How-To mehr Barrierefreiheit in A*spec Communitys

oder auch: Wie wir unsere A*spec Community(s) barriereärmer und inklusiver gestalten können

Allgemein

- Ausdrückliches Willkommen heißen / wer ist willkommen?
  - Alle sind herzlich willkommen!
  - alle romantischen, sexuellen, geschlechtlichen,... Identitäten
  - a*spec
    aro*spec, ace*spec, apl*spec,...
    demi*, grey*, quoi*, fray*,...
  - ....
- Bei Safe(r)spaces: für wen genau und ggf. für wen nicht
- Als Orga-Person(en) eigene Perspektive(n) nennen
- Inklusive Sprache
- Infos in verschiedenen Sprachen bereitstellen und Versionen in Einfacher Sprache, Leichter Sprache und in DGS Gebärdensprache
- Einfache Sprache verwenden
- Symbole und Einfache Sprache für wichtige Informationen
- Angeben ob/welche Vorkenntnisse erwartet werden
- Content Notes (inkl. Beschreibung) & Absprachen dazu
- Programm / Ablauf / Dauer / Inhalte möglichst im Vorhinein teilen und dann möglichst nicht mehr ändern
- Infos auch in Papierform verbreiten (Aushang, Flyer)
- Verschiedene Social Media Kanäle, da unterschiedlich zugänglich
- Hinweis zum Thema Vertraulichkeit

Barrierefreiheit verschiedener Tools für Screenreader*innen Nutzende (nach Einzelerfahrungsberichten):
Messenger
- WhatsApp gut
- Telegram funktioniert gar nicht
- Signal gut
- Slack funktioniert

Online Tools
- yopad.eu funktioniert nicht
- Trello funktioniert

Konferenztools
- Zoom funktioniert gut
- BigBlueButton funktioniert
- Jitsi funktioniert einigermaßen

Website

- Web: Hauptinhalte in einer Spalte, nur ein Menü und nicht mehrere
- Dark Mode, Helligkeit, Sättigung, Kontraste oder Farbschema veränderbar
- Website sollte auch mit geringem Datenvolumen oder schlechtem WLAN und älterem Betriebssystem funktionieren
- Bildbeschreibungen & Untertitel (keine automatischen, sondern manuell eingegebene) → Alt text Funktion nutzen + so angeben
- Infos als Text nicht Bild (Screenreader)
- Auf Webseiten, keine hovernden Bilder oder Bilder, die sich beim Scrollen bewegen
- Minimalistische Designs (nicht reizüberflutend) oder Option dazu

Infos Abfragen

- Umfrage, welche Maßnahmen für Barrierearmut hilfreich sind / benötigt werden
- mündliche und schriftliche Zusammenfassungen am Ende oder im Nachgang
- Ihr habt Fragen, z.B. zur Barrierefreiheit der Räumlichkeit? Schreibt uns gerne an! Wir werden unser Möglichstes tun, um es für euch zugänglich zu machen!
- Zuvor von euch aus nach Allergien und Präferenzen (z.B. vegan, vegetarisch, halāl,...) fragen und für alle zumindest eine passende Option bieten

Bei der Planung

- Angebot für Schriftdolmetschung
- Angebot Personen von ÖPNV-Haltestellen abzuholen
- Angebot für Audiodeskriptionen
- Angebot für Gebärdendolmetschung (DGS/ÖGS/DSGS/...)
- speech-to-text Bot nutzen für Personen, die Informationen besser schriftlich aufnehmen können
- ruhige, legere, saubere, Sensorik-freundliche Atmosphäre schaffen und oder Orte wählen (z.B. leise, sanftes Licht, kein fluoreszierendes Licht, kein Echo, kein Perfum, Platz zum Ausstrecken,...)
- ggf. barrierefreie Schlafmöglichkeiten bieten
- leicht mit ÖPNV erreichbare Orte wählen und oder Orte mit guten Parkmöglichkeiten (und beides benennen)

Vor Ort Veranstaltungen

- Colour Code Badges (Anstecker mit verschieden Farben und Symbolen für Menschen mit Farbenblindheit)
  - grün + Kreis = sprich mich gerne an
  - gelb + Dreieck = sprich mich bitte nur an, wenn wir uns schon kennen oder ich dich anspreche
  - rot + X = sprich mich bitte gerade nicht an

- hybrid
- Beschreibung des Eingangs
- Räumlichkeiten barrierefrei? → erläutern
  - keine Stufen / Rampe?
  - breite Türen? (mindestens 90cm)
  - WCs?
  - Tische unterfahrbar?
  - Aufzüge?
  - automatische Türen?
- Rückzugsmöglichkeiten (sensory-friendly, ruhig)
- Wegbeschreibung (verschiedene Verkehrsmittel) + Karte
- Keine (laute) Hintergrundmusik
- Später kommen / früher gehen / Raum zwischendurch verlassen ok?
- Infos zu Corona Maßnahmen + 2G + ggf. Maske
- Akzeptierendes Umfeld / Wissen über Neurodivergenz vorhanden? (z.B. Stimming)
- Gibt es Essen & Trinken? Was? Kostenlos? + Inhaltsstoffe
- Option geben, Essen schneller zu erhalten
- ruhige Essbereiche bieten
- Mehrere Tische, für Kleingruppen
- Bei Medienwiedergabe, Check-in, ob Lautstärke okay ist
- Sitzmöglichkeiten, die einen guten Blick auf die Bühne haben
- Sitzmöglichkeiten für Personen aller Körpertypen
- Möglichkeit zu Lüften
- Räume und Bereiche mit Schildern in verschiedenen Sprachen und Symbolen versehen (z.B. Toilettenräume, Veranstaltungsraum, Rückszugsräume,...)
  - Erkennungszeichen für Treffs → Achtung bei Lichtern (kein Flackern, grell, bunt,...)
- Teilnehmer*innen klar zu Beginn kommunizieren, dass sie jederzeit aufstehen, sich bewegen, rumgehen und den Raum verlassen und betreten dürfen
- Material (z.B. beschreibbares Klebeband) anbieten um Schildchen mit Namen und Pronomen zu machen (da sich manche Leute schlecht Namen und Gesichter merken können)
- Gute Beleuchtung, verstellbare Helligkeit (hell und dimmbare Einstellungen möglich)
- Hellgraue Wandbehänge (für Akustik und Sensorik)
- All-gender Toiletten

Begleitpersonen und -tiere

- Assistenzpersonen willkommen heißen
- Assistenz-/Haustiere erlaubt? (z.B. Hunde)
- Buddies willkommen? (Begleitpersonen)

Kleidung und Atmosphäre

- Atmosphäre? (locker/...)
- Innenraumtemperatur (ca.)
- Kleidungsstil
- Formalitätslevel angeben (Kleidung, soziale Interaktion,....)

Texte

- Legastheniker*innenfreundliche Schriftarten verwenden oder mehrere Schriftarten anbieten
- Abschnitte verwenden (keine Textwand)
- keine Dauerfett- oder -großschreibung

Weiteres

- Emojis beschreibende Namen geben
- Keine Emojis spammen
- Gifs ausschaltbar + flackernde Gifs spoilern
- falls anwendbar: online und repräsentative Abstimmungen ermöglichen
- anbieten, 5 min. früher in das Meeting zu kommen, um die Technik ausprobieren zu können
- Pings ausschalten
- Plural-Form nutzen um Systeme und plurale Personen einzuschließen
- Linktexte als Linktext behalten und nicht mit "hier" verlinken
- Erklärungen zu Abkürzungen und Akronymen
- Textbasierte Teilnahme ermöglichen/textbasierte Veranstaltungen
- Textbeiträge vorlesen

Unterhaltungen

- Mundbild sollte klar sichtbar sein
- möglichst ruhiger Hintergrund und so wenig Hintergrundgeräusche wie möglich
- Meldung per Emoji
- Tonindikatoren
- Geräuschpegel sollten veränderbar sein

Do (Tun)

- Vorstellungsrunde mit Pronomen
- Befindlichkeitsrunden am Anfang und Feedbackrunden am Ende
- Ansprechpersonen für vor / während / nach dem Event kommunizieren
- vor jedem neuen Programmpunkt eine Check-in-Runde bzgl. momentaner Befindlichkeit, die Möglichkeit geben Bedürfnisse / Probleme /... zu äußern
- Tagesordnung vor und während des Treffens zugänglich machen (z.B: ausdrucken, aushängen, im Chat angeben...)
- Pausen, z.B. alle 30min 5min - länger kann für Menschen auch schwierig sein
- Protokoll führen & teilen
- evtl. Protokoll in einem Pad führen, dass während der Veranstaltung eingesehen werden und auch ergänzt werden kann
- zwischendurch Stichpunkte in den Textchat schreiben
- zwischendurch wichtigste Begriffe nochmal zusammenfassen

Don’t (Nicht tun)

- z.B. Konzentration zu bestimmten Zeiten einfordern → Ableistische Aussagen vermeiden
- "Muss nichts mitbringen außer guter Laune" → kann Stress auslösen, solche Formulierungen unterlassen
- z.B. „Warum guckst du so?“ → Mimik sollte nicht gerechtfertigt werden müssen / kommentiert werden
- Keine ungefragten Kommentare über Aussehen / Gewicht / darüber wie viel eine Person isst
- frische Selbstverletzungswunden können triggern → bedecken
- „Darf ich auch mal damit spielen?“ → Hilfsmittel anderer nicht als Spielzeug betrachten / betiteln oder dazu nutzen wollen
- Keine Assistenzpersonen ausschließen → Assistenzpersonen zulassen

X-Karte

- evtl. Form des X-Card Systems nutzen: Wird eine Person von etwas getriggert oder erlebt etwas diskriminierendes oder verletzendes wird anonym (halbanonym an eine zuvor festgelegte Person) ein verabredetes Symbol gesendet und die Veranstaltung unterbrochen. Es wird ein Gespräch gesucht um die Situation zu klären und ggf. zu korrigieren / eine Info zu geben /...

Mehr Infos

- disability-pride-bonn.de
- aspec-dach.de
- asp-in-the-pod.de

Quellen

- Delfin
- A*spec DACH + friends
- Disability und Mad Pride Bonn
- AK für Inklusion und gegen Ableismus GJ NRW
- MinaS – Menschen im nichtbinären und agender Spektrum
- Forum A*spec Aktivismus
- Asexual Outreach
- CSD Karlsruhe

Kontakt

- Delfin (info@asp-in-the-pod.de)
- info@aspec-dach.de

How-To mehr Barrierefreiheit bei Prides / CDSs / Demos (offline)

oder auch: Wie wir unsere Prides, CSDs und Demos barriereärmer und inklusiver gestalten können

Allgemein

- Zielgruppe?
- Infos auch in Papierform verbreiten (Aushang, Flyer)
- Assistenztiere erlauben (z.B. Hunde)
- Symbole und Einfache Sprache für wichtige Informationen

Website

- Hauptinhalte in einer Spalte, nur ein Menü und nicht mehrere
- Dark Mode, Helligkeit, Sättigung, Kontraste oder Farbschema veränderbar
- Website sollte auch mit geringem Datenvolumen oder schlechtem WLAN und älterem Betriebssystem funktionieren
- Keine hovernden Bilder oder Bilder, die sich beim Scrollen bewegen
- Minimalistische Designs (nicht reizüberflutend) oder Option dazu
- Legastheniker*innen-freundliche Schriftarten verwenden oder mehrere Schriftarten anbieten
- Abschnitte verwenden (keine Textwand)
- Keine Dauerfett- oder Dauergroßschreibung
- Linktexte als Linktext behalten und nicht mit „hier“ verlinken

Medien

- Bildbeschreibungen & Untertitel (keine automatischen, sondern manuell eingegebene) → Alt text Funktion nutzen + kommentieren
- Infos als Text nicht Bild (Screenreader)
- Gift ausschaltbar + flackernde Gifs spoilern
- Audiodeskriptionen
  - Texte vorlesen
  - Bilder, Videos und andere Medien beschreiben
- Stream
  - Zoom ist relativ barrierearm
  - Schriftdolmetschung teilen
  - Akustik testen
  - Programm in den Textchat
- Verschiedene Social Media Kanäle, da unterschiedlich zugänglich
- Videos

    - möglichst ruhiger Hintergrund und so wenig Hintergrundgeräusche wie möglich
    - Mundbild sollte klar sichtbar sein

Sprache

- Inklusive und diskriminierungssensible Sprachen
    - Plural-Form nutzen um Systeme und plurale Personen einzuschließen
    - Ableistische Aussagen vermeiden
        - z.B. Konzentration zu bestimmten Zeiten einfordern
        - „Muss nichts mitbringen außer guter Laune“ → kann Stress auslösen
- Tonindikatoren verwenden
- Erklärungen zu Abkürzungen und Akronymen
- Einfache Sprache verwenden
- Content Notes (inkl. Beschreibung) & Absprachen dazu

Dolmetschung

- Dolmetschung
    - Deutsche Gebärdensprache → T*taube Dolmetscher*innen beauftragen
- Einfache Sprache
- Leichte Sprache → ggf. als Schriftdolmetschung
- Schriftdolmetschung → QR-Codes auslegen
- Weitere Lautsprachen → ggf. als Schriftdolmetschung

Anreise

- Reisekostenübernahme möglich?
- Ausführliche Ortsangaben
    - leicht mit ÖPNV erreichbare Orte wählen und oder Orte mit guten Parkmöglichkeiten (und beides benennen)
    - Wegbeschreibung (verschiedene Verkehrsmittel) + Karte
    - Barrieren an Bahnhöfen usw. angeben
- Angebot Personen von ÖPNV-Haltestellen abzuholen
- Beschreibung des Ortes
- ggf. barrierefreie Schlafmöglichkeiten bieten

Physische Barrieren

- Infos zur Barrierefreiheit des Ortes und der Demo
    - Stufen / Rampe(n)?
    - Zugang zur Bühne?
    - Barrierearme / -freie Kabelbrücken?
    - ggf. unterfahrbare Tische?
    - Sitz- und Liegemöglichkeiten, die einen guten Blick auf die Bühne haben
    - Sitzmöglichkeiten für Personen aller Körpertypen

- Barrierefreie Toilettenräume
- All-gender / geschlechtsneutrale Toiletten
- Kopfsteinpflaster oder ähnliches?
- Demonstrationszug 1h bei konstantem Gehen
- Rikschas? Rollstuhlrikschas?
- Lauftempo den Langsamsten anpassen

Team(s)

- Als Orga-Person(en) eigene Perspektive(n) nennen
- Akzeptierendes Umfeld / Wissen über Neurodivergenz vorhanden? (z.B. Stimming)
  - Hilfsmittel anderer nicht als Spielzeug betrachten / betiteln oder dazu nutzen wollen
  - Keine ungefragten Kommentare über Aussehen / Gewicht / darüber wie viel eine Person isst
  - Mimik sollte nicht gerechtfertigt werden müssen / kommentiert werden
- Ansprechpersonen für vor / während / nach dem Event kommunizieren
- Welche Teams gibt es? Wer ist wofür zuständig?
- Awareness-Team
  - Woran erkennbar?
  - Awarenesskonzept?
  - Möglichst divers
  - Stim-Toys, Hygieneartikel, Masken, Geräuschschutz, Sonnencreme, Traubenzucker, 1. Hilfe Set usw. dabei haben
- Sicherheits-Team, Ordner*innen & Sicherheitskonzept
  - Umgang mit Polizei klären
- Sanitäter*innen

Informationen teilen

- Programm und Ablauf, sowie Dauer ausführlich im Vorhinein teilen
- Infos zur Demoroute
  - Länge in Kilometern?
  - Eingeplante Zeitdauer?
  - Welche Demoblöcke gibt es?
  - Barrieren?
  - Sitzmöglichkeiten entlang der Strecke?
  - Schatten? Sonnig?
  - Toiletten entlang der Strecke?
- Infos zur Atmosphäre
  - Kleidungsstil?
  - Picknickdecken, Bollerwagen,...?
- Infos zu Corona Maßnahmen
  - ggf. Tests bereitstellen
- Haustiere erlaubt? (z.B. Hunde)
- Gibt es Kinderbetreuung? Gibt es Beschäftigungsmöglichkeiten für Kinder?
- Kostenloses Essen & Trinken anbieten
  - vegan, glutenfrei, nussfrei
- Gibt es Essen & Trinken? Was? Inhaltsstoffe? Kosten?
- Gibt es...
  - Strobo-Lichteffekte? Flackerndes / grelles / buntes / fluoreszierendes Licht?

    - Luftballons als Deko? (Latex-Allergie)
    - Musik?

Vor Ort

- Rückzugsmöglichkeiten (sensory-friendly, ruhig)
- Keine (laute) Hintergrundmusik
- Ruhige Essbereiche
- Infopoint
    - Programm aushängen
    - Namens- und Pronomenschilder → z.B. beschreibbares Klebeband anbieten
    - Wetterschutz (z.B. Regenschirm, Sonnencreme, Fächer, Sonnenschirm,...)
- Kontrastreiche Banner / (Demo-)Schilder
- Techniktests
    - Bei Medienwiedergabe, Check-in, ob Lautstärke okay ist
- Hybrid / Livestream
- Röume und Bereiche mit Schildern in verschiedenen Sprachen und Symbolen versehen → z.B. Toiletten, Rückzugsräume,...)
- Colour Code Badges (Anstecker mit verschieden Farben und Symbolen für Menschen mit Farbenblindheit)
    - grün + Kreis = sprich mich gerne an
    - gelb + Dreieck = sprich mich bitte nur an, wenn wir uns schon kennen oder ich dich anspreche
    - rot + X = sprich mich bitte gerade nicht an

Moderation

- Teilnehmer*innen klar zu Beginn kommunizieren, dass sie jederzeit aufstehen, sich bewegen, rumgehen und weggehen dürfen
- Pausen, z.B. alle 30min 5min → länger kann für Menschen auch schwierig sein

Feedback & Fragen

- „Ihr habt noch Fragen, z.B. zur Barrierefreiheit bei der Veranstaltung? Schreibt uns gerne an!“
- Umfrage, welche Maßnahmen für Barrierefreiheit hilfreich sind / benötigt werden
- Feedbackmöglichkeiten kommunizieren

Mehr Infos

- disability-pride-bonn.de
- aspec-dach.de
- asp-in-the-pod.de

Quellen

- Delfin
- A*spec DACH + friends
- Disability und Mad Pride Bonn
- AK für Inklusion und gegen Ableismus GJ NRW
- MinaS – Menschen im nichtbinären und agender Spektrum
- Forum A*spec Aktivismus
- Asexual Outreach
- CSD Karlsruhe

Kontakt

- Delfin (info@asp-in-the-pod.de)
- info@aspec-dach.de