



Katharina Roth,
Geschäftsführerin
nebenan.de Stiftung



Christina Marx,
Sprecherin
Aktion Mensch

Interview

Katharina Roth: Der 5. Mai ist der Europäische Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung. **Warum ist dieser Aktionstag auch heute noch so wichtig – mehr als 30 Jahre nach seiner Einführung?**

Christina Marx: Der 5. Mai erinnert uns jedes Jahr daran, dass Inklusion kein „Nice to have“ ist, sondern ein Menschenrecht. Deutschland hat sich mit der UN-Behindertenrechtskonvention klar dazu verpflichtet. Trotzdem klafft häufig noch eine Lücke zwischen Anspruch und Wirklichkeit. Denn auch heute erleben viele Menschen mit Behinderung in ihrem Alltag weiterhin Ausgrenzung und fehlende Teilhabe. Barrierefreiheit ist noch längst nicht selbstverständlich – weder im öffentlichen Raum, noch digital oder im gesellschaftlichen Bewusstsein. Der Protesttag macht diese Missstände sichtbar und fordert Politik und Gesellschaft dazu auf, gleichberechtigte Teilhabe konsequent umzusetzen.

Katharina Roth: Wenn wir über Inklusion sprechen, denken viele zuerst an Politik oder große gesellschaftliche Veränderungen.

Warum beginnt Inklusion aus Deiner Sicht ganz oft im Kleinen – zum Beispiel in der Nachbarschaft?

In Kooperation mit:

**Aktion
MENSCH**

Christina Marx: Weil Inklusion vor allem dort gelingt, wo Menschen sich im Alltag begegnen. In der Nachbarschaft entscheidet sich ganz konkret, ob Teilhabe möglich ist: Kann ich am Hoffest teilnehmen? Komme ich in das Café um die Ecke? Werde ich angesprochen und mitgedacht?

Die Aktion Mensch sagt ganz bewusst: Inklusion entsteht vor Ort. Nicht nur durch Gesetze, sondern durch das Miteinander im direkten Lebensumfeld. Nachbarschaften sind soziale Räume, in denen Vertrauen wächst, Berührungsängste abgebaut werden und Vielfalt ganz selbstverständlich erfahrbar ist. Kleine Gesten, gemeinsame Aktivitäten oder offene Einladungen können hier viel mehr bewirken als große Debatten.

Katharina Roth: Viele Menschen möchten offen aufeinander zugehen, sind aber unsicher: **Was sind typische Hemmungen im Kontakt zwischen Menschen mit und ohne Behinderung – und wie lassen sie sich überwinden?**

Christina Marx: Bei Begegnungen von Menschen mit und ohne Behinderung spielt Unsicherheit häufig eine Rolle: Darf ich Hilfe anbieten? Welche Worte sind passend? Spreche ich das Thema Behinderung an – oder lieber nicht? Diese Unsicherheit führt oft zu Distanz, obwohl beide Seiten sich eigentlich Begegnung wünschen. Unsere Erfahrung zeigt: Der beste Weg, diese Hemmungen abzubauen, ist Offenheit. Fragen stellen ist erlaubt, Zuhören sowieso. Niemand erwartet Perfektion. Wichtig ist, dem Gegenüber auf Augenhöhe zu begegnen – nicht übervorsichtig, sondern selbstverständlich. Mit jeder weiteren Begegnung werden Berührungsängste schließlich kleiner. Deshalb schaffen wir gezielt Anlässe, bei denen Menschen unkompliziert in Kontakt kommen können.

Katharina Roth: Viele Barrieren sind für Menschen ohne Behinderung nicht auf den ersten Blick sichtbar. **Was können Menschen in ihrer Nachbarschaft stärker mitdenken oder beachten, wenn sie selbst nicht von Behinderungen betroffen sind?**

Christina Marx: Das stimmt. Dazu gehören zum Beispiel fehlende Informationen in Leichter Sprache, schwer zugängliche Veranstaltungsorte, mangelnde Sitzgelegenheiten oder zu laute, unübersichtliche Umgebungen. Was für die einen kaum auffällt, kann für andere zur echten Barriere werden.

In Kooperation mit:

**Aktion
MENSCH**

Ein guter Ansatz ist: Menschen mit Behinderung als Expert*innen von Anfang an einbeziehen. Wer ihre Perspektiven mitdenkt, stellt schnell fest, dass sich viele Barrieren mit vergleichsweise geringem Aufwand abbauen lassen. Und dass Barrierefreiheit allen zugutekommt – Eltern mit Kinderwagen, älteren Menschen oder Menschen mit wenig Deutschkenntnissen. Von einer inklusiven Nachbarschaft profitieren letztlich alle.

Katharina Roth: Begegnung gilt als Schlüssel zu mehr Inklusion. Das hast Du schon oft betont. **Was kann sie im Alltag bewirken – und wie können Nachbarschafts-aktionen oder - feste so gestaltet werden, dass daraus wirklich inklusive Begegnungen entstehen?**

Christina Marx: Begegnungen bauen Vorurteile ab, schaffen Vertrauen und verändern Perspektiven. Deshalb bin ich davon überzeugt, dass Inklusion von Begegnung lebt. Damit Nachbarschaftsaktionen wirklich inklusiv sind, braucht es kein perfektes Konzept. Wichtig ist, dass sie offen gestaltet sind: barrierefrei zugänglich, verständlich organisiert und mit vielfältigen Beteiligungsmöglichkeiten. Ob Nachbarschaftsfest, gemeinsame Pflanzaktion oder Spaziergang – wo Menschen sich willkommen und wohlfühlen, entsteht ein echtes Miteinander. Und daraus wächst oft eine Gemeinschaft, die weit über den einzelnen Anlass hinaus besteht.

Katharina Roth: Die Aktion Mensch fördert die nebenan.de Stiftung und den Tag der Nachbarschaft als Hauptförderer. **Warum passt diese Kooperation aus Deiner Sicht so gut zusammen?**

Christina Marx: Weil beide das gleiche Ziel verfolgen – aus unterschiedlicher Perspektive. Die Aktion Mensch bringt jahrzehntelange Erfahrung in der Umsetzung von Inklusion ein, während die nebenan.de Stiftung Nachbarschaften aktiviert und Menschen vor Ort vernetzt. Gemeinsam entsteht so eine starke Verbindung von Inklusion und bürgerschaftlichem Engagement im Alltag. Der Tag der Nachbarschaft zeigt, wie gut das zusammenpasst: Menschen kommen zusammen, feiern Vielfalt und setzen ein sichtbares Zeichen für ein offenes, solidarisches Miteinander. Genau dort wird Inklusion greifbar – vor der eigenen Haustür.

In Kooperation mit:

**Aktion
MENSCH**