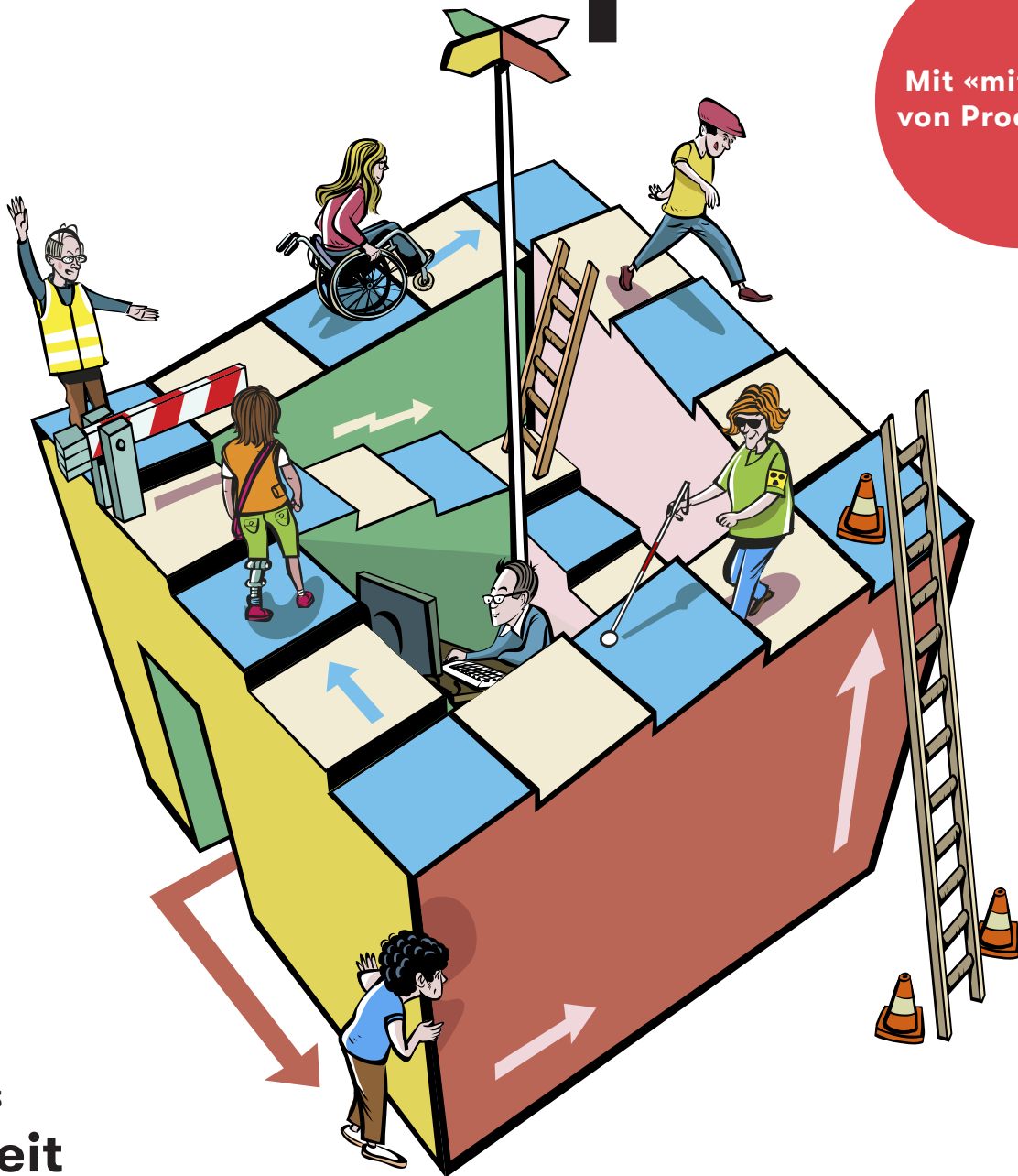


Procap

04/24

Das Magazin
für Menschen
mit Behinderungen

Mit «**mitenand**»
von Procap Bern



Fokus

Arbeit

Menschen mit Behinderungen sind im Arbeitsmarkt oder bei der beruflichen Wiedereingliederung noch immer mit vielen Barrieren konfrontiert.

Erholungsferien und Aktivreisen für alle

30 Jahre barrierefreie Reisen

Der Ferienkatalog 2025 ist da

procap

mitenand Procap Bern

Onlineserien & Crashkurse



Wir stecken bereits Mitten im letzten Quartal des Jahres 2024. Es war für uns ein sehr reichhaltiges Jahr. Wir konnten in verschiedenen Berei-

chen Projekte realisieren. So konnten wir beispielsweise im Bereich der Sozialpolitik an der Konsultation zum überarbeiteten Gesetzesvorschlag zur Kostenbeteiligung von Eltern bei stationärer Unterbringung von Kindern mit Behinderungen teilnehmen. Auch im Bereich der Beratung konnten wir unser Angebot um eine neue Leistung ausbauen: die Beratung zum BLG, dem Gesetz über die Leistungen für Menschen mit Behinderungen im Kanton Bern. Und auch im Bereich der Veranstaltungen und Kurse konnten wir spannenden Projekte umsetzen. Zum einen haben wir drei Online-Crashkurse realisiert. Bei diesen Crashkursen gingen unsere Referent*innen jeweils an mehreren Abenden im Rahmen von ein bis zwei Stunden auf ein Thema ein. Bei unserem ersten Crashkurs war das Thema die Invalidenversicherung. An vier Abenden informierte unser Referent Daniel Schilliger über verschiedene Leistungen der IV. Im zweiten Crashkurs diskutierten wir auch an vier sehr abwechslungsreichen Abenden mit Fachpersonen und selbstbetroffenen Expert*innen über das Leben mit Assistenz. Und am letzten Crashkurs stand das Thema «Kind mit Behinderungen» im Zentrum. Wir haben zu dieser neuen Form zahlreiche sehr schöne und wertschätzende Rückmeldungen erhalten, die uns sehr freuen und uns darin bestärken Angebote in diesem Bereich weiterhin anzubieten und weiterzuentwickeln. Wir freuen uns bereits auf das kommende Jahr. Unser grösstes Projekt dieses Jahr war die Onlineserie «Amourös: Beziehung - Sexu-

alität - Familie». Dort gaben in elf regelmässigen Onlinemeetings Fachpersonen und selbstbetroffene Expert*innen Inputs zu unterschiedlichen Aspekten. Daraus entstanden aus unserer Sicht interessante und gewinnbringende Diskussionen zu einem leider nach wie vor gesellschaftlichen Tabuthema. Wir freuen uns, dass wir mit der Onlineserie einen Raum für diesen wichtigen Diskurs schaffen konnten.

Sophie Muralt & Anita Advani, Co-Geschäftsleitung

Veränderung im Procap-Team

Unsere Beratungsperson für die Regionen Thun und Interlaken-Oberhasli, Mirjam Bieri, wird uns voraussichtlich im Februar 2025 für eine Weile verlassen: Sie geht in den Mutterschaftsurlaub und kehrt im August wieder zurück. In der Zeit ihrer Abwesenheit konnten wir die Vertretung organisieren. Trotzdem werden wir für diesen Zeitraum reduzierte Kapazitäten haben und voraussichtlich werden wir für ein halbes Jahr keine Termine in Thun anbieten können. Wir danken für euer Verständnis und freuen uns schon jetzt den kleinen Procap-Nachwuchs kennenzulernen.



Spenden für Procap Bern



Kleine Sachspenden bereiten viel Freude, so zum Beispiel als Preise an unserem traditionellen Lotto in Interlaken.

Procap Bern ist eine Non-Profit-Organisation. Unsere Angebote, sei dies unsere politische Arbeit, unsere Beratung, unser Kurs- und Veranstaltungsprogramm oder unsere Sportangebote, finanzieren wir massgeblich über Spenden. Unterstützen könnt ihr uns auf ganz unterschiedliche Art & Weise.

Sachspenden

Wenn ihr zu Weihnachten etwas geschenkt bekommt, was ihr nicht brauchen könnt, kein Problem! Wir sind immer wieder auf der Suche nach Sachspende, die wir beispielsweise am Interlakner Lotto als Preise verwenden können. Wenn ihr Sachspenden habt, meldet euch gerne bei uns an bern@procap.ch oder 031 370 12 00.

Spendenaktion - Spenden statt Geschenke

Plant ihr euer Geburtstagsfest? Feiert ihr nächstens euren Hochzeitstag? Organisiert euer Unternehmen einen speziellen Anlass? Ermuntert eure Gäste uns zu unterstützen, indem ihr am Anlass eure ganz eigene Procap Spendenaktion startet. Wie kann man so etwas tun? Ganz einfach, vermerkt auf eurer Einladung, dass ihr euch anstelle von Geschenken eine Spende an Procap Bern wünscht und gebt unsere

Kontoangaben an. Für solche Aktionen eignen sich zum Beispiel Geburtstage, Jubiläen, Unternehmensanlässe oder Trauerfeiern. Möchtet ihr gerne eine eigene Procap Spendenaktion starten und habt Fragen? Dann meldet euch unter bern@procap.ch oder 031 370 12 00 bei uns.

Spenden für Procap Bern

Als Zewo-zertifizierte Berner Organisation setzen wir die Spenden im Kanton Bern ein. Mit einer Spende werden Menschen mit Behinderungen im Kampf für eine inklusive Gesellschaft unterstützt.

Spendenkonto Procap Bern

PC-Konto: 30-7047-5

IBAN: CH24 0900 0000 3000 7047 5

BIC: POFICHBEXXX3

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



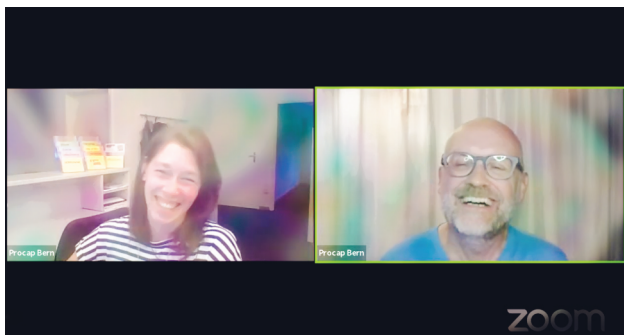
Die Sozialversicherungen

Crashkurs «IV» in 4 Teilen

Die Invalidenversicherung (IV) ist eine schweizerische Sozialversicherung. Sie hat zum Ziel, versicherten Personen, die von einer Invalidität betroffen sind, die lebensnotwendigen Mittel zur Verfügung zu stellen – sei es mittels Eingliederungsmassnahmen, sei es mittels einer Rente. Im Onlinecrashkurs tauchen wir an vier Abenden je eine Stunde in folgende Themen ein:

- Verfahrensablauf, medizinische Massnahmen und Hilfsmittel
- Hilfenentschädigung, Intensivpflegezuschlag, Assistenzbeitrag
- Berufliche Eingliederung
- IV-Rente

Daten: Mittwochs, 5. Februar 2025,
12. Februar 2025, 19. Februar 2025,
26. Februar 2025
Ort: Online
Zeit: 19 bis 20 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 85.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 21. Januar an 031 370 12 00
oder bern@procap.ch



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: Mittwoch, 26. März 2025
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

Webinar «Arbeit neben Rente»

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: Dienstag, 13. Mai 2025
Ort: Online
Zeit: 19 bis 21 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 45.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 12. Mai an 031 370 12 00
oder bern@procap.ch

Webinar «Erben und Vorsorgen»

Procap Rechtsanwalt Daniel Schilliger erklärt am Webinar das Erbrecht und gibt Hinweise für die Regelung des Nachlasses. Im Speziellen behandelt er die Stellung des Kindes mit Behinderungen im Erbrecht.

Datum: Mittwoch, 11. Juni 2025
Ort: Online
Zeit: 19 bis 21 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
CHF 45.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 10. Juni an 031 370 12 00
oder bern@procap.ch

Kurse im neuen Jahr

Steuererklärungsaktionen

Wir helfen dir in Bern und in Thun mit deiner Steuererklärung. An unseren Steuererklärungsaktionen unterstützen dich Fachpersonen bei deinen Fragen. In Thun kannst du die Steuererklärung auf Papier ausfüllen in Bern digital. **Achtung:** Es können nur Steuererklärungen von Mitgliedern ausgefüllt werden, die keine Liegenschaft besitzen und die nicht selbstständig erwerbstätig sind. Eine Anmeldung ist erforderlich. Nach der Anmeldung wird dir die genaue Zeit deines Termins mitgeteilt.

Steuererklärungsaktion in Bern

Datum: Samstag, 8. Februar 2025
Ort: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, 3007 Bern
Zeit: Ab 8.30 Uhr (Zeit des Termins wird nach der Anmeldung mitgeteilt)
Kosten: EL-Bezüger*innen CHF 15.-
Übrige CHF 45.-
Mitnehmen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung mit Tax-Me-Login und alle nötigen Unterlagen anhand der Liste aus der Anmeldebestätigung
Anmeldung: bis am 23. Januar an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

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

dasch
TREUHAND GMBH

Steuererklärungsaktion Thun

Datum: Samstag, 8. März 2025
Ort: Kantonale Verwaltung Thun, Allmendstrasse 18, Thun
Zeit: Ab 9 Uhr (Zeit des Termins wird nach der Anmeldung mitgeteilt)
Kosten: EL-Bezüger*innen CHF 15.-
Übrige CHF 45.-
Mitnehmen: alte definitive Steuererklärung, neue Steuererklärung in Papierform und alle nötigen Unterlagen anhand der Liste aus der Anmeldebestätigung
Anmeldung: bis am 18. Februar an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Eierfärbewerkstatt

Lerne, wie man traditionell Eier färbt. Die schönen Eierkunstwerke färben wir mit Zwiebelschalen, sodass sie die wundervolle rote Farbe bekommen.

Datum: Dienstag, 15. April 2025
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 4. April an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch (bitte bei der Anmeldung mitteilen, wie viele Eier gewünscht sind)



Gesellig durch die kalte Jahreszeit

Adventsfeier in Interlaken

Eine Geschichte, erzählt vom Samichlous, Musik und ein gluschtiger Zvieri-Teller mit Zopf, Käse und Fleisch: Feiere mit uns Advent! Der Chlous freut sich über viele verschiedene „Chlouseväsli“.

Datum: Samstag, 14. Dezember 2024
Ort: Kirchgemeindehaus Matten b. Interlaken
Zeit: 14 - ca. 16.30 Uhr
Kosten: Mitglieder kostenlos
Nicht-Mitglieder CHF 10.-
Anmeldung: bis am 4. Dezember an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch



Adventsfeier in Langenthal

An unserer Weihnachtsfeier in Langenthal organisiert unser Organisationskomitee eine Variation feiner Suppen. Daneben können alle, die Lust haben, einen eigenen Lebkuchen verzieren. Wir freuen uns auf einen geselligen und gemütlichen Nachmittag mit euch allen.

Datum: Samstag, 7. Dezember 2024
Ort: Kath. Kirchgemeindehaus, Langenthal
Zeit: 13.30 - 16.30 Uhr
Anmeldung: bis 24. November an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Pfadibesuch in Interlaken

Wer hat Lust und Zeit bei der Pfadi Interlaken reinzuschauen und mit einer Gruppe von etwa 15 Personen etwas zu unternehmen? Wir lassen uns überraschen was der Nachmittag so bringt.

Datum: Samstag, 15. Februar 2025
Zeit: 14 - 17 Uhr
Ort: Pfadiheim Unspunnen (hinter Bike Riem)
Anreise: ab Interlaken West Bus 104 bis Haltestelle Wychelstrasse, Matten, anschliessend auf der rechten Seite von Bike Riem, Wychelstrasse 6, Matten bei Interlaken laufen. Keine Parkplätze vorhanden.
Mitbringen: kleines Zvieri
Kosten: Mitglieder kostenlos
Nicht-Mitglieder CHF 10.-
Anmeldung: bis am 5. Februar an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Besuch Adventure Rooms

Du bist mit deiner Gruppe in einem Raum und hast 60 Minuten Zeit um Verstecke und Geheimtüren aufzuspüren und den Sinn hinter geheimnisvollen Gegenständen und Zeichen herauszufinden. Das Spiel erfordert keine körperliche Anstrengung und ist nicht gefährlich.

Datum: Samstag, 22. Februar 2025
Zeit: 13.30 - ca. 18 Uhr
Treffpunkt: 13:30 Thun Bahnhof, vor dem Haupteingang, Vis à vis vom Manor
Von da gehen wir zu Fuss (ca. 5 Min) zu den Adventure Rooms
Programm: 14 - 16 Uhr Besuch AdventureRooms
Ab 16 Uhr Zvieri im Bistro "zum bunten Hund"
Kosten: Mitglieder CHF 35.-
Nicht-Mitglieder CHF 50.-
Anmeldung: bis am 10. Februar an 031 370 12 00 oder bern@procap.ch

Über Procap Bern

Kerzenverkauf von Procap

In der Geschäftsstelle von Procap Bern an der Cäcilienstrasse 21 könnt ihr ab sofort Kerzen kaufen. Der Erlös kommt Procap Bern und damit Menschen mit Behinderungen im Kanton Bern zugute.

Wir haben Baumkerzen, Duftkerzen, Etoilekerzen, Kugelkerzen und Zylinderkerzen, Laternen, Wind- und Teelichter in verschiedensten Farben, Grössen und mit unterschiedlichen Verzierungen. **Wir freuen uns über jeden Besuch von Montag bis Donnerstag.**



Die Festtage

Die Geschäftsstelle von Procap Bern bleibt vom Montag, 23. Dezember 2024 bis am Sonntag, 5. Januar 2025 geschlossen. Ab Montag, 6. Januar 2025 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.



Impressum

Procap Magazin, Zeitschrift für Menschen mit Behinderungen. Herausgeber: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, 3007 Bern, 031 370 12 00. Redaktion: Sophie Muralt. Redaktionsmitarbeit: Sula 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

Mi. 9.30 – 11.30 Uhr



Region

Thun

Sula 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



Ab Di. 5. Februar 2025
Crashkurs «IV»
Infos auf Seite III in diesem Heft.



Sa. 8. Februar 2025
Steuererklärungsaktion in Bern
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Sa. 8. März 2025
Steuererklärungsaktion in Thun
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Mi. 26. März 2025
Webinar «Ergänzungsleistungen»
Infos auf Seite III in diesem Heft.



Di. 15. April 2025
Eierfärbewerkstatt in Interlaken
Infos auf Seite IV in diesem Heft.



Di. 13. Mai 2025
Webinar «Arbeit neben Rente»
Infos auf Seite III in diesem Heft.



Mi. 11. Juni 2025
Webinar «Erben und Vorsorgen»
Infos auf Seite III in diesem Heft.

Treffen und Anlässe



Di. 19. November 2024
Abendverkauf für Menschen mit Behinderungen
Infos im letzten Heft.



Sa. 30. November 2024
Kindertheater
Infos im letzten Heft.



Sa. 7. Dezember 2024
Adventsfeier
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 14. Dezember 2024
Adventsfeier
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 15. Februar 2025
Pfadibesuch in Interlaken
Infos auf Seite V in diesem Heft.



Sa. 22. Februar 2025
Besuch Adventure Rooms + Zvieri im "zum bunten Hund"
Infos auf Seite V in diesem Heft.

Vorschau



Sa. 29. März 2025
Mitgliederversammlung
Infos folgen.



Sa. 17. Mai 2025
Lotto in Interlaken
Infos folgen.



Fr. 13. Juni 2025
Computerkurs in Interlaken
Infos folgen.



Di. 2. September 2025
Webinar «IV bei psychischen und psychosomatischen Beschwerden»
Infos folgen.

Alle Informationen auf:

www.procap-bern.ch/agenda

Anmelden? Per Telefon 031 370 12 00

Per Mail bern@procap.ch

Online anmelden?
Code scannen.



Sportangebote



Sport Oberaargau

Fussball Herzogenbuchsee

Wann: Montag
Zeit: 18 - 19.30 Uhr
Ort: Fussballplatz neben Sekundarschule (Sommer)
Sporthalle Sekundarschule (Winter)
Kontakt: 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 Badeintritt)

Bewegti Farbtupfer: Polysport Herzogenbuchsee

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

Team Panda: Turnen und Nordic Walking

Turnen

Wann: Samstags
Zeit: Langenthal 13.30 - 15 Uhr,
Ort: Turnhalle Hard, Bäreggstrasse 20, 4900 Langenthal

Nordic Walking

Wann: Donnerstag vom April bis Oktober
Zeit: 17.45-18.45 Uhr
Ort: WBM Madiswil, Unterdorfstrasse 62, Madiswil

Kontakt: Corinne Dellsperger, 079 337 11 45
corinne.dellsperger@procap.ch
Kosten: CHF 60 / Jahr für Turnen und Walking

Unihockey Lotzwil

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

D Wasserhüpfer vo Aarwange: Schwimmen

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



Sport Bern und Oberland

Alpaka Interlaken: Nordic Walking oder Turnen

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

Kobras Uetendorf: Polysport

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

Yoga Bern

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

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

Online anmelden? Code scannen.



Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe mit Handicap mobil sein

Wir passen Ihr Fahrzeug Ihren Bedürfnissen an



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

Umgebaute Miet-
und Ersatzfahrzeuge

Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG
Steinackerstrasse 55
8302 Kloten

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



Wir unterstützen Sie bei der Arbeit.

Seit 40 Jahren Experten im Hilfsmittel-Bereich.

Die Aktivstehrollstühle von LEVO bieten mit ihrem innovativen Stehsystem vollste Flexibilität beim Arbeiten und Ihrer Freizeit.

Gerne beraten wir Sie vor Ort in unserem 90m² Showroom oder bequem bei Ihnen zuhause.



Kontaktieren Sie uns: 044 933 23 90
rehatech@iwaz.ch, iwaz.ch/rehatech





Editorial

Vor einigen Jahren publizierte die Zeitung «Le Monde diplomatique» ein Essay über den Begriff «Human Resources» respektive HR. Diese oft benutzte Abkürzung für die Personalabteilung eines Unternehmens bedeutet präzise übersetzt, dass Angestellte als «menschliche Mittel» betrachtet werden, mit denen etwa Ziele verfolgt oder Handlungen getätigt werden können. Es ist leicht nachvollziehbar, weshalb sich an diesem Begriff viele Probleme des heutigen Arbeitsmarktes aufzeigen lassen. Wird der Mensch an sich als Ressource betrachtet und alles, was bei dieser «Ressource» das reibungslose Funktionieren (be)hindert, als von geringerem Wert eingestuft, hat Inklusion keine Chance. Dies ist erst recht der Fall, wenn etwa unrealistische Vorgaben bei Arbeitsintegrationsmassnahmen mehr Hürden auf- als abbauen. Wir haben uns in dieser Ausgabe deshalb die Frage gestellt, welche Strukturen und Denkweisen verändert werden müssen, damit Menschen mit Behinderungen im Arbeitsmarkt dieselben Chancen haben wie alle anderen auch – und was es braucht, damit es vor allem um die Fähigkeiten, also die Ressourcen des Menschen, an sich geht.

Sonja Wenger
Verantwortliche Verbandskommunikation und Medien

Inhalt

- 4 Notizen**
- 14 Inklusions-Initiative eingereicht**
- 18 Swiss Abilities**
Das selbstbestimmte
Leben im Fokus
- 22 Für einmal selbst am Steuer**
- 23 Der Ferienkatalog 2025 ist da**
- 24 Sporttage 2024**
Sportliche Wettkämpfe und
gemütliches Beisammensein

Fokus Arbeit

- 6 Vom Wert der Arbeit**
- 10 Wenn Existenzängste
die berufliche Wiederein-
gliederung hemmen**
- 15 Ratgeber Recht**
Was muss ich bei einem
Jobwechsel beachten?
- 16 «Wir sind Procap»**
Laurence Borer

Service

- 20 Rätsel**
- 26 Carte blanche**



20 Jahre Stiftung MyHandicap

Inklusive Jobs für Menschen mit Behinderungen

Auf dem Jobportal von EnableMe der Stiftung MyHandicap finden Menschen mit Behinderungen schweizweit ein breites Informationsangebot zu den Themen Arbeit und Ausbildung. In der Jobbörse veröffentlichen Unternehmen, die an die Fähigkeiten von Menschen mit Behinderungen glauben, ihre offenen Stellen. Auf dem Informationsportal bietet EnableMe neben Wissenswertem rund um Berufslehre, Bewerbung, Wiedereingliederung und Umschulung auch motivierende Erfolgsgeschichten. Und für individuelle Fragen stehen ein Team von Fachpersonen sowie eine breite Community zur Verfügung. Ziel von EnableMe ist es, betroffenen Personen und ihren Angehörigen durch Informationen, Unterstützung und Austausch eine möglichst grosse Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten.

Die Informationsplattform steht in verschiedenen Sprachen zur Verfügung:
www.enableme.ch/jobportal

Jahreswechsel 2024/2025: Öffnungszeiten Zentralsekretariat Olten

Die Büros des Zentralsekretariats von Procap Schweiz sind von Montag, 23. Dezember 2024, bis einschliesslich Freitag, 3. Januar 2025, geschlossen. Wir freuen uns, Sie im neuen Jahr ab Montag, 6. Januar 2025, wieder begrüßen zu dürfen, und wünschen Ihnen bereits heute frohe Festtage. Bleiben Sie gesund.



Artwork

Das Titelbild wie auch die Illustrationen auf den Seiten 7 und 10 stammen von Jan Zablonier (*1968). Nach Lehr- und Wanderjahren in verschiedenen Berufen absolvierte er ein Comic-Studium bei Zappa Doing in Winterthur. Seit 2003 ist er als Grafiker und freischaffender Illustrator in den Bereichen Kultur, Sport und Medien tätig. Zusätzlich arbeitet er in einer agogisch begleiteten Tagesstruktur für Jugendliche und junge Erwachsene in Winterthur.

Mehr Informationen finden Sie unter:
www.zablonier.com

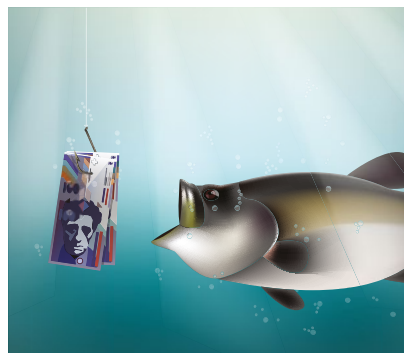


Die Onlinebörse für rollstuhlgängige Wohnungen

Auf der Procap-Wohnungsbörse dreht sich alles um rollstuhlgängige Wohnungen. So können Menschen mit Behinderungen ein Mietgesuch für eine rollstuhlgängige Wohnung erfassen – und Privatpersonen wie auch Genossenschaften und Verwaltungen können entsprechende Immobilienobjekte ausschreiben. Im Idealfall finden sich beide Seiten.

Um das Angebot besonders für Wohnungssuchende auszubauen und zu verbessern, möchten wir unsere Leser*innen bitten, die Informationen über die Procap-Wohnungsbörse weiterzuleiten: an Hausverwaltungen etwa oder an Organisationen und Behörden, welche für die Vergabe von sozialem Wohnraum zuständig sind. Auch eine Meldung an regionale IV-Stellen kann sinnvoll sein, da diese unter Umständen Gesuche erhalten für den Rückbau von barrierefreien Wohnungen, welche zuvor ausgeschrieben werden könnten.

www.procap.ch/wohnungsboerse



Neuer Grundsatzentscheid des Bundesgerichts: Keine Anrechnung der HE und des IPZ an Pflegeleistungen

In einem kürzlich veröffentlichten Grundsatzentscheid hat das Bundesgericht die bisherige Praxis aufgegeben, wonach die Krankenkasse im Rahmen des Beitrages an die Pflegeleistungen die Hilfenlosenentschädigung (HE) und den Intensivpflegezuschlag (IPZ) anrechnen kann. Per sofort gilt, dass die Pflegebeiträge etwa für die Spitex nicht mehr um einen Teil der HE und des IPZ reduziert werden dürfen.

Dies bedeutet, dass die jeweilige Krankenkasse – spätestens nach Ablauf einer aktuellen Zusprache – eine Neuberechnung vornehmen und die Pflegebeiträge gemäss Bedarfsabklärung übernehmen sollte. **Bei Fragen können Sie sich an die Procap-Beratungsstelle Ihrer Sektion wenden.**

Informationen finden Sie zudem unter www.procap.ch/Rechtsberatung > Merkblätter, Checklisten und Informationen > Informationsblätter: Anstellung von Angehörigen bei Spitexorganisationen.

Vom Wert der Arbeit

Der Wert, den eine Gesellschaft der Arbeit zuschreibt, hat sich im Laufe der Geschichte immer wieder verändert. Neben finanzieller Sicherheit und Struktur des Alltags ermöglicht Arbeit heute vielen Menschen, die eigene Identität zu schärfen und ihren Platz in der Welt zu finden. Menschen mit Behinderungen sind bei diesen Aspekten noch immer oft mit Barrieren konfrontiert und haben nicht die gleichen Chancen, eine Anstellung im ersten Arbeitsmarkt zu finden.

Text Miriam Hürlimann Illustration Jan Zablonier

Das Wort «Arbeit» stammt vom althochdeutschen Wort «arabeit» ab, welches zunächst die Bedeutung von «Mühsal», «Plage» oder «Not» hatte. Auch in den romanischen Sprachen haben die Worte «travail», «trabajo» oder «lavoro» ihre Wurzeln in der Bedeutung von harter, mühevoller Arbeit, die oft mit körperlicher Anstrengung und Leiden verbunden war. In der Zeitgeschichte veränderte sich die Wahrnehmung von Arbeit immer wieder. Für die griechischen Philosophen Sokrates und Platon war Arbeit von geringer Bedeutung. Sie sahen in der Musse – der «Schwester der Freiheit» – den höchsten Wert des Lebens. Diese Einstellung setzte sich in Europa bis in das von harten Lebensbedingungen geprägte Mittelalter fort. Mit dem Zerfall der feudalen Strukturen, welche die Pflichten und Rechte der verschiedenen Gesellschaftsgruppen klar regelten, änderte sich die Bedeutung der Arbeit grundlegend. Immer mehr Menschen boten ihre individuellen Fähigkeiten als Dienstleistungen an. Arbeit wurde nicht länger als ein rein notwendiges Übel

betrachtet, sondern diente vermehrt dazu, die eigene Identität zu bilden.

Arbeit ist mehr als finanzielle Absicherung

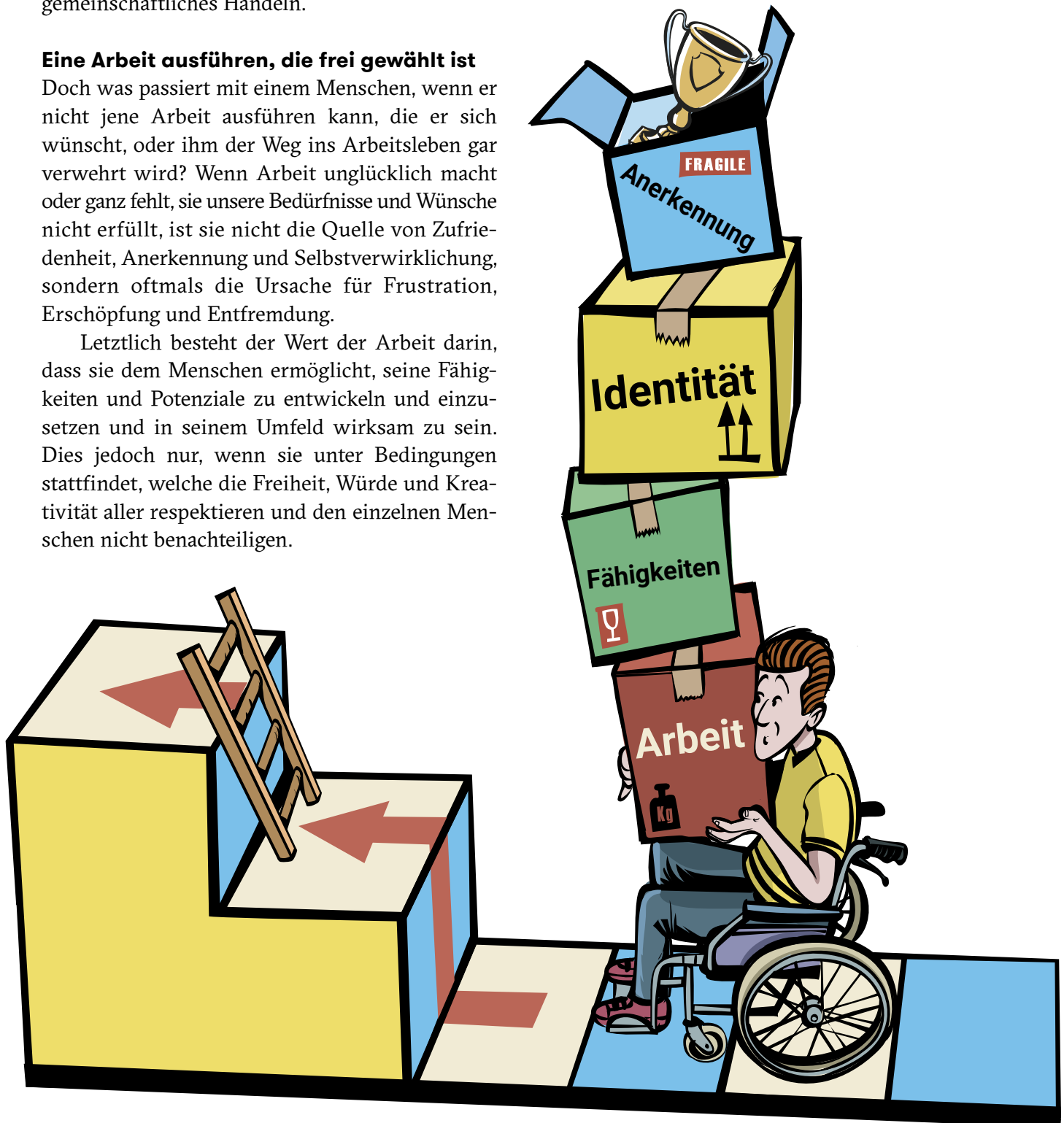
In der modernen Gesellschaft wird Arbeit häufig als Instrument zur Sicherung des Lebensunterhalts betrachtet. Mit Arbeit erreichen wir materiellen Wohlstand, befriedigen unsere Bedürfnisse und erlangen soziale Anerkennung. Doch ist Arbeit nicht noch viel mehr? Arbeit bietet Struktur, Sinn und gesellschaftliche Teilhabe. Sie gibt den meisten Menschen das Gefühl, gebraucht zu werden und nützlich zu sein. Willi Fillinger, freischaffender praktischer Philosoph, benennt es in einem Interview mit der Plattform «FAU – Fokus Arbeit Umfeld» wie folgt: «Arbeit ist nicht nur wichtig, weil wir einen grossen Teil unseres Lebens damit verbringen, sondern vor allem, weil wir durch unsere Arbeit unser Verhältnis zur Welt, zu den anderen Menschen und zu uns selbst bestimmen.» Es gehe also um grundsätzliche Fragen der menschlichen Existenz.

Durch Arbeit treten wir in einen Dialog mit der Welt, verändern diese und verändern auch uns selbst. Arbeit ist in diesem Verständnis nicht nur ein Mittel, um die eigene Existenz zu sichern, sondern eine Möglichkeit, unseren Platz in der Welt zu finden und zu gestalten. Auch der soziale Aspekt der Arbeit ist wichtig. Arbeit ist häufig eingebettet in ein Netzwerk von Beziehungen: Arbeit schafft Verbindungen zwischen Menschen, ermöglicht Austausch und Zusammenarbeit sowie gemeinschaftliches Handeln.

Eine Arbeit ausführen, die frei gewählt ist

Doch was passiert mit einem Menschen, wenn er nicht jene Arbeit ausführen kann, die er sich wünscht, oder ihm der Weg ins Arbeitsleben gar verwehrt wird? Wenn Arbeit unglücklich macht oder ganz fehlt, sie unsere Bedürfnisse und Wünsche nicht erfüllt, ist sie nicht die Quelle von Zufriedenheit, Anerkennung und Selbstverwirklichung, sondern oftmals die Ursache für Frustration, Erschöpfung und Entfremdung.

Letztlich besteht der Wert der Arbeit darin, dass sie dem Menschen ermöglicht, seine Fähigkeiten und Potenziale zu entwickeln und einzusetzen und in seinem Umfeld wirksam zu sein. Dies jedoch nur, wenn sie unter Bedingungen stattfindet, welche die Freiheit, Würde und Kreativität aller respektieren und den einzelnen Menschen nicht benachteiligen.



Bedingungen müssen verbessert werden

Gemäss Artikel 27 der UNO-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UNO-BRK) «haben Menschen mit Behinderungen das Recht auf die Möglichkeit, ihren Lebensunterhalt selbst durch Arbeit zu verdienen. Sie können ihre Arbeit in einem offenen, integrativen und zugänglichen Arbeitsmarkt und Arbeitsumfeld wählen.» Bis dies jedoch Realität wird, muss noch einiges passieren.

So sind Menschen mit Behinderungen im Arbeitsleben häufig mit zahlreichen Hindernissen konfrontiert. Auf dem ersten Arbeitsmarkt zeigt sich gemäss Schattenbericht von Inclusion Handicap bei Menschen mit Behinderungen eine deutlich niedrigere Erwerbstätigkeit sowie eine höhere Erwerbslosigkeit als bei Menschen ohne Behinderungen. Es könne kein inklusiver Arbeitsmarkt entstehen, solange Arbeitgeber*innen kaum angepasste Arbeitsstellen schaffen würden. Darüber hinaus werde in der Schweiz auch kein Unternehmen dazu verpflichtet, Menschen mit Behinderungen anzustellen – laut Urteil des Schattenberichts ein Systemfehler. Damit Menschen mit Behinderungen die gleichen Chancen im ersten Arbeitsmarkt hätten, Karriere machen und die Stelle wechseln könnten, brauche es auch gemäss dem Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) Veränderungen: in den politischen und gesetzlichen Rahmenbedingungen, in den Arbeitsprozessen und der Arbeitsumgebung der einzelnen Unternehmen sowie durch individuell angepasste Unterstützung für Betroffene.

Damit Menschen mit Behinderungen einen besseren Zugang zum Arbeitsmarkt erhalten, müssen also neben individuellen Integrationsmassnahmen auch strukturelle Massnahmen zur Beseitigung von baulichen und technischen Barrieren oder betrieblichen und organisatorischen Hürden ergriffen werden. Gemäss EBGB kann die berufliche Inklusion mit einem inklusiven Arbeitsumfeld erreicht werden. Zum Beispiel durch zugängliche Büros, barrierefreie Arbeitssoftware, ein sensibilisiertes Team, Engagement von Vorgesetzten usw. Kurz gesagt: Menschen mit Behinderungen hätten einen gleichberechtigten Zugang zur Arbeitswelt und könnten ihre Kompetenzen sinnvoll und gewinnbringend einsetzen.

Den Blickwinkel erweitern

Auch die Stiftung MyHandicap betont auf ihrer Plattform EnableMe: «Es gilt nicht mehr nur, die Person mit Behinderung fit zu machen für den Arbeitsmarkt, sondern umgekehrt das Arbeitsumfeld in Unternehmen fit zu machen für die Bedürfnisse von Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen.» Beratungs- und Unterstützungsangebote sowohl für Betroffene als auch für Führungskräfte, Ausbilder*innen und Mitarbeiter*innen seien verstärkt darauf auszurichten, sodass das Bewusstsein für Diversität in den Unternehmen gestärkt und die Inklusion gefördert werde.

Die Erfahrung von Procap Bildung und Sensibilisierung zeigt, dass sich Arbeitgeber*innen zwar grundsätzlich vorstellen können, eine Person mit einer Behinderung anzustellen. Allerdings bestehen zugleich viele Fragen und Unsicherheiten. Um diese Hürden bei Unternehmen abzubauen, bietet Procap das Modul «Arbeitsintegration von Menschen mit Behinderungen» an. Bei der Erarbeitung von praxisbezogenen Lösungen kann Procap zudem auf die Kompetenzen ihrer Rechts- und Bauberatung zugreifen.

Es ist zu hoffen, dass sich die Arbeitswelt in Richtung grössere Vielfalt weiterentwickelt und sich besser auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen einstellt. Wenn Unternehmen erkennen, dass sie von einer diversen Belegschaft auf vielfältige Weise profitieren, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie neben baulich-technischen Rahmenbedingungen auch ihre Unternehmenskultur verändern, die nötige Unterstützung leisten und so mehr Inklusion ermöglichen.

Quellen

- [de.wikipedia.org/wiki/Arbeit_\(Philosophie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Arbeit_(Philosophie))
- www.the-art-of-life.at/journal/2020/wert-der-arbeit
- derarbeitsmarkt.ch/de/print-artikel/Philosophie-der-Arbeit.html
- www.enableme.ch/de/themen/berufliche-inklusion-2982
- www.edi.admin.ch/edi/de/home/fachstellen/ebgb/arbeit/berufliche-inklusion-.html
- UNO-BRK Aktualisierter Schattenbericht, Februar 2022, Inclusion Handicap, Schweiz



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



**HEIMELIG
BETTEN**

Das Pflegebett für daheim

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



**Wir unterstützen die
barrierefreien Reisen
von Procap**

Besuchen Sie uns auf denkenanmich.ch



Di Blasi



Geräte zum
Probefahren im
Verkaufsladen

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



Vögel + Berger AG

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

HILFSMITTEL-MARKT

Praktische Hilfsmittel für mehr Lebensqualität



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

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



**BESUCHEN SIE
UNS IM NEUEN
SHOWROOM!**
Wir freuen uns,
Sie zu beraten!

Leenrütimattweg 7, 4704 Niederbipp, 032 941 42 52
www.hilfsmittelmarkt.ch



Wenn Existenzängste die berufliche Wiedereingliederung hemmen

Die berufliche Wiedereingliederung von Rentenbezüger*innen ist ein zentrales Ziel der IV. Wird eine Person nach der Arbeitsaufnahme erneut arbeitsunfähig, ist sie dem Risiko ausgesetzt, die IV-Rente zu verlieren. Dies hat zur Folge, dass viele den Schritt in die Arbeitswelt gar nicht erst wagen. Die Übergangsleistung der IV soll Schutz bieten. Dies funktioniert in der Praxis jedoch nicht. Procap Sozialpolitik ist stark engagiert, die Situation für Betroffene zu verbessern.

Text Miriam Hürlimann **Illustration** Jan Zablonier

Beschäftigung ist zentral für die soziale Anerkennung eines Menschen. Wir alle kennen die typische Frage beim Kennenlernen: «Und, was machst du so beruflich?» Eine Frage, die man ganz beiläufig stellt und der in unserer Kultur doch so viel Bedeutung beigemessen wird. Viele Menschen identifizieren sich durch ihre Arbeit, und es ist nachvollziehbar,

dass sie leiden, wenn ihnen der Zugang zum Arbeitsmarkt erschwert oder gar verwehrt wird. Wird das Bestreben, sich nach einer Krankheit oder einem Unfall wieder in die Arbeitswelt einzugliedern, zudem durch die Angst gehemmt, die ganze soziale Sicherheit zu verlieren, wird deutlich, dass das heutige System dringend eine Korrektur benötigt.

Jede Veränderung hat Folgen

Der zentrale Leitsatz der IV lautet: «Eingliederung vor Rente». Dies bedeutet, dass die IV, noch bevor sie einen Rentenanspruch prüft, zuerst alles daransetzt, Personen so weit als möglich im Arbeitsmarkt zu halten beziehungsweise sie wieder in diesen zu integrieren. Erst wenn eine Eingliederung nicht möglich ist oder nur teilweise gelingt, wird der Anspruch auf eine Rente geprüft und allenfalls zugesprochen. Eine Rente läuft generell so lange, bis sich die Situation eines*iner Rentenbezüger*in verändert. Dabei kann jede Veränderung in Bereichen, die für die IV-Grad-Bemessung relevant sind, zu einer Überprüfung und Anpassung der IV-Rente führen. In der Praxis sind oft gesundheitliche Veränderungen Gründe für eine Revision der IV-Rente. Da aber der IV-Grad auf einem Einkommensvergleich basiert, führen oft auch Veränderungen im Erwerbseinkommen zu einer Anpassung der Rente.

Wenn eine Veränderung gemeldet wird, welche die IV zu einer Überprüfung berechtigt, können alle Elemente eines Rentenentscheids neu geprüft werden. Dazu gehören also auch solche, die sich nicht verändert haben. Das führt dazu, dass jede kleine berufliche Veränderung (Stellenwechsel, Pensen- oder Lohnerhöhungen, Weiterbildungen etc.) ein neues medizinisches Gutachten zur Folge haben kann. Die Ergebnisse solcher Gutachten sind aber leider oft unberechenbar und unvorhersehbar. Und da jede Veränderung eine Revision zur Folge hat, sind IV-Bezüger*innen sogar dann dem Risiko einer Rentenüberprüfung ausgesetzt, wenn die Veränderung nicht erfolgreich verlief und sie eine Stelle wieder verlassen oder das Pensum wieder reduzieren müssen.

Die Angst, alles zu verlieren

Die IV bietet mit dem sogenannten Arbeitsversuch die Möglichkeit, dass Betroffene unverbindlich Arbeitsluft schnuppern können – allerdings ist dieser auf 180 Tage befristet. Ist ein Arbeitsversuch erfolgreich und resultiert daraus eine Anstellung, wird die bestehende IV-Rente überprüft und gegebenenfalls reduziert oder aufgehoben. Dieses Vorgehen ist so lange kein Problem, wie eine Person wieder arbeiten und ein Einkommen erwirtschaften kann.

Verschlechtert sich jedoch die persönliche Situation nach Beginn einer Anstellung und ist man in der Folge erneut auf eine IV-Rente angewiesen, wird der Anspruch darauf wieder vollständig neu geprüft. Es ist zudem kaum vorhersehbar, wie bei einer erneuten Überprüfung entschieden wird. Der*die Rentenbezüger*in muss daher bei jeder Veränderung damit rechnen, alles zu verlieren – also die IV-Rente wie auch die Ergänzungsleistungen. Die Angst, zur eigenen Existenzsicherung künftig auf Sozialhilfe angewiesen zu sein, begleitet deshalb viele Menschen mit Behinderungen.

Besonders stark betroffen von dieser Ungewissheit sind Personen mit psychischen Gesundheitsproblemen. Die Einschätzungen von medizinischen Gutachten sind gerade bei ihnen oft strittig und Studien haben gezeigt, dass Ärzt*innen diese Fälle sehr unterschiedlich beurteilen.

Folglich gehen viele IV-Rentner*innen kein Risiko ein und wagen nur selten berufliche Veränderungen. Dadurch sind sie jedoch in ihrer beruflichen Entwicklung eingeschränkt. Die Wiedereingliederungsmassnahmen der IV werden von Rentenbezüger*innen daher auch wenig nachgefragt. «Eingliederung vor Rente» kann so nicht funktionieren. Die besten Eingliederungsmassnahmen nützen wenig, wenn sie sich an Personen richten, die berechtigte Angst vor den Folgen dieser Massnahmen haben, gerade auch weil sie unter Umständen lange für den Erhalt ihrer aktuellen Existenzgrundlage kämpfen mussten.

Die heutige Schutzfrist verfehlt ihre Wirkung

Um dieser bekannten Problematik entgegenzuwirken, hat die IV eine «Übergangsleistung bei Arbeitsunfähigkeit» (Art. 32 Bundesgesetz über die Invalidenversicherung IVG) eingeführt. Sie spricht dabei oft von einer «Schutzfrist». Verdient jemand länger als drei Monate mehr, als die IV im bisherigen Invalideneinkommen berechnet hat, führt dies automatisch zu einer Rentenrevision. Verliert die Person durch die Revision ihre IV-Rente, weil sie nun mehr verdient, läuft parallel während dreier Jahre die «Schutzfrist». Wird die Person in diesen drei Jahren wieder arbeitsunfähig, kann – bei einer

Arbeitsunfähigkeit von mindestens 30 Tagen – eine Übergangsleistung der IV, also eine erneute Rente, ausgerichtet werden.

Dieser Schutz funktioniert in der Praxis jedoch nicht. Denn mit Beginn der Übergangsleistung wird von Gesetzes wegen eine generelle Rentenüberprüfung eingeleitet. Hat eine Person also einen gesundheitlichen Rückschlag, nachdem sie beispielsweise ein Jahr lang bewiesen hat, dass sie wieder in einem hohen Pensum arbeiten und Leistung erbringen konnte, wird in vielen Fällen ein*e medizinische*r Gutachter*in auf der leistungsstarken Phase aufbauen und folgern, dass dies auch weiterhin wieder zumutbar und möglich sei.

Dabei handelt es sich um einen Trugschluss, der oft wenig mit der Realität der betroffenen Person zu tun hat. Eine aufgehobene IV-Rente wird also meist nur kurz reaktiviert, wenn jemand aus gesundheitlichen Gründen seiner Arbeit nicht länger nachgehen kann.

Schutz bieten kann diese Regelung nicht. Im Gegenteil. Im schlimmsten Fall bedeutet die neue Abklärung, dass trotz Verlust der Arbeitsstelle und schlechtem Gesundheitszustand auch der Anspruch auf eine IV-Rente verloren geht und jemand langfristig von der Sozialhilfe abhängig wird.

Wer eine Eingliederung wagt, muss besser geschützt werden

Es ist also leicht verständlich, dass Rentenbezüger*innen den Arbeitsversuch gar nicht erst wagen, aus Angst davor, im Arbeitsmarkt gesundheitsbedingt nicht zu bestehen und darüber hinaus noch einen Rentenverlust zu riskieren. Wer die Welt der Arbeit betreten will und Angst hat, bei einem gesundheitlichen Rückfall aus der Welt der Rente herauszufallen, wird die Welt der Arbeit nicht betreten. Die Zahlen sprechen für sich: Zwischen 2012 und 2018 wurde die Übergangsleistung nur in 260 Fällen zugesprochen. Die Idee der «Schutzfrist» ist gut, verfehlt in ihrer heutigen Form aber die Wirkung.

Wer versuchen möchte, wieder zu arbeiten, darf nicht schlechtergestellt sein als Personen, die es nicht versuchen. Nur mit einem echten Schutz wird es möglich, dass Menschen mit teils labilen Krankheitsgeschichten den Schritt in die Arbeitswelt wagen und so die Chancen für eine nachhaltige Eingliederung besser werden.

Für mehr Sicherheit bei der Arbeitsintegration muss an einigen Schrauben gedreht werden, und dies in der komplexen Mechanik der Sozialversicherungsleistungen. Procap engagiert sich im Austausch mit anderen Organisationen und Politiker*innen genau hierfür. Damit sich diese Überlegungen an der Realität von Betroffenen orientieren, sind nicht nur juristische und politische Erwägungen relevant. Es braucht auch persönliche Geschichten von Personen, welche die Angst vor einem Rentenverlust kennen und darum zögern, Eingliederungsmassnahmen in Anspruch zu nehmen.

Wer diese Angst aus eigener Erfahrung kennt, darf sich gerne beim Team Sozialpolitik von Procap unter der E-Mail-Adresse sozialpolitik@procap.ch melden. Alle Informationen werden vertraulich behandelt. Für eine Beratung im Einzelfall verweisen wir an die Beratungsstellen. Doch die Schilderungen persönlicher Erfahrungen können bei der Suche nach Lösungen sehr wertvoll sein.



Neues Kapitel aufgeschlagen

Nach über eineinhalb Jahren intensiver Mobilisierung und Sammeltätigkeit für die Inklusions-Initiative durch alle Behindertenorganisationen der Schweiz war es am 5. September 2024 so weit: 60 Kartons mit 109 110 Unterschriften konnten bei der Bundeskanzlei in Bern eingereicht werden. Rund 1300 Personen hatten sich zuvor auf dem Bundesplatz und später auf der Terrasse des Bundeshauses versammelt. Mit verschiedenen Kundgebungen, Reden und kulturellen Darbietungen machten die Teilnehmer*innen auf die Anliegen von Menschen mit Behinderungen aufmerksam.

Anfang Oktober wurden 107 910 Unterschriften als gültig anerkannt. Die Initiative ist damit offiziell zustande gekommen. Nun liegt der Ball bei der Politik. Im Dezember 2024 wird ein Aussprachepapier des Bundesrats erwartet. Der Beratungsprozess im Parlament dauert 12 bis 18 Monate bevor es im Anschluss zu einer nationalen Abstimmung kommt. Es gibt also auch weiterhin viel zu tun, um das Thema im Bewusstsein der Öffentlichkeit zu halten und um in der Schweiz ein neues Kapitel in Bezug auf die Inklusion von Menschen mit Behinderungen aufzuschlagen.



www.procap.ch/inklusions-initiative



Dominik
Sennhauser
Anwalt

IV-Rente und Arbeitstätigkeit: Was muss ich bei einem Jobwechsel beachten?

Ich beziehe eine halbe IV-Rente und arbeite in einem 50%-Pensum. Nun möchte ich den Job wechseln. Was muss dabei berücksichtigt werden? Und hat ein Jobwechsel Einfluss auf meine IV-Rente?

Beim Bezug einer IV-Rente und gleichzeitiger Arbeitstätigkeit muss ein Jobwechsel wohlüberlegt sein. Es sind sowohl medizinische als auch rechtliche Punkte zu berücksichtigen.

Prüfung der gesundheitlichen Situation

Bei einem Jobwechsel sind verschiedene Konstellationen möglich. So sind beispielsweise eine Erhöhung oder eine Reduktion des Arbeitspensums in der bestehenden Anstellung, ein Wechsel vom zweiten in den ersten Arbeitsmarkt (respektive umgekehrt) oder eine Anstellung bei einem neuen Arbeitgeber denkbar. In jedem Fall muss zuerst geprüft werden, ob die gesundheitliche Situation einen Jobwechsel überhaupt zulässt. Eine Besprechung mit den behandelnden Ärzt*innen ist frühzeitig vorzunehmen, damit abgeklärt werden kann, ob der Jobwechsel mit den gesundheitlichen Einschränkungen vereinbar ist. Insbesondere ein Wechsel vom zweiten in den ersten Arbeitsmarkt oder eine Erhöhung des Arbeitspensums können eine erhebliche Mehrbelastung bedeuten. Auch ist bei neuen Tätigkeiten zu

prüfen, ob diese mit dem zumutbaren Leistungsprofil übereinstimmen.

Prüfung der rechtlichen Situation

Veränderungen im Zusammenhang mit der Arbeitstätigkeit sind aufgrund der Meldepflicht in jedem Fall der zuständigen IV-Stelle mitzuteilen. Jede Veränderung der beruflichen Situation kann Einfluss auf die Rentenhöhe haben. So kann ein höheres Einkommen aus der beruflichen Tätigkeit eine tiefere Rente zur Folge haben, selbst wenn das Arbeitspensum gleich bleibt. Bei der Berechnung des IV-Grads ist das erzielte Bruttoeinkommen trotz gesundheitlicher Einschränkung massgebend. Ein Wechsel vom zweiten in den ersten Arbeitsmarkt hat deshalb in der Regel Einfluss auf die Rentenhöhe. Umgekehrt führen ein Wechsel vom ersten in den zweiten Arbeitsmarkt oder eine Reduktion des Pensums in der bestehenden Anstellung nicht automatisch zu einer höheren Rente, sondern nur dann, wenn der Wechsel aufgrund einer andauernden gesundheitlichen Verschlechterung erfolgt.

Jede Veränderung hat Folgen

Bringt eine neue Anstellung auch neue Tätigkeiten mit sich, ist wie erwähnt zu prüfen, ob diese mit dem zumutbaren Leistungsprofil im Einklang stehen. Sollten Tätigkeiten ausgeübt werden, die gemäss Beurteilung der IV nicht zumutbar sind, könnte dies nachteilige Auswirkungen auf den Rentenanspruch haben.

Wenn ein Jobwechsel aus gesundheitlichen Gründen zur Debatte steht, stellt sich schliesslich die Frage, ob berufliche Massnahmen der IV in Anspruch genommen werden können und sollen. Eine berufliche Veränderung kann gegebenenfalls zuerst im Rahmen eines sogenannten Arbeitsversuchs getestet werden.

Auch beim Bezug einer ganzen IV-Rente ist eine Arbeitstätigkeit im Teilzeitpensum nicht zum Vornherein ausgeschlossen. Sollte beim Bezug einer ganzen IV-Rente eine Arbeitstätigkeit aufgenommen oder der Job gewechselt werden, sind dieselben Punkte frühzeitig zu prüfen.

Ich empfehle Ihnen, sich vor einem Jobwechsel zu einer Beratung bei Ihrer Procap-Beratungsstelle zu melden.



WIR SIND PROCAP

«Ich wollte immer so unab- hängig wie möglich sein»

Laurence Borer

(*2003) lebt in einer ländlichen Gemeinde im Kanton Basel-Landschaft. Im Rahmen eines Eidgenössischen Berufsattests (EBA) hat sie 2022 eine Lehre als Automobil-Assistentin abgeschlossen und arbeitet seither in diesem Beruf. Sie engagiert sich zudem bei der Organisation Swisshelpdogs für eine bessere Akzeptanz von Assistenzhunden in der Gesellschaft.

Procap: Laurence, du arbeitest als Automechanikerin. Wie ist es dazu gekommen, und gibt es einen Aspekt, der dir an diesem Beruf besonders zusagt?

Laurence Borer: Ich war schon immer von Autos fasziniert. Als ich 17 Jahre alt war, konnte ich bei einem Fahrevent von Procap dann erstmals selbst fahren. Das hat mir sehr zugesagt. Später durfte ich in der Autowerkstatt eines Freundes meiner Eltern schnuppern. So hat sich das entwickelt. Heute arbeite ich in einem Teilzeitpensum in einer Garage. Am liebsten arbeite ich mit älteren Autos. Oldtimer interessieren mich sehr. So konnte ich auch schon an einem Mini meiner Eltern rum-schrauben, der Jahrgang 1970 hat.

Wie sieht ein normaler Tag für dich aus?

Meine Tage sind immer etwas unterschiedlich, aber in der Regel arbeite ich am Montag und Dienstag den ganzen Tag, weil da am meisten los ist. Einen Tag habe ich frei, und an den anderen beiden Tagen wechselt es ab, je nachdem, wie viel Arbeit es in der Werkstatt gibt. Meistens beginne ich kurz vor halb acht und arbeite bis zwölf Uhr. Dann gehe ich nach Hause, esse etwas, gehe mit meinem Hund Liv raus und bringe ihn danach zu einem Hundesitter, damit er Abwechslung hat. Anschliessend arbeite ich nochmals bis fünf Uhr und hole Liv dann heim. Für Liv ist das ein guter Rhythmus. Einen halben Tag ist er allein, damit er abschalten kann, denn um mich herum ist er immer aufmerksam.

Das Thema Assistenzhunde ist dir ein grosses Anliegen.

Ja, weil mir mein Hund bei meiner Autismus-Spektrum-Störung (ASS) sehr geholfen hat. Als ich jünger war, konnte ich beispielsweise nicht allein aus dem Haus oder Zug fahren oder einkaufen. Erst als ich im Alter von 13 Jahren Liv bekommen habe, hat sich das geändert. Er hat mir Sicherheit gegeben. Seither bin ich nicht mehr im gleichen Mass von anderen abhängig. Der Hund merkt auch früh, wenn mir die Dinge zu viel werden, und zeigt mir, dass ich eine Pause brauche. Ausserdem riecht er, wenn ich meine Medikamente nicht genommen habe, und macht mich darauf aufmerksam. Ich finde es sehr schade, dass es noch immer negative Reaktionen auf Assistenzhunde gibt, obwohl sie rechtlich schon lange den



Laurence Borer mit ihrem Assistenzhund Liv: «Ich gehe sehr offen mit meiner Autismus-Spektrum-Störung um, denn nicht jede Behinderung ist sichtbar.»

Blindenhunden gleichgestellt sind. Assistenzhunde können ausserdem nicht nur Menschen mit ASS helfen, sondern auch Personen mit Epilepsie, Diabetes oder posttraumatischen Belastungsstörungen.

Wie würdest du dich selbst beschreiben?

Eine schwierige Frage. Ich würde mich als eine Person bezeichnen, die aus allem immer das Beste machen möchte. Ich will vor allem auf eigenen Beinen stehen. Und ich versuche, mein Leben zu geniessen. Leider macht mir mein Körper immer wieder einen Strich durch die Rechnung bei dem, was ich machen kann, will oder darf. Ich muss mich manchmal dazu zwingen, Pausen zu machen, auch wenn ich keine Lust dazu habe. Aber wenn ich diese Grenzen nicht respektiere, geht es mir danach ganz schlecht.

Welche Superkraft würdest du dir wünschen?

Mehr Energie fürs Leben. Dass ich etwa Vollzeit arbeiten könnte und belastbarer wäre.

Worauf bist du besonders stolz?

Darauf, dass ich einen Job, eine eigene Wohnung und einen Assistenzhund habe. Ich komme im Leben gut zurecht, habe eine Beziehung, koche und wasche selbst. Es war immer mein Ziel, so unabhängig wie möglich zu sein.

Hast du ein besonderes Ziel im Leben?

Ich habe zwar einen mechanischen Beruf gelernt, aber ich würde gerne mit Tieren arbeiten.

Ich versuche, irgendwann auf einem zweiten Berufsweg etwas mit Tiermedizin verwirklichen zu können. Aber es kommt so, wie es kommt.

Der Fokus dieser Magazinausgabe ist Arbeit. Was bedeutet Arbeit für dich?

Meine Arbeit gibt mir Struktur. Ausserdem lerne ich dabei immer wieder neue Sachen. Ich muss immer etwas machen und kann nicht einfach herumsitzen. Der Lohn, den ich für meine Arbeit erhalte, bedeutet für mich ausserdem Unabhängigkeit. Ich arbeite und bekomme dafür Geld, und darauf kann ich stolz sein. Deshalb hatte ich am Anfang auch grosse Mühe, das Geld meiner IV-Teilrente anzunehmen. Ich habe lange gebraucht, um zu verstehen, dass ich die Rente deshalb bekomme, weil ich aus körperlichen und psychischen Gründen nicht Vollzeit arbeiten kann.

Was bedeutet Procap für dich?

Ich würde sagen, Procap bedeutet Freiheit. Über die Jahre haben erst meine Eltern und heute ich bei Fragen rund um die Sozialversicherungen immer wieder von Procap Unterstützung erhalten. Ich selbst hatte beim Fahrevent von 2019 erstmals so richtig Kontakt mit Procap – und mich bei dem Event dann sehr gut aufgehoben gefühlt.

www.swisshelpdogs.ch

Swiss Abilities – das selbstbestimmte Leben im Fokus

Am 29. und 30. November 2024 findet in Luzern zum siebten Mal die Swiss Abilities (ehemals Swiss Handicap) statt. Die alle zwei Jahre stattfindende Swiss Abilities ist die nationale Messe zur Förderung eines selbstbestimmten Lebens von Menschen mit Behinderungen.

Namenswechsel und neuer Fokus

Mit der Ausgabe 2024 hat die Messe nicht nur ihr Erscheinungsbild moderner gestaltet respektive ihre Vision und inhaltliche Ausrichtung geändert, sondern tritt auch mit einem neuen Namen auf: Aus der Swiss Handicap wird die Swiss Abilities. Die Veranstalter*innen möchten «die Vielfalt und die Teilhabe von Menschen mit besonderen Bedürfnissen und Fähigkeiten unterstützen und fördern. Menschen mit einer Behinderung wollen nicht immer mit dieser konfrontiert werden.» Deshalb werde der Fokus neu auf die verschiedenen Fähigkeiten (engl. Abilities) und Möglichkeiten gerichtet.

Unterhaltung und Information

An der zweitägigen Veranstaltung werden Themen rund um das Leben mit einer geistigen, körperlichen, psychischen oder sensorischen Behinderung aufgegriffen. Die Swiss Abilities ist ein Marktplatz und bietet gleichzeitig ein breites Spektrum an Informationen, Vernetzung, Inspiration und Erlebnissen für Menschen jeden Alters. Die Aussteller*innen zeigen dabei innovative Produkte und Dienstleistungen, beraten individuell und ermöglichen das Ausprobieren verschiedenster Hilfsmittel.

Dank einem abwechslungsreichen Vortrags- und Eventprogramm wie etwa der beliebten Backstube oder dem Weihnachtsmarkt sowie spannenden sportlichen Aktivitäten zum Mitmachen bietet die Swiss Abilities zudem Unterhaltung und unbeschwerte Momente für die ganze Familie.



Quelle

www.swiss-abilities.ch



Die Messe mit Impulsen für
ein selbstbestimmtes Leben

**29.11. –
30.11.24**

**Messe
Luzern**

Goldpartner

Plusport 

swiss-abilities.ch

Hirnstoff

schweiz. Stiftung f. Artenvielfalt	ohne hilfreiche Idee	Ausruf d. Überraschung	auf der Stelle bleiben	↙	Abk.: dots per inch	Stadt u. Abtei im Burgund	Marder-art	↘	frz. Name des Rheins	Unerfreulichkeiten	Brücke in Venedig	↙	poet.: Nadelwald	Bündner Winter-sportort	↘	skand. Weih-nachten	Thun-fisch
↳													angenehmer Geruch	↳			
↳			↻6		Winter-sportort in der Surselva	↳	Land-schaft in der Ost-schweiz							↻1		Fortset-zungs-reihe	
finn. Winter-sport-ort		geehrt, renom-miert		rätorom. Idiom	↳								Gross-stadt i. d. Emilia-Romagn.	↳	auf diese Weise, derart		
hinken, humpeln	↳				↻4		Abk.: englisch	↳			↻8	edle Blumen	↳				
engl.: eins	↻9			Zch. f. Dyspro-sium	↳		Strom durch Bangkok		Futterale	↳						Bewoh-nerin v. Nord-spanien	Zitrus-frucht
↳				miet-kaufen		Wortteil: Milli-onstel	↳			↻2		Geld-scheine und Münzen	↳	Wortteil: Leben			
nord-german. Götter	Sternbild (lat.)		sehr kleine Fenster	↳					an diesem Ort			aus zwei Einhei-ten be-stehend	↻3				
Doku-menten-samm-lungen	↳					engl.: küssen		nach oben	↻10					dt. Partei		engl.: Schluss	
Zch. f. Radium	↳		lat.: ich		Weiss-kohl	↳					Pass ins Tog-genburg	↳					
Frauen-name	↳			↻7	kurz für: in dem	↳		Zitter-pappel	↳				Gegen-stand, Sache	↳		↻5	
dt. Sozialist † 1895 (Friedr.)		↻11					Flächen-mass	↳			sechzig Minuten	↳					
Band: The Rol-ling ...	↳						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Sudoku

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

Einfach

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

Mittel

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

Lebensqualität dank Mobilität.

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



Rollstuhlverladehilfe



Ein- und Aussteigehilfen

FAHRZEUGAUSBAU
WALDSPURGER



BEWÄHRT UND INNOVATIV

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen. Wir beraten Sie gern.
044 743 80 40 • waldspurger.ch

UMBAU FÜR
DIVERSE
AUTOMARKEN
MÖGLICH



RolliPro™

Die clevere Lösung für Menschen mit Mobilitätseinschränkung.

Stannah

Ihr Zuhause, Ihre Freiheit.

Stannah hat die ideale Liftlösung, um jeden Teil Ihres Zuhauses zu erreichen. Unsere Treppenlifte, Homelifte, Plattformlifte und Badewannenlifte bieten Sicherheit und Vertrauen.

99 % unserer Kunden haben ihr Leben dank Stannah verändert. Vertrauen Sie uns, wenn es darum geht, wieder Gemütlichkeit in Ihr Zuhause zu bringen.

Rufen Sie Stannah noch heute an, um eine kostenlose Offerte zu erhalten.

Deutsch
044 512 52 27

sales@stannah.ch
www.stannah.ch

Italienisch
091 210 72 44

Französisch
021 510 78 90



Stannah, verändert Ihr Leben.



Für einmal selbst am Steuer

Rund dreissig Personen hatten Ende August Gelegenheit, am beliebten Autofahr-Event von Procap in Zusammenarbeit mit Driveswiss in Wohlen teilzunehmen. An der Seite eines dafür ausgebildeten Fahrlehrers konnten Menschen mit Behinderungen am Lenkrad eines speziell umgebauten Fahrzeugs und auf einem abgesperrten Parcours erste Fahrversuche unternehmen. Nach den Fahrrunden erhielten die Fahrer*innen zudem ein Teilnahmezertifikat als Erinnerung für einen Tag voller Spass und neuer Erfahrungen. Procap bietet Menschen mit Behinderungen diverse Angebote zur Mobilitätsförderung. Ziel ist es, Betroffenen Möglichkeiten und Wege aufzuzeigen, wie sie das Autofahren erlernen oder wieder lernen können. Der unregelmässig stattfindende Autofahr-Event erfreut sich grosser Beliebtheit, und die wenigen Plätze sind jeweils sehr schnell ausgebucht.

Der Anlass 2024 wurde ermöglicht durch die grosszügige Unterstützung des Fahrkompetenzzentrums Driveswiss sowie des Grosshändlers für Fahrzeugteile LKQ RHIAG. Herzlichen Dank.



DRIVESWISS 

LKQ

RHIAG GROUP 

Reisen heisst das Leben entdecken

Ob für Ausflüge in der Schweiz oder um ferne Länder rund um den Globus zu erkunden: Im neuen Ferienkatalog 2025 von Procap Reisen finden alle ein passendes Angebot für Ferien und Freizeit.

Text und Bild Procap Schweiz

Es gibt 2025 etwas zu feiern: Seit 30 Jahren bietet Procap Reisen attraktive und barrierefreie Individual- und Gruppenreisen an. Dank der langjährigen Erfahrung und dem hohen Qualitätsanspruch bei der Überprüfung der Angebote kann das Team bestens auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen eingehen. Ende November erscheint der Ferienkatalog 2025. Einmal mehr finden Reiselustige darin eine breite Palette an Angeboten für Aktivferien oder Erholungswochen in der Schweiz und im Ausland.

Attraktive Destinationen und Aktivitäten

Bei den betreuten Gruppenreisen in der Schweiz gibt es neu eine Polisportwoche im Sportzentrum Kerenzerberg, eine Velowoche in Tägerwilen am Bodensee oder die Möglichkeit, in der atemberaubenden Landschaft des Entlebuch das Auffahrtswochenende zu geniessen. Aber auch Fans des Wintersports kommen mit unseren bewährten Reisezielen etwa in Malbun, Laax oder Davos auf ihre Kosten.

Wen es mehr ins benachbarte Ausland zieht, findet am langen Sandstrand im italienischen Bellaria,

in den bezaubernden Landschaften der französischen Provence oder auf einer Flusskreuzfahrt von Basel nach Amsterdam vielleicht das richtige Angebot. Und gleich zwei zauberhafte Destinationen lassen vom Reisen in ferne Länder träumen. Ob im orientalisch geheimnisvollen Marokko oder in Thailand, dem Land des Lächelns: Lassen Sie die Seele baumeln und sammeln Sie unvergessliche Momente und Eindrücke.

Auch die Angebote für Individualreisen wurden ergänzt. So bieten wir Wellnessferien im Floramare Health Resort in Slowenien, eine komfortable Unterkunft mit einer atemberaubenden Sicht aufs Meer in Calvi auf Korsika oder – in Form eines Pilotprojekts – die Möglichkeit, auf einer Flusskreuzfahrt die Wasserwege Europas zu erkunden. Für individuelle Reisen beraten wir Sie gerne persönlich. Wir wissen, welche Bestimmungen in welchen Ländern gelten und was es etwa bei Pflegeleistungen vor Ort oder für eine persönliche Ferienassistenz zu beachten gilt.

Ein Reisebüro für alle

Zusätzlich zu 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.»

Für eine telefonische Katalogbestellung oder bei weiterführenden Fragen beraten wir Sie gerne. Sie erreichen unsere Mitarbeitenden per E-Mail unter reisen@procap.ch oder telefonisch unter 062 206 88 30.

Den Ferienkatalog finden Sie hier:
www.procap-reisen.ch

Sportliche Wettkämpfe und gemütliches Beisammensein

Text Sonja Wenger Fotos Erwin von Arx

Die Termine sind jeweils mit bunten Stiften im Kalender eingetragen, und die Vorfreude kitzelt angenehm im Bauch: Während des ganzen Jahres trainieren die Mitglieder verschiedener Behindertensportgruppen aus der ganzen Schweiz für die nationalen Bewegungs- und Begegnungstage von Procap. Die diesjährigen Veranstaltungen fanden an drei verschiedenen Orten statt.

Schwimmtag in Olten

Es waren so viele wie noch nie: Am 24. August 2024 waren rund 110 Personen mit Behinderungen sowie ihre Betreuungspersonen im Strandbad Olten zusammengekommen. Bei den beiden Schwimmwettkämpfen «Differenzschwimmen» und «Freistil» wurde um jede Sekunde gekämpft. Die Sportler*innen waren mittendrin und wurden sowohl von ihren Kolleg*innen wie auch von den zahlreichen anderen Badbesucher*innen angespornt. Beim gemeinsamen Aufwärmen und Mittagessen war gut für das seelische und körperliche Wohl gesorgt. Und

wer keine Medaille gewann, durfte dennoch ein schönes Andenken mit nach Hause nehmen: ein Abzeichen mit Umhängeband. Procap dankt der SLRG Sektion Olten zudem von Herzen für die tatkräftige Unterstützung im Bereich Sicherheit im Wasser.

Sporttag in Couvet

Rund 80 Sportler*innen, über 30 Begleitpersonen und fast 40 Freiwillige hatten sich am 31. August in Couvet im neuenburgischen Val de Travers eingefunden. Sie massen sich dabei im Weitsprung, im Ballwerfen sowie im 80-m-Lauf und im Stafettenlauf. Trotz drückender Hitze legten die Teilnehmer*innen beim beliebten Rundlauf «Bewegung für alle» gemeinsam über 139 Kilometer zurück, was der Distanz Couvet-Zermatt entspricht. Nach der Ehrung der Sieger*innen und der Verteilung der Medaillen kamen noch einmal alle zusammen, um zur Musik des Films «Un p'tit truc en plus» in einer riesigen Polonaise zu tanzen.

Sporttag in Sargans

Ein vielseitiges Sport-, Bewegungs- und Plauschangebot erwartete am 7. September auch die rund 150 Teilnehmer*innen des Sporttages in Sargans. In der weitläufigen Sportanlage Riet absolvierten sie diverse Wettkämpfe, das 3-Disziplinen-Angebot sowie die inklusiven Plauschmatches in Fussball und Basketball. Bei der «Bewegung für alle» legten die Sportler*innen und Besucher*innen über 128 Kilometer zurück, was knapp der Distanz Sargans-Lugano entspricht. Auch in Sargans gab es nach der traditionellen Pendelstaffette und der Rangverkündigung viele glückliche Gesichter zu sehen.

Für den Kalender 2025: Die nationalen Bewegungs- und Begegnungstage 2025 finden am 30. und 31. August 2025 in Olten statt.



Mit Herzblut, Spass und viel Sonnenschutz:
Impressionen von den Procap Sporttagen an drei Austragungsorten.



Die Bedeutung der Arbeit



Laurent Duvanel
Präsident Procap Schweiz

Die Reformation hat die Schweiz ab dem 16. Jahrhundert stark geprägt. So schrieb der Moralapostel Johannes Calvin aus Genf, dass der Mensch «nicht geschaffen wurde, um nichts zu tun, sondern um sich mit etwas zu beschäftigen». Je nach ihrem körperlichen oder psychischen Zustand werden Menschen mit Behinderungen auch noch in unserer Zeit von der IV als gemindert, beeinträchtigt oder untauglich eingestuft. Eine Rente wird nur auf der Grundlage der individuellen Arbeitsunfähigkeit berechnet. Und vielleicht kommen wir Menschen mit einer Behinderung deswegen nicht in den Himmel? Unbewusst steckt diese Angst vermutlich in den Köpfen vieler Betroffener.

Ein Sachbearbeiter eines RAV-Zentrums erklärte mir einmal mit mitleidigem Blick, dass ich ohne Führerschein nie einen Job bekommen würde: «Sie sind in Ihrer Mobilität behindert, deshalb kann ich Ihnen nicht helfen, einen Job zu finden.» Die Vorstellung in den Köpfen vieler Menschen, dass man als Individuum nur etwas wert ist, wenn man einer bezahlten Arbeit nachgeht, hält sich hartnäckig und ist fehl am Platz. Auch wenn man nicht erwerbstätig ist, kann man einen nützlichen Beitrag zur Gesellschaft leisten. Man denke nur an die vielen Menschen, die ohne Entlohnung Angehörige pflegen oder Freiwilligenarbeit leisten.

Relativieren wir also die Bedeutung der Arbeit. Auch mal mit Humor, etwa mit einem Liedtext von Polo Hofer gesungen: «Arbeiten ist zu schwer, und stehlen ist nicht schön – ich lebe von der Liebe.»

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** 24 500 (total), 19 000 (deutsch), erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap Magazin, Froburgstrasse 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** Laurent Duvanel, Miriam Hürlimann, Anna Pestalozzi, Markus Schneeberger, Dominik Sennhauser, Ariane Tripet, Erwin von Arx, Irja Zuber **Übersetzung** Zélie Schaller, Intexto Magali Züblin, Nathalie Métral Kurkus, Versione traduzioni Flavia Molinari Egloff, Ariane Tripet, Sonja Wenger **Titelbild** Jan Zablonier **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** 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. 1/2025: 23. Januar 2025, erscheint am 3. März 2025.

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen





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

*Die Lift-
Experten*



**Selbständig und selbstbestimmt
arbeiten und wohnen**

Für Menschen mit körperlicher Behinderung
oder einer Mehrfachbehinderung:

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



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



Auflösung von Hirnstoff

Der Rätselaufgaben von Seite 20.

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

ARBEITSLOHN

Sudoku

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

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

Jede Spende
hilft und bereitet
doppelt Freude.
Herzlichen
Dank!

Ich heisse Lara und ich wünsche mir
zu Weihnachten eine Welt, in der...

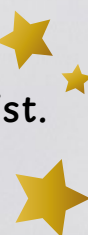
... alle Menschen die gleichen
Rechte haben.

... niemand gemein zu Menschen
mit Behinderungen ist.

... alle Menschen genug Geld für
Weihnachtsgeschenke haben.

... alle Menschen mit jedem
Bus und Zug fahren können.

Einfach, weil das gerecht ist.



Wir von Procap möchten, dass Laras Wünsche in Erfüllung gehen. Unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Spende und helfen Sie mit, die Welt etwas gerechter zu machen.

Sie haben die Möglichkeit, Ihre Liebsten darum zu bitten, Ihnen anstelle von Weihnachtspresents eine Spende zugunsten von Menschen mit Behinderungen zu schenken.

Eine Spendenurkunde kann auf unserer Website persönlich gestaltet und dann ausgedruckt und verschenkt werden!

www.procap.ch/spenden-statt-schenken

Jede Spende hilft, herzlichen Dank.

**Jetzt mit TWINT
spenden!**



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1

procap

Für Menschen mit Handicap.
Ohne Wenn und Aber.