

# zet.

Zeitung in Leichter Sprache



Die letzte Ausgabe von der zet.

Sie lesen in dieser zet. Ausgabe:



Seite 2

## Neues aus Deutschland

Im Internet gegen Hass und Benachteiligung



Seite 8

## Neues aus der Welt

Corona in Indien



Seite 12

## Ideen und Tipps:

Die zet. Sommer-Tipps



Seite 17

## Wir fragen nach:

Gibt es mehr Häusliche Gewalt in der Corona-Zeit?

Seite 28

Ein Abschied ist immer auch ein neuer Anfang

Seite 31

Über die zet. Redaktion

Seite 32

Impressum



## Neues aus Deutschland



### Im Internet gegen Hass und Benachteiligung

Beim Christopher Street Day gehen Menschen für die Rechte von homo-sexuellen und trans-sexuellen Menschen auf die Straße. Wegen Corona gab es in diesem Jahr ein Programm im Internet.

In vielen Ländern auf der Welt werden homo-sexuelle und trans-sexuelle Menschen immer noch benachteiligt und unterdrückt. Auch in Deutschland erfahren sie noch oft Hass und Gewalt.

**Homo-Sexualität** bedeutet:

- Eine Frau fühlt sich zu anderen Frauen hin-gezogen.
- Ein Mann fühlt sich zu anderen Männern hin-gezogen.

Homo-Sexualität ist ein Beispiel für die **sexuelle Orientierung**.

Die sexuelle Orientierung beschreibt:

Zu wem sich eine Person hin-gezogen fühlt.

Auch die **sexuelle Identität** macht eine Person aus.

Identität bedeutet:

Wer eine Person ist.

Und wie sie sich selbst beschreibt.



Foto: pixabay

Die sexuelle Identität beschreibt:

Zu welchem Geschlecht fühlt sich eine Person zugehörig?

Zum Beispiel:

Fühle ich mich als Mann oder als Frau?

Nicht alle Menschen finden:

Ihr Geschlecht passt zu dem, wie sie sich fühlen.

Zum Beispiel trans-sexuelle Menschen.

**Trans-Sexualität** kann bedeuten:

- Ein Mensch hat einen weiblichen Körper und fühlt sich als Mann.
- Ein Mensch hat einen männlichen Körper und fühlt sich als Frau.
- Ein Mensch fühlt sich nicht als Mann und nicht als Frau.
- Ein Mensch fühlt sich gleichzeitig als Mann und als Frau.

**Viele Menschen sind immer noch gegen Homo-Sexualität und Trans-Sexualität.**

**Deswegen gibt es den Christopher Street Day.**

Das ist Englisch und man spricht es so: Kristoffer Striit Dej.

Die Abkürzung dafür ist CSD.

Das spricht man so: Zee-ess-dee.

Der CSD ist einmal im Jahr in Orten auf der ganzen Welt.



Foto: Pixabay

**Beim CSD gehen Menschen auf die Straße.  
Sie kämpfen gegen Hass und gegen Benachteiligung.  
Und für gleiche Rechte von allen Menschen:**  
Egal welche Herkunft, Religion, sexuelle Orientierung  
oder sexuelle Identität sie haben.

Viele Menschen ziehen für den CSD bunte Kleidung an.  
**Und viele haben Regenbogen-Fahnen dabei.**  
Die bunten Farben und der Regenbogen sind ein Zeichen für **Vielfalt**.  
Vielfalt bedeutet:  
Alle Menschen sind verschieden.  
Und das ist gut so.

Auch in vielen deutschen Städten gibt es jedes Jahr Aktionen zum CSD.  
Zum Beispiel:  
**Normalerweise sind in Berlin und Köln große Paraden  
mit vielen Tausend Menschen.**  
Eine Parade ist ein großer Fest-Umzug.  
Die Menschen auf den Paraden feiern die Vielfalt von den Menschen.

**Wegen Corona gab es in diesem Jahr keine großen Paraden.**  
Deswegen haben sich mehrere Gruppen in Berlin  
etwas Neues ausgedacht:



Foto: csd münchen

**Sie haben den ersten CSD im Internet gemacht.**

Am Samstag konnte man von zu Hause aus ein buntes CSD-Programm auf YouTube anschauen.

Das spricht man so: Ju-Tjub.

Ungefähr 30 Gruppen stellten sich und ihre Projekte vor.

Es gab viele Gespräche über die Benachteiligung und die Rechte von Menschen mit verschiedener sexueller Identität und Orientierung. Außerdem gab es ein Unterhaltungs-Programm mit viel Musik.

**Michael Müller** ist der Regierende Bürgermeister von Berlin.

Er eröffnete den CSD im Internet mit einer Video-Botschaft.

Müller sagt:

Homo-sexuelle und trans-sexuelle Menschen werden immer noch ausgegrenzt und benachteiligt.

Sie werden immer noch Opfer von Gewalt.

Auch in unserer Stadt und in unserem Land.

**Wir müssen auch in Zukunft dagegen kämpfen!**

Wegen Corona können wir keine Paraden machen.

Aber wir können auch über das Internet etwas gegen Hass und Benachteiligung tun.



Presse-Foto: Stefan-Kaminski

**Claudia Roth** ist Politikerin im Deutschen Bundestag.

Sie fordert:

**Alle Menschen müssen wirklich die gleichen Rechte haben.**

Ein bisschen gleiche Rechte reichen nicht aus.

Vor allem in Ländern in Ost-Europa werden  
homo-sexuelle Menschen noch stark unterdrückt.

Das dürfen wir nicht vergessen.

Auch in anderen Orten in Deutschland gab es Angebote im Internet  
oder kleine Aktionen auf den Straßen.

➔ Die Informationen in diesem Text sind aus einem Artikel  
von der Tagesschau:

<https://www.tagesschau.de/inland/csd-wendland-berlin-101.html>

Stand: 25.7.2020



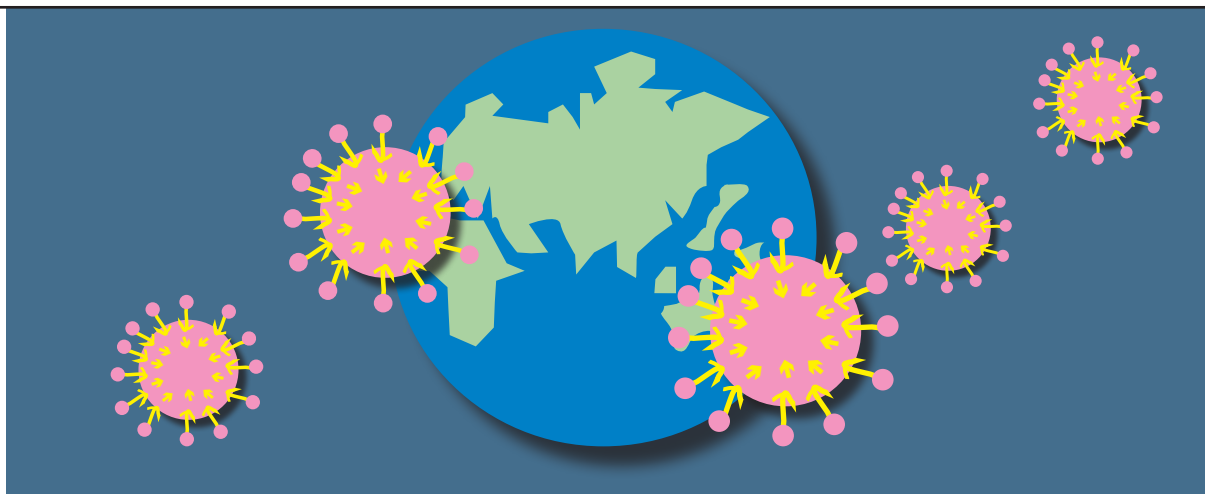
**Hinweis:**

Es gibt eine Internet-Seite mit dem Namen Regenbogen-Portal.  
Hier finden Sie mehr Informationen  
zu Themen rund um sexuelle Orientierung und sexuelle Identität:  
<https://www.regenbogenportal.de/leichte-sprache>

Die Internet-Seite ist vom Bundes-Ministerium für Familie,  
Senioren, Frauen und Jugend.

**Achtung:** Die Informationen stehen fast ganz unten  
auf der Internet-Seite.





## Neues aus der Welt



### Corona in Indien

#### Gefährliches Leben auf der Müll-Kippe

Indien ist ein sehr großes Land in Asien.

Die Haupt-Stadt von Indien ist Delhi.

Das spricht man so: Deli.

In Delhi leben mehr als 20 Millionen Menschen.

Am Stadt-Rand von Delhi ist eine riesige Müll-Kippe.

Die Fläche von der Müll-Kippe ist so groß wie über 70 Fußball-Felder.

Die Müll-Berge sind bis zu 60 Meter hoch.

Hier landet der Müll aus den Wohn-Gebieten von Delhi:

Haus-Müll, Küchen-Abfälle und Plastik-Verpackungen.

Auf der Müll-Kippe sind Müll-Sammler unterwegs.

Das sind Männer, Frauen und Kinder.

Sie leben in großer Armut.

Viele Müll-Sammler leben am Rand von der Müll-Kippe.

Dort haben sie sich einfache Unterkünfte gebaut.

Manche Familien haben selbst-gebaute Hütten.

Andere haben nur eine Unterkunft aus Plastik-Planen.





Foto: pixabay

Oder sie haben sich aus Gegenständen von der Müll-Kippe eine Unterkunft gebaut.

Tagsüber wühlen sich die Müll-Sammler durch die riesigen Müll-Berge. Sie suchen im Müll nach Sachen, die sie noch gebrauchen können. Manche Sachen aus dem Müll können sie noch weiter-verkaufen. So verdienen sie ein bisschen Geld.

Manche Sachen auf der Müll-Kippe sind aber auch gefährlich.

**Seit der Corona-Krise gibt es ein neues Problem:**

Auf der Müll-Kippe landet Müll aus den Kranken-Häusern von Delhi. Zum Beispiel gebrauchte Corona-Schutz-Kleidung.

Denn in Indien stecken sich immer mehr Menschen mit dem Corona-Virus an.

**Am letzten Wochenende gab es an einem Tag mehr als 48-Tausend neue Ansteckungen.**

Die Menschen werden in Kranken-Häusern behandelt.

Oder sie machen beim Arzt einen Corona-Test.

Dabei trägt das Personal Schutz-Kleidung:

Zum Beispiel Masken, Handschuhe und Schutz-Anzüge.

Die Schutz-Kleidung muss danach in den Müll.

So landet die gebrauchte Schutz-Kleidung auf der großen Müll-Kippe.



Foto: pixabay

**Dinesh Raj Bandela** arbeitet für eine Hilfs-Organisation in Delhi.

Den Namen spricht man so: Di-nesch Radsch Ban-dela.

Sie erklärt:

Die Schutz-Kleidung darf eigentlich nicht in den normalen Müll.

Das ist Sonder-Müll vom Kranken-Haus.

Für Sonder-Müll gibt es strenge Regeln.

Der Müll aus dem Kranken-Haus ist gefährlich.

**An der gebrauchten Schutz-Kleidung hängen vielleicht noch Krankheits-Erreger.**

**Zum Beispiel Corona-Viren.**

Oder Krankheits-Erreger von anderen ansteckenden Krankheiten.

Wenn jemand die Schutz-Kleidung berührt,

dann kann sich diese Person anstecken.

**Masoor Khan** lebt mit seiner Familie auf der Müll-Kippe.

Den Namen spricht man so: Mansur Kan.

Masoor Khan hat eine Frau und 3 Kinder.

Er erzählt:

Wir sehen den Kranken-Haus-Müll hier auf der Müll-Kippe.

Es kommt immer mehr davon.

Wir haben Angst vor dem Corona-Virus.

Aber wir müssen trotzdem weiter im Müll suchen.

Sonst haben wir kein Geld für Essen.



Foto: pixabay

Die Frau von Masoor Khan heißt **Latifa Bibi**.

Sie macht sich Sorgen um ihre Kinder.

Sie sagt:

Ich wühle den ganzen Tag hier im Dreck.

Danach möchte ich gar nicht nach Hause gehen.

Denn vielleicht stecke ich meine Kinder dann mit einer Krankheit an.

**Unter den Müll-Sammlern sind auch Kinder.**

Manche helfen ihren Eltern.

Manche leben alleine auf der Müll-Kippe.

Ein 15-jähriger Junge erzählt:

Ich sammle schon seit 10 Jahren hier Müll.

Die Corona-Schutz-Kleidung sammle ich nicht ein.

Ich lege sie zur Seite.

Ich suche nur das raus, was ich verkaufen kann.

So verdient der Junge ungefähr 8 Euro am Tag.

➔ Die Informationen aus diesem Text sind aus einem Artikel von der Tagesschau:

<https://www.tagesschau.de/ausland/muellkippe-delhi-101.html> Stand: 26.7.2020



## Ideen und Tipps

### Die zet. Sommer-Tipps

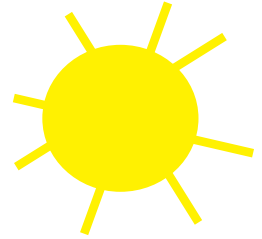
Das inklusive Redaktions-Team von der zet.  
hat sich Sommer-Tipps für Sie überlegt.

Wir hoffen sehr:

Sie können Ihren Sommer auch ohne die zet. genießen!



## Hier lesen Sie unsere Ideen für gutes Wetter:



### Machen Sie Urlaub daheim.

Zum Beispiel einen Kurz-Urlaub in Ihrer Stadt oder in der Umgebung.

Beim Urlaub daheim müssen Sie nicht weit weg fahren.

Und brauchen nicht viel Geld.

Fahren Sie einfach zu einem schönen Ort in Ihrer Nähe.

Sie können auch eine kleine Wanderung machen.

Oder einen Fahrrad-Ausflug.

Bestimmt gibt es ein tolles Ausflugs-Ziel in Ihrer Nähe.

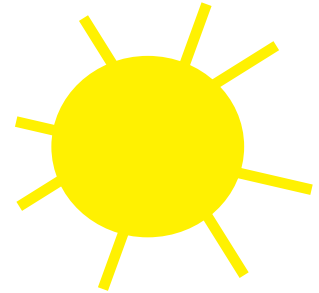
Zum Beispiel einen See, eine Burg-Ruine oder einen Berg.

Erkunden Sie Ihr zu Hause und machen Sie Urlaub daheim.





Gibt es einen Stadt-Teil oder einen Orts-Teil,  
in dem Sie noch nie waren?  
Dann machen Sie doch einen kleinen Ausflug dorthin.  
Das kann sich auch wie Urlaub anfühlen.



Achten Sie genau auf Ihre Umgebung:  
Gibt es besondere Straßen-Namen?  
Gibt es besondere Cafés?  
Gibt es bunte Graffitis an den Haus-Wänden?  
Es gibt bestimmt viel zu entdecken!



Ist Ihnen zu heiß?  
Dann machen Sie sich ein erfrischendes Fuß-Bad.  
Sie können sich zum Beispiel an einen Bach setzen  
und die Füße ins Wasser hängen.  
Oder Sie können einfach kaltes Wasser in eine große Schüssel füllen  
und die Füße darin baden.

## Tipps für den Hunger zwischen-durch:



### Einen Sommer-Salat machen.

Zum Beispiel mit Feta-Käse, Tomaten, Gurken, Zwiebeln und Oliven.  
Dazu können Sie eine einfache Salatsoße mit Oliven-Öl,  
Zitronen-Saft, Salz und Pfeffer machen.



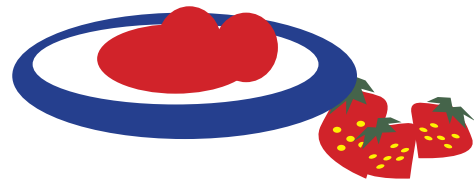
### Erdbeer-Eis selber machen.

Dafür brauchen Sie einen Mixer.

Sie können einfach gefrorene Erdbeeren und ein bisschen Joghurt  
oder Milch in den Mixer geben und gut vermischen.

Ist es Ihnen nicht süß genug?

Dann geben Sie ein bisschen Honig oder Zucker dazu.



## Tipps für den Durst zwischen-durch:



### Eis-Kaffee machen.

Das geht so:

Kalten Kaffee in ein Glas füllen.

Eine Kugel Vanille-Eis dazu  
und Sahne oben drauf machen.



### Eis-Schokolade machen.

Das geht so:

Kalten Kakao in ein Glas füllen.

Eine Kugel Vanille-Eis dazu  
und Sahne oben drauf machen.



**Damit Ihnen auch bei schlechtem Wetter  
nicht langweilig wird:**

**Hier unsere Tipps für schlechtes Wetter:**



**Genießen Sie den Sommer-Regen.**

Vielleicht wollen Sie im Sommer-Regen tanzen.

Aber Vorsicht: Bei Gewitter sollten Sie nicht im Regen tanzen.

Oder Sie warten bis es nicht mehr regnet.

Nach dem Regen können Sie einen Spaziergang machen.

Riechen Sie ganz bewusst: Wie riecht der Sommer nach dem Regen?



**Machen Sie ein Peeling.**

Das spricht man so: Pii-ling.

Ein Peeling reibt man vorsichtig auf die nasse Haut  
und wäscht es dann wieder ab.

So wird die Haut ganz weich.

So können Sie ein Peeling machen:

Vermischen Sie 3 Ess-Löffel Zucker mit 1 Ess-Löffel Oliven-Öl.

Sie können noch frischen Rosmarin klein-schneiden und dazu-geben.

Fertig!



**Sie hatten ein Picknick geplant, aber es regnet?**

**Laden Sie Freunde zu einem Picknick drinnen ein.**

Legen Sie dafür eine Picknick-Decke auf den Boden.

Genießen Sie Ihr Picknick einfach im Trockenen.

**Die zet. Redaktion wünscht Ihnen viel Spaß  
und einen schönen Sommer!**





## Wir fragen nach:

### Gibt es mehr Häusliche Gewalt in der Corona-Zeit?

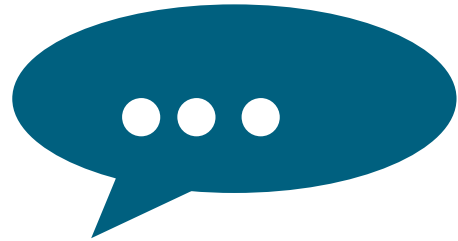
In der Corona-Zeit sind viele Menschen öfter zu Hause.  
Und vielen Menschen geht es gerade nicht gut.

Zum Beispiel:

- weil sie sich wegen den vielen neuen Regeln gestresst fühlen
- weil sie sich Sorgen um ihre Gesundheit machen
- weil sie Geld-Sorgen haben
- weil sie vielleicht sogar ihre Arbeit verloren haben



Foto: Tanja Blum



Manche Experten und Expertinnen warnen:  
Wegen Corona gibt es wahrscheinlich mehr Gewalt zu Hause.  
Dazu sagt man auch: Häusliche Gewalt.

Die zet. Redaktion wollte mehr darüber erfahren.  
Deswegen hat die zet. Redaktion eine Beratungs-Stelle  
für Häusliche Gewalt besucht.  
Die Beratungs-Stelle heißt: Via. Wege aus der Gewalt.  
Die Beratungs-Stelle gehört zur AWO Augsburg.

Dort haben wir mit 2 Mitarbeiterinnen gesprochen.  
Die Mitarbeiterinnen heißen: Frau P. und Frau H.



Wir haben gefragt:  
**Was genau ist Häusliche Gewalt?**

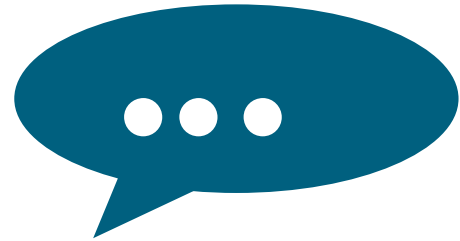
Frau P. und Frau H. erzählen:

Zu Häuslicher Gewalt gehören verschiedene Arten von Gewalt.  
Dazu gehören:

- **Körperliche Gewalt**  
Das bedeutet: Eine Person wird zum Beispiel geschlagen,  
gewürgt oder geschubst.



Foto: Tanja Blum



- **Sexuelle Gewalt**

Das bedeutet:

Eine Person wird zu sexuellen Handlungen gezwungen.

- **Seelische Gewalt**

Das bedeutet zum Beispiel: Eine Person wird beschimpft, bedroht oder schlecht-gemacht.

Zu seelischer Gewalt gehört aber auch:

Eine Person darf keinen Kontakt mehr zu Freunden oder zur Familie haben.

Zum Beispiel: Weil der Partner oder die Partnerin das verbietet.

Häusliche Gewalt kann es in einer Partnerschaft oder in einer Familie geben.

Aber auch in einer Wohn-Gruppe ist Häusliche Gewalt möglich.

Jeder Mensch kann von Häuslicher Gewalt betroffen sein:

Egal, woher er kommt.

Und egal, wie viel Geld er hat.

Frauen sind öfter betroffen als Männer.

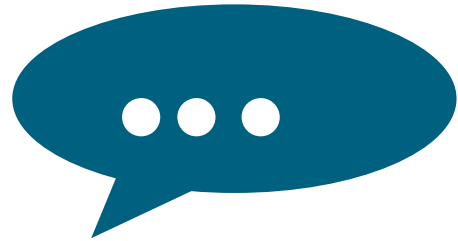
Aber ungefähr ein Fünftel von den Betroffenen sind auch Männer.

Das bedeutet: Eine von 5 betroffenen Personen ist männlich.

Und wahrscheinlich gibt es eine große Dunkel-Ziffer.



Foto: pixabay



Das bedeutet: Wahrscheinlich sind noch mehr Männer von Häuslicher Gewalt betroffen.

In unserer Gesellschaft wird oft nicht bedacht:

Auch Männer können Opfer sein.

Und Frauen können Täterinnen sein.

Deswegen ist es für viele Männer besonders schwer, über ihre Gewalt-Erfahrungen zu sprechen.



### Warum gibt es Häusliche Gewalt?

Für Häusliche Gewalt gibt es viele Gründe.

Ein Grund kann sein:

Der Täter oder die Täterin fühlt sich überlastet oder gestresst.

Zum Beispiel: Weil eine Person ihre Arbeit verloren hat.

Oder weil eine Person Geld-Sorgen hat.

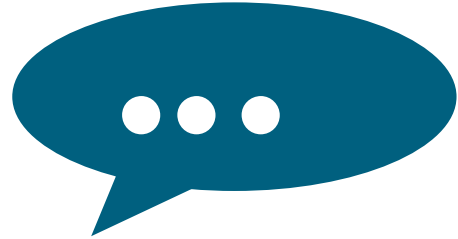
Aber auch eine Schwangerschaft oder das Umziehen in eine gemeinsame Wohnung können Gründe für Gewalt sein.

Manchmal haben die Täter oder Täterinnen auch selbst Gewalt in der Familie erlebt.

Zum Beispiel: In ihrer Kindheit.



Foto: Tanja Blum



Oft können die Täter oder Täterinnen nicht über ihre Sorgen oder ihre Belastung sprechen.

Sie haben nicht gelernt:

Wie sie mit den Sorgen und Belastungen umgehen können.

Für sie ist Gewalt eine Lösung.

Sie versuchen, mit Gewalt den Stress los-zu-werden.



### Was sind die Aufgaben von Ihrer Beratungs-Stelle?

Ist eine Person von Häuslicher Gewalt betroffen?

Dann kann sich diese Person bei uns melden.

Wir beraten Männer und Frauen.

Wir beraten die betroffene Person am Telefon oder per E-Mail.

Die Person kann auch zu einem persönlichen Gespräch vorbei-kommen.

Wir hören der Person zu.

Das Wichtigste ist:

Wir glauben der Person.

Es ist nicht unsere Aufgabe heraus-zu-finden:

Was passiert ist.

Wir sind nicht die Polizei.



Foto: Tanja Blum



Unsere Aufgabe ist:

Die betroffene Person dabei zu unterstützen, die richtige Hilfe zu finden.

Manche Personen wollen nur reden.

Manche Personen haben viele Fragen.

Zum Beispiel:

- Ich will ausziehen.  
Wie kann ich eine neue Wohnung bezahlen?
- Ich brauche eine Therapie.  
Wohin kann ich mich wenden?

Oder rechtliche Fragen wie:

- Soll ich den Täter oder die Täterin anzeigen?
- Der Täter oder die Täterin soll sich mir nicht mehr nähern.  
Wie kann ich ein Kontakt-Verbot erreichen?

Wir beraten zu all diesen Themen.

Vielleicht traut sich eine Person nicht mehr nach Hause zu gehen oder dort zu leben.

Frauen vermitteln wir in so einem Fall dann in ein Frauen-Haus.

Wir arbeiten eng mit dem Frauen-Haus in Augsburg zusammen.

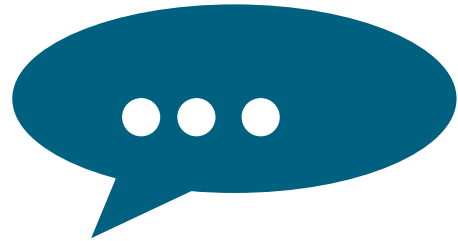
Auch Kinder können mit ihrer Mutter ins Frauen-Haus ziehen.

Für Männer gibt es bisher nur wenige Schutz-Wohnungen.

In ganz Deutschland gibt es nur ungefähr 20 Plätze.



Foto: Tanja Blum



Aber es gibt jetzt immer mehr Beratungs-Stellen für Männer.  
Das ist eine gute Entwicklung.

Unsere Beratungs-Stelle bietet außerdem Schulungen für Fachkräfte an.  
Zum Beispiel für die Polizei.

Dabei lernen die Polizisten und Polizistinnen:

Auch Männer können Opfer von Häuslicher Gewalt sein.

Das dürfen sie bei einem Polizei-Einsatz mit Häuslicher Gewalt  
nicht vergessen.



### Gibt es wegen Corona mehr Häusliche Gewalt?

Das wissen wir nicht genau.

Wir haben nicht öfter Anrufe oder E-Mails von Betroffenen bekommen.

Aber viele Betroffene haben gesagt:

Die Gewalt ist seit Corona schlimmer geworden.

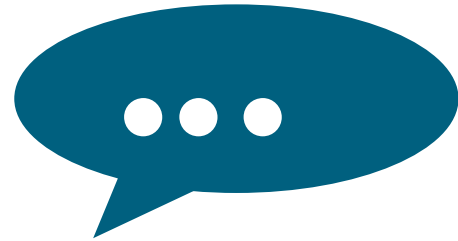
Aber wahrscheinlich gibt es auch hier eine hohe Dunkel-Ziffer.

Wir glauben:

Viele Betroffene kommen noch nicht zu uns.



Foto: pixabay



Denn viele Betroffene schämen sich, dass ihnen Gewalt passiert.  
Viele denken auch:  
Niemand glaubt ihnen.

Vor allem für Männer ist es oft besonders schwierig  
über ihre Gewalt-Erfahrung zu sprechen.  
Denn viele Menschen nehmen betroffene Männer nicht ernst  
und glauben ihnen nicht.  
Sie sagen dann zum Beispiel:  
Deine Frau ist so klein und du bist so groß.  
Du kannst dich doch wehren.

Ein anderer Grund für die wenigen Kontakt-Aufnahmen ist vielleicht:  
Wegen Corona war es für die Betroffenen schwieriger, Hilfe zu suchen.  
Alle mussten viel zu Hause bleiben.  
Deswegen konnten viele Betroffene zum Beispiel  
nicht ungestört bei einer Beratungs-Stelle anrufen.



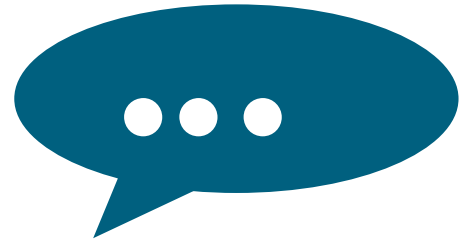
**Wie hat sich Ihre Arbeit durch Corona verändert?**

Bei uns hat sich durch Corona wenig verändert.





Zeichnung: pixabay



Während der Ausgangs-Beschränkung haben wir keine persönlichen Beratungen gemacht.

Aber betroffene Personen konnten uns immer anrufen oder schreiben. Jetzt kann man auch wieder persönlich vorbei-kommen. Aber wir halten uns dabei an die Hygiene-Regeln.

In den Frauen-Häusern gibt es wegen dem Corona-Virus neue Regeln. In dem Frauen-Haus Augsburg ist es so:  
Kommt eine Frau neu in das Haus?  
Dann soll sie die ersten 1 bis 2 Wochen viel in ihrem Zimmer bleiben. Sie soll nicht bei Gruppen-Angeboten mit-machen. So werden andere Frauen vor einer Ansteckung geschützt.



### Was ist Ihnen noch wichtig?

Uns ist sehr wichtig:

Wird eine Person Opfer von Gewalt?

Dann ist das nicht die Schuld von der Person.

Schuld sind nur die Täter oder Täterinnen.

Die betroffene Person muss sich deswegen nicht schämen.



## Was können unsere Leser und Leserinnen tun?

Häusliche Gewalt ist immer noch ein großes Tabu-Thema.  
Das bedeutet: Es wird nicht viel über dieses Thema gesprochen.  
Deswegen: Sprechen Sie darüber!

Sind Sie selbst von Häuslicher Gewalt betroffen?  
Dann ist wichtig: Sprechen Sie darüber und holen Sie sich Hilfe.  
Lassen Sie sich die Gewalt nicht gefallen.  
Stark ist, wer sich Hilfe holt.

Kennen Sie eine betroffene Person?  
Dann nehmen Sie diese Person ernst.  
Hören Sie ihr zu.  
Und bieten Sie Ihre Hilfe an.  
Sie können zum Beispiel zusammen zu einer Beratungs-Stelle gehen.  
Man kann auch zur Polizei oder zum Haus-Arzt  
oder zur Haus-Ärztin gehen.  
Diese Stellen helfen der betroffenen Person dann weiter.

Hat sich ein Freund oder eine Freundin von Ihnen  
in der letzten Zeit sehr verändert?  
Vielleicht zieht sich die Person zurück  
und erzählt nichts mehr von zu Hause?

Vielleicht hat die Person blaue Flecken?

Dann fragen Sie vorsichtig nach:

Ist zu Hause alles in Ordnung?

Sagen Sie der Person:

Sie machen sich Sorgen.

Vielleicht wird diese Person zu Hause nicht gut behandelt.

Wichtig ist:

Wir dürfen die Betroffenen nicht verurteilen.

Wir müssen verstehen:

Jeder Mensch kann Opfer von Gewalt werden.

### Hinweis

Hier können betroffene Personen Hilfe bekommen:

Hilfe-Telefon gegen Gewalt an Frauen:

080 00 – 116 016

Hilfe-Telefon gegen Gewalt an Männern:

08 00 – 123 99 00



Auf dieser Internet-Seite finden Frauen mit Behinderung

Informationen und Hilfe bei Häuslicher Gewalt:

[www.wege-aus-der-gewalt.de](http://www.wege-aus-der-gewalt.de)

Auf dieser Internet-Seite finden Sie Beratungs-Stellen für Männer

zu verschiedenen Themen:

[www.maennerberatungsnetz.de](http://www.maennerberatungsnetz.de)



## Ein Abschied ist immer auch ein neuer Anfang.

**Die zet. sagt: Auf Wiedersehen!**

Das ist die letzte Ausgabe von der zet.

Unser zet. Projekt hat mit dem Corona-Virus im März angefangen.

Die zet. wurde von Aktion Mensch gefördert:

Damit **alle** Menschen aktuelle Informationen zum Corona-Virus bekommen.

Wir hoffen:

Sie haben sich in den letzten Monaten gut informiert gefühlt.

Vielleicht haben Sie das ein oder andere dazu-gelernt.

Wir haben auf jeden Fall viel Neues gelernt.

Es war eine tolle Zeit.

Wir konnten gemeinsam mit Ihnen ausprobieren:

Wie kann eine Zeitung in Leichter Sprache sein?

**Für uns ist klar:**

**Es muss auch in Zukunft Nachrichten in Leichter Sprache geben.**

Nicht nur zum Corona-Virus.

**Maria:**

Mir ist es sehr wichtig,  
dass es Informationen in Leichter Sprache gibt.  
Die zet. war besonders toll,  
weil es eine große Auswahl an Informationen gab.

**Thomas:**

Mein spannendster zet.-Moment  
sind die Bilder zu den Artikeln  
und die vielen schönen Texte.

**Sabrina:**

Die zet. war für mich mehr wie wichtig.  
Ich will die zet. groß rausbringen.

Deswegen wollen wir mit der zet. weiter-machen.

**Ob das klappt?**

**Das wissen wir jetzt noch nicht.**

Aber wir hoffen: Wir wissen bald mehr.

**Wir haben schon viele Ideen.**

Damit diese Ideen Wirklichkeit werden können,  
brauchen wir Zeit und einen guten Plan.

Sie können uns dabei helfen:

Schicken Sie uns gerne eine E-Mail oder einen Brief.

Sie können uns schreiben:

- Das fanden wir gut an der zet.
- Das kann man noch besser machen.
- Deshalb brauchen wir ein Projekt wie die zet. auch in Zukunft.

**Wir sind ein bisschen traurig.**

Denn die Arbeit an der zet. hat uns viel Spaß gemacht.

**Aber wir sind auch glücklich.**

Denn Sie haben uns viele schöne Rückmeldungen zur zet. geschickt.

Sie dürfen uns gern weiterhin schreiben.

Unsere E-Mail-Adresse gibt es auch in Zukunft: [zet.redaktion@cab-b.de](mailto:zet.redaktion@cab-b.de)

**Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!**

Gerne geben wir Ihnen auch Bescheid:

So geht es weiter mit der zet.

Wir schicken Ihnen die Informationen dann per E-Mail zu.

**Wir bedanken uns ganz herzlich bei:**

- Allen Lesen und Leserinnen.  
Sie haben die zet. zu etwas ganz Besonderem gemacht!
- Allen Menschen, die bei der zet. mit-gearbeitet haben.  
Vielen Dank an alle unsere Kollegen und Kolleginnen  
für die tolle Zusammen-Arbeit.

Vielen Dank für die spannende Zeit und bis hoffentlich bald!

Ihre **zet.** Redaktion



## Über die **zet. Redaktion**

Die zet. Redaktion schreibt jede Woche Texte und übersetzt Nachrichten zur Corona-Krise in Leichte Sprache.

Das Besondere an der zet. Redaktion ist:

### **Wir arbeiten inklusiv.**

Das bedeutet:

Menschen mit und ohne Lernschwierigkeiten arbeiten zusammen.

Wir arbeiten nach den Regeln vom Netzwerk Leichte Sprache e.V.

Menschen mit Lernschwierigkeiten prüfen die Texte auf Verständlichkeit.

Das erkennt man an diesem Zeichen:



**Die zet. erscheint einmal in der Woche.**

Gerne schreiben wir Ihnen jede Woche eine E-Mail, wenn die neue zet. da ist.

**Möchten Sie jede Woche über die neue zet. informiert werden?**

Dann schicken Sie bitte eine E-Mail an [zet.redaktion@cab-b.de](mailto:zet.redaktion@cab-b.de).

Ihre zet. Redaktion

## Impressum

Herausgeber

CAB Caritas Augsburg Betriebsträger gGmbH

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer: Herbert G. Kratzer

Ressort Behindertenhilfe

Hanreiweg 9

86153 Augsburg



Handelsregister des Amtsgerichts Augsburg, HRB 16232

UStID DE 127508903

### Text-Erstellung und Prüfung in Leichter Sprache:

CAB Caritas Augsburg Betriebsträger gGmbH

Beratungsstelle für Unterstützte Kommunikation

### Fach-Zentrum für Leichte Sprache

Telefon: 0821 – 58 98 00 13

E-Mail: [zet.redaktion@cab-b.de](mailto:zet.redaktion@cab-b.de)

Internet: [www.cab-b.de](http://www.cab-b.de)



### Redaktionsverantwortliche für die zet. ist:

Carola Nagel

CAB Caritas Augsburg Betriebsträger gGmbH

Fach-Zentrum für Leichte Sprache

Alter Postweg 92

86159 Augsburg

### Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von der zet. Redaktion:

Tanja Blum, Lisa Dezauer, Tanja Greisel, Maria Hütter-Songailo, Sabrina Scholl,

Thomas Szymanowicz

Gestaltung von der Zeitung: Eva Neumann

Mitglied im Netzwerk Leichte Sprache e.V.

Marke Gute Leichte Sprache: © Netzwerk Leichte Sprache e.V.

Gefördert von:

