



# Welche Unterstützung brauchen Sie?

Ein Wörterbuch in  
Leichter Sprache



# Inhalt

A	Ambulantes Wohnen	4
	Amt für Integration und Soziales	4
	Assist-ME	5
<hr/>		
B	Barrieren oder Barriere-Freiheit	6
	Basis-Bogen	7
	Bedarfs-Ermittlung	7
	Befristung	8
	Behinderten-Leistungs-Gesetz	8
	Beratung	9
<hr/>		
D	Daten-Schutz	9
<hr/>		
E	Ergänzende Sicht	10
<hr/>		
F	Förder-Faktoren	11
<hr/>		
G	Gesetzliche-Vertretung	11
	Gesprächs-Leitfaden	12
<hr/>		
H	Hilfs-Mittel	12
<hr/>		
I	Individueller-Hilfeplan	13
<hr/>		
L	Lebens-Bereiche	13
	Leistungs-Erbringer	14
	Leistungsstunden	14
	Leistungs-Gutsprache	15

---

M	Mobilität	15
---	-----------	----

---

P	Personen-Zentrierung	16
	Persönliche Sicht	16
	Persönliche Ziele	17

---

S	Selbstbestimmung	17
---	------------------	----

---

T	Teilhabe	18
---	----------	----

---

U	UN-Behindertenrechts-Konvention	18
---	---------------------------------	----

---

V	Vertrauens-Person	19
---	-------------------	----

---

W	Wohnheim	19
---	----------	----

---

# Ambulantes Wohnen

Eine Person wohnt in einer eigenen Wohnung.  
Oder mit anderen in einer Wohn-Gemeinschaft.



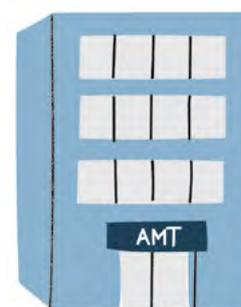
Manchmal kommt eine Unterstützungs-Person.  
Sie hilft bei den Sachen,  
die Sie nicht alleine können.  
Und sie hilft Ihnen, Dinge zu lernen.  
Diese Unterstützung zahlt das  
Amt für Integration und Soziales



---

# Amt für Integration und Soziales

Im Kanton Bern gibt es ein Amt.  
Das Amt heisst **AIS**.  
**AIS** ist die Abkürzung für  
**A**mt für **I**ntegration und **S**oziales.  
Sie möchten zum Beispiel Unterstützung im Alltag?  
Dann müssen Sie einen Antrag beim AIS stellen.



---

# Assist-ME

Assist-Me ist ein Computerprogramm.  
Mit einem Computerprogramm kann man Sachen  
auf dem Computer machen.

Zum Beispiel:

Schreiben

Spiele spielen

Im Internet surfen

E-Mails schreiben

Rechnungen bearbeiten

Assist-Me hilft beim Abrechnen.

Von Leistungen die Sie bekommen haben.



# Barrieren oder Barriere-Freiheit

Barrieren sind Hindernisse.

Barriere-Freiheit ist: Wenn alle Menschen ohne Hindernisse leben können.

Das ist besonders wichtig für:

- ältere Menschen
- Familien mit Kindern
- oder Menschen mit Behinderungen.



Alle sollten helfen:

Dass es weniger Hindernisse gibt.

Zum Beispiel:

Die Treppe ist für Personen im Rollstuhl ein Hindernis.

Eine Person im Rollstuhl kann ohne Unterstützung ein Haus betreten.

Wenn es eine Rampe oder einen Fahrstuhl gibt.



Texte können schwer verständlich sein.

Schwere Worte

und lange Sätze sind Hindernisse.

Leichte Sprache hat weniger Hindernisse.

Leichte Sprache ist eine Form der Barriere-Freiheit.



Leichte Sprache hilft vielen Menschen



Leichte Sprache bedeutet zum Beispiel:

- **einfache Worte**
- **kurze Sätze**
- **Bilder** den Text



Es muss mehr in Leichter Sprache geben

---

# Basis-Bogen

Der Basis-Bogen ist der erste Teil vom **individuellen Hilfeplan**.

Die Abkürzung heisst **IHP**.

Auf der Seite werden die Basis-Daten aufgeschrieben.

Das sind Infos über Sie.



Die Basis-Daten sind zum Beispiel:

- Ihr Name,
- wo Sie wohnen,
- mit welchen Behinderungen Sie leben.

---

# Bedarfs-Ermittlung

Bei der Bedarfs-Ermittlung

wird gemeinsam überlegt:

Welche Unterstützung brauchen Sie im Alltag?

Sie sollen selbstbestimmt leben können.

Dafür müssen Sie Fragen beantworten.

Die Fragen stehen im Hilfe-Plan.

Der heißt **IHP**.



---

# Befristung

Befristung bedeutet: Wie lange Sie Unterstützung bekommen.

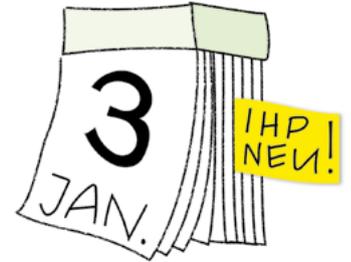
Für diese Zeit zahlt der Kanton Bern die Unterstützung.

Das steht in der **Leistungs-Gutsprache**.

Wenn die Zeit zu Ende geht,

machen Sie wieder einen Hilfe-Plan.

Der Hilfe-Plan heisst **IHP**



---

# Behinderten-Leistungs-Gesetz

Der Kanton Bern hat ein neues Gesetz gemacht.

Es heisst **Behinderten-Leistungs-Gesetz**.

Die Abkürzung ist **BLG**.

Im **Behinderten-Leistungs-Gesetz** steht:

Menschen mit Behinderungen können in

Ihrem Leben mehr selbst bestimmen.

Dafür bekommen sie Unterstützung.

Jede Person mit Behinderungen

Bekommt genau die Unterstützung,

die sie braucht.



---

# Beratung

Sie können sich beraten lassen.

Zum Beispiel:

- Beim Aufschreiben von Ihren Zielen
- und Wünschen
- Was Ihnen hilft.
- Was Ihnen nicht hilft.



---

# Daten-Schutz

Das sind Informationen über Sie.

Zum Beispiel:

- Ihr Name,
- wo Sie wohnen,
- und mit welchen Behinderungen Sie leben.

**Daten-Schutz** bedeutet:

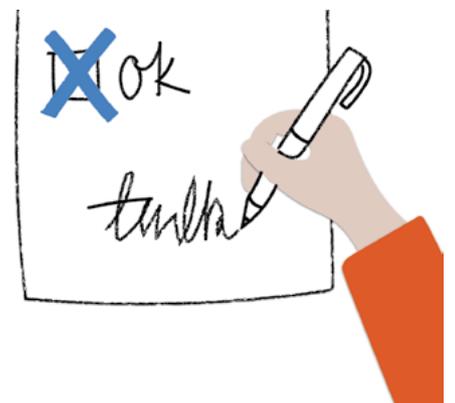
Ihre Daten dürfen nur weitergegeben werden wenn sie ja dazu sagen.

Das **AIS** muss Ihre Daten kennen.

Das ist wichtig für die **Bedarfs-Ermittlung**.

Manchmal müssen auch andere

Fach-Leute Ihre Daten kennen.



---

# Ergänzende Sicht

Der Hilfe-Plan heisst **IHP**.

Im **IHP** führen sie ein Gespräch.

Sie sprechen über Ihre Wünsche und Ziele.

Und welche Hilfe Sie brauchen.

Das ist Ihre **persönliche Sicht**.



Bei dem Gespräch ist auch dabei:

Ihre Vertrauensperson.

Oder eine Fachperson, die Sie gut kennt,

Diese Person schreibt auch auf,  
welche Unterstützung Sie brauchen.

Das heisst ergänzende Sicht.

Sie bezieht sich auf alle **Lebens-Bereiche**.

**Lebens-Bereiche** sind zum Beispiel:

Wohnen oder arbeiten.

Die ergänzende Sicht kann anders sein,  
als Ihre **persönliche Sicht**.

Beides wird im **IHP** aufgeschrieben.

---

# Förder-Faktoren

Faktoren sind **Hilfs-Mittel**.

Zum Beispiel ein Geh-Stock.

Oder eine Person.

Zum Beispiel ein Familien-Mitglied.



Bei der **Bedarfs-Ermittlung** ist herausgekommen:

Sie brauchen Unterstützung.

Dann unterstützt Sie eine Person.

Zum Beispiel beim Einkaufen.

Diese Person ist ein Förder-Faktor.

**Hilfs-Mittel** erleichtern uns den Alltag.

---

# Gesetzliche-Vertretung

Das Wort hat die Bedeutung:

Eine Person darf etwas für die Person mit Behinderungen entscheiden.

Sie unterstützt zum Beispiel:

- beim Einteilen von Geld,
- bei einem Besuch auf dem Amt,
- oder bei einem Mietvertrag für
- die eigene Wohnung.

Die **Gesetzliche-Vertretung** muss darauf achten:  
Was möchte der Mensch mit Behinderungen.



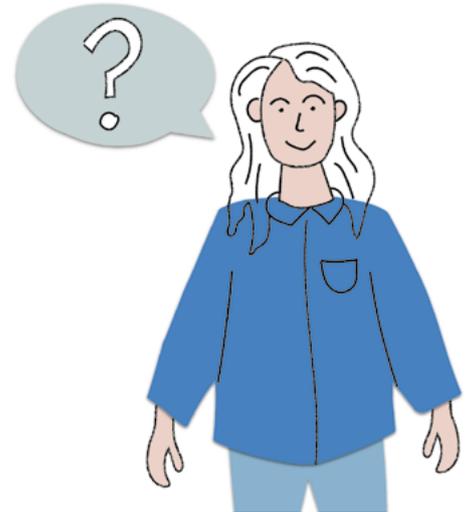
---

# Gesprächs-Leitfaden

Ein Leitfaden ist ein Plan.  
Er hilft beim Gespräch.  
Damit man nichts vergisst.  
Der Plan hilft beim Ausfüllen vom **IHP**  
In dem Plan stehen wichtige Fragen.

Zum Beispiel:

- Wie leben Sie?
- Wie möchten Sie leben?
- Wobei brauchen Sie Unterstützung?



---

# Hilfs-Mittel

Manche Menschen mit Behinderungen  
brauchen besondere Hilfs-Mittel.  
Sie helfen im Alltag selbstständig  
zu sein.  
Hilfs-Mittel überwinden Hindernisse.

Hilfs-Mittel sind zum Beispiel:

- Hör-Geräte
- Geh-Hilfen
- Blinden-Hunde
- Tische, die in der Höhe verstellbar sind.



---

# Individueller-Hilfeplan

Die Abkürzung für den Individuellen Hilfeplan im Kanton Bern ist **IHP**.

Der IHP ist ein Hilfe-Plan.

Im Hilfe-Plan steht, welche Wünsche

Und Ziele Sie haben.

Und welche Unterstützung Sie dafür brauchen.

Die Unterstützung zahlt dann

das **AIS**.

**Hilfe-Plan**

Ziele: 1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
? \_\_\_\_\_  
? \_\_\_\_\_

Das Diagramm zeigt ein Formular für einen Hilfe-Plan. Oben steht 'Hilfe-Plan'. Darunter sind vier Zeilen für Ziele mit den Nummern 1., 2., 3. und zwei Fragezeichen. Links neben den Zeilen sind zwei kleine Illustrationen: eine Packung Mehl mit der Aufschrift '6. MONAT' und ein Porträt einer Person.

---

# Lebens-Bereiche

Bei der **Bedarfs-Ermittlung** müssen Fragen

Zu Lebens-Bereichen beantwortet werden.

Es gibt 9 Lebens-Bereiche.

Lebens-Bereiche sind zum Beispiel:

- Wohnen
- Arbeiten
- Lernen



---

# Leistungs-Erbringer

Eine Einrichtung oder ein Dienst für Menschen mit Behinderungen ist ein Leistungs-Erbringer.

Leistungs-Erbringer sind zum Beispiel:

- das **Wohnheim**,
- die **Werkstatt für Menschen mit Behinderung**,
- der Assistenz-Dienst
- der Pflege-Dienst

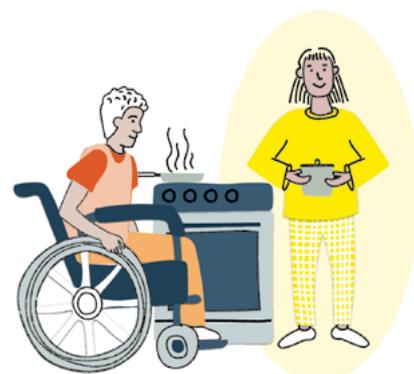


---

# Leistungsstunden

Das ist die Zeit, in der Sie Unterstützung bekommen.  
Eine Person macht etwas für Sie.  
Wenn Sie es nicht alleine können.  
Zum Beispiel hilft die Person beim Putzen oder geht mit Ihnen zum Arzt.

Manchmal hilft die Person etwas zu lernen.  
Dann üben Sie zusammen.  
Zum Beispiel: Bus fahren.  
In der Leistungs-Gutsprache steht  
Wie viele Stunden Sie unterstützt werden.



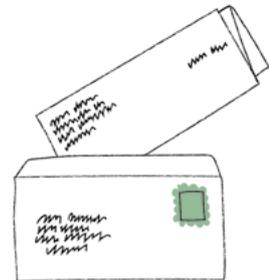
---

# Leistungs-Gutsprache

Das ist ein Brief vom **AIS**.

Im Brief steht:

- wie viele Stunden Sie unterstützt werden
- wie lange das **AIS** die Hilfe bezahlt



---

# Mobilität

Menschen mit Behinderung sollen eigenständig überall gut hinkommen.

Zum Beispiel:

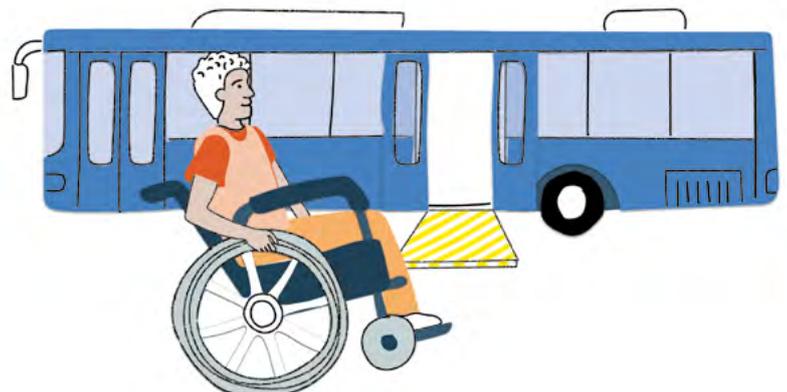
- von der Wohnung zum Arbeitsplatz oder
- von der Arzt-Praxis zu den Freunden oder Freundinnen.

Das nennt man **Mobilität**.

Man kann auf verschiedene Weise überall hinkommen.

Zum Beispiel:

- mit Bus und Bahn,
- mit dem Auto,
- zu Fuß,
- oder im Rollstuhl.

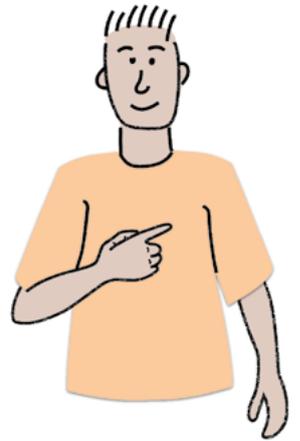


---

# Personen-Zentrierung

Zentrierung bedeutet etwas  
in die Mitte stellen.

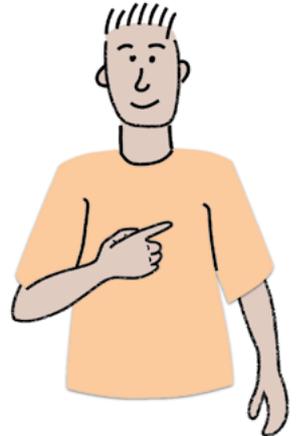
Bei der **Bedarfs-Ermittlung** ist  
der Mensch mit Behinderung im Mittelpunkt.  
Er bekommt die Unterstützung,  
die er braucht.



---

# Persönliche Sicht

Jeder Mensch macht andere Erfahrungen.  
Jeder Mensch hat auch eigene Gewohnheiten.  
Das heißt: Jeder Mensch hat im Alltag  
verschiedene Bedürfnisse.  
Daher ist es wichtig, von Ihren Bedürfnissen bei  
der **Bedarfs-Ermittlung** zu erzählen.  
Der **IHP** nennt es die persönliche Sicht.  
Es geht um Ihre eigenen Erfahrungen und Gewohnheiten.  
Was Ihnen wichtig ist.



Zum Beispiel:

Ein Mensch glaubt an eine Religion.

Seine persönliche Sicht ist:

Es ist wichtig, regelmäßig in die Kirche zu gehen.



---

# Persönliche Ziele

Persönliche Ziele sind Ihre eigenen Wünsche.  
Sie beschreiben, wie Sie leben möchten.

Zum Beispiel:

Mein persönliches Ziel ist:

Ich möchte gern an einem Computer arbeiten.



---

# Selbstbestimmung

Kein Mensch darf über einen  
Anderen Menschen bestimmen.  
Jeder Mensch entscheidet selbst  
über sein Leben.  
Das heisst Selbstbestimmung.



---

# Teilhabe

Menschen mit Behinderungen wollen genauso leben wie Menschen ohne Behinderung. Sie möchten ihren Alltag nach eigenen Wünschen gestalten. Das heißt: In der Gemeinschaft dabei sein und selbstbestimmt leben. Das nennt man Teilhabe.



---

# UN-Behindertenrechts-Konvention

Eine **Konvention** ist eine Vereinbarung zwischen verschiedenen Ländern.

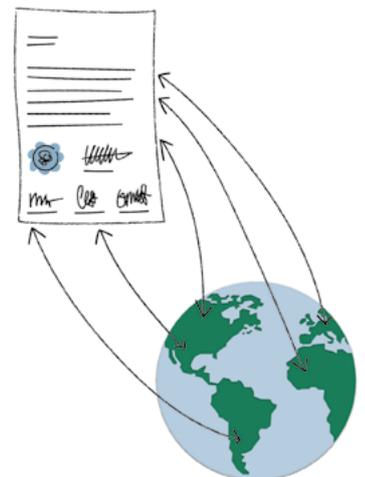
Die **Behindertenrechts-Konvention** ist die Vereinbarung über die Rechte von Menschen mit Behinderung auf der ganzen Welt.

Sie gilt wie ein Gesetz.

Jedes Land muss sich kümmern, dass Menschen mit Behinderung diese Rechte bekommen.

Das bedeutet:

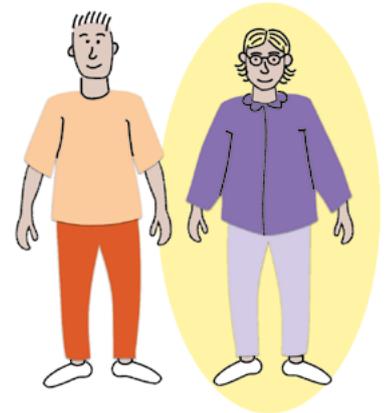
Jeder Mensch muss gut behandelt werden. Niemand darf schlechter behandelt werden, weil er oder sie mit einer Behinderung lebt. Die Abkürzung der Konvention ist: UN-BRK.



---

# Vertrauens-Person

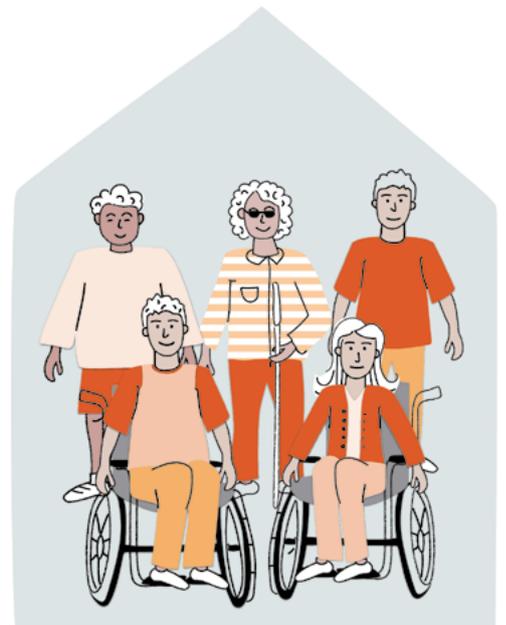
Eine Vertrauens-Person ist ein Mensch,  
den Sie gut kennen und mögen.  
Und der Sie gut kennt.  
Das kann zum Beispiel jemand aus  
Ihrer Familie sein.  
Oder ein Freund oder eine Freundin.



---

# Wohnheim

Im Wohnheim lebt man zusammen  
mit anderen Menschen.  
Sie bekommen verschiedene Hilfen.  
In einem Wohnheim verbringt man  
Zeit mit den anderen Menschen.  
Man isst zusammen und hat zum Beispiel  
gemeinsam ein Wohnzimmer.



Bildgestaltung in Anlehnung an Illustrationen der  
Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung  
Bremen e.V.,  
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern  
Amt für Integration und Soziales

Rathausplatz 1  
Postfach  
3000 Bern 8  
Tel. +41 31 635 22 42

[info.blg@be.ch](mailto:info.blg@be.ch)