

Procap

01/24

Das Magazin
für Menschen
mit Behinderungen

Mit «mitenand»
von Procap Bern



Fokus

Wohnen

Von der Procap Bauberatung über die Wohnkrise in der Schweiz bis hin zum Wohnen mit Assistenz: Das Thema ist hochaktuell.

Bildung und Sensibilisierung

Der Mensch im Mittelpunkt

Grosser Bedarf an Sensibilisierungskursen

procap

miteinander Procap Bern

Verzaubertes 2024



Letztes Jahr war unser Jahresthema «Trau dich!». Und wie wir uns getraut haben: Wir haben uns an Veranstaltungen getraut Neues auszupro-

bieren. So zum Beispiel am ersten Selbstverteidigungskurs von Procap Bern. Wir haben uns dort getraut ganz laut «Stopp!» zu rufen und uns zu wehren, sollte es je zu einer Situation kommen, in der wir dies brauchen. Auch haben wir uns in neue Sportangebote getraut: Seit 2023 gibt es bei Procap Bern ein Yoga in Bern und ein Poly- und Budosport in Uetendorf. Und wir haben uns getraut in unseren neuen Sporttrikots fantastische neue Teamfotos zu machen. Wir haben uns auch getraut auf der Strasse wildfremde Menschen anzusprechen und sie für Unterschriften zu fragen, dies im Rahmen unserer vier Sammelaktionen für die Inklusionsinitiative in Bern, Thun, Langentahl und Interlaken.

Nun starten wir voller Elean ins neue Jahr, natürlich mit einem neuen Jahresthema. Unser Jahresthema 2024 ist «verzaubert». Wir freuen uns riesig auf ein verzaubertes 2024. In der Onlineserie «Amourös» sprechen wir über den Zauber von Liebe, Sexualität und Familie. Auf unserer Mitgliederreise erleben wir den Naturzauber im botanischen Garten in Zürich und auf unserem Alpaka-Spaziergang lassen wir uns von den lustigen Vierbeinern verzaubern. Am PROCUP, unserem Spiel- und Begegnungstag in Interlaken fehlt der Zauber natürlich auch nicht. Dort treffen wir magische Gestalten und spielen verzauberte oder vielleicht sogar verhexte Spiele. Kurz: Der Zauber begleitet uns durch unser Procap-Jahr und wir freuen uns sehr auf zahlreiche zauberhafte Begegnungen, verzauberte Erlebnisse und magische Momente.

Sophie Muralt & Anita Advani, Co-Geschäftsleitung



Neues Gesetz: BLG

Am 1. Januar 2024 ist das neue Behindertenleistungsgesetz (BLG) und die Verordnung dazu in Kraft getreten. Der Kanton Bern hat sich nach unserem Motto an den Paradigmenwechsel von der Objekt- zur Subjektfinanzierung getraut.

Damit haben in erster Linie erwachsene Menschen mit Behinderungen die Möglichkeit selbstbestimmt über Ihre Wohnform zu entscheiden und nach ihrem Bedarf an Assistenz ihr Leben zu gestalten. Das fördert Selbstbestimmung und Teilhabe. Es ist eine Einführungszeit von vier Jahren geplant.

Informationen zum neuen Gesetz gibt es u.A. an folgenden Orten: Auf der Homepage der Gesundheits-, Integration- und Sozialdirektion (GSI) findest du hilfreiche Merkblätter, Broschüren und weitere Informationen zur Umsetzung des Gesetzes.

Die Kantonale Behindertenkonferenz (kbk) führt dieses Jahr vier Informationsveranstaltungen durch. An der Abschlussveranstaltung der "Nationalen Aktionstage Behindertenrechte" am 12. Juni 2024 findet eine dieser Informationsveranstaltungen statt. Institutionen und Heime kennen den Zeitpunkt, wann ihre Bewohnenden ins neue System übertreten.

Natürlich kannst du dich auch an unser Beratungsteam wenden, wenn du beispielsweise Fragen zum BLG hast oder eine Anmeldung zum Bezug von Leistungen nach BLG prüfen willst.

AMOURÖS

Beziehung - Sexualität - Familie

In unserer Onlineserie «Amourös» besprechen wir verschiedene Aspekte des sexuellen und partnerschaftlichen Lebens. Selbstbetroffene Expert*innen und Fachpersonen geben Inputs und beantworten Fragen.

Sexualität und Behinderung - Was sind meine Rechte?

8. Mai 2024, 19 Uhr



Rechtsanwalt Martin Boltshauer informiert über die rechtliche Situation in Bezug auf das Thema Sexualität.

1. Der Körper

22. Mai 2024, 20 Uhr



Was habe ich für ein Körpergefühl? Was bedeutet meine Behinderung für mich und für andere? Welche gesellschaftlichen Tabus bremsen uns?

2. Die Lust

5. Juni 2024, 20 Uhr



Wie kann sexuelle Lust gelebt werden? Wie kann damit umgegangen werden, wenn keine oder sehr viel Lust vorhanden ist? Wie geht gelungene Selbstbefriedigung?

3. Der Flirt

19. Juni 2024, 20 Uhr



Wo treffe ich neue Leute? Welche Plattformen gibt es? Wie gehe ich mit Zurückweisung und negativen Rückmeldungen um?

4. Die Liebe

3. Juli 2024, 20 Uhr



Welche gibt es für Beziehungsformen? Welche Vorlieben gibt es? Was ist in einer intimen Beziehung wichtig?

5. Der Sex

21. August 2024, 20 Uhr



Was ist sexuelle Lust zusammen? Welche Verhütungsmöglichkeiten gibt es?

6. Die Anderen

4. September 2024, 20 Uhr



Was bedeutet meine Wohnform für mein sexuelles Leben? Was sind Berührer*innen? Wie ist die Haltung meines Umfelds zu diesem Thema?

Auswirkung von Partnerschaft, Heirat, Geburt auf IV und EL

18. September 2024, 19 Uhr



Rechtsanwalt Daniel Schilliger informiert, welchen Einfluss familiäre Veränderungen auf IV und EL haben.

7. Der Wunsch

2. Oktober 2024, 20 Uhr



Welche Möglichkeiten gibt es um ein Kind zu bekommen, wenn man eine Behinderung hat? Ist eine natürliche Befruchtung und eine natürliche Geburt möglich?

8. Der Nachwuchs

16. Oktober 2024, 20 Uhr



Wie laufen eine Befruchtung, eine Schwangerschaft und eine Geburt ab? Wie kann mein Alltag mit einem Kind aussehen?

9. Das Alter

30. Oktober 2024, 20 Uhr



Wie verändert sich mein sexuelles Empfinden? Wie verändert sich mein Beziehungsleben über die Jahre?

Alle Infos zu Amourös

www.procap-bern.ch/amouroes

Die Onlineserie «Amourös» wird unterstützt von:



Zauberhafte Veranstaltungen

Lotto in Interlaken

Und wieder ruft es durch den Saal: «LOOOTTTTTOO!»
Verzauberte Zahlen und tolle Preise warten auf dich!

Datum: Samstag, 18. Mai 2024
Zeit: 14 - 17 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken
Kosten: Mitglieder: Zwei Karten CHF 5.-
Jede weitere Karte CHF 5.-
Nicht-Mitglieder: 2 Karten CHF 20.-
Jede weitere CHF 10.-
Anmeldung: bis am 8. Mai an 031 370 12 00 oder
bern@procap.ch

Papillon Jahresprogramm

Die Freizeitgruppe für alle, die gerne etwas zusammen unternehmen verzaubern uns auch dieses Jahr mit ihrem Programm.

Unsere Anlässe im 2024 sind:

- Sa, 13. April, Besuch Blindenmuseum
- Sa, 29. Juni, Schifffahrt Zugersee
- Sa, 24. August, Spielnachmittag
- So, 29. September, Besichtigung Alimentarium
- Sa, 2. November, Programmhöck

Alle, die sich für einen Ausflug der Freizeitgruppe Papillon interessieren, können sich bei Rolf Schnyder voranmelden: per Telefon an 032 652 00 78 oder per Mail an fam.schnyder@bluewin.ch.

Alpaka Spaziergang

Olga, Zorro, Calmiro und Leo: die vier lustigen Alpakas begleiten uns auf unserem Spaziergang durch die malerische Landschaft von Meikirch. Lass dich von den pelzigen Vierbeinern verzaubern und geniesse mit uns einen Spaziergang der besonderen Art. Natürlich fehlt auch ein kleines Zvieri nicht.

Datum: Sonntag, 5. Mai 2024
Zeit: 13.45 bis ca. 16.30 Uhr
Dauer: ca. 2 Stunden inkl. kleinem Zvieri

Treffpunkt: Uelis Stöckli, Moosgasse 8, 3045 Meikirch (ca. 10 Gehminuten von Postautohaltestelle entfernt)
Mitnehmen: dem Wetter entsprechende Schuhe und Kleider, evtl. Sonnenschutz
Hunde sind verboten.
Kosten: Mitglieder CHF 20.-
Nicht-Mitglieder CHF 40.-
Anmeldung: bis am 19. April an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch



Eierfärbewerkstatt

Datum: Dienstag, 26. März 2024
Zeit: 13 - 17 Uhr
Ort: Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken, Grosse Küche im 1. Stock
Kosten: Mitglieder CHF 1.-pro Ei
Nicht-Mitglieder CHF 2.- pro Ei (Max. 10 Eier pro Person)
Anmeldung: bis am 14. März an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Shibori- und Batikkurs

Daten: 13. April, 27. April und 11. Mai 2024
Ort: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, Bern
Zeit: 9 bis 12 Uhr
Kosten: Mitglieder CHF 100.-
Nicht-Mitglieder CHF 130.-
Mitnehmen: weisses T-Shirt am 2.Kurstag
Anmeldung: bis am 24. März an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Verzauberte Anlässe

Bräteln Hirschpark

Um 11 Uhr beim Tierpark Hirschpark in Langenthal geht's los, unser gemütliches Grillieren. Salate, Brot, Chips und alkoholfreie Getränke haben wir organisiert. Fleisch, Geschirr und Besteck bringt jeder selbst mit.

Datum: Samstag, 1. Juni 2024
Ort: Tierpark Hirschpark Langenthal
Zeit: 11 Uhr - 16 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
Nicht-Mitglieder CHF 10.-
Mitnehmen: Fleisch, Geschirr und Besteck
Anmeldung: bis am 24. Mai an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch
Achtung: Das Bräteln findet nur bei gutem Wetter statt, es gibt kein Verschiebedatum. Bei zweifelhafter Witterung könnt ihr am Vorabend oder am Morgen auf 079 337 11 45 anrufen oder eine Nachricht schreiben.

Naturzauber im Botanischen Garten

Wir hatten euch gefragt, wo unsere Reise 2024 hingehen soll. Ihr habt abgestimmt. Wir gehen in den botanischen Garten in Zürich und lassen uns von den Wundern der Natur verzaubern.

Datum: Samstag, 8. Juni 2024
Kosten: CHF 55.- für Mitglieder
CHF 120.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 16. Mai 2024 an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch, bitte Einstiegort angeben, und wenn Rollstuhl, ob Hand- oder Elektro

Abfahrten mit den Reisebussen

Bern: 8 Uhr, Max-Dätwyler-Platz (**beim Wankdorf Bahnhof**)
Burgdorf: 8.30 Uhr, Bahnhofplatz
Langenthal: 9.00 Uhr, Bahnhofplatz
Thun: 7.45 Uhr, Bahnhofplatz Carterminal
Interlaken West: 8.20 Uhr, vis-à-vis Bushaltestelle
Interlaken Ost: 8.30 Uhr, Bus-Terminal

Kreativkurs: Wachstücher

Hast du auch genug von Plastik- und Alufolie in der Küche? Dann bist du bei unserem Kreativkurs genau richtig: Wir stellen selber Wachstücher her. Die sind umweltfreundlicher, wiederverwendbar und erst noch dekorativ.

Datum: Samstag, 20. April 2024
Ort: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, Bern
Zeit: 14 - 17 Uhr
Kosten: Mitglieder CHF 15.-
Nicht-Mitglieder CHF 30.-
Achtung: Die Kleidung kann schmutzig werden, deshalb wird empfohlen alte Kleider anzuziehen.
Anmeldung: bis am 5. April an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Computerkurs in Interlaken

In 1-zu-1-Betreuung helfen dir Gymnasiast*innen des Gymnasiums Interlaken mit deinen Fragen zu Computer oder Handy.

Datum: Freitag, 14. Juni 2024
Ort: Gymnasium Interlaken, Mittengrabenstr. 8, 3800 Interlaken, Konferenzraum 3.01, 3. Stock
Zeit: 14 - 16 Uhr
Mitbringen: Eigenes Gerät (Laptop, Handy, Tablet)
Anmeldung: bis am 5. Juni an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch, bei der Anmeldung Gerät und Fragen angeben

Bowling in Langenthal

Datum: Samstag, 11. Mai 2024
Ort: Bowling, Lotzwilstr. 66, Langenthal
Zeit: 14 bis 17 Uhr
Kosten: Eine Runde Bowling inkl. Schuhmiete kostenlos für Mitglieder, CHF 15.- für Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis am 2. Mai an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch
Zugänglichkeit: Rollstühle auf der Bahn erlaubt

Wissen verzaubert

Webinar «Sexualität und Behinderung»

In diesem Webinar greifen wir die rechtlichen Situation von Menschen mit Behinderungen in Bezug auf das Thema Sexualität auf. Procap Rechtsanwalt Martin Boltshauser geht u.a. auf folgende Fragen ein:

- Wie gestaltet sich die rechtliche Situation zwischen Selbstbestimmungsrecht und Schutzgedanken?
- Was sind höchstpersönliche Rechte?
- Welche Funktionen, Rechte und Pflichten haben allfällige Beistände und / oder Eltern?
- Haben Eltern ein Mitspracherecht (bis 18 Jahre)?

Datum: Mittwoch, 8. Mai 2024
Ort: Online
Zeit: 19 bis 21 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 30.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 7. Mai an bern@procap.ch

Webinar «EL»

In diesem Webinar werden die Ergänzungsleistungen vorgestellt und dabei auch auf die Reform eingegangen.

Datum: Mittwoch, 20. März 2024
Ort: Online
Zeit: 19 bis 21 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 30.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 19. März an bern@procap.ch

Webinar «Erben und Vorsorgen»

Datum: Mittwoch, 12. Juni 2024
Ort: Online
Zeit: 19 bis 21 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 30.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 11. Juni an bern@procap.ch

Budgetkurs und Workshop

«Gut und günstig leben in Bern»

Im ersten Teil erläutert die Treuhänderin Daria Schüpbach, wie man ein persönliches Budget erstellen kann sowie die häufigsten Fehler, die einem dabei unterlaufen können.

Nach einer Pause folgt im zweiten Teil der interaktive Workshop mit einem Input zum Thema «ein Tag in meinem Leben, so spare ich» durch unser Mitglied «Milla». Gemeinsam besprechen wir dabei verschiedene Möglichkeiten für ein «gutes und günstiges Leben in Bern».

Lebensmittel (z.B. Sonderangebote / Aktionen; gluten-/lactosefrei; vegetarisch/vegan; Notvorrat); **Haushalt; Gesundheit; Körperpflege** (z.B. Coiffeur); **Kleidung; Bildung und Kurse; Kultur** (z.B. Bücher, Museum, Kino); **Ferien; Hobbies und Freizeit; Reisen** (ÖV); **Vereine** (z.B. Sport, Musik, Kultur); **Wohnen; Nachbarschaft; Ratenzahlungen/Leasing** und weitere

Datum: Samstag, 25. Mai 2024
Ort: Kirchgemeinde Paulus, Neufeldstr. 6, 3012 Bern
Zeit: 13.30 – 16.00 Uhr
Kosten: Mitglieder CHF 15.-
Nicht-Mitglieder CHF 40.-
Mitbringen: Fragen zur Thematik, Alltagsbeispiele
Anmeldung: bis am 21. Mai an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch



Bild und Text: © „Milla“

Über Procap Bern

Wandern am Faulensee

Procap Oberwallis lädt uns ein, gemeinsam mit ihnen die schöne Schweizer Landschaft zu erkunden und nebenbei etwas Bewegung und Gesellschaft zu haben. Die Wanderung ist eher ein gemütlicher Spaziergang und beginnt in Spiez. Vom Bahnhof Spiez aus laufen wir zum Thunersee und von dort aus nach Faulensee. Die Strecke ist ca. 2,5 km lang. Der Weg ist breit, flach und Rollstuhlgängig. Unterwegs machen wir eine Pause und essen unsere Verpflegung aus dem Rucksack. Auf der Strecke befindet sich ein rollstuhlgängiges WC. Danach geht es auf der gleichen Strecke wieder zurück. Wir freuen uns riesig mit den Oberwallisern Zeit in unserer wunderschönen Oberländer Natur zu verbringen.

- Datum: Samstag, 25. Mai 2024
Zeit: Genaue Zeiten werden nach der Anmeldung bekanntgegeben.
Treffpunkt: Spiez Bahnhof
Route: Spiez Bahnhof, in Richtung Faulensee
Zugänglichkeit: die Wanderung ist Rollstuhlgängig
Anforderung: sehr leicht / ca. 45 Min. Wanderzeit in eine Richtung
Mitnehmen: Sportliche, der Jahreszeit angepasste Kleider und gutes Schuhwerk, ev. Wander-Stöcke, Getränke und Zwischenverpflegung für die Wanderung aus dem Rucksack
Anmeldung: bis am 17. Mai bei Procap Oberwallis, 027 527 11 00 oder oberwallis@procap.ch



Impressum

Procap Magazin, Zeitschrift für Menschen mit Behinderungen. Herausgeber: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, 3007 Bern, 031 370 12 00. Redaktion: Sophie Muralt. Redaktionsmitarbeit: Léa Aeberhard, Sabine Blaser, Corinne Dellsperger.

Spenden für Procap Bern

Als Zewo-zertifizierte Berner Organisation setzen wir deine Spende im Kanton Bern ein.

Spendenkonto Procap Bern

PC-Konto: 30-7047-5

IBAN: CH24 0900 0000 3000 7047 5

BIC: POFICHBEXXX3

Procap Bern ist steuerbefreit.

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen



Adressen



Geschäftsstelle und Region

Bern / Biel-Seeland

Cäcilienstr. 21, Postfach 392, 3000 Bern 14

Tel. 031 370 12 00, bern@procap.ch

Mo. – Do. 9.30 – 11.30, Di. + Do. 14 – 16 Uhr



Region

Emmental-Oberaargau

Corinne Dellsperger, Kreuzfeldstr. 59, 4932 Lotzwil

Tel. 079 337 11 45, corinne.dellsperger@procap.ch

Mi. 9.30 – 11.30 Uhr



Region

Thun

Léa Aeberhard, Cäcilienstr. 21, Postfach 392, 3000 Bern 14

Tel. 033 222 09 09, lea.aeberhard@procap.ch

Do. 9.30 – 11.30 Uhr



Region

Interlaken-Oberhasli

Sabine Blaser, Rosenstrasse 42, 3800 Interlaken

Tel. 033 823 18 00, sabine.blaser@procap.ch

Do. 14 – 16 Uhr

Agenda

Kurse

 **Sa. 2. März 2024**
Steuererklärungsaktion in Utzenstorf
Infos im letzten Heft.

 **Sa. 9. März 2024**
Steuererklärungsaktion in Thun
Infos im letzten Heft.

 **Mi. 20. März 2024**
Webinar «Ergänzungsleistungen»
Infos auf Seite V in diesem Heft.

 **Di. 26. März 2024**
Eierfärbewerkstatt in Interlaken
Infos auf Seite III in diesem Heft.

 **Ab Sa. 13. April 2024**
Shibori- und Batikkurs
Infos auf Seite III in diesem Heft.

 **Sa. 20. April 2024**
Kreativkurs: Wachstuch
Infos auf Seite III in diesem Heft.

 **Mi. 8. Mai 2024**
Webinar «Sexualität & Behinderung»
Infos auf Seite V in diesem Heft.

 **Mi. 22. Mai 2024**
Folge 1 der Onlineserie «Amourös»
Infos auf Seite II in diesem Heft.

 **Sa. 25. Mai 2024**
Budgetkurs in Bern
Infos auf Seite V in diesem Heft.

 **Mi. 22. Mai 2024**
Folge 2 der Onlineserie «Amourös»
Infos auf Seite II in diesem Heft.

 **Mi. 12. Juni 2024**
Webinar «Erben und Vorsorgen»
Infos auf Seite V in diesem Heft.

 **Di. 3. September 2024**
Webinar «Von IV zu AHV»
Infos folgen.

 **Mi. 18. September 2024**
Webinar «Auswirkungen Heirat, Partnerschaft, Familie Auf IV und EL»
Infos folgen.

 **Ab Do. 31. Oktober 2024**
Crashkurs «Kind» in 3 Teilen
Infos folgen.

Treffen und Anlässe

 **Sa. 23. März 2024**
Mitgliederversammlung
Infos mit dem Jahresversand versandt.

 **Sa. 5. Mai 2024**
Alpaka-Spaziergang
Infos auf Seite III in diesem Heft.

 **Sa. 11. Mai 2024**
Bowling in Langenthal
Infos auf Seite IV in diesem Heft.

 **Sa. 18. Mai 2024**
Lotto in Interlaken
Infos auf Seite III in diesem Heft.

 **Sa. 1. Juni 2024**
Bräteln im Hirschpark
Infos auf Seite IV in diesem Heft.

 **Sa. 8. Juni 2024**
Mitgliederreise «Naturzauber im botanischen Garten»
Infos auf Seite IV in diesem Heft.

 **Fr. 14. Juni 2024**
Computerkurs in Interlaken
Infos auf Seite IV in diesem Heft.

Vorschau

 **Sa. 31. August 2024**
PROCUP: Spieltag in Interlaken
Infos folgen.

 **Sa. 9. November 2024**
Spaghettiplausch in Langenthal
Infos folgen.

Alle Informationen auf:
www.procap-bern.ch/agenda
Anmelden? Per Telefon 031 370 12 00
Per Mail bern@procap.ch

Online anmelden?
Code scannen.



Sportangebote



Sport Oberaargau

Fussball Herzogenbuchsee

Wann: Montag
Zeit: 18 - 19.30 Uhr
Ort: Fussballplatz neben Sekundarschule (Sommer)
Sporthalle Sekundarschule (Winter)
Kontakt: Tizian Meier, tizian.meier@calendula-heim.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

Buchsi Plantscher: Schwimmen Herzogenbuchsee

Wann: Dienstag
Zeit: 17 - 18 Uhr
Ort: Hallenbad Herzogenbuchsee
Kontakt: Caroline Jäggi, 032 631 20 64, macasipa@vtxmail.ch
Kosten: CHF 90 / Jahr (ohne Badeintritt)

Bewegti Farbtupfer: Polysport Herzogenbuchsee

Wann: Donnerstag
Zeit: 17 - 18 Uhr
Ort: Dreifachturnhalle Herzogenbuchsee
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

Team Panda: Turnen und Nordic Walking Turnen

Wann: Samstags
Zeit: Langenthal 13.30 - 15 Uhr,
Ort: Turnhalle Hard, Bäeggstrasse 20, 4900 Langenthal
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch

Nordic Walking

Wann: Donnerstag vom April bis Oktober
Zeit: 17.45-18.45 Uhr
Ort: WBM Madiswil, Unterdorfstrasse 62, Madiswil
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr für Turnen und Walking

Unihockey Lotzwil

Wann: Mittwoch
Zeit: 18 - 19 Uhr
Ort: Turnhalle Dorf, Schulgässli, Lotzwil
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

D Wasserhüpfer vo Aarwange: Schwimmen

Wann: Montag
Zeit: 17.15 - 18.15 Uhr
Ort: Schwimmhalle (Schulbad)
Turnhallestrasse 18, 4932 Aarwangen
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 90 / Jahr (ohne Badeintritt)



Sport Bern und Oberland

Alpaka Interlaken: Nordic Walking oder Turnen

Wann: Donnerstag
Zeit: 17.15 bis 18.15 Uhr (Walking 17.15 - 18.45 Uhr)
Treffen: 17 Uhr oben an der Rampe
Ort: Gymnasiumareal Interlaken
Kontakt: Brigitte Mathys, 079 624 40 42
Kosten: CHF 60 / Jahr

Kobras Uetendorf: Polysport

Wann: Freitag
Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr
Ort: Mehrzweckhalle Bach, Allmendstrasse 26,
Uetendorf
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

Yoga Bern

Wann: Mittwoch
Zeit: 17.30 - 18.30 Uhr (das Studio und die Garderoben
sind ab 17.15 geöffnet)
Ort: Weissenbühlweg 6, 3007 Bern
Kontakt: Silvia Buchs, bern@procap.ch oder 031 370 12 00
Kosten: CHF 90 / Jahr

**Alle Informationen zu den Sportangeboten auf:
www.procap-bern.ch/sportangebote**

Online anmelden? Code scannen.





Schneller unterwegs mit dem Modell SWT-1S.



SWISS-TRAC®

Händler finden und Probefahren: www.swisstrac.ch

Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe mit Handicap mobil sein

Wir passen Ihr Fahrzeug Ihren Bedürfnissen an



Gaspedal links, Rollstuhllifter,
Handbetätigt Gas/Bremse,
Rollstuhlgängiges Auto,
Schwenksitze, Fusslenkung,
Joysteer, Fahrschulpedalen,
Individuelle Lösungen

Umgebaute Miet-
und Ersatzfahrzeuge

Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG
Steinackerstrasse 55
8302 Kloten

Tel, Whatsapp, Threema:
044 320 01 53
www.truetsch-ag.ch
info@truetsch-ag.ch





Editorial

Selbstständig wohnen zu können, hat einen grossen Einfluss auf unsere Lebensqualität: Man kann die Räume, in denen man lebt, nach dem eigenen Geschmack einrichten, man kann den Alltag nach dem persönlichen Rhythmus organisieren, und man verfügt über Privatsphäre. Nicht ohne Grund definierte die britische Schriftstellerin Virginia Woolf in ihrem 1929 erschienenen Essay «Ein Zimmer für sich allein» die Privatsphäre als eine der Grundlagen für Emanzipation und Eigenständigkeit – eines jeden Menschen. Doch auch heute ist die freie Wahl der Wohnform und des Wohnortes für viele Menschen nicht selbstverständlich. Zum einen, weil es in der Schweiz schwer ist, bezahlbaren Wohnraum zu finden. Zum anderen, weil Finanzierungsstrukturen und Gesetze die freie Wahl der Wohnform von Menschen mit Behinderungen noch immer einschränken. Wir reflektieren deshalb in dieser Ausgabe, welche politischen Lösungsansätze und Finanzierungsmöglichkeiten für das autonome Wohnen von Menschen mit Behinderungen bereits vorhanden sind – und wo noch Handlungsbedarf besteht.

Sonja Wenger
Verantwortliche Verbandskommunikation und Medien

Inhalt

- 4 Notizen**
 - 22 Eine Schulung, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt**
-
- Fokus Wohnen**
- 6 Procap Bauberatung**
Kreative Lösungen und effiziente Interessenvertretung
 - 10 Sozialpolitik**
Freie Wahl der Wohnform
 - 12 Zusätzlich benachteiligt in der Wohnkrise**
 - 17 Ratgeber Recht**
Wie werden Wohnen, Pflege und Betreuung finanziert?
 - 18 Interview Urs Schnyder**
Persönliche Assistenz und selbstbestimmtes Wohnen
 - 20 «Wir sind Procap»**
Brigitte Bächtold
 - 28 «Wir sind Procap»**
Isabelle Mora

Service

- 26 Rätsel**
- 30 Carte blanche**



Illustration:
Eugen Fleckenstein

Inklusions-Initiative: Nationaler Sammeltag am 9. März 2024

Seit Frühling 2023 können schweizweit Unterschriften für die Inklusions-Initiative gesammelt werden. Bisher sind über 88 000 Unterschriften zusammengekommen (Stand Ende Januar 2024). Damit die Initiative eingereicht werden kann, müssen bis Ende Oktober 2024 100 000 gültige Unterschriften vorliegen.

Am Samstag, 9. März 2024, veranstaltet das Initiativkomitee einen weiteren nationalen Sammeltag. Sammeln auch Sie an diesem Tag mit Gleichgesinnten oder individuell Unterschriften. Unter www.procap.ch/inklusion können Sie Unterschriftenbögen und Informationsmaterial bestellen. Werfen Sie die Initiativbögen gleich in den nächsten Briefkasten, selbst wenn nicht alle Zeilen ausgefüllt sind.

Informationen zu Aktionen am nationalen Sammeltag finden Sie bei Ihrer lokalen Procap Sektion oder unter www.inklusions-initiative.ch.



National Winter Games 2024

Vom 14. bis 17. März finden in der Region Haslital Brienz die Winter Games 2024 von Special Olympics Switzerland statt. Rund 600 Sportler*innen nehmen jeweils am grössten Wintersportanlass für Menschen mit einer kognitiven Behinderung teil. Darunter auch verschiedene Procap Sportgruppen.

Informationen zum Programm finden Sie hier: www.wintergames2024.ch

Artwork

Selina Bächli (*1992) ist freischaffende Illustratorin für Architekturwettbewerbe sowie andere bunte Projekte. Sie absolvierte ein Bachelorstudium der Wissenschaftlichen Illustration an der Kunsthochschule Luzern und Zürich und als Zweitausbildung eine Lehre als Zeichnerin der Fachrichtung Architektur. Derzeit arbeitet sie im Architekturbüro FigiZumsteg als Hochbauzeichnerin und Illustratorin. Sie wirkt beim Projekt Wohnsiedlung Altwiesen der Stiftung Einfach Wohnen in Zürich-Schwamendingen mit, wo preisgünstiger und barrierefreier Wohnraum ein grosses Thema ist.

www.selinabaechli.ch

Mögliche Neuberechnung IV-Rente

Wird bei der Feststellung des IV-Grads das Einkommen mit Behinderung anhand der statistischen Durchschnittslöhne berechnet, wird bei diesen seit 1. Januar 2024 neu immer ein Abzug von 10 Prozent vorgenommen. Dies führt in vielen Fällen zu einem höheren IV-Grad. Haben Sie bereits eine Rente oder wird der Anspruch zurzeit abgeklärt, brauchen Sie nichts zu unternehmen. Der Abzug wird dann im Rahmen einer Neuüberprüfung im Laufe der nächsten drei Jahre oder im Entscheid nach Abschluss der Abklärungen automatisch berücksichtigt und der IV-Grad gegebenenfalls rückwirkend per 1. Januar 2024 angepasst.

Wurde bei Ihnen aber im letzten Jahr oder früher ein Rentenanspruch abgelehnt, sollten Sie prüfen, ob die neue Berechnung einen IV-Grad ergibt, der für eine Rente reicht. Das ist oft dann der Fall, wenn damals ein IV-Grad von 33 Prozent oder mehr festgestellt worden war. Weil eine Neuberechnung nicht automatisch gemacht wird, müssen Sie selbst aktiv werden und bei der IV ein Gesuch einreichen. Die Neuansmeldung muss zudem möglichst bald gemacht werden, denn anders als bei den laufenden Renten gibt es hier keine rückwirkende Anpassung.

Wenn Sie der Meinung sind, dass bei Ihnen neu ein Rentenanspruch infrage kommen könnte und Sie bei der Neuansmeldung Hilfe brauchen, melden Sie sich bitte bei der für Sie zuständigen Beratungsstelle von Procap und halten Sie die letzte ablehnende Verfügung bereit.

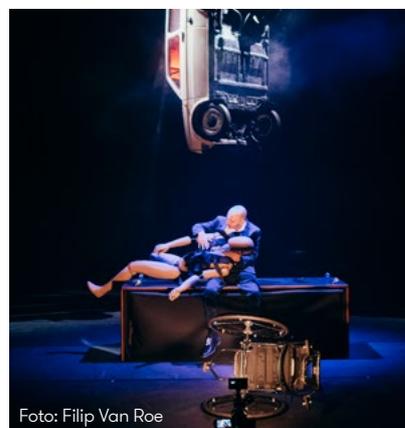


Foto: Filip Van Roe

Tanzfestival Steps 2024

Vom 24. April bis 19. Mai 2024 bespielen im Rahmen der 19. Ausgabe des Migros-Kulturprozent Tanzfestivals Steps neun Kompagnien aus dem In- und Ausland insgesamt 36 Bühnen in allen Landesteilen. Das Festival programmiert jedes Jahr auch inklusives Tanzschaffen. Für die Produktion «An Accident / a Life» hat sich Sidi Larbi Cherkaoui, Ballettdirektor in Genf, mit dem australischen Künstler Marc Brew zusammengetan, der seit einem schweren Unfall auf den Rollstuhl angewiesen ist. «An Accident / a Life» erzählt von Verletzlichkeit, Resilienz und der Idee des Körpers als Landkarte der eigenen Erfahrungen. Die beiden Künstler versuchen, in ihrem Stück neue Formen von Bewegung zu finden, und hinterfragen damit gesellschaftlich normierte Bilder von Menschen mit Behinderungen. Zusätzlich zu den Aufführungen finden diverse Formate wie etwa Tanzworkshops von und mit Künstler*innen mit und ohne Behinderungen statt. Das Festival ermöglicht einen barrierefreien Zugang für das Publikum. Auf der Website finden Menschen mit einer Hörbehinderung zudem ein Infovideo zum Festival in Gebärdensprache.

Informationen: www.steps.ch



Sebastian Burnell (rechts) erläutert Patrik Grädel die Eigenschaften der Spezialrampe zur Terrassentüre.

Procap Bauberatung: Kreative Lösungen und effiziente Interessenvertretung

Ein Unfall oder eine schwere Krankheit kann einen mitten im Leben treffen. Von einem Tag auf den anderen muss der persönliche Wohnraum neuen Bedürfnissen angepasst werden. Für die dafür notwendige Bauberatung können sich Betroffene direkt an die Procap Fachstellen für Hindernisfreies Bauen wenden – und zwar in der ganzen Schweiz.

Text Sonja Wenger **Fotos** Markus Schneeberger

Ortstermin in einer ländlich geprägten Gemeinde im Grossraum Aarau: Unser Ziel ist ein etwas älteres Einfamilienhaus am Hang mit einer steilen Zufahrt. Hier lebt das Procap-Mitglied Patrik Grädel seit einigen Jahren zur Miete in einer Zweier-WG. Sebastian Burnell, Leiter der Procap Fachstelle Hindernisfreies Bauen der Kantone Aargau, Solothurn und Basel-Landschaft, klingelt beim Haupteingang. Wir warten jedoch nicht auf einen Summer. Stattdessen gehen wir direkt über eine Treppe zwischen dem Haus und dem Auto-

unterstand hoch auf eine grosszügige Terrasse mit angehängtem Garten und Blick ins Grüne.

Bei der Terrassendoppeltüre, quasi dem zweiten Hauseingang, erwartet uns Patrik Grädel. Aufgrund einer fortschreitenden Muskelerkrankung ist er seit längerem auf einen Rollstuhl angewiesen. Er hat sich bereit erklärt, dem Procap Magazin zu zeigen, welche baulichen Anpassungen in den Wohnräumen und um das Haus gemacht wurden, sodass er weiterhin in seinem gewohnten Umfeld leben kann.

- 1 Ein hindernisfreies Badezimmer bedeutet grosse Autonomie im Alltag.
- 2 Mit dem leicht zu bedienenden Raumtrenner kann Patrik Grädel sein Wohnzimmer schnell in einen Schlafraum verwandeln.
- 3 Die Rampe ist auch bei Regen oder bei tiefen Temperaturen gut benutzbar.
- 4 Der grosse Treppenlift ermöglicht es Patrik Grädel, sich rund ums Haus frei zu bewegen.



Ziel: Selbstständiges Wohnen zu Hause ermöglichen

Überraschend ist, dass die baulichen Anpassungen, um eine Wohnung oder ein Haus hindernisfrei zu gestalten, oft überschaubar sind. Im Fall von Patrik Grädel handelte es sich im Aussenbereich in erster Linie um einen Treppenlift, der ihn und seinen Rollstuhl zur Terrasse führt, sowie eine grosszügige Rampenzufahrt zur Terrassentüre. In den Innenräumen wurden Dusche und WC barrierefrei gemacht und einige Türschwellen angepasst. Und da sich Patrik Grädels Schlafzimmer im unteren Bereich des Hauses befindet, seit er keine Treppen mehr steigen kann, wurde im Wohnzimmer ein leicht zu bedienender Raumtrenner installiert.

Die Kosten solcher Umbauten werden in der Regel von der IV übernommen. Das übergeordnete Ziel ist es dabei stets, Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes Wohnen zu Hause zu ermöglichen. Für Patrik Grädel ist die Unabhängigkeit, die ihm die baulichen Anpassungen ermöglichen, ein wichtiger Bestandteil seiner Lebensqualität. Dank dieser Bewegungsfreiheit kann er seinen Alltag selbst organisieren und braucht nur wenig zusätzliche Unterstützung etwa im Haushalt.

Künftige Anpassungen gleich mitdenken

Patrik Grädels Antrag für Umbaumaassnahmen wurde von der IV zur Abklärung an die Procap Fachstelle Hindernisfreies Bauen weitergegeben.

Die Baufachleute von Procap treffen sich nach Auftragserteilung mit den betroffenen Personen vor Ort zu einer Besichtigung respektive Beratung und definieren danach, welche baulichen Anpassungen gemäss der Behinderung zweckmässig sind. Manchmal braucht es kreative Lösungen. In den meisten Fällen ist es möglich, bestehende Zugänge, Wohnräume und Nasszellen individuell anzupassen. Dabei gehe es nicht nur darum, eine Wohnung etwa nach einem schweren Unfall rollstuhlgängig zu machen, sagt Sebastian Burnell. «Zu uns kommen auch Menschen mit einer Diagnose wie Multiple Sklerose oder ALS, beides fortschreitende Erkrankungen, welche die Beweglichkeit zunehmend einschränken und immer wieder neue bauliche Anpassungen nötig machen.»

Procap betreibt in vielen Kantonen eine Fachstelle für Hindernisfreies Bauen und beschäftigt ausgewiesene Fachleute. Diese beraten Menschen mit Behinderungen bei baulichen Anpassungen von Wohnraum, aber auch von Arbeits- oder Ausbildungsplätzen. Dies ist etwa der Fall, wenn ein Kind mit einer Behinderung eingeschult wird. Die Procap Fachstelle klärt dann mit der Gemeinde, der Schulleitung und der IV ab, was baulich nötig und möglich ist und wer welchen Teil der Finanzierung übernimmt.

Mitglieder können sich direkt bei Procap melden

Heute gelangen die meisten Beratungsfälle über die IV zu Procap. «Vielen Betroffenen ist jedoch nicht bewusst, dass sie sich auch direkt an uns wenden können, und zwar schweizweit», sagt Sebastian Burnell. Die Procap Bauberatung steht allen Procap-Mitgliedern unentgeltlich zur Verfügung.

«Die Vorteile einer direkten Kontaktaufnahme liegen darin, dass wir die Bedürfnisse sehr schnell und zielgerichtet abklären können und dann das Umbaugesuch direkt bei der zuständigen IV-Stelle einreichen.» Das spare nicht nur viel Zeit. «Procap vertritt ausschliesslich die Interessen der Betroffenen und definiert die wirklich zweckmässigsten Baumassnahmen. Für uns ist wichtig, dass ein Wohnraum trotz Umbauten wohnlich bleibt und sich den Bedürfnissen der Nutzer*innen anpasst, nicht umgekehrt.» Und stets berücksichtige Procap bei den Anpassungen von Anfang an auch die Möglichkeit einer fortschreitenden Verschlechterung einer Krankheit.

Herausforderung vor allem bei kleinen Wohnungen

Neben den Bauberatungen leisten die Procap Fachstellen für Hindernisfreies Bauen auch wichtige Sensibilisierungsarbeit bei kantonalen Behörden und Gemeinden oder arbeiten in Fachgremien mit, etwa wenn es um die Verbesserung von baulichen Normen geht. «Unsere Bauberatung umfasst nicht nur privaten Wohnraum, sondern auch Mehrfamilienhäuser allgemein, öffentliche Bauten und Anlagen des öffentlichen Verkehrs sowie sonstige Tiefbauprojekte», erläutert Sebastian Burnell.

Inzwischen sind im Rahmen der Bau-Norm SIA 500 die Richtlinien für hindernisfreies Bauen von öffentlich zugänglichen Bauten, Wohnbauten und Bauten mit Arbeitsplätzen sehr gut ausformuliert. Besonders bei Neubauten ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass sie dieser Norm entsprechen respektive dass die Räume gross genug sind, um bauliche Anpassungen gut umsetzen zu können.

Die zurzeit grössten Herausforderungen für die Procap Bauberatung liegen woanders: «Viele unserer Klient*innen müssen mit einer IV-Rente und Ergänzungsleistungen auskommen», sagt Sebastian Burnell. «Sie leben oft in kleinen und älteren Wohnungen mit ein bis zwei Zimmern und Nasszellen mit Badewannen.» Umso wichtiger ist es deshalb laut Burnell, dass sich Menschen mit Behinderungen bei einer Veränderung der Wohnsituation so früh wie möglich beraten lassen. «Eine Behinderung kann einen oft mitten im Leben treffen. Aber dann ist Procap da und hilft.»

Procap Bauberatung

Procap vermittelt Baufachleute, die bei der Anpassung einer Wohnung, eines Arbeits- oder Ausbildungsplatzes beraten. Solche Umbauten werden in der Regel durch die IV finanziert. Auf unserer Website finden Sie Informationen über die baulichen Minimalanforderungen, damit eine Wohnung gut angepasst werden kann. Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte via E-Mail an bauen@procap.ch oder telefonisch unter 062 206 88 50. www.procap.ch/Bauberatung



Freie Wahl der Wohnform: Da muss noch viel passieren!

Viele Menschen mit Behinderungen wohnen in einer Institution, obwohl sie mit Unterstützung auch im eigenen Zuhause oder in einer betreuten Wohnform leben könnten. Doch dafür fehlen in der Schweiz vielerorts die nötigen Strukturen.

Text Anna Pestalozzi **Illustration** iStock

Wohnen ist ein grosses Thema in der Schweiz: Viele Menschen finden nur mit Mühe eine bezahlbare Wohnung oder würden gerne an einem anderen Ort leben, suchen dort aber vergeblich nach einer Bleibe. Unabhängig vom Problem der steigenden Mietpreise oder der allgemeinen Wohnungsknappheit gibt es für zahlreiche Menschen mit Behinderungen noch ein

weiteres Problem: Sie müssen in einer Institution leben, weil es an alternativen Wohnformen fehlt. Die Schweiz muss in diesem Bereich noch einige grosse Schritte tun, damit auch Menschen mit Behinderungen frei wählen können, wie sie leben möchten.

Dass die Wahlfreiheit beim Wohnen für Menschen mit Behinderungen noch nicht Realität ist,

liegt an der fehlenden Unterstützung für das Leben zu Hause. Zwar hat der Assistenzbeitrag der IV hier vor gut zehn Jahren Türen geöffnet zu mehr Selbstbestimmung. Der Beitrag ermöglicht es Personen mit Behinderungen, dass sie als Arbeitgeber*innen selbst Assistenzpersonen anstellen. Der Wert der persönlichen Assistenz ist riesig, und das Instrument wird rege genutzt.

Dennoch gibt es zahlreiche Konstellationen, in denen auch mit einem Assistenzbeitrag kein Leben in einer Privatwohnung möglich ist. So reicht der von der IV maximal finanzierte Betrag vielfach nicht aus. In anderen Fällen ist nicht eine persönliche Assistenz im Rahmen eines Angestelltenverhältnisses gefragt, sondern eher eine Betreuung. Damit das selbstbestimmte Leben also für Menschen unabhängig ihrer Behinderung möglich wird, braucht es einen Ausbau der sogenannten ambulanten Dienstleistungen für die Unterstützung, Begleitung, Betreuung und Pflege im Alltag.

Flickenteppich der Kantone

Einige Kantone haben diesen Bedarf erkannt und bewegen sich in Bezug auf die Verteilung der finanziellen Mittel. Im Rahmen der sogenannten Subjektfinanzierung gehen die Ressourcen direkt zu den Menschen mit Behinderungen, welche diese selbstbestimmt einsetzen können: für das Leben in einer Privatwohnung mit Assistenz, in einer betreuten Wohnform oder in einer Institution. Kantone wie Basellandschaft, Basel-Stadt, Bern, Luzern, St. Gallen, Thurgau und Zürich entwickeln sich hier weiter – mit unterschiedlichen Modellen.

Aufgrund dieses Flickenteppichs aus verschiedenen Regelungen haben die Kantone jedoch Angst vor einem «Assistenztourismus». Sie wollen verhindern, dass Personen aus Kantonen ohne Subjektfinanzierung in grösserer Zahl in Kantone mit Subjektfinanzierung umziehen. Dagegen schützen sie sich mit langen Fristen, bevor man von der Subjektfinanzierung profitieren kann. Doch auch nach Ablauf dieser Fristen können nicht alle Personen die Subjektfinanzierung in Anspruch nehmen.

Wer etwa in einem ausserkantonalen Heim lebt, behält seinen zivilrechtlichen Wohnsitz im Ursprungskanton, da der Umzug in ein Heim keinen Wohnsitzwechsel begründet. Dies kann zu absurden Situationen führen: Eine Person hat ihren zivilrechtlichen Wohnsitz im Kanton A, lebt heute aber im Kanton B im Heim. Wenn der Kanton B nun die Subjektfinanzierung einführt, wird diese Person dafür nie einen Antrag stellen können, da sie ihren rechtlichen Wohnsitz noch immer im Kanton A hat, welcher für die Finanzierung zuständig bleibt. Obwohl sich das soziale Umfeld der Person mit der Zeit vor allem im Kanton B befindet, verhindert diese Regelung deshalb auch die Bildung einer Wohngemeinschaft mit Assistenz, beispielsweise gemeinsam mit Kolleg*innen aus dem Heim. Damit ist die freie Wahl der Wohnform stark eingeschränkt.

Niederlassungsfreiheit – und zwar für alle!

Ebenfalls sehr stossend ist die Situation, wenn zusätzlich zur Wahl der Wohnform auch die freie Wahl des Wohnorts eingeschränkt ist. Genau das ist in der Schweiz für gewisse Personen in Institutionen aber der Fall. Sie würden gerne in der Nähe ihrer Verwandten leben, die aber aus dem Ursprungskanton weggezogen sind. Ein Umzug in den neuen Kanton, wo die Verwandten nun leben, ist aber nicht immer möglich, denn gemäss interkantonalen Vereinbarung ist der Ursprungskanton für die Finanzierung des Heimplatzes zuständig. Die Gefahr, dass die Kostenübernahme durch den Ursprungskanton – und dadurch faktisch der Umzug – verweigert wird, ist grösser, wenn die Heimkosten im neuen Kanton höher sind. Das Recht auf die freie Wahl des Wohnorts wäre jedoch

in der Bundesverfassung im Rahmen der Niederlassungsfreiheit verankert.

Für mehr ambulante Dienstleistungen, mehr persönliche Assistenz, mehr direkte Finanzmittel und mehr Selbstbestimmung muss sich die politische Schweiz also bewegen. Durch die Ratifizierung der Uno-Behindertenrechtskonvention (BRK) im Jahr 2014 hat sie sich dies selbst vorgegeben. Die Konvention schreibt vor, dass Menschen mit Behinderungen bezüglich Wohnform und Wohnort die gleichen Wahlmöglichkeiten haben sollen wie Menschen ohne Behinderungen. Davon ist die Schweiz heute aber weit entfernt. Die Inklusions-Initiative greift dieses Anliegen auf.

Deshalb müssen künftig die laufenden Entwicklungen in den Kantonen unterstützt und der Bund in die Pflicht genommen werden. Das «Bundesgesetz über die Institutionen zur Förderung der Eingliederung von invaliden Personen» (IFEG), welches den Kantonen gewisse Mindeststandards vorschreibt, klingt nicht nur vom Namen her wie aus der Zeit gefallen. Es verkennet, dass das Wohnen im Heim nicht dem Bedürfnis zahlreicher Menschen mit Behinderungen entspricht. Die Schweiz hat die Verantwortung, in allen Kantonen Wahlfreiheit beim Wohnen zu realisieren. Procap Schweiz engagiert sich dafür, dass die gesetzlichen Grundlagen zeitgemäss und somit Uno-BRK-konform ausgestaltet werden.

Ein erster Schritt in diese Richtung wurde im Januar im Bundeshaus gemacht: Die Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit des Nationalrates hat einen Vorstoss zur Modernisierung des IFEG verabschiedet.



Zusätzlich benachteiligt in der Wohnkrise

Eine bezahlbare Mietwohnung zu finden, wird immer schwieriger. Und die steigenden Nebenkosten machen das Wohnen teurer. Gleichzeitig sollen die Rechte der Mietenden verschlechtert werden. Menschen mit Behinderungen sind von dieser Entwicklung zusätzlich betroffen.

Text Esther Banz **Illustration** Selina Bächli

Kürzlich erfuhr Procap von einer Familie mit zwei Kindern, eines davon stark behindert, die in der Region Biel eine grössere Wohnung suchte. Die Familie lebt seit Jahren auf nur 65 Quadratmetern. Unter den ausgeschriebenen Wohnungen hat es höchst selten eine, die das Elternpaar mit seinen 5500 Franken Bruttoeinkommen bezahlen könnte. Fürs Wohnen sollte man nicht mehr als 25 Prozent des Einkommens ausgeben müssen, empfiehlt der Dachverband Budgetberatung Schweiz. Im Fall dieser Familie sollte die Miete also maximal 1375 Franken betragen.

Solche Wohnungen sind aber kaum noch ausgeschrieben – und wenn, bewerben sich sehr viele Suchende dafür. Hinzu kommt, dass günstige Immobilien oft älter sind – und somit selten barrierefrei. Dies sind meistens nur die neueren, teureren Wohnungen. Denn die Barrierefreiheit der Erschliessung bei Neubauten gibt es erst seit 2004 (und dies gemäss dem Behindertengleichstellungsgesetz auch nur bei Wohnhäusern ab neun Einheiten, wobei einige Kantone weiter gehen und dies schon ab beispielsweise vier Wohnungen in einem Neubau verlangen).

Procap betreibt online eine Wohnungsbörse und stellt Informationen für die Suche einer barrierefreien Wohnung zur Verfügung. Vor allem aber berät und unterstützt Procap bei baulichen Anpassungen. Viele Wohnungen können auch nachträglich barrierefrei gemacht werden – das ist für die zahlreichen Menschen, die erst im fortgeschrittenen Alter eine Behinderung haben, oder für Eltern von Kindern mit Behinderungen relevant. Die IV bezahlt diese Anpassungen in der Regel. Allerdings müssen die Wohnungseigner*innen zustimmen.

Reserven sind zunehmend aufgebraucht

In der heutigen Zeit ist es aber nicht nur schwierig, eine bezahlbare und erst noch barrierefreie Wohnung zu finden. Auch das Halten der bisherigen Wohnung kann zum Problem werden, wenn etwa der Referenzzinssatz und damit auch die Miete – sowie obendrauf die Nebenkosten – steigt. Wer von einer IV-Rente und allenfalls Ergänzungsleistungen (EL) lebt, wie fast die Hälfte aller IV-Rentner*innen, hat nur wenig Geld zur Verfügung. Hier 60 Franken mehr für die Wohnung, dort 50 Franken zusätzlich für den Strom und das Heizen und nochmals 120 Franken mehr für die Krankenkasse aller Familienmitglieder, dazu ebenfalls teuerungsbedingt höhere tägliche Ausgaben beim Essen: Das kann

eine Person oder eine ganze Familie finanziell an den Rand der Existenz bringen. Und genau das passiert jetzt. Die steigenden Kosten haben für viele Menschen mit und ohne Behinderungen dramatische Folgen – notabene für all jene, die schon zuvor kaum Reserven im Budget hatten.

Wer im Rollstuhl ist, braucht eine geräumige Wohnung. Grosse, rollstuhlgängige Wohnungen gehören aber zu den teureren. Zwar hat der Bund im Rahmen der EL-Anpassungen jüngst die Mietzinsmaxima erhöht und je nach Region gestuft (erstmal nach 18 Jahren!) sowie die Rollstuhlpauschale angehoben. Aber die gleichzeitig stark steigenden Wohnkosten vertragen sich schlecht mit dem knappen Budget von Personen, die von IV und EL leben müssen.

Kurze Fristen

Ohne Reserven oder familiäre Unterstützung wird es in Zukunft für viele mit knappem Budget zunehmend

schwierig, die Miete zu bezahlen. Und das Schweizer Gesetz ist in diesem Punkt gnadenlos: Bei Nichtbezahlung kann der*die Vermieter*in eine Zahlungsfrist von 30 Tagen ansetzen und die Kündigung androhen. Wird die Miete innerhalb dieser Zeit nicht beglichen, kann sie*er mit einer weiteren Frist von 30 Tagen auf das Ende eines Monats kündigen.

Kommt dazu, dass das Mietrecht aktuell auch im Bundesparlament unter Druck steht (siehe «Mietrecht unter Druck», S.16). Verliert eine Person, deren Wohnung einst baulich angepasst wurde, ihr Zuhause und braucht eine neue Wohnung, ist sie ziemlich sicher wieder auf Anpassungen angewiesen. Das kann eine grosse Hürde sein. Bei häufigeren Wohnungswechseln bezahlt die IV aber nur mit grosser Zurückhaltung. So schreibt Pro Infirmis: «Bei Mietwohnungen werden Anpassungen

Die stark steigenden Wohnkosten vertragen sich schlecht mit dem knappen Budget von Personen, die von IV und EL leben.

Die staatliche IV ist nur hinsichtlich baulicher Massnahmen für das Wohnen zuständig.

von der IV nur bezahlt, wenn eine gewisse Stabilität des Mietverhältnisses garantiert ist.»

Bezahlbar wohnen zu können, ist insbesondere für Armutsgefährdete von existenzieller Bedeutung. Für sie ist etwa die Hilfsorganisation Caritas eine wichtige Anlaufstelle. Inzwischen wenden sich zunehmend mehr Menschen an deren Beratungsstellen – Personen, die zu wenig verdienen, um alle Rechnungen bezahlen zu können, aber noch zu viel, um Sozialhilfe zu erhalten. Unterstützung suchen auch Menschen, die Sozialhilfe erhalten, deren Wohnung mit der Mietzinserhöhung jedoch zu teuer geworden ist. In vielen Gemeinden ist die Sozialhilfe beim Einhalten der jeweils geltenden sogenannten Mietzinslimiten sehr streng. Auch diese Betroffenen müssen die Differenz selbst mit jenem Geld begleichen, das ihnen fürs Essen bleibt. In den Städten der reichen Schweiz stehen deshalb inzwischen mehr Menschen dort an, wo gratis Essen ausgegeben wird.

Viele Lücken im System

Die aktuelle Wohnkrise verschärft sich aber nicht nur in urbanen Gebieten, sondern auch in ländlichen Kantonen. Im Oberwallis erlebt die Sozialarbeiterin Jasmine Gnesa, dass immer mehr Menschen keine Anschlusslösung haben, wenn sie ihre Wohnung verlieren: «Früher kam es

einmal im Jahr vor, dass wir jemanden im Hotel unterbringen mussten – inzwischen ist es sehr viel öfter.» Jasmine Gnesa hat sich im Rahmen einer wissenschaftlichen Arbeit vertieft mit der Wohnproblematik auseinandergesetzt und sieht viele Lücken im Schweizer System, angefangen bei fehlenden Zahlen und Statistiken. Als eine Konsequenz daraus würden auch Strategien und Mittel fehlen, um mit den Schwierigkeiten umzugehen, sagt sie.

So könne man oft den Menschen erst dann helfen, wenn es eigentlich zu spät sei, nämlich wenn sie die Wohnung bereits verloren hätten: «Man muss zuerst in die Sozialhilfe fallen, um Anrecht auf Unterstützung zu haben.» Dabei würde vielen bereits ein Vorschuss von nur einer Monatsmiete helfen, um die Wohnung behalten zu können. Und dass die Sozialhilfe mit der Vermieterschaft reden würde, sagt Jasmine Gnesa. Alles mit dem Ziel, Wohnungs- und Obdachlosigkeit zu vermeiden. Zum einen aus ethischen Gründen – zum anderen auch deshalb, weil Notunterkünfte in Hotels die öffentliche Hand x-fach stärker belasten als Zuschüsse, damit jemand seine Wohnung behalten kann.

Doch diese Unterstützung fehlt – was Jasmine Gnesa nicht versteht. Sie sagt: «In der Arbeitsvermittlung gibt es Fachstellen, Beratungen, Integrationsangebote – das Angebot ist riesig! Und beim Wohnen? Da gibt es nichts.» Sie vermisst ein Wohnhilfesystem mit Fachstellen und Vermittlungen.

Wer ist zuständig?

Das kommt nicht von ungefähr. Wohnen ist zwar ein Grundbedürfnis, auf das niemand verzichten kann. Aber in der Schweiz gibt es keine staatliche Pflicht zur Sicherstellung des Rechts auf Wohnen – respektive: Es sei viel zu wenig klar definiert, sagt Gnesa. «Es gibt zwar in der Bundesverfassung mit dem Artikel 12 ein «Recht auf Hilfe in Notlagen». Aber ein eigentliches «Recht auf Wohnen» oder auf Wohnhilfe ist dort nicht festgeschrieben. Das wird auf die Kantone abgeschoben.» Und die Zahlen fehlen, wie schon erwähnt, ebenfalls. Das alles habe zur Folge, so Gnesa, dass den wachsenden sozialen Problemen nicht Einhalt geboten werden könne. Sie sagt: «Die Politik sieht das Problem nicht.» Und die Zuständigkeiten seien – nicht zuletzt dadurch – unklar. Menschen

Die Barrierefreiheit der Erschliessung bei Neubauten gibt es erst seit 2004.

mit Behinderungen sind davon ebenfalls betroffen. Denn die staatliche IV ist nur hinsichtlich baulicher Massnahmen für das Wohnen zuständig. Die Mietzinsen fallen in den Bereich der Ergänzungsleistungen, für welche wiederum die Ausgleichsstellen zuständig sind, also die Kantone. Und dies bedeutet in der föderalistischen Schweiz: Es ist in jedem Kanton anders geregelt.

Die Politik – auf kantonaler wie auch nationaler Ebene – wird sich aber eher früher als später intensiver mit der Wohnkrise beschäftigen

müssen. Denn wie das Bundesamt für Wohnungswesen vorrechnet, wird sich das Wohnen bis 2026 weiter verteuern – um durchschnittlich bis zu 15 Prozent. Die Schweizerische Konferenz der Sozialhilfe (SKOS) appelliert an Hausbesitzer*innen, mit Mietpreisaufschlägen zurückhaltend zu sein. Bund, Kantone und Gemeinden sollten ausserdem ihre Massnahmen zur Förderung von bezahlbarem Wohnraum weiter ausbauen. Denn dass durch Renovationen und Neubauten insgesamt mehr barrierefreie

Wohnungen entstehen, ist zwar richtig und wichtig – allerdings sollten diese neuen respektive erneuerten Wohnungen auch denjenigen zugänglich sein, die auf günstige Wohnungen angewiesen sind.

Mietrecht unter Druck

Als wären die stetig steigenden Kosten beim Wohnen nicht schon Herausforderung genug, ist auch das Mietrecht in der Schweiz stark unter Druck: 2023 hiess das Parlament zwei Vorstösse von Hans Egloff (SVP, Präsident des Hauseigentümer*innenverband HEV) gut: Erstens soll die Untermiete massiv erschwert werden. So soll etwa ausserordentlich gekündigt werden können, wenn jemand vergisst, die Bewilligung zur Untermiete eines Zimmers zu beantragen – das soll sogar gelten, wenn der*die Mieter*in selbst in der Wohnung lebt. Nach heutigem Recht müssen die Besitzer*innen lediglich informiert werden. Gegen dieses politische Begehren hat der Mieter*innen-Verband der Schweiz zusammen mit der SP das Referendum ergriffen.

Die zweite von den Hauseigentümer*innen erwünschte Anpassung der Mietrechte betrifft den Eigenbedarf: Diesen sollen Hausbesitzer*innen einfacher und schneller geltend machen können. Auch gegen diesen Entscheid kamen auf der Strasse genügend Unterschriften für ein Referendum zusammen – die Stimmberechtigten werden das letzte Wort haben. Noch bevor es diesbezüglich zur Abstimmung kommt, muss das Parlament bereits über weitere Verschlechterungen des Mietrechts entscheiden: Die Lobby der Immobilienbesitzer*innen will, dass es künftig deutlich schwieriger wird, einen vermutlich missbräuchlichen Anfangsmietzins überhaupt noch anfechten zu können. Ferner soll die Rendite, die Hausbesitzer*innen mit Mietwohnungen erzielen können, auf zwei Prozent erhöht werden. Letzteres ist aufgrund eines Bundesgerichtsentscheids bereits Realität.



Daniel Schilliger
Rechtsanwalt

Wie werden Wohnen, Pflege und Betreuung finanziert?

Unsere 16-jährige Tochter besucht die heilpädagogische Schule und wird später vermutlich eine praktische Ausbildung machen können. Danach wird sie wahrscheinlich im zweiten Arbeitsmarkt arbeiten. Offen ist, ob sie später in einem institutionellen Rahmen oder eher privat wohnen wird. Wie beeinflusst die Wohnform die Leistungen, die sie künftig erhält?

Es gibt keine einheitliche Versicherung oder Leistungskategorie, welche die Finanzierung der künftigen Lebensform vollständig abdeckt. Ihre Tochter wird als Erwachsene verschiedene Leistungen beziehen und mit diesen ihren Lebensunterhalt finanzieren. Diese Leistungen sind teilweise auch von der konkreten Lebensform abhängig. Ich gehe nachfolgend auf die wichtigsten Bausteine ein.

Je nach Wohnform verschieden

Die IV-Rente ist nicht zweckgebunden und auch nicht von der Lebensform abhängig.

Die Hilflosenentschädigung (HE) wird bei Erwachsenen pauschal jeden Monat ausgerichtet. Die Höhe des Betrags ist abhängig von der Wohnform. Für Menschen, die nicht in Institutionen wohnen, steht sie zur freien Verfügung und kann etwa zur Finanzierung der Betreuung eingesetzt werden. Wenn Ihre Tochter hingegen in einer Institution lebt, beträgt die HE nur ein Viertel des vollen Ansatzes. Zudem wird sie bei den Ergänzungsleistungen als Einnahme angerechnet und muss damit für die Heimfinanzierung verwendet werden.

Die Berechnung der Ergänzungsleistungen ist stark von der Wohnform abhängig. Bei Personen, die ausserhalb eines Heims wohnen, werden – neben KK-Prämie und AHV-Beitrag – eine Miete und ein Betrag für den allgemeinen Lebensbedarf als Ausgabe anerkannt. Demgegenüber werden bei Heimbewohner*innen ausgabenseitig anstelle der Miete eine Heimtaxe und anstelle des allgemeinen Lebensbedarfs ein Betrag für die persönlichen Auslagen eingerechnet.

Ein Assistenzbeitrag ist nur möglich für Menschen mit einer HE, die nicht in Institutionen wohnen.

Diverse zusätzliche Leistungen

Pflegerische Handlungen wie zum Beispiel eine Unterstützung beim Duschen können zum Teil über die Krankenversicherung abgerechnet werden, wenn die Spitex beigezogen wird. Gewisse Spitex-Organisationen ermöglichen dazu auch eine Anstellung von Angehörigen.

Die Ergänzungsleistungen vergüten zudem bis zu bestimmten Höchstbeträgen Krankheits- und Behindertenkosten. Darunter fallen unter anderem Ausgaben für Hilfe, Pflege und Betreuung zu Hause

sowie in Tagesstrukturen. Die konkrete Ausgestaltung ist kantonal unterschiedlich. Sie kann aber den Assistenzbeitrag ergänzen. So können unter Umständen Angehörige wie die Eltern oder Organisationen wie die Spitex und Entlastungsdienste entschädigt werden. Zudem ist es damit – wie beim Assistenzbeitrag – möglich, Angestellte für Pflege, Betreuung oder auch Hausarbeit zu finanzieren. Der Assistenzbeitrag muss aber grundsätzlich zuerst eingesetzt werden.

Wenn bauliche Anpassungen in der Wohnung oder andere Hilfsmittel nötig sind, können diese Kosten bei der IV beantragt werden, sofern sie notwendig und verhältnismässig sind.

Unter dem Begriff der Subjektfinanzierung werden aktuell in einigen Kantonen noch weitere Leistungen eingeführt, die insbesondere die Betreuung für Menschen, die zu Hause leben, verbessern soll.

Welche dieser zahlreichen Bausteine bei Ihrer Tochter zur Anwendung kommen und wo diese anzumelden sind, klären Sie am besten in einer Beratung auf der regionalen Beratungsstelle von Procap.

Der Schlüssel zum selbstbestimmten Wohnen

Urs Schnyder hat eine Muskeldystrophie. Zusammen mit seiner Partnerin, welche ebenfalls einen Rollstuhl benötigt, lebt er in einer Wohnung in der Nähe von Bern. Möglich ist das durch Leistungen für persönliche Assistenz.

Interview Esther Banz Foto Markus Schneeberger

Procap: Urs, du arbeitest bei Procap unter anderem als Fachberater Wohnen. Für dieses Gespräch besuchen wir dich zu Hause. Hier in Münchenbuchsee wohnst du mit deiner Partnerin Susanne in einer 4,5-Zimmer-Wohnung. Ist es eine gute Wohnung?

Urs Schnyder: Ja, sie ist hindernisfrei und geräumig, und wir erreichen sie mit einem Lift. Uns ist wohl hier. Die passenden Räume sind aber nur die eine Voraussetzung für selbstbestimmtes Wohnen – was es ausserdem braucht, ist die persönliche Assistenz. Ich habe sie, seit diese Leistung 2012 eingeführt wurde.

Welche Erfahrungen hast du mit der persönlichen Assistenz gemacht?

Vorwiegend positive. Allerdings war es in der Anfangszeit einfacher,

Assistenzpersonen zu finden. Heute herrscht ein Pflegepersonalnotstand, den auch wir spüren. Assistenz bedeutet Nacht- und Sonntagsarbeit, das ist nicht gefragt. Um das Risiko eines Ausfalls klein zu halten, verteile ich deshalb das Pensum, das mir zur Verfügung steht, auf mehrere Personen. Leider ist der Beruf der Behindertenassistenz noch zu wenig bekannt. Es ist eine Tätigkeit, die viel Freude machen kann, weil die menschlichen Aspekte mehr Platz haben und die Assistenzperson und die Assistenznehmenden meistens ein eingespieltes Team sind. Ich selbst arbeite zudem gerne mit Leuten zusammen, die keine Pflegeausbildung haben, und bilde sie dann selbst aus.

Wer eine persönliche Assistenz in Anspruch nimmt, ist auch Arbeitgeber*in. Was bedeutet das? Zunächst braucht es viel Wissen,

etwa zu Gesetzen und Versicherungen. Die Gewerkschaften schauen mittlerweile genau hin, das ist auch gut. Arbeitgeber*in sein ist ein steter Lernprozess. Inzwischen haben wir Betroffene uns im Verband InVIEdual organisiert. Eines unserer Ziele ist ein Gesamtarbeitsvertrag für Assistenzpersonen. Ein anderes der Kampf gegen die zunehmende Bürokratie.

Was ist in deinen Augen unnötige Bürokratie?

Ein persönliches Beispiel: Susanne und ich beziehen beide Assistenzleistungen von denselben Angestellten. Kürzlich verlangte die IV, dass wir Rapportzettel ausfüllen – damit es zu keinen Doppelzahlungen kommt. Sie will so verhindern, dass eine Assistenzperson doppelt für Arbeiten entschädigt wird, welche sie in ihrer Schicht leistet, respektive dass wir missbräuchlich zu viel Arbeitszeit aufschreiben.



Urs Schnyder wünscht sich für die Schweiz weniger Heime und mehr Selbstbestimmung für Menschen mit Behinderungen.

Das erscheint absurd.

Ja. Denn wir sind selbst daran interessiert, das Geld für die persönliche Assistenz so effizient wie möglich einzusetzen. Aber wir müssen geduldig sein. Das System in der Schweiz ist noch sehr heimorientiert. Bis sich das Wohnen mit persönlicher Assistenz etabliert hat und selbstverständlich wird, braucht es Zeit.

Erhalten grundsätzlich alle, die selbstbestimmt wohnen wollen, dafür Assistenzbeiträge?

Nein. Leider gibt es grosse Lücken. Unsere Vision ist, dass alle, die für das selbstständige Wohnen eine persönliche Assistenz brauchen, diese auch finanziert erhalten. Und dass es nur noch einen Kostenträger auf nationaler Ebene gibt und bürokratische Hürden abgebaut werden. Bisher werden separat Bedarfsabklärungen für den Bund und für

den jeweiligen Kanton gemacht: Das ist eine unnötige Verdopplung. Und ganz wichtig wäre, dass die Betroffenen bei der Weiterentwicklung des Assistenzbeitrags viel mehr einbezogen würden.

Weshalb ist die Schweiz so stark heimorientiert?

Zum einen, weil die Kantone den Auftrag haben, für jede Person, die einen Heimplatz benötigen könnte, auch einen zur Verfügung zu stellen. Zudem beobachte ich oft, dass Angehörige für ihre Schützlinge eher Heime befürworten. Die meisten Menschen mit Behinderungen würden hingegen das Leben in einer Privatwohnung bevorzugen, wie es Menschen ohne Behinderungen auch tun. Die Schweiz hat diesen Inklusionsschritt noch nicht vollzogen. Viele wissen auch nicht, dass in unserem Behindertengleichstellungsgesetz von 2004

die Selbstbestimmung gar nicht enthalten ist. Eine persönliche Assistenz in der Privatwohnung ist aber der Schlüssel zur Inklusion. Die Annahme der Inklusions-Initiative wäre ein erster Schritt.

Was würde die Annahme der Inklusions-Initiative für das selbstbestimmte Wohnen bedeuten?

Mit einer Subjektfinanzierung statt der noch immer weit verbreiteten Objektfinanzierung käme das Geld direkt zu uns Betroffenen. Wir würden selbst bestimmen, ob wir die Pflege- und Assistenzleistungen zu Hause in Anspruch nehmen oder in einem Heim. Das wäre die Voraussetzung für eine echte Wahlfreiheit.

Für dich und Susanne ist diese Wahlfreiheit Realität. Das gilt aber nicht für alle.

Nein, denn die Beiträge, die in der Schweiz gesprochen werden, reichen nicht in jedem Fall aus. Es gibt beispielsweise eine Obergrenze bei der Finanzierung. Personen mit schweren Behinderungen, die einen höheren Assistenzbedarf haben als etwa meine Partnerin und ich, erhalten nicht, was sie bräuchten. Und dann gibt es weitere Situationen, die nicht finanziert werden. Dazu gehören die Ferienassistenz, ein Zusatzzimmer für die Assistenzperson oder Leistungen für den erhöhten Assistenzbedarf bei einer Rehabilitation zu Hause nach einem Spitalaufenthalt.

www.invidual.ch



WIR SIND PROCAP

«Ich will meinen Tag selbstständig gestalten können»

Brigitte Bächtold

(*1964) ist mehrmals im Jahr als Moderatorin für Procap Bildung und Sensibilisierung unterwegs. Hauptberuflich unterrichtet sie als Lehrerin auf der Beratungsstelle Zürich des Schweizerischen Blinden- und Sehbehindertenverbands die Brailleschrift. Sie ist Mutter einer erwachsenen Tochter.

Interview Esther Banz Fotos Reto Schlatter

Procap: Wir sitzen hier in deiner Wohnung in Zürich. Wie würdest du dein Zuhause beschreiben?

Brigitte Bächtold: Es ist eine alte, stark sanierungsbedürftige 3-Zimmer-Genossenschaftswohnung. Ich wohne hier mit meinem Hund Kaito, aber nicht mehr lange: Wir ziehen bald in ein neu entstehendes Haus einer anderen Genossenschaft. Ich bin bereits in regem Austausch mit der Verwaltung, weil ich wegen meiner Sehbehinderung spezielle Geräte brauche: Moderne Kochherde beispielsweise funktionieren oft über Touchscreen – die kann ich aber nicht bedienen.

Draussen ist Kaito dein Assistent – wie ist es drinnen, unterstützt er dich hier auch?

Nein, zu Hause darf er einfach Hund sein. Aber ich habe nebst moderner Technik auch die Unterstützung von zwei Assistenzpersonen, ohne die es nicht ginge, etwa für meine Finanzen, Rechnungen, Verträge oder Formulare, überhaupt den ganzen Bürokratismus. Einmal in der Woche kommt zudem eine Putzhilfe, ansonsten reinige ich selbst. Ich koche auch selbstständig, erledige den Abwasch und meine Wäsche, und meistens gehe ich selbst einkaufen.

Gibt es im Alltag zu Hause mühsame Situationen?

Etliche! Das Zusammenkehren von Scherben oder anderen Dingen, wenn etwas heruntergefallen ist. Oder eine Sicherung wieder einschrauben. Nicht erkennen, dass der Kühlschrank nicht mehr funktioniert – da gibt es allerlei.

Wie wichtig ist es für dich, dass du selbstständig wohnen kannst?

Sehr wichtig! Ich will mich nicht an einen fremden Plan halten müssen. Ich will meinen Tag selbstständig gestalten können.

Und was bedeutet dir das Wohnen überhaupt?

Sehr viel. Das ist mein Zuhause. Ich will es schön haben.

An deinen Wänden hängen Bilder ...

Ja. Ich sehe zwar nicht, was sie abbilden, aber ich spüre sie. Die Bilder strahlen eine Wärme aus, schaffen Atmosphäre.

Unterschätzen Sehende ihre anderen Sinne?

Oh ja! Man verlässt sich viel zu sehr auf das Visuelle. Die anderen Sinne übernehmen übrigens sofort, wenn der Sehsinn weg ist.

Wie hast du das genau erlebt?

Ich habe bis zum Alter von 16 Jahren gesehen. Eine seltene Krankheit liess mich erblinden, zum Schluss praktisch über Nacht. Das Gehör hat dann aber sofort übernommen. Ich höre heute besser als zuvor. Intensiver wurde auch mein Tastsinn – was ich anfangs aber eher als unangenehm empfand.

Was passiert, wenn du Dinge in den Händen hältst und abtastest?

In meinem Kopf entstehen dann sofort Bilder. Wenn ich beispielsweise die Blüte eines Baumes anfasse, sehe ich gleich den ganzen Baum.



Für Brigitte Bächtold ist eine gemütliche Atmosphäre zu Hause nicht nur sicht- sondern auch spürbar.

Wie bist du mit Procap verbunden?

Ich arbeite seit einem Jahr als Moderatorin für die Sensibilisierungskurse von Procap. Unser Team geht in Schulen, zu Unternehmen und Organisationen und besteht immer aus jemandem mit einer Hörbehinderung, jemandem mit einer Sehbehinderung und jemandem im Rollstuhl. Manchmal ist auch jemand mit Autismus dabei.

Was lernen die Teilnehmenden von dir?

Ich erkläre ihnen die Sehbehinderung, zeige die Blindenschrift, und in Rollenspielen erleben die Teilnehmenden, wie es ist, blind zu sein. Ich gebe ihnen eine Dunkelbrille und eine Aufgabe. Die Mitarbeitenden einer kantonalen Verwaltung erhielten beispielsweise den Auftrag, sich einen Pass ausstellen zu lassen. Sie erlebten, wie krass es ist, als blinde Person an ihrem eigenen Schalter zu stehen. Ausserdem hat sich herausgestellt, dass der Schalter viel zu hoch ist für eine Person im Rollstuhl. Ein anderes Mal waren wir mit Angestellten eines Verkehrsunternehmens an einer Bushaltestelle, und alle sollten ein Billett lösen. Dabei zeigte sich, dass dies an den neuen Automaten des Unternehmens für eine Person mit einer Sehbehinderung unmöglich ist.

Erlebst du im Alltag ebenfalls Schwierigkeiten im öffentlichen Verkehr?

Andauernd. Die Ein- und Ausstiegshilfe der SBB (das Callcenter Handicap) funktioniert nicht mehr zuverlässig und bringt mich immer öfters in schwierige Situationen. Ich habe auch schon zu hören bekommen, dass wir blinde Menschen fordernd seien, dass ich eine Begleitperson mitnehmen solle, wenn ich mit dem Zug unterwegs sei und umsteigen müsse. So viel zum Thema Selbstbestimmung! (lacht)

Welche Superkraft ist dir eigen?

Ich kann Menschen sehr gut einschätzen und irre mich dabei nur selten. Das ist ein besonderes Sensorium, das ich habe.

Und wie nimmst du Procap wahr?

Als sehr engagiert! Die Sozialversicherungs- und Rechtsberatung ist Gold wert, genauso die Sensibilisierungsabteilung, für die ich arbeite.



Eine Schulung, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt

Ob in Bibliotheken oder Museen, im öffentlichen Verkehr, in Verwaltungen oder bei der Polizei: Die Mitarbeiter*innen von Procap Bildung und Sensibilisierung sind in der ganzen Schweiz unterwegs. Sie schulen das Personal von Unternehmen, Institutionen oder Organisationen und unterstützen es dabei, seine Dienstleistungen den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderungen anzupassen.

Text Martine Salomon **Fotos** Florian Bachmann

Letzten November in einer Genfer Bibliothek: Eine Mitarbeiterin will das Gebäude verlassen, bleibt jedoch wie angewurzelt vor der Drehtüre stehen. Die Glasflügel drehen und drehen sich. Sie findet keine Möglichkeit, sich einzufädeln. Dies, obwohl die Mitarbeiterin täglich durch diese Tür geht – und es gewohnt ist, sich mit den eintretenden Personen zu synchronisieren. Doch an diesem Tag trägt sie eine Augenbinde. Und sie stellt sofort fest, dass die Drehtüre für eine Person mit einer Sehbehinderung ein kompliziertes Hindernis darstellt.

Einige Wochen später hat ein Mitarbeiter des Bahnunternehmens BLS in einem Berner Bahnhof ebenfalls eine Art Offenbarung. Er sitzt in einem Rollstuhl und weiss nicht, wie er von der Unterführung hoch zum Bahngleis kommen soll. Die Rampe vor Ort erweist sich als sehr lang und sehr steil. Bereits nach wenigen Metern reicht die Kraft in seinen Armen nicht mehr aus, um die Räder anzutreiben. Und er fühlt sich sehr einsam in jenem Moment, als der Rollstuhl beginnt, rückwärtszufahren.

Grosser Sensibilisierungsbedarf

«Man wird sich der Art Schwierigkeiten, mit welchen Menschen mit Behinderungen im Alltag konfrontiert sind, nur bewusst, wenn man sie am eigenen Leib erlebt», erläutert Sabrina Salupo, Leiterin der Abteilung Bildung und Sensibilisierung bei Procap Schweiz. Deshalb sind Beispiele von realen Situationen wie die oben beschriebenen im Sensibilisierungsunterricht so wichtig. Seit zwölf Jahren bietet Procap in Zusammenarbeit mit Menschen mit verschiedenen Behinderungen in allen Landesteilen der Schweiz individuell angepasste Sensibilisierungsschulungen an.

Im vergangenen Jahr wurde dabei ein neuer Rekord erreicht: An 88 Schulungstagen nahmen 1243 Teilnehmer*innen aus einem breiten beruflichen Spektrum teil – darunter Mitarbeiter*innen vom Zivilschutz des Kantons Neuenburg, vom Passbüro des Kantons Schwyz, vom Kunstzentrum Pasquart in Biel und von einer Hochschule im Kanton Graubünden. «Einige Unternehmen buchen zudem regelmässig», sagt Sabrina Salupo. «Die BLS ist mit mehreren Schulungen pro Jahr eine unserer treuesten Kundinnen, da sie jede*jeden neue*n Mitarbeiter*in sensibilisieren möchte.»

Reale Situationen selbst erleben

Für die Sensibilisierungsschulungen kommt ein Team von Procap vor Ort. In einem zweiteiligen Workshop und in Gruppen von maximal fünf Personen werden dabei verschiedene Behinderungsformen behandelt. Ein*e Moderator*in mit der jeweiligen Behinderung zeigt, wo und in welcher Form es zu komplizierten Situationen kommen kann und wie er*sie diese als Betroffene*r erlebt. Nach einer Runde mit konkreten Vorschlägen zur Verbesserung gehen die Teilnehmer*innen in die Praxis über. Um etwa eine Sehbehinderung zu veranschaulichen, erhalten sie eine Brille, mit der sie nur noch verschwommen sehen oder ein stark eingeschränktes Sehfeld haben. Mit diesen Simulationsbrillen müssen sie sich dann im Raum orientieren und bewegen.

Die Teilnehmer*innen erfahren in den Schulungen unmittelbar, dass sich Menschen mit Behinderungen in der Gesellschaft zwar sehr unterschiedlich bewegen oder interagieren, dass sie aber gleichberechtigter Teil unserer Gesellschaft sind und entsprechend in allen Aspekten miteinbezogen werden sollten. Diese Erfahrungen bewirken, dass sich die Schulungsteilnehmer*innen der besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen bewusst werden. Und dies wiederum hat zur Folge, dass sie ihre so gewonnenen Erkenntnisse im Arbeitsalltag einfließen lassen können.

Künftig wirksamer interagieren

Natürlich liegt es nicht in den Möglichkeiten der Mitarbeiter*innen, allfällige bauliche Hindernisse selbst zu beseitigen. Dies bedarf finanzieller Investitionen, welche oft nicht in ihrem Kompetenzbereich liegen. Doch es gibt stets Vorschläge, mit denen die Zugänglichkeit der Dienstleistungen für Menschen mit Behinderungen einfach und kostengünstig verbessert werden kann. Dazu gehört etwa eine bessere Anordnung des Mobiliars, eine gute Beschilderung oder die Bereitstellung von Informationsmaterial in Leichter Sprache.

Das wichtigste Element ist jedoch, dass die Mitarbeiter*innen ihre künftigen Interaktionen mit Betroffenen effektiver gestalten können – weil sie dank den Sensibilisierungsschulungen verstehen, was das Gegenüber empfindet. So fragt der Schulungsteilnehmer Pierre, der eine Augenbinde trägt, nach dem Weg. Sein Kollege Jean antwortet «dort drüben» und zeigt in eine bestimmte

Richtung. Pierre versteht nun, dass eine präzisere Beschreibung notwendig ist im Sinne von «links von dir, fünf Meter weiter». Als ihm Jean zudem die Richtung zeigen will, indem er ihn von hinten schiebt, bekommt Pierre Angst, über ein Hindernis zu stolpern – und erkennt so die Relevanz der sogenannten umgekehrten Technik: Wenn Jean stattdessen leicht vor Pierre steht und diesem seinen Ellenbogen anbietet, kann Pierre ihm in seinem eigenen Tempo folgen und fühlt sich dabei sicher.

Eine andere Übung besteht darin, sich einer Person verständlich zu machen, welche schalldämpfende Kopfhörer trägt. Ein gängiger Reflex besteht darin, dass man beginnt, sehr laut zu sprechen oder gar zu schreien. Dies ist jedoch kontraproduktiv, weil es das Lippenbild verändert. Ziel ist es, weiterhin so zu sprechen, dass die gehörlose oder schwerhörige Person die Worte so gut wie möglich von den Lippen ablesen kann.

In entspannter Atmosphäre

Die Procap Sensibilisierungsschulungen finden bewusst in einem entspannten Umfeld statt – denn viele Menschen haben Angst, gegenüber einer Person mit Behinderungen etwas falsch zu machen. «Wenn sie aber einen ganzen Tag mit Betroffenen verbracht haben, merken die

Schulungsteilnehmer*innen, dass man mit ihnen wie mit jedem anderen Menschen kommunizieren kann», erzählt Sabrina Salupo. «Und man merkt auch, dass es nicht schlimm ist, wenn mal ein Patzer passiert.»

Sie selbst erinnert sich noch rege daran, als sie vor zehn Jahren eine blinde Moderatorin vom Bahnhof zum Schulungsort führte und diese fragte: «Hast du gestern Abend im Fernsehen die Sendung XY gesehen?» Sie sei sehr erschrocken und habe sich sofort entschuldigt. «Ich war wie versteinert. Doch die Referentin hat gelacht und mir dann erklärt, dass diese Formulierung für Menschen mit einer Sehbehinderung keineswegs anstössig sei.» Im Gegenteil. Sie selbst würden oft auch sagen, dass sie diesen oder jenen Film «gesehen» hätten – und zwar mit einer Audiodeskription.

«Genauso ist es mit unseren Moderator*innen», sagt Sabrina Salupo. «Vieles wird mit Humor vermittelt. Das hilft, dem Thema die Schwere zu nehmen.» Am Ende würden die Teilnehmer*innen inspiriert nach Hause gehen und sagen: «Das war die beste Fortbildung, die wir je hatten. Endlich eine Schulung, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt!»

www.procap.ch/kurse

Kursprogramm 2024

Die Kurse des Procap-Bildungsprogrammes 2024 sind äusserst vielfältig. Das Ziel unserer Kurse ist es, die Vielfalt von Erfahrungen und Perspektiven zu fördern und die Kompetenzen und die Autonomie von Menschen mit Behinderungen zu stärken. Mit unserem integrativen pädagogischen Ansatz wird in den Kursen ein Lernumfeld geschaffen, in welchem sich jede Person willkommen fühlt. Wir berücksichtigen die spezifischen Lernbedürfnisse der Teilnehmer*innen und passen die Inhalte nach Bedarf an.

Bei Fragen oder für eine Beratung stehen wir Ihnen gerne telefonisch unter der Nummer: 062 206 88 94 zur Verfügung oder via E-Mail an: bildung@procap.ch.

Für Procap-Mitglieder, Mitarbeiter*innen, Freiwillige der Sektionen sowie Referent*innen von Sensibilisierungsprojekten sind die Kurse kostenlos.

- Inklusive Veranstaltungen organisieren und durchführen, 12. März
- Anti-Bias-Bildung (zweiteilig), 21. März und 11. April
- Die Kunst des Feedbacks, 2. Mai
- Verhandlungsführung, 13. Juni
- Methodik, 27. August
- Rhetorik und Auftrittskompetenz, 3. September
- Einführung in die Leichte Sprache (zweiteilig), 31. Oktober und 21. November
- Kommunikationsstufen, 14. November

Kursinhalte und Anmeldeinformationen finden Sie auf unserer Website: www.procap.ch/kurse2024



- 1 Das Procap-Team für die Schulung der BLS-Mitarbeiter*innen in Bern.
- 2 Alltägliche Abläufe wie das Einsteigen in einen Bus werden plötzlich zu grossen Herausforderungen.
- 3 Mit einer Hörbehinderung unterwegs zu sein, heisst auch, dass Informationen anders vermittelt werden müssen.
- 4 Gleise, Schwellen oder Trottoirs: Überall gibt es Hindernisse, die Probleme in der Mobilität verursachen.
- 5 Erst die Theorie, dann die Praxis.

Hirnstoff

Gegend am Lago Maggiore (2 W.)	schweiz. Fussballer (Manuel)	asiat. Brettspiel	Beilagen, Anhänge	Ab-schieds-gruss	Abson-derungs-organ	Ratio, Vernunft	Über-bringer, Kurier	mündig, selbst-verant-wortlich	frz. Gross-stadt an der Loire	Befehl im E-Mail-verkehr (engl.)	Ent-schlos-senheit	Segel-kom-mando: Wendet!	harz-reiches Kiefern-holz			
										verblüht	1					
			9	auf-wärts		frz.-sprach. Teil der Schweiz	2					ungar. Kom-ponist † 1948				
Heiligen-bild der Ost-kirche	beraub-en, plündern		Hilfe, Unter-stützung	5						säuerl. Tessiner Frisch-käse	frz. Artikel		6			
weniger weit weg	12					engl.: Zeit				Gebirge in der Schweiz						
lustiger Streich			ital. Tonbez. für das D			Weste (frz.)	Beob-achter, Zu-schauer				Vorn. v. Schau-spielerin Fisher		türk. Strudel mit Füllung			
			offiziell. An-sprüche		Ge-steins-art			8		nord-amerik. Festun-gen	engl. Taxi					
kühler Nordost-wind	ätzende Flüssig-keit		sehr schnell				Entwäs-serungs-anlage, -gerät		Haar-künstler (scherz-haft)	7						
Besitz-form im MA	4				nord. Herden-tier		Apostel				hin und ...	Eidg. Depart-ement d. Innern				
Schmer-zens-laut			arktisch. Meeres-vogel		Leitung bei Film-aufnah-men			11		schweiz. Nobel-preistr. (Physik)						
US-Bundes-staat			3	lat.: und			zuvor, zunächst			feierl. Gelübde Mz.			10			
Gütig-keit haben						Com-puter-taste			Arbeits-kampf							
Kind von Sohn od. Tochter					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Sudoku

Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Blöcke nur ein Mal vorkommen.

Einfach

6		7						8
			5	7				
		4		6	3	7		5
	8	6	7		1		4	
		3		8		2		
	4		6		5	9	8	
8		2	3	7		1		
			2		6			
7						3		6

Mittel

			6	4				
	6	7				5		
1							3	2
8			1				6	
4			7		3			8
	3				9			5
3	7							4
		4				9	8	
				7	5			

Alle Lösungen finden Sie auf Seite 31.



**Selbständig und selbstbestimmt
arbeiten und wohnen**

Für Menschen mit körperlicher Behinderung
oder einer Mehrfachbehinderung:

- **Verschiedene Wohnformen und Leistungen**
- **Begleitete Arbeit**
- **Betreute Tagesgestaltung**



**Wohn- und Bürozentrum
für Körperbehinderte**
www.wbz.ch
+41 61 755 77 77



HÖGG
LIFTSYSTEME

ST. GALLEN
☎ 071 987 66 80

LAUSANNE
☎ 021 800 06 91

BERN
☎ 033 439 41 41

TREPPENLIFTE

ROLLSTUHLLIFTE
SITZLIFTE
AUFZÜGE



www.hoegglift.ch

*Die Lift-
Experten*

5 JAHRE GARANTIE

RotoBed®

Wir haben den Dreh raus

Ermöglicht vereinfachtes und/oder selbständiges Aufstehen



**HEIMELIG
BETTEN**
Das Pflegebett für daheim



heimelig betten AG
Einfangstrasse 9 · CH-8575 Bürglen · T 071 672 70 80
heimelig.ch · info@heimelig.ch



EBNET DEN WEG

*Freunde können nicht immer da sein, um zu helfen.
Ein Plattformlift von Rigert hingegen schon.*







Kostenlose Beratung
☎ **041 854 20 10**
oder siehe www.rigert.ch

Testen Sie unsere Treppen- & Plattformlifte in unserem Showroom in Küsnacht am Rigi oder in Oensingen (SAHB)



WIR SIND PROCAP

«Ich liebe es, Lösungen zu finden»

Isabelle Mora

(*1972) lebt seit ihrer Kindheit im Kanton Wallis. Sie ist selbstständige Architektin und arbeitet seit 2019 in einem Teilzeitpensum für die Bauberatung von Procap Unterwallis. Sie ist eine leidenschaftliche Sport- und Naturliebhaberin und gibt in ihrer Freizeit Kurse im Indoor Cycling.

Interview Ariane Tripet Fotos Valérie Pinauda

Procap: Mit welchen drei Worten würdest du dich selbst beschreiben?

Isabelle Mora: Grosszügig, authentisch und dynamisch. Grosszügig, weil ich gerne helfe, mit anderen teile und die Menschen liebe. Authentisch, weil ich eher bodenständig bin und die Dinge einfach mag. Und dynamisch, weil ich viel Energie habe. Mein Spitzname ist Speedy Gonzales. Und meine Tochter sagt oft zu mir: «Mama, du bist so positiv, du nervst mich.» (lacht)

Wofür begeisterst du dich?

Fürs Velofahren. Ich habe sogar ein Velo im Büro, weil es in Sion viele Baustellen hat und ich mich so schneller fortbewegen kann. Heute fahre ich vor allem zum eigenen Vergnügen, aber früher haben mich Herausforderungen gereizt. Die verrückteste Tour war von Canobbio im Tessin über den Simplon nach Sion an einem Tag. Heute bin ich ausgeglichener. Seit etwa 20 Jahren gebe ich Kurse im Indoor Cycling. Zudem bin sehr gerne in der Natur. Ich liebe Bäume und gehe gerne spazieren. So tanke ich Energie.

Was beinhaltet deine Arbeit bei Procap?

Ein grosser Teil meiner Arbeit umfasst die Prüfung von Baugesuchen. Im Kanton Wallis kommen alle Baueingabegesuche automatisch zu uns, wenn es sich dabei um Arbeitsplätze, um öffentlich zugängliche Gebäude oder um Wohnhäuser mit mehr als vier Wohnungen handelt. Dann gibt es die Projektberatung für Architekt*innen und Behörden sowie die Bauabnahme. Bei einer Bauabnahme werden wir beispielsweise von einer Gemeinde eingeladen, einen fertiggestellten Bau daraufhin zu prüfen, ob er zugänglich ist und ob alles den Normen entspricht. Hierbei gibt es leider oft Probleme, etwa eine falsch angebrachte Haltestange oder eine Toilette, die nicht in der richtigen Achse steht. Diese Dinge nachträglich zu korrigieren, ist teuer. Es wäre deshalb besser, wenn wir bereits in der Bauphase präsent wären. Des Weiteren unterrichte ich an vier bis sechs Tagen im Jahr Student*innen im Bauwesen. Für diese organisiere ich jeweils einen halbtägigen Sensibilisierungskurs, bei dem sie sich im Rollstuhl fortbewegen müssen. Dadurch werden sie sich der vielen physischen Hindernisse im Alltag bewusst. Und nicht zuletzt mache ich für Procap auch individuelle Bauberatung.

Was gefällt dir an deiner Arbeit am besten?

Der Kontakt mit Menschen und dass ich dabei die Möglichkeit habe, anderen helfen zu können. Ich liebe es, Lösungen zu finden.

Was ist dabei die grösste Herausforderung?

Die besten Hilfsmittel für die jeweilige Situation zu finden. Jede Person ist einzigartig. Deshalb sind auch die Bedürfnisse jeder Person unterschiedlich, und kein Fall ist wie der andere. Die Norm SIA 500 «Hindernisfreie Bauten» hilft. Aber man muss für jede Person und jede Wohnung eine angepasste Lösung finden. Ich muss jeweils die richtigen Informationen von den richtigen Leuten bekommen und in einen Zusammenhang setzen. Dafür ist es sehr wichtig, gut zuhören zu können: Was sind die Bedürfnisse der Klient*innen, welche Gewohnheiten haben sie? Und weil ich nicht alles wissen kann, brauche ich auch die Informationen beispielsweise eines Ergotherapeuten, um zu verstehen, was es bei einer bestimmten Behinderung braucht. Ich muss von Fachleuten wissen, welches das beste Hilfsmittel ist, das von der IV bewilligt wird. Und mit all diesen Informationen finde ich dann eine Lösung, die umsetzbar ist. Das ist individuelle Bauberatung.

Gibt es bei den Procap-Mitgliedern eine grosse Nachfrage nach individueller Bauberatung?

Ich denke ja. Nur wissen nicht alle unsere Mitglieder, dass wir Bauberatung anbieten und dass diese Leistung für sie kostenlos ist.

Was muss im Bereich des hindernisfreien Bauens noch erfunden werden?

Man könnte mit verschiedenen Materialien arbeiten und so die Norm mit Ästhetik verbinden. Um zum Beispiel einer Person mit einer Sehbehinderung zu ermöglichen, die Treppenstufen zu sehen, muss die sogenannte Setzstufe mit einem Streifen in einer anderen Farbe markiert werden. Anstatt wie üblich dafür einen selbstklebenden Streifen zu verwenden, könnte man etwa mit unterschiedlichen Betonfarben arbeiten, was viel ästhetischer wäre. So etwas muss man allerdings von Anfang an mitdenken.

Was braucht es für eine inklusivere Gesellschaft?

Sie entsteht. Manchmal wünschte ich, es würde sich alles etwas schneller bewegen, aber sie entsteht.

Wie bei allem im Leben kommt es auch hier darauf an, wie man die Dinge betrachtet. Ich nehme die Entwicklungen in der Politik, im Denken der Leute, vor allem hier im Wallis, durchaus positiv wahr. Es geht voran, zumindest sehe ich das so.

Welche Superkraft hättest du gerne?

Ich würde gerne Frieden stiften können und bewirken, dass jeder Mensch friedlich leben kann. Für mich selbst habe ich dieses Ziel – glaube ich – erreicht. Dieses Wohlbefinden, wenn man mit sich selbst im Reinen ist und anderen etwas geben kann, ist ein sehr schönes Gefühl.

Hast du einen bestimmten Traum?

Ich lebe ihn jeden Tag. Es hört sich vielleicht etwas geschwollen an, wenn ich das so sage. Aber ich denke, es ist genau dieser Friede mit sich selbst. Und die Liebe. Denn es ist auch die Liebe in meinem Leben, die mir diesen Frieden ermöglicht. Alles ist im Lot. Und mit meiner Familie bin ich sehr glücklich. Meinen Kindern geht es gut, ich bin kerngesund. Ich bin jeden Tag voller Dankbarkeit.



«An meiner Arbeit gefällt mir besonders, dass ich viel Kontakt mit Menschen habe und ihnen helfen kann, die beste Lösung für ihre Bedürfnisse zu finden.»

Jede Person soll die gleiche Wahlmöglichkeit haben



Laurent Duvanel
Präsident Procap Schweiz

Vor einiger Zeit half ich einem sehbehinderten Freund bei der Wohnungssuche im Internet. Ich wählte für ihn die Wohnungsinserate aus. In den Anzeigen auf der Website von Procap waren Villen oder grosse Wohnungen zum Kauf oder zur Miete ausgeschrieben. Aber keine angepassten Einzimmerwohnungen in der Nähe einer Bushaltestelle. Doch wir hatten Glück und fanden eine Zweizimmerwohnung. Bei der Besichtigung folgte dann die böse Überraschung: Die Treppe hatte keinen Handlauf, das Licht im Korridor war sehr schwach, und die Fensterläden liessen sich nur schwer schliessen. Er verzichtete.

Die Suche dauerte zwei Jahre. In der Zwischenzeit wohnte er bei seinen Eltern. Er wollte aber allein leben. Es gibt ein Recht darauf, die eigene Wohnform zu wählen, so steht es in der Uno-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.

Um dieses Recht in der Schweiz zu konkretisieren, haben Procap und Inclusion Handicap die Inklusions-Initiative mitlanciert. Der Text sagt, dass Menschen mit Behinderungen «das Recht haben, ihre Wohnform und den Ort, an dem sie wohnen, frei zu wählen». Klarer kann man es kaum formulieren.

Damit alle, die eine passende Wohnung suchen, diese leichter finden können, unterschreiben Sie deshalb die Inklusions-Initiative (falls Sie es nicht schon getan haben) oder motivieren Sie andere dazu, dies zu tun. Danke.

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** 24 500 (total), 19 000 (deutsch), erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap Magazin, Frohburgstrasse 4, 4600 Olten, Tel. 062 206 88 88, info@procap.ch, www.procap.ch **Spendenkonto** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Redaktionsleitung** Sonja Wenger **Mitarbeit in dieser Nummer** Esther Banz, Florian Bachmann, Sebastian Burnell, Laurent Duvanel, Anna Pestalozzi, Photoval.ch / Valérie Pinauda, Martine Salomon, Daniel Schilliger, Markus Schneeberger, Reto Schlatter, Ariane Tripet **Übersetzung** Zélie Schaller, Intexto Magali Züblin, Versione traduzioni Flavia Molinari Egloff, Ariane Tripet, Sonja Wenger **Titelbild** Selina Bächli **Layout** Corinne Vonaesch **Korrektorat** db Korrektorat, Bern **Inserateverwaltung** Procap Schweiz Anzeigenmarketing, Larissa Spielmann, Telefon 062 206 88 04, E-Mail: larissa.spielmann@procap.ch **Druck und Versand** Merkur Druck AG, Gaswerkstrasse 56, 4900 Langenthal **Adressänderungen** bitte Ihrer Sektion melden oder an Procap in Olten, Telefon 062 206 88 88 **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz CHF 20.-, Ausland CHF 40.-, ISSN 1664-4603 **Redaktionsschluss** für Nr. 2/2024: 17. April 2024, erscheint am 27. Mai 2024.



Fokus im nächsten Heft:
Sportlicher Wettkampf

Nilmo

Zip and go

Schuhe mühelos anziehen!

Für Kleinkinder, für Kinder, für Sie und für Ihn

- Rundumreissverschluss
- Einfacher Einstieg
- Funktionelle Schuhbänder
- Kein Zehenrollen
- Drei verschiedene Weiten
- Herausnehmbare Innensohlen
- Viele stylische Modelle
- Ideal mit Einlagen / Orthesen

www.nilmo.ch +41 76 720 00 47

Di Blasi

Geräte zum Probefahren im Verkaufsladen

Der Scooter R30 faltet sich per Knopfdruck zusammen und auseinander. Zusammengefasst lässt sich das Dreirad wie ein Trolley ziehen und auf kleinstem Raum unterbringen.

Vögel + Berger AG
 052 316 14 21 www.voegel-berger.ch
 Vögel + Berger AG, Schlösslistrasse 4, 8442 Hettlingen

Jetzt mit TWINT spenden!

QR-Code mit der TWINT App scannen

Betrag und Spende bestätigen

Auflösung von Hirnstoff

Der Rätselaufgaben von Seite 26.

■ ■ ■ ■ A ■ ■ ■ ■ V ■ ■ ■ ■ S ■ ■ ■ R ■ ■ ■
 M A G A D I N O E B E N E ■ W E L K
 I K O N E ■ I ■ R O M A N D I E ■ I
 ■ A ■ N ■ B E I S T A N D ■ L ■ L E
 ■ N A E H E R ■ T E N T ■ A L P E N
 ■ J U X ■ R E ■ A ■ Z E U G E ■ H ■
 B I S E ■ G ■ G N E I S ■ R ■ C A B
 ■ ■ B ■ R A P I D ■ P ■ F I G A R O
 ■ L E H E N ■ L ■ S I M O N ■ R ■ E
 ■ A U ■ C ■ R E G I E ■ R O H R E R
 ■ U T A H ■ E T ■ E R S T ■ E I D E
 ■ G E L T E N ■ A L T ■ S T R E I K
 ■ E N K E L

WOHLBEFINDEN

Sudoku

6	5	7	1	9	2	4	3	8
3	9	8	5	4	7	6	1	2
1	2	4	8	6	3	7	9	5
9	8	6	7	2	1	5	4	3
5	7	3	9	8	4	2	6	1
2	4	1	6	3	5	9	8	7
8	6	2	3	7	9	1	5	4
4	3	5	2	1	6	8	7	9
7	1	9	4	5	8	3	2	6

5	9	3	6	4	2	8	7	1
2	6	7	3	1	8	5	4	9
1	4	8	5	9	7	6	3	2
8	2	9	1	5	4	7	6	3
4	1	5	7	6	3	2	9	8
7	3	6	8	2	9	4	1	5
3	7	2	9	8	6	1	5	4
6	5	4	2	3	1	9	8	7
9	8	1	4	7	5	3	2	6

Lebensqualität dank Mobilität.

Ein Fahrzeug muss sich an Sie und Ihre Bedürfnisse anpassen – nicht umgekehrt. Unsere Umbauten nach Mass werden seit 1978 in unserer Werkstatt in Bergdietikon gefertigt.

UMBAU FÜR
DIVERSE
AUTOMARKEN
MÖGLICH



Rollstuhlverladehilfe



Ein- und Aussteigehilfen



RolliPro™

Die clevere Lösung für Menschen mit Mobilitätseinschränkung.

FAHRZEUGAUSBAU
WALDSPURGER



BEWÄHRT UND INNOVATIV

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen. Wir beraten Sie gern.

044 743 80 40 • waldspurger.ch



PLATTFORMLIFT



HOMELIFT

100%

Plattformen und Kabinen
erhältlich in verschiedenen Grössen

MOBIL ZU HAUSE

Dank ihres diskreten und modernen Designs fügen sie sich elegant in jede Umgebung ein. Kompakt und schnell zu installieren, sind sie die ideale Lösung für Menschen im Rollstuhl.

In der ganzen Schweiz



Deutsch

T 044 512 52 27



sales@stannah.ch

Französisch

T 021 510 78 90



www.stannah.ch

Italienisch

T 091 210 72 44

Stannah