

An der CerAdult-Tagung 2024

Am 16. November 2024 hat die traditionelle CerAdult-Tagung für erwachsene Menschen mit Cerebral Parese stattgefunden - dieses Jahr in Zürich.

Unter dem Titel "*CerAdult-Tagung 2024: Finde ich mich zurecht? Räumliche Orientierung im Alltag*" diskutierten und erprobten über 35 betroffene Personen und Interessierte, Strategien, um die räumliche Orientierung zu verbessern.



Impulse am Morgen

Am Morgen wurde in zwei spannenden Referaten Impulse zur räumlichen Orientierung im Alltag geboten. Saphir Ben Dakon ist Kommunikations- und Inklusionsspezialistin, sowie Peer-Coach aus Zürich. Sie stellte einige Strategien vor. Räumliche Orientierung begegnet uns an sehr vielen Orten im Alltag, ebenso gibt es viele mögliche Herausforderungen. Jede Person hat andere Schwierigkeiten. So ist es besser, sich auf Lösungsansätze zu fokussieren. Ein tolles Hilfsmittel für die Orientierung unterwegs ist die App Google Live View. Diese ist heute in Google Maps integriert. Die App kann mittels Augmented Reality auf 2 Meter genau anzeigen, wo man ist und anzeigen, wo man entlang gehen muss, um an das Ziel zu kommen. Während die App immer besser wird, gibt es leider auch noch einige Schwierigkeiten. So sind die Routen nicht immer barrierefrei.



Juliane Ebert, Ergotherapeutin und Instruktorin für Handlungsorientierte Diagnostik (HoDT) beleuchtete das Thema aus Fachsicht. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Schwierigkeiten mit der räumlichen Orientierung zu begegnen. Eine davon ist das Funktionstraining, also das gezielte Üben räumlicher Fähigkeiten. Dies dauert aber oft lange und ist recht komplex. So ist es meist besser zu schauen, wie man trotz der Schwierigkeiten ins Handeln kommen kann. Wichtig ist dabei nicht nur daran zu denken, was man nicht kann, sondern auch die eigenen Fähigkeiten zu kennen. Wenn man links und rechts nicht gut unterscheiden kann, kann es etwa helfen, Schuhe mit Farben zu markieren, um sie besser unterscheiden zu können. Man muss aber auch nicht immer alles selber können. Auch die Assistenz durch andere Personen kann wertvoll sein. Dabei sind die eigenen Wünsche wichtig: Was möchte ich selber machen? Wo ist mir das weniger wichtig? Und wo möchte und brauche ich Unterstützung? Das kann sehr individuell sein.



Postenlauf im Bahnhof Zürich am Nachmittag

Am Nachmittag konnten die Teilnehmenden der Tagung einen Postenlauf im Bahnhof Zürich absolvieren. Diesen hatte zuvor die CerAdult-Arbeitsgruppe unter dem Motto «Das Gleis für den Zug nach Schaffhausen finden» selber erarbeitet. Ziel war es in einem Rundgang durch den Bahnhof nützliche Sachen zu entdecken: Wo finde ich einen Lift, um von Gleis 18 auf das passende Gleis 43/44 zu kommen? Was kann ich machen, wenn ich vor der Abfahrt doch nochmal auf die Toilette muss? Wo finde ich einen anderen Lift, wenn einer kaputt ist? Wie sehen die Zwischengeschosse aus und was gibt es dort? Letztlich kamen alle ins Ziel und konnten spielerisch Möglichkeiten entdecken, sich zurechtzufinden. Die CerAdult-Tagung war einmal mehr sehr gut organisiert. Merci an das ganze -Team, die engagierten Teilnehmenden, Referierenden und Übersetzerinnen.

