

Cor.System

Ein Konzept für
das Unsichtbare.

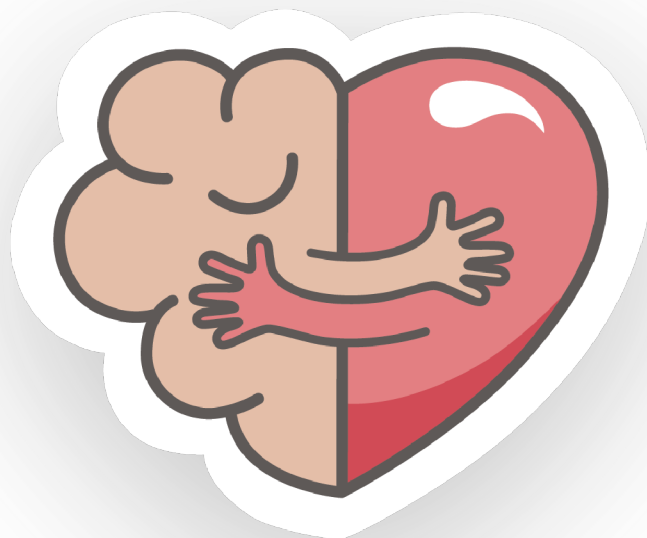
Vielseitig einsetzbar.

Das **Cor.System** kann eine frei nutzbare,
gemeinsame Sprache schaffen – unabhängig
von Diagnose oder Einsatzort: privat, im
Unternehmen, in der Behörde. Als Symbol, als
Geste, als Safeword „Cor.“

Ein Design nach den Prinzipien des Universal
Design, das helfen kann, Ängste und Barrieren
abzubauen und Begegnungen zu verändern.

#notinvisible #SayCor

Made in Germany. Gedacht für die Welt.



EIN FREI NUTZBARES ZEICHEN – VIER WEGE: AUSDRUCKEN, ZEIGEN,
SAGEN, SCHREIBEN

markenliebe · gemeinsam zusammen e.V. · stille-
stunde.com



Zeigbar

Das Handzeichen



Ausdruckbar

Button, Karte & Schild



Sagbar

Das Safeword



Schreibbar

„Cor.“ als Nachricht

Der Moment, in dem alles zu viel wird.

Ein ganz normaler Supermarkt. Grelles Licht, Piepen an der Kasse, zu viele Menschen auf einmal. Für die meisten: ein Dienstag. Für manche: der Moment, in dem nichts mehr geht – und in dem sie genau das nicht sagen können.

Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen scheitern selten am Willen. Sie scheitern an vielen einzelnen Barrieren – und daran, dass niemand sieht, was los ist.

Was wäre, wenn ein kleines Zeichen dafür sorgt, dass man an der Kasse nach vorne gelassen wird, bevor man überfordert ist?

Was belastet, bleibt für andere unsichtbar.

Für viele sichtbare oder institutionell etablierte Behinderungsformen existieren international bekannte Zeichen: Rollstuhl, Blindenstock, Gebärdenhände. Für chemische, soziale, sensorische oder kommunikative, also invisible Barrieren, gibt es bisher kaum eigene Zeichen. Sichtbarkeit hilft – auf vielen Wegen: Die Sonnenblume ist international etabliert, das Cor.System ist ein weiteres, offenes Angebot.

Hier möchte das Cor.System ergänzen.

HF

„Ich halte es grundsätzlich für ethisch berechtigt, Barrieren abzubauen, die Menschen mit unsichtbaren Behinderungen von gleichberechtigter Teilhabe abhalten – genauso wie bei sichtbaren Behinderungen.“

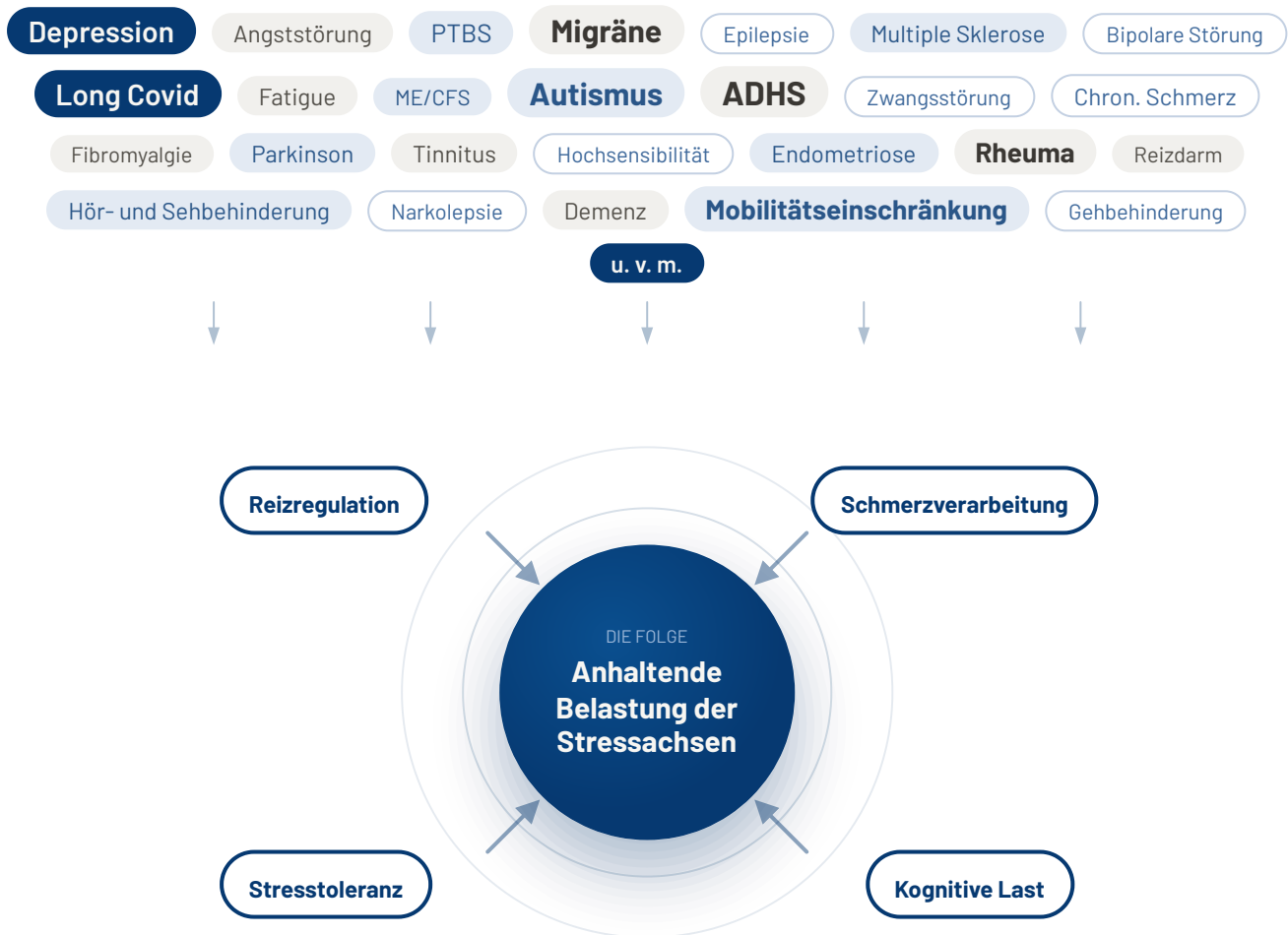
Prof. Dr. iur. Helmut Frister · Vorsitzender des Deutschen Ethikrats

Um wen geht es – und was ist neu?

DER ANSATZ

Aus den Ministerien hieß es, die Gruppe nicht sichtbarer Behinderungen sei **nicht strukturierbar**. Das haben wir zum Anlass genommen, viel Herz und Arbeit investiert und einen Vorschlag entwickelt, die Gruppe zu strukturieren – geordnet über die **funktionelle Folge**, nicht über neurodivergente Profile, psychische, neurologische oder chronische Erkrankungen oder Sinnesbehinderungen.

Gemeinsam ist ihnen nicht die Diagnose, sondern die Belastung der Stressachsen.



Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen haben häufig anhaltende Belastungen mindestens einer Stressachse.

Nicht entscheidend ist, **welche Achse zuerst belastet** wird – die Wahrscheinlichkeit steigt, dass **weitere dauerhaft belastete Achsen folgen**.

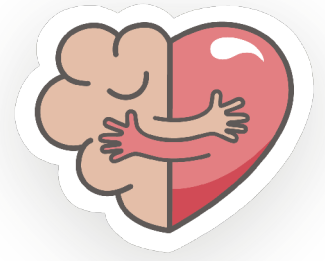
RL

„Die Verbindung von Diagnostik, invisiblen Barrieren und Suizidprävention in einem Modell zu denken, ist ein relevanter Schritt – und muss Teil moderner Präventionsarbeit sein.“

Prof. Dr. Reinhard Lindner

Nationales Suizidpräventionsprogramm (NaSPro)

Das Konvera-Kaskadenmodell – worum es eigentlich geht.



Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen begegnen invisiblen Barrieren – und diese belasten **die Stressachsen**, oft täglich. Ohne Erholung kann daraus eine **sich selbst verstärkende Kaskade** werden. Genau hier setzt das Cor.System an.

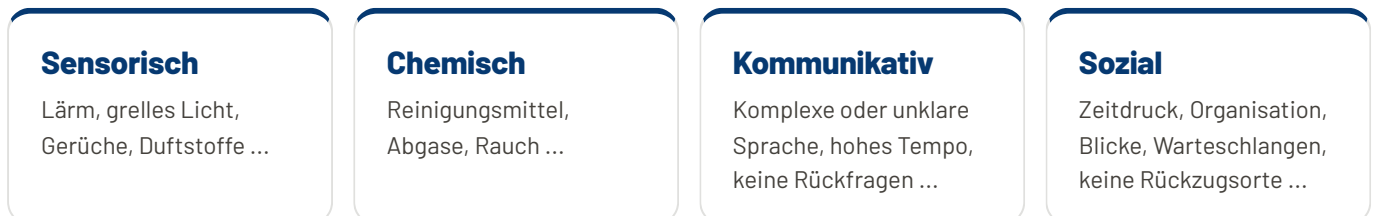
① BELASTUNGSEBENEN · VIER FUNKTIONSACHSEN



② DIE KASKADE · ZIRKULÄR, SICH SELBST VERSTÄRKEND



③ DIE VIER INVISIBLEN BARRIEREN · HIER SETZT DAS COR.SYSTEM AN

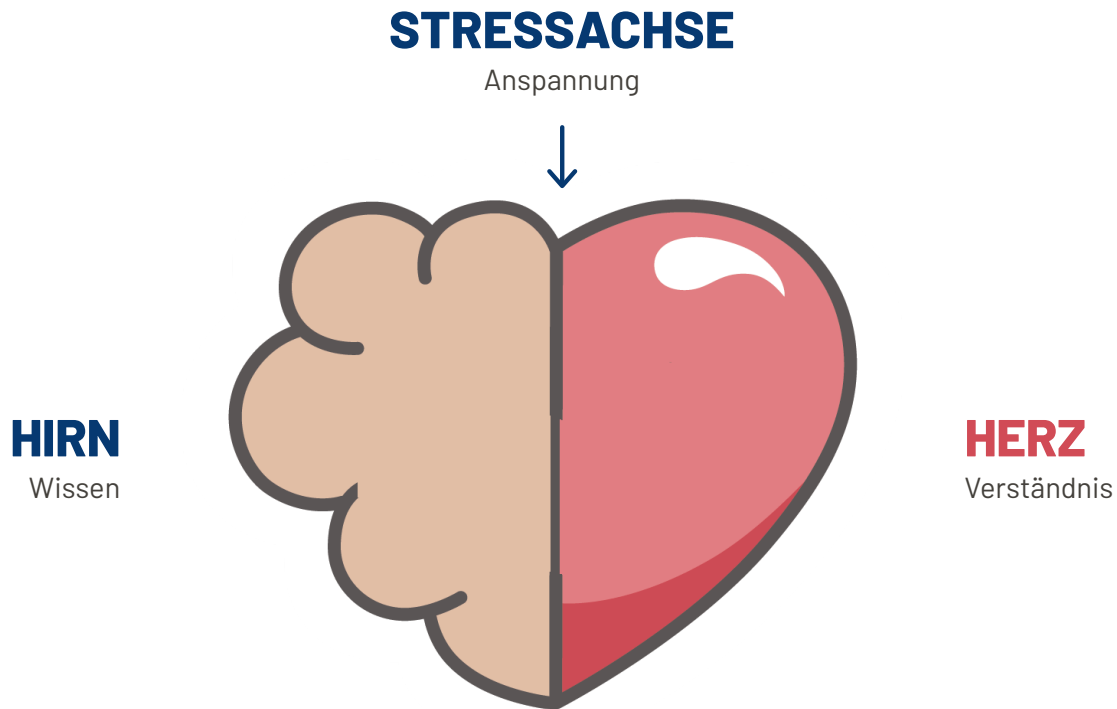


„Sensorische und kommunikative Barrieren müssen als suizidrelevante Stressoren mitgedacht werden – ein wichtiger Diskussionsbeitrag für gesundheitspolitische Forderungen.“

Prof. Dr. med. Ute Lewitzka · Suizidologie & Suizidprävention · Goethe-Universität Frankfurt am Main

Halb Herz, halb Hirn.

Um diese Barrieren und um Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen geht es in diesem Konzept. Links ein Hirn – das Wissen. Rechts ein Herz – das Verständnis. Statt sich nur zu berühren, verschmelzen sie zu einem Zeichen. Zusammen können sie **Teilhabe** verbessern.

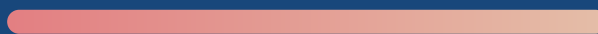


Kein Gegensatz, sondern zwei Hälften eines Ganzen – die Naht dazwischen ist die **Stressachse**, genau dort, wo im Alltag die Anspannung sitzt.

Kein Mitleid. Verständnis.

Das Zeichen zeigt keine Diagnose und klebt kein Etikett. Es sagt nicht „Ich habe Endometriose, Autismus oder Migräne.“ Es sagt: „**Hier sind Barrieren, die man nicht sieht – bitte um Rücksicht.**“ Herz und Hirn des Gegenübers können dann wie ein Hilfsmittel wirken, ähnlich einem Rollstuhl – Wissen und Verständnis können Barrieren verringern und Menschen helfen, besser am Leben teilzunehmen.

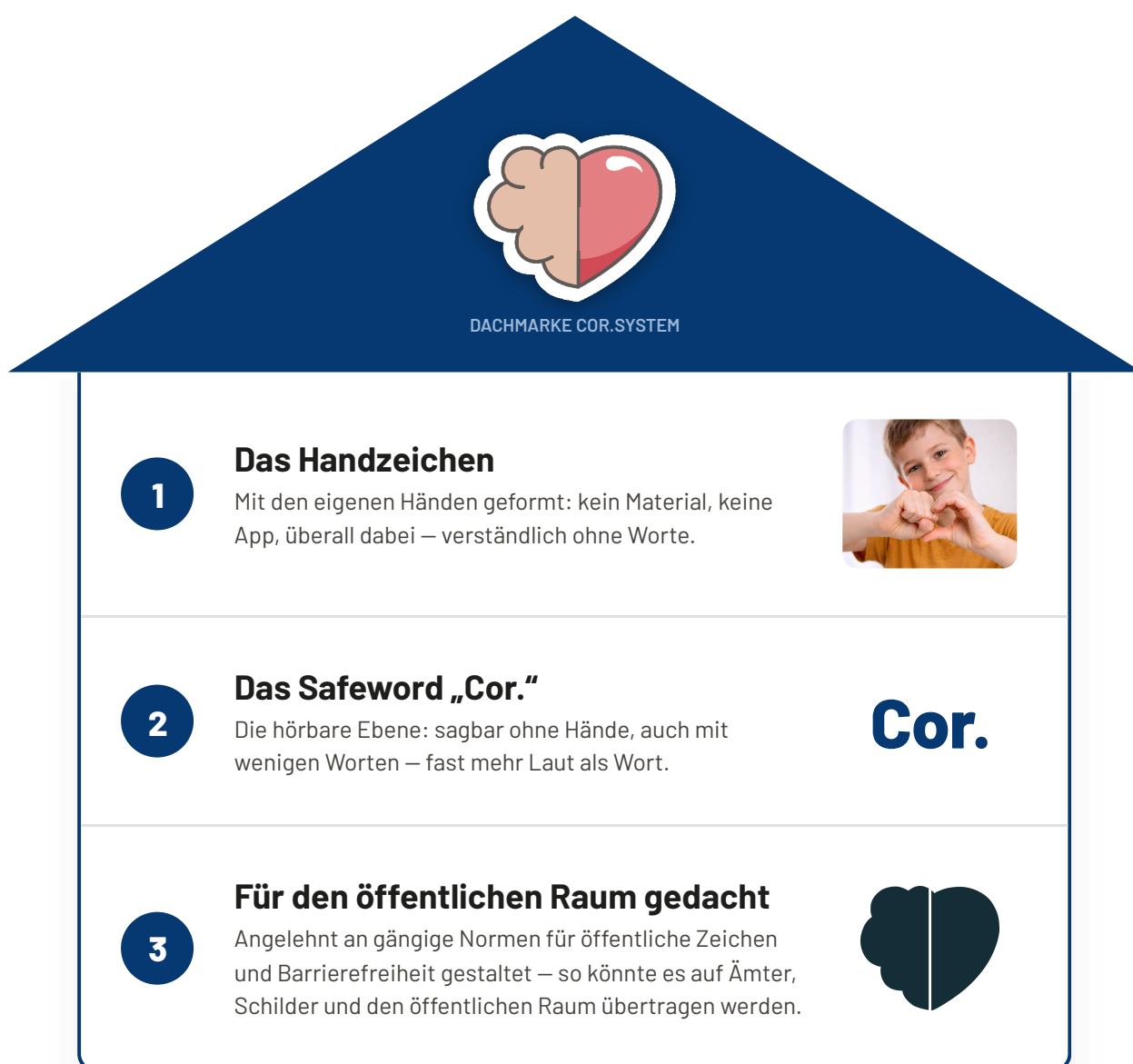
BELASTUNG DER STRESSACHSE



hoch → reduziert

Drei Nova im Cor.System.

Sticker, Bänder und Karten gibt es längst – meist privat, an eine Marke oder Organisation gebunden, oft an Kauf oder Anmeldung geknüpft und auf ein einziges Trägermedium beschränkt. Das Cor.System ist anders angelegt: **frei nutzbar, an keine Organisation gebunden** und nicht auf ein Produkt angewiesen. Ein Zeichen, das auf unsere Hilfsmittel aufmerksam macht, ähnlich wie bestehende offizielle Zeichen und kein willkürlicher Platzhalter. Daraus entstehen zu der Dachmarke zusätzlich drei Ebenen, die es in dieser Kombination nach unserem Wissen bisher nicht gab – zusammen, offen und in einem System.



Kampagne und Amt in einem – in dieser Verbindung liegt das Neue.

Zwei Hände formen das Zeichen.

Wenn Sprechen gerade nicht geht – bei **Taubheit, Mutismus oder Überforderung** – kann man das Herz-Hirn-Zeichen auch mit den eigenen Händen zeigen. Kein Material, keine App, überall dabei.

1

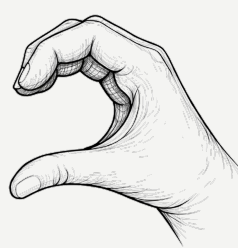


Die Faust = das Hirn

Eine Hand zur Faust ballen. Die runden Knöchel stehen für die Windungen des Gehirns.

+

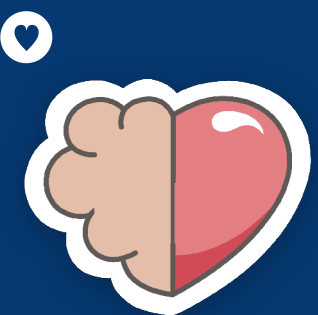
2



Das halbe Herz

Die andere Hand formt mit Daumen und Fingern ein halbes Herz und legt sich an die Faust.

=



Herz & Hirn

Zusammen ergeben beide Hände das Zeichen: Herz und Hirn, die sich umarmen.

WAS DAS ZEICHEN SAGT

„Hier überfordern invisible Barrieren.“

Bitte Belastung reduzieren – mir geht es gerade nicht gut.



BETROFFENE PERSON

→

verstehen und reagieren

Ich verstehe und werde Reize reduzieren.



GEGENÜBER

Nur eine Hand nutzbar?

Eine Möglichkeit: die Elemente nacheinander zeigen – erst die Faust (Hirn), dann das halbe Herz. So bleibt die Bedeutung auch einhändig erkennbar.

Für viele Lebensbereiche

🏠 Kita

🎓 Schule

💼 Arbeit

☀️ Freizeit

Kinder wie Erwachsene.

Was hilft dem Gegenüber?

Licht & Musik verringern

Distanz geben

wenig reden

Kopfhörer · Sonnenbrille

Fidgets · kaltes Wasser

Reizregulierende Maßnahmen, sofern bekannt ist, was der Person hilft (z. B. Skill-Anwendung).

2 NOVA 2 – DAS SAFEWORD

Cor.

#SayCor

**Ein Wort für alle. Fast mehr Laut als Wort –
sagbar auch ohne Hände, auch mit wenigen Worten.**

Ein winziges Wort – und darin steckt viel:
Herz und Verstand, Mut, Wärme, Verbindung.

Warum ausgerechnet „Cor.“?

Ein Safeword muss klein sein, einfach funktionieren und trotzdem etwas bedeuten. „Cor.“ tut genau das – es ist kein erfundenes Kunstwort, sondern hat eine Wurzel, die viele Sprachen teilen: das lateinische *cor*, das Herz.

Cor.
/kɔːr/

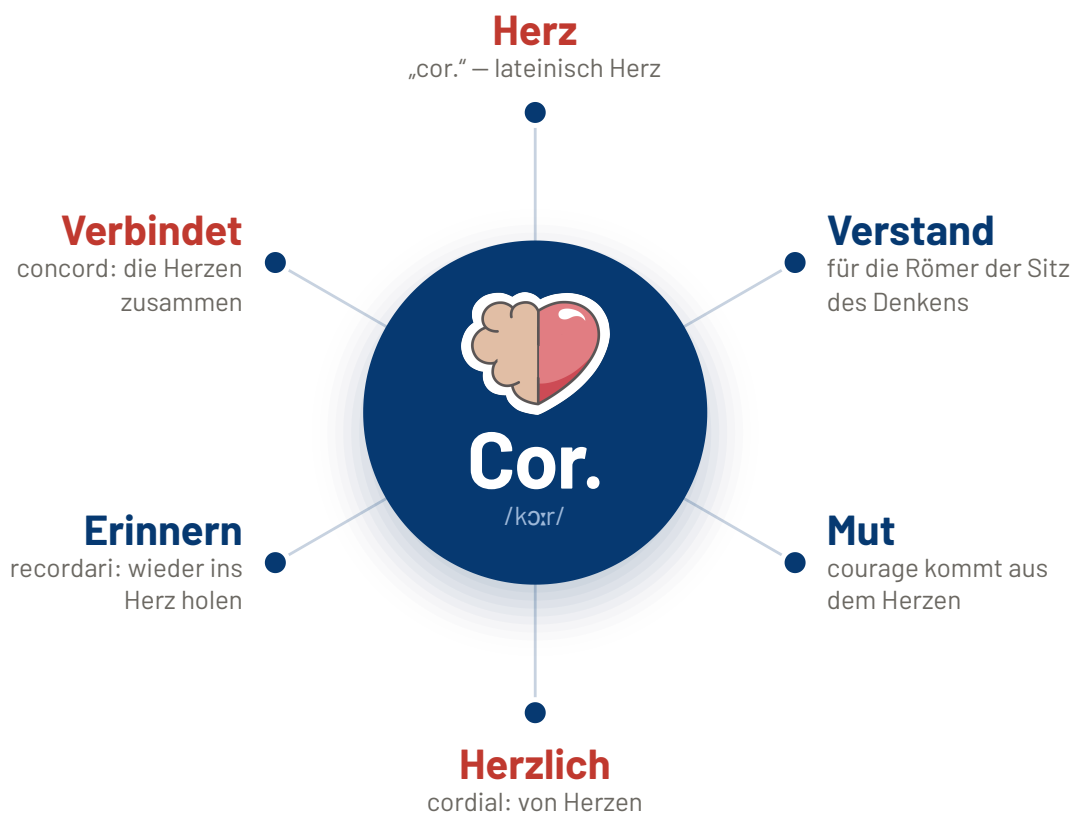
Zuerst ein Laut, dann ein Wort. Einsilbig und fast mehr Laut als Wort – unter Umständen auch bei verminderter Lautsprache, Erschöpfung oder Stress sagbar. Und es lässt sich auch **tippen – als Kurznachricht**, wenn Sprechen nicht geht. So kann reagiert und z. B. eine geübte Deeskalationsstrategie genutzt werden.

Cor. 14:02 ✓✓

Tut mir leid. Kannst Du das Licht ausmachen, ein Chilibonbon nehmen und etwas rechnen, bis ich gleich da bin? Wir schaffen das. Liebe dich. ❤️

14:02

Die Römer verwendeten das lateinische Wort **cor** sowohl für das körperliche Herz als auch im übertragenen Sinn für Gefühl, Mut, Seele, Geist und innere Urteilskraft – damit im weiteren Sinne auch für Verstand und Erkenntnis.



In vielen Sprachen hörbar:



cœur



corazón



cuore



cor



coração

Logisch, vielseitig, nicht perfekt.

Für viele Zielgruppen gibt es bereits etablierte Zeichen. Das Cor.System tritt im **gleichen Stil** daneben und könnte eine bestehende Lücke schließen: als Zeichen für Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen. Keine gebrochenen Herzen, keine Synonyme, sondern die Visualisierung eines Hilfsmittels.

 HERZ & VERSTAND Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen	 ROLLSTUHL Rollstuhlfahrer	 SEHEN Menschen mit Sehbehinderung	 HÖREN Menschen mit Hörbehinderung	 GEBÄRDE Gehörlose Menschen	 ASSISTENZHUND Menschen mit Assistenzhund
---	---	---	--	--	--

EIN ZEICHEN – VIER WEGE

 Ausdruckbar Button, Karte, Ausweis, Schild – perspektivisch auch in Braille	 Zeigbar Das Handzeichen – die eigene Bewegung ist Rückmeldung	 Sagbar „Cor.“ – bewusst als Laut mit wenigen Barrieren	 Schreibbar „Cor.“ als Kurznachricht, wenn Sprechen nicht geht
--	--	---	--

ADAPTIERBAR – EIGENE VARIANTEN



Ein Konzept, frei gestaltbar – in Farbe, Kontur oder als Amtszeichen, bis hin zu ganz eigenen Varianten.

Die Voraussetzung ist klein: nur Wissen – keine App, kein Material.

Universell – und ehrlich: Was es nicht ist

Kein Diagnose-, Notfall- oder Berechtigungsnachweis. Es ersetzt keine ärztliche Einschätzung und keinen Notruf. Keine Vergünstigungen, keine Mehrwerte – nur Sichtbarkeit für nicht sichtbare Herausforderungen.

Im Ernstfall kann das Zeichen Rettungs- und Ordnungskräften helfen, alternative Kommunikations- und Deeskalationswege zu nutzen.

Voraussetzungslos selbsterklärend behaupten wir nicht – die Bilddetails sind vertraut und nach kurzer Einführung wiedererkennbar.

Universell gedacht – das Cor.System.

Die sieben Prinzipien des Universellen Designs – und wie das **Cor.System** sie aufgreift.

1 Breite Nutzbarkeit

Dasselbe Zeichen gilt für alle gleich – ohne Nachweis, ohne Stigma. Niemand soll ausgeschlossen werden oder sich rechtfertigen müssen. Es ist frei nutzbar, kann unkompliziert zur Verfügung gestellt oder erstellt werden.

2 Flexibilität im Einsatz

Jede Person wählt den Weg, der gerade passt: zwei- oder einhändig, als Wort „Cor.“, Print-Karte, Ausweis, Button oder digitale Anzeige.

3 Einfache, intuitive Benutzung

Herz und Hirn sind bekannte Alltagssymbole; die Bedeutung ist leicht erklärbar und schnell gelernt und weitergegeben.

4 Sensorisch wahrnehmbare Informationen

Ausdrucken (Zeichen, Schild), Zeigen (die eigene Geste als Rückmeldung), Sagen („Cor.“), Schreiben („Cor.“ als Nachricht).

5 Fehlertoleranz

Kein Berechtigungsnachweis: Das System erlaubt gestalterische Varianten, solange Kernform, Bedeutung, Kontrast und Zuordnung erhalten bleiben.

6 Geringer körperlicher Aufwand

Das Symbol erfordert kaum körperlichen Aufwand · das Wort ist sehr kurz · die Geste ist kleinräumig und vereinfacht ausführbar · für Personen, die sie nicht ausführen können, bestehen gleichwertige Alternativen.

7 Größe & Raum für Zugang

Weitgehend unabhängig von Position und Mobilität nutzbar – skalierbar vom Button bis zum Eingangsschild.



DESIGNGRUNDSATZ

Das Zeichen darf nie Voraussetzung für Unterstützung werden – niemand muss sich offenbaren, um Teilhabe zu bekommen. Es kann aber ein wichtiger Schritt zu einer ethisch relevanten Sichtbarkeit sein.

Die Tiefe des Cor.Systems.

Ein Gesamtkonzept für den öffentlichen Bereich: ein Vorschlag, wie sich bisher kaum wahrgenommene Barrieren sichtbar machen lassen. Weil invisible Barrieren oft unbekannt sind, kann Sichtbarkeit ein wichtiger Teil gesellschaftlicher Aufklärung sein:

S · SENSORISCH



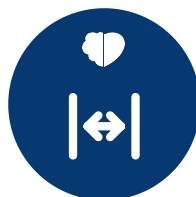
● HH-S1

Geräusche reduziert



● HH-S2

Licht reduziert



● HH-S3

Distanz /
Haptik reduziert



● HH-S4

Stille Stunde



● HH-S5

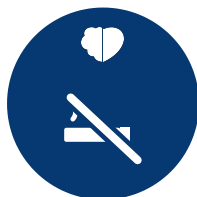
Flimmerfreies Licht



● HH-S6

Reizarme Raumgestaltung/
Neuroarchitektur

C · CHEMISCH



● HH-C1

Rauchfreie Zonen



● HH-C2

Keine Raumbeduftung



● HH-C3

Duftfreie Reinigung



● HH-C4

Duftfreie Nutzungsregelung



● HH-C5

Emissionsarme Ausstattung



● HH-C6

Gute Belüftung

Kommunikativ und sozial.

K · KOMMUNIKATIV



● HH-K1

Erwartbare
Kommunikation



● HH-K2

Vorwurfsfreie
Kommunikation



● HH-K3

Schriftliche
Kommunikation



● HH-K4

Leichte Sprache



● HH-K5

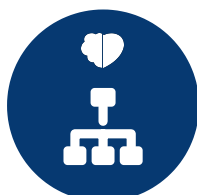
Gebärdensprache



● HH-K6

Kontaktarme /
digitale Kommunikation

So · SOZIAL



● HH-So1

Strukturierte Abläufe



● HH-So2

Terminflexibilität



● HH-So3

Planbare Wartezeiten



● HH-So4

Rückzugsraum



● HH-So5

Begleitperson möglich



● HH-So6

Pausen flexibel



● HH-So7

Assistenzhund willkommen

HH-K4 (Leichte Sprache) und HH-K5 (Gebärdensprache) sind bereits bestehende, verbreitete Zeichen. Auch HH-So7 der Assistenzhund ist ein etabliertes offizielles Zeichen und lässt sich in die Familie einordnen. Alle Zeichen sind Vorschläge.

Das Cor.System im Alltag.

Dieselbe Idee wird zum Ausweis, zur Karte, zum Anstecker und zum Schild – analog, digital, im Raum.



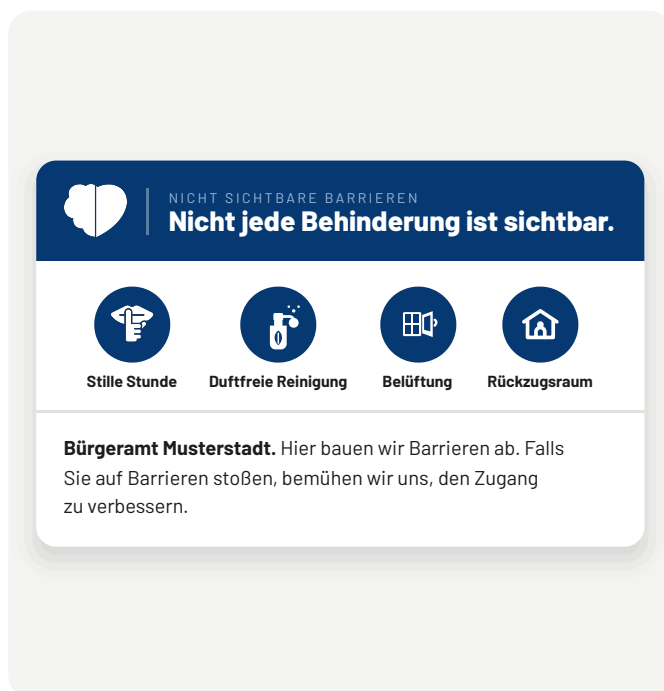
Der Ausweis – oder Lanyard, zur Verbreitung durch Kommunen, Handel und individuell ausdrückbar.



Die Sitzplatzkarte – für Veranstaltungen, Bus oder Meetings.



Der Anstecker – zur einfachen Sichtbarkeit im Alltag.



Das Türschild – zeigt auf einen Blick, welche Barrieren abgebaut wurden.



Frei nutzbar – und offen für eine Normung.

Hier liegt ein wichtiger Hebel: Das **Cor.System** ist **frei nutzbar und variabel** – jede Kommune, jedes Unternehmen, jede Privatperson darf es nutzen und anpassen; auch eigene Herz-Hirn-Zeichen dürfen entstehen. Gestaltet ist es so, dass es sich an bestehenden Normen orientiert und **perspektivisch normfähig** werden könnte – damit es in offizielle Debatten und Beschilderung einfließen kann.

NACHHALTIG – IM EIGENTLICHEN SINN

Modular & ergänzend

Kann bestehende Systeme ergänzen und verbinden, statt weitere Insellösungen zu schaffen.

Gemeinschaftlich & international

Sprachfrei und offen – vielerorts einsetzbar.

UN-NACHHALTIGKEITSZIELE



Kann Gesundheit fördern

Verständigung kann schützen: Mangelnde Anerkennung, fehlende Sichtbarkeit und Isolation gelten als Risikofaktoren für psychische Krisen.

Ökologisch & materialarm

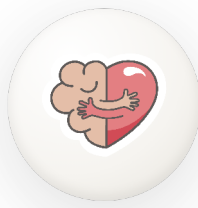
Geste und Wort brauchen kein Material; digitale Vorlagen sparen Produktion und Transport; Schilder sind modular und schwarz-weiß-fähig.

EIN FREI NUTZBARES ZEICHEN – VIER WEGE: AUSDRUCKEN, ZEIGEN, SAGEN, SCHREIBEN



Zeigbar

Das Handzeichen



Ausdruckbar

Button, Karte & Schild



Sagbar

Das Safeword



Schreibbar

„Cor.“ als Nachricht



Ein bisschen Herz, ein bisschen Verständnis – das kann viel verändern.

Nur, dass möglichst viele das **Cor.System** kennen. Fangen wir gemeinsam
an.

Sie dürfen alles daraus nutzen: das Zeichen, das Handzeichen,
das Safeword, die Vorlagen für Ausweis, Button und Schilder.

Frei nutzbar – auch für eigene Varianten.

Ein frei nutzbares Konzept wie das **Cor.System** hat keine Werbemillionen –
seine Währung ist Glaubwürdigkeit.

VORLAGEN & MATERIAL

[Ausweis \(PDF\)](#)

[Flyer nicht sichtbare Behinderungen \(ZIP\)](#)

[Ausweis in Canva \(mehrsprachig\)](#)

[Mehr Downloads zum Tag der nicht sichtbaren Behinderungen](#)

[Mehr zum Cor.System](#)

English version: [Cor.System Concept \(EN\)](#)



Video ansehen
youtu.be/9xrS7yMFgMg

Logo: markenliebe
Konzept: Rebecca Lefèvre

gemeinsam zusammen e.V. · stille-stunde.com

#notinvisible #SayCor

Wir sind ein ehrenamtlicher Verein, bilden uns kontinuierlich weiter, machen auf diesem Weg auch
Fehler und freuen uns über konstruktives Feedback.