1. Prompting:

"Einfache Sprache" ist im Bereich der barrierefreien Kommunikation und der Inklusion eine speziell angepasste Form der deutschen Sprache, die darauf abzielt, Verständlichkeit und Zugänglichkeit für alle Menschen zu gewährleisten. Dies umfasst insbesondere Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, Lernschwierigkeiten, geringen Deutschkenntnissen oder auch ältere Menschen. Die Hauptmerkmale der "Einfachen Sprache" sind:

1. : Sätze sollten möglichst kurz sein und nur eine Information beinhalten.

2. : Verwendung von häufig gebrauchten Wörtern und Vermeidung von Fachbegriffen, Fremdwörtern und Abkürzungen.

3. : Der Text sollte logisch gegliedert sein, mit klaren Überschriften und einer gut verständlichen Abfolge.

4. : Aktive Formulierungen werden bevorzugt.

5. : Verwendung einfacher grammatikalischer Strukturen.

6. : Einsatz von Bildern, Diagrammen oder Piktogrammen zur Unterstützung des Textverständnisses.

7. : Leserinnen und Leser werden direkt angesprochen, um die Kommunikation persönlicher und direkter zu gestalten.

Die Anpassungen sind so gestaltet, dass sie den Text leichter verständlich und zugänglich machen, ohne dabei den Inhalt wesentlich zu ändern. Diese Prinzipien erleichtern nicht nur Menschen mit Beeinträchtigungen das Verstehen und Lernen von Informationen, sondern fördern auch die allgemeine Verständlichkeit von Texten für ein breites Publikum.

2. Prompting:

--- Inhalieren heißt, heißen Wasserdampf einatmen. Ihr braucht dazu: - Einen Inhalator oder - Eine Schüssel mit heißem Wasser und ein Handtuch

So geht es:

1. Heißes Wasser in den Inhalator füllen.

2. Mund- und Nasenaufsatz aufsetzen.

3. Ruhig und tief ein- und ausatmen.

4. Alle drei Stunden wiederholen.

Achtung: Wenn ihr keine Inhalationsgeräte habt und eine Schüssel benutzt, passt auf! Lasst das Wasser etwas abkühlen, bevor ihr euren Kopf darüber haltet. Kinder sollten das nicht allein machen. Ätherische Öle wie Menthol helfen bei Schnupfen. Sie können auch den Schleim bei Husten lösen. Aber Achtung: - Kleine Kinder dürfen keine ätherischen Öle wie Menthol verwenden. - Menschen mit Asthma sollten vorsichtig sein. Bei Unsicherheiten lieber die Hausärztin oder den Hausarzt fragen.

--- Ein altes Hausmittel ist Zwiebelsaft mit Zucker.

So macht ihr ihn:

1. Eine Zwiebel in kleine Würfel schneiden.

2. Die Zwiebelwürfel mit Zucker in einem Topf aufkochen.

3. Die Mischung abkühlen lassen.

4. Durch ein Tuch oder einen Filter sieben.

5. Den Saft teelöffelweise trinken.

Alternativ: Zwiebeln mit Honig mischen und den Honigsirup löffeln.

Wichtig: - Honig sollte nur Kindern ab einem Jahr gegeben werden. Für Babys kann Honig gefährlich sein. - Zucker solltet ihr nicht zu viel essen. --- Hustentee hilft auch. Geht in die Apotheke und fragt dort nach Tee aus Heilpflanzen wie Thymian oder Efeu. Viel trinken hilft, den Schleim zu lösen. Bei bestimmten Krankheiten wie Nieren- oder Herzerkrankungen: Mit der Hausärztin oder dem Hausarzt abklären, wie viel ihr trinken solltet.

--- Manche Menschen schwören auf Kartoffelwickel.

So geht es:

1. Vier bis sechs Kartoffeln weich kochen.

2. In ein Tuch legen und zerdrücken.

3. Wickel abkühlen lassen, bis er angenehm warm ist.

4. Auf die Brust legen, bis er erkaltet. Achtung: Bei Krankheiten wie Diabetes vorher mit dem Arzt sprechen.

--- Husten ist oft harmlos, aber nicht immer. Zum Arzt gehen bei: - Weitere Beschwerden wie Fieber oder Nachtschweiß - Starkem Krankheitsgefühl - Auffälligem Schleim - Vorerkrankungen oder Schwangerschaft - Husten nach Unfällen oder Einatmen von Rauch - Wenn Husten nach einer Woche nicht besser wird - Husten bei Babys, Kinderarzt kontaktieren - Atemnot, dann Rettungsdienst rufen! Wichtig: Bei Unsicherheit immer ärztlichen Rat einholen.