



# Exkursionen für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

## Eine Checkliste

## **Impressum**

### **Herausgeber**

Förderverein Region Gantrisch  
Naturpark Gantrisch

### **Redaktion & Layout**

Wanzenried & Partner, Bern

### **Kontakt**

#### **Naturpark Gantrisch**

Förderverein Region Gantrisch  
Schlossgasse 13  
3150 Schwarzenburg  
031 808 00 20  
[info@gantrisch.ch](mailto:info@gantrisch.ch)

# Einleitung

2022 führte der Naturpark Gantrisch zum ersten Mal gemeinsam mit dem Schlossgarten Riggisberg und der Stiftung Bernaville eine Exkursion durch, die für Menschen mit Beeinträchtigungen besonders zugänglich war: Langsameres Tempo, Zeit, um auf individuelle Bedürfnisse einzugehen, viel Anschauungsmaterial und ein Start- und Zielpunkt, die mit einem Kleinbus gut erreichbar waren, waren einige der Punkte, auf die besonders geachtet wurde.

Hintergrund dieses Engagements sind das Behindertengleichstellungsgesetz von 2004 sowie die UNO-Behindertenrechtskonvention (2014 ratifiziert in der Schweiz): Menschen mit Beeinträchtigungen soll es ermöglicht werden, dass sie an möglichst vielen Aktivitäten im täglichen Leben und in der Gesellschaft gleichberechtigt teilnehmen können. Für dieses Miteinander von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung setzt sich der Schlossgarten Riggisberg bereits seit mehreren Jahren mit der Kampagne #unbeschränkt ein und auch für den Naturpark Gantrisch und die Stiftung Bernaville ist Inklusion ein wichtiges strategisches Ziel.

Das Fazit nach Durchführung dieser ersten gemeinsamen Exkursion fiel sehr positiv aus: Nicht nur für die Teilnehmenden mit Beeinträchtigung, sondern auch für alle anderen war der Exkursionsvormittag eine Bereicherung – mit vielen interessanten Erlebnissen und Begegnungen.

In der Folge wurde das Pilotprojekt ins reguläre Programm des Naturparks überführt. Künftig sollen jedes Jahr zwei inklusive Exkursionen durchgeführt werden, im 2023 waren dies ein Biberspaziergang beim Schwarzsee sowie eine Exkursion zur Nachtdunkelheit.



## Wie wird Inklusion im Naturpark Gantrisch umgesetzt?

«Inklusiv» heisst für jede:n Anbieter:in etwas anderes, je nach Alter, Ressourcen, oder Interessen der Teilnehmenden und abhängig davon, ob es sich um ein Sport-, Freizeit-, Kultur- oder wie bei uns Naturangebot handelt.

### Für uns ist eine inklusive Exkursion

- **Langsam**
- **Sinnlich:** Schauen, hören, spüren, tasten, riechen
- **Genussorientiert:** nicht zu weit, nicht zu lang, mit einem feinen Imbiss
- **Unspektakulär:** Der Zauber liegt im Kleinen und Nahen
- **Offen für alle, die mitkommen möchten:** Familien, Kinder, Tiere, Freunde
- **Offen für Unvorhergesehenes:** das Programm passt sich den Teilnehmenden an
- **Unterstützend:** alle helfen einander
- **Eine soziale Erfahrung:** Begegnungen und Gespräche sind genauso wichtig wie die «Lerninhalte»
- **Fordernd:** Man darf den Teilnehmenden ruhig etwas zutrauen und so ein gemeinsames Erfolgserlebnis ermöglichen



Sie möchten mehr zum Thema Inklusion wissen?  
Hier finden Sie weitere Informationen:  
[www.inclusion-handicap.ch/de/themen/un-brk-74.html](http://www.inclusion-handicap.ch/de/themen/un-brk-74.html)

## Wie wird Inklusion im Naturpark Gantrisch umgesetzt?

Gemeinsam mit unseren Partner:innen möchten wir uns hin zu einer Gesellschaft bewegen, in der alle dazugehören. Inklusion heisst für uns, dass alle mitmachen können. Wir engagieren uns für die Kampagne #unbeschränkt, die durch den Schlossgarten Riggisberg initiiert wurde, betreiben gemeinsam mit der Stiftung Bernaville in Schwarzenburg den Gantrischkurier und lancieren regelmässig inklusive Angebote und Exkursionen.

Mehr zu unserem Engagement für die Inklusion finden Sie hier:  
[www.gantrisch.ch/inklusiv](http://www.gantrisch.ch/inklusiv)





### Warum diese Checkliste?

Als Mitglied des Netzwerks Schweizer Pärke bringt der Naturpark Gantrisch das Projekt der inklusiven Exkursionen im Rahmen der innotour-Förderung für den Wissenstransfer mit anderen Parkgebieten ein. Von den Erfahrungen, die im Naturpark Gantrisch gemacht wurden, sollen auch andere Anbieter:innen profitieren können, die Angebote für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung konzipieren und durchführen wollen.

### Wie lässt sich diese Checkliste verwenden?

Bei der Erarbeitung der Checkliste haben wir darauf geachtet, dass sie so gut als möglich generalisierbar ist und die Dimensionen der Inklusion, über die wir nachgedacht haben, auch für andere Anbieter:innen relevant sind. Wir empfehlen, die Checkliste dazu zu nutzen, die eigene Inklusionsfähigkeit zu hinterfragen und die Punkte herauszugreifen, die für Sie interessant sind. Wir freuen uns, wenn diese Checkliste Sie inspiriert, in Ihrem Parkgebiet oder für Ihr touristisches Angebot Hürden abzubauen.

Falls Sie Fragen oder Anregungen haben, freuen wir uns über Ihre Nachricht an [info@gantrisch.ch](mailto:info@gantrisch.ch) oder via Kontaktformular auf [unbeschränkt.ch](#).





# Checkliste zur Planung und Durchführung einer inkluisiven Exkursion



## Vorinformation / Werbung

Damit Menschen mit einer Beeinträchtigung vom Angebot erfahren und einfach teilnehmen können, lohnen sich die folgenden Überlegungen:

- Erfolgen die Organisation und Ausschreibung gemeinsam mit einer Institution? Falls ja, rechtzeitig die geeigneten Informationsformen abklären (z.B. Information durch Betreuungspersonen, mit Flyern in Cafeteria, etc.)
- Sind die Informationen auf der Website der Anbieterin barrierefrei? Dazu zählen zum Beispiel Texte in leichter Sprache, Navigationsmöglichkeiten ohne Maus oder die Verfügbarkeit aller wichtiger Informationen als Text, damit sie mit einem Reader vorgelesen werden können.
- Liegen Flyer auch in gedruckter Form vor und wurden dafür die Prinzipien der Barrierefreiheit beachtet (Kontraste, Schriftarten und -größen)?
- Wurden das Angebot (Ort, Dauer, Infrastruktur wie WCs etc.) und die Route genau beschrieben, damit interessierte Personen beurteilen können, ob sich der Anlass für sie eignet?
- Enthält die Ausschreibung Informationen und ein Foto der Kursleitung, damit bereits vor dem Anlass ein persönlicher Bezug hergestellt werden kann?
- Enthält die Ausschreibung eine Kontaktmöglichkeit für Fragen, Anliegen oder um sich hinsichtlich individueller Bedürfnisse beraten lassen zu können?



# Überlegungen für die Kursleitung vor der Durchführung

Eine inklusive Veranstaltung erfordert Flexibilität und die Bereitschaft, sich Unvorhergesehenem anzupassen. Es ist sinnvoll, wenn sich die Kursleitung vor der Veranstaltung mit den folgenden Fragestellungen auseinandersetzt:

- Hat die durchführende Organisation / die Kursleitung bereits Erfahrung mit Menschen mit Beeinträchtigungen? Falls nicht, bestehen Kontakte zu Institutionen in diesem Bereich, die bei der Vorbereitung unterstützen oder beraten können?
- Haben wir vor und nach der Veranstaltung genügend Zeit einberechnet, um auf Fragen, Anliegen und Probleme reagieren zu können?
- Wie viel wissen wir über die Teilnehmenden? Braucht es besondere Hilfsmittel?
- Erlauben Thema, Inhalte und Form des vorgesehenen Anlasses, dass bei Bedarf abgekürzt, weggelassen und unterbrochen werden kann?
- Enthält unser Konzept Spielraum, damit sich Teilnehmende in ihrem eigenen Tempo bewegen, beteiligen oder zurückziehen können?
- Erlaubt das didaktische Konzept eine Portionierung der Inhalte in kurze Einheiten mit ausreichend Pausen?
- Liegt genügend Anschauungsmaterial nach dem Prinzip «show, don't tell» vor? Erlaubt das Konzept der Veranstaltung eine aktive Teilnahme?
- Enthält die Ausschreibung Informationen und ein Foto der Kursleitung, damit bereits vor dem Anlass ein persönlicher Bezug hergestellt werden kann?
- Enthält die Ausschreibung eine Kontaktmöglichkeit für Fragen, Anliegen oder um sich hinsichtlich individueller Bedürfnisse beraten lassen zu können?

Ein Interview mit Claudia Vonlanthen, der Kursleiterin der inklusiven Exkursionen, und Karin Remund, Leiterin Gesellschaft und Kultur, im Gantersch, zu ihren Erfahrungen finden Sie hier:  
[www.gantersch.ch/inklusiv](http://www.gantersch.ch/inklusiv)







## Streckenwahl

Für die Streckenwahl, zum Beispiel bei einer Exkursion in der Natur, empfehlen wir eine Balance zwischen Sicherheit und Herausforderung zu finden: Die Route sollte Abkürzungen erlauben und muss ungefährlich sein und trotzdem darf sie Herausforderungen beinhalten und damit Erfolgserlebnisse ermöglichen.

In unseren Augen hat eine gute Route:

- Gute Anbindungen an den ÖV,
- Toiletten beim Start- und Zielpunkt,
- Zugänglichkeit mit Shuttle oder Auto zum Start und Zielpunkt,
- verschiedene Möglichkeiten, abzukürzen,
- Orte, die ein sicheres, individuelles Erkunden der Umgebung ermöglichen,
- einige «Challenges», z. B. ein Wegabschnitt mit Wurzeln, ein steileres Wegstück, eine Brücke, ein Seeufer, die gemeinsam gemeistert, aber auch umgangen werden können.

Am Ziel ist für viele Teilnehmende der Imbiss oder Apéro an einem gemütlichen Ort, zum Beispiel mit einer Feuerstelle, eines der Highlights. Ein solcher Abschluss lohnt sich und bietet noch einmal die Möglichkeit für ein gemütliches Beisammensein.



## Didaktik

Das didaktische Konzept hängt stark davon ab, welche Art von Veranstaltung geplant wird, ob sie draussen in der Natur oder drinnen stattfindet und welche Aktivitäten geplant sind (Spaziergang, Wandern, Sportangebot, Kulturangebot etc.)

Die folgenden Fragen können sich lohnen:

- Vermag unser Konzept Teilnehmende mit unterschiedlich starken körperlichen oder kognitiven Beeinträchtigungen einzubeziehen und dort abzuholen, wo sie stehen?
- Sind die Inputs, Erklärungen, Spiele oder vermittelten Wissens Elemente, die wir geplant haben, ausreichend kurz, in einfacher Sprache formuliert und regen sie dazu an, eigene Erfahrungen zu machen? Haben wir Jargon und Fachausdrücke vermieden?
- Werden verschiedene Sinne angesprochen? (Hör-, Seh-, Riech-, Tastexperimente)
- Werden die Teilnehmenden dazu eingeladen, mitzudenken, mitzumachen, Fragen zu stellen?
- Erlaubt das Setting, teilzunehmen oder auch sich zurückzuziehen?
- Sind Anschauungsmaterialien, Mitmach-Elemente und Zusatzinformationen barrierefrei und geeignet, dass alle Teilnehmenden mit und ohne Beeinträchtigungen für sich etwas mitnehmen können?





## Und zum Schluss: Ressourcen, Auswertung und stetige Optimierung

Für uns wie vermutlich auch für andere Organisationen, die sich mit dem Inklusionsthema in eine neue Welt eindenken, ist die Lernkurve von Anlass zu Anlass steil. Auch die folgenden Aspekte sollten deshalb reflektiert werden:

- Welche Gruppengrösse funktioniert am besten?
- Wie viele Betreuungspersonen sind nötig?
- Wie berechnen wir die Kosten? Kollekte oder Fixpreis?
- Wie messen wir Erfolg? Wann ist unsere inklusive Veranstaltung geglückt?
- Wie gestalten wir die Auswertung nach jeder Veranstaltung? (Qualitative Befragung, Befragung der beteiligten Organisationen, Quantitative Ergebnisse)
- Wie stellen wir sicher, dass wir von Durchführung zu Durchführung besser werden und dem Anspruch der Inklusion noch besser gerecht werden?
- Sind Anschauungsmaterialien, Mitmach-Elemente und Zusatzinformationen barrierefrei und geeignet, dass alle Teilnehmenden mit und ohne Beeinträchtigungen für sich etwas mitnehmen können?







# Fazit: Einfach machen!

Wir hoffen, dass Ihnen diese Checkliste einige Ansatzpunkte bietet, wie Sie eine inklusive Veranstaltung angehen könnten. Uns macht's Spass und wir freuen uns bereits auf die kommenden Exkursionen. Oder mit den Worten von Claudia Vonlanthen nach der ersten Durchführung: «So anders war's gar nicht. Hat aber fast noch mehr Spass gemacht.» Unser Rat deshalb: Einfach machen.

## **Naturpark Gantrisch**

Förderverein Region Gantrisch  
Schlossgasse 13  
3150 Schwarzenburg

031 808 00 20  
[info@gantrisch.ch](mailto:info@gantrisch.ch)