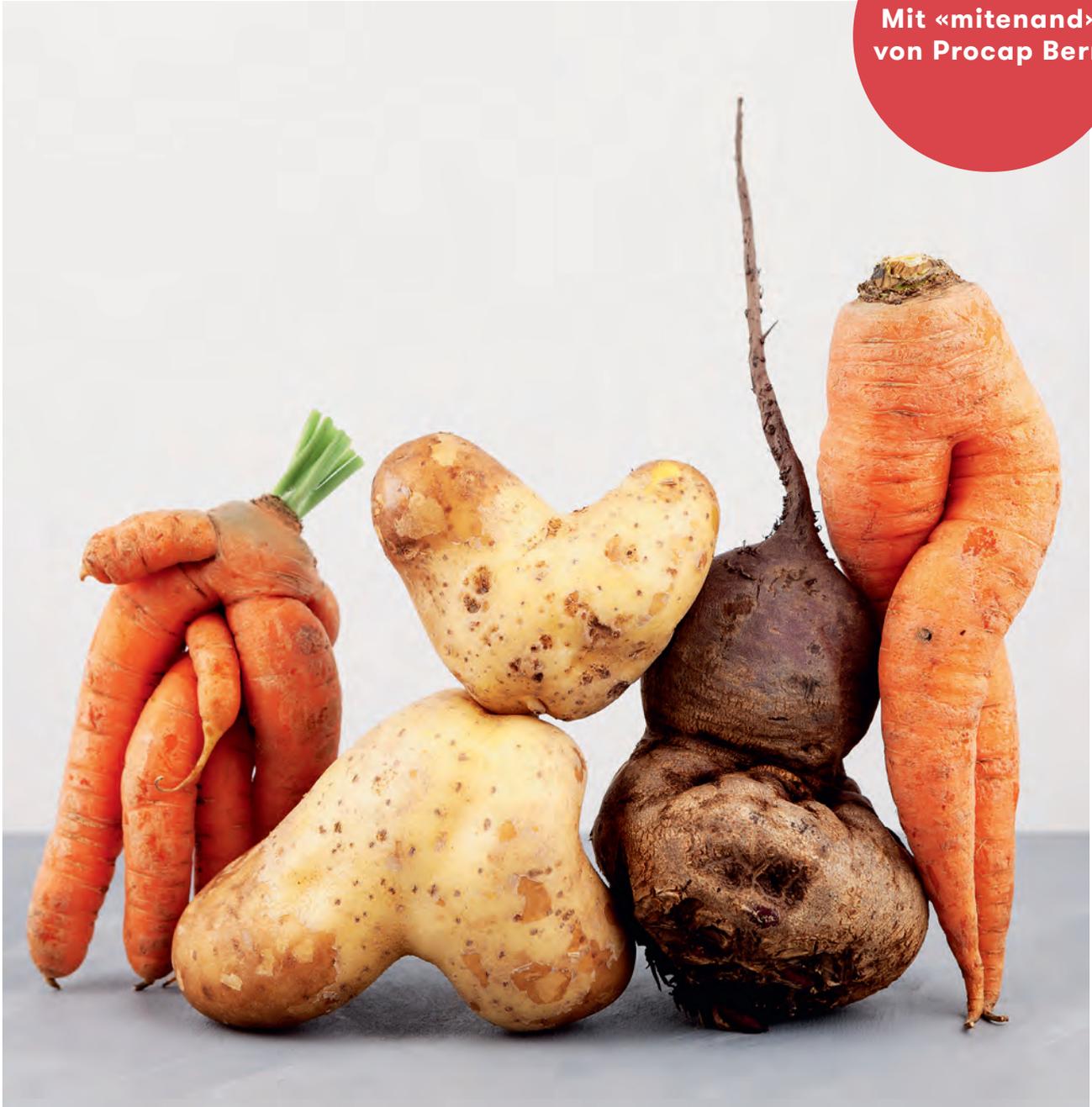


Procap

Das Magazin
für Menschen
mit Behinderungen

4/21

Mit «mitenand»
von Procap Bern



Fokus

Inklusion fördert
Partizipation und
Chancengleichheit

Endlich Ferien!

Der neue
Reisekatalog 2022
ist erschienen

IV-Revision 2022

Die wichtigsten
Änderungen im
Überblick

miteinander Procap Bern

Wir träumen weiter!



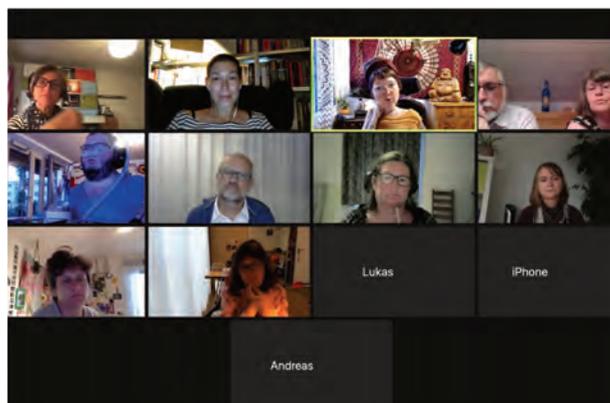
Das Procap Jahr der Träume geht langsam dem Ende zu. Anfang Jahr träumten wir davon, uns endlich wieder treffen zu können und konnten im Mai tatsächlich auf die Reise in den Sikypark gehen. Wir träumten von einem Austausch für Personen, die mit

Assistenz leben und konnten im Rahmen unserer Pilotserie «Souverän - Leben zu Hause» zahlreiche Themen besprechen. Wir träumten von Heldinnen und Helden und trafen sie an unserem PROCUP in Interlaken. Wir träumten aber auch von Gleichstellung in der familienergänzenden Betreuung für Kinder mit Behinderungen und konnten dank dem von Procap erarbeiteten Bericht einige Steine ins Rollen bringen. Zudem träumten wir von einem lebendigen Vereinsleben und durften dabei immer wieder auf eure Hilfe, eure Rückmeldungen und eure Ideen zählen. Und wir haben noch lange nicht ausgeträumt. Wir träumen weiter von Partizipation und von Inklusion und gemeinsam mit euch kämpfen wir dafür, dass auch diese Träume Wirklichkeit werden.

Philipp Buri, Geschäftsführer



Wir träumten von Heldinnen und trafen sie am PROCUP unserem Spieltag der Heldinnen und Helden.



Staffelende unserer Pilotserie «Souverän»

Wir haben dieses Jahr mit unsere Pilotserie «Souverän - Leben zu Hause» den Fokus auf das Leben mit Assistenz gelegt. In zehn Folgen teilten selbstbetroffene Expert*innen in Onlinemeetings ihre Erfahrungen und Fachpersonen gaben Inputs. In den anschliessenden Diskussionsrunden tauschten sich die Teilnehmenden aus und beantworteten sich gegenseitig Fragen. Ziel der Serie war es, eine Plattform für einen Wissens- und Erfahrungsaustausch aufzubauen und die Vernetzung unter Betroffenen zu ermöglichen. Zudem wollten wir Personen, die gerade erst mit dem Leben mit Assistenz beginnen, oder sich dafür interessieren, einen Einblick ermöglichen und den Start erleichtern. Dank unseren kompetenten selbstbetroffenen Expert*innen ist in der Serie ein spannender und wertvoller Austausch entstanden. Diesen wollen wir auch im nächsten Jahr wieder ermöglichen und starten deshalb Ende Mai 2022 mit der zweiten Staffel von «Souverän - Leben zu Hause». Das Format der Onlineserie hat sich so sehr bewährt, dass wir zudem ein Spinn-Off der Serie aufbauen. Im Spinn-Off «Flügge» bieten wir Eltern eine Plattform, um sich über verschiedenste Themen, von Geschwisterkindern über die Schul- oder Berufswahl bis zum Erbe für das Kind mit Behinderungen, auszutauschen.

Wir träumen vom Gipfel!



Am 17. Juli bestiegen wir mit Trekkingrollstühlen und zahlreichen Freiwilligen das Faulhorn im Berner Oberland.



Ab aufs Faulhorn

Am 17. Juli 2022 machten wir uns auf zum Gipfel des Faulhorns. Die Wanderung mit Trekkingrollstühlen organisierten wir gemeinsam mit dem Verein Mountain4Life. Mountain4Life hat uns einerseits auf unserer Wanderung tatkräftig mit Muskelkraft unterstützt, sodass wir gemeinsam mit zahlreichen Freiwilligen mit den Trekkingrollstühlen die Bergwelt erobern und das atemberaubende Panorama bestaunen konnten. Andererseits haben die Mitglieder von Mountain4Life über drei Monate Höhenmeter und damit Spenden für Procap gesammelt.

Im Dezember letztes Jahr kontaktierte uns der junge Verein Mountain4Life. Nach einem Telefonat, ein paar Mails und einer gemeinsamen Sitzung war klar: Wir wollen gemeinsam etwas auf die Beine stellen. Weil der Verein in den Bergen unterwegs ist, war die Wahl für den passenden Anlass einfach: eine Wanderung mit Trekkingrollstühlen, den Protreks. Es war für uns von Procap Bern die erste solche Wanderung und wir konnten nicht nur vom unbezahlbaren Einsatz der Freiwilligen an der Wanderung profitieren, sondern auch von der Bergexpertise der beiden Gründenden Philippe Maurer und Ylenia Perrone. Sie waren es, die die Route für unsere erste Wande-

rung erkundeten und uns mit ihrer Wahl den beeindruckenden Blick vom Bachalpsee ins Tal hinunter bescherten. Für uns ist es nicht die letzte Wanderung mit Protreks gewesen. Wir planen für nächstes Jahr bereits die nächste Gipfeleroberung und freuen uns schon jetzt, dass wir wieder auf die Muskelkraft von Mountain4Life zählen dürfen.

Neben unserer Wanderung auf das Faulhorn waren die Vereinsmitglieder von Mountain4Life auch sonst intensiv in den Bergen unterwegs. Sie haben von Anfang Juni bis Ende August 859'179 Höhenmeter zurückgelegt und damit 10'840.40 CHF für Hilfsorganisationen gesammelt. Die Hälfte der gesammelten Spenden gehen an Procap und ermöglichen, dass wir noch zahlreiche Gipfel erobern können. Herzlichen Dank an all die bergbegeisterten Höhenmetersammler*innen für den beeindruckenden Einsatz.

Hast du eine Idee für eine Spendenaktion für Procap Bern? Willst du gemeinsam mit uns eine Veranstaltung auf die Beine stellen? Dann melde dich bei uns: Sophie Muralt, 031 370 12 00 oder bern@procap.ch. Wir freuen uns auf deine Ideen.

Interessierst du dich für den Verein Mountain4Life? Mehr Infos findest du unter: www.mountain4life.ch

Träumen von der Ferne

Wo soll unsere Reise hingehen?

Wir haben es bereits erwähnt: An unserer letzten Mitgliederumfrage habt ihr euch mehr Partizipation und mehr Mitsprache gewünscht. Das wollen wir auch und fragen deshalb euch: Wo soll unsere Mitgliederreise 2022 hingehen? Stimmt ab und entscheidet mit, wo wir am 28. Mai 2022 hinfahren.

Einzigartiger Weitblick vom Weissenstein

Unser erster Vorschlag ist eine Reise auf den Solothurner Hausberg Weissenstein. Mit der rollstuhlgängigen Gondelbahn fahren wir auf den Berg und staunen bei einem Gipfelpaziergang über die atemberaubende Aussicht. Gemeinsam geniessen wir ein tolles Mittagessen.

Natur und Technik erfahren im Technorama

Unser zweiter Vorschlag ist ein Besuch im Technorama Winterthur. An unzähligen Experimentierstationen können die Besuchenden Hand anlegen und Naturphänomene mit allen Sinnen erleben und manipulieren, um die Welt im doppelten Sinne des Wortes zu «begreifen». Im Technorama darf man alles berühren und damit spielen und experimentieren: Anfassen erwünscht!

Unter Wasser im Aquatis Lausanne

Unser dritter Vorschlag ist ein Besuch im Aquatis Lausanne. Das grösste Süswasseraquarium Europas lädt die Besuchenden ein, in eine Reise auf den fünf Konti-



nenen einzutauchen, um die wichtigsten Süswasser-Ökosysteme zu entdecken. Europa, Afrika, Asien, Ozeanien und Südamerika... eine außergewöhnliche Reise!

Schiffahrt auf dem Zugersee

Unser vierter Vorschlag ist eine Reise zum Zugersee. Mit dem Schiff gönnen wir uns eine Auszeit auf dem Wasser und kosten auch gleich die Schiffsküche beim feinen Zmittag auf dem See.

Chaplin entdecken in Consier-sur-Vevey

Unser fünfter Vorschlag ist ein Besuch in Chaplin's World, dem Museum, das Charlie Chaplin gewidmet ist. Hier entdecken wir wundervolle Orte, die einzig und allein dem Künstler und Menschen Chaplin gewidmet sind, und wir geniessen einen unvergesslichen Tag auf dem Anwesen, das Chaplin als Wohnsitz diente.



Abstimmungstalon

Abstimmen per Post bis am 6. Dezember via Abstimmungstalon an: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, Postfach 392, 3000 Bern 14 oder online unter: www.procap-bern.ch/abstimmung-reise

- Einzigartiger Weitblick vom Weissenstein
- Natur und Technik erfahren im Technorama
- Unter Wasser im Aquatis Lausanne
- Schiffahrt auf dem Zugersee
- Chaplin entdecken in Consier-sur-Vevey

Online abstimmen?
Code scannen.



Steuern & Co.

Steuererklärungsaktionen

Wir helfen dir in Bern, in Thun, in Interlaken und in Meiringen mit deiner Steuererklärung. Hast du Fragen zur Steuererklärung? Oder willst du deine Steuererklärung online ausfüllen? An unseren Steuererklärungsaktionen unterstützen dich Fachpersonen bei allen Fragen. In Thun kannst du die Steuererklärung auf Papier ausfüllen in Bern, Interlaken und Meiringen digital. Es können nur Steuererklärungen von Mitgliedern ausgefüllt werden, die keine Liegenschaft besitzen und die nicht selbstständig erwerbstätig sind.

Steuererklärungsaktion in Interlaken

Datum: Donnerstag, 3. Februar 2022
Ort: Rugenparkstrasse 11, Interlaken
Zeit: ab 13.30 Uhr
Kosten: EL-BezügerInnen gratis, Übrige 30.–
Anmeldung: bis am 27. Januar, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch
Mitbringen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung mit Tax-Me-Login

Die Steuererklärungsaktion in Interlaken wird unterstützt von aquiso Treuhand AG: www.aquiso.ch

Steuererklärungsaktion in Meiringen

Datum: Freitag, 18. Februar 2022
Ort: Gemeindemattenstrasse 2, Meiringen
Zeit: Nachmittag
Kosten: EL-BezügerInnen gratis, Übrige 30.–
Anmeldung: bis am 10. Februar, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch
Mitbringen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung mit Tax-Me-Login

Die Steuererklärungsaktion in Meiringen wird unterstützt von Lehmann + Bacher Treuhand AG: www.lbtag.ch

Steuererklärungsaktion in Thun

Datum: Samstag, 19. Februar 2022
Ort: Kantonale Verwaltung Thun,
Allmendstrasse 18, Thun
Zeit: 9 Uhr
Kosten: EL-BezügerInnen gratis, Übrige 30.–
Anmeldung: bis am 10. Februar, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch
Mitbringen: alte definitive Steuererklärung,
neue Steuererklärung in Papierform

Steuererklärungsaktion in Interlaken

Datum: Freitag, 4. März 2022
Ort: Bieri Treuhand GmbH,
Dammweg 7, 3800 Interlaken
Zeit: ab 9 Uhr
Kosten: EL-BezügerInnen gratis, Übrige 30.–
Anmeldung: bis am 17. Februar, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch
Mitbringen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung mit Tax-Me-Login

Die Steuererklärungsaktion in Interlaken wird unterstützt von Bieri Treuhand GmbH:
www.bieritreuhand.ch

Steuererklärungsaktion in Bern

Datum: Samstag, 5. März 2022
Ort: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, Bern
Zeit: 9 Uhr
Kosten: EL-BezügerInnen gratis, Übrige 30.–
Anmeldung: bis am 24. Februar, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch
Mitbringen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung mit Tax-Me-Login

Die Steuererklärungsaktion in Bern wird unterstützt von dasch Treuhand GmbH: www.dasch-treuhand.ch



Gesellig im alten und im neuen Jahr

Abendverkauf im Ryfflihof

Datum: 23. November 2021
Ort: Ryfflihof, Aarberggasse 53, Bern
Zeit: 19 - 21 Uhr
Anmeldung: bis am 23. November 2021 an:
bern@procap.ch oder 031 370 12 00

Adventskranzbasteln in Bern

Datum: Samstag, 27. November 2021
Ort: Kirchgemeindehaus Steigerhubel,
Steigerhubelstrasse 65, 3008 Bern
Zeit: 14 bis ca. 17 Uhr
Anmeldung: bis am 23. November, via Online-
Anmeldeformular, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch

Adventsfeier in Langenthal

Datum: Sonntag, 28. November 2021
Ort: Kath. Kirchgemeindehaus, Langenthal
Zeit: 14 bis ca. 16.30 Uhr
Anmeldung: bis am 23. November, via Online-
Anmeldeformular, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch

Adventsfeier in Interlaken

Datum: Samstag, 11. Dezember 2021
Ort: Kirchgemeindehaus, Matten
Zeit: 14 bis ca. 16.30 Uhr
Anmeldung: bis am 6. Dezember, via Online-
Anmeldeformular, per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch

Thuner Adventsbräteln in Heimenschwand

Datum: Samstag, 4. Dezember 2021
Ort: Feuerstelle Heimenschwand
Zeit: 14 bis ca. 17 Uhr
Anreise: Bushaltestelle «Heimenschwand,
Kuhstelle», ca. 200 Meter entfernt.
Parkplätze vor der Feuerstelle
Anmeldung: bis am 29. November, via Online-
Anmeldeformular per Telefon
031 370 12 00 oder per Mail an
bern@procap.ch

„Let's Talk about Mountains“ im Alpinen Museum

Ein Filmteam des Alpinen Museums bereiste Nordkorea, stieg auf Berggipfel, besuchte Schulklassen und Kunstschaffenden und machte Halt im nordkoreanischen Skiresort. Filmische Mikrogeschichten erzählen von einem verborgenen Alltag. Gemeinsam schauen wir die Ausstellung an und geniessen dann ein Apéro.

Datum: Samstag, 5. Februar 2022
Ort: Alpines Museum Bern
Zeit: 13 - 17 Uhr
Kosten: CHF 20.- für Mitglieder,
CHF 40.- für Nicht-Mitglieder
Anmeldung: bis am 24. Januar an 031 370 12 00
oder bern@procap.ch



Treberwurstessen

Datum: Freitag, 11. Februar 2022
Ort: Bruni Brennerei, Hurschgasse 11,
Amsoldingen
Zeit: 19.15 Uhr
Kosten: CHF 25.- für Mitglieder,
CHF 35.- für Nicht-Mitglieder
Getränke auf eigene Rechnung
Anmeldung: bis am 11. Januar an 031 370 12 00
oder bern@procap.ch
Anreise: Bus Nr. 3 nach Blumenstein, Station
«Rest. Kreuz», danach ca. 200 Meter
flache Strasse

ACHTUNG: An allen Veranstaltungen in Innenräumen (ausgenommen dem Abendverkauf) gilt eine Zertifikatspflicht. Ohne gültiges Covid-Zertifikat und amtlichen Ausweis dürfen wir keinen Einlass gewähren.

Wer, wieso, warum



Procap-Träume

Wir haben unser Mitglied Angela gefragt:
Was sind deine Träume?

Es heisst: «Wer nicht mehr träumt, der lebt nicht mehr!» Mit Einschränkungen werden kleine Träume plötzlich ganz gross. Nach meinem Hirnschlag war mein grösster Traum, wieder Treppen steigen zu können, um nach Hause zu gehen und dort in unserem Haus mit Treppen frei zu sein.

Danach träumte ich ein Buch zu schreiben und es veröffentlichen zu können. Zwischenzeitlich sind es zwei geworden, die ich unter dem Pseudonym «Louise Wagner» auf den Markt gebracht habe. Der Traum mein drittes Buch fertig zu schreiben und es erscheinen zu lassen, rückt immer näher. Um aber ganz gross zu träumen, träume ich von einem «Bestseller», der viele behinderte und nicht behinderte Menschen erreicht, so dass sie von meinen Erfahrungen profitieren können.

Mein allergrösster Traum ist jedoch, dass die Liebe zwischen meinen Kindern und mir ewig dauern möge und ich noch viele Jahre selbständig leben kann.

Angela hat unter dem Pseudonym «Louise Wagner» zwei Bücher veröffentlicht. «Auf einen Schlag war's anders» setzt sich mit den Herausforderungen auseinander, die auftauchen, wenn von einem Moment auf den anderen eine Behinderung da ist. Neben den Erfahrungen der Autorin enthält das Buch einen Ratgeber. «Beginn des letzten Akts» ist ein Erfahrungsbericht zur Erkrankung und dem Tod eines geliebten Partners und enthält eine Checkliste für den Todesfall, die den Irrlauf durch die Ämter erleichtern kann.

Impressum

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

Jetzt mit TWINT spenden!

 QR-Code mit der TWINT App scannen

 Betrag und Spende bestätigen



Die Festtage

Procap Bern bleibt vom 27. Dezember 2021 bis am 9. Januar 2022 geschlossen. Ab Montag, 10. Januar sind wir wieder da und starten voller Elan ins neue Jahr. Bereits heute wünschen wir euch und euren Angehörigen eine frohe Adventszeit und viele glückliche Momente im neuen Jahr.

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

Sophie Muralt, Cäcilienstr. 21, Postfach 392, 3000 Bern 14
Tel. 031 370 12 00, bern@procap.ch
Di. – Do. 9.30 – 11.30, Di. + Do. 14 – 16 Uhr

Region Interlaken-Oberhasli

Sabine Blaser, Rosenstrasse 42, 3800 Interlaken
Tel. 033 823 18 00, sabine.blaser@procap.ch
Do. 14 – 16 Uhr

Agenda



An allen Veranstaltungen in Innenräumen (ausgenommen dem Abendverkauf) gilt eine Zertifikatspflicht. Ohne gültiges Covid-Zertifikat und amtlichen Ausweis dürfen wir keinen Einlass gewähren. Hast du Fragen? Ruf uns an: 031 370 12 00 oder schreibe uns ein E-Mail: bern@procap.ch.

Adventsanlässe



Di. 23. November 2021
Abendverkauf im Ryfflihof
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 27. November 2021
Adventskranzbasteln in Bern
Infos auf Seite V in diesem Heft.



So. 28. November 2021
Adventsfeier in Langenthal
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 4. Dezember 2021
Thuner Adventsbräteln
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 11. Dezember 2021
Adventsfeier in Interlaken
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Kurse und Anlässe



Sa. 5. Februar 2022
Besuch Alpines Museum Bern
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Do. 3. Februar 2022
Steuererklärungsaktion in Interlaken
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Fr. 11. Februar 2022
Treberwurstessen in Amsoldingen
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Fr. 18. Februar 2022
Steuererklärungsaktion in Meiringen
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 19. Februar 2022
Steuererklärungsaktion in Thun
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Fr. 4. März 2022
Steuererklärungsaktion in Interlaken
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 5. März 2022
Steuererklärungsaktion in Bern
Infos auf Seite IV in diesem Heft.

Vorschau 2022



Sa. 26. März 2022
Mitgliederversammlung



Sa. 2. April 2022
Tomatenpflanzkurs



Di. 5. April 2022
Vortrag «Von der IV zur AHV»



Sa. 9. April 2022
Eierfärbewerkstatt in Interlaken



Sa. 23. April 2022
Lotto in Interlaken



Do. 5. Mai 2022
Webinar «Was steht meinem Kind zu?»



Sa. 7. Mai 2022
Heilpflanzenkurs in Amsoldingen



Sa. 21. Mai 2022
Kurs: Budget und Sonderangebote



Sa. 28. Mai 2022
Procap Reise
Infos auf Seite V in diesem Heft.

Alle Informationen auf:
www.procap-bern.ch/agenda
Anmelden? Per Telefon 031 370 12 00
Per Mail bern@procap.ch
Du kannst auch den Talon bestellen.

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

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)

Polysport (Turnen) 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

Unihockey 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

Turnen Langenthal

Wann: Samstags
Zeit: Langenthal 13.30 - 15 Uhr,
Huttwil 14 - 15.30 Uhr
Ort: Turnhalle Hard, Weststrasse 33, Langenthal
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

Unihockey Lotzwil

Wann: Mittwoch und einmal im Monat Samstag
Zeit: Mittwoch: 18 - 19 Uhr
Samstag: 13.30 - 15 Uhr

Ort: Mittwoch: Turnhalle Dorf, Schulgässli, Lotzwil
Samstag: Turnhalle Kirchenfeld, Lotzwil
Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr

Schwimmen Aarwangen

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)

Nordic Walking Madiswil

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



Sport Berner Oberland

Nordic Walking oder Turnen Interlaken

Ab sofort bis ca. April 2022 nur Turnen
Wann: Donnerstag
Zeit: 18 - 19.30 Uhr (Turnen 18 bis 19 Uhr)
Treffen: 17.45 Uhr (Turnen 18 Uhr in der Halle)
Ort: Turnhalle Ost, Gymnasium Interlaken
Kontakt: Brigitte Mathys, 079 624 40 42
Kosten: CHF 60 / 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

RolliPro™

RolliPro™ ist die clevere Lösung für Rollstuhltransporte mit Ihrem Personenwagen.

Heckausschnitt und Auffahrrampe ermöglichen ein bequemes Ein- und Ausfahren, Kopf- und Rückenlehne sowie die 3-Punkt-Passagiersicherung garantieren höchstmögliche Sicherheitsanforderungen.



FlexiRamp™

Durch zweifaches Einklappen der Rampe wird ein komplett ebener Kofferraum geschaffen. So kann der Frachtraum wie im Original-Personenwagen genutzt werden, falls kein Rollstuhltransport stattfindet.

Für weitere Informationen beraten wir Sie sehr gerne.

044 743 80 40 • waldspurger.ch

FAHRZEUGAUSBAU
WALDSPURGER



BEWÄHRT UND INNOVATIV

WALDSPURGER AG
INDUSTRIESTRASSE 29 | 8962 BERGDIETIKON





Editorial

Mit den Büchern und Studien zu den Themen Inklusion und Partizipation von Menschen mit Behinderungen könnten ganze Bibliotheken gefüllt werden. Mit den Erfolgsmeldungen zu deren Umsetzung wären es dann noch einige Büchergestelle. Dennoch bleiben wir optimistisch. Die Inklusion, also die Einbeziehung von Menschen mit Behinderungen in die Gesellschaft, ist ein längerfristiger Prozess. Für die Umsetzung braucht es grossen politischen Willen, viel Dialog und noch mehr Geduld und Sensibilisierung. Doch am Ende dieses Prozesses steht etwas Grossartiges: eine inklusive Gesellschaft, in der alle Menschen von allen als gleichwertig betrachtet werden. Jede Person hat Zugang zu bedarfsgerechten Angeboten, etwa im Bereich Bildung, Arbeit, Gesundheitsversorgung oder Freizeitgestaltung. Und jeder Mensch bringt sich gemäss seinen individuellen Möglichkeiten und Wünschen ein und nimmt an den Entscheidungsprozessen teil – oder auch nicht. Denn auch die Freiheit, ein Angebot nicht zu nutzen, gehört zu einer inklusiven Gesellschaft.

Sonja Wenger
Verantwortliche Verbandskommunikation und Medien

Inhalt

Notizen	4
Aktion Procap Knitcap	6
«Wir sind Procap»: Sebastian Schnidrig	18
Endlich Ferien! Der neue Reisekatalog 2022	21
Procap Bewegungs- und Begegnungstag 2021	24
«Wir sind Procap»: Tania Viccaro Prieto	26
Ein Blick auf die IV-Revision	28
<hr/>	
Fokus	
Es braucht mehr als rechtliche Grundlagen	7
Interview mit Sabrina Salupo: Inklusion darf nicht an Bedingungen geknüpft sein	10
Im Dialog mit Carmen Rapold	14
OpenSunday Inklusion	20
<hr/>	
Service	
Ratgeber Recht: Was tun, wenn ein Vorbescheid kommt?	13
Rätsel	22
Carte blanche	30



Politische Mitsprache im Kanton Waadt

Menschen mit schwerer geistiger oder psychischer Beeinträchtigung sollen im Kanton Waadt wie andere Bürger*innen abstimmen und wählen können. Der Grosse Rat hat Anfang Oktober eine entsprechende Motion angenommen. Dementsprechend wird die Bevölkerung Gelegenheit haben, über eine Änderung der Kantonsverfassung abzustimmen.

Personen, die unter umfassender Beistandschaft stehen sind heute auf Bundesebene und in den meisten Kantonen gänzlich von den politischen Rechten ausgeschlossen. Als erster Kanton hat Genf seine Verfassung angepasst und gewährt nun allen Menschen mit Behinderungen das Stimm- und Wahlrecht. Ähnliche Vorstösse sind auch in anderen Kantonen eingereicht oder geplant. Auf Ebene Bund wird zurzeit von der Bundeskanzlei ein Bericht zur Thematik verfasst.

Quelle: www.inclusionhandicap.ch

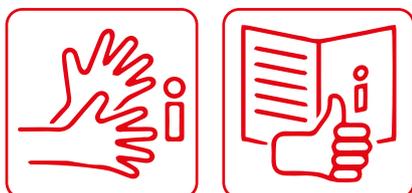


Eine kieferorthopädische Spezialklinik in Genf

Personen mit Handicap haben einen grösseren Bedarf an kieferorthopädischen Behandlungen. Das Problem dabei ist, dass nur wenige Praxen über das entsprechende Fachwissen-, respektive über einen barrierefreien Zugang verfügen. Deshalb hat die zahnmedizinische Universitätsklinik Genf 2019 auf Initiative von Prof. Stavros Kiliaridis und Dr. Gregory Antonarakis eine kieferorthopädische Spezialklinik für Kinder mit Handicap eröffnet («Soins orthodontiques des enfants en situation de handicap, SOESH»). Die Klinik steht Kindern wie Erwachsenen offen und bietet je nach Behinderung und vorliegender Grunderkrankung personalisierte Behandlungen an. Darüber hinaus nutzt die Klinik enge Kontakte zu Spezialzentren in Europa, mit denen sie sich austauscht, um die bestmöglichen Behandlungen anzubieten.

Die Klinik ist erreichbar von Montag bis Freitag von 9.30 Uhr bis 11 Uhr und von 14 Uhr bis 15.30 Uhr (ausser Mittwochnachmittag).

Per Telefon: 022 379 40 86 oder E-Mail an: gregory.antonarakis@unige.ch



Wichtige Informationen zum Impfen in Leichter Sprache und in Gebärdensprache

Es ist wichtig, dass sich alle Menschen gleichberechtigt über das Coronavirus informieren können. Aus diesem Grund stellt das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) die wichtigsten Informationen zum Coronavirus in Leichter Sprache und in Gebärdensprache zur Verfügung.

www.bag.admin.ch



National Summer Games 2022

Die Voranmeldungsfrist für die National Summer Games in St. Gallen vom 15. bis 19. Juni 2022 ist abgeschlossen. Die öffentliche Registrierphase nach dem Motto «first come, first served» läuft vom 16. Februar bis 15. März 2022. Ausgetragen werden die National Summer Games von der Organisation Special Olympics Switzerland. Special Olympics ist eine weltweite inklusive Sportbewegung. Ihr Ziel ist es, Menschen mit geistiger Behinderung durch den Sport zu mehr Anerkennung, Selbstbewusstsein und letztlich zu mehr Teilhabe an der Gesellschaft zu verhelfen. Special Olympics bietet regelmässige Trainingsmöglichkeiten und Wettkämpfe für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung und ermöglicht es Schweizer Delegationen, an internationalen Wettkämpfen teilzunehmen. Neben rund 70 lokalen Wettkämpfen in 20 Sportarten, die jährlich in allen Regionen der Schweiz stattfinden, werden Regional Games, National Games, International Competitions und World Games ausgetragen.

www.specialolympics.ch > National Games St. Gallen 2022 > Teilnahme

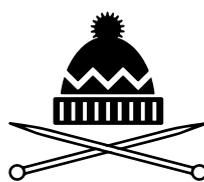
Jede Masche zählt



Seit Ende Oktober läuft die sympathische Charity-Aktion «Knitcap» von Procap Schweiz zugunsten von Menschen mit Behinderungen. In der ganzen Schweiz wird seither fleissig gestrickt. Die individuellen Mützen – die sogenannten Procap Knitcaps – können Sie uns bis Ende November zusenden. Wir freuen uns auf jedes Exemplar.

Ab dem 3. Dezember 2021 werden diese Knitcaps dann auf www.ricardo.ch versteigert. Auch hier haben Sie Gelegenheit, Gutes zu tun, indem Sie eine der Mützen ersteigern. Sei es für sich selbst oder als sinnvolles Weihnachtsgeschenk für einen Lieblingsmenschen. Eine Knitcap bereitet in jedem Fall doppelt Freude! Einerseits der glücklichen Person, die das Unikat tragen darf und der die Mütze Wärme spendet. Andererseits vielen Menschen mit Handicap, die sich mit der Unterstützung von Procap gleichberechtigt am kulturellen und gesellschaftlichen Leben beteiligen können.

Herzlichen Dank für Ihre Solidarität für Menschen mit Handicap. Weitere Infos zur Aktion sowie eine Strickanleitung finden Sie unter www.knitcap.ch.



Knitcap



An die Stricknadeln, fertig, los! Procap Schweiz sammelt selbst gestrickte Wollmützen zugunsten von Menschen mit Handicap.

Es braucht mehr als rechtliche Grundlagen



Vielfalt ist ein Merkmal unserer modernen Gesellschaft, und die Begriffe Inklusion und Partizipation sind stark im Trend. Doch bis Menschen mit und ohne Behinderungen tatsächlich gleiche Chancen und Wahlmöglichkeiten haben, braucht es noch viel Arbeit.

Text Sonja Wenger Fotos iStock

Derzeit läuft eine Kampagne eines grossen Schweizer Schokoladenriegelherstellers. Sein Slogan: «Du bist nicht perfekt? Perfekt!» Wir von Procap finden diesen Slogan perfekt. Nicht nur, weil wir Schokolade mögen. Sondern vor allem, weil die Idee, dass niemand perfekt ist, respektive es «das Normale» gar nicht gibt, als Grundgedanke der Inklusion bezeichnet werden kann.

Das Thema Inklusion steht seit langem im Fokus von Institutionen, Organisationen und Behörden, spätestens jedoch seit 2014, als die Schweiz der Uno-Behindertenrechtskonvention (BRK) beigetreten ist. Mit der BRK wurden – ergänzend zum Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) von 2004 – rechtliche Grundlagen geschaffen, dank derer seither viele Verbesserungen zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen erreicht werden konnten.

Dies ist insbesondere der Fall bei Massnahmen für einen verbesserten Zugang zur Infrastruktur, also zu öffentlichen Gebäuden und zum öffentlichen Verkehr, wobei es bei Letzterem noch viel zu tun gibt. Viele Behörden und Institutionen haben zudem den Zugang zu digitalen Inhalten und online verfügbaren Dienstleistungen ausgebaut (Stichwort: E-Accessibility). Ein positiver Trend, der allerdings erst langsam an Dynamik gewinnt. Und nicht zuletzt wurden in den letzten Jahren die Massnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung der IV-Bezüger*innen ausgebaut und der Assistenzbeitrag eingeführt. Beide Bereiche werden in der aktuellen IV-Revision, die Anfang 2022 in Kraft tritt, noch einmal verbessert.

Barrieren überwinden

Doch auch wenn sich viel verbessert hat und seit einigen Jahren die Begriffe Inklusion, Partizipation sowie Diversität und Selbstbestimmung in aller Munde sind, harzt es in vielen Bereichen noch immer an deren Umsetzung. In der physischen Welt, aber auch in den Köpfen der Bevölkerung verhindern noch immer viele Barrieren, dass Menschen mit Behinderungen ihre Kompetenzen gleichberechtigt und vollumfänglich im politischen, wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Leben unserer Gesellschaft einbringen können. Noch immer ist es für viele Betroffene schwer, eine geeignete Arbeitsstelle oder eine hindernisfreie Wohnung zu finden. In manchen Fällen bleibt ihnen aus finanziellen Gründen die freie Ausbildungs- und dadurch die freie Berufswahl verwehrt. Und noch immer können nötige Anpassungen oder hindernisfreies Bauen viel zu oft mit dem Argument der angeblich fehlenden Verhältnismässigkeit von Kosten und Nutzen umgangen werden.

Zwar würde heute kaum noch jemand im direkten Gespräch bestreiten, dass alle Menschen von einer inklusiven Gesellschaft profitieren. Und doch sind wir noch sehr weit weg von einer Welt, in der etwa das

sogenannte Universal Design, also das Design für alle, beim Bauen, bei der Erstellung von Hilfsmitteln oder beim Zugang zu Wissen, Arbeit und Kultur als Standard angewendet wird. Auch eine Gesellschaft, in der alle Menschen von allen als gleichwertig betrachtet werden und es keine Rolle mehr spielt, wie oder warum jemand «anders» ist, muss noch immer als Utopie bezeichnet werden.

Zusammenarbeit und Sensibilisierung

Was also tun? Der Bundesrat definierte 2018 als «unabdingbare Voraussetzung für eine kohärente Behindertenpolitik» die «weitere Verbesserung der Koordination sowie eine auch inhaltlich enge Zusammenarbeit von Bund und Kantonen». Zudem brauche es die konstante «Sensibilisierung aller beteiligten Stellen sowie Impulse für die Förderung der Rechte von Menschen mit Behinderungen».

Das stimmt zuversichtlich, besonders in der föderalistisch geprägten Schweiz, in der jeder Kanton die gesetzlichen Vorgaben nach eigenem Ermessen umsetzen kann. So gibt es immer wieder Fälle, in denen IV-Bezüger*innen, welche den Wohnkanton gewechselt haben, nach einer Neubewertung weniger Leistungen erhalten, obwohl sich an ihrem Gesundheitszustand nichts geändert hat.

Föderalismus hat allerdings auch gute Seiten. So ist es den einzelnen Kantonen aufgrund ihrer grossen Autonomie möglich, bei der Umsetzung der Vorgaben weiterzugehen als gefordert.

Für ein gleichberechtigtes Zusammenleben

Einer der Kantone, die sich für eine fortschrittliche Behindertenpolitik entschieden haben, ist Luzern. In seinem «Leitbild für das Zusammenleben im Kanton Luzern – Leben mit Behinderungen» wird ausgeführt, was es für ein «gleichberechtigtes Zusammenleben von Menschen mit und ohne Behinderungen» braucht.

Das Leitbild bringt dabei vieles präzise und umfassend auf den Punkt: Behindertenpolitik ist eine Aufgabe, die alle Lebensbereiche umfasst und bei deren Umsetzung es sich um einen langfristigen Prozess handelt. Es braucht eine «gemeinsame Basis für die Politik, Verwaltung und Gesellschaft, um die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen zu fördern». Dies wiederum wird erreicht durch einen «breit getragenen Dialog zwischen unterschiedlichen Gremien und Personen aus Verwaltung, Politik, Fachorganisationen, Behindertenverbänden, Institutionen und Kirche».

Ziel ist es, einen «Wechsel im Verständnis von Behinderung» zu erzielen und die unterschiedlichen Interessen und Bedürfnisse aller Beteiligten und Betroffenen wahrzunehmen und zu respektieren. Das Leitbild definiert dabei sieben Handlungsfelder, entlang derer unterschiedlichste Massnahmen umgesetzt und ein breites sowie bedarfsgerechtes Angebot zur Förderung der



Bei der Aktion «Aussergewöhnlich?» von Procap Schweiz für den Tag der Sektionen 2019 standen die einzigartigen Formen von Rüebli stellvertretend für den Grundgedanken der Diversität und Inklusion.

Chancengleichheit und Wahlfreiheit geschaffen werden soll. Die Handlungsfelder umfassen folgende Bereiche: Bildung, Berufsbildung und Arbeit, Wohnen, Mobilität und persönliche Veränderung, Kommunikation, Gesundheit und Sexualität sowie Freizeit und Politik.

Im Leitbild wird allerdings klar festgehalten, dass die bestehenden rechtlichen Grundlagen in der Bundesverfassung, mit dem BehiG und der Uno-BRK allein nicht ausreichen. Um Inklusion und die damit verbundene Partizipation von Menschen mit Behinderungen zu erreichen, braucht es «eine gemeinsam getragene Strategie zur Umsetzung». Oder in anderen Worten: viel politischen Willen, noch mehr Sensibilisierung und vor allem gesellschaftliche Kooperation.

Vielfalt als Chance

Grundsätzlich sollte bei allen Massnahmen, welche Gleichstellung und Chancengleichheit fördern, der Fokus auf die Ressourcen von Menschen mit Behinderungen gelegt werden. Die Vielfalt der Menschen wird noch immer häufig als Störfaktor für wirtschaftliche Effizienz wahrgenommen. Es braucht also eine Veränderung des Denkens, um zu verstehen, dass Vielfalt vor allem eine grosse Chance für die ganze Gesellschaft darstellt.

Ebenfalls wichtig ist zu verstehen, dass es nicht darum geht, die Gesellschaft neu zu erfinden. Die meisten Menschen mit Behinderungen wollen nicht weniger – aber auch nicht mehr – als die gleiche Wahl, die gleichen Optionen wie Menschen ohne Behinderungen. Sie haben dieselben Wünsche – etwa einen Beruf erlernen und das Leben autonom gestalten. Sie wollen eine Familie gründen und die eigenen Kinder aufwachsen sehen. Sie wollen die Wahl haben, wo und was und wann sie essen, welche kulturellen oder sportlichen Angebote sie nutzen. Und vor allem wollen sie auch die Wahl haben, barrierefreie Angebote nicht zu nutzen, ohne dass ihnen dies vorgeworfen würde, wie es Sabrina Salupo im Interview mit dem Procap Magazin auf den Punkt bringt.

Inklusive Angebote und die Möglichkeit zur Partizipation dürfen deshalb nie an Bedingungen gebunden sein. Es geht darum, dass es eine Selbstverständlichkeit sein sollte, dass Menschen mit Behinderungen immer mitgedacht werden. Bis wir in einer wahrhaft inklusiven Welt leben, gibt es noch viel zu tun. Doch wir bleiben optimistisch und erinnern an einen weiteren aktuellen Werbeslogan, diesmal von einer grossen deutschen Sportbekleidungsmarke: «Impossible is nothing» – Unmöglich ist nichts. Auch dies finden wir von Procap einen perfekten Slogan.

Quellen:

- Website des Eidgenössischen Departements des Innern: www.edi.admin.ch > EBGB > Themen der Gleichstellung > Behindertenpolitik
- «Leben mit Behinderungen – Leitbild für das Zusammenleben im Kanton Luzern» (www.disg.lu.ch)



Sabrina Salupo arbeitet seit 2010 bei Procap. Sie ist regionale Geschäftsführerin von Procap Westschweiz und Procap Tessin sowie Ressortleiterin Bildung und Sensibilisierung.

**Inklusion darf
nicht an
Bedingungen
geknüpft sein**

Menschen mit Behinderungen sind heute viel besser in der Gesellschaft integriert als vor 20 Jahren. Dennoch braucht es noch viel Sensibilisierungsarbeit, bis Inklusion in allen Bereichen der Gesellschaft tatsächlich umgesetzt ist und Betroffene eine echte Wahlfreiheit haben.

Interview Ariane Tripet **Foto** Procap

Procap: Wie definieren Sie die Begriffe Inklusion und Partizipation?

Sabrina Salupo: Inklusion ist ein Gesellschaftsmodell, in dem alle Angebote inklusiv sind. Partizipation bedeutet, dass jede Person über ihre Teilhabe frei entscheiden kann. Beide Begriffe sind eindeutig miteinander verbunden, denn es ist schwierig, sich zu beteiligen, wenn man ausgeschlossen bzw. nicht integriert ist.

Partizipation ist also eine Frage der Wahlmöglichkeit?

Das ist immer eine heikle Frage. Man fragt uns manchmal: «Wenn wir in einen barrierefreien Zugang investieren, stellen Sie dann sicher, dass Personen mit Handicap auch tatsächlich kommen?» Es ist aber unmöglich, so etwas zu garantieren. Wenn jemand ein Angebot wahrnimmt, dann sicher nur, weil es für die Person interessant ist. Das gilt aber auch für Menschen ohne Behinderungen. Das Problem ist, dass manche Leute immer noch unbewusst denken, «jetzt machen wir uns schon die Mühe, also müssen Menschen mit Handicap auch kommen». Und genau darin liegt das wahre Missverständnis, wenn es um den Begriff Inklusion geht. Inklusion muss einfach vorausgesetzt werden können, damit Menschen, die dies möchten, ein Angebot wahrnehmen können. Es gilt, sich vom Ergebnis zu lösen und Inklusion als einen Teil unserer Gesellschaft zu begreifen. Denn letztlich schränkt ein nicht inklusives Angebot vor allem die Freiheit von Personen mit Handicap zur aktiven Teilhabe ein. Genau diese Freiheit muss aber für alle in der Gesellschaft gelten. Und dann gibt es natürlich finanzielle Aspekte, die alles erschweren.

Es ist also vor allem eine finanzielle Frage? Oder gibt es noch andere Barrieren für Inklusion, etwa bei der beruflichen Integration?

Das hängt von der Branche ab. Wird eine Person mit Behinderungen eingestellt, ist es gemäss den Bestimmungen

zur beruflichen Integration der IV die betroffene Person, die einen Antrag auf allfällige Anpassungen am Arbeitsplatz stellen muss, und nicht der Arbeitgeber. Wenn der Arbeitgeber jedoch möchte, dass die Person unmittelbar einsatzfähig ist, muss er die Kosten vorstrecken, die ihm im Anschluss sehr wahrscheinlich erstattet werden. Diese Situation kann dazu führen, dass mögliche Arbeitgeber zurückhaltender sind.

Wir hören oft, dass die Leute sagen, sie hätten keine Zeit, eine weniger produktive Person zu beschäftigen.

Hierbei handelt es sich um eine Frage der Wahrnehmung einer Person mit Behinderungen. Viele Menschen verbinden ein Handicap mit geringerer Leistung, was überhaupt nicht stimmt. Allerdings muss man auch realistisch sein, etwa wenn es um die Frage der Arbeitszeit geht. Eine Person mit eingeschränkter Mobilität benötigt im Zusammenhang mit ihrem Handicap beispielsweise während eines Arbeitstages mehr Zeit für persönliche Verrichtungen. Wie soll nun die Arbeitszeit berechnet und bewertet werden? Wer bezahlt diese Zusatzzeit? Solche Fragen sollten offen angesprochen werden.

Was denken die Betroffenen?

Wenn ich mit Personen mit Handicap spreche, sagen alle, dass ihnen ihre eigene Situation und ihre Leistungsfähigkeit durchaus bewusst sind und sie objektiv damit umgehen. Wenn man mit ihnen darüber spricht, findet man auch Lösungen. Ausserdem haben nicht alle Personen mit Behinderungen die gleichen Probleme. Einige von ihnen sind – je nach Handicap – genauso leistungsfähig wenn nicht sogar leistungsfähiger als Menschen ohne Handicap. Darüber hinaus haben Studien gezeigt, dass die Anstellung einer Person mit Behinderungen den allgemeinen Krankenstand in einem Unternehmen reduziert.

Was tut das Ressort Bildung und Sensibilisierung von Procap zur Förderung der beruflichen Integration?

Wir haben unlängst das neue Modul «Arbeitsintegration» lanciert. Da die berufliche Integration weiterhin ein grosses Problem für Menschen mit Behinderungen darstellt, wollen wir es Unternehmen ermöglichen, sich über alle Aspekte zum Thema zu informieren. Wie bei all unseren Bildungsprogrammen kommen auch hier Betroffene zu Wort, seien es Menschen, die eine Arbeitsstelle haben und entsprechend integriert wurden oder die Schwierigkeiten bekunden, integriert zu werden. Es werden auch gelungene Beispiele von Personen präsentiert, die vollumfänglich integriert sind und die aufzeigen, was erfolgreiche Integration ausmacht. Wir arbeiten mit unserem Rechtsdienst zusammen, wenn die Unternehmen rechtliche Beratung benötigen, und greifen, falls erforderlich, auch auf Informationen unserer Expert*innen für hindernisfreies Bauen zurück. Der Vorteil von Procap besteht darin, dass wir in allen Bereichen qualifizierte Informationen bereitstellen können. Und da wir über all diese Kompetenzen verfügen, handelt es sich um ein modulares Bildungsangebot, das sich den Bedürfnissen der Unternehmen anpasst. Auf Wunsch stellen wir auch eine mehrmonatige Betreuung zur Verfügung, in deren Rahmen der Arbeitgeber uns bei Problemen kontaktieren kann und Besuche am Arbeitsplatz für weitere Schulungen organisiert werden.

Sensibilisierung ist also weiterhin ein grosses Thema. Was können wir noch tun, damit die Gesellschaft inklusiver wird?

Wir müssen geduldig bleiben, denn ich glaube, dass sich die Gesellschaft in jedem Fall weiterentwickelt. Jede Weiterentwicklung bedeutet Veränderung. Und Veränderung passiert überall dort, wo Menschen konkrete Situationen erleben und persönliche Erfahrungen machen. So sind heute Menschen mit Behinderungen im Vergleich zu vor 20 Jahren viel besser integriert. Sie sind in der Öffentlichkeit sichtbar, und sie arbeiten Seite an Seite mit Menschen ohne Behinderungen. Menschen mit Behinderungen sind wie Menschen ohne Behinderungen mal glücklich oder unglücklich, haben Kinder oder keine Kinder. Ich bin davon überzeugt, dass in der Gesellschaft nach und nach das Verständnis zunimmt, je mehr Austausch es zwischen Menschen mit und ohne Behinderungen gibt.

Wie kann Procap zu dieser Entwicklung beitragen?

Ich denke, dass eine der Aufgaben von Procap darin besteht, Personen mit Behinderungen noch sichtbarer zu machen. Es geht darum, sie in ihrem Alltag und in ihrem normalen Umfeld zu zeigen. Wir müssen zeigen, dass Menschen mit Behinderungen ein völlig normales Leben führen, welches allein aufgrund ihres Handicaps

in einigen Aspekten etwas schwieriger zu meistern ist. Ansonsten tun sie alles, was andere Menschen auch tun: Sie erziehen ihre Kinder, sie arbeiten, sie haben Hobbys und mitunter haben sie auch mal Ärger mit ihren Kindern oder mit dem Partner respektive der Partnerin (lacht).

Wo stehen wir mit Blick auf das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) und die Behindertenrechtskonvention (BRK) der Vereinten Nationen?

Es sind wichtige Errungenschaften und es ist gut, dass es sie gibt. Sie sind in gewissen Fällen bindend, betreffen aber leider nur öffentliche Einrichtungen. Private Institutionen oder Unternehmen können weiter tun, was sie wollen. Es ist aber auf jeden Fall wichtig, dafür zu kämpfen, dass die gesetzlichen Bestimmungen eingehalten werden und die BRK in der Schweiz besser umgesetzt wird. Aber dieser Kampf betrifft Menschen mit Behinderungen nicht notwendigerweise in ihrem Alltag.

Was heisst das?

Menschen mit Behinderungen haben ein Leben! Sie haben eine Arbeit, eine Familie, Freunde und Hobbys... Sie leben! Und in ihrem Alltag stossen sie in der Tat immer wieder auf Probleme. Es ist klar, dass Gesetze und Konventionen sowie die Arbeit von Procap ihnen den Alltag erleichtern. Aber gerade in ihrem Alltag sagen die Betroffenen nicht ständig: «Die Konvention der Vereinten Nationen muss jetzt endlich ratifiziert werden.» Darüber hinaus möchten viele Menschen mit Handicap nicht in einem Umfeld arbeiten, in dem es um Behinderungen geht. Manche sagen, dass ihnen ihr Handicap im Alltag schon genug ist und sie nicht auch noch bei der Arbeit damit zu tun haben wollen. Genau aus diesem Grund wollen sie sich vielleicht auch nicht politisch engagieren. Und das ist natürlich verständlich.

Laufen wir Gefahr, dass gewisse hart erkämpfte Rechte wieder verloren gehen?

Manchmal habe ich Angst davor. Aber dann sehe ich mich um und denke, diese Angst ist völlig unbegründet. Das kann ich natürlich auch deshalb sagen, weil ich in Biel, also in einer multikulturellen, sehr offenen Stadt, lebe. Aber auch viele Meinungsumfragen zeigen, dass junge Menschen in der Regel der Vielfalt in einer Gesellschaft sehr offen gegenüberstehen und sie diese als Standard betrachten. Doch wenn wir auch in Zukunft in einer vielfältigen, offenen und toleranten Gesellschaft leben wollen, in der alle Menschen so angenommen werden, wie sie sind, müssen wir weiter daran arbeiten und uns dafür einsetzen.



Karin Wüthrich
Rechtsanwältin

Was tun, wenn ein Vorbescheid kommt?

Ich habe von der IV-Stelle einen sogenannten Vorbescheid erhalten. Die IV schreibt darin, dass sie an das von mir beantragte Hilfsmittel nur einen Kostenbeitrag leiste, und stützt sich dabei auf interne und externe Abklärungen, von denen ich keine Kenntnis habe. Wie gehe ich nun vor?

Mit dem Vorbescheid informiert Sie die IV-Stelle über einen vorgesehenen Entscheid und gibt Ihnen gleichzeitig Gelegenheit, sich dazu zu äussern. Wichtig ist, schnell auf einen Vorbescheid zu reagieren: Es läuft eine Frist von nur 30 Tagen, in der Sie Einwände gegen den Vorbescheid erheben können.

Prüfen Sie deshalb den Vorbescheid unmittelbar nach dem Erhalt. Wenn die IV-Stelle im Vorbescheid auf Abklärungsberichte oder Gutachten hinweist, diese Berichte aber nicht mitschickt, fordern Sie die Akten an. Als betroffene Person haben Sie das Recht, in Ihr IV-Dossier Einsicht zu nehmen. Sie können die Akten telefonisch verlangen, auch ohne besondere Begründung. Für die Aktenein-

sicht stehen zudem auf den Internetseiten der IV-Stellen Formulare zur Verfügung. Selbstverständlich kann Procap bei einem Gesuch um Akteneinsicht behilflich sein. Genaue Aktenkenntnis ist stets Voraussetzung für eine Beratung. Falls Sie Unterstützung durch Procap benötigen, teilen Sie uns dies bitte so schnell wie möglich mit. Nur dann bleibt genügend Zeit für das Aktenstudium, Besprechungen, zusätzliche Abklärungen und das rechtzeitige Einreichen des Einwandes innerhalb der Frist.

Den Vorbescheid einschätzen

Bei Hilfsmitteln sind oft technische Punkte strittig. Hier könnte Ihnen die Person des Hilfsmittellieferanten weiterhelfen, welche Sie beim Gesuch unterstützt hatte. Fragen Sie nach, ob die Fachperson bereit wäre, den Abklärungsbericht der IV zu lesen und Ihnen eine Rückmeldung zu geben. Es geht zunächst um eine Einschätzung. Bevor Sie Stellungnahmen oder sogar Expertisen einholen, klären Sie unbedingt die Kostenfrage ab. Denn die IV hat mit dem Vorbescheid das Abklärungsverfahren abgeschlossen und kommt in der Regel nicht mehr für zusätzliche Kosten auf.

Sobald eine Uneinigkeit mit der IV absehbar ist oder das Bedürfnis nach Rechtsschutz besteht, ist es sinnvoll, Ihren Fall bei Ihrer Rechtsschutzversicherung anzumelden. Klären Sie ab, ob in Ihrer Versicherungspolice eine Beratung im Sozialversicherungsrecht gedeckt ist. Ein «Rechtsschutz» kann auch über die Krankenkasse, die Mitgliedschaft bei einem Berufsverband oder etwa über ein Zeitschriftenabonnement versichert sein.

Mit Vorteil schriftlich

Der Einwand ist das rechtliche Mittel, das Ihnen zur Verfügung steht, um sich gegen einen Vorbescheid zu wehren. Nur Sie als betroffene Person haben die Möglichkeit, einen Einwand mündlich bei der IV-Stelle zu Protokoll zu geben. Procap empfiehlt jedoch, Einwände schriftlich zu machen. Besondere formelle Anforderungen bestehen dafür nicht. Der Einwand geht in Briefform an die IV-Stelle und muss einen Antrag mit Begründung enthalten; legen Sie also Ihren Standpunkt dar und halten Sie fest, weshalb Sie nicht einverstanden sind mit dem vorgeesehenen Entscheid.

Falls Sie keinen Einwand erheben, wird die IV-Stelle nach Ablauf der Frist eine Verfügung erlassen, die inhaltlich gleich lautet wie der Vorbescheid. Gegen diesen Entscheid steht dann nur noch der Gerichtsweg offen, wobei das Beschwerdeverfahren kostenpflichtig ist und Zeit in Anspruch nehmen wird. Es ist deshalb sinnvoll, stets gegen Vorbescheide zu intervenieren, mit denen Sie nicht einverstanden sind. Benutzen Sie das Ihnen eingeräumte Recht auf eine vorherige Anhörung verbunden mit der Möglichkeit, sich zum Abklärungsergebnis zu äussern, weitere Unterlagen einzureichen und Anträge zu stellen. So vertreten Sie Ihren Standpunkt. Gleichzeitig dient ein Einwand der Sachaufklärung und der Verständigung.

Wir empfehlen unseren Mitgliedern, sich umgehend nach Erhalt eines Vorbescheides bei der zuständigen Beratungsstelle ihrer Procap-Sektion zu melden.



Carmen Rapold will ihre positive Einstellung und den Willen zu kämpfen an ihre Kinder weitergeben.

Mamma mia!

Mutter zu sein, ist eine schöne, aber nicht immer leichte Aufgabe. Wenn Mama ein Handicap hat, ist es noch etwas schwieriger. Eine Mutter erzählt, wie sie Betreuung und Beruf trotz ihrer Behinderung auf die Reihe kriegt und so gleichberechtigt am Leben teilnimmt.

Text Patrick Dubach **Fotos** Markus Schneeberger

«Bitte hilf mir, die Jacke hochzuziehen», sagt die Mutter zum Kind. Es ist eine kleine Szene passt aber zum Alltag von Carmen Rapold und ihrer Tochter Leila. Die Mutter bringt dem Mädchen die Jacke, zieht sie ihr an, doch beim Reissverschluss benötigt sie wegen ihrer Behinderung Hilfe. Mit vereinten Kräften schaffen es Mutter und Tochter schliesslich, den Reissverschluss hochzuziehen. Solche Situationen kommen im Alltag von Carmen immer wieder vor.

Carmen Rapold ist 31 Jahre alt und aufgrund einer Hirnverletzung mit einer Behinderung auf die Welt gekommen. Diagnose: spastische Hemiparese (Halbseitenlähmung). Betroffen ist die ganze rechte Körperhälfte von Kopf bis Fuss. Die Folgen: Carmens Berührungsempfindung ist herabgesetzt, ihre Muskulatur ist angespannt und oft verkrampft, und sie kann ihre Hände, besonders die rechte, nur eingeschränkt benutzen. Mit ihrem rechten Ohr hört Carmen zudem weniger, und mit ihrem rechten Auge

sieht sie weniger. Das alles ist für Aussenstehende kaum sichtbar, wäre da nicht ihre rechte Hand, die – jeweils während einer Aktivität – zu einer Faust geballt ist.

Die zur Faust geballte Hand verkörpert einerseits die Behinderung von Carmen Rapold, andererseits auch das Kämpferische in ihr. Gemeint ist ihr Kampf gegen die IV, gegen die Tücken des Alltags, gegen die alltäglichen kleinen und grossen Hürden, die sie bereits als Kind nur dank viel Physio- und Ergotherapie sowie Training teilweise überwinden konnte. Vieles musste sie üben, üben und nochmals üben. Einiges ist möglich, aber längst nicht alles. So benötigte sie ganze zwei Wochen Übung, um ihr Haar mit einem Haargummi zusammenbinden zu können.

Aber auch heute noch ist der Alltag für Carmen eine Herausforderung und erfordert viel Geduld und Übung. Sie erzählt, wie sie mit ihrem Partner immer und immer wieder trainieren musste, die Windeln

ihrer Tochter zu wechseln. Schon früh übte sie – zusammen mit Leila – das Anziehen der Hosen. Ihre Tochter, mittlerweile 20 Monate alt, kann Carmen weder lange tragen noch auf die Rutschbahn hochheben. Dazu müsste sie zwei gesunde und starke Hände haben. Während andere Mütter locker in der einen Hand ihr Kind und in der anderen ihre Handtasche halten, ist Carmen zum Einkaufen meist mit dem Rucksack unterwegs, damit sie beide Hände frei hat. Leila muss für diese Zeit in den Buggy.

Miss Independent

«Zum Glück ist Leila so ein pflegeleichtes Kind», sagt Carmen und streichelt ihrer Tochter liebevoll übers Haar. Leila sitzt etwas scheu am Tisch und hat einen Schnuller im Mund, auf dem steht: «Miss Independent». Die Kleine ist tatsächlich schon sehr selbstständig. Trotzdem ist Leila noch zu jung, um zu begreifen, dass ihre Mama eine Behinderung hat. «Wenn sie sieht, wie ich die rechte Faust mache, dann denkt sie, dass ich darin ein paar «Guddelis» für sie versteckt habe», erzählt Carmen. Was Leila auch noch nicht ganz begreift, ist, dass sie schon bald ein Geschwisterchen bekommt. Carmen ist schwanger. Der Geburtstermin ist Anfang Dezember.

Statt Hilfe bekommen Menschen mit Behinderungen häufig nur Gründe zu hören, warum sie lieber keine Kinder haben sollten.

Zwar gab es wie schon bei der ersten Schwangerschaft Bedenken, dass alles zu viel werden könnte für Carmen. Nebst ihrer Behinderung ist sie auch von Epilepsie betroffen. Carmen nimmt dagegen Medikamente, ohne die sie – wie sie sagt – nicht leben könnte. Ihre Eltern hatten auch deswegen anfangs Bedenken wegen eines zweiten Kindes. Doch ihre Familie und ihr Freund unterstützen sie.

Kennengelernt haben sich Carmen und ihr Lebenspartner am Heitere Open Air in Zofingen. Er half ihr das Zelt aufzustellen. Als dann ein starker Regen kam und sein Zelt unter Wasser stand, kam er zu ihr ins Zelt gekrochen. Das war vor zehn Jahren. Heute arbeitet ihr Lebenspartner als Polymechniker. Carmen selbst, gelernte Detailhandelsangestellte Textil EBA, arbeitet in einem Teilzeitpensum in einer Coop-Filiale in Bern. Dort arbeitet sie in einem Team in der Spielzeugwarenabteilung. Im Moment sind zwei weitere Mitarbeiterinnen schwanger. Carmen witzelt

gerne, dass, wer schwanger werden wolle, einfach in diese Spielzeugabteilung gehen müsse. Sie möchte noch so lange arbeiten, wie es mit ihrer Schwangerschaft gut geht. Und nach dem regulären Mutterschaftsurlaub wird Carmen ihre Arbeit wie bis anhin wieder aufnehmen.

Das Recht, ein Kind zu haben

Viele Frauen mit Behinderungen wünschen sich Kinder. Und viele Frauen mit Behinderungen haben bereits Kinder. Manchmal brauchen sie Unterstützung bei der Erziehung und Versorgung der Kinder. Doch statt Hilfe bekommen sie häufig nur Gründe zu hören, warum sie lieber keine Kinder haben sollten. Dabei ist das Recht auf Elternschaft ein Menschenrecht.

«Du kannst alles, was die anderen auch können. Du brauchst einfach ein bisschen mehr Zeit dafür.»

Manche Frauen brauchen auch nur Rat. So erzählt Carmen, wie eines Tages eine Frau mit einer ähnlichen Behinderung bei ihr angerufen habe, weil sie Angst hatte, eine Familie zu gründen. Carmen habe ihr dann erzählt, wie anstrengend der Alltag manchmal sei. Dass mit einer Behinderung alles noch mehr Organisation und Arbeit bedeute. Sie habe ihr aber auch Mut gemacht und gesagt, dass eine solche Mutterschaft durchaus machbar sei. «Heute hat diese Frau ebenfalls ein Kind», sagt Carmen.

Mütter mit Behinderungen können sehr wohl für ihre Kinder sorgen. Unterstützung können sie zum Beispiel je nach Behinderungsgrad in besonderen Wohnangeboten oder durch eine Eltern-Assistenz bekommen. Carmen holt sich Hilfe bei ihrer Familie und der Familie ihres Lebenspartners. So ist Leila dienstags immer bei den Grosseltern. Einmal in der Woche kommt der Entlastungsdienst. Dann übernehmen abwechslungsweise zwei Frauen die Arbeiten im Haushalt und helfen beim Putzen, Wäschemachen und anderen Tätigkeiten, die der Alltag so mit sich bringt. Und natürlich ist da auch noch die Grosstante von Leila. Sie sorgt sich nicht nur liebevoll um das Mädchen, sondern hilft auch tatkräftig mit. Ohne Familie im Hintergrund wäre jedoch alles viel schwerer. Einen Teil der Kosten für den Entlastungsdienst ist durch die Ergänzungsleistungen (EL) gedeckt. Den Rest übernehmen Carmens Grosseltern. Die Kosten wären zu hoch, als dass Carmen diese selbst tragen könnte.

«Als ich Mutter wurde, löste dies eine Revision meiner IV-Rente aus. Infolge einer neuen Berechnung mit der gemischten Methode verlor ich beinahe meine IV-Rente, obgleich ich ein Leben lang die gleiche Behinderung haben werde», erzählt die junge Mutter. Ihre Rente wurde nach der Revision herabgesetzt. Carmen macht kein Geheimnis daraus, dass sie mit der IV das Heu nicht auf der gleichen Bühne hat. Sie habe der IV mehrmals mitgeteilt, dass sie aufgrund ihrer Behinderung Unterstützung benötige. Ein Gesuch bei der IV um einen Assistenzbeitrag wurde jedoch abgelehnt. Für eine solche finanzielle Unterstützung sei sie zu wenig behindert. Ein Widerspruch zu Carmens Gefühlswelt. «Ich fühle mich nie so behindert, wie wenn ich mit der IV zu tun habe», sagt sie enttäuscht. Hier bekomme sie zu spüren, dass mit ihr «etwas nicht stimmt».

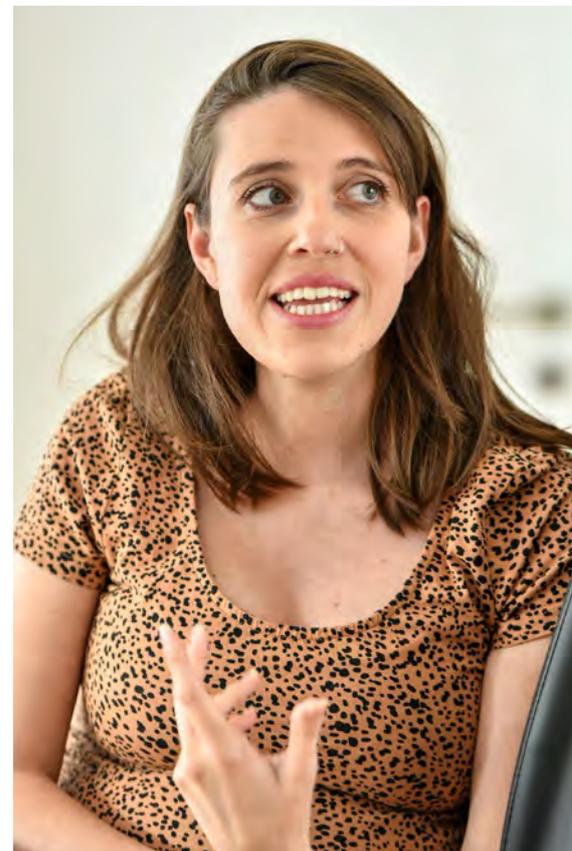
Mitten im Leben

Im Alltag hingegen wird sie von den Nachbar*innen und ihren Mitmenschen als gleichwertig behandelt. Carmen nimmt am täglichen Leben teil wie die anderen auch und fühlt sich deshalb in der Gesellschaft integriert. Das war nicht immer so. Als sie noch ein Kind war, wurde sie von den anderen Kindern ausgegrenzt, gemobbt und verstossen. Als sie während des Gesprächs an dieser Stelle zu weinen beginnt, merke ich, wie tief diese Erfahrung und Verletzungen noch immer in ihr sitzen.

Für ihre Kinder wünscht sie sich, dass sie es in ihrer Kindheit einmal besser haben, als sie es hatte. Ihre Eltern hätten ihr immer gesagt: «Hey, du kannst alles, was die anderen auch können. Du brauchst einfach ein bisschen mehr Zeit dafür.» Diese positive Einstellung und das Kämpferische hat Carmen in ihrem Leben verinnerlicht. Und das will sie auch ihrer Tochter Leila und schon bald ihrem neuen Nachwuchs fürs Leben und die Zukunft mitgeben.



Mit einer Behinderung braucht es im Alltag noch mehr Organisation und Arbeit.



«Ich fühle mich nie so behindert, wie wenn ich mit der IV zu tun habe.»



WIR SIND PROCAP

35 349 Schritte zum Geburtstag

Sebastian Schnidrig

(2000*) lebt in einer begleiteten Wohngemeinschaft und arbeitet in einer geschützten Werkstätte im Kanton Wallis. Seine Wochenenden verbringt er bei den Eltern in Zermatt. Seit dem Corona-Lockdown läuft er jeden Tag so viele Schritte wie möglich. Beim Gespräch unterstützt uns seine Mutter Chantal Schnidrig bei Verständnisfragen.

Procap: Sebastian, was ist dein liebstes Hobby?

Sebastian Schnidrig: Reden. Meine Mama sagt immer, ich sei ein grosses Plappermaul. Das ist wohl so, weil ich als Kind noch nicht gut reden konnte und jetzt alles nachholen muss. Ich höre auch gerne Musik, alles Mögliche. Und ich schaue gerne Youtube-Videos.

Du hast einen eigenen Youtube-Kanal mit dem Titel «Chaos-Kanone». Woher kommt dieser Name? Und was möchtest du den Leuten auf deinem Kanal mitteilen?

Mir hat einfach der Name gefallen. Aber vielleicht kommt er daher, weil es in meinem Zimmer immer aussieht, als hätte eine Bombe eingeschlagen. Mitteilen möchte ich nichts Spezielles. Ich will die Leute einfach unterhalten.

Was kannst du besonders gut?

Zeichnen, Quatsch machen, fotografieren. Als Abschlussarbeit der Anlehre von «MitMänsch» habe ich ein Fotobuch über Strassen und Wege in Zermatt erstellt. Und ich mache viel mit Bügelperlen. Die Idee dafür kam von Mama. Weil ich den Leuten, die mir unterwegs helfen oder nett sind zu mir, gerne etwas schenke, aber Schokolade einfach zu schnell schmilzt, mache ich nun alle möglichen Figuren aus Bügelperlen: Eulen, Schildkröten, Füchse, Sterne oder Olaf, den Schneemann aus dem Film «Die Eiskönigin».

Was machst du gerne?

Früh aufstehen, auch am Wochenende. Die Leute sagen: «Morgenstund' hat Gold im Mund». Allerdings habe ich bisher noch kein Gold gefunden. Ausserdem mache ich sehr gerne Ausflüge und entdecke die Schweiz.

Worauf bist du besonders stolz?

Für meinen Geburtstag dieses Jahr habe ich mir gewünscht, 35 000 Schritte zu laufen. Geschafft habe ich dann 35 349 Schritte. Das sind ungefähr 21 Kilometer. Ich laufe sehr gerne, mal mit dem Rollator, mal mit einem Stock. Den Rollstuhl haben wir inzwischen in den Keller gebracht und können ihn irgendwann weggeben.

Was möchtest du gerne als Beruf machen?

Irgendetwas, womit man viel Geld verdienen kann. Vielleicht Ingenieur.

Wenn du eine Superkraft haben könntest, welche würdest du wählen?

Ich wünsche mir einen Rachezauber gegen alle, die mich plagen und schikanieren.

Hast du einen Traum im Leben?

Ich würde gerne mal in ein Unterwasserhotel in Dubai. Das habe ich auf Youtube gesehen. Und nach Österreich und nach Mallorca. Für meinen Youtube-Kanal wünsche ich mir ein paar Millionen Abonnent*innen. Ich wünsche mir, 40 000 Schritte zu laufen und Englisch sprechen zu können. Und ich wünsche mir, endlich eine Freundin zu finden. Vielleicht brauche ich dazu auch noch einen Liebeszauber als Superkraft.

Erzähl uns eine Anekdote aus deinem Leben.

Da war eine Frau mit grünen Haaren im Zug. Als ich draussen auf dem Perron die Frau entdeckte, habe ich mitten im Sommer ganz laut «Oh, Tannenbaum» gesungen. Meine Mama wäre am liebsten vor Scham im Boden versunken.

Was bedeutet für dich Inklusion?

Dass wir alle zusammen Party machen.



Als Sebastian Schnidrig klein war, erhielt er die Prognose, dass er nie selbst würde laufen können. Heute schafft er 15 000 bis 20 000 Schritte an einem Tag. Und manchmal noch viel mehr. Auf seinem Youtube-Kanal «Chaos-Kanone» zeigt er, was ihn bewegt.

In der ganzen Schweiz offene Turnhallen für Kinder mit und ohne Handicap

Aus einem Pilotprojekt mit IdéeSport ist eine intensive Partnerschaft geworden. Seit Beginn dieser Saison sind alle 52 Standorte von OpenSunday auch für Kinder mit Behinderungen geöffnet.

Text und Foto Procap

Seit Ende Oktober ist es wieder so weit: Jeden Sonntagnachmittag werden während der kalten und nassen Wintermonate in der ganzen Schweiz lokale Sporthallen für Kinder im Primarschulalter geöffnet. Mit der Initiative OpenSunday der Stiftung IdéeSport wird seit langem die Freude am freien Spiel und an regelmässiger Bewegung im Alltag gefördert.

Mit dem Pilotprojekt «OpenSunday Inklusion» wurde vor drei Jahren der Fokus auf die gemeinsame Teilnahme von Kindern mit und ohne Behinderungen gerichtet. In Zusammenarbeit mit Procap Schweiz testete IdéeSport die Idee einer inklusiven Umsetzung an ausgewählten Standorten. Die Erkenntnisse daraus sind in die Schulungen der betreuenden Teams eingeflossen.

Neu ist, dass Procap Schweiz als Kooperationspartnerin alle Projektleitungen der zurzeit 52 Standorte in Halbtageskursen schult. Die Teilnehmenden machen dabei Selbsterfahrungen mit Handicap in Spiel und im Sport. Sie lernen verschiedene Behinderungsbilder kennen und was es bei den einzelnen Behinderungsformen im Sport zu beachten gilt. Zudem werden die Teams vor Ort von den Kursleitenden von IdéeSport im Rahmen eines Teamkurses für das Thema Inklusion sensibilisiert. Die Inhalte dieser Teamkurse wurden von Procap in Zusammenarbeit mit den Kursleitenden erstellt.

Ziel aller «OpenSunday Inklusion»-Veranstaltungen ist es, die Rahmenbedingungen und Inhalte des Angebots so zu gestalten, dass künftig individuelle Anpassungen für Kinder mit Behinderungen möglich sind. Neben der Freude am gemeinsamen Spiel und an der Bewegung bietet «OpenSunday Inklusiv» auch Gelegenheit, dass sich Kinder mit und ohne Behinderungen begegnen und so eine wichtige und frühzeitige Sensibilisierung stattfindet.

Mehr Informationen über das Projekt finden Sie unter:
www.procap.ch/opensunday

Details zu den verschiedenen Standorten in der Schweiz sind hier zu finden: www.ideesport.ch/programme/opensunday





Text und Bild Procap

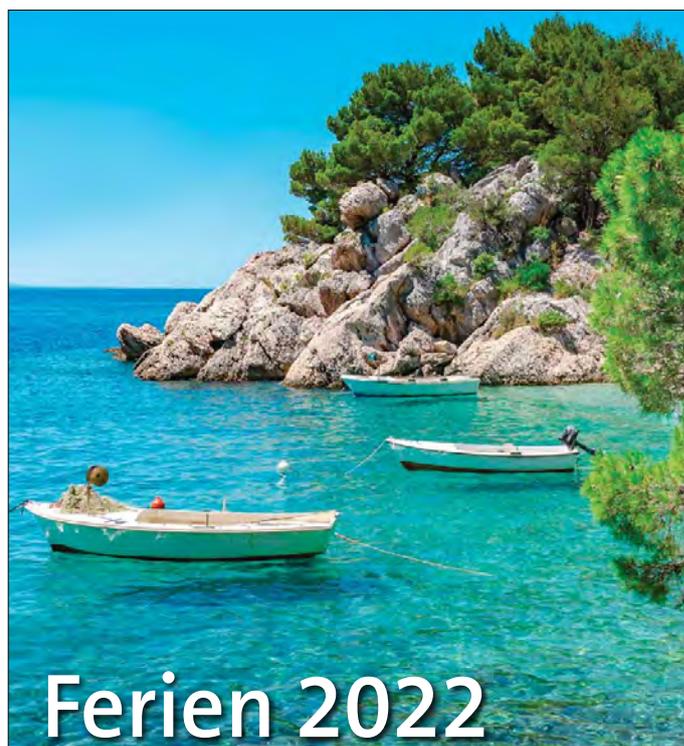
Unterwegs sein, die Welt entdecken oder sich an fernen Destinationen erholen: Die Sehnsucht nach Reisen und die Freude darüber, dass dies mit gewissen Auflagen wieder möglich ist, spiegelt sich im neuen Katalog für barrierefreie Ferien 2022 von Procap Reisen. Wen die Reiselust packt, der findet darin viel Beliebttes und Bewährtes. Für individuelle Ferien steht Reiselustigen die Welt offen. Und für betreute Gruppenreisen gibt es neue wie auch traditionelle Ferienangebote in ganz Europa. Ebenfalls neu sind barrierefreie und individuell zusammengestellte Angebote in Frankreich, Griechenland und Marokko für Institutionen, Wohnheime, Altersheime und Werkstätten.

Was das Reiseherz begehrt

Im neuen Ferienkatalog 2022 bietet Procap Reisen wieder eine vielseitige Palette an attraktiven und barrierefreien Individual- und Gruppenreisen. So können Sie auf einer Rundreise durch Südschweden skandinavisches Flair vom Feinsten erleben. Oder sie geniessen Kultur, Natur und das Meer in unserem Geheimtipp Slowenien. Natürlich fehlen auch die populären Bade- und Aktivferien für betreute Gruppenreisen etwa auf Teneriffa, in Kroatien, auf Malta oder in Griechenland nicht. Wieder im Programm sind zudem die begehrten Spezialangebote für Junge und Junggebliebene im Alter zwischen 18 und 35 Jahren. Seien es Badeferien auf Mallorca und in Italien oder Aktivferien in Laax oder Lausanne: Unsere Angebote lassen keine Wünsche offen. Für Menschen mit einer Sehbehinderung und Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung werden zusätzlich vier Spezialreisen organisiert. Mehr dazu finden Sie auf unserer Website und im Spezialflyer. In jedem Fall empfiehlt Procap Reisen, sich individuell beraten zu lassen. Unsere Mitarbeitenden wissen, welche Bestimmungen in welchen Ländern gelten und was es etwa bei einer Betreuung vor Ort oder für eine persönliche Ferienassistenten zu beachten gilt.

Schöne Erinnerungen garantiert

Auch für das Reiseland Schweiz gibt es 2022 wieder attraktive Ferienmöglichkeiten für Sommer wie Winter.



Ferien 2022

procap reisen

**Barrierefreie Reisen
in der Schweiz und im Ausland**

Wie wäre es mit einer Aktivwoche am Bielersee, einer Paddelwoche in Stein am Rhein oder gar einer Tour de Suisse im Kleinbus? Wer es ausgefallen mag, geht mit Lamas im Walliser Mattertal auf eine Wandertour oder bucht eine Tanz- und Kreativwoche im Kanton Glarus. Und wer die Ruhe bevorzugt, kommt etwa in der Jass- und Erholungswoche in Sarnen oder beim Wellnessweekend in Basel ganz auf seine Kosten. Bei allen Angeboten werden die notwendigen Schutzkonzepte und die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen berücksichtigt.

Ein Reisebüro für alle

Zusätzlich zu den barrierefreien Ferien können bei Procap Reisen alle Angebote der renommierten Schweizer Reiseveranstalter gebucht werden. «In unserem Reisebüro finden auch Menschen ohne Handicap tolle Ferienideen», sagt Helena Bigler, Leiterin von Procap Reisen. «Ein Vorteil für alle Beteiligten, denn wer bei uns bucht, profitiert von unseren Erfahrungen und unterstützt gleichzeitig solidarisch die Reisen für Menschen mit Handicap.»

Den Katalog finden Sie auf unserer Website www.procap-reisen.ch. Für eine telefonische Katalogbestellung oder bei weiterführenden Fragen kontaktieren Sie uns bitte unter der Nummer 062 206 88 30 oder per E-Mail unter reisen@procap.ch.

Hirnstoff

Bimaru

Finden Sie die vorgegebene Anzahl Schiffe. Dabei gilt:

- Die Zahl am Ende jeder Zeile oder Spalte sagt Ihnen, wie viele Felder durch Schiffe besetzt sind.
- Schiffe dürfen sich nicht berühren, weder horizontal oder vertikal noch diagonal. Das heisst, jedes Schiff ist vollständig von Wasser umgeben, soweit es nicht an Land liegt.

Einfach

										3
										1
●										1
										2
				◐						3
										0
										5
										1
		◑						◑		3
										1
2	2	3	1	0	4	0	3	4	1	

Mittel

										4
										0
										1
										3
				◐				◑		4
										1
										0
						⋯				4
										0
								⋯		3
										3
4	0	2	2	2	3	3	0	2	2	

Farb-Labyrinth

Suchen Sie mit feinen Linien den Weg durchs Labyrinth vom Eingang bis zum Ausgang.

Um das versteckte Bild aufzudecken, muss der Weg den farbigen Punkten entsprechend ausgemalt werden.



(C) Conceptis Puzzles

04310000131

Alle Lösungen finden Sie auf Seite 31.

Sport verbindet Menschen



Rund 450 Personen strahlten am nationalen Bewegungs- und Begegnungstag in Bulle und Sargans mit der Sonne um die Wette.

Text Ariane Tripet & Sonja Wenger Fotos Procap

Nachdem die nationalen Bewegungs- und Begegnungstage vergangenes Jahr aufgrund der Corona-Pandemie hatten abgesagt werden müssen, war die Freude Anfang September umso grösser. Rund 270 Sportler*innen mit Behinderungen aus der ganzen Schweiz sowie ihre Begleitpersonen genossen am 4. September bei strahlendem Sonnenschein in Bulle und Sargans den sportlichen Wettbewerb und das gesellige Beisammensein. Der diesjährige Anlass fand aufgrund der Corona-Schutzmassnahmen in reduzierter Form und an zwei verschiedenen Orten statt. Das Team von Procap Sport möchte sich an dieser Stelle bei den Organisationskomitees von Procap Sport Bulle und Procap Sarganserland-Werdenberg sowie bei den vielen Personen, die vor Ort mitgeholfen haben, herzlich bedanken.

Unvergessliche Momente in Bulle

«Das ist der schönste Tag meines Lebens!», sagt eine Sportlerin und strahlt übers ganze Gesicht, als sie ihre Medaille in Empfang nimmt. Der Westschweizer Sporttag in Bulle war in verschiedener Hinsicht unvergesslich. So fand er erstmals im Stadion Bouleyres in Bulle statt. Rund 200 Teilnehmende jeden Alters und aus sechs Sektionen respektive Sportgruppen der Romandie nahmen daran teil. Eine Gruppe kam zudem aus Grenchen. Obwohl die Sonne bereits früh viele ins Schwitzen gebracht hatte, beteiligten sich alle mit vollem Einsatz an den Aufwärmübungen zum Lied «Jerusalem». Auch der Rest des Tages stand unter einem «heissen» Rhythmus: Einzel- und Gruppewettkämpfe wechselten sich ab mit Wettbewerben, Gruppenspielen und Workshops. Selbst die Kreativität kam nicht zu kurz: So schufen die Teilnehmenden ein kurzlebiges Kunstwerk, in dem sie mit Stoffen gross das Wort «Procap» schrieben. Ein Turnier des Geschicklichkeitsspiels Kubb, bei dem alle mitmachen konnten, bildete den Abschluss der Tagesaktivitäten. Und nicht zuletzt brachten es die Teilnehmenden der «30 Minuten Bewegung für alle» auf stattliche 473 Kilometer – mehr als die Distanz von Bulle nach Paris.

Viel Musik zum Sport in Sargans

Ähnlich weit schafften es die über 70 Teilnehmenden sowie ihre Begleitpersonen und die ebenso vielen Schüler*innen der Kantonsschule Sargans. Sie liefen bei

«30 Minuten Bewegung für alle», begleitet von fetzigen Melodien einer lokalen Jazzband, genau 436 Kilometer. Und auch hier waren überall strahlende Gesichter unter strahlender Sonne zu sehen. Neben den Wettkampfdisziplinen Weitsprung, Kugelwerfen und Pendelstafetten konnten die Teilnehmenden sowie die zahlreichen Besucher*innen beim Plauschprogramm, beim inklusiven Fussballspiel oder bei den verschiedenen Bewegungsangeboten mitmachen. Auch hier wurde zum Aufwärmen mit viel Begeisterung zu den Ohrwürmklingen von «Jerusalem» getanzt. Und weil es so schön war, schallte das Lied nach den Rangverkündigungen und der Medaillenübergabe auf allgemeinen Wunsch dann nochmals zum Ausklang des Tages über den Sportplatz Riet in Sargans.

Save the date! Der nächste Procap Bewegungs- und Begegnungstag findet am Samstag, 11. Juni 2022, in Olten statt. Der nächste Schwimmtag am Samstag, 27. August 2022, ebenfalls in Olten.



We are the Champions!



WIR SIND PROCAP

Die Stimme von Procap Westschweiz

Tania Viccaro Prieto

(1968*) lebt in Biel und arbeitet seit 2013 im Sekretariat von Procap Westschweiz. Sie beantwortet jeden Vormittag Telefonanrufe und ist so ein wenig die Stimme von Procap Westschweiz geworden. Ihre Arbeit in der Administration ist sehr vielfältig und ermöglicht ihr den Kontakt mit allen Abteilungen und Sektionen.

Procap: Hast du einen Lieblingsspruch?

Tania Viccaro Prieto: «Das Leben in vollen Zügen geniessen» oder «Viva la vida!»

Worauf bist du besonders stolz?

Auf meine Kinder. Als Mutter ist das sicher eine sehr häufige Antwort, aber es stimmt wirklich. Ich habe mich entschieden, während 16 Jahren zu Hause zu bleiben; so war ich dabei, als meine Kinder aufwuchsen. Wir wachsen und lernen alle dabei, weil es ein gemeinsamer Lebensweg ist. Es macht mich glücklich zu sehen, dass meine Kinder heute ein Leben führen, das ihnen gefällt, und ich das Gefühl habe, dass sie glücklich sind.

Was sind für dich die grossen und kleinen Freuden des Alltags?

Meine Siesta! (lacht). Die kleinen Freuden liegen meist ganz nahe: ein Blick in den Himmel und in die Wolken oder auf vorbeiziehende Vögel. Dann ist es der Austausch. Ich tausche mich gerne aus, und ich teile gerne. Für mich ist Freundschaft etwas sehr Wichtiges. Ich habe Freunde, die ich schon seit Ewigkeiten kenne und denen ich immer noch sehr nahestehe. Und dann sind da die einfachen Dinge des Lebens. Es macht mir Spass, zu kochen, an meiner Flamenco-Gruppe teilzunehmen, mit meiner Mutter zu telefonieren und arbeiten zu gehen. Ich habe einfach Spass an... Ich bin einfach sehr zufrieden mit meinem Leben. Ich passe mich den Dingen an, die auf mich zukommen, ohne mir gross Gedanken zu machen. Und so macht alles automatisch Spass.

Hast du ein verborgenes Talent?

Ich weiss nicht, ob es wirklich verborgen ist (lacht). Es bereitet mir sehr viel Freude, aus alten Dingen Neues zu schaffen. So habe ich zum Beispiel ein Bild aus alten Reifen gestaltet, das im Eingang des Westschweizer Sekretariats von Procap hängt. Ich decke auch gerne den Tisch, wenn wir Gäste haben, oder bastle Dekorationen und Weihnachtskugeln. Ich habe immer viele Ideen.

Was ist dein verrücktester Traum?

Ich würde gerne eine Weltreise machen. Ich würde in Südamerika und Afrika starten, um andere Landschaften und neue Gegenden kennenzulernen, andere Kulturen zu erleben, mit den Menschen in Kontakt zu treten und ihren Alltag zu teilen, der so ganz anders ist als unserer.

Erzähl uns etwas über dein Interesse am Flamenco.

Egal, ob bei Procap oder beim Flamenco, ich finde, dass es im Leben immer viel um Teilen, um Gemeinsamkeiten und um die Suche nach Harmonie in der Gruppe geht. Das Niveau der Teilnehmenden an unserem Flamenco-Kurs ist ganz unterschiedlich. Wenn jemand eine bestimmte Bewegung nicht kann, passen wir uns an. Niemand steht alleine da, wir unterstützen uns alle gegenseitig. Unsere Lehrerin organisiert häufig Vorstellungen in verschiedenen Einrichtungen oder um Geld zu sammeln für unterschiedliche Vereine. Und alle zwei Jahre fahren wir eine Woche nach Andalusien, um die Show vorzubereiten. Dort besuchen wir jedes Mal ein Flüchtlingslager. Wir treffen die Menschen und reden und tanzen mit ihnen. Das ist einfach fantastisch.

Was braucht es, damit die Gesellschaft inklusiver wird?

Wenn es weniger Egoismus und Vorurteile gäbe und die Menschen mehr Respekt zeigen würden, dann wäre die Gesellschaft automatisch inklusiver. Sie wäre toleranter, respektvoller und offener anderen Menschen und Unterschieden gegenüber.

Tania Viccaro Prieto stammt aus Spanien und hat 2015 mit dem Flamencotanz begonnen. «Mein Sohn hat an den Kursen teilgenommen, und ich hatte einfach Lust, auch mitzumachen.»



Ein Blick auf die IV-Revision

Die Invalidenversicherung (IV) ist für Menschen mit Behinderungen die wichtigste Sozialversicherung. Entsprechend werden Änderungen und Anpassungen des Gesetzes über die Invalidenversicherung teils mit Spannung, teils mit Sorge erwartet. Am 1. Januar 2022 tritt nun eine weitere Gesetzesänderung in Kraft.

Text Martin Boltshauser, Rechtsanwalt und Leiter Rechtsdienst Procap

Auf den 1. Januar 2022 wird die Invalidenversicherung revidiert. Der Titel «Weiterentwicklung der IV» zeigt auf, dass das Parlament den IV-Grundsatz «Eingliederung vor Rente» fördern will, was natürlich zu begrüßen ist. Im Zentrum der Revision stehen die intensivere Begleitung bei Geburtsgebrechen, die gezielte Unterstützung von Jugendlichen beim Übergang ins Erwerbsleben und der Ausbau der Beratung und die Begleitung von Menschen mit psychischen Gesundheitsstörungen. Zudem wird das heutige Rentenmodell durch ein stufenloses System ersetzt. Eine einheitliche Regelung der Abklärungen und medizinischen Gutachten wird für alle Sozialversicherungen im Gesetz verankert.

In der Folge werden die wichtigsten Punkte aus Sicht von Procap kurz erläutert.

Medizinische Massnahmen

Bisher wurden medizinische Massnahmen bis zum 20. Altersjahr zugesprochen. Neu können diese bis zum 25. Altersjahr verlängert werden, wenn die IV gleichzeitig berufliche Massnahmen gewährt. Zudem wird die Krankenkasse verpflichtet, die bisher von der IV zugesprochenen Leistungen im Besitzstand weiter auszurichten. Die Geburtsgebrechenliste wurde komplett überarbeitet. Dabei sind vor allem neue, seltene Krankheiten aufgenommen worden. Dies ist wichtig, da bei seltenen Krankheiten die Kosten regelmässig sehr hoch

sind. Im Speziellen fällt die in der Praxis störende Frist von 5 Jahren für die Anerkennung von Autismus-Spektrum-Störungen erfreulicherweise weg.

Assistenzbeitrag

Die bisher ungenügende Abgeltung der Nacht wird geändert, sodass sie den Vorgaben des Modell-Arbeitsvertrags für Angestellte im Hausdienst entspricht. Eine Errungenschaft der neuen Regelung sind zudem die Abschaffung der Pauschale sowie die Möglichkeit, die Nachtstunden für Assistenzleistungen auch am Tag einzusetzen.

Berufliche Massnahmen

Die Massnahmen zur beruflichen Eingliederung von Jugendlichen und Menschen mit einer psychischen Behinderung werden ausgebaut. Die IV erhält neu die Möglichkeit, sogenannte Brückenangebote mit den Kantonen zusammen zu finanzieren. Bisherige Massnahmen werden vor allem zeitlich ausgeweitet, was sehr sinnvoll ist. Ziel dieser erweiterten Massnahmen ist die grösstmögliche Vermeidung von Rentenzusprachen vor allem bei jungen Versicherten.

Das «kleine Taggeld» bei der erstmaligen beruflichen Ausbildung sinkt zudem und wird analog einem Lehrlingslohn konzipiert. Das ist in der Praxis nicht so einschneidend, besteht doch bei knappen finanziellen Ressourcen als Ergänzung zum Taggeld ein Anspruch auf Ergänzungsleistungen.

Für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung wird ein Personalverleih eingeführt, mit dem Arbeitgebende potenzielle Angestellte kennenlernen können. Die sozialberuflichen Integrationsmassnahmen werden zeitlich ausgedehnt und besser an individuelle Bedürfnisse angepasst. Um die Vermittlungschancen nach Wegfall der Invalidenrente zu erhöhen, wird schliesslich die mögliche Bezugsdauer für Taggelder der Arbeitslosenversicherung auf 180 Tage verdoppelt.

Das neue Rentenstufenmodell

Die bisherigen vier Rentenstufen (Viertelsrente, halbe Rente, Dreiviertelsrente, ganze Rente) werden durch ein stufenloses Rentensystem abgelöst. Zur Anwendung kommt das neue, stufenlose Rentensystem für alle Neurentner*innen ab dem 1. Januar 2022. Damit sollen die bisherigen Schwelleneffekte, die sich z. B. bei Lohnerhöhungen immer als Hindernis gezeigt haben, abgebaut werden.

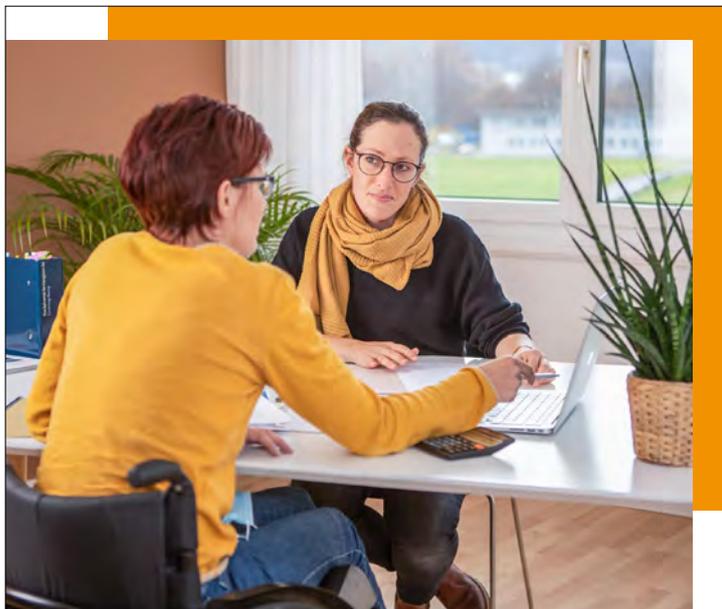
Wie schon heute wird ab einem IV-Grad von 70 Prozent eine ganze Rente zugesprochen. Bereits laufende Renten werden dann nach dem neuen System berechnet, wenn sich bei einer Revision der Invaliditätsgrad um mindestens 5 Prozentpunkte ändert und wenn die versicherte Person bei Inkrafttreten der Gesetzesänderung

noch nicht 55 Jahre alt ist. Die Renten von Versicherten unter 30 Jahren werden innerhalb von 10 Jahren ins stufenlose System überführt, sofern sie nicht schon im Rahmen einer ordentlichen Revision angepasst wurden.

Gutachten

Im Bereich der medizinischen Gutachten hat sich Procap in den letzten Jahren intensiv bemüht, Verbesserungen zu erreichen. Die zum Teil unwürdigen Zustände wurden nun auch vom Gesetzgeber erkannt, und es sind deutliche Verbesserungen vorgesehen. Die Qualifikationen der Ärzt*innen, welche Begutachtungen durchführen, werden genauer definiert. Auch soll die Qualität der Gutachten mit verschiedenen Massnahmen verbessert werden. Insgesamt soll die Stellung der Versicherten bei der Begutachtung gestärkt werden. In Zukunft muss das Gespräch der Gutachterin/des Gutachters mit der versicherten Person mit einer Tonaufnahme dokumentiert und zu den Akten genommen werden, ausser wenn es der/die Versicherte anders bestimmt. Die IV-Stellen müssen künftig eine Liste mit Angaben zu allen beauftragten Sachverständigen und Gutachterstellen führen und veröffentlichen, wobei auch die attestierten Arbeitsunfähigkeiten auszuweisen sind.

Es bleibt abzuwarten, ob sich die unbefriedigende Situation im Bereich Gutachten durch diese erfreulichen Verbesserungen deutlich verändert. Neu wird eine Kommission eingerichtet, die die Zulassung als Gutachterstelle, das Verfahren der Gutachtenerstellung und die Ergebnisse der medizinischen Gutachten überwacht. In dieser Kommission werden die verschiedenen Sozialversicherungen, die Gutachterstellen, die Ärzteschaft, die Wissenschaft sowie Patienten- und Behindertenorganisationen vertreten sein. Dort wird vermutlich auch eine Person aus unserem Kreis Einsitz nehmen, womit wir in die Überprüfung der Entwicklung eingebunden sind.



IV-Weiterentwicklung

Neuerungen der IV-Weiterentwicklung, gültig ab 1. Januar 2022

Der Rechtsdienst von Procap hat eine Broschüre zu den Änderungen der IV-Revision verfasst, die sowohl in gedruckter Form wie auch digital über unsere Website bezogen werden kann.

Bis auf weiteres steht unter der Nummer 062 206 88 00 jeweils am Montag von 14 Uhr bis 16 Uhr eine Fachperson des Procap Rechtsdienstes kostenlos für allgemeine Fragen zur IV-Revision zur Verfügung.

Von Kindesbeinen an mitmachen



Laurent Duvanel
Präsident Procap Schweiz

Ich mache mit, du machst mit, wir machen mit – es ist zwar einfach, dieses Verb zu konjugieren, aber umso schwieriger, sich aktiv an Diskussionen und Entscheidungen über unsere Zukunft zu beteiligen. Ein solches Mitmachen respektive Teilhaben ist nicht so leicht umzusetzen, weil es so viele verschiedene Behinderungsformen gibt. Deshalb ist es in Bezug auf eine aktive politische Beteiligung von Menschen mit Behinderungen schwer, mit einer Stimme zu sprechen. Um mitzumachen, muss man informiert sein. Um informiert zu sein, muss man Zeit, Ressourcen und Kontakte haben. Man muss wie jede andere Person berücksichtigt werden, damit man sich das entsprechende Wissen aneignen kann und lernt, wie man die Medien nutzt.

Wie Sabrina Salupo im Interview ab Seite 10 sagt, «fördert Inklusion das Mitmachen». Um Menschen mit Behinderungen auf ihrem Weg zu mehr Autonomie zu begleiten, ist Inklusion also der entscheidende Schritt. Ein Schritt, der bereits in der Schule gemacht werden muss, denn Kinder – vor allem mit Handicap – müssen früh lernen, was Sozialisation bedeutet. Es liegt an uns, den Haupt- und Ehrenamtlichen von Procap, die Politik davon zu überzeugen, dass sich lohnt, Inklusion zu fördern. Nur so werden wir den Kindern eine bessere Zukunft als Erwachsene ermöglichen.

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** 2+ 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** Martin Boltshauser, Patrick Dubach, Laurent Duvanel, Sonja Hunziker, Franziska Lüthy, Aicha M'rabet-Bensalah, Sabrina Salupo, Sandra Schäfer, Ariane Tripet, Karin Wüthrich **Übersetzung** Andréane Leclercq, Flavia Molinari **Titelbild** iStock **Layout** Corinne Vonoesch **Korrektorat** db Korrektorat, Bern **Inserateverwaltung** Fachmedien, Zürichsee Werbe AG, Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa, Telefon 044 928 56 11, info@fachmedien.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. 1/2022: 26. Januar 2022, erscheint am 28. Februar 2022



Fokus im nächsten Heft:
Stand Uno-
Behindertenrechtskonvention



politinklusiv

pro infirmis

politinklusiv - eine Weiterbildung für Menschen mit Behinderungen, die sich politisch engagieren wollen.

Die von Pro Infirmis organisierte Weiterbildung findet zwischen Januar und März 2022 online statt. Die Teilnehmenden lernen in vier Modulen theoretische Grundlagen kennen und machen praktische Übungen. Dabei können sie ihr politisches Wissen vertiefen und sich über die Herausforderungen politischen Engagements austauschen.

Die Barrierefreiheit ist garantiert, die Teilnahme ist gratis.

Jetzt anmelden unter:
www.proinfirmis.ch/politinklusiv



BACO

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

5 JAHRE GARANTIE

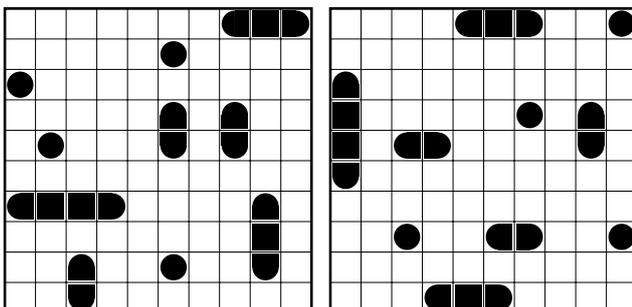
Auflösung von Hirnstoff

Der Rätselaufgaben von Seite 22/23.

Sudoku:

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

Bimaru:

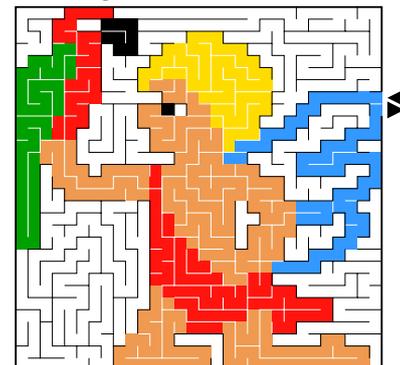


Kreuzwort-Rätsel

■■■■ C ■■■■ S ■■■■ ■■■■ T ■■■■
 R A C C A R D ■ A B R I C O T I N E
 A I D E R ■ E ■ R I E S E N E R ■ T
 ■ L ■ R ■ E N T R E P O T ■ L ■ E R
 ■ L O U V R E ■ A N A L ■ P E R T E
 E R S ■ A B ■ S ■ R E L I S ■ A ■
 O R M E ■ F ■ P I E T E ■ R ■ E M O
 ■ A ■ C L E A N ■ I ■ C A L M A R
 ■ T I T R E ■ N ■ O T A I T ■ P ■ V
 B E E ■ O ■ P D ■ B I ■ R E B I B E
 ■ T ■ P U ■ I O ■ E O L E ■ E L U T
 P E T I T C E R V I N ■ E N C E N S
 ■ E ■ S E ■ R E X

AUTONOMIE

Farb-Labyrinth



0431000131

CHANCEN UND LEBENSÄRÄUME FÜR MENSCHEN
WOHN- UND ARBEITSINTEGRATIONSLSÖSUNGEN



Viele Menschen leiden unter einer körperlichen, kognitiven oder psychischen Beeinträchtigung, welche sie vorübergehend oder längerfristig aus dem gesellschaftlichen Leben ausschliesst. Für sie ist die SEEBURG in Interlaken da.

Unser Ziel ist es, Jugendlichen und Erwachsenen eine berufliche Perspektive aufzuzeigen und sie nach Möglichkeit in eine selbstständige Erwerbstätigkeit zu führen.

Wir unterhalten verschiedene Wohnhäuser mit unterschiedlichem Betreuungssetting. Einige Bewohnende finden bei uns ein unbefristetes Zuhause und eine befriedigende Tätigkeit mit Tagesstruktur.

Finanzierung

- Leistungsvertrag mit der GSI
- Krankenkassen (Spitex)
- IV (Ergänzungsleistungen)
- Interkantonale Vereinbarung für Soziale Einrichtungen IVSE (A+B)

Franziska Aeberhard



Franziska Aeberhard
 Leitung Wohnen
 wohnen@seeburg.ch

André Dékany



André Dékany
 Leitung Berufliche Integration
 berufsintegration@seeburg.ch



WOHNANGEBOTE | BERUFLICHE INTEGRATION | DIENSTLEISTUNGEN UND BETRIEBE
 SEEBURG Untere Bönigstrasse 35 3800 Interlaken T 033 845 84 00 info@seeburg.ch www.seeburg.ch

Bleiben Sie mit uns mobil!

Plattformlifte für Rollstuhlfahrer müssen optimal auf den Nutzer und das vorhandene Treppenhaus abgestimmt sein. Als Treppenlift-Fachbetrieb mit langjähriger Erfahrung können wir Ihnen für fast jede Treppe und jede Situation einen Treppen-Plattformlift liefern. Sowohl für den privaten wie auch für den öffentlichen Bereich bieten wir Komplettlösungen an.



Wir stehen Ihnen jederzeit für ein unverbindliches Beratungsgespräch zur Verfügung.

HERAG AG
 Treppenlifte
 Tramstrasse 46
 8707 Uetikon am See
 sales@stannah.ch
www.stannah.ch

Uetikon am See
 044 512 52 27

Moudon
 021 510 78 90

Lugano
 091 210 72 44



www.stannah.ch

EXMA VISION

Eine Dienstleistung der SAHB

Selbständig und mobil



Mit der Exma VISION unterhält die SAHB eine ganzjährige Ausstellung mit Ideen und Lösungen zur Förderung der Selbständigkeit und Mobilität zu Hause und unterwegs.

- Rollatoren, Rollstühle, Elektromobile
- Sitz- und Plattformtreppenlifte
- Pflegebetten und Transferhilfen
- Hilfsmittel für Badezimmer und Küche

Der Besuch unserer Ausstellung Exma VISION lohnt sich – unsere Fachleute beraten Sie unabhängig und kompetent.

Exma VISION

Industrie Süd, Dünernstrasse 32, 4702 Oensingen
 T 062 388 20 20, exma@sahb.ch, www.exma.ch