

# Procap

Das Magazin  
für Menschen  
mit Behinderungen

01/26

Mit «mitenand»  
von Procap Bern

Betreuungsurlaub:  
Gesetz wird verbessert  
Seite 6

Von der IV zur AHV  
Seite 19

Digitale Barrierefreiheit  
braucht mehr als Tools  
Seite 20

procap



# mitenand Procap Bern

## «Kunterbunt»



Letztes Jahr war unser Jahresthema «mitenang entdecken». Wir entdeckten knifflige Rätsel im Adventure Room in Thun, wunderbar Landschaften bei

strahlendem Sonnenschein auf unserer Reise nach Seelisberg, ungeahnte Treffsicherheit beim Bowling in Langenthal und beeindruckendes Schwarmwissen beim Quiz an unserem Sommerfest am wunderschönen Uferweg in Thun. Auch in unserer Serie «Authentisch» führten wir unsere Entdeckungstour weiter und entdeckten unsere Stimmen und setzten uns mit unseren Entscheidungs-, Argumentations-, und Auftrittskompetenzen auseinander. Und dies alles taten wir zusammen. Zusammen fanden wir auch bei unseren zwei bestehenden und unseren zwei neu gegründeten Freizeitgruppen und erlebten spanende Ausflüge und gesellige Momente. Kurz: Wir hatten ein entdeckungsreiches Vereinsjahr 2025 und freuen uns riesig, dass ihr euch immer wieder auf neue Entdeckungen mit uns einlasst.

Nun starten wir voller Elean ins neue Jahr, natürlich mit einem neuen Jahresthema. Unser Jahresthema 2026 ist «Kunterbunt». Und genauso planen wir unser Jahr 2026: voller kunterbunter Veranstaltungen und Kurse. In der zweiten Staffel der Serie «Amourös» schauen wir uns alle Farben von zwischenmenschlichen Beziehungen, Liebe und Sexualität an. An der Eierfärbewerkstatt lassen wir uns überraschen, welchen schönen Muster aus den Farben der Zwiebelchalen entstehen und an der Stadtführung «Die Brücken von Thun» freuen wir uns auf die intensiven Farben des Wassers. Wir freuen uns das Jahr mit euch in allen Farben zu erleben.

*Sophie Muralt & Anita Advani, Co-Geschäftsleitung*

## Grossratswahlen im Kanton Bern

Am Sonntag, 29. März 2026 finden im Kanton Bern die Grossrats- und Regierungsratswahlen statt. Folgende Aktivmitglieder von Procap Bern kandidieren für den Grossen Rat des Kantons Bern:

**Simone Leuenberger, bisher**

Wahlkreis Mittelland-Nord, EVP

**Peter Buri**

Wahlkreis Mittelland-Nord, SP

**Valentin Bunjaku**

Wahlkreis Oberland, Junges Linkes Bündnis

### Anleitung zum Wählen

Der Kanton Bern hat verschiedene Informationen zum Thema «Wahlen». Um zu den Informationen zu kommen, kann einfach der QR-Code gescannt werden.

### «So geht wählen» - Informationen in leichter Sprache



### Anleitungsvideo «Kantonale Wahlen: Richtig Wählen»



### Antworten zu häufig gestellten Fragen zu den Themen Stimmrecht, Wahlen und Abstimmungen



# AMOURÖS

## Alles über Liebe und Sex

In unserer Onlineserie "Amourös" sprechen wir über Liebe und Beziehungen, Körper und Lust, Sex und Verhütung und Vieles mehr.

### 1. Sexualität und Behinderung - Was sind meine Rechte?

22. April 2026, 19 Uhr



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

### 2. Der Körper

30. April 2026, 19 Uhr



Was habe ich für einen Bezug zu meinem Körper? Welche gesellschaftlichen Ideale beeinflussen unsere Wahrnehmung?

### 3. Die Beziehung

7. Mai 2026, 19 Uhr



Was braucht es für eine funktionierende Beziehung? Wie gehe ich mit Erwartungen, Hoffnungen und Enttäuschung um?

### 4. Die Liebe

12. Mai 2026, 19 Uhr



Was beinhaltet eine Liebesbeziehung? Was ist in einer intimen Beziehung wichtig? Wie finde ich eine Partner\*in als queere oder heterosexuelle Person?

### 5. IV & EL bei Lebensveränderung

28. Mai 2026, 19 Uhr



In diesem Webinar schauen wir, welchen Einfluss familiäre Veränderungen auf IV und EL haben.

### 6. Das Kennenlernen

7. September 2026, 19 Uhr



Welche Onlineplattformen und Soziale Medien gibt es? Wie kann ich die Plattformen nutzen?

### 7. Die Sicherheit

14. September 2026, 19 Uhr



Auf was muss ich achten bei der Nutzung von Onlineplattformen? Wie verhalte ich mich, wenn ich eine Person aus dem Netz treffen möchte?

### 8. Die Lust

2. November 2026, 19 Uhr



Welche Möglichkeiten zur körperlichen Selbstliebe gibt es? Was bedeutet sexuelle Lust und wie kann sie erlebt werden, zu zweit oder alleine?

### 9. Der Sex

9. November 2026, 19 Uhr



Was ist sexuelle Lust zusammen? Wie kommunizieren und respektieren wir Bedürfnisse und Grenzen? Wie sieht Sex in der Pornografie aus und wie in der Realität?

### 10. Die sexuelle Gesundheit

16. November 2026, 19 Uhr



Was heisst Konsens? Wo erhalte ich Hilfe nach einem sexuellen Übergriff? Welche Verhütungsmöglichkeiten gibt es? Wie schütze ich mich vor sexuell übertragbaren Krankheiten?

### Special: Selbstbestimmte Sexualität

26. November 2026, 19 Uhr

Wie ermögliche ich Menschen mit Behinderungen eine selbstbestimmte Sexualität? Wer kann helfen, wenn ich mit diesen Themen überfordert bin?

### Alle Infos zu Amourös

[www.procap-bern.ch/amouros](http://www.procap-bern.ch/amouros)



Die Onlineserie «Amourös» wird unterstützt von:



# Kunterbunte Veranstaltungen

## Lotto in Interlaken

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

Datum: Samstag, 25. April 2026  
Zeit: 13.30 - 16.30 Uhr  
Ort: Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken  
Kosten: Mitglieder: Zwei Karten kostenlos  
Jede weitere Karte CHF 5.-  
Nicht-Mitglieder: 2 Karten CHF 20.-  
Jede weitere CHF 10.-  
Anmeldung: bis am 14. April an 031 370 12 00  
oder bern@procap.ch

## Papillon Jahresprogramm

Die Freizeitgruppe für alle, die gerne etwas unternehmen, gehen auch dieses Jahr auf Entdeckungstour.

- Sa, 14. Februar 2026: Treberwurstessen in Schafis
- Sa, 21. März 2026: Führung Haus der Religionen
- Sa, 09. Mai 2026: Besuch Lækkerli Huus
- Sa, 27. Juni 2026: Holzschnitzerei-Museum Brienz
- So, 26. Juli 2026: Eglifilets am Murtensee
- Sa, 26. September 2026: Museum „Der kleine Prinz“
- Sa, 21. November 2026: Programmhöck 2027

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.

## Stadtführung «Die Brücken von Thun»

Brücken überwinden Hindernisse, welche vorher «unüberbrückbar» waren. Sie verbinden und lassen uns einander begegnen. Gemeinsam erleben wir einen besonderen Stadt-Spaziergang über die Brücken der schönen Innenstadt von Thun. Über wie viele Brücken können wir gehen? Wann und warum wurden sie genau hier gebaut? Warum bestehen sie aus Holz? Wie

heissen sie? Überqueren wir das Wasser und erfahren wissenswertes der Geschichte der vielen Brücken in Thun, immer begleitet vom Rauschen der türkisfarbenen Aare. Aber vorab treffen und stärken wir uns im lauschigen Kaffee "Mani's Coffee & Bagles", grad beim Bahnhof Thun zum gemeinsamen "Zvieri". Anschliessend lassen wir uns über Thuns Brücken führen.

Datum: Samstag, 2. Mai 2026  
Treffpunkt: 14:15 Uhr im Kaffee «Mani's Coffee & Bagles» Panoramastrasse 1A, Thun.  
Stadt-Führung: 16 bis 17:30 Uhr  
Mitnehmen: Der Rundgang findet draussen statt. Bequeme Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung empfohlen. Wenn längeres Stehen nicht möglich ist, empfehlen wir, einen Klappstuhl mitzunehmen.  
Kosten: Mitglieder CHF 20.-,  
Nicht-Mitglieder CHF 35.-  
(inkl. 1 Getränk und kleines Zvieri)  
Anmeldung: bis am 26. April 2026 an 031 370 12 00  
oder an bern@procap.ch



## Eierfärbewerkstatt

Datum: Dienstag, 31. März 2026  
Zeit: 13 - 17 Uhr  
Ort: Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken, Grosse Küche im 1. Stock  
Kosten: Mitglieder CHF 1.50- pro Ei  
Nicht-Mitglieder CHF 3.- pro Ei  
(Max. 10 Eier pro Person)  
Anmeldung: bis am 24. März an 031 370 12 00  
oder bern@procap.ch

# Anlässe in allen Farben

## Reise in die Blindenhundeschule Liestal

Dieses Jahr begegnen wir auf unserer Reise pelzigen Vierbeinern. Wir fahren nach Liestal in die Blindenhundeschule. Dort erhalten wir einen Kurzinput dazu, wie die Ausbildung der Hunde funktioniert und können an verschiedenen Posten u.a. einen Langstock ausprobieren. Natürlich werden wir auch einen Junghund sehen können.

- Datum: Samstag, 30. Mai 2026  
Kosten: CHF 55.- für Mitglieder,  
CHF 120.- für Nichtmitglieder  
Mitnehmen: schriftliche Anmeldebestätigung  
Anmeldung: bis am 15. Mai an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch), **bitte Einsteigeort angeben**  
Abmeldung: bis 3 Tage vor der Reise, sonst werden die Kosten in Rechnung gestellt

### Abfahrten mit den Reisebussen

- Bern: 8 Uhr, Max-Dätwyler-Platz  
(beim Wankdorf Bahnhof)  
Burgdorf: 08.35 Uhr, Bahnhofplatz  
Langenthal: 09.05 Uhr, Bahnhofplatz  
Interlaken Ost: 8 Uhr, Bus-Terminal  
Interlaken West: 8.10 Uhr, vis-à-vis Bushaltestelle  
Thun: 8.50 Uhr, Car Terminal  
**Bitte frühzeitig zum Abfahrtsort kommen. Wir können nicht warten.**



## Brätlen im Hirschpark

- Datum: Samstag, 6. Juni 2026  
Ort: Tierpark Hirschpark Langenthal  
Zeit: 11 Uhr - 16 Uhr  
Kosten: Mitglieder kostenlos,  
Nicht-Mitglieder CHF 10.-  
Mitnehmen: Fleisch, Geschirr und Besteck  
Achtung: Findet nur bei gutem Wetter statt. Bei zweifelhafter Witterung 079 337 11 45 anrufen oder Nachricht schreiben.  
Anmeldung: bis am 25. Mai an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto: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, 12. Juni 2026  
Ort: Gymnasium Interlaken,  
Mittengrabenstr. 8, 3800 Interlaken,  
Konferenzraum 3.01, 3. Stock  
Zeit: 13.30 - 16.15 Uhr  
Mitbringen: Eigenes Gerät (Laptop, Handy, Tablet)  
Anmeldung: bis am 3. Juni an 031 370 12 00 oder  
[bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch), bei der Anmeldung  
Gerät und Fragen angeben

## Bowling in Langenthal

- Datum: Samstag, 9. Mai 2026  
Ort: Bowling, Lotzwilstr. 66, Langenthal  
Zeit: 13.45 Uhr  
Kosten: Eine Runde Bowling inkl.  
Schuhmiete kostenlos für Mitglieder,  
Nichtmitglieder müssen den  
effektiven Preis vor Ort bezahlen  
(abhängig von Anzahl Runden) ab  
CHF 9.-  
Anmeldung: bis am 1. Mai an 031 370 12 00 oder  
[bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)  
Zugänglichkeit: Rollstühle auf der Bahn erlaubt

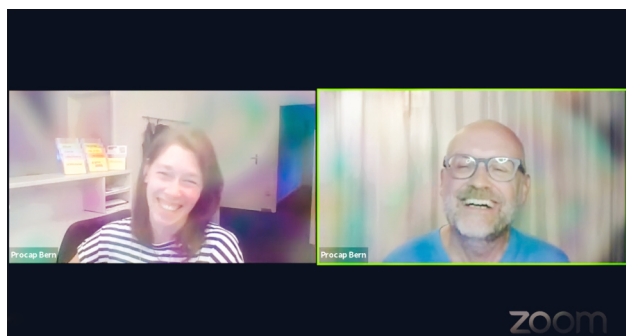
# Unsere Onlineveranstaltungen

## Webinar «EL»

Die Ergänzungsleistungen (EL) und die Invalidenversicherung (IV) sind die bedeutendsten Sozialwerke für Menschen mit Behinderungen. In diesem Webinar werden die Ergänzungsleistungen vorgestellt. Dabei stehen folgende Fragen im Vordergrund:

- Was sind Ergänzungsleistungen (EL)?
- Wer hat Anspruch darauf?
- Wie werden die EL berechnet?
- Müssen EL zurückgezahlt werden?

Datum: Donnerstag, 26. März 2026  
Ort: Online  
Zeit: 19 bis 21 Uhr  
Kosten: Mitglieder kostenlos  
CHF 45.- für Nichtmitglieder  
Anmeldung: bis am 25. März an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)



## Webinar «Sexualität und Behinderung»

In diesem Webinar greifen wir die rechtliche Situation von Menschen mit Behinderungen in Bezug auf das Thema Sexualität auf. 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, 22. April 2026  
Ort: Online  
Zeit: 19 bis 21 Uhr  
Kosten: Mitglieder kostenlos  
CHF 45.- für Nichtmitglieder  
Anmeldung: bis am 22. April an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)

## Webinar «IV und EL nach Lebensveränderung»

In diesem Webinar erfahren Sie, wie sich verschiedene Lebensveränderungen auf die IV-Rente und die EL auswirken können. Dabei betrachten wir Veränderungen wie das Zusammenziehen, eine Heirat die Gründung einer Familie oder den Wohnsitzwechsel in einen anderen Kanton oder ins Ausland.

Datum: Donnerstag, 28. Mai. 2026  
Ort: Online  
Zeit: 19 bis 21 Uhr  
Kosten: Mitglieder kostenlos  
CHF 45.- für Nichtmitglieder  
Anmeldung: bis am 27. Mai an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)

## Webinar «Arbeit neben IV-Rente, Teil 1»

In diesem Webinar fokussieren wir auf die Frage, welche Auswirkungen eine Arbeit auf eine IV-Rente hat. Wie wird ein IV-Grad festgelegt und eine Rente berechnet? Wann wird eine IV-Rente überprüft? Wieviel kann man neben der Rente verdienen? Was ist dabei zu beachten?

Datum: Donnerstag, 10. September 2026  
Ort: Online  
Zeit: 19 bis 21 Uhr  
Kosten: Mitglieder kostenlos  
CHF 45.- für Nichtmitglieder  
Anmeldung: bis am 9. September an 031 370 12 00  
oder [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)

# Über Procap Bern

## Kurs: Übungen für Nacken und Schultern

In einem dreiteiligen Kurs mobilisieren wir mit verschiedenen Übungen Nacken und Schultern. Dadurch werden diese Körperstellen und der Körper als Ganzes bewusster wahrgenommen. Die Yoga-Übungen sind einfach und es braucht dazu weder eine besondere Beweglichkeit noch Vorkenntnisse im Yoga. Verspannungen und Anspannungen können losgelassen und gelöst werden. Die sanften Bewegungsabläufe verbunden mit dem Atem und Achtsamkeitsübungen ermöglichen auch, zu innerer Ruhe und Gelassenheit zu finden.

Daten:	Mittwoch, 15. April, 22. April und 29. April 2026
Ort:	Gruppenraum des Praxiszentrum Gutenberg, Gutenbergstrasse 31, Bern
Zeit:	17.30 - 18.30 Uhr
Kosten:	Mitglieder CHF 50.- Nicht-Mitglieder CHF 75.-
Anmeldung:	bis am 5. April an 031 370 12 00 oder bern@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: Ursula Merki, 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

Do. 9.30 - 11.30 Uhr



### Region

**Thun**

Ursula Merki, Cäcilienstr. 21, Postfach 392, 3000 Bern 14

Tel. 033 222 09 09, ursula.merki@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. 7. März 2026

**Steuererklärungsaktion in Thun**  
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Do. 26. März 2026

**Webinar «Ergänzungsleistungen»**  
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Di. 31. März 2026

**Eierfärbewerkstatt in Interlaken**  
Infos auf Seite VI in diesem Heft.



Mi. 22. April 2026

**Webinar «Sexualität und Behinderung»**  
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Do. 28. Mai 2026

**Webinar «IV und EL nach Lebensveränderung»**  
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Fr. 12. Juni 2026

**Computerkurs in Interlaken**  
Infos auf Seite VI in diesem Heft.



Do. 10. September 2026

**Webinar «Arbeit neben Rente 1»**  
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Do. 17. September 2026

**Webinar «Arbeit neben Rente 2»**  
Infos folgen.



Do. 1. Oktober 2026

**Webinar «Von IV zu AHV»**  
Infos folgen.



Do. 5. November 2026

**Crashkurs «Kind mit Behinderungen»**  
Infos folgen.

## Treffen und Anlässe

---



Sa. 21. März 2026,

**Führung im Haus der Religionen**  
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78



Sa. 25. April 2026

**Lotto in Interlaken**  
Infos auf Seite III in diesem Heft.



Sa. 2. Mai 2026

**Stadtführung in Thun**  
Infos auf Seite III in diesem Heft.



Sa. 9. Mai 2026, Bowling

Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 9. Mai 2026

**Besuch Lächerli Huus**  
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78



Sa. 30. Mai 2026, Reise

Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 6. Juni 2026

**Bräteln im Hirschpark**  
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 27. Juni 2026

**Ausflug ins Holzschnitzerei-Museum**  
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78



So. 26. Juli 2026

**Eglifilets am Murtensee**  
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78



So. 9. August 2026

**Besuch der Tellspiele**  
Infos folgen im nächsten Heft.



Sa. 29. August 2026,

**PROCUP Spieltag**  
Infos folgen im nächsten Heft.



Sa. 12. September 2026

**Procap-Sommerfest**  
Infos folgen im nächsten Heft.



Sa. 26. September 2026

**Besuch Museum der kleine Prinz**  
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78

**Alle Informationen auf:**

**[www.procap-bern.ch/agenda](http://www.procap-bern.ch/agenda)**

Anmelden? Per Telefon 031 370 12 00

Per Mail [bern@procap.ch](mailto:bern@procap.ch)

Online anmelden?  
Code scannen.



# Sportangebote



## Sport Oberaargau

### Fussball Langenthal

Wann: Montag  
Zeit: Hallentraining: 18.00 - 19.30 Uhr,  
Trainig draussen: 17.45 - 19.15 Uhr  
Ort: Halle: Halle Kreuzfeld 4 Langenthal,  
Draussen: Fussballplatz Rankmatte Langenthal  
(Der Trainingsort wird jeweils am Sonntagabend  
bekannt gegeben.)  
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45  
corinne.dellsperger@procap.ch  
Kosten: CHF 60 / Jahr

### Buchsi Plantscher: Schwimmen Herzogenbuchsee

Wann: Dienstag  
Zeit: 17 - 18 Uhr  
Ort: Hallenbad Herzogenbuchsee  
Kontakt: Caroline Jäggi, 076 369 20 64 , macasipa@vtxmail.ch  
Kosten: CHF 90 / Jahr (ohne Badeinritt)

### 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, Bäreggstrasse 20, 4900 Langenthal

#### Nordic Walking

Wann: Donnerstag von 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 Badeinritt)



## Sport Oberland

### Alpaka Interlaken: Nordic Walking oder Turnen

Wann: Donnerstag  
Zeit: 17.15 bis 18.15 Uhr (Walking 17.15 - 18.45 Uhr)  
Treffen: 17.10 Uhr oben an der Rampe  
Ort: Gymnasiumareal Interlaken  
Kontakt: Silvia Kläusli, 079 560 41 54  
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

### Alle Informationen zu den Sportangeboten auf:

[www.procap-bern.ch/sportangebote](http://www.procap-bern.ch/sportangebote)

Online anmelden? Code scannen.



1. Swiss-Trac Tour: 20.6.2026

2. Swiss-Trac Tour: 22.8.2026

Anmeldung: [spv.ch](http://spv.ch)



Schneller unterwegs mit dem Modell SWT-1S.



**SWISS•TRAC®**

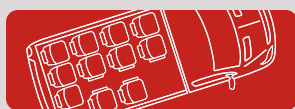
Händler finden und Probefahren: [www.swisstrac.ch](http://www.swisstrac.ch)



**Waldspurger AG**  
Drei Generationen  
Erfahrung im Fahrzeug-  
ausbau. Seit 1978



FAHRZEUGAUSBAU  
**WALDSPURGER**



BEWÄHRT UND INNOVATIV

**Unser Angebot**

Wir machen Sie mobil –  
persönlich, individuell und  
mit Schweizer Qualität.



Weitere Infos unter [waldspurger.ch](http://waldspurger.ch)



Patrick Bütschi  
Leiter Mittelbeschaffung

## Es braucht neue Wege

Seit 2025 leite ich bei Procap Schweiz die Abteilung Mittelbeschaffung. Diese sinnstiftende Aufgabe erfüllt mich mit grosser Dankbarkeit, gleichzeitig ist für mich klar: Es braucht neue Wege, um im Fundraising zu bestehen. Klassische Spendenbriefe allein reichen oft nicht mehr aus. Menschen möchten verstehen, wofür sie sich engagieren, sie möchten eine direkte Wirkung sehen und in Projekten Teil einer Lösung sein.

Entsprechend ist Fundraising persönlicher, digitaler und gemeinschaftlicher geworden: Crowdfunding, Peer-to-Peer-Aktionen, Unternehmenspartnerschaften, kreative Anlässe oder Mikrospenden gewinnen zunehmend an Bedeutung. Vielleicht fragen auch Sie sich, wie Sie Teil davon sein können. Auf den Seiten 14 und 15 finden Sie, liebe\*r Leser\*in, Informationen über eine neue Website, die Procap auf der Fundraisingplattform Koalect.com für externe Sammelaktionen aufgebaut hat.

Es erfüllt mich zudem mit Stolz, dass die Ausgabe spannenden Lesestoff bereithält, der zeigt, wie Procap dank solchen Spenden ihre Angebote für Menschen mit Behinderungen anbieten kann. Procap sorgt seit bald 100 Jahren dafür, dass Unterstützung dort ankommt, wo sie wirklich gebraucht wird: regional, individuell und professionell.

---

## Inhalt

- 4 Notizen**
- 6 Procap Sozialpolitik**  
Betreuungsurlaub für Eltern von schwer kranken Kindern
- 11 Rätsel**
- 12 «Wir sind Procap»**  
Basile Chaillot
- 14 Procap Fundraising**  
Von der Idee zur einfachen Spendenaktion
- 16 Gastbeitrag**  
Ein Jobportal und vieles mehr
- 19 Ratgeber Recht**  
Von der IV zur AHV: Was passiert beim Rentenalter?
- 20 Digitale Barrierefreiheit**  
Wenn Tools versagen: Warum manuelle Tests unverzichtbar sind
- 22 Carte blanche**  
Simon Müller, Co-Geschäftsführer EnableMe

## Vom Gerücht zu Fake News – ein Bus für mehr Medienkompetenz

Whatsapp, Dating-Apps, Instagram und Co.: Digitale Medien gehören heute zum Alltag dazu. Für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung bieten sie grosse Chancen. Zugleich schaffen sie neue Barrieren. Als mobiles Medienlernzentrum will der Medienbus den kritischen und kompetenten Umgang mit ihnen fördern. Im November 2025 hielt der Medienbus zum ersten Mal in einer Thurgauer Institution für Menschen mit Behinderungen. Das Thema: Desinformation – vom Gerücht bis zu Fake News. Was sind Fake News? Wieso sind sie gefährlich? Und was kann ich tun, um Gerüchte zu stoppen und Fake News zu erkennen? Gemeinsam erarbeiteten die Teilnehmenden an interaktiven Posten konkrete Handlungstipps. Zudem konnten sie eine VR-Brille ausprobieren und wurden selbst zu Medienproduzenten, indem sie ein Videotutorial drehten. Der Medienbus ist Lernraum und Werkstatt zugleich. Er richtet sich an Institutionen und Organisationen, die Menschen mit Behinderungen begleiten, und bietet flexible Module zu den drei Themen «Neue Technologien kennenlernen», «Selber digital kreativ sein» und «Wissen, wie ich mich vor Risiken im Netz schütze».

Mehr Informationen: [medienbus.ch](http://medienbus.ch)



### «Amourös: Alles über Liebe und Sex»

Die Onlineserie «Amourös» von Procap Bern spricht offen über Liebe, Beziehungen, Körper, Lust, Sex und Verhütung. In regelmässigen Youtube-Livestreams geben selbst betroffene Expert\*innen und Fachpersonen Einblicke in Sexualität bei Menschen mit Behinderungen. Eine anonyme Teilnahme ist möglich, Fragen können per Mail gestellt werden und werden live beantwortet.

Informationen: [procap-bern.ch/amourees](http://procap-bern.ch/amourees)



### Titelbild

Das Titelbild stammt von Anna Husi (\*1991). Nach dem gestalterischen Vorkurs an der SfG Bern arbeitet sie als freischaffende Illustratorin in Bern. Ihre Bildsprache ist figurativ, erzählerisch. Mit ihrer Arbeit möchte sie Perspektiven verschieben und Fragen stellen. Ergänzend ist sie in der pädagogischen Arbeit mit Jugendlichen tätig.

[annahusi.ch](http://annahusi.ch)



## Zwischen Looping und Lebensfreude

Just am internationalen Tag der Menschen mit Behinderungen ging es am 3. Dezember 2025 zum 30-Jahr-Jubiläum von Procap Reisen in den Europa-Park: Über 200 Menschen mit Behinderungen und 60 freiwillige Begleitpersonen verbrachten in Rust einen erlebnisreichen Tag bei strahlendem Sonnenschein – und nutzten den Ausflug gleich für einen Praxistest zur Barrierefreiheit.

Das kalte, aber enorm schöne Wetter lud dazu ein, die Attraktionen und Angebote des Parks ausgiebig zu erkunden. Im Mittelpunkt standen gemeinsame Erlebnisse, spontane Begegnungen und das Gefühl, zusammen unterwegs zu sein.

Für Procap-Mitglied Martin Rogenmoser aus Oberägeri war es das erste Mal, dass er den beliebten Freizeitpark besuchen konnte. Seit einem Verkehrsunfall ist er auf einen Rollstuhl angewiesen. «Es war super super super», meinte er auf der Heimreise vergnügt. Auch die Tatsache, dass er einige Menschen, die er von früheren Procap-Reisen kannte, wieder in die Arme schliessen konnte, freute ihn. Einzig die Restaurants seien zu wenig barrierefrei, befand er. «Ich bin auf mein Sandwich ausgewichen», meinte er etwas betrübt.

Im Vorfeld hatte Procap mit den unzähligen Anmeldungen alle Hände voll zu tun. «Das Interesse war riesig, wir mussten eine Warteliste führen und konnten leider nicht alle mitnehmen», sagte Helena Bigler, Leiterin von Procap Reisen und Sport. Umso schöner sei es, dass für die Teilnehmenden nun ein unvergesslicher Tag habe organisiert werden können. «Uns erreichten noch Tage danach viele positive Rückmeldungen, da geht einem das Herz auf.»

Text Cynthia Mira Fotos Procap



# Betreuungsurlaub für Eltern von schwer kranken Kindern: Lücken im Vollzug werden geschlossen

Das Parlament hat die Betreuungsentschädigung im Erwerbsersatzgesetz (EOG) verbessert. Künftig können mehr Eltern ihre schwer kranken Kinder im Spital begleiten und Beruf und Betreuung besser miteinander vereinbaren. Damit werden langjährige Lücken geschlossen und Familien in Ausnahmesituationen gezielt entlastet.

**Text** Miriam Hürlimann, Anna Pestalozzi, Florian Eberhard **Foto** Shutterstock

Die Betreuungsentschädigung nach dem Erwerbsersatzgesetz (EOG) soll es erwerbstätigen Eltern ermöglichen, ihre Arbeit zu unterbrechen, um ihr schwer krankes Kind zu betreuen. Bei schwerer Krankheit oder nach einem Unfall des Kindes können Eltern seit dem 1. Juli 2021 bis zu 14 Wochen Betreuungsurlaub beziehen – innerhalb von 18 Monaten, am Stück oder tageweise, entschädigt über die Erwerbsersatzordnung (EO).

Bei der Umsetzung kamen jedoch viele Schwachstellen des Gesetzes ans Licht. Ein Blick auf die vergangenen vier Jahre zeigt: Viele Eltern, die auf den Betreuungsurlaub angewiesen wären, bekommen ihn nicht. Ein genauerer Blick auf die Gründe zeigt, wo das Gesetz in der Praxis scheitert: Einerseits ist der Anspruch auf Betreuungsentschädigung sehr eng gefasst und wurde beispielsweise Eltern verwehrt, deren Kind wegen einer geplanten Operation schwer krank im Spital betreut werden musste. Andererseits sind die Kriterien im

Erwerbsersatzgesetz nicht klar genug formuliert. In der Vergangenheit führte dies dazu, dass die Ausgleichskassen die Kriterien unterschiedlich auslegten und in ähnlichen Fällen anders entschieden. Procap machte auf diese Problematik bereits im Magazin 02/2022 aufmerksam.

## **Viele Familien fallen trotz Bedarf durchs Raster**

Obwohl der Betreuungsurlaub gesetzlich verankert ist, konnten ihn also nur wenige Familien tatsächlich nutzen. Viele fielen durch die Maschen des Systems. Eltern konnten ihr verunfalltes oder schwer krankes Kind während des Spitalaufenthalts nicht ohne Erwerbsausfall betreuen. Die unklaren Kriterien führten sowohl bei Familien als auch bei Arbeitgebenden zu erheblichem administrativem Aufwand und Unsicherheiten. Nicht selten liessen sich Arbeitnehmende krankschreiben, um ihr Kind im Spital begleiten zu können.

Wie gross die Diskrepanz zwischen Anspruch und Realität war, zeigte ein «Kassensturz»-Beitrag aus dem Jahr 2023: 2022 wurden lediglich 3,1 Millionen Franken für den Betreuungsurlaub ausbezahlt – obwohl das Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) vor der Einführung des Gesetzes im Jahr 2019 von jährlichen Kosten von rund 74 Millionen Franken ausgegangen war.

### **Parlament schliesst Lücken bei der Betreuungsentschädigung**

Die Erfahrungen der ersten Jahre zeigten, dass es zwingend eine Anpassung der Anspruchskriterien braucht, damit nicht so viele Kinder durchs Raster fallen und mehr Familien in einer Akutsituation einen Betreuungsurlaub zugesprochen erhalten.

Ständerat Damian Müller reichte im Sommer 2022 eine Motion ein, die auch einen Betreuungsurlaub für Eltern fordert, wenn ihr Kind mindestens vier Tage im Spital verbringen muss und sie die Arbeit wegen der Betreuung unterbrechen müssen. Der Bundesrat arbeitete in der Folge eine Gesetzesänderung aus. Ende 2025 stimmte das Parlament im Rahmen der Anpassungen der EO den vorgeschlagenen Änderungen zu und verbesserte sie aus Sicht der hospitalisierten Kinder zusätzlich: Die Entschädigung wird auch in Fällen gewährt, in denen ein Kind direkt nach der Geburt aufgrund einer schweren gesundheitlichen Beeinträchtigung im Spital behandelt werden muss. In dieser Zeit erhalten Mütter zwar oftmals Mutterschaftsentschädigung, doch in sehr prekären Fällen wird auch die Erwerbstätigkeit des zweiten Elternteils verunmöglicht. Für diese Fälle sieht die neue Gesetzesbestimmung den Anspruch ab Geburt vor. Der Anspruch für Eltern hospitalisierter Kinder gilt für die Dauer des Spitalaufenthaltes und bei einer intensiven Nachsorge zu Hause entsprechend ärztlichem Attest auch länger. Diese Regelung hat das Parlament zusätzlich flexibilisiert.

### **Entlastung und Planungssicherheit für Familien und Arbeitgeber**

Procap hat sich über längere Zeit mit Nachdruck für die Verbesserungen eingesetzt und begrüsst diesen wichtigen politischen Erfolg für Familien mit Kindern mit schweren gesundheitlichen Beeinträchtigungen sehr. Mit diesem sozialpolitischen Einsatz setzen wir dort an, wo die Probleme liegen: nah an den Lebensrealitäten der

betroffenen Familien. Bei Redaktionsschluss war die Referendumsfrist noch nicht abgelaufen und der Zeitpunkt des Inkrafttretens somit noch unklar. Doch danach steht der Schliessung dieser Vollzugs-lücke nichts mehr im Weg. Die Erwerbsersatzordnung wird mit dieser und anderen erfolgten Anpassungen familienfreundlicher werden. Beispielsweise hat das Parlament auch eine Verlängerung der Mutterschaftsentschädigung bei Frühgeburten beschlossen.

Wenn Betreuung plötzlich zur Herausforderung wird, kann die neue Regelung für spürbare Entlastung sorgen: Sie wird die Vereinbarkeit von Beruf und Familie in Akutsituationen verbessern und sowohl Arbeitnehmenden als auch Arbeitgebenden mehr Klarheit und Planungssicherheit geben.

---

#### **Quelle**

Betreuungsurlaub kaum genutzt – Hürden für den Betreuungsurlaub für Eltern von kranken Kindern – Kassensturz Espresso - SRF: [tinyurl.com/vcf3kfe8](https://www.srf.ch/content/espresso/beitrag/2023/09/betreuungsurlaub-kaum-genutzt)

# HÖGG

Liftsysteme,  
die bewegen.

## Treppenlifte von den Lift-Experten



Plattformlifte  
und Aufzüge

hoegglift.ch

St. Gallen T 071 987 66 80  
Bern T 033 439 41 41  
Lausanne T 021 800 06 91

## HILFSMITTEL-MARKT

Praktische Hilfsmittel für mehr Lebensqualität



Im Hilfsmittel-Markt Niederbipp  
finden Sie eine grosse Auswahl  
an praktischen Alltagshilfen:

- Rollatoren und Rollstühle
- Betten und Matratzen
- Aufsteh- und Ruhesessel
- Notrufsysteme
- Und viele weitere Alltagshelfer



Wir freuen uns,  
Sie zu beraten!

Leenrütimattweg 7, 4704 Niederbipp, 032 941 42 52

[www.hilfsmittelmarkt.ch](http://www.hilfsmittelmarkt.ch)

*Nilmo*  
Zip and go

SCHUHE  
MÜHELOS  
ANZIEHEN

Auch mit Orthesen  
geeignet



- FAIRE PREISE
- AB SCHWEIZER LAGER

[www.nilmo.ch](http://www.nilmo.ch)

+41 76 720 00 47

Wir begleiten Sie zum Erfolg.

## 40 Jahre Erfahrung im Sport-Bereich

Umfassendes Sortiment an Sport-Rollstühlen,  
ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte  
Anpassungen und professionelle Beratung  
vor Ort oder bequem bei Ihnen zuhause.

iwaz

RehaTech

Kontaktieren Sie uns: 044 933 23 90  
[rehatech@iwaz.ch](mailto:rehatech@iwaz.ch), [iwaz.ch/rehatech](http://iwaz.ch/rehatech)



# ZWYSSIG

## Herzlich willkommen im Sommer 2026

### Jetzt letzte Wohn- und Tagesstrukturplätze sichern!



Jetzt Code scannen  
und Film anschauen.







## WIR SIND PROCAP

«Ich bin dann  
zufrieden, wenn  
die Gäste  
glücklich sind»

### Basile Chaillot

(\*2001). Er ist bilingue, gewitzt und bereit, jedem Procap-Gast die schönsten Ferien zu ermöglichen. Wenn sich unser aktueller Zivildienstler nicht gerade in einer Ferienwoche im In- oder Ausland befindet, kommt er seinem Traumberuf als Lokführer näher. Derzeit arbeitet er als Kundenbegleiter bei den SBB.

Interview Cynthia Mira Fotos Markus Schneeberger

**Procap: Basile, du hast dich entschieden, deinen Zivildienst bei Procap Reisen zu leisten, und seit 2023 machst du einen Einsatz nach dem anderen. Nimm uns mit: Welches Erlebnis war bisher dein schönstes?**

**Basile Chaillot:** Oh, davon gibt es viele. Toll ist es zum Beispiel, Gäste ins Wasser zu begleiten, die aufgrund einer Behinderung jahrelang nicht mehr baden konnten. Dieses Erlebnis zu ermöglichen, ist enorm schön.

**Und umgekehrt, was war der schwierigste Moment?**

Ein Gast verschwand kürzlich während einer 30-minütigen Pause, ohne jemandem etwas zu sagen. Wir mussten ihn suchen, das war ein grosser Schreckmoment.

**Das heisst, seither willst du keine Einsätze mehr machen?**

(lacht) Nein, das nicht, aber in dem Moment hatte ich schon ziemlich Mühe, weil ich die Verantwortung für ihn trug. Andererseits konnten mich die anderen im Team beruhigen, weil ich nichts hätte anders machen können. Und es kam ja gut, so wie immer bei herausfordernden Situationen. Man ist ein Team vor Ort, hat eine Reiseleitung und das Procap-Team mit über 30 Jahren Erfahrung im Hintergrund. Das beruhigt schon.

**Wie bist du eigentlich auf Procap Reisen aufmerksam geworden?**

Ich wollte den Zivildienst zugunsten von Menschen mit Behinderungen machen. Am Einführungstag suchte ich nach einem Taxidienst. Es war Zufall, dass ich das Angebot von Procap gesehen habe. Ich habe dann in der Pause angerufen und wenige Tage später für den ersten Einsatz unterschrieben.

**Das war ein Sprung ins kalte Wasser, korrekt?**

Definitiv. Meinen erster Einsatz war 2023 in Magliaso im Tessin, und ich hatte keine Erfahrung. Es sind viele Dinge und Situationen, die man schlicht nicht kennt und zuerst erfahren muss, um dann zu wissen, wie man sich am besten verhält. Ich hatte das Glück, dass bei einem ersten Einsatz zwei Begleitpersonen mit dabei waren, die mir viele Tipps gaben. Ich profitierte enorm und habe in kurzer Zeit sehr viel gelernt. Und

Procap schaut schon, dass man als nicht erfahrene Person beim ersten Einsatz nicht gleich eine Person mit 100-prozentigem Unterstützungsbedarf begleitet oder Pflegehilfe leistet. Ich war für Menschen zuständig, die eher strukturelle Hilfe im Alltag benötigten.

### **Was sagt dein Umfeld zu deinem Engagement?**

Sie finden es cool und sind neugierig. Teils haben sie auch keine Vorstellung davon, wie es wirklich ist. Sie reagieren auf schöne Reisefotos und sehen nicht, dass ich morgens Pflegehilfe leiste oder ein Tag auch mal lange gehen kann. Man hilft bei Dingen, die für viele nicht alltäglich sind. Aber klar, oft ist es richtig schön.

### **Würdest du die Einsätze weiterempfehlen?**

Grundsätzlich ja, dennoch ist mir bewusst, dass es nicht für jeden passend ist, weil man sich stark einbringen muss. Im Mittelpunkt stehen immer die Wünsche der Gäste und die Unterstützung, die es braucht, um unvergessliche Ferien zu ermöglichen. Für mich ist es genau das, was den Einsatz so schön macht. Und: Man ist als Zivi immer mit grossem Abstand der Jüngste unter den Begleitpersonen. (lacht)

### **Haben deine Einsätze deine Sicht auf die Welt verändert?**

Ja, ich denke schon. Es hat mir die Augen geöffnet und gezeigt, dass es so viel mehr gibt, als einfach einer 100-Prozent-Arbeit nachzugehen und da das Glück zu suchen. Ich finde es richtig schön, wenn Gäste bei den einfachsten Dingen und Umständen enorme Glücksmomente erleben. Als Begleitperson hat man oft das Gefühl, man müsse viel bieten, aber darum geht es gar nicht. Viele haben einfach Freude, in einem Café zu sitzen und zu reden. Und manche sind es sich auch nicht gewohnt, dass eine Person nur für sie da ist, ohne zeitliche Einschränkung. Ich möchte immer mein Bestes geben, da hilft es sehr, nicht unter Zeitdruck zu stehen.

### **Was sind deine Stärken, die du auf den Reisen einbringst?**

Ich bin einfühlsam, geduldig, belastbar und kann mich gut in den Hintergrund stellen. Ich bin tatsächlich einfach dann zufrieden, wenn die Gäste glücklich sind.



Basile Chaillot überlegt sich bereits, nach den Einsätzen als Zivildienstler, weiterhin als freiwilliger Reisebegleiter für Procap im In- und Ausland tätig zu sein. Das Engagement halte viele erfüllende Momente bereit und es sei ein Geben und Nehmen, sagt er.

# Von der Idee zur einfachen Spendenaktion

Im Frühling 2025 startete Procap mit dem Ausbildungs- und Integrationsbetrieb Fundpark ein erfolgreiches Crowdfunding für die barrierefreien LaVIVA-Partys. 12 275 Franken kamen bis zum Schluss zusammen. Aufgrund des grossen Echos hat Procap auf der dafür genutzten Fundraisingplattform Kolect.com eine spezielle Seite für neue Spendenprojekte zugunsten von Procap lanciert.

**Text** Cynthia Mira **Foto** Jan Hürzeler **Bild** Procap

Die Discokugel, die letzten Frühling während des Crowdfundings in Olten im Gang der Procap-Büros von der Decke hing, gewann mit jeder Spende an Glanz. Sie wurde laufend mit glitzernden Quadratsteinchen beklebt, die sinnbildlich für den Fortschritt standen. Das Spendenziel von 10 000 Franken wurde letztlich übertroffen. Seit diesem grossen Erfolg ist viel passiert. Beispielsweise konnten neue Locations für barrierefreie Discoabende gewonnen werden. So fand für die Westschweiz im Februar im Fri-Son in Fribourg bereits die zweite Party für Menschen mit und ohne Behinderungen statt.

Ein weiteres Highlight war ein Tanzabend im Treibhaus in Luzern. Zudem lockten zwei Partys ins Tonwerk in Schaffhausen.

Was Procap besonders freut: Aufgrund des Crowdfundings kam es zu einer neuen Zusammenarbeit mit Insieme Brugg-Windisch und der Dampfschiff Bar in Brugg. Zudem wurde für die Kommunikation ein eigener Kanal auf Instagram eröffnet, um die LaVIVA-Partys bekannter zu machen. Kurzum: Mit dem Geld wurde das Ziel bereits erreicht: mehr barrierefreie Partys, mehr Bekanntheit und mehr Kooperationen mit Partybetreibern.



Seit Jahren bekannt für gute Stimmung an den barrierefreien LaVIVA-Partys: René Sittig (47) aus Kriens LU legt immer wieder als DJ Threnie auf.



## Gemeinsam für Menschen mit Behinderungen

Ob Geburtstag, sportlicher Wettkampf oder ein anderer besonderer Anlass – nutze den Moment, um Gutes zu tun! Starte deine eigene Spendenaktion und setze gemeinsam mit Familie, Freunden oder Kolleg\*innen ein starkes Zeichen für Inklusion. Jeder Beitrag zählt – und zusammen können wir viel bewegen.

Nach dem Erfolg des Crowdfundings für die LaVIVA-Partys hat Procap für externe Sammelaktionen zugunsten von Menschen mit Behinderungen nun eine eigene Seite auf der Plattform Koalect.com aufgebaut: [procapschweiz.koalect.com/de-DE/anlass-spende](https://procapschweiz.koalect.com/de-DE/anlass-spende)

## In drei Schritten zu deiner eigenen Spendenaktion



### Spendenaktion erstellen

Wähle deinen Anlass – ob Geburtstag, Marathon oder Hochzeit – und erstelle in wenigen Minuten deine persönliche Spendenaktion auf unserer Plattform.



### Spendenaktion bewerben

Teile den Link zu deiner Seite über Social Media, E-Mails oder per WhatsApp, damit alle an deiner Aktion teilhaben und mitspenden können.



### Spenden sammeln & Erfolg feiern

Verfolge den Fortschritt deiner Kampagne live und feiere gemeinsam mit deinen Unterstützer\*innen, während ihr zusammen für eine gute Sache sammelt.

Aufbauend auf den Erkenntnissen dieses Crowdfundings, hat Procap auf der Plattform Koalect.com nun eine neue Fundraisingseite lanciert. Auf dieser können auch Gruppen, Vereine und Einzelpersonen unkompliziert eine eigene Spendenaktion zugunsten von Menschen mit Behinderungen starten. Procap sagt von Herzen Danke für jeden gespendeten Beitrag.

### Fundraising in der Praxis

Procap ist überzeugt: Gute Fundraisingideen entstehen überall. Wir freuen uns, wenn Sie Menschen mitnehmen und für eine Spendenaktion zugunsten von Procap begeistern. So lässt sich Inklusion konkret unterstützen. Über diesen QR-Code gelangen Sie direkt zur Procap-Plattform von Koalect.com.



**Bereit, einen unvergesslichen Discoabend zu erleben? Das sind die Termine für die nächsten barrierefreien LaVIVA-Partys in der Schweiz:**

#### Südpol Club in Luzern

Samstag, 14. März 2026, 18.30 Uhr

Samstag, 13. Juni 2026, 18.30 Uhr

Samstag, 12. September 2026, 18.30 Uhr

Samstag, 12. Dezember 2026, 18.30 Uhr

#### Labor5 in Zürich

Freitag, 3. April 2026, 18 bis 22 Uhr

Samstag, 19. September 2026, 18 bis 22 Uhr

#### Festival Zürich tanzt

Freitag, 8. Mai 2026, 19 bis 22.45 Uhr

#### Dampfschiff Bar in Brugg

(in Zusammenarbeit mit Insieme Brugg-Windisch)

Freitag, 20. März 2026, 19.30 bis 23 Uhr



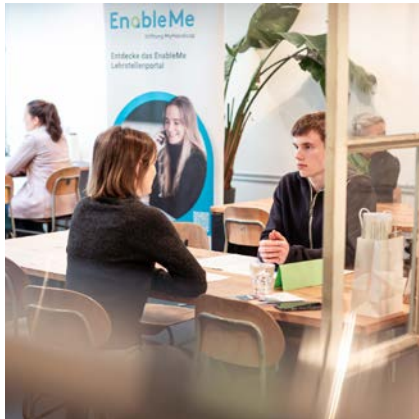
# Ein Jobportal und vieles mehr

EnableMe unterstützt Menschen mit Behinderungen und chronischen Krankheiten dabei, ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Die Plattform bietet wertvolle Informationen, persönlichen Austausch und praktische Tipps, die kostenlos und für alle zugänglich sind. Der Beitrag verfasste EnableMe als Teil unseres Netzwerks. Es stellt die wichtigsten Angebote vor, die auch für Procap-Mitglieder von Interesse sein können. Wir wünschen Ihnen eine gute Lektüre.

**Peer-Programme: Austausch auf Augenhöhe**  
Manchmal braucht es jemanden, der einen wirklich versteht. In den Peer-Programmen gibt es genau das: einen geschützten Raum für Ängste, Sorgen und ganz praktische Alltagsfragen. Siebzig Selbstbetroffene und freiwillige Helfer\*innen sind für Betroffene da. Sie hören zu, teilen eigene Erfahrungen und geben Tipps, die wirklich helfen. Dieser Austausch auf Augenhöhe eröffnet neue

Perspektiven und schenkt Zuversicht, wie eine Teilnehmerin erklärt: «Der Peer-Austausch lässt mich darauf vertrauen, dass alles gut kommt.»

**Selbsthilfeforum: Gemeinschaft, die trägt**  
Über 15 000 Mitglieder tauschen sich im Forum täglich aus. Ob Beziehung, Arbeit oder psychische Gesundheit: Hier gibt es Raum für persönliche Fragen und ehrliche Geschichten. Anonym



Die Mitarbeitenden von EnableMe setzen sich täglich mit viel Herzblut für Menschen mit Behinderungen ein und schaffen einen echten Mehrwert. Die Angebote zielen oft auch auf persönlichen Austausch ab.

und kostenlos. Fachpersonen bringen ihre Expertise ein und beantworten Fragen kompetent und verlässlich. Erfahrene Moderator\*innen sorgen dafür, dass der Ton respektvoll und konstruktiv bleibt. Das Gefühl, nicht allein zu sein, ist für die Mitglieder unerlässlich, wie eine Userin sagt: «Kein Ärztebuch über Diagnosen kann mir geben, was dieses Forum mir geben kann: das Gefühl von Verbundenheit auf einem einsamen Weg.»

#### **Jobportal: Wege zur beruflichen Entwicklung**

Das Jobportal zeigt verschiedene Wege zur beruflichen Weiterentwicklung auf. Es bietet praktische Tipps für Bewerbungen und allerlei Lesenswertes zum Umgang mit der eigenen Behinderung am Arbeitsplatz. In der Jobbörse warten aktuelle Stellenangebote von Unternehmen, die Inklusion nicht nur versprechen, sondern aktiv leben.

#### **Lehrstellenportal: Gut begleitet ins Berufsleben**

Auf dem Lehrstellenportal finden Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen hilfreiche Informationen rund um die Lehrstellensuche. Von Bewerbungstipps bis zur Erklärung des Unterschieds zwischen EBA und EFZ: Das EnableMe Lehrstellenportal begleitet durch den gesamten Prozess. Die Lehrstellenbörse zeigt Ausbildungsplätze bei Betrieben, die sich durch Offenheit und echtes Interesse an Vielfalt auszeichnen.

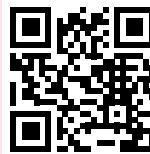


### **Interesse geweckt?**

Mehr über EnableMe und die Angebote erfahren Sie auf der Website: [enableme.ch](http://enableme.ch)

#### **Kontakt**

EnableMe | Stiftung MyHandicap  
Oberer Graben 3  
9000 St. Gallen  
Telefon: +41 71 911 49 49  
E-Mail: [info@enableme.ch](mailto:info@enableme.ch)



#### **EnableMe Connect: Kennenlernen mit Perspektive**

Bei den Connect-Events treffen Jugendliche mit Behinderungen, chronischen Krankheiten oder Neurodivergenzen auf Lehrbetriebe; ganz entspannt, ohne Bewerbungsstress, aber mit echten Chancen. In lockerer Atmosphäre führen die Teilnehmenden kurze Vorstellungsgespräche und erhalten vorher ein Coaching mit den wichtigsten Tipps rund um Lehrstellensuche und Bewerbungsgespräche. Niazi, der dank EnableMe Connect seinen Ausbildungsplatz fand, erklärt: «EnableMe hat mir geholfen, meine Stärken zu erkennen und mit Selbstvertrauen in die Gespräche zu gehen.» Die am Event teilnehmenden Betriebe erfahren, wie sie ihre Ausbildungsplätze inklusiver gestalten können und welche Vorteile das für sie hat.

#### **Insights: Mitreden, mitgestalten, mitverdienen**

«Nichts über uns ohne uns» – das nimmt EnableMe ernst. Bei Insights können Betroffene an Umfragen teilnehmen, Inklusion aktiv mitgestalten und sich dabei etwas dazuverdienen. Die Erfahrungen von Menschen mit Behinderungen, chronischen oder psychischen Krankheiten sowie Personen im Spektrum der Neurodivergenz werden von Anfang an miteinbezogen. Kostenlos, unverbindlich und vertraulich.



**RotoBed®**

# Wir haben den Dreh raus

Ermöglicht vereinfachtes und/oder selbständiges Aufstehen



**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](http://www.rigert.ch)

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






## Ihr Zuhause, Ihre Freiheit.

Bleiben Sie grenzenlos mobil, dort, wo es am schönsten ist: Mobilitätslösungen wie, Privat-Minilifte, Plattformlifte und Badewannenlifte von Stannah geben Ihnen die Freiheit, Ihr Zuhause jederzeit und ohne Einschränkungen geniessen zu können.

🇨🇭 Beste Service-Qualität schweizweit


☎ **044 512 52 27** [sales@stannah.ch](mailto:sales@stannah.ch) | [stannah.com](http://stannah.com)



**Soziale Arbeit**

CAS Dis-/Ability:

**UN-Behinderten-rechtskonvention umsetzen**



Eine Weiterbildung für Menschen, die Inklusion voranbringen wollen.



Livia Schmid  
Rechtsanwältin

## Von der IV zur AHV: Was passiert beim Rentenalter?

Wer Leistungen aus der IV bezieht, fragt sich früher oder später, was beim Erreichen des AHV-Rentenalters geschieht.

### **Besitzstandsgarantie: Ansprüche bleiben grundsätzlich geschützt**

Beim Eintritt ins AHV-Rentenalter wird die IV-Rente ohne Unterbruch in eine AHV-Altersrente umgewandelt. Die Höhe bleibt in der Regel gleich, da die Besitzstandsgarantie die bisherigen Ansprüche sichert. Diese Garantie gilt auch für Hilflosenentschädigungen und Hilfsmittel. Ziel ist es, den bisherigen Leistungsumfang über das Rentenalter hinaus zu erhalten. Das ist besonders wichtig bei Hilfsmitteln, weil die IV hier deutlich grosszügiger ist als die AHV.

Wer vor dem AHV-Rentenalter bereits Hilfsmittel von der IV erhalten hat, behält diesen Anspruch grundsätzlich, solange die Voraussetzungen erfüllt sind. Dazu gehören auch Reparaturen, teilweiser Ersatz sowie Betriebs-, Unterhalts- und Reisekosten.

Hat eine hilflose Person bis zum Referenzalter eine Hilflosenentschädigung der IV bezogen, wird diese mindestens im bisherigen Betrag

weiter gewährt. Bei leichter Hilflosigkeit besteht der Anspruch nur, wenn die Person zu Hause lebt. Bei einem Aufenthalt im Heim entfällt die Entschädigung leichten Grades. Für mittlere oder schwere Hilflosigkeit im Heim wird die Entschädigung an die AHV-Beträge angepasst.

### **Anpassungen bei Ehe, Vorsorge und Ergänzungsleistungen**

Besteht eine Ehe oder eingetragene Partnerschaft und die Partnerperson bezieht bereits eine AHV-Rente, kann es zu Kürzungen aufgrund der Plafonierung kommen.

Auch die Invalidenrente der Pensionskasse verändert sich häufig beim Übergang ins Rentenalter. Im überobligatorischen Bereich wird sie oft durch eine tiefere Altersrente ersetzt. Die Pensionskasse gibt hierzu die genauen Auskünfte.

Da sich die Leistungen ändern können, sollte die zuständige Stelle für EL frühzeitig über die bevorstehende Pensionierung informiert werden. So wird sichergestellt, dass die Berechnung korrekt erfolgt.

### **Frühpensionierung - geht das?**

Ja, aber mit Einschränkungen. Wer die Altersrente vorbezieht, muss mit einer lebenslangen Kürzung rechnen. Bei einem Vorbezug der ganzen Altersrente wird die Hilflosenentschädigung der IV durch eine Entschädigung der AHV ersetzt. Wichtig ist, dass die AHV-Beitragspflicht bis zum ordentlichen Rentenalter bestehen bleibt.

### **Fazit**

Dank der Besitzstandsgarantie bleiben die bisherigen Leistungen der IV grundsätzlich erhalten. Eine Frühpensionierung schafft zwar Flexibilität, kann jedoch ohne Ausgleich durch Ergänzungsleistungen zu spürbaren finanziellen Einbussen führen. Wer frühzeitig plant und sich beraten lässt, stellt sicher, dass der Ruhestand finanziell gut gelingt.

# Wenn Tools versagen: Warum manuelle Tests unverzichtbar sind

Zu kleine Buttons, schlechte Farbkontraste, unklare Navigation oder PDFs, die von einer Vorlesesoftware nicht gelesen werden können – diese digitalen Barrieren zählen zu den häufigsten Stolpersteinen. Warum es, um diese zu finden, manuelle Tests braucht, erklärt Sebastian Zimmermann, Sales Manager der Firma Eye-Able.

Text Cynthia Mira Fotos Eye-Able, Procap

«Schweizer Gemeinde-Websites sind voller Hürden» - so lautete im Oktober 2025 eine Schlagzeile auf der Newsplattform von SRF. Grund: Das Recherchezentrum Correctiv Schweiz und die Stiftung «Zugang für alle» hatten in einer Studie 70 Websites von Schweizer Gemeinden und Städten auf digitale Barrierefreiheit geprüft – mit ernüchterndem Ergebnis: Keine einzige Website war barrierefrei, 20 wurden als «teilweise zugänglich» eingestuft. Das Resultat zeigt auf, wie gross der Nachholbedarf in der Schweiz ist. Dabei sind öffentliche Stellen gesetzlich verpflichtet, ihre Websites und mobilen Anwendungen zugänglich zu machen. Für private Firmen ist es bislang freiwillig.

**Warum automatisierte Prüfungen nur ein Teil der Lösung sind** Barrieren im Web machen sich vor allem für Menschen mit Behinderungen bemerkbar. Davon können auch die beiden jungen Procap-Mitarbeiter Maik Lüscher und Jonas Vögeli ein Lied singen. Jüngst zeigten

sie in einem Video auf, welche Tools ihnen helfen, um am Computer trotz Seheinschränkungen zu arbeiten, und wie sie sich im Web bewegen. Maik Lüscher arbeitet im Fundraising. Auf dem rechten Auge hat er noch eine Sehstärke von 20 Prozent mit Gesichtsfeldeinschränkung. Mit einem Lesegerät kann er Texte auf Papier grösser einstellen oder den Farbkontrast ändern.

Jonas Vögeli macht seine KV-Lehre bei Procap und hat ebenfalls eine starke Seheinschränkung. Er meint: «Bei gewissen Videos im Web, die immer schneller geschnitten werden, ist dann halt der Ton einfach schön.» Da er das Mauszeichen nicht sieht, arbeitet er auf der Tastatur mit Kombinationen, sogenannten Shortcuts. Zur Website von Procap sagt er: «Diese ist gut eingerichtet, sodass ich zu den Suchfeldern und verschiedenen Buttons springen kann.» Es sind genau solche Bewertungen von Betroffenen, mit denen auch die Firma Eye-Able arbeitet. Denn: «Digitale Barrierefreiheit lässt sich nicht allein mit

Software messen. Erst wenn Menschen mit Behinderungen sie testen, zeigt sich, ob eine Website wirklich nutzbar ist», sagt Sebastian Zimmermann. Automatisierte Tests würden circa 70 bis 80 Prozent aller technischen Barrieren erkennen. Es sei aber wichtig, zu verstehen, dass automatisierte Tools an Logikfehlern scheitern oder Probleme bei echten Nutzungsszenarien nicht sehen würden. Dazu gehörten fehlende Kontextinformationen oder nichtsagende Alternativtexte für Bilder.

Eye-Able setze deshalb mit ihrer ganzheitlichen Lösung für die Kundinnen und Kunden neben dem automatischen und kontinuierlichen Monitoring auf manuelle Überprüfung, durchgeführt von den Expert\*innen selbst – von Menschen mit Behinderungen. Für Unternehmen, die Eye-Able nutzen, bietet dieses Vorgehen einen entscheidenden Mehrwert. Denn nur dank den manuellen Überprüfungen kann gewährleistet werden, dass eine als barrierefrei deklarierte Website wirklich hält, was sie verspricht.



«Mehr als 25 Prozent der User profitieren nachweislich von barrierefreien Websites – auch ohne formale Behinderung», sagt Sebastian Zimmermann, Sales Manager bei Eye-Able. Mit der Umsetzung tun sich die Unternehmen bisher schwer.




## Digitale Barrierefreiheit für alle

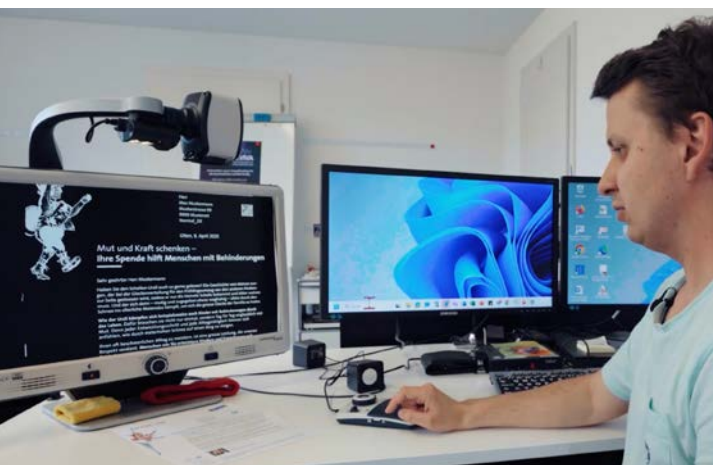
Eye-Able® ist ein Softwareunternehmen aus Würzburg, das sich auf digitale Barrierefreiheit spezialisiert hat. Die Vision ist klar: ein Internet, das alle Menschen nutzen können – ganz egal, welche Einschränkungen sie haben. Mit einer leicht integrierbaren Technologie macht Eye-Able® Websites und digitale Inhalte deutlich zugänglicher. So unterstützt das Unternehmen Organisationen aus Verwaltung, Bildung und Wirtschaft dabei, ihre digitalen Angebote gesetzeskonform, inklusiv und zukunftsfähig zu gestalten.

Gegründet wurde Eye-Able® 2020 von Oliver und Tobias Greiner, Chris Schmidt und Eric Braun. Die Idee entstand aus einer persönlichen Erfahrung: Olivers bester Freund ist stark sehbehindert und musste sein Studium abbrechen, weil viele digitale Systeme für ihn nicht nutzbar waren. Die Gründer wollten das ändern – gemeinsam mit Fachleuten und Betroffenen entwickelten sie eine Lösung, die heute auf Tausenden internationalen Websites im Einsatz ist.

Hier wird technologische Innovation mit sozialem Anspruch verbunden und eng mit Menschen mit Behinderungen zusammengearbeitet, die auch aktiv an der Entwicklung beteiligt sind.

Eye-Able® steht für digitale Teilhabe, Respekt und Chancengleichheit – ganz nach dem Prinzip: «Empower everyone.» Ein Leitsatz, der das tägliche Handeln des Teams prägt und den Weg in eine wirklich inklusive digitale Zukunft weist.

 **Eye-Able®**



Kleine Helfer, die Grosses bewirken: Bei Procap können Maik Lüscher (oben) und Jonas Vögeli (unten) dank Geräten uneingeschränkt arbeiten. Beide haben eine starke Sehbehinderung und wissen, worauf es in Sachen Barrierefreiheit ankommt.

# Inklusion braucht Arbeit, nicht Goodwill



Simon Müller ist Co-Geschäftsführer von EnableMe (Stiftung MyHandicap). Aufgrund einer schweren Erkrankung 2008 ist er Prothesenträger. Durch das persönliche Schicksal hat er seine Berufung gefunden: Menschen mit Behinderungen und chronischen Krankheiten zu unterstützen und die Schweiz inklusiver zu machen.

Seit über 13 Jahren engagiere ich mich beruflich für Menschen mit Behinderungen. In dieser Zeit hat sich der Diskurs rund um Behinderung und Inklusion in der Schweiz deutlich verändert. Rechte, Selbstbestimmung und Teilhabe stehen heute stärker im Zentrum. Gleichzeitig bestehen strukturelle Barrieren weiter. Eine zentrale Erkenntnis aus diesen Jahren lautet: Nicht die Behinderung ist das Problem, sondern das System.

Besonders deutlich zeigt sich das im Bereich Arbeit. Hier liegt ein enormes Potenzial für echte Inklusion und für gesellschaftlichen Fortschritt. Arbeit stärkt nicht nur einzelne Menschen, sie entscheidet darüber, wer dazugehört. Trotzdem wird die Beschäftigung von Menschen mit Behinderungen noch immer als Nischenlösung oder als Frage des Goodwills betrachtet. Dabei ist Arbeit der stärkste Treiber für Inklusion überhaupt.

Damit dieses Potenzial genutzt werden kann, müssen bestehende Finanzströme und Fehlanreize konsequent beseitigt werden. Solange Institutionen nach der Grösse ihrer Belegschaft oder nach Produktivitätskennzahlen beurteilt werden, haben sie wenig Interesse daran, leistungsfähige Menschen mit Behinderungen in den ersten Arbeitsmarkt ziehen zu lassen. Dieses System belohnt das Behalten, nicht das Ermöglichen und den Schritt in die Selbstständigkeit.

Fähige Menschen auszuschliessen bedeutet, wertvolle Ressourcen ungenutzt zu lassen. Die Frage ist deshalb nicht, ob wir uns Inklusion leisten können, sondern ob wir uns Ausschluss leisten wollen.

## Impressum

**Herausgeberin** Procap Schweiz **Auflage** 27 100 (total), 22 300 (deutsch), erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap Magazin, Froburgstrasse 4, 4600 Olten, Telefon 062 206 88 88, info@procap.ch, procap.ch **Spendenkonto** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Projektleitung** Markus Spielmann, Corinne Vonaesch **Redaktion** Miriam Hürlimann, Cynthia Mira **Mitarbeit in dieser Nummer** Patrick Bütschi, Florian Eberhard, EnableMe, Jan Hürzeler, Simon Müller, Anna Pestalozzi, Livia Schmid, Markus Schneeberger **Titelbild** Anna Husi **Konzept und Layout** Corinne Vonaesch **Korrektorat** db Korrektorat, Bern **Inseratverwaltung** Procap Schweiz **Anzeigenmarketing**, Larissa Spielmann, Telefon 062 206 88 04, E-Mail: larissa.spielmann@procap.ch **Druck und Versand** Stämpfli AG, Bern **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. 2/2026: 31. März 2026, erscheint am 26. Mai 2026.

Jeder Franken zählt: Sie können Procap auch mit einer Spende unterstützen.



**Jetzt mit TWINT spenden!**



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen





## Restgeld spenden – Gutes tun!

Keine Währung ist zu exotisch, keine Münze zu alt und keine Note zu zerknittert. **Senden Sie uns Ihre Fremdwährungen.** Restgeld, welches nach einer Ferien- oder Geschaftsfahrt im Ausland übrig bleibt wird sortiert und wieder in Schweizer Franken umgewandelt. **Der Erlös kommt direkt Menschen mit Behinderungen in der Schweiz zugute. Helfen Sie mit, jede Münze zählt!**

Herzlichen Dank für Ihre Solidarität!

### Procap Schweiz

Fremdwährungen

Frohburgstrasse 4 | 4600 Olten

Telefon 062 206 88 18 | fremdwaehrungen@procap.ch | procap.ch/fremdwaehrungen



### Auflösung der Ratselaufgaben von Seite 11.

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

**FRUEHLING**

### Sudoku

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

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



Schweizer  
Jugendherbergen®

# FERIENTESTER\*IN GESUCHT!

Die Schweizer Jugendherbergen sind bekannt für Nachhaltigkeit, Begegnungen und unvergessliche Erlebnisse.

Als Procap-Mitglied hast du die Chance, die Jugendherberge Interlaken im September zu testen! Bewirb dich jetzt für einen kostenfreien Ferientest.



**HIER GEHT ES ZU  
DEN DETAILS UND  
ZUR ANMELDUNG**

Anmeldeschluss: 10. Mai 2026



Mehr erfahren über  
hindernisfreie Unterkünfte