

Psycho·soziale Unterstützung in Südtirol.

Texte zur Tagung in Leichter Sprache



Für wen ist psycho·soziale Unterstützung?

Psycho·soziale Unterstützung hilft Menschen mit verschiedenen Schwierigkeiten.



Geht es einem Menschen **nicht** gut?

Dann kann diesem Menschen psycho·soziale Unterstützung helfen.

Im Wort psycho·sozial sind 2 Wörter: psychisch und sozial.

Ein Mensch kann nämlich **psychische** Schwierigkeiten haben.

Das heißt:

Dieser Mensch ist dann zum Beispiel sehr traurig.

Oder der Mensch hat sehr große Angst.

Ein Mensch kann aber auch **soziale** Schwierigkeiten haben.

Das heißt:

Dieser Mensch hat Schwierigkeiten beim Zusammen·leben mit anderen Menschen.

Oder dieser Mensch findet zum Beispiel **nicht** leicht Freund*innen.

Viele Menschen leben mit psychischen und sozialen Schwierigkeiten.
Für manche Menschen wird das Leben aber immer schwieriger.
Die Menschen können dann **nicht** mehr gut leben.
Manchmal können Menschen dann auch **nicht** mehr arbeiten.
Oder die Menschen können **nicht** alleine leben.
Manche Menschen sind dann für eine Zeit im Krankenhaus.
Die Menschen können wieder gesund werden.
Dafür brauchen Menschen mit psychischen oder sozialen Schwierigkeiten
oft eine Unterstützung.
Diese Unterstützung heißt dann: psycho·soziale Unterstützung.
Dann können Menschen wieder gesund werden.
Wir sprechen heute viel und oft
über Menschen mit psychischen oder sozialen Schwierigkeiten.
Wir schreiben ab jetzt im Text für diese Menschen: Betroffene.
Dann ist der Text leichter zu verstehen.



Die psycho·soziale Unterstützung hilft den Betroffenen:

- Sich besser zu fühlen.
- Besser in ihrem Alltag zu leben.
- Sich mit anderen Menschen wieder gut zu fühlen.

Psycho·soziale Unterstützung kann zum Beispiel sein:

- Betroffene reden über ihre Schwierigkeiten in einer Beratung oder in einer Therapie.
- Betroffene machen bei einer Gruppen·reise mit.
- Betroffene bekommen Unterstützung bei der Arbeit oder beim Lernen.
- Oder Betroffene leben in einer Wohn·gemeinschaft und die Betroffenen werden von Erzieher*innen unterstützt.
- Betroffene bekommen Medikamente.

Mit einer psycho·sozialen Unterstützung geht es den Betroffenen dann wieder besser.

Und die Betroffenen können wieder selbst·bestimmt leben.

Selbst·bestimmt heißt:

Die Betroffenen können selbst entscheiden:

- Wie will ich leben?
- Was will ich tun?



Wer kann psycho·soziale Unterstützung geben?

Psycho·soziale Unterstützung können geben:

- Professionelle Helfer*innen.
- Oder Caregiver*innen.

Professionelle Helfer*innen sind zum Beispiel:

- Psychotherapeut*innen.
- Ärzte und Ärztinnen
- Berater*innen.
- Oder Erzieher*innen.

Die professionellen Helfer*innen helfen mit ihrer Arbeit.

Diese Menschen kennen sich nämlich gut aus mit:

- Psychischen Schwierigkeiten.
- Und mit sozialen Schwierigkeiten.

Die professionellen Helfer*innen bekommen Geld für ihre Arbeit.

Und die professionellen Helfer*innen arbeiten in verschiedenen Diensten.

Zum Beispiel:

- Im Sozial·sprengel.
- Oder im Psychiatrischen Dienst.

Caregiver*innen sind zum Beispiel:

- Eltern.
- Bekannte.
- Oder Freund*innen.

Die Caregiver*innen bekommen **kein** Geld.



Wo gibt es für Betroffene psycho-soziale Unterstützung?

Die professionellen Helfer*innen unterstützen die Betroffenen zum Beispiel:

- Beim Wohnen.
Zum Beispiel: beim Putzen und beim Kochen.
- Bei der Arbeit.
- Bei Terminen.
- Beim Einkaufen.
- In der Freizeit.
- Oder im Krankenhaus.

Die Care-giver*innen unterstützen die Betroffenen zum Beispiel:

- Zu Hause.
- Am Wohnort.
- Oder in der Freizeit.

Begrüßung von Michela Morandini.



Michela Morandini begrüßt alle Teilnehmer*innen von der Tagung.
Michela Morandini ist die Vorsitzende vom Monitoring-Ausschuss und die Gleichstellungs*rätin in Südtirol.

Michela Morandini sagt:

Wir können uns wieder in Präsenz treffen.

Darüber freue ich mich.

Das Thema von der Tagung heute ist:

Gibt es in Südtirol genug psycho-soziale Unterstützung?

Ist die Unterstützung wie in der UN-Konvention geschrieben?

Werden die Rechte von Menschen mit Behinderungen eingehalten?

Begrüßung von Rita Mattei und Waltraud Deeg.



Rita Mattei begrüßt alle Teilnehmer*innen von der Tagung.

Rita Mattei ist die Präsidentin vom Landtag in Südtirol.

Rita Mattei sagt:

Das Thema vom heutigen Nachmittag ist wichtig.

Ich danke dem Monitoring-Ausschuss für seine gute Arbeit.

Der Monitoring-Ausschuss gibt wichtige Ideen und Wünsche an uns weiter.

Ich wünsche Ihnen allen gute Arbeit!

Waltraud Deeg begrüßt alle Teilnehmer*innen von der Tagung.

Waltraud Deeg ist die Landesrätin für Soziales in Südtirol.

Waltraud Deeg sagt:

Südtirol ist ein schönes Land.

Aber auch in Südtirol haben Menschen Schwierigkeiten.

Welche psycho-sozialen Angebote an Unterstützung braucht es?

Es gibt schon viele Angebote.

Aber manchmal holen sich die Menschen **keine** Hilfe.

Warum ist das so?

Das Thema von der Tagung heute ist sehr wichtig!

Ich wünsche Ihnen gute Arbeit!

Vortrag zum Thema: „Psychosoziale Unterstützung als Grundlage für ein selbstbestimmtes Leben“.

Das heißt in Leichter Sprache:

Psycho· soziale Unterstützung ist für ein selbst·bestimmtes Leben wichtig.

Verena Perwanger macht den Vortrag.

Verena Perwanger ist die Primarin vom Psychiatrischen Dienst in Meran.

Primarin ist ein anderes Wort für: Chefin vom Psychiatrischen Dienst.



Frau Perwanger begrüßt die Teilnehmer*innen.

Frau Perwanger sagt:

In der **UN-Behinderten·rechts·konvention** steht:

Menschen mit Behinderungen haben die gleichen Rechte wie Menschen ohne Behinderungen.

Jeder Mensch darf selbst·bestimmt leben.

Selbst·bestimmt heißt:

Ich kann für mich selbst bestimmen.

Ich weiß: Das ist gut für mich.

Zum Beispiel:

So möchte ich leben.

Oder diese Arbeit möchte ich machen.

Die WHO ist die **Welt·gesundheits·organisation**.

Die WHO ist zuständig für die Gesundheit von allen Menschen auf dieser Welt.

Gesundheit heißt für die WHO:

Den Menschen geht es gut.

Gesundheit ist mehr als **nicht** krank sein.

Gesundheit heißt:

- Die Menschen sind körperlich gesund und können sich gut bewegen.
- Die Menschen sind geistig gesund und sind neugierig auf neue Informationen.
- Die Menschen sind sozial gesund und haben zum Beispiel Freunde und Freundinnen.

Alle haben das Recht auf Gesundheit!

Die WHO hat einen Plan.

Der Plan heißt „Aktionsplan für psychische Gesundheit 2013-2020“.

In diesem Plan geht es um die psychische Gesundheit von den Menschen auf der ganzen Welt.

Die Menschen haben nämlich ein Recht auf psychische Gesundheit.



In Italien gibt es ein wichtiges Gesetz:

Das **Ministerial-dekret DPCM 12/2017**.

Im Ministerial-dekret steht:

Es soll für Betroffene „percorsi assistenziali integrati“ geben.

Ein „percorso assistenziale integrato“ ist ein Projekt.

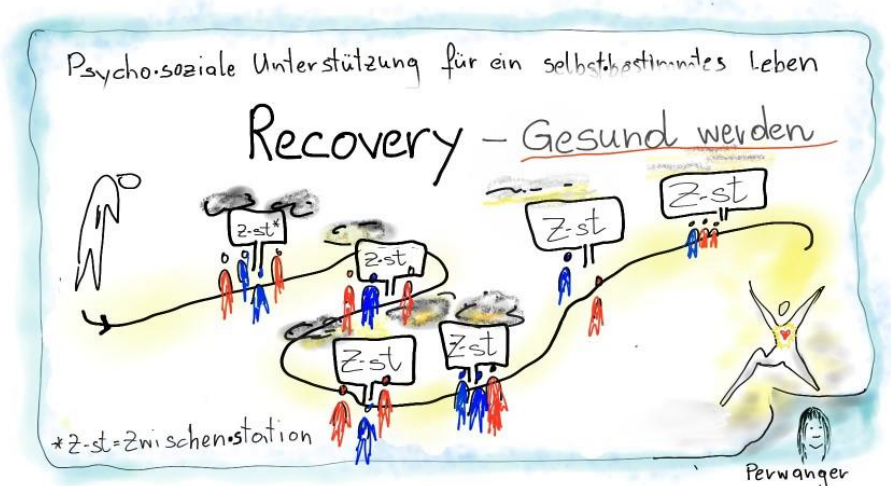
Dieses Projekt ist nur für diesen Betroffenen.

Und alle arbeiten zusammen:

- Die Betroffenen.
- Die professionellen Helfer*innen.
- Und die Caregiver*innen.

Und alle überlegen zusammen:

- Wie können die Betroffenen wieder gut gesund werden?
- Was möchten die Betroffenen?
- Welche professionellen Helfer*innen können etwas machen?
- Welche Einrichtungen und Dienste sollen genutzt werden?



Recovery.

Viele Betroffene werden wieder gesund.

Einige Betroffene werden schnell wieder gesund.

Bei anderen Betroffenen dauert diese Zeit länger.

Die Zeit zum Gesund·werden heißt: Recovery.

Was kann den Menschen beim Gesund·werden helfen?

Die Menschen brauchen zum Beispiel Ziele zum Gesund·werden.

Die Menschen überlegen sich also:

Wie kann ich gesund werden?

Bis zum Gesund·werden ist ein langer Weg.

Auf diesem Weg passiert viel.



Was ist nicht gut in Südtirol?

In Südtirol ist einiges **nicht** klar.

Deshalb sagen die professionellen Helfer*innen dann vielleicht zu den Betroffenen:

Wir sind **nicht** für Sie zuständig.

Wir haben **kein** Geld.

Wir haben **keine** Zeit.

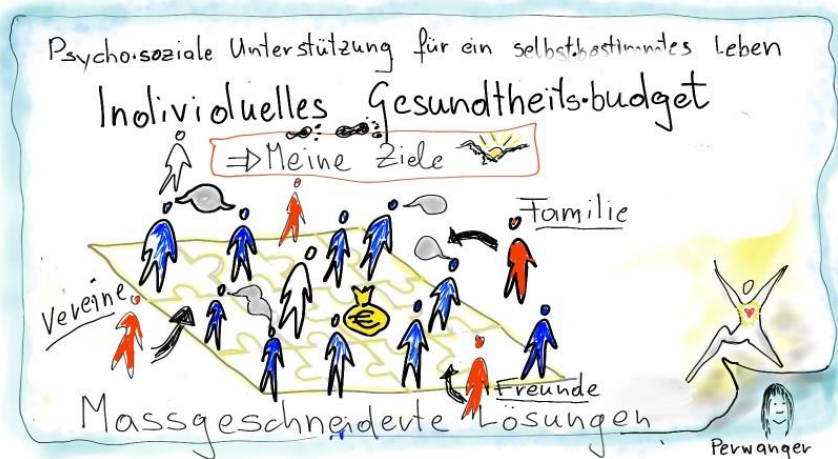
Sie müssen zu meiner Kollegin oder meinem Kollegen gehen.

Und die Betroffenen haben dann vielleicht diese Fragen:

Welche Angebote gibt es bei wem?

Wer kann mir helfen?

Dann ist gesund werden schwierig und dauert noch länger.



Gute Idee: Individuelles Gesundheitsbudget.

Individuell heißt:

Nur für diesen Menschen.

Für jeden Betroffenen soll es ein Gesundheitsbudget geben.

Gesundheitsbudget heißt:

Die professionellen Helfer*innen aus den verschiedenen Diensten überlegen mit den Betroffenen und Caregiver*innen:

- Welche Unterstützung brauchen Sie?
- Von wem können Sie diese Unterstützung bekommen?
- Vielleicht braucht es noch Geld für diese Unterstützung?

Die psycho-soziale Unterstützung kann in verschiedenen Bereichen sein:

- Beim Wohnen.
Zum Beispiel: beim Putzen und beim Kochen.
- Beim Arbeiten.
- Für die Freizeit.
- Beim Zusammenleben mit anderen Menschen.

Die Betroffenen sollen in ihrem Wohnort bleiben können.

Dann können die Menschen dort Freunde und Freundinnen kennen lernen.

Alle überlegen zusammen:

Was braucht es jetzt für die Betroffene oder den Betroffenen?

Später können dann alle wieder neu überlegen:

Braucht der Betroffene jetzt vielleicht in einem anderen Bereich psycho-soziale Unterstützung?

Am Ende von ihrem Vortrag sagt Frau Perwanger noch:

Für mich ist das individuelle Gesundheitsbudget eine gute Idee.

Auch in Südtirol sollen Betroffene ein Gesundheitsbudget bekommen können.

Triologisches Gespräch.

Bei diesem Gespräch sind dabei:

- Renate Ausserbrunner.

Renate Ausserbrunner ist eine Angehörige und war die Vorsitzende vom Verband „Ariadne – für die psychische Gesundheit aller“.

Angehörige ist ein anderes Wort für: Mitglied von einer Familie.

- Dorothea Passler Mair.

Dorothea Passler Mair ist als Selbstvertreterin

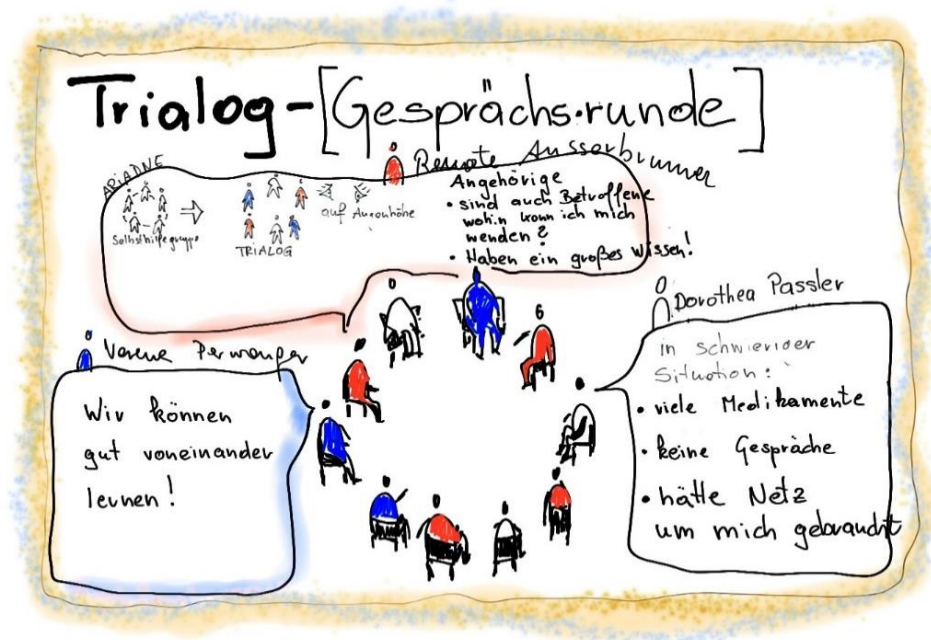
Mitglied im Monitoring-Ausschuss und Ex-In Genesungsbegleiterin.

- Verena Perwanger.

Verena Perwanger ist die Primarin vom Psychiatrischen Dienst in Meran.

Die 3 Frauen reden über 2 Beispiele für psycho-soziale Unterstützung:

- Dialog.
- Und EX-IN-Genesungsbegleitung.



Beim Gespräch sind auch Heidi Ulm und Thomas Karlegger dabei.

Heidi Ulm und Thomas Karlegger

sind als Selbst·vertreter*innen im Monitoring-Ausschuss.
Heidi Ulm und Thomas Karlegger leiten das Gespräch.

Bei einem Trialog reden Menschen aus 3 Bereichen zusammen:

1. Betroffene.
2. Eltern oder Geschwister von den Betroffenen.

Ein anderes Wort dafür ist: Angehörige.

3. Und professionelle Helfer*innen.

Alle diese Menschen reden dann zusammen.

Alle hören sich gut zu.

Alle können nämlich von den anderen lernen.

Zusammen überlegen alle beim Trialog:

- Was kann Betroffenen helfen?
- Was kann Angehörigen helfen?
- Was kann professionellen Helfer*innen helfen?

Der Trialog ist ein Beispiel für psycho·soziale Unterstützung.

Alle überlegen zusammen:

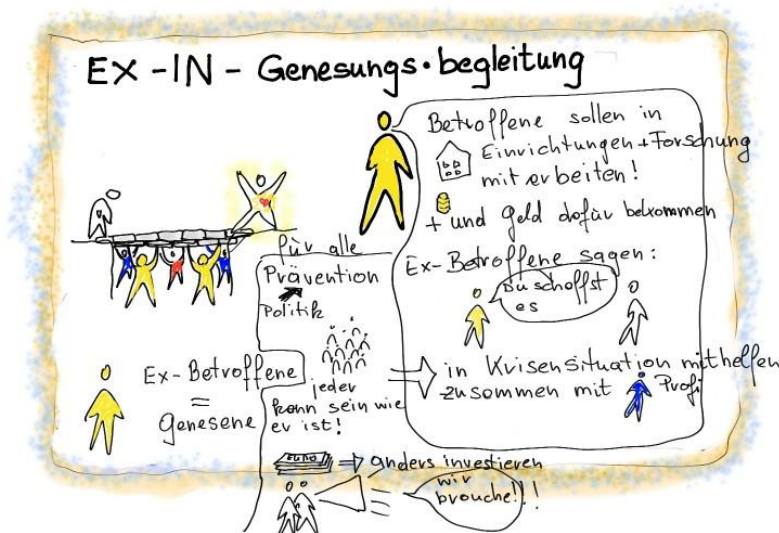
- Was brauchen die Betroffenen?
- Was brauchen die Angehörigen?

Bei einem Trialog spüren alle:

Ich bin **nicht** alleine.

Die anderen hören mir zu.

Zusammen wollen wir mehr psychische Gesundheit für alle!



Viele Betroffene werden wieder gesund.

Diese Menschen sind dann **nicht** mehr selbst Betroffene.

Diese Menschen sind dann genesen.

Das ist ein anderes Wort für gesund.

Ein anderes Wort dafür ist: Ex-Betroffene.

Viele von diesen Ex-Betroffenen wollen jetzt Betroffenen helfen.

Diese EX-Betroffenen machen dann eine Ausbildung.

Und die EX-Betroffenen treffen sich dann mit jetzt Betroffenen.

Die EX-Betroffenen können sagen:

- Was hat mir geholfen?
- Wie ist es mir gegangen?

Die Betroffenen können erzählen und fragen.

So können EX-Betroffene die jetzt Betroffenen unterstützen und sagen:

- Du schaffst es.
- Du kannst wieder gesund werden.

Betroffene und Angehörige kennen sich aus.

Betroffene und Angehörige können mitreden.

Betroffene und Angehörige wollen gehört werden.



Die Teilnehmer*innen haben in Work'shops gearbeitet.

Die Teilnehmer*innen haben in Work'shops gearbeitet.

Work'shop ist ein anderes Wort für: Arbeits'gruppe.

Moderator*innen haben die verschiedenen Arbeits'gruppen begleitet.

Die Moderator*innen haben aufgeschrieben:

- Was ist wichtig zum Thema psycho'soziale Unterstützung?
- Welche Angebote für psycho'soziale Unterstützung gibt es in Südtirol?
- Was fehlt in Südtirol noch bei der psycho'sozialen Unterstützung?
- Und das haben die Teilnehmer*innen von den Arbeits'gruppen gesagt.

Die Moderator*innen haben dann auch allen anderen Teilnehmer*innen von der öffentlichen Sitzung berichtet:

Was haben die Teilnehmer*innen in den verschiedenen Arbeits'gruppen gesprochen?

Die Moderator*innen haben ganz viele wichtige Punkte vorgestellt.

Auch Helga Mock und Barbara Rottensteiner haben bei den Gruppen zugehört und diese 5 Punkte sehr oft gehört:

1. Das Gesundheits'budget ist eine gute Idee.

2. Die Zusammen·arbeit von allen ist wichtig.

Es sollen immer dabei sein:

- Die Betroffenen.
- Die professionellen Helfer*innen.
- Die Caregiver*innen.
- Und die Angehörigen.

Die Treffen vom Netz·werk braucht auch immer einen Grund:

Wieso treffen wir uns?

Der Dialog kann für viele Bereiche wichtig sein.

3. Die Menschen sollen sich bei den Treffen gut zuhören.

Und die Menschen sollen immer fragen:

Was wünschen sich die Betroffenen?

4. Die Menschen brauchen Unterstützung:

- Beim Wohnen.
- Beim Arbeiten.
- In der Freizeit.
- Beim Reden mit anderen Menschen.

5. Betroffene brauchen mehr Geld.

Mit diesem Geld können die Betroffenen

zum Beispiel eine persönliche Assistenz für sich bezahlen.

Mit psycho·sozialer Unterstützung können Menschen gesund werden.

Mit psycho·sozialer Unterstützung können Menschen wieder selbst·bestimmter leben.

Psycho·soziale Unterstützung macht Inklusion möglich.

Wer hat diesen Text in Leichter Sprache geschrieben?

OKAY – Büro für Leichte Sprache von der Lebenshilfe ONLUS /Südtirol hat den Text in Leichter Sprache geschrieben.

Mehr Informationen zur Leichten Sprache finden Sie auf der Internet-seite von der Lebenshilfe: www.lebenshilfe.it/okay

Visual Facility: Barbara Rottensteiner und Helga Mock.

Wer hat diesen Text in Leichter Sprache geprüft?

Die Prüfgruppe von OKAY hat den Text geprüft.

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.
Informationen unter: www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/

