Text in Leichter Sprache

pro plus
Rheinland-Pfalz e.V.

positHIV
HIV-Selbsthilfe aus Koblenz

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 dem Mediopunkt voneinander getrennt. Der Mediopunkt „·“ hilft dabei, lange Wörter leichter lesen zu können. Zum Beispiel: Herz·rhythmus·störung
- Sätze können mit Bindewörtern beginnen
- schwierige Wörter sowie Fach- und Fremdwörter werden erklärt
- großes und klares Schriftbild
- Wortwiederholungen
- Zur besseren Lesbarkeit von Personenbezeichnungen & personenbezogenen Wörtern wird die männliche Form genutzt.

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:
- Wir trennen lange Wörter mit dem Medio·punkt.
- Schwere Wörter werden erklärt.
- Die Schrift ist groß.
- Viele Worte wiederholen sich.
- Im Text steht nur die männliche Form, zum Beispiel Arzt. Wir meinen damit Menschen mit jedem Geschlecht.

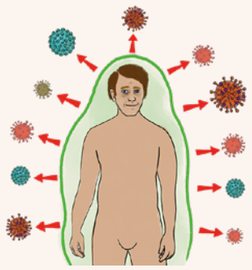
Texte in **Leichter Sprache** haben immer Bilder.
Die Bilder helfen beim Verstehen.

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**.

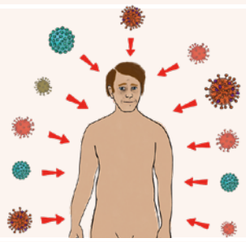
Für Texte in **Leichter Sprache** gibt es
ein bestimmtes Zeichen.
Das Zeichen sieht so aus:

Das sind wir:

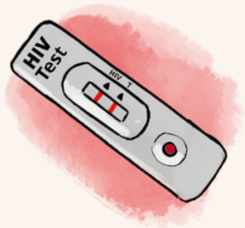
Unser Verein heißt:
pro plus Rheinland-Pfalz e.V.
Wir wollen:
Menschen mit HIV oder Aids helfen.



Aids ist eine Krankheit
vom Immun·system.
Das Immun·system schützt den Körper
vor Viren.

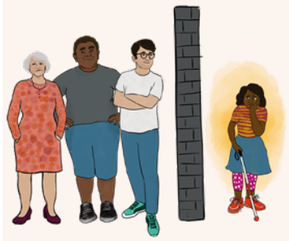


Bei Aids schützt das Immun·system
den Körper **nicht** mehr.



Wenn man HIV-positiv ist,
dann bekommt man vielleicht Aids.

Wir wollen:
Menschen mit HIV und ihre Familien
können sich austauschen.
Dafür gibt es unseren Verein.



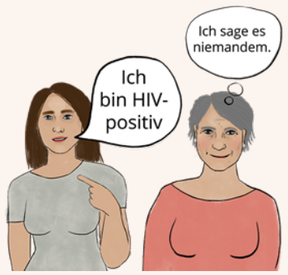
Leider gibt es noch viele Vorurteile
und Ausgrenzung
von Menschen mit HIV
Zum Beispiel:
- im Alltag
- von Ärzten
Denn viele Menschen denken:
Aids ist sehr ansteckend.

Unser Ziel ist:
Es gibt weniger Ausgrenzung
und Vorurteile.

Was mache ich,
wenn ich HIV positiv bin?

Wenn jemand **HIV-positiv** ist,
dann gibt es viele Fragen.
Zum Beispiel:
- Welche Behandlung gibt es?
- Wie schütze ich andere Menschen?
- Mit wem kann ich sprechen?

Wichtig ist:
- Menschen mit **HIV** kennen ihre Rechte.



Zum Beispiel:
Niemand darf weitersagen,
dass jemand **HIV-positiv** ist.
Das darf nur die Person selbst.

- Menschen mit **HIV**
haben einen Arzt.
Der Arzt ist Experte für **HIV**.

- Für Menschen mit **HIV**
gibt es Selbst·hilfe·gruppen.
Zum Beispiel: bei unserem Verein.
Hier spricht man mit anderen Menschen mit HIV.

Das gibt Stärke.

- Es gibt auch Selbsthilfe·gruppen
für Familien und Freunde.
Alle Menschen in der Gruppe
kennen Menschen mit **HIV**.
Hier reden sie darüber.
So lernen sie über die Krankheit.

Die Selbst·hilfe·gruppen von pro plus

Bei unserem Verein gibt es
verschiedene Selbst·hilfe·gruppen.

Wir sprechen offen über HIV und Aids.
Aber: Wir dürfen **nichts** weitersagen.

Positiven-Treff
Das ist ein Treff
für alle Menschen mit HIV oder Aids.
Der Treff ist immer am
2. und 4. Dienstag im Monat.
Der Treff ist von 17 Uhr bis 20 Uhr.
Bei dem Treff reden wir miteinander
und essen zusammen.
Wir tauschen unsere Erfahrungen aus
und geben Tipps.
Jeder darf gerne kommen.

Frauen mit HIV
Das ist ein Treff für Frauen mit HIV oder Aids.
Der Treff ist immer am 1. Dienstag im Monat.
Der Treff ist von 17 Uhr bis 20 Uhr.
Wir treffen uns und reden.
Manchmal planen wir auch unsere Freizeit
zusammen.
Dieser Treff ist nur für Frauen.

Menschen aus der Ukraine mit HIV
Dieser Treff ist für Menschen
aus der Ukraine mit HIV oder Aids.
Der Treff ist immer am
2. und 4. Donnerstag im Monat.
Der Treff ist von 17 Uhr bis 20 Uhr.
Bei dem Treff sprechen wir Ukrainisch.

Positiven Abendbrot
Dieser Treff ist für alle Menschen mit HIV oder Aids.
Der Treff ist immer am 3. Freitag im Monat.
Der Treff beginnt um 17 Uhr.
Wir essen zusammen
und lernen neue Menschen kennen.

Mittelrhein Wuffel
Petplay ist ein englisches Wort.
Man spricht es so aus: Pett pläi.
Es bedeutet ungefähr: Haustier spielen.
Petplay ist eine Art von Rollen·spiel
für Erwachsene.
Manche Menschen spielen Hunde.
Manche Menschen spielen die Hunde·besitzer.
Dieser Treff ist für Menschen,
die Petplay mögen.
Wir spielen zusammen und basteln.
Vielleicht willst du Petplay
gerne ausprobieren.
Dann bist du bei uns willkommen.
Der Treff ist immer am letzten Samstag im Monat.

DigitalPakt Alter
Das ist ein Projekt in ganz Deutschland.
Das Projekt ist für ältere Menschen.
Ältere Menschen nennt man auch Senioren.
Senioren kennen sich oft noch **nicht** gut
mit Handy und Computer aus.
Das Projekt soll helfen:
Die Senioren lernen darüber.
Beim Verein arbeiten Ehrenamtliche.
Sie helfen den Senioren.

Hier finden Sie noch mehr Infos
zum DigitalPakt Alter.
Sie finden die Infos auf der Internet·seite:
www.digitalpakt-alter.de

Hilfe für Bedürftige
Das ist ein Angebot für Menschen,
die Hilfe brauchen.
Zum Beispiel:
- Menschen mit HIV oder Aids
- Senioren
- Menschen mit wenig Geld

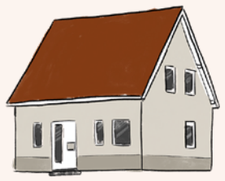
Bei diesem Angebot bekommen
diese Menschen wichtige Dinge.
Zum Beispiel:
Seife und Zahnpasta
Die Dinge sind kostenlos.

Wir wollen auch:
Bei dem Angebot lernt man
andere Menschen kennen.
Und man kann nach Hilfe fragen.

Wir vermitteln gerne zu anderen Angeboten.

Die Hilfe für Bedürftige ist immer:
montags und freitags
von 9 bis 12 Uhr.
Oder: montags von 18 bis 19.30 Uhr.

Anmeldung:
Bitte melden Sie sich für die Angebote vorher an.
Die Telefon·nummer ist:
02 61- 97 40 30 13
Die E-Mail-Adresse für die Hilfe für Bedürftige ist:
carebag@proplusrlp.org
Die E-Mail-Adresse für die anderen Angebote ist:
proplus@proplusrlp.org



Alle Angebote finden beim Verein statt.
Die Adresse vom Verein ist:
pro plus Rheinland-Pfalz e.V.
Casinostraße 39
56068 Koblenz

Unser Verein pro plus Rheinland-Pfalz
Vielleicht willst du ein Ehrenamt machen.
Zum Beispiel bei uns.
Wir freuen uns über jede Mithilfe.

Unser Verein ist Mitglied
im Queeren Netzwerk Koblenz.

Wir freuen uns über neue Mitglieder
und neue Ideen.
Vielleicht möchtest du auch Mitglied werden.

Wenn du ein Ehrenamt machen willst,
dann melde dich gerne bei uns.

Wenn du Mitglied werden willst,
dann melde dich auch gerne bei uns.
Oder komm direkt in unser Büro.

Das ist unsere Telefon·nummer:
02 61- 97 40 30 13
Das ist unsere E-Mail-Adresse:
info@proplusrlp.org

Unterstützung für unseren Verein:
Unser Verein bekommt Geldb für die Arbeit.
Zum Beispiel von Firmen.
Das nennt man Förderung.

Auf unserer Internet·seite steht:
Diese Firmen und Einrichtungen
geben dem Verein Geld.

Dieses Heft ist von:

LAG Selbsthilfe
von Menschen mit Behinderungen und
chronischen Erkrankungen Rheinland-Pfalz e.V.
Adresse: Umbach 4, 55116 Mainz
E-Mail: info@lag-sb-rlp.de
Internet: www.lag-sb-rlp.de

In Zusammenarbeit mit:

pro plus rlp e.V.
Adresse: Casinostraße 39, 56068 Koblenz
E-Mail: info@proplusrlp.org
Internet: www.proplusrlp.org

Die Übersetzung des Inhalts ist von:

© Zentrum für Inklusion Weinheim
Adresse: Elisabethstr. 9, 69469 Weinheim
E-Mail: info@zentrum-inklusion.de
Internet: www.zentrum-inklusion.de

Der Text wurde geprüft von Prüferinnen und Prüfern vom Zentrum für Inklusion Weinheim.

Das Heft ist gestaltet von:

JSCHKA Kommunikationsdesign
Internet: www.jschka.de

Die Bilder sind von:
© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

© JSCHKA Kommunikationsdesign | www.jschka.de
aus der Bildergalerie „Leichte Sprache - Bilder“ der LAG Selbsthilfe RLP:
www.lag-sb-rlp.de/aktuelles/bildergalerie_leichte_sprache.html

© iStock.com/cienpies

Das Logo ist von:
© Europäisches Logo für einfaches Lesen:
Inclusion Europe. Weitere Informationen unter www.leicht-lesbar.eu

Die GKV hat uns mit Geld unterstützt.
Damit wir dieses Heft drucken lassen konnten.
Herzlichen Dank!

In schwerer Sprache sagt man:
Mit freundlicher Unterstützung der
GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe Rheinland-Pfalz

www.proplusrlp.org