

# Alle dürfen klettern

Auch Menschen mit Behinderungen können beim DAV klettern; neuerdings können sie sogar durch Bestehen der Kletterschein-Prüfung ihre Kompetenz beweisen. Doch zur Inklusion gehört auch Verständlichkeit – dabei hilft die so genannte „Leichte Sprache“. Hier ein Beispiel.

Text: Stefan Winter, Lebenshilfe Bremen e.V., Büro für Leichte Sprache

Illustrationen: Georg Sojer

**K**letterhallen sollen sicher sein. Darum hat der DAV eine Aktion gemacht. Die Aktion gibt es seit dem Jahr 2005. Die Aktion heißt: Aktion Sicher Klettern. In der Aktion kann man Prüfungen für Kletterscheine machen. Ein Kletterschein heißt: Toprope. Das spricht man: Top-rohp.

Ein Kletterschein heißt: Vorstieg. Etwa 100 Tausend Menschen haben diese Kletterscheine schon bekommen.

## Wie bekommt man einen Kletterschein?

Für einen Kletterschein muss man

- > bei einem Kurs mitmachen und
- > eine Prüfung schaffen.

Man weiß dann, wie man sicher klettert. Und man weiß, wie man andere sichert. Man sichert andere mit einem Sicherungs-Seil. Man hält das Sicherungs-Seil fest, damit der andere nicht runterfällt.

Einige Menschen haben **keinen** Kurs gemacht, aber sie sind schon sehr oft geklettert. Auch diese Menschen können die Prüfung machen. So können sie lernen, wie man sich und andere gut sichert.

## Wo kann man den Kurs für den Kletterschein machen?

- > Beim DAV
- > In Kletterhallen
- > In Bergschulen
- > Im Sportkurs in der Schule.

Die Prüfung muss man bei einem Klettertrainer machen.

Es ist **keine** Regel, dass man einen Kletterschein haben muss. Man darf auch ohne Kletterschein klettern. Man muss trotzdem immer aufpassen, dass man keinen Unfall hat.

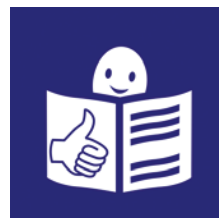
## Welche Kurse kann man noch machen?

Vielleicht will man lernen, wie man an einer Felswand klettert. Dafür kann man einen Kurs machen. Der Kurs heißt: Klettergarten-Kurs. Für den Kurs bekommt man diesen Kletterschein: DAV-Kletterschein Outdoor.

Vielleicht will man lernen, wie man sich und andere besonders gut sichert. Dafür kann man noch mehr Kurse machen. Die Kurse gehören zusammen. Die Kurse heißen: DAV-Sicherungs-Update. Das spricht man: Ap-däit

## Leichte Sprache

Die „Leichte Sprache“ soll Menschen, die aus unterschiedlichen Gründen eine geringe Kompetenz in der deutschen Sprache haben, das Verstehen von Texten erleichtern. Sie dient damit der Barrierefreiheit. Das Regelwerk wird vom „Netzwerk Leichte Sprache“ herausgegeben. Es umfasst neben Sprachregeln auch Rechtschreibregeln und Empfehlungen zu Typografie und Mediengebrauch; auch Bilder werden verwendet. Als Gütesiegel für Texte in Leichter Sprache hat der Verein Inclusion Europe ein „Europäisches Logo für Leichte Sprache“ geschaffen. Leichte Sprache ist nicht Kindersprache – ihr Ziel ist Verständlichkeit, ihr Stil ist Respekt.



## So geht das! **Kletterschein**



Wer mit Behinderung den Kletterschein ablegen will, muss vor allem ohne fremde Hilfe sichern können; Hintersicherung ist erlaubt, auch Sandsack oder Bremse am Rollstuhl. Beim Klettern ist Unterstützung zulässig.

### Der DAV-Kletterschein Inklusiv

Auch Menschen mit Behinderungen können die Prüfung für diese Kletterscheine machen:

> Toprope

> Vorstieg.

Sie können beim Klettern Hilfe bekommen. Aber sie müssen sich selber sichern können. Dabei darf ihnen keiner helfen.

Die Prüfung muss man bei einem besonderen Trainer machen. Der Trainer muss eine Bescheinigung haben. Die Bescheinigung nennt man Lizenz im Sportklettern. Eine Lizenz heißt zum Beispiel: Trainer C Klettern für Menschen mit Behinderungen. Vielleicht müssen noch andere Fachleute bei der Prüfung dabei sein.

### Kletter-Regeln für Menschen mit Behinderungen

Es gibt Kletter-Regeln. Die Kletter-Regeln sind auch für Menschen mit Behinderungen. Einige Regeln sind besonders wichtig:

Man muss sicher auf den Füßen stehen können. Wenn man im Rollstuhl sitzt: Man muss sicher im Rollstuhl sitzen.

Wenn man eine Person beim Klettern sichert, muss man etwa gleich viel wiegen. Wenn man weniger wiegt, kann man die Person nicht gut sichern. Aber man kann am Körper einen Gewichts-Sack tragen. Dann wiegt man mehr und kann die Person gut sichern.

Vielleicht braucht man beim Sichern eine zusätzliche Sicherung, weil man eine bestimmte Behinderung hat. Die zusätzliche Sicherung heißt: Hintersicherung. Man kann die Prüfung trotzdem machen. Hintersicherung ist keine Hilfe.

Eine Person sichert die Person beim Klettern. Beide müssen sich dabei Infos geben: Wie schnell kann die Person klettern? Fällt die Person beim Klettern vielleicht runter?

Auch der Trainer braucht bei der Prüfung Infos von der Person beim Klettern: Geht es der Person beim Klettern gut? Hat die Person beim Klettern noch genug Kraft? Der Trainer soll der Person beim Klettern Tipps geben.



**Stefan Winter** ist als Ressortleiter Sportentwicklung beim DAV unter anderem für das Thema Inklusion zuständig. Seinen Text hat die Lebenshilfe Bremen in „Leichte Sprache“ übertragen.