

Text in Leichter Sprache



**ARQUE**  
ARBEITSGEMEINSCHAFT für  
**QUERSCHNITTGELÄHMTE**  
mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V.

# Unser Verein stellt sich vor

ARBEITSGEMEINSCHAFT für QUERSCHNITTGELÄHMTE  
mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V.



# Unser Verein stellt sich vor

ARBEITSGEMEINSCHAFT für QUERSCHNITTGELÄHMTE  
mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V.

## Was ist Leichte Sprache?

Leichte Sprache ist ein Hilfsmittel für Menschen mit Lernschwierigkeiten, damit sie Texte besser verstehen können. Es gibt eigene Regeln in Bezug auf Rechtschreibung, Grammatik, Satzbau und Ausdruck. An den Regeln haben Menschen mit Lernschwierigkeiten mitgearbeitet. Denn sie wissen selbst am besten, was sie in Bezug auf Sprache brauchen.

Besondere Regeln für Texte in Leichter Sprache sind zum Beispiel:

- zusammengesetzte Wörter werden mit Binde-Strichen voneinander getrennt
- Sätze können mit Bindewörtern beginnen
- schwierige Wörter sowie Fach- und Fremdwörter werden erklärt
- großes und klares Schriftbild

Texte in Leichter Sprache haben immer Bilder. Die Bilder helfen, den Text zusätzlich zu erklären. Außerdem können Menschen mit nur geringem Leseverständnis anhand der Bilder zumindest ahnen, worum es in dem Text geht.

Texte in Leichter Sprache sind immer geprüft, und zwar von Menschen mit Lernschwierigkeiten. Erst wenn die Prüfer\*innen sagen, dass sie alles in dem Text verstanden haben, handelt es sich um einen Text in Leichter Sprache.

Diese Texte werden mit einem bestimmten Symbol gekennzeichnet:



## Was ist Leichte Sprache?

**Leichte Sprache** ist ein Hilfs-Mittel für Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.



Für **Leichte Sprache** gibt es eigene Regeln. Die Regeln sind Lese-Hilfen. Menschen mit Lern-Schwierigkeiten haben gesagt: Das brauchen wir. Damit wir Texte gut verstehen können.

Regeln für **Leichte Sprache** sind zum Beispiel:

- Zusammen-gesetzte Wörter werden mit Binde-Strichen getrennt.
- Schwere Wörter werden erklärt.
- Die Schrift ist groß.



Texte in **Leichter Sprache** haben immer Bilder. Die Bilder helfen beim Verstehen.



Texte in **Leichter Sprache** sind immer geprüft. Das Prüfen machen Menschen mit Lern-Schwierigkeiten. Wenn die Prüfer alles in dem Text verstanden haben: Dann ist es ein Text in **Leichter Sprache**.

Für Texte in **Leichter Sprache** gibt es ein bestimmtes Zeichen. Das Zeichen sieht so aus:



## Unser Verein stellt sich vor

### Inhaltsverzeichnis

Wer sind wir?	1
Was ist Spina bifida?	2
Welche Symptome gibt es bei Spina bifida?	3
Das ist wichtig	5
Wie unterstützen wir Sie?	6



## Wer sind wir?



Wir sind ein Verein in Rheinland-Pfalz.  
Wir vertreten Menschen,  
die eine bestimmte Krankheit haben.

**Die Krankheit heißt:**

**Spina bifida**



Bei Spina bifida geht es um  
bestimmte Nerven im Rücken.  
Viele Menschen mit Spina bifida können nicht gut laufen.  
Oder sie können gar nicht laufen.

**In schwerer Sprache heißt das:**

**Menschen mit Spina bifida sind querschnitt-gelähmt.**

Für diese Menschen setzen wir uns ein.

**Unser Verein heißt:**

**Arbeitsgemeinschaft für Querschnittgelähmte  
mit Spina bifida/Rhein-Main-Nahe e.V.**

**Die Abkürzung dafür ist:**

**ARQUE**



Unseren Verein gibt es seit 1979.

Seit dieser Zeit ist für Menschen mit Spina bifida  
viele besser geworden:

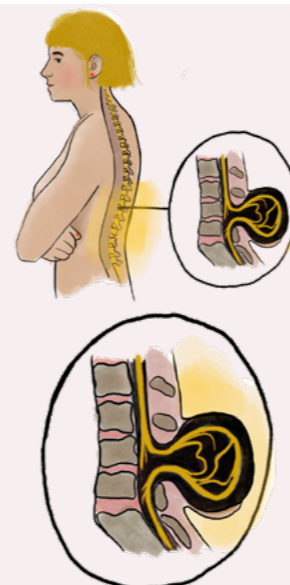
- Es gibt gute Möglichkeiten  
für die Behandlung und Unterstützung.
- Menschen mit Spina bifida leben heute länger als früher.
- Menschen mit Spina bifida können  
selbst-bestimmter leben.

## Was ist Spina bifida?



**Spina bifida hat mit der Wirbel-Säule zu tun.**

In der Wirbel-Säule gibt es einen Kanal.  
In dem Kanal sind sehr viele Nerven.  
Diese Nerven nennt man Rücken-Mark.  
Das Rücken-Mark versorgt die Muskeln und Organe.



Bei Menschen mit Spina bifida  
ist an einem Teil der Wirbel-Säule ein Spalt.  
Dieser Spalt entsteht schon vor der Geburt.

Das kann passieren:

Ein Teil vom Rücken-Mark kann  
durch den Spalt verletzt werden.  
Die Nerven arbeiten dann nicht mehr richtig.  
Das bedeutet:  
Manche Muskeln und Organe  
können dann auch nicht mehr richtig arbeiten.

**In schwerer Sprache heißt das:**

**Querschnitt-Lähmung**

Spina bifida ist nicht immer gleich.  
Es gibt viele verschiedene Formen.

Das bedeutet auch:

Es gibt viele verschiedene Krankheits-Zeichen.

**Ein anderes Wort für Krankheits-Zeichen ist:**

**Symptome**

## Welche Symptome gibt es bei Spina bifida?

Menschen mit Spina bifida haben nicht alle die gleichen Symptome.



Zum Beispiel:

- Die Menschen spüren Berührungen in der unteren Körper-Hälfte nicht richtig oder gar nicht.

**Diese Symptome heißen in schwerer Sprache: Sensibilitäts-Störungen**



- Die Menschen können nicht laufen. Weil sie ihre Beine nicht bewegen können.

**In schwerer Sprache heißt das: Querschnitt-Lähmung**



- Manche Menschen haben Probleme mit der Blase. Zum Beispiel: Sie merken nicht, wenn sie auf die Toilette gehen müssen.

**In schwerer Sprache heißt das: Blasen-Entleerungs-Störungen**

Dann können auch Krankheiten in der Blase entstehen. Zum Beispiel Blasen-Entzündungen.

## Diese Symptome gibt es auch:



Im Gehirn ist eine bestimmte Flüssigkeit. Diese Flüssigkeit heißt Hirn-Wasser. Das Hirn-Wasser umgibt das Gehirn und schützt es. Das Hirn-Wasser entsteht immer wieder neu. Und das alte Hirn-Wasser fließt in den Körper.



Bei manchen Menschen mit Spina bifida kann das alte Hirn-Wasser nicht richtig ab-fließen. Aber das neue Hirn-Wasser entsteht trotzdem.

Das heißt:

Es ist viel mehr Wasser im Gehirn.

**In schwerer Sprache heißt das: Hydro-Zephalus**

Das viele Wasser drückt auf das Gehirn. Das Gehirn kann dann nicht mehr richtig arbeiten. Die Ärzte müssen das operieren.

## Das ist wichtig:



Menschen mit Spina bifida  
müssen regelmäßig zum Arzt gehen.  
Weil sich Spina bifida verändern kann.

### Zum Beispiel:

Manche Symptome werden schlimmer.  
Oder es kommen neue Symptome hinzu.

## Wie unterstützen wir Sie?



### Unser Verein ist eine Selbsthilfe-Gruppe.

Dafür setzen wir uns ein:  
Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Spina bifida  
sollen selbst-bestimmt leben können.



### Das ist unser Angebot:

- Beratungen
- Regelmäßige Kurse
- Training für die Selbst-Ständigkeit
- Info-Material mit viel Fach-Wissen  
zu Behandlungen und Rehabilitation



### In Rheinland-Pfalz und in Süd-Hessen sind wir Ansprech-Partner

- für alle Menschen mit Spina bifida,
- für die Angehörigen,
- für Fach-Leute,
- für Menschen, die sich  
über Spina bifida informieren möchten

Dieses Heft ist von:



**LAG Selbsthilfe Behinderter Rheinland-Pfalz e.V.**  
Adresse: Kaiserstr. 42, 55116 Mainz  
E-Mail: [info@lag-sb-rlp.de](mailto:info@lag-sb-rlp.de)  
Internet: [www.lag-sb-rlp.de](http://www.lag-sb-rlp.de)

In Zusammenarbeit mit:



**ARQUE e.V. - Arbeitsgemeinschaft für Querschnittgelähmte mit Spina bifida**  
Adresse: Hartmühlenweg 2-4, 55122 Mainz  
Telefon: 06131- 32 06 32  
E-Mail: [info@arque.de](mailto:info@arque.de)  
Internet: [www.arque.de](http://www.arque.de)

Die Übersetzung ist von:



**Eule. Büro für leichte Sprache**  
Adresse: Kreuzstraße 3, 55268 Nieder-Olm  
E-Mail: [a.schade@zsl-mainz.de](mailto:a.schade@zsl-mainz.de)  
Internet: [www.zsl-mainz.de](http://www.zsl-mainz.de)  
Die Übersetzung ist geprüft von der Eule-Prüf-Gruppe.



Die **AOK-Gesundheitskasse** hat uns mit Geld unterstützt.  
Damit wir dieses Heft drucken lassen konnten.  
Herzlichen Dank!

Das Heft ist gestaltet von:

**JSCHKA Kommunikationsdesign**  
Internet: [www.jschka.de](http://www.jschka.de)

Die Bilder sind von:

© **Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.**,  
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

© **JSCHKA Kommunikationsdesign**



Das Logo ist von:

© **Europäisches Logo für einfaches Lesen:**  
Inclusion Europe. Weitere Informationen unter [www.leicht-lesbar.eu](http://www.leicht-lesbar.eu)



