Doch die Diagnose war ernüchternd: Multiple Sklerose. Seitdem ist Axel gehbehindert und für Strecken über 100 Meter auf den Rollstuhl angewiesen.

„Ich konnte körperlich nicht mehr viel machen“, sagt er. „Schon das Aufstehen oder die paar Meter vom Haus zur Garage fielen mir schwer.“ Trotz dieser einschneidenden Veränderung fand er einen Weg, aktiv und voller Lebensfreude zu bleiben: In einer Zeitschrift sah er eine Anzeige von Hase Bikes. „Ich sah das Fahrrad und wusste: Das ist es!“ Wenige Monate später besaß er sein eigenes Trix, ein Liege-Trike. „Am Anfang rutschte mein Fuß immer wieder von dem Pedal, aber mit einem Spezialpedal, das den Fuß fixiert, war das Problem gelöst“, erzählt Axel. „Seitdem geht es gut.“

**HASE
BIKES**



LUFTWÄSCHER FÜR MEHR WOHLBEFINDEN

BEURER MAREMED® MEERESKLIMAGERÄT

MEERESLUFT FÜR ZU HAUSE – EINE WOHLTAT FÜR DEINE ATEMWEGE

Die heutige Luftverschmutzung gilt als eine der Hauptursachen für Asthma und weitere Atemwegserkrankungen. Vielen Erkrankten hilft dann ein Aufenthalt am Meer, denn die salzige Luft dort wirkt sich positiv auf die Gesundheit der Atemwege aus. Die im maremed® verbaute UVC-Lampe beseitigt bis zu 99 % der Keime und Viren aus dem Wasser. Über einen Ionisationskamm erfolgt eine zusätzliche Ionisierung und Reinigung, bevor die mineralisierte Luft wieder in die Umgebung gelangt. Sie wird über die Atemwege aufgenommen und kann so die Wirkung im Körper entfalten. Für ein gesundes Raumklima und eine

natürliche Befeuchtung der Atemwege kombiniert das maremed® zudem die Vorteile eines Luftreinigers und eines Luftbefeuchters. Schmutzpartikel, Pollen, Fein-/Hausstaub und Tierhaare werden aus der Luft gefiltert. Das patentierte Prinzip reichert die Luft mit Meersalz an und simuliert somit die Biodynamik der Meeresküste.

Das Salz wird exklusiv für Beurer hergestellt, besteht zu 100% aus natürlichen Salzen und ist mit über 65 wertvollen Mineralien und Spurenelementen perfekt auf das maremed® System abgestimmt.

GEPRÜFTE WIRKSAMKEIT

Die Wirkung des maremed wurde in einer Anwendungsstudie vom Institut Prof. Dr. Kurscheid in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Sieber von der Hochschule Bonn-Rhein Sieg bestätigt.

73% der Teilnehmer berichten über eine Verbesserung der Atmung*

78% der Teilnehmer sagen, nach der Anwendung hat sich das Raumklima positiv verändert*

*Anwendungsstudie, 43 Teilnehmer, Institut Prof. Dr. Kurscheid

- Feinste Vernebelung von Meeressalzpartikel in der Raumluft
- Verminderung der Verschmutzung und Keimbelastung
- LCD-Display mit intelligenter Steuerung
- Moderne Sensortastenbedienung
- 3 Befeuchtungsstufen
- Geeignet für Räume bis zu 50 m²
- Nachtmodus mit Geräuschreduzierung und Displaydimmung
- Wassertankgröße: 6 l
- Easy-to-clean Design
- Komponenten einfach zerlegbar
- UVC-Lampen- und Filterwechselanzeige
- Abschaltautomatik
- Inkl. Netzadapter
- 2x Vorfilter, 1x Wasserfilter, 1x 625g Spezial-Meersalz





BEURER LR 400

BEURER LR 400 APP GESTEUERTER LUFTREINIGER

Der smarte Luftreiniger überzeugt durch modernes Design und starke Leistung. Durch seine Form werden Pollen, Hausstaub, Tierhaare, Gerüche, diverse Bakterien und Viren rund um den Luftreiniger angesaugt und aus der Luft gefiltert. Dabei können Sie sich entspannt zurücklehnen während der Luftreiniger die richtige Einstellung vornimmt. Mithilfe der intelligenten Automatikfunktion erkennt der LR 400 Feinstaub mit einer Partikelgröße von 2,5 µm und passt seine Reinigungsleistung an die Raumluft an. Für bessere Luftqualität und mehr Wohlbefinden.

- Komfortable Steuerung und Überwachung der Raumluft zu Hause und unterwegs per „beurer FreshHome“ App
- Luftreinigung durch ein dreischichtiges Filtersystem (Vorfilter + HEPA H13 Filter* + Aktivkohle)
- Für Räume bis ca. 69 m² 1)
- Farbiger Raumluftqualitätsindikator
- Zusätzliche Reinigung durch zuschaltbares ultraviolettes Licht
- 4 Lüfterstufen + Turbomodus
- Timerfunktion
- Mit Nachtmodus: flüsterleiser Betrieb und ausgeschaltetes Bedienpanel
- CADR: ca. 266 m³/h
- Auswechselbarer Filter mit Filterwechselanzeige
- *99,95% der Partikel (z.B. Bakterien, Viren, Feinstaub, Pollen) können herausgefiltert werden

1) NRCC-54013-2011



EIN ROBOTERBEIN LÄUFT UND SPRINGT DANK KÜNSTLICHER MUSKELN

Das neu entwickelte Roboterbein ist inspiriert von Lebewesen und springt wendiger und energieeffizienter über verschiedene Oberflächen als bisherige Roboter.

Forschende haben das erste Roboterbein entwickelt, das von künstlichen elektrohydraulischen Muskeln angetrieben wird und sich automatisch an unebenes Terrain anpasst. Das System ist energieeffizienter als Elektromotoren und ermöglicht hohe Sprünge sowie schnelle Bewegungen ohne komplexe Sensoren. Die Technologie ist zwar noch nicht ausgereift, aber vielversprechend und bietet Potenzial für zukünftige Anwendungen in der Soft Robotik.

Seit bald 70 Jahren tüfteln Erfinder und Forschende an der Entwicklung von Robotern. Alle von ihnen gebauten Maschinen, die heute in Fabriken und anderswo stehen, haben eines gemeinsam: Sie werden von Motoren angetrieben, eine Technologie die schon 200 Jahre alt ist. Selbst Laufroboter treiben ihre Arme und Beine nicht mit Muskeln an, wie wir es bei Mensch und Tier kennen, sondern mit Motoren. Deshalb fehlt ihnen teilweise die Beweglichkeit und Anpassungsfähigkeit von Lebewesen.

Ein neues mit Muskeln angetriebenes Roboterbein ist nicht nur energieeffizienter als ein herkömmliches, sondern kann auch hohe Sprünge und schnelle Bewegungen ausführen, sowie Hindernisse erkennen und darauf reagieren – und das alles ohne komplexe Sensoren.

Entwickelt haben es Forschende des Max-Planck-Institut für Intelligente Systeme (MPI-IS) und der ETH Zürich im Rahmen der Forschungspartnerschaft namens Max Planck ETH Center for Learning Systems, kurz CLS.

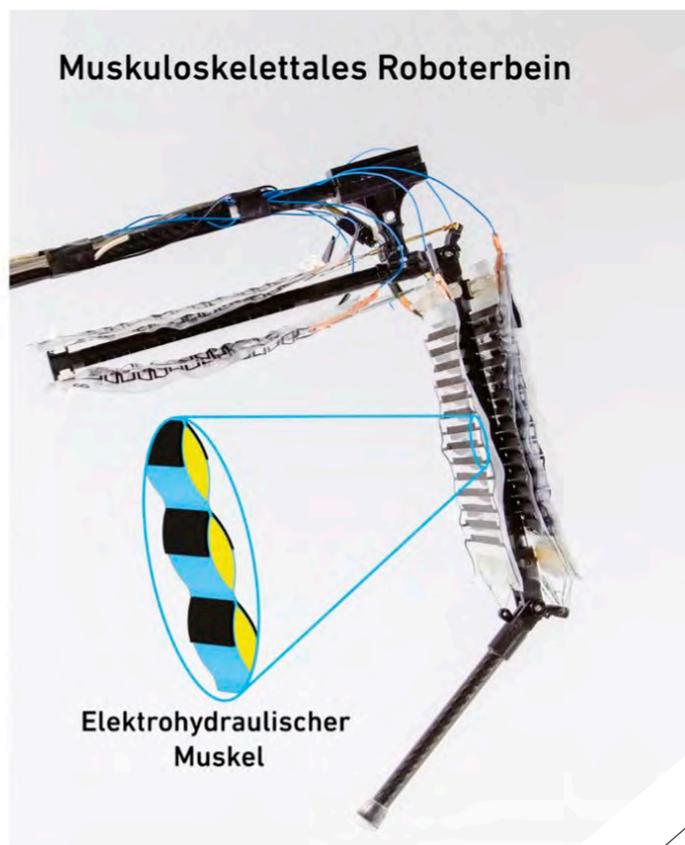
ELEKTRISCH GELADEN WIE BEI EINEM LUFTBALLON

Wie bei Mensch und Tier sorgen auch beim Roboterbein ein Streck- und ein Beugemuskel dafür, dass Bewegungen in beide Richtungen möglich sind. Diese elektrohydraulischen Aktuatoren, die die Forscher HASELs nennen, sind über Sehnen am Skelett befestigt.

Die Aktuatoren sind mit Öl gefüllte Kunststoffbeutel, ähnlich den Plastikbeuteln, mit denen man Eiswürfel herstellen kann. Etwa die Hälfte des Beutels ist beidseitig mit einer schwarzen Elektrode, also einem leitfähigen Material, beschichtet. Buchner erklärt: „Sobald wir Spannung an die Elektroden anlegen, ziehen sie sich aufgrund statischer Elektrizität gegenseitig an. Wenn ich einen Luftballon an meinem Kopf reibe, bleiben meine

Haare aufgrund der gleichen statischen Elektrizität am Ballon haften. Wenn man die Spannung erhöht, ziehen sich die Elektroden näher zusammen und schieben das Öl im Beutel auf eine Seite, wodurch der Beutel insgesamt kürzer wird.“

Paare dieser Aktuatoren, die an einem Skelett befestigt sind, führen zu den gleichen paarweisen Muskelbewegungen wie bei Lebewesen: Wenn sich ein Muskel verkürzt, verlängert sich sein Gegenspieler. Über einen Computercode, der mit Hochspannungsverstärkern kommuniziert, steuern die Forschenden, welche Aktuatoren sich zusammenziehen und welche sich verlängern sollen.



Lest hier den vollständigen Beitrag:

<https://www.mpg.de/23443262/kuenstliche-muskeln-steuern-roboterbein>

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.



WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:

PETER LANGE Tel.: 0162 4305856 Handicap-Instructor, Tauchlehrer info@ostsee-tauchschnule-waabs.de www.ostsee-tauchschnule-waabs.de

WILDE WALDLANDSCHAFTEN

UND BEZAUBERENDE PARKS IN NRW

Historische Bäderarchitektur, Blumenpracht und lauschige Plätze im Schatten uralter Bäume: Durch wunderschöne Parkanlagen zeichnen sich Kurorte wie Bad Driburg, Bad Wünnenberg und Bad Salzuflen aus. Vor der abwechslungsreichen Naturkulisse des Teutoburger Waldes bieten sie Anlass für einen erholsamen Urlaub. Die Region ist zudem Vorreiter in Sachen Barrierefreiheit. Neben den Kurparks sowie bereits einigen Hotels sind auch viele kulturelle Einrichtungen, wie die Sparrenburg in Bielefeld, nach dem Kennzeichnungssystem „Reisen für Alle“ zertifiziert.

Die ganze Vielfalt der Gartenkunst präsentiert sich im Gräflichen Park Bad Driburg. Das Ende des 18. Jahrhunderts angelegte Areal, auf dem 800.000 Pflanzen die breiten Alleen säumen, gehört zu den schönsten

Parkanlagen Deutschlands. Deutlich jünger, aber ebenso bezaubernd sind die ehemaligen Gartenschauelände in Rietberg und Bad Lippspringe. Dank gut ausgebauter Wege und ausreichend Sitzgelegenheiten sind die Gärten auch für Menschen, die nicht gut zu Fuß oder auf den Rollstuhl angewiesen sind, gut zugänglich.



Kurpark Bad Salzuflen

Zu den schönsten Wanderregionen in Nordrhein-Westfalen gehört neben dem Teutoburger Wald das Sauerland. Inmitten der Mittelgebirgslandschaft mit dicht bewachsenen Wäldern liegt der heilklimatische Kurort Winterberg. Doch trotz der Höhenlage, die für ein

angenehmes Reizklima sorgt, bedeutet Wandern hier nicht unbedingt Spitzensport. Im Gegenteil. Zertifizierte barrierefreie Wege wie der Schmantelrundweg und der 1,5 Kilometer lange Rundkurs um den idyllisch gelegenen Hillebachsee bieten sich für kurze Spaziergänge ohne nennenswerte Steigungen, aber mit herrlichen Ausblicken an. Über die reiche Kulturgeschichte der gesamten Region informiert das Sauerland-Museum in Arnsberg, das inklusive Führungen unter anderem für blinde und sehbeeinträchtigte Menschen sowie in Gebärdensprache anbietet.

Weitere Angebote, die Lust auf einen barrierefreien Urlaub in NRW machen, finden Sie unter dein-nrw.de/barrierefrei sowie in der Broschüre zu Reisen für Alle, die kostenlos beim Tourismus NRW e.V. bestellt werden kann.

Gefördert durch:

Ministerium für Wirtschaft,
Industrie, Klimaschutz und Energie
des Landes Nordrhein-Westfalen



**NORD
RHEIN
WEST
FALEN**

NEUE FUNKTIONEN FÜR EINFACHERE BEDIENUNG

MENSCHEN MIT BEHINDERUNG SOLLEN SMARTPHONES, TABLETS UND COMPUTER BESSER NUTZEN KÖNNEN

Die großen Technologieunternehmen Google und Apple haben neue Funktionen für Smartphones, Tablets und Computer entwickelt, damit Menschen mit Behinderung ihre Geräte und Betriebssysteme besser nutzen und bedienen können.

So können beispielsweise blinde und sehbehinderte Menschen künftig ihr iPhone und iPad nutzen, um mit der „Türerkennung“ die letzten Meter ihres Zielorts näher zu erkunden. Die innovative Navigationsfunktion hilft dabei, eine Tür zu finden und die Entfernung zu ihr besser einzuschätzen. Sie kann den Zustand der Tür beschreiben – auch, ob sie offen oder geschlossen ist, und ob die Tür durch Drücken, Drehen eines Knopfes oder Ziehen an einem Griff geöffnet werden kann. Die „Türerkennung“ erfasst zudem Zeichen und Symbole rund um die Tür, beispielsweise die Zimmernummer eines Büros oder das Symbol für einen barrierefreien Eingang. Die Funktion wird in einem neuen Erkennungsmodus innerhalb der Lupe verfügbar sein – Apples integrierter App zur Unterstützung blinder und sehbehinderter Menschen.

Nutzerinnen und Nutzer mit körperlichen und motorischen Einschränkungen, die auf Hilfsfunktionen wie Sprach- und Schaltersteuerung angewiesen sind, können die Apple Watch vollständig von ihrem gekoppelten iPhone aus steuern, und zwar mithilfe der Funktion „Apple Watch Mirroring“. Außerdem lässt sich auch die Uhr selbst mit einfachen Handgesten besser bedienen. Durch zweifaches Zusammendrücken der Finger kann man einen Anruf annehmen oder beenden, eine Benachrichtigung abweisen, ein Foto aufnehmen, Inhalte über die „Jetzt abspielen“-App bedienen sowie eine Trainingseinheit starten, pausieren oder fortsetzen.



SPRACHE WIRD ZU TEXT

Menschen mit einer Hörbehinderung können Audioinhalten mithilfe der Funktion „Live Untertitel“ auf iPhone, iPad und Mac demnächst leichter folgen. Die Untertitel können vielseitig eingesetzt werden, etwa bei Telefonaten oder FaceTime-Anrufen, Videokonferenzen, bei der Nutzung von Social-Media-Apps, beim Streamen von Medieninhalten oder auch bei einer normalen Unterhaltung. Man kann zudem die Schriftgröße anpassen, um das Lesen zu erleichtern.

Apple erweitert außerdem den Bildschirmleser „VoiceOver“ um mehr als 20 neue Sprachen und Dialekte, die auch für die Eingabehilfen „Auswahl sprechen“ und „Bildschirminhalt sprechen“ verfügbar sein werden.

Laut dem Unternehmen werden diese und weitere Funktionen im Laufe dieses Jahres mit Software-Updates für alle Plattformen von Apple verfügbar sein.

Auch Google stellt seinen Nutzerinnen und Nutzern ähnliche Funktionen zur Verfügung und hat auf der Entwicklerversammlung „Google I/O“ weitere Verbesserungen für bestimmte Android-Apps angekündigt. So soll

OFFENE BAUSTELLEN

Am Welttag der Barrierefreiheit, der in diesem Jahr auf den 19. Mai fiel, wiesen Expertinnen und Experten jedoch darauf hin, dass manche Haushaltsgeräte von Menschen mit Behinderung immer schlechter zu bedienen seien. Die Hersteller würden beispielsweise Schalter und Drehknöpfe durch nicht barrierefreie Touchbildschirme ersetzen. Zwar ließen sich solche Geräte zuweilen mittels Smartphone-App auch von Menschen mit Behinderung bedienen, allerdings nur dann, wenn die Programme auch barrierefrei gestaltet seien.

Und das sei eben nicht immer der Fall. Gerade Geräte von deutschen Herstellern wiesen diesbezüglich teilweise noch erheblichen Nachholbedarf auf. Hauptgrund dafür ist, dass – während in den USA Barrierefreiheit in vielen Fällen gesetzlich vorgeschrieben ist – hierzulande in dieser Sache noch unzählige Baustellen offen sind. Der Sozialverband VdK fordert schon lange, private Wirtschaftsakteure zur Herstellung von Barrierefreiheit in die Pflicht zu nehmen.

es bald eine neue Version der Anwendung „Lookout“ geben. Damit können sich blinde und sehbehinderte Menschen Fotoinhalte beschreiben lassen – auch von Bildern aus Nachrichten und sozialen Netzwerken. Sogar auf dem Foto erkennbare Texte kann das Programm vorlesen.

Die App „Live Transcribe“, die gesprochene Sprache für Menschen mit Hörbehinderung in Schrift umwandelt sowie Alltagsgeräusche wie Türklingeln erkennt, wurde ebenfalls verbessert.





ottobock. 

**THE COMPETITION
STARTS HERE, NOT AT
THE STADIUM**

#UnofficialDiscipline

Find out more about our common mission
to make everyday life more accessible.



**DER
ALLTÄGLICHE
HÜRDENLAUF**

Im vergangenen Sommer hat sich die Welt zu den Paralympischen Spielen in Paris versammelt. Die perfekte Gelegenheit für das Medizintechnikunternehmen Ottobock, gemeinsam mit Unterstützung des Internationalen Paralympischen Komitees (IPC), eine symbolische neue Disziplin auszurufen. Eine „Unofficial Discipline“, in der Menschen mit Behinderungen tagtäglich unfreiwillig antreten. Es geht um „Wettkämpfe“ im Alltag: defekte Aufzüge, fehlende Rampen, Treppen, Kopfsteinpflaster, schmale Türen. Und es geht um Vorurteile, gegen die Menschen mit Behinderungen sich immer noch wehren müssen.

ottobock. 

READY, SET, STAIRS.*

#UnofficialDiscipline

Find out more about our common mission to make everyday life more accessible. 

commune la vie que accessible

LIFE SHOULDN'T BE A LIFELONG HURDLE RACE.

#UnofficialDiscipline

THE RACE IS NOT OVER UNTIL EVERYONE CAN MAKE IT TO THE TOP!

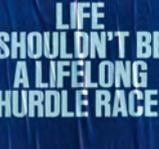
#UnofficialDiscipline

DO WE NEED TO BRING OUR A-GAME JUST TO GO FROM A TO B?

#UnofficialDiscipline

FIGHTING YOUR WAY TO THE TOP STARTS WITH A FAIR CHANCE

#UnofficialDiscipline

Darum haben Ottobock und die Kreativagentur Presence die „Unofficial Discipline“ während der Paralympischen Spiele in Paris gezielt zum Gesprächsthema gemacht – mit Plakaten, Postern und Videoprojektionen an öffentlichen Plätzen, wie zum Beispiel an der Aussichtsplattform am Place du Trocadéro mit Blick auf den Eiffelturm. Dort sorgten anschauliche Slogans wie diese für Aufmerksamkeit: „Can we break the record for breaking barriers?“, „You can't rise to the top in a broken elevator“ oder „Inaccessibility won't make it to the finish line“. Ein QR-Code lud Interessierte dazu ein, mehr über die Mission der Kampagne für Barrierefreiheit zu erfahren. Dass die Botschaften nicht nur an Plakatwänden in der Metro und an beliebten Touristenattraktionen, sondern vor allem an schwer zugänglichen Orten in Paris zu finden waren, war Teil der Kampagnenstrategie. Darüber hinaus erweckten mehr als 20 paralympische Spitzensportlerinnen und -sportler sowie 50 Markenbotschafterinnen und -botschafter von Ottobock die inoffizielle Disziplin zum Leben und brachten sie digital in alle Welt. Gekennzeichnet mit dem Hashtag #UnofficialDiscipline teilen Personen aus der ganzen Welt ihre Herausforderungen im Alltag über Instagram und TikTok. Sie riefen Follower zum Austausch und Teilen von ähnlichen Momenten auf, so dass das wichtige Thema durch Social-Media noch an Tragweite zunahm.



Einer der Multiplikatoren ist Davide Morana. Der Italiener verlor seine Gliedmaßen nach einer Meningitis-Erkrankung. Der Para-Sport half Davide dabei, sich zurück ins Leben zu kämpfen. Heute nutzt er seine Plattform als Para-Athlet und Motivationsredner, um das Bewusstsein für Meningitis zu schärfen und die Prävention zu verbessern. Die Teilnahme an der Kampagne ist ihm besonders wichtig, denn auch er hat natürlich Hürden zu überwinden: „In meinen täglichen Routinen muss ich über alles Nachdenken, alles planen. Zum Beispiel sind Touchscreens für mich zeitaufwendig und mühsam, manchmal nutze ich meine Nase dafür.“ Auch Ezra Frech, US-amerikanischer Para-Athlet und Doppel-Paralympics-Sieger von Paris, engagiert sich als Botschafter. Für ihn beginnt die inoffizielle Disziplin schon jeden Morgen im Badezimmer. Sein linkes Bein wurde aufgrund einer angeborenen Fehlbildung im Kindesalter amputiert. „Auf einem Bein im Bad oder in der Dusche zu hüpfen kann gefährlich sein, ich kann leicht ausrutschen und stürzen, besonders wenn der Boden nass ist.“



EIN WETTKAMPF, DEN ES NICHT GEBEN SOLLTE

„Unser Ziel ist, die Barrieren im Alltag von Menschen mit Behinderungen für alle sichtbar zu machen“, sagt Martin Böhm, Chief Experience Officer bei Ottobock.

„Paris war dabei nur der Anfang. Wir wollen die Kampagne auch auf andere Städte in Europa und den USA ausweiten. Denn wir sind uns bewusst, dass unsere Mission, Barrieren abzubauen, kein Sprint ist, sondern ein Marathon.“





Es geht nicht um Medaillen oder Rekorde, sondern um das echte Leben. Der Wettkampf finde auf Straßen statt, in U-Bahnen, Büros und Cafés weltweit. „Die ‚Unofficial Discipline‘ ist mehr als nur eine symbolische Geste. Sie ist ein Aufruf zur Veränderung, ein Weckruf für eine inklusivere Welt. Damit Menschen mit einer Behinderung ihr Leben so leben können, wie sie es möchten“, sagt Martin Böhm. „In dieser Disziplin können wir nur gewinnen, wenn wir sie gemeinsam abschaffen.“

Text & Fotos: Ottobock



SMARTWATCH

DAS ALLROUNDTALENT?



Smartwatches sind wahre technische Allrounder. Inzwischen in vielen Funktionsweisen dem Smartphone ähnlich, oder sogar praktisch überlegen, erobern Sie seit einigen Jahren den Markt.

Für wen macht es Smartwatch überhaupt Sinn, oder ist es lediglich eine technische Spielerei?

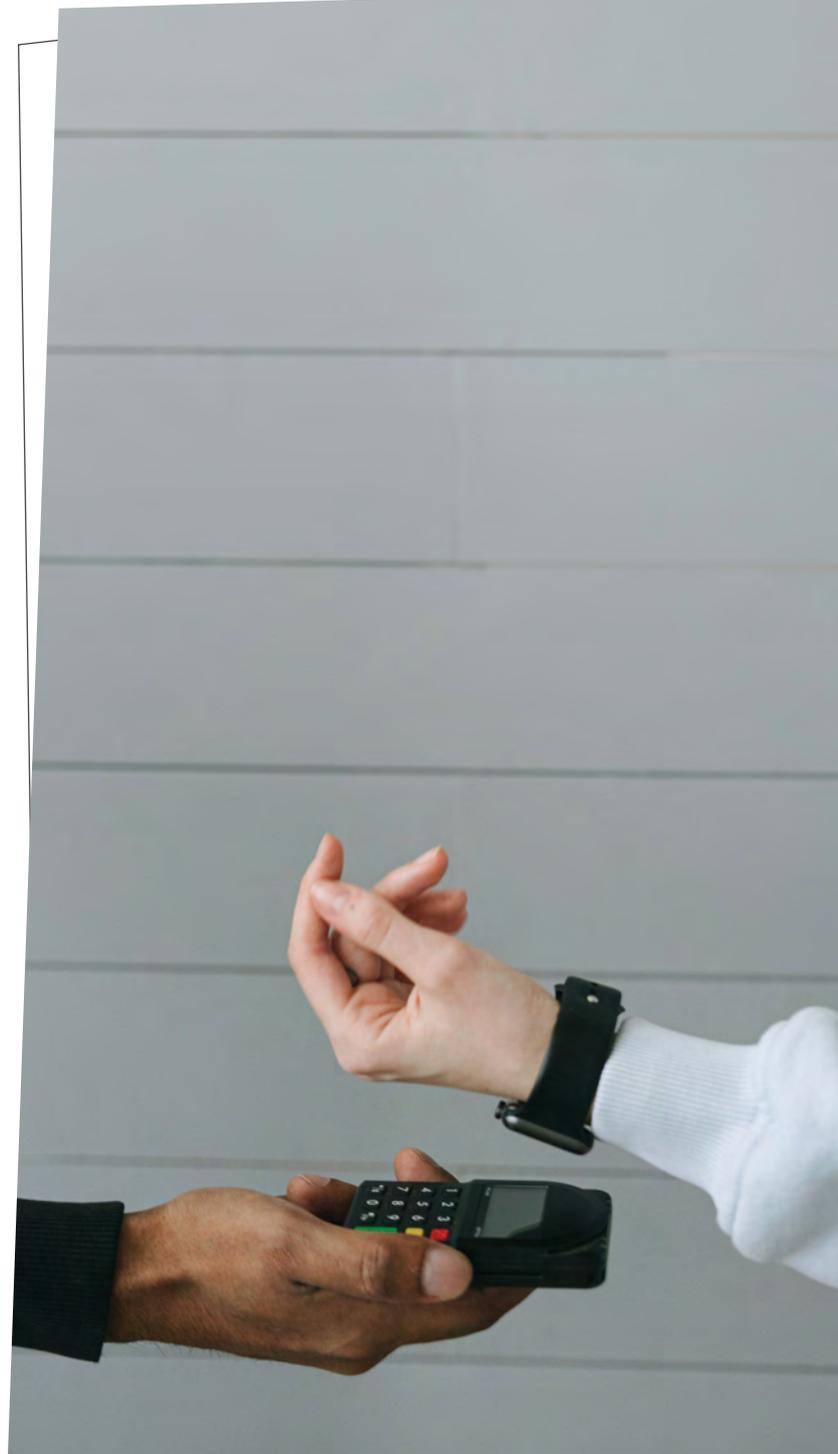
FUNKTIONEN EINER SMARTWATCH

Es gibt viele unterschiedliche Hersteller mit darin befindlichen Betriebssystemen und hier variieren die Möglichkeiten stark. Jede Smartwatch kann inzwischen nicht nur die wichtigsten Basics, man spricht hier von Musik abspielen, Vitalfunktionen speichern und auswerten, Nachrichten versenden und der Sprachsteuerung. Beim Kauf einer Smartwatch sollte man darauf achten, dass das Modell mit dem Betriebssystem des eigenen Smartphones kompatibel ist.

VIELSEITIGE NUTZUNG

Diverse Apps erweitern die Funktion einer Smartwatch um ein Vielfaches. Hier nur einige Beispiele für die umfangreiche Auswahl. Sie können Karten abrufen und Routen planen. Kennen sie ihr Schlafverhalten, die Smartwatch kann es beobachten und relevante Daten aufzeichnen. Auch für sportlich aktive Menschen bieten sich einige Funktionen an. Schritte werden gezählt, Körperfunktionen wie Puls und Herzfrequenz können gemessen werden. Bei einem Auslandsaufenthalt kann mittels Fremdsprachenübersetzer über eine Sprachsteuerung die Kommunikation deutlich erleichtert werden.

Kontaktloser Bezahlvorgang, ohne Bargeld oder EC-Karte, nur mit einer Uhr am Handgelenk, selbst das ist mit der richtigen Smartwatch möglich.



FAZIT

Die Smartwatch ist ein digitaler Assistent der dem Nutzer viele Funktionen bietet und je nach Modell über unterschiedliches Designs verfügt.

Für Menschen mit reger Korrespondenz und technischer Affinität kann eine Smartwatch sehr nützlich sein. Auch Personen mit einem ausgeprägten Gesundheitsbewusstsein profitieren von deren Funktion. Wer selten telefoniert, kaum E-Mails abrufen und keine sportlichen Erfolge aufzeichnet und messen möchte, profitiert wahrscheinlich eher weniger von dem digitalen Wegbegleiter.

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
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: Designed by freepik.com
Fotos Momo Imageanzeige: pexels.com
Foto Imageanzeige handicap.life:
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



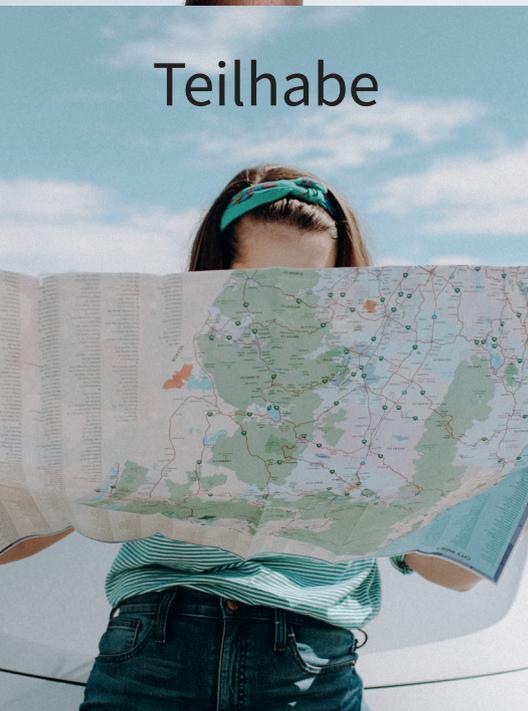
Vielfalt



Wertschätzung



Teilhabe



Verantwortung



Diversität



Wir sind mehr als ein
Magazin

Wir sind
momo

momo

Mobilität · Motion & Barrierefrei