

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT

SANDRA MAISCHBERGER	9
---------------------------	---

KAPITEL 1

„DIE SONNENBRILLE HABE ICH NICHT MIT ABSICHT GEKLAUT“	13
Wie wir vorher das Fliegen übten.....	18
Du sollst nicht stehlen	23
Rückblende: Wie wir es zufällig bis zu ARTE schafften	25

KAPITEL 2

„TATTOOS SIND COOL. ICH WILL AUCH WELCHE HABEN“	27
Sommer 2015	30

KAPITEL 3

„MUCKIS SIND GUT, DA STEHEN DIE MÄDELS DRAUF“	35
Eine kurze Übersicht: Das Down-Syndrom	38
Rampenlicht	48

KAPITEL 4

„HILF MIR, ICH HABE ANGST, DASS ES MICH ANBOXT“	49
Fördern und fordern	54
Beispiel für Inklusion	54

KAPITEL 5

„MY NAME IS MANUEL“	67
Sprechen mit Down-Syndrom.....	72
Das bin ich: Julius	74
Ein Friseur tut gut	80
Gedankenspiel: Wer wäre Manuel ohne das Down-Syndrom?.....	82

KAPITEL 6

„WANN DARF ICH WIEDER POMMES ESSEN?“	83
--	----

KAPITEL 7

„ICH KANN MIR DEN SONNENAUFGANG AUCH AUS DER KABINE ANSCHAUEN“	93
Manuel: Seine Geschichte.....	99

KAPITEL 8

„WARUM WOLLEN DIE FRAUEN KEINEN KAFFEE MIT MIR TRINKEN?“	101
Über Gewicht beim Down-Syndrom	106
Liebe und Erotik.....	114

KAPITEL 9

„DAS DARFST DU NICHT MEINER MAMA VERRATEN“	121
Party mit Manni	130

KAPITEL 10

„WIR BRAUCHEN SPENDEN, HABT IHR GELD?“	135
Das Gegenteil von „gut“ ist „gut gemeint“	141

KAPITEL 11

„ICH DENKE HALT NACH, OB EIN DOWNIE EINE FREUNDIN HAT“	147
Sprechen über Behinderungen	152
Ein kleiner Wegweiser durch das Labyrinth der politischen Korrektheit	153
Neun von zehn	159
Wie andere Länder mit dem Down-Syndrom umgehen.....	160
Alle Menschen mit Down-Syndrom sind.....	162

KAPITEL 12

„SCHAFFEN WIR ES NOCH RECHTZEITIG ZUM SPORT?“	163
Heldenreise	167
Was hat die Reise mit uns gemacht?.....	169

EPILOG - WAS DANACH GESCHAH	172
-----------------------------------	-----