## Parcours für neue Perspektiven

Mach Dich auf und biete allen Menschen einen Perspektivwechsel.

Mit unserem Parcours für neue Perspektiven kannst Du mit bis zu sechs Stationen interaktiv und spielerisch auf Barrieren und Inklusion aufmerksam machen.

Hier möchten wir Dir den Parcours vorstellen.







## Barrieren erleben





#### Das kannst Du an dieser Station erleben

Tausche die Perspektive und probiere verschiedene Barrieren aus.

Ganz egal, ob mit dem Rollstuhl, dem Alters-Simulations-Anzug und Rollator oder der Simulation einer Sehbehinderung - nimm Dir eine Aktionskarte und mache Dich auf den Weg durch den Barrieren-Parcours und löse die gestellt Aufgabe.

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Natürlich kann Du auch eigene Aufgaben, die zur Umgebung passen, kreieren. Treppen, hohe Bücherregale, Türschwellen, Türen usw. kannst Du in Deinen Parcours einbauen.

3 Personen können gleichzeitig diese Station erleben. Ein Durchgang dauert ca. 10 Minuten.

Auf der nächsten Seite siehst Du die Rampen und Hürden des Barrieren-Parcours.











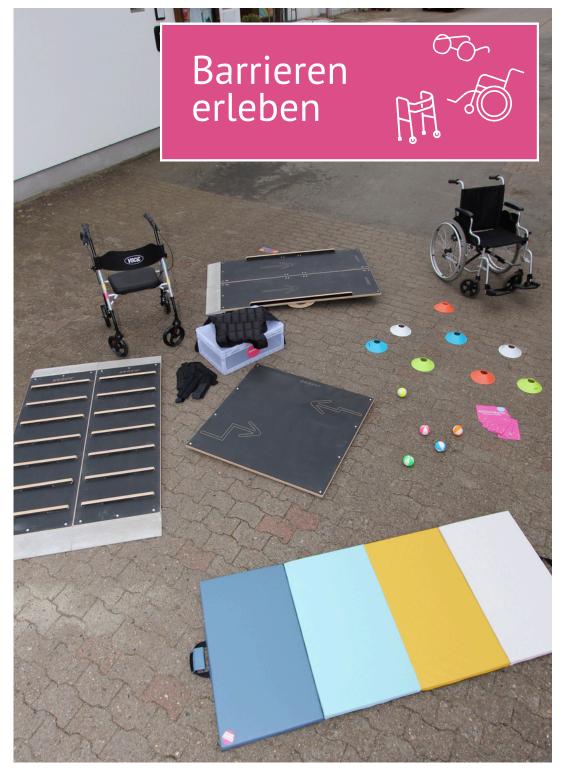
#### Das sind die Teile für die Station Barrieren erleben

- Eine Wippe
- Eine Platte, die zwei unterschiedlich hohe Stufen simuliert
- Eine Rampe mit "Huckeln"
- Eine Weichschaummatte
- Ein Rollstuhl
- Ein Rollator mit einem Alters-Simulations-Anzug
- Eine Auswahl an Simulationsbrillen für Augenerkrankungen
- Eine Schlafmaske mit weißem Langstock
- Diverses Kleinmaterial, das benötigt wird, um Aufgaben für die Aktionskarten zu gestalten (siehe vorherige Seite).

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Alle Rampen und großen Teile können auseinandergenommen werden und in einem größeren Pkw transportiert werden.

Für die Nutzung des Rollstuhls benötigt man eine Person, die den Rollstuhl nach hinten sichert.





Zeige mir, was Du mir sagen möchtest



## HÖREN

#### Das kannst Du an dieser Station erleben

Probiere aus, wie sich Sprache verändert, wenn jemand gar nicht oder nur schlecht hören kann

Lasse Dir mit Ohrstöpseln eine Route auf einem Stadtplan erzählen und schaue, ob Du das richtige Ziel erreichst.

Oder buchstabiert Euch gegenseitig Wörter im Gebärdenalphabet

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Natürlich kannst Du auch eigene Wortkarten, die zu Dir und Deinem Anlass passen, für das Gebärdenalphabet erstellen. Leere Karten stehen zur Verfügung.

Diese Station wird im 2er Team absolviert. Es können 5 Teams gleichzeitig an der Station stehen Ein Durchgang dauert ca. 10 Minuten.





## Alles im Blick?



# im Blick?

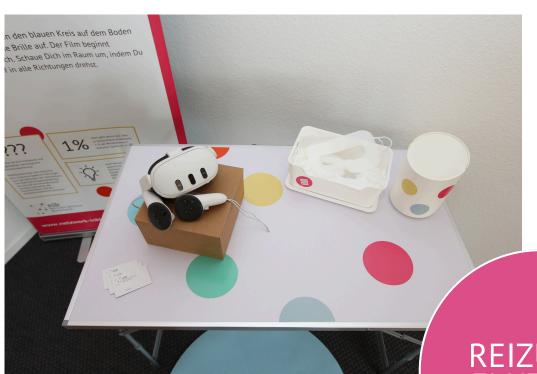
**SEHEN** 

#### Das kannst Du an dieser Station erleben

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

dem weißen Langstock und erlebe, wie es ist hren. Lege dafür Deine freie Hand auf die Schu

71.500



Wegen Reizüberflutung geschlossen Reizüberrlutung geschlossen



Erlebe die Perspektive eines Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störme

Mit der 360° Virtual-Reality-Brille nimmst Du die Perspektive eines Menschen mit Autismus ein. Erlebe die Reizüberflutung in einer alltäglichen

ebe Dich in den blauen Kreis auf dem Bode I setze die Britle auf. Der Film beginnt

imatisch. Schaue Dich im Raum um, indem Du Kopf in alle Richtungen drehst.

REIZÜBER FLUTUNG

#### Das kannst Du an dieser Station erleben

Erlebe die Perspektive eines Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung.

Mit der 360° Virtual-Reality-Brille kannst Du die Perspektive eines Menschen mit Autismus einnehmen. Erlebe die Reizüberflutung in einer alltäglichen Situation.

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Diese Station ist jeweils von einer Person zu erleben.

Ein Durchgang dauert ca. 4 Minuten.

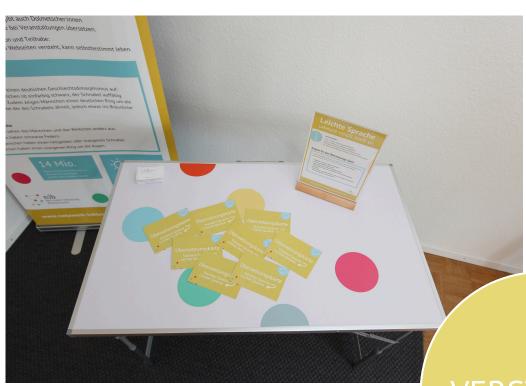
Es ist hilfreich hier eine Person als mögliche Unterstützung bereitzustellen.

Zu Beginn der Veranstaltung muss die Brille einmalig mit wenigen Schritten eingerichtet werden. Eine Anleitung liegt anbei.

Hochsensible Personen könnten unter der Brille leiden.

Sie sollten die Brille nicht nutzen.





Leichte Sprache



Leichte Sprache

VERSTEHEN

#### Das kannst Du an dieser Station erleben

Probiere Leichte Sprache aus. Schaffst Du es, "leicht" zu sprechen?

Hier kannst Du erfahren, was Leichte Sprache ist, für wen sie wichtig ist und wie man sie anwendet. Probiere in einem Übersetzungsspiel aus, ob Leichte Sprache wirklich leicht ist.

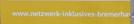
#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Wir haben einige Karten für das Übersetzungsspiel vorbereitet. Natürlich kannst Du auch eigene Karten, die zu Deinem Umfeld passen, kreieren.

Ubersetzungen in leichte Sprache sind z.B. auch durch die Nutzung vor künstlicher Intelligenz möglich. So lassen sich neue Karten vorbereiten.

Diese Station wird im 2er Team absolviert. Es können 2 Teams gleichzeitig an der Station stehen Ein Durchgang dauert ca. 5 Minuten.







### Welche Barrieren siehst Du?

#### Welche Barrieren siehst Du?

**CHECK** 





#### Das kannst Du an dieser Station erleben

Nimm die vielfältigen Barrieren in Deinem Umfeld wahr.

Schaue aus dem Fenster oder begutachte den Raum in dem Du Dich befindest. Welche Barrieren siehst Du? Schreibe es auf und klebe den Zettel an das Display. Am Ende der Veranstaltung kannst Du lesen, wie vielfältig Barrieren sind und für Menschen eine Hürde darstellen können.

#### Hinweis für Dich als Parcours-Veranstalter:in:

Du kannst für diese Aufagbe einen ganzen Raum betrachten lassen, ein bestimmtes Areal oder das, was man sieht, wenn man aus dem Fenster schaut.

3 Personen können gleichzeitig diese Station erleben. Ein Durchgang dauert ca. 5 Minuten.

Es ist hilfreich, einige Beispiele als Inspiration im Vorfeld an das Rollup anzubringen.





## Du möchtest unseren Parcours für neue Perspektiven ausleihen und Menschen für Barrieren und Inklusion sensibilisieren?

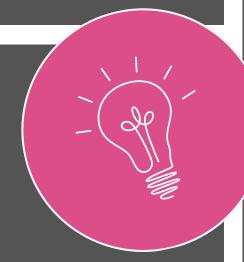
Dann melde Dich gerne bei uns. Die Kontaktdaten findest Du hier unten.

Der Parcours kann von allen Organisationen und Menschen in Bremerhaven gegen eine kleine Spende ausgeliehen werden.

Du kannst Dir aussuchen, welche Stationen Du ausleihen und bei Deiner Veranstaltung aufbauen möchtest. Alles ist möglich: von einer Station bis zu sieben Stationen. Jede Station ist einzeln nutzbar.

Die Stationen sind für alle Altersklassen von 10 bis 99 Jahren erlebbar. Für manche Stationen muss man lesen können. Die Texte sind in deutscher Sprache.

Der Parcours kann für bis zu 10 Tage ausgeliehen werden.



#### Kontakt

Netzwerk Inklusives Bremerhaven c/o Stiftung Inklusive Stadt Alexandra Göddert info@netzwerk-inklusives-bremerhaven.de Dieselstraße 5 | 27574 Bremerhaven 0163-7082024 www.netzwerk-inklusives-bremerhaven.de

### Gut zu wissen

#### Das musst Du für die Nutzung des Parcours beachten

- Du musst das Material in der Dieselstraße 5 in Bremerhaven abholen und auch dorthin zurückbringen. Dazu vereinbaren wir Termine.
- Du benötigst einen großen Pkw, z.B. einen Kombi.
- Zwei Personen wären hilfreich für den Transport, aber auch eine kräftige Person kann die Teile alleine händeln.
- Jede Station benötigt in etwa 2 x 2 m Platz in einem geschlossenen Gebäude. Der Aufbau dauert ca. 10 Minuten je Station. Fotos mit Beispielen von Aufbauten befinden sich beim Material.
- Die Rampen für die Station "Barrieren erleben" benötigen wesentlich mehr Platz, können aber auch flexibel den räumlichen Gegebenheiten angepasst werden oder auf mehrere Räume verteilt werden. Hier dauert der Aufbau 20 Minuten.
- Bei jeder Station ist das gesamte benötigte Material vorhanden. Das ausgeliehene Material muss vollständig und sauber zurückgebracht werden. Packlisten werden mitgegeben.
- Für mögliche Schäden haftet der Ausleihende.
- Es ist sinnvoll, wenn es eine:n Ansprechpartner:in gibt, der oder die ggf. Fragen beantwortet oder unterstützt. An manchen Stationen ist eine Begleitung nötig oder sinnvoll.

