

Procap

Das Magazin
für Menschen
mit Behinderungen

02/19



Mit «**mitenand**»
von Procap Bern

Fokus

Begegnungen
ermöglichen Dialog
und Verstehen

Dossier

Bilanz der EL-Reform
und neue
Mietzinsmaxima

IntegrART 2019

Räume der
Begegnung und
des Austauschs



Sport für alle

Lösungen für den Alltag

sanitar  botta
 Murtenstrasse 7
 2502 Biel/Bienne
 032 323 14 73
 sanitas-botta.ch

 orthopädie
 Karl-Neuhaus-Strasse 24
 2502 Biel/Bienne
 032 328 40 80
 bottaweb.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 und 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.herag.ch

8707 Uetikon am See
 T 043 508 32 05

1470 Estavayer-le-Lac
 T 021 588 16 51

6963 Pregassona
 T 091 228 08 10

 **HERAG**
 Ein Schweizer Unternehmen der Gruppe **Stannah**



HÖGG
LIFTSYSTEME
 CH-9620 LICHTENSTEIG
 TELEFON 071 987 66 80

TREPPENLIFTE

—

ROLLSTUHLLIFTE
SITZLIFTE
AUFZÜGE



Montiert in 2 Wochen

www.hoegglift.ch

SWISS ENGINEERING +



Editorial

Wir hören eine Geschichte und wollen sie teilen. Jemand erzählt einen Witz, und wir geben ihn bei der nächsten Gelegenheit gleich weiter. Und für die meisten Menschen ist das Zusammensein mit Familie und Freunden oder Gleichgesinnten ein wichtiger Teil ihrer Freizeitgestaltung. Indem wir uns mitteilen, teilen wir unser Wissen, teilen wir unser Denken. Das macht uns zum Menschen oder, wie man es heute nennt, zu einem «sozialen Wesen». Durch dieses Verhalten entsteht Austausch, der die Grundlage für Vertrauen ist, was wiederum Gemeinschaft und Solidarität schafft. Die Form, in der dies alles stattfindet, ist in der Regel die Begegnung – und der Grund, weshalb wir den Fokus unserer neuen Ausgabe diesem Thema widmen. Denn gerade innerhalb von Procap gibt es viele Begegnungen der unterschiedlichsten Art. Sei es bei einem Vereinstreffen, beim Sport und bei kulturellen Veranstaltungen oder bei einem Beratungsgespräch zur Sozialversicherung. Ich wünsche Ihnen einen angenehmen Austausch.

Sonja Wenger, Verantwortliche
 Verbandskommunikation und Medien

Inhalt

Notizen	4
<hr/>	
Fokus	
Mitteilen ist teilen – teilen ist teilhaben	6
IntegrART 2019	10
LaVIVA-Jubiläum	13
Reisen in der Gruppe	18
<hr/>	
Dossier Sozialpolitik	
Bilanz EL-Reform	15
Mietzinsmaxima	17
<hr/>	
Service	
Ratgeber Recht	14
Rätsel	20
Carte blanche	22



Wandern für alle

Die Wandersaison hat begonnen! In der Schweiz ist das Wandern die beliebteste Sportart; kein Wunder bei der Vielfalt an schönen Landschaften, von denen wir umgeben sind. Menschen mit eingeschränkter Mobilität wollen und sollen an Wandererlebnissen teilhaben. Dafür macht Procap Schweiz sich seit Jahren stark, zusammen mit anderen Organisationen. So sind bis heute auf dem Netz von SchweizMobil insgesamt 69 hindernisfreie Wanderwege geschaffen worden; weitere kommen laufend dazu. Neu dabei ist Kandersteg im Berner Oberland – dort werden am 19. Juni drei hindernisfreie Rundwege mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden eröffnet. Die Eröffnung wird von einer kleinen Feier umrahmt.

Detaillierte Wanderrouten finden Sie unter www.wanderland.ch > Hindernisfreie Wege.



Neue Plattform für ratsuchende Eltern

insieme Schweiz hat eine Internetplattform aufgebaut, in der sich Eltern von Kindern mit kognitiven Beeinträchtigungen vernetzen können. Das neue Angebot ergänzt die fachlichen Informations- und Beratungsstellen. Ratsuchende Eltern erhalten Kontakt zu insieme-Mitgliedern, die bereit sind, ihr Wissen und ihre Erfahrungen weiterzugeben.

Mehr Informationen finden Sie unter www.elternsofa.ch (Deutsch) und www.parents-parrains.ch (Französisch).

«Sortie Relax» – Kultur für alle in Genf

Das Büro für Kultur und Sport des Kantons Genf unterhält seit längerem eine Website (nur in französischer Sprache) für Kulturveranstaltungen, die auf die Bedürfnisse von Menschen mit einer Seh-, Hör- oder kognitiven Beeinträchtigung ausgerichtet ist: www.culture-accessible.ch. Neu gibt es eine Serie von Veranstaltungen in den Sparten Theater, Tanz, Kino und Ausstellungen unter dem Motto «Sorties Relax». Dabei werden gezielt Menschen mit psychischen oder kognitiven Besonderheiten angesprochen, die nur selten eine konventionelle Vorstellung besuchen, sei es, weil sie sich zwischendurch bewegen müssen, sei es, weil sie in einem dunklen Raum etwa Angst empfinden oder sich unsicher fühlen. An den neuen Veranstaltungen sollen nun bewusst Momente der Begegnung und der Teilhabe geschaffen sowie eine willkommene und warme Atmosphäre geboten werden. Diese entsprechenden Vorstellungen sind auf der Website mit dem Symbol «Relax» gekennzeichnet.



Ab ins Wasser!

Anfang Mai haben die Freibäder ihre Türen für die neue Saison geöffnet. Während der Sommermonate sind die Badeanstalten Zentrum für Sport und Spiel, für Bewegung und ebenso für gemütliches Zusammensein. Damit Menschen mit Mobilitätsbehinderungen dabei nicht auf böse Überraschungen stossen, hat Procap Schweiz die meisten Schwimmbäder der Schweiz auf ihre Zugänglichkeit überprüft. Beachtet wurden dabei neben dem Zutritt ins Wasser auch die Umkleidekabinen, die Duschen und Toiletten, die Restaurants sowie der Zugang generell. Gleichzeitig nutzte Procap Schweiz die Gelegenheit, die Badebetriebe für die Bedürfnisse von Menschen mit Mobilitätsbehinderungen zu sensibilisieren und praktisch zu beraten.

Die detaillierten Informationen für jedes Schwimmbad finden Sie hier: www.swiss-swimming.ch. Informationen zum Procap-Projekt «Barrierefreie Schwimmbäder» sind unter www.goswim.ch erhältlich.



«Singing Hands Day» 2019

In Zusammenarbeit mit dem Montreux Jazz Festival organisiert Procap Schweiz 2019 zum sechsten Mal einen Thementag für Menschen mit einer Hörbehinderung. Der diesjährige «Singing Hands Day» findet am Samstag, 13. Juli 2019, im Rahmen des «Music in the Park» statt. Hier bei wird das Gratiskonzert der Band BSD in französische Gebärdensprache übersetzt. Vor dem Konzert wird zudem eine Führung durch den Backstage-Bereich angeboten (Anmeldung notwendig unter sensibilisierung@procap.ch/sensibilisation@procap.ch). Leider ist die Backstage-Führung nicht rollstuhlgängig.

Ein detailliertes Konzertprogramm des Festivals finden Sie ab 9. Juni unter www.montreuxjazzfestival.com.



Medaillenregen bei den Weltspielen von Special Olympics

Die vielen Trainingsstunden der Sportgruppen in den Regionen Broye und Zug haben bei den Weltspielen in Abu Dhabi Früchte getragen. Die acht Athleten/-innen von Procap sind mit elf Medaillen – eine Gold-, vier Silber- und sechs Bronzemedailles – nach Hause zurückgekehrt. Herzlichen Glückwunsch an (von oben links nach unten rechts) Daniel Catillaz, Philippe Cantin, Flavio Völlm, Marc Michaud, Antonio Barukcic, Loriane Raemy, Vincent Müller und Loïc Paroz für ihre herausragenden Leistungen.



Mitteilen ist teilen – teilen ist teilhaben

Treffen Menschen aufeinander, ist dieser Moment stets einmalig. Der Austausch, der dadurch entstehen kann, ermöglicht Dialog und ein besseres Verstehen der Welt, die uns umgibt. Doch dafür braucht es Räume, und zu diesen wiederum einen Zugang. Einige Gedanken zum Thema Begegnung.

Text Sonja Wenger Fotos Procap Schweiz

Es ist Montagvormittag und Sprechstunde für Rechtsauskünfte und offene Fälle in der Sektion Sarganserland-Werdenberg. Im Halbstundentakt empfängt eine Anwältin von Procap Schweiz Klientinnen und Klienten sowie deren Begleitpersonen. Die Bandbreite der Fälle ist gross und reicht von einer Beratung über erste rechtliche Schritte oder der Vorbesprechung eines Gerichtsfalls bis hin zum Abschlussgespräch eines einfachen Dossiers. Die Zeit ist knapp bemessen, und man spürt, dass neben den sachlichen Fragen bei der Begegnung kaum Raum besteht für persönliche Sorgen und Empfindungen. Dennoch verabschieden sich danach die meisten mit einem erleichterten Gefühl, mit neuer Hoffnung oder erstarktem Kampfgeist.

Über 2000 Dossier haben die Anwältinnen und Anwälte von Procap Schweiz im Jahr 2018 bearbeitet. Auch in den anderen Fachbereichen sind die Zahlen eindrücklich. So wurden vergangenes Jahr in den kantonalen Beratungsstellen für barrierefreies Bauen über 3500 Fälle gezählt. Und die Fachpersonen für Sozialversicherung haben im selben Zeitraum über 11 500 Beratungsleistungen erbracht.

Während für die Mitglieder das Fachwissen der Procap-Mitarbeitenden von grosser Bedeutung ist, da es ihnen so möglich wird, Ansprüche auf existenzielle Dinge durchzusetzen wie etwa eine IV-Rente oder einen barrierefreien Zugang zur eigenen Wohnung, gibt es ein weiteres Element, das sie alle verbindet: Jeder Fall beinhaltet mindestens eine Begegnung in Form eines Gesprächs oder eines Austauschs, woraus ein Dialog und ein gemeinsamer Sinn entstehen, die zwei Personen verbinden.

Begegnung als Bedürfnis

«Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen.» Diese Äusserung des französischen Schriftstellers Guy de Maupassant, der im 19. Jahrhundert lebte und sich in seinem Werk stark mit dem Verhalten und den Bedürfnissen der Menschen auseinandersetzte, ist heute gültiger denn je. Jede Begegnung zwischen Menschen findet nur einmal statt, kann also nicht in der genau gleichen Form wiederholt werden und wird dadurch einzigartig. Jede Begegnung beinhaltet stets auch ein Lernen, ein Wachsen und ist dadurch eine Bereicherung des Lebens. Und nicht zuletzt sind Begegnungen wichtig für den einzelnen Menschen, da er sich dadurch entfalten kann, Teil der Gemeinschaft wird und Zugang erhält zur Gesellschaft.

An dieser Tatsache ändern auch neue Kommunikationstechnologien oder die sozialen Medien wenig. Der Mensch bleibt mit seinen Grundbedürfnissen ein soziales Wesen, also eine Person, die sich austauschen möchte, egal in welcher Form; eine Person, die mit den ihr zur Verfügung stehenden Mitteln kommunizieren will und



Beim Projekt «OpenSunday Inklusion» können Kinder mit und ohne Behinderungen gemeinsam Sport machen und lernen einander und ihre individuellen Fähigkeiten kennen.

die meist sehr neugierig darauf ist, was andere gerade tun oder wo sie sind. Das zeigt sich bei jedem Gespräch, das man in der Öffentlichkeit mithört, jeder Interaktion, deren Zeuge man wird, ob man das nun möchte oder nicht. Und es zeigt sich auch daran, dass «Zeit verbringen» mit Familie oder Freunden noch immer zu einer der beliebtesten Beschäftigungen der Menschen gehört.

Dieser Austausch erfolgt heute oft und über weite Strecken digital, was durchaus Vorteile bietet, etwa für Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder für jene, denen es schwerfällt, sich gegenüber anderen beispielsweise verbal auszudrücken. Die Anforderungen der neuen Medien und von sozialen Plattformen benötigen ausserdem neue Ausdrucksformen und Regeln der Kommunikation und können so kreatives Potenzial freisetzen.

Doch ungeachtet dessen, über wie viele «Likes» das eigene virtuelle Profil verfügt, so ersetzt es doch niemals das wohlige Gefühl realer Kontakte und Begegnungen. Dass seit einiger Zeit das Bedürfnis nach digitalfreien Räumen zunimmt und sogar die sogenannten Digital Natives, jene Generation, die in der digitalen Welt aufgewachsen ist, danach verlangen, ist das beste Beispiel dafür.

Zugang schafft Solidarität

Menschen brauchen also einander, um sich weiterzuentwickeln, um träumen zu können, um Talente zu entdecken oder diese auszuleben, und nicht zuletzt, um gesund zu bleiben, denn in der Regel empfinden wir Erfahrungen oder Erlebnisse nur dann als wertvoll, wenn wir sie mit anderen teilen können. Nicht umsonst bedeutet das Wort «mit-teilen» auch «kommunizieren» oder etwas «gemeinsam tun».

Völlig zu Recht sagte die deutsche Philosophin Ricarda Huch auch: «Jede Bekanntschaft, jede sympathische Begegnung ist ein Gewinn.» Welche Art der Begegnung man als sympathisch oder gewinnbringend empfindet, unterscheidet sich natürlich von Mensch zu Mensch. Doch immer braucht es dafür Räume. Procap Schweiz hat es sich zum Ziel gesetzt, Zugang zu solchen Räumen zu schaffen, denn es ist noch ein weiter Weg hin zu einer inklusiven Gesellschaft, in der die Menschen alle gleichwertig sind, in der ihre Unterschiedlichkeit Platz findet und in der die Vielfalt Normalität ist.

Bis diese Vision erreicht ist, braucht es also Räume, in denen sich gerade Menschen mit Behinderungen in einem selbstbestimmten Umfeld bewegen und untereinander auf ihre eigene individuelle Art austauschen können, ohne sich oder ihre Bedürfnisse zuerst erklären zu müssen. Gleichzeitig fördert Procap Schweiz auch inklusive Angebote, bei denen sich Menschen mit und ohne Behinderungen begegnen, voneinander lernen und gemeinsam aktiv sein können. Dies ist beispielsweise in den Procap-Sportgruppen der Fall, bei den begleiteten Gruppenreisen oder bei den beliebten

LaVIVA-Partys. Solch gemeinsame Erlebnisse sind eine wichtige Grundlage für Solidarität und den Aufbau von Vertrauen, welche wiederum notwendig sind, damit eine Begegnung als positiv empfunden werden kann.

Vereinsleben als sozialer Kitt

Für inklusive Freizeitaktivitäten oder ein soziales Engagement bestehen bei Procap Schweiz also viele Möglichkeiten. Dennoch ist es in erster Linie der Verein, wo sich die meisten Menschen begegnen. Die Möglichkeit, sich im geselligen Rahmen des Vereins gemeinsam zu bewegen, zu wandern, zu kochen oder zusammen Feiertage zu verbringen, bindet und verbindet gleichgesinnte Menschen. Ohne ein aktives Vereinsleben fehlt der soziale Kitt, der notwendig ist, um die Mitglieder für den übergeordneten Zweck zu begeistern.

In der Gemeinschaft eines Vereins kann man aber auch Hindernisse oder Hürden besser überwinden, sich effektvoller zur Wehr setzen und erfahren, dass man mit seinen Bedürfnissen nicht alleine ist auf der Welt. Und nicht zuletzt können positive Begegnungen Kraft verleihen, wie es der deutsch-französische Arzt und Pazifist Albert Schweitzer einst formulierte: «In jedem Leben geht irgendwann unser inneres Feuer aus. Es wird dann wieder entfacht von der Begegnung mit anderen Menschen.»



Unterwegs auf dem Rhein

Kommen Sie mit an Bord der MS Viola. Geniessen Sie harmonische Stunden an Bord und erfreuen Sie sich der vorbeiziehenden Landschaft entlang des Rheins.

Reisedaten (jeweils Mo-So)

Bonn-Rüdesheim-Bonn	Bonn-Rotterdam-Bonn
3.6. – 9.6.2019	27.5. – 2.6.2019
17.6. – 23.6.2019	10.6. – 16.6.2019
1.7. – 7.7.2019	24.6. – 30.6.2019
15.7. – 21.7.2019	8.7. – 14.7.2019
29.7. – 4.8.2019	22.7. – 28.7.2019

Ihr Schiff

Die barrierefreie MS Viola ist ein ganz besonderes Schiff. 34 rollstuhlgängige Kabinen bieten bedarfsgerechten Komfort wie z.B. extra breite Türen, höhenverstellbare Betten und rollstuhlgängiges Bad (teilweise mit Nachbarkabine geteilt). Neben den besonderen Ausstattungsmerkmalen sorgen Restaurant, Panoramasalon, Friseur, Sonnendeck und eine aufgestellte Crew für ein einzigartiges Reiseerlebnis.

Basispreise in CHF ab*

Doppelkabine 1115, Einzelkabine 1440
* pro Person in der Doppelkabine mit geteiltem Bad inkl. Vollpension

Unsere Leistungen

– 6 Übernachtungen in der gewählten Kategorie
– Vollpension

Nicht inbegriffen

An- und Rückreise, Zusatznacht in Bonn vor Abreise, Getränke, Trinkgeld, Annullationskosten- und Rückreiseversicherung, Procap-Auftragspauschale

Weiterführende Informationen und Buchung unter

Procap Reisen, Tel. 062 206 88 30, reisen@procap.ch
www.procap.ch

Reiserouten

Ihnen stehen zwei Flussrouten zur Verfügung. Wählen Sie zwischen der südlichen Richtung von Bonn nach Rüdesheim und zurück oder die nördliche Richtung von Bonn nach Rotterdam und zurück.



Bei LaVIVA-Partys können die Teilnehmenden nicht nur in angenehmer und vorurteilsfreier Atmosphäre tanzen. Es ist auch ein Ort der Begegnung – und manchmal gar der Partnersuche.



Zugang und Inklusion sind Arbeit

Kunst mit ihren verschiedenen Ausdrucksformen vermag Räume zu schaffen, in denen sich Menschen mit und ohne Behinderungen begegnen und ihre Perspektiven hinterfragen können.

Text Sonja Wenger Fotos Bob Pritchard



Menschen mit Behinderungen sind meist auch kreative Menschen, denn aufgrund vielfältiger Hürden im Alltag sind sie oft gezwungen, sich andere Wege und Zugänge zu erarbeiten. Kunst bietet Möglichkeiten und Begegnungsräume, dieses kreative Potenzial auf unterschiedliche Weise zu nutzen. Unter dem Motto «It's a Matter of Perspective» (Es ist eine Frage der Perspektive) diskutierten Anfang Mai die Teilnehmenden des 7. biennalen Symposiums IntegrART (siehe Box) unter anderem darüber, wie Künstler/-innen das kreative Potenzial ihrer Behinderungen nutzen können und mit welchen Strategien und Techniken sie ihren Platz einfordern in einer (Kunst-)Welt, deren Strukturen in der Regel nicht für sie gemacht sind.

Im Vorfeld stellten sich Nina Mühlemann und Tanja Erhart, die Co-Leiterinnen des Symposiums, in Zürich respektive per Skype aus London den Fragen des «Procap»-Mitgliedermagazins. Nina Mühlemann ist in Zürich aufgewachsen, wo sie heute wieder lebt, und hat in Basel und London Englische Literatur studiert. Ihre Doktorarbeit absolvierte sie auf den Gebieten Performance und Disability Studies. Seit Sommer 2018 bis Frühling 2020 leitet sie zusammen mit dem Künstler Jeremy Wade die Future Clinic for Critical Care, ein soziokulturell animiertes Kunstprojekt, in dem es um Fürsorge und Pflege geht. Sie hat seit Geburt eine Behinderung und ist Rollstuhlfahrerin.

Tanja Erhart ist im Tirol aufgewachsen und studierte in Wien Kultur- und Sozialanthropologie. Als zeitgenössische Tänzerin arbeitete sie unter anderem von 2014 bis 2017 bei der britischen Candoco Dance Company und tritt derzeit in Farah Salehs Stück «Brexit means Brexit» auf. Sie hat ein Bein und tritt bei ihren Aufführungen mit Krücken, ihrem Rollstuhl oder auch ohne ihre Hilfsmittel auf. Sie lebt in London.

Hierarchien hinterfragen und Strukturen aufbrechen

Für das IntegrART-Symposium 2019 haben beide nun erstmals zusammengearbeitet. Es sei bei der Ausschreibung des Migros-Kulturprozent eine Bedingung gewesen, dass sich nur Menschen mit einer Behinderung für das Kuratorium bewerben konnten, erzählt Nina Mühlemann im Rückblick. Damit habe das Projekt IntegrART, das sich für die Inklusion von Künstler/-innen mit einer Behinderung in Kunst und Gesellschaft einsetzt, Neuland betreten. «Ich habe es sehr genossen, mich bei der Arbeit mit jemandem auszutauschen, dem ich nicht ständig meine Bedürfnisse erklären musste», sagt Nina Mühlemann dazu. «Es ist zudem ein riesiger Unterschied, wenn die Inhalte einer solchen Veranstaltung von Selbstvertreterinnen und Selbstvertretern gestaltet werden können.»



Haben sich beim Kuratorium des Symposiums von IntegrART perfekt ergänzt: Tanja Erhart (links) und Nina Mühlemann.

Im Gespräch betonten Nina Mühlemann und Tanja Erhart deshalb mehrfach, wie wichtig es sei, im Alltag wie auch bei Kunstprojekten die Sichtweise und Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen miteinzubeziehen, denn «gerade in der Kunst gibt es viele Hierarchien, die nicht reflektiert werden und deren sich Menschen ohne Behinderungen meist nicht bewusst sind.» Hierzu gehört nicht nur die Frage, warum Personen in einem Rollstuhl meist nur am Rande des Publikums Platz finden, also gar keine Wahl haben, von wo aus sie ein Stück betrachten wollen. Es geht auch darum, wie man etwa ein Tanzstück für Menschen mit einer Sehbehinderung zugänglich macht oder das gesprochene Wort für Menschen mit Hörbehinderung, wenn die Gebärdensprachdolmetscherin sich im Raum bewegen muss oder die Aufführung in einer anderen Sprache stattfindet.

Gemäss Tanja Erhart bestehen zudem weitere Hierarchien, etwa beim Schaffensprozess. «Die Zeit, die einem heute für die Entwicklung eines Stückes zugestanden wird, basiert auf Strukturen, die von und für Menschen ohne Behinderungen entwickelt wurden.» Dass Menschen mit Behinderungen ihre individuellen Zeitstrukturen haben, wird hierbei selten berücksichtigt.

Räume schaffen und Arbeit umverteilen

Dieses Denken und diese Normen etwas aufzubrechen, war ein erklärtes Ziel des diesjährigen Symposiums, das sich auch stark an die Entscheidungstragenden von Kulturhäusern sowie an Organisationen und Behörden aller Ebenen richtete. Nahtlos führt dabei die Diskussion um Hierarchien im Kulturschaffen zum Thema

«Leadership», ein weiterer Bereich, der den Kuratorinnen am Herzen liegt. Noch immer fehlen in den Ausbildungs- und Arbeitsstrukturen unseres Landes wichtige Grundlagen dafür, dass auch Menschen mit Behinderungen kulturelle Führungspositionen übernehmen können. Beide Frauen haben sich ihre Grundlagen auf akademischer Seite geholt, doch nicht alle haben diese Möglichkeit. «Wenn man also mehr Führungspositionen für Menschen mit Behinderungen fordert, muss man auch reflektieren, wie denn das System überhaupt funktioniert, und dieses vielleicht hinterfragen», sagt Tanja Erhart. «Uns geht es darum, die Menschen dazu zu bewegen, ausserhalb eingespielter Normen zu denken.»

Eine wichtige Rolle spielen hierbei die Medien. Auf welche Art Menschen mit Behinderungen auf medialen Plattformen dargestellt werden und wie stark sie selbst präsent sind, hat einen grossen Einfluss auf die Wahrnehmung einer Gesellschaft. So gibt es zum Beispiel in Grossbritannien einige Medienschaffende, die selbst eine Behinderung haben und so mit einer anderen Sichtweise über die Themen berichten.

Laut Nina Mühlemann ist die Diskussion um Diversität und Inklusion in Grossbritannien aber auch deshalb weiter fortgeschritten als etwa in der Schweiz, weil dort in erster Linie das sogenannte soziale Modell von Behinderungen gilt. Bei diesem Modell wird die Gesellschaft als wichtigster Faktor betrachtet. «Das bedeutet: Eine Behinderung entsteht nicht aufgrund einer körperlichen Einschränkung, sondern erst durch die Wahrnehmung und das Verhalten des sozialen Umfelds.»

Qualitätsarbeit, nicht Sozialarbeit

Beiden Frauen ist entsprechend wichtig, dass Behinderung nicht nur als eine Hürde gesehen wird und der Mensch mit Behinderung als jemand, der ausschliesslich zu kämpfen hat. «Nicht alles ist negativ», sagt Nina Mühlemann. Und Tanja Erhart wünscht sich keine Bewunderung für ihr Engagement «trotz» ihrer Behinderung, sondern in erster Linie eine ehrliche Auseinandersetzung mit der Qualität ihrer Arbeit. «Die Förderung von Künstlerinnen und Künstlern mit Behinderungen ist nicht Sozialarbeit. Deren Arbeit ist vielmehr Teil der Kultur und gehört entsprechend gefördert.» Ihre Arbeit unterscheidet sich nur dadurch, dass sie auf einer anderen Körperlichkeit basiere, andere Bewegungsqualitäten zeigt und andere Mittel verwende. «Doch genau damit kann ich Bilder und Perspektiven verändern, und das wiederum ist wichtig, damit wir uns als Menschen weiterentwickeln können.»

Wie viel Bewusstseinsarbeit und Sensibilisierung es noch braucht, bevor ein entsprechendes Verständnis überall vorherrscht, zeigt sich, als unser Gespräch auf

das Thema der gesellschaftlichen Mitverantwortung kommt. «Es ist wichtig, dass die Gesellschaft sich selbst in der Verantwortung dafür sieht, für Menschen mit Behinderungen jene Räume zu schaffen, in denen sie in einem selbstbestimmten Umfeld lernen und sich entwickeln können», sagt Tanja Erhart. Dazu gehöre, dass man es nicht als unmöglich betrachte, wenn ein Kind mit Behinderung tanzen möchte. Und auch, dass es nicht selbst den Mut und die Kraft aufbringen muss, entsprechende Angebote einzufordern, denn «das ist ungeheuer anstrengend».

«Nicht zuletzt sind Zugang und Inklusion auch Arbeit», ergänzt Nina Mühlemann abschliessend. «Und derzeit ist es noch immer so, dass wir Menschen mit Behinderungen den grössten Teil dieser Arbeit übernehmen.» So müsse sie meist selber herausfinden, welches Tram oder Restaurant zugänglich sei. «Natürlich sind das kleine Dinge. Aber sie summieren sich extrem in unserem Alltag. Deshalb sollte es das Ziel von uns allen sein, diese Arbeit durch stärkeren Dialog umverteilen zu können, auf das persönliche Umfeld wie auch auf die Behörden der Stadt, des Kantons oder des Bundes.»

IntegrART – Kunst kennt keine Grenzen

Mit dem Netzwerkprojekt IntegrART, initiiert von Isabella Spirig, setzt sich das Migros-Kulturprozent für die Inklusion von Künstler/-innen mit einer Behinderung in Kunst und Gesellschaft ein.

Seit 2007 vernetzt das biennale Projekt Festivals aus allen Landesteilen, präsentiert gemeinsam mit seinen Partnern nationale sowie internationale Bühnenproduktionen und veranstaltet Symposien.

Im Rahmen von IntegrART 2019 werden an den folgenden Festivals Tanzproduktionen von und für Menschen mit Behinderungen gezeigt:

Out of the Box – Biennale des Arts inclusifs

20. bis 26. Mai 2019, Genf, www.biennaleoutofthebox.ch

Wildwuchs Festival

23. Mai bis 2. Juni 2019, Basel, www.wildwuchs.ch

ORME Festival

30. Mai bis 2. Juni 2019, Lugano, www.ormefestival.ch

BewegGrund. Das Festival

5. bis 9. Juni 2019, Bern, www.beweggrund.org

www.integrart.ch

Beschwingt am LaVIVA-Jubiläum



allem dafür teils von weither gekommen. Was beim Blick in die Runde auffällt, ist das angenehme Fehlen von Menschen, die selbstverloren ins Handy starren. Stattdessen sind überall lachende und schwitzende Gesichter zu sehen, tanzende Gruppen und es herrscht eine Stimmung, die sich nur mit beschwingt und glücklich beschreiben lässt.

Wie bei LaVIVA-Partys üblich, beginnt sich nach 21 Uhr die Tanzfläche zu leeren. Kurz vor 22 Uhr sind dann auch die letzten Besucher auf dem Heimweg. Die Organisatorinnen und Organisatoren übergeben den Raum an das nächste Team – und alle versprechen, auch beim nächsten Mal wieder dabei zu sein.

Informationen über aktuelle Daten finden Sie unter www.laviva.ch. Bilder auf www.facebook.com/laviva-party

Text Sonja Wenger Fotos Daniela Kocher

Bereits wenige Minuten nach Türöffnung der Laborbar um 19 Uhr in Zürichs Ausgehviertel ist der Raum rappellvoll. Die Barequipe hat alle Hände voll zu tun. Und zu den Klängen des DJ-Duos René & Adrian tummeln sich erste Tänzerinnen und Tänzer auf der leicht erhöhten Bühne.

Mehr Personen als üblich haben an diesem Samstagabend Anfang April den Weg nach Zürich gefunden, denn es gibt etwas Besonderes zu feiern: ein Jahrzehnt LaVIVA. Genau zehn Jahre zuvor war LaVIVA in der Laborbar gestartet. Seither tanzen und singen Menschen mit und ohne Behinderungen in der ganzen Schweiz auf den Partys in barrierefreien Räumen und zu angesagter Musik. Wie bei jedem Jubiläum darf deshalb auch eine Ansprache nicht fehlen. Projektleiterin Susanne Lizano von Procap bewegt verdankt alle Beteiligten, darunter den LaVIVA-Gründer Daniel Vuillaume und Corinna Neukom als aktuelle Party-Verantwortliche mit herzlichen Worten, Blumen und Erinnerungen. Ein paar Tränen der Rührung werden zerquetscht. Und eine Jubiläumsbowlie gesponsert von Procap Zürich versüsst allen den Abend.

Danach wird sofort weitergetanzt, denn schliesslich sind die Besucherinnen und Besucher vor



mitenand Procap Bern

Aloha & ab in den Sommer



Schon ist es eine Weile her, seit unser erstes mitenand im neuen Gewand erschienen ist. Auch in der zweiten Ausgabe gibt's viel Spannendes, Erfreuliches und Wissenswertes zu Lesen. Es wird Sommer und damit Zeit für Feste, Reisen und ein bisschen Savoire vivre. Deshalb haben wir dieses Jahr zum ersten Mal drei Sommerfeste, ein

Kinderfest in Langenthal, ein Stadtfest in Bern und ein Familienfest in Wilderswil, auf die Beine gestellt und freuen uns riesig, die warmen Tage mit Ihnen zu feiern. Natürlich fehlen auch die Reisen nicht. Weiter hinten in diesem Heft finden Sie alles wichtige zu unseren Sommererevents.

Es bleibt mir, Ihnen allen einen hervorragenden Sommer zu wünschen. Auf Bald.

Philipp Buri, Geschäftsführer

Vorankündigung Vorträge

Im Jahr 2019 sind einige Vorträge geplant. So werden wir am 31. Oktober 2019 in Thun und am 19. November in Bern über die Revision der Ergänzungsleistungen informieren und am 17. September findet in Burgdorf unser Vortrag zum Übergang von IV zu AHV statt. Referent ist Procap-Rechtsanwalt Daniel Schilliger. Weitere Informationen zu den Vorträgen gibt's im nächsten mitenand.

Danke, Merci und Grazie

Ein grosses Merci gebührt unseren Mitgliedern, die unsere Tombola mit einer Naturalspende oder einem finanziellen Beitrag unterstützt haben. Vielen Dank!

Procap-Gesichter

Wer sie kennt, vergisst sie nicht mehr – für alle die sie noch nicht kennen, stellen wir sie aber gerne kurz vor: Unsere Regionalstellenleiterin Emmental-Oberaargau, Corinne Dellsperger.

Corinne, Was ist Procap für dich?

Eine wichtige Unterstützung für Menschen mit Handicap.

Was ist deine Aufgabe bei Procap?

Ich bin Regionalstellenleiterin und darf ganz viele tolle Anlässe organisieren und durchführen.

Mit was können sich Mitglieder an dich wenden?

Mit Anregungen für neue Anlässe oder allgemeinen Fragen und Anliegen.



Was wolltest du schon immer einmal machen, das du noch nie getan hast?

Ich würde unglaublich gerne einen Tiger „knuddlä“.

Dein schönster Procap-Moment?

Das ist schwierig, ich hatte schon sehr viele schöne

Momente. Einer der schönsten Momente war meine erste Reise vor acht Jahren in Toni's Zoo. Ich durfte zwei Geparde streicheln, waren zwar keine Tiger, aber schon sehr nahe an meinem Herzenswunsch.

Dein Wunsch an die Procap-Mitglieder?

Schön wäre, wenn alle Mitglieder an unseren tollen Procap-Anlässen mitmachen würden.

Zur Geschäftsstelle

Die Geschäfts- und Beratungsstelle in Bern erreichen Sie im Juli 2019 telefonisch von Montag bis Donnerstag von 09.30 – 11.30 Uhr.

Papillon, die Gruppe, bei der immer etwas läuft



Die Papillongruppe zu Besuch bei den «Rollstuhl-Organisatoren» des Call Center Handicap der SBB.

Papillon-Besuch im Call Center Handicap in Brig

Papillon, die Gruppe für Junge und Junggebliebene organisiert über das Jahr hinweg immer wieder Ausflüge, Führungen und Treffen. Sei dies ein Besuch im Bundeshaus, eine Führung in der Vogelwarte Sempach oder in der Seidenraupenzucht in Hinterkappelen. Am 06. April machte sich die Papillongruppe auf in Richtung Brig. Ihr Ziel: Das SBB Call Center Handicap.

Reisende mit eingeschränkter Mobilität können beim SBB Call Center Handicap (Tel: 0800 007 102) Hilfen fürs Ein- und Aussteigen bestellen. Zudem organisiert das Call Center Hilfe bei internationalen Bahnreisen, berät beim Reisen mit Handicap im öffentlichen Verkehr und nimmt Daueraufträge für regelmässige Reisen mit dem öffentlichen Verkehr entgegen.

Um 13:00 Uhr wurden die neugierigen Besuchenden der Papillongruppe dort von Evelyne Kaufmann, einer Mitarbeiterin der SBB, in Empfang genommen. Sie führte

diese ins Gebäude und machte sie mit den anwesenden «Rollstuhl-Organisatoren» bekannt.

Während rund eineinhalb Stunden durften die Papillonnerinnen und Papillonner den Mitarbeitenden über die Schulter schauen. Sie konnten mitverfolgen, wie die Telefone entgegengenommen, die gemeldeten Rollstuhlein- und auslade im System erfasst, auf den Plänen eingetragen und die Mobilhelfenden kontaktiert wurden. Das Personal war sehr freundlich und erklärte ausführlich, wie alles funktioniert.

Anschliessend genoss die Gruppe das wunderbare Frühlingswetter in Brig, spazierten durch die schöne Altstadt zum Stockalperpalast und liess sich dort von der Sonne verwöhnen. Nach einem gemütlichen Marsch zum Bahnhof führte sie der Zug wieder Richtung Bern.

Die Anlässe der Gruppe Papillon finden Sie in unserer Agenda. Sie sind mit dem Schmetterlings-Icon gekennzeichnet. Möchten Sie auf einen Ausflug der Papillongruppe mitgehen? Dann wenden Sie sich an Rolf Schnyder, 032 652 00 78 oder fam.schnyder@bluewin.ch. Die Papillongruppe freut sich über neue Gesichter.

Feste



Der neue Procap-Lampion- umzug am 1. August

Für einige Jahre verwandelte Procap Bern am 1. August den Bundesplatz in ein Meer aus farbigen Lichtern. Nun organisiert die Stadt Bern mit einem neuen Konzept eine umfangreiche Feier, bei welcher der Bundesplatz anders genutzt wird. Procap bringt Bern aber weiterhin zum Leuchten. Das erste Mal dieses Jahr veranstalten wir den Procap-Lampionumzug. Bereits am Tag, von 11 bis 19 Uhr, können Kinder und bastelfreudige Besuchende selber ihre Lampions basteln. Erwachsene und Nicht-Bastelnde können an unserem Stand in der Bundesgasse ein fixfertiges Lampion beziehen. Die Kerzen für die Lampions verkaufen wir am Procap-Stand für CHF 5.-. Der Erlös kommt vollumfänglich Procap Bern und damit Menschen mit Handicap im Kanton Bern zugute. Von 21.15 bis 22.00 Uhr findet unser barrierefreier Lampionumzug statt, vom Bundesplatz über den Casinoplatz zum Kornhaus, über die Nägelgasse und den Waisenhausplatz zurück zum Bundeshaus.

Kommen Sie vorbei, wenn wir am 1. August die Berner Innenstadt zum Leuchten bringen. Melden Sie sich an, wenn Sie mithelfen wollen. Wir sind dankbar für jede HelferIn und jeden Helfer.

Infos: Procap Bern, Sophie Mural, 031 370 12 00 oder info@procapbern.ch

Impressum

Sektion Procap Bern, Zeitschrift für Menschen mit Handicap. Herausgeber: Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, 3007 Bern, 031 370 12 00. Redaktion: Philipp Buri. Redaktionsmitarbeit: Sophie Mural, Verena Alessio, Sabine Blaser, Corinne Dellsperger. Herstellung: Stämpfli Druck, Bern

Familienfest in Wilderswil am 8. September

Auf die Plätze, fertig, Grill! Am 8. September wird's feurig bei Procap Bern. Wir schmeissen unsere erste Grillparty. Lust auf ein paar leckere Cervelats, ein goldbrau-



nes Schlangenbrot und ein knackiges Salatbuffet? Unser grossartiges Endsommerfest findet am 8. September ab 12 Uhr in der Schmidmatta in Wilderswil statt. Im Schatten im Pavillon lässt's sich toll bräteln, Schlangenbrote um Stecken drehen, plaudern, spielen und den Nachmittag verbringen. Gleich neben dem Pavillon befindet sich der grosse Spielplatz, der auch für die kleinen Gäste einen tollen Nachmittag verspricht. Zudem erwartet unsere Gäste am Nachmittag eine spannende Überraschung – verraten wird aber noch nix. Für frische Salate, Schlangenbrotteig, Cervelats, Brot, Chips, erfrischende Getränke und gute Glut ist gesorgt. Falls Sie etwas anderes als Cervelat auf den Grill möchten, bringen Sie es selber mit. Weil wir einen Pavillon haben können wir feiern, egal ob's regnet, nebelt oder schneit. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen und sagen „Grill Ahoi“!

Informationen zum Familienfest in Wilderswil

Ort: Schmidmatta, Wilderswil, an der Strasse Richtung Saxeten
Zeit: 12.00 – 17.00 Uhr
Kosten: CHF 10.- für Procap-Mitglieder; CHF 15.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 23. August 2019 via Talon an Procap Bern, Regionalstelle Interlaken-Oberhasli, Seestrasse 32, 3852 Ringgenberg oder per Mail an info@procapbern.ch

Feste

Kinderschminken und heisse Hunde am 30. Juni

Am 30. Juni 2019 wird's spassig auf dem Wuhrplatz in Langenthal. Procap Bern organisiert ihr erstes Kinderfest für Kinder mit Handicap. Neben Kinderschminken und Bastelspass gibt es viele Spielgelegenheiten und Dinge, die mit Sicherheit herzhaftes Lachen auf alle auf Kindergesichter zaubern. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Es gibt Hotdogs, Popcorn und verschiedene süsse Getränke. Kommen Sie vorbei, lernen Sie andere Eltern kennen und erleben Sie einen tollen Nachmittag in Langenthal mit viel Spiel und noch mehr Spass.



Informationen zum Kinderfest

Ort: Wuhrplatz, Langenthal, Parkmöglichkeiten vorhanden
Zeit: 13.00 – 17.00 Uhr
Kosten: Verpflegung wird zum Selbstkostenpreis verkauft
Anmeldung: bis am 24. Juni 2019, via Talon an Procap Bern, Regionalstelle Emmental-Oberaargau, Kreuzfeldstr. 59, 4932 Lotzwil oder per Mail an info@procapbern.ch

Zirkus-Knie

Pferde, Akrobaten, Clowns und Sägespähn – der Zirkus Knie ist wieder da! Wir erhalten 20 Gratisintritte inkl. zwei Rollstuhlplätze für die Vorstellung am 15. August, um 15 Uhr in Bern. Melden Sie sich per Telefon unter 031 370 12 00 oder per Mail an info@procapbern.ch an. „Es het, solangs het.“

Stadtführung, Apéro und Petanque am 14. Juli

Bern, die wunderschöne Stadt an der Aare wird die Kulisse für unser erstes Procap-Sommerevent mit Stadtführung, Apéro und Petanquespiel. Zuerst gibt's geheime Erzählungen über Bern, Erstaunliches aus der Geschichte der Hauptstadt, dass nicht in den Schulbüchern steht und gefürchige Legenden, darüber was früher hinter den barocken Fassaden passierte.



Das und vieles mehr erfahren Sie bei unserer Stadtführung durch die Berner Altstadt zum Thema „Lust und Laster“. Nach unserer Tour erfrischen wir uns auf der Münsterplattform bei einem Apéro und geniessen die atemberaubende Aussicht auf die Aare und die Matte. Anschliessend werden wir von einem Petanque-Profi in die Geheimnisse des Spiels mit den silbernen Kugeln eingeweiht. Unter dem Motto „Bärn mir hei di gärn“ zelebrieren wir einen Nachmittag lang unsere Hauptstadt von ihrer schönsten Seite. Wir freuen uns riesig!

Informationen zum Sommerevent

Ort: Treffpunkt bei der Touristeninfo im Bahnhof Bern
Zeit: 12.45 – 17.00 Uhr
Kosten: CHF 15.- für Mitglieder; CHF 35.- für Nichtmitglieder
Anmeldung: bis am 28. Juni via Talon, per Telefon an 031 370 12 00 oder per Mail an info@procapbern.ch

Reisen

Mitgliederreise ins Schiesskino Brünig Indoor am 29. Juni

Wir gehen auf Reisen! Geplant ist ein explosiver Tagesausflug ins Schiesskino Brünig Indoor und zurück nach Thun je nach Wetter über die atemberaubende Panoramastrasse. Unsere Reise startet in Thun und führt über Interlaken ins Brünig Indoor. Ein feines Zmittag in guter Gesellschaft fehlt da natürlich auch nicht. Der Ausflug findet am 29. Juni 2019 statt und führt uns ins einzige öffentliche Laser-Schiesskino der Schweiz. Seien auch Sie mit dabei und freuen Sie sich über die tolle Gesellschaft, die spannenden Aktivitäten, die spektakuläre Aussicht und das feine Zmittag. Wir freuen uns schon jetzt.



Informationen zur Reise

Abfahrt Thun: 09.00, Bahnhof Thun
Treffpunkt Interlaken: 09.30, Hotel Interlaken, Höhweg 74, 3800 Interlaken
Kosten: CHF 40.- für Mitglieder; CHF 75.- für Nichtmitglieder, exklusiv Getränke
Anmeldung: bis am 15. Juni 2019, via Talon an Procap Bern, Verena Alessio, Merkurstr. 4, 3613 Steffisburg oder per Mail an info@procapbern.ch
Abmeldung: bis 3 Tage vor der Reise, danach keine Rückerstattung der Kosten

Mitgliederreise in den Erholungspark mit Aussicht am 31. August

Dieses Jahr führt uns die Reise mit Startpunkt in Langenthal und Burgdorf in den Parc Pré Vert auf den Signal de Bougy, einen 707 Meter hohen Berg nördlich des Genfersees, der wegen seiner Aussicht auf den stahlblauen Genfersee und die Savoyer Alpen seit jeher berühmt ist. Im Restaurant des Parks werden wir ein köstliches Mittagessen geniessen und ein bisschen Savoire-vivre wie in Frankreich zelebrieren. Bei schönem Wetter erkunden wir am Nachmittag den vielfältigen Park. Zu Entdecken gibt es neben der unschlagbaren Aussicht noch so vieles. Wir freuen uns!

Informationen zur Reise

Abfahrt Langenthal: 9.00 Uhr, Bahnhof Langenthal
Abfahrt Burgdorf: 9.30 Uhr, Bahnhof Burgdorf
Kosten: CHF 40.- für Mitglieder; CHF 75.- für Nichtmitglieder, exklusiv Getränke
Anmeldung: bis am 25. August 2019, via Talon an Procap Bern, Regionalstelle Emmental-Oberaargau, Kreuzfeldstr. 59, 4932 Lotzwil oder per Mail an info@procapbern.ch
Abmeldung: bis 3 Tage vor der Reise, danach keine Rückerstattung der Kosten



Reisen und mehr

Mitgliederreise auf den Spuren Gotthelfs am 17. August

Wer war das nochmal mit "Ueli dr Chnecht" oder "der schwarzen Spinne"? Ah ja Gotthelf war's! Seine Spuren suchen wir auf der Mitgliederreise, die in Bern startet. Eine höchst interessante Führung gibt Einblick in sein Wirken – aber auch in das Leben von damals – genial! Auch alle Schleckmäuler kommen auf ihre Kosten: bei Kambly können wir 100 Gützsorten probieren. Zmit-tag gibt's natürlich auch. Hurra!



Informationen zur Reise

Abfahrt: 09.00 Uhr, Bern, Hodlerstrasse 8, (vor dem Kustmuseum)
Kosten: CHF 40.- für Mitglieder; CHF 75.- für Nichtmitglieder, exklusiv Getränke
Anmeldung: bis am 30. Juli 2019, via Talon an Procap Bern, Cäcilienstrasse 21, Postfach 392, 3000 Bern 14 oder per Mail an info@procapbern.ch
Abmeldung: bis 3 Tage vor der Reise, danach keine Rückerstattung der Kosten

Bräteln im Hirschpark am 29. Juni

Um 11 Uhr beim Tierpark Hirschpark in Langenthal geht's los, unser gemütliches Grillieren. Salate, Brot, Chips und alkoholfreie Getränke haben wir organisiert. Fleisch, Geschirr und Besteck bringt jeder selbst mit. Das Bräteln findet nur bei gutem Wetter statt. Auf dem Telefonbeantworter unter 034 530 06 45 können Sie abhören, ob der Anlass stattfindet. Melden Sie sich bis am 21. Juni 2019 via Talon an Procap Bern, Regionalstelle Emmental-Oberaargau, Kreuzfeldstr. 59, 4932 Lotzwil oder an per Mail an info@procapbern.ch.



Adressen

Geschäfts- und Regionalstelle Bern / Biel-Seeland

Cäcilienstr. 21, Postfach 392, 3000 Bern 14
Tel. 031 370 12 00, info@procapbern.ch
Mo. – Do. 09.30 – 11.30, Di. + Do. 14.00 – 16.00

Regionalstelle Emmental-Oberaargau

Corinne Dellsperger, Kreuzfeldstr. 59, 4932 Lotzwil
Tel. 034 530 06 45, emmental@procapbern.ch, oberaargau@procapbern.ch, Mo. + Do. 13.00 – 15.00 Uhr

Regionalstelle Thun


Verena Alessio, Merkurstrasse 4, 3613 Steffisburg
Tel. 033 222 09 09, thun@procapbern.ch
Di. + Mi. 09.30 – 11.30 Uhr


Regionalstelle Interlaken-Oberhasli

Sabine Blaser, Seestr. 32, 3852 Ringgenberg
Tel. 033 823 18 00, interlaken@procapbern.ch
Di. 09.30 – 11.30 Uhr, Do. 14.00 – 16.00 Uhr


Agenda


Veranstaltungen

 **Sa. 25. Mai 2019**
Freizeitgruppe Papillon, Spycher Handwerk Huttwil
Auf zu Spycher Handwerk Huttwil.
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78 oder fam.schnyder@bluewin.ch



 **Sa. 15. Juni 2019**
Hindernisfreier Rundweg in Kandersteg
Ein feines Picknick und ein schöner Spaziergang? Kommen Sie mit uns nach Kandersteg und erkunden Sie über den hindernisfreien Rundweg die Berglandschaft.
Ort: Kandersteg, Bahnhof
Zeit: 13.40 Uhr
Achtung: Nur bei gutem Wetter
Mitnehmen: Getränk, Sonnenschutz
Kosten: CHF 5.-
Anmeldung: bis am 10. Juni 2019, per Telefon 031 370 12 00 oder per Mail an info@procapbern.ch


 **Fr. 21. Juni 2019**
Computer- und Handykurs
Besprechen Sie ihre Fragen zu Computer und Handys mit Gymnasiasten und Gymnasiastinnen.
Zeit: 14.00 – 17.00 Uhr
Ort: Konferenzraum 3.01, 3. Stock, Gymnasium Interlaken, Mittengrabenstr. 8, 3800 Interlaken
Anmeldung: bis 07. Juni 2019 via Talon oder per Mail an info@procapbern.ch

 **Sa. 22. Juni 2019**
Freizeitgruppe Papillon, Vogelwarte Sempach
Auf zur Vogelwarte Sempach!
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78 oder fam.schnyder@bluewin.ch


 **Sa. 29. Juni 2019**
Bräteln Hirschpark Langenthal


Ort: Hirschpark Langenthal
Zeit: 11.00 Uhr
Achtung: Nur bei gutem Wetter
Mitnehmen: Fleisch, Geschirr, Besteck
Anmeldung: bis am 21. Juni 2019 via Talon oder per Mail an info@procapbern.ch


  **Sa. 29. Juni 2019**
Mitgliederreise mit Start in Interlaken und Thun
Alle Infos finden Sie auf der Seite V der mitenand-Beilage.


 **So. 30. Juni 2019**
Kinderfest in Langenthal
Alle Infos finden Sie auf der Seite IV der mitenand-Beilage.


 **Do. 11. Juli 2019**
Kegeln Steffisburg
Kegeln im Restaurant Glockental.
Infos: verena.alessio@procapbern.ch, Tel: 033 222 09 09


 **So. 14. Juli 2019**
Stadtführung, Apéro, Petanque
Alle Infos finden Sie auf der Seite IV der mitenand-Beilage.

 **Do. 1. August 2019**
Procap-Lampionumzug Bern
Alle Infos finden Sie auf der Seite III der mitenand-Beilage.



 **Sa. 3. August 2019**
Freizeitgruppe Papillon, Grillieren bei Ruth & Erika
Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78 oder fam.schnyder@bluewin.ch

 **Sa. 17. August 2019**
Mitgliederreise mit Start in Bern
Alle Infos finden Sie auf der Seite VI der mitenand-Beilage.


 **Sa. 31. August 2019**
Mitgliederreise mit Start in Langenthal und Burgdorf
Alle Infos finden Sie auf der Seite V der mitenand-Beilage.


 **Mo. 2. September 2019**
OHA Oberländische Herbstausstellung
Ab 13.00 Uhr können Sie mit dem Mitgliederausweis gratis an die Ausstellung.

 **Fr. 6. September 2019**
Jungfrau-Parace Interlaken
Ort: Höhenweg, Interlaken
Anmeldung: ab Ende Mai per Mail an info@jungfrau-marathon.ch oder Birgitte Mathys.
Infos: Brigitte Mathys, Leiterin Nordic Walking und Sportgruppe, 079 624 40 42.

  **So. 8. September 2019**
Familientag mit Grill Wilderswil
Alle Infos finden Sie auf der Seite III der mitenand-Beilage.

Sa. 14. September 2019
Spiel- und Begegnungstag in Zuchwil
Spiel- und Begegnungstag bei Procap Solothurn. Weitere Infos folgen.

 **Di. 17. September 2019**
Referat "Von der IV zur AHV" in Burgdorf
Weitere Infos folgen.

 **Do. 19. September 2019**
Kegeln Steffisburg
Infos: verena.alessio@procapbern.ch, Tel: 033 222 09 09

Sa. 21. September 2019
Sektionstag von Procap

Agenda



So. 29. September 2019

**Freizeitgruppe Papillon,
Seidenraupenzucht**

Hinterkappelen

Auf in die Seidenraupenzucht!

Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78
oder fam.schnyder@bluewin.ch



Fr. 18. Oktober 2019

Kegeln Steffisburg

Infos: verena.alessio@procapbern.ch,
Tel: 033 222 09 09



Do. 31. Oktober 2019

Referat zur EL-Revision in Thun



Sa. 2. November 2019

Freizeitgruppe Papillon, Programmhock

Zusammensitzen und planen.

Infos: Rolf Schnyder, 032 652 00 78
oder fam.schnyder@bluewin.ch



Sa. 16. November 2019

Spaghettiplausch

Alles Pasta oder was? Ein bisschen
Italianità an kalten Tagen.



Di. 19. November 2019

**Computer- und Handykurs in
Bern**



Di. 19. November 2019

Referat zur EL-Revision in Bern



Sa. 30. November 2019

**Adventsmarkt in Leissigen und
Tag der Menschen mit Behinderung**



So. 1. Dezember 2019

Adventsfeier Emmental

Di. 3. Dezember 2019

**Internationaler Tag der Menschen
mit Behinderung**



Sa. 7. Dezember 2019

Adventsfeier Thun



Sa. 14. Dezember 2019

Adventsfeier Interlaken



Regelmässig

Jeden ersten Montag im Monat

Spieltreff in Ittigen

Zeit: 14.00 – 16.00 Uhr

Ort: Restaurant ChäppuTräff,
Kappelisackerstr. 119, 3063 Ittigen

Jeden Mittwoch

Jassen in Beatenberg

Zeit: 19.00 – 22.00 Uhr

Ort: Restaurant Gloria, Beatenberg

**Jeden vierten Samstag Frauentreff
in Interlaken, Spiez oder Thun**

Mit aufgestellten Frauen einmal im
Monat etwas unternehmen?

Infos: Ursula Thöni, 079 507 98 47
oder thoeni_ursula@bluewin.ch

**13. Juni, 8. August, 10. Oktober
und 28. November 2019**

Gesellige Nachmittage 2019

Ort: Restaurant Landhaus Adler,
Frutigen

Zeit: ab 14.00 Uhr

Anmeldung: Erika Schnidrig,
033 675 21 85



Sportgruppen

Zum Schnuppern nehmen Sie mit
der jeweiligen Ansprechperson
Kontakt auf.

Jeden Montag

Fussball Herzogenbuchsee

Ort: Sporthalle Sekundarschule
(Winter), Sportplatz Waldäcker
(Sommer)

Zeit: 18.00 – 19.30 Uhr

Infos: Jonas Kiener, 079 737 44 04

Jeden Dienstag

Schwimmen Herzogenbuchsee

Ort: Hallenbad Herzogenbuchsee

Zeit: 17.00 – 18.00 Uhr

Infos: Caroline Jäggi, 032 631 20 64
oder macasipa@vtxmail.ch

Kosten: Eintritt auf eigene Kosten

Jeden Mittwoch

Schwimmgruppe PluSport

Interlaken-Oberhasli

Zeit: 18.45 – 19.45 Uhr

Ort: Bödelibad in Interlaken

Infos: Ursula Schwarz, PluSport
033 222 23 53 oder
schwarz322@bluewin.ch

Jeden Donnerstag

**Sport- und Nordic-Walking-
Gruppe Interlaken-Oberhasli**

Je nach Wetter Turnen oder Nordic
Walking. Die Nordic Walking Runde
dauert von 18.00 bis 19.30 Uhr.

Ort: Turnhalle Ost, Gymnasium
Interlaken

Zeit: 18.00 – 19.00 / 19.30 Uhr

Treffpunkt: 17.45 Uhr bei der Turn-
halle.

Infos: Brigitte Mathys, 079 624 40 42
oder Regionalstelle, 033 823 18 00

Jeden Donnerstag

**Polysport (Turnen) Herzogen-
buchsee**

Ort: Dreifachturnhalle Herzogen-
buchsee

Zeit: 17.00 – 18.00 Uhr

Infos: Corinne Dellsperger,
034 530 06 45

Jeden Donnerstag

Unihockey Herzogenbuchsee

Ort: Dreifachturnhalle Herzogen-
buchsee

Zeit: 17.00 – 18.00 Uhr

Infos: Corinne Dellsperger,
034 530 06 45

Sportgruppe Langenthal

Infos: Priska Zimmermann,
062 923 29 36 / 076 575 29 36 oder
sekretariat@procapsport-
langenthalhuttwil.ch

«Einmal Rente, immer Rente?»



Karin Wüthrich,
Advokatin

Ich habe eine Verfügung der IV-Stelle erhalten mit dem Titel «Zusprache einer Invalidenrente». Mir steht seit Juni 2017 eine ganze Rente und seit Januar 2019 eine Dreiviertelrente zu. Ich bin nun 56 Jahre alt. Wie lange erhalte ich diese Invalidenrente?

Bei einer Invalidenrente handelt es sich um eine Dauerleistung. Dennoch steht Ihnen die Rente nicht automatisch bis zum Erreichen des AHV-Alters zu. Das hat mehrere Gründe. Ausschlaggebend dafür, dass Sie sich bei der IV anmelden mussten, waren gesundheitliche Beschwerden, die Sie zur Aufgabe Ihrer ursprünglichen beruflichen Tätigkeit gezwungen hatten. Im Herbst 2018 hatte sich Ihr Gesundheitszustand dann wesentlich verbessert. Seither ist Ihnen eine leichte Tätigkeit in einem Teilpensum zumutbar. Diese gesundheitliche Veränderung führte dazu, dass per Januar 2019 Ihre ganze Rente auf eine Dreiviertelrente herabgesetzt wurde.

Rentenrevision

Die IV-Stellen prüfen von sich aus regelmässig, ob die Voraussetzungen für eine Invalidenrente noch vorliegen. Sie tun dies im Rahmen von ordentlichen Rentenrevisionen. Wie häufig solche Überprüfungen stattfinden, ist vom Alter der versicherten Person und von der Diagnose beziehungsweise der Art und Schwere der gesundheitlichen Beeinträchtigung abhängig. Bei einer Rentenrevision erhalten Sie einen Fragebogen. Die IV-Stelle wird ausserdem von Ihren Ärzten, an Ihrer Arbeitsstelle und bei anderen Versicherungen Informationen einholen.

Wir empfehlen unseren Mitgliedern stets, dass sie sich bei ihrer Procap-Beratungsstelle melden, wenn die IV ein Revisionsverfahren einleitet, denn anhand der eingereichten Unterlagen wird entschieden, ob der bisherige Anspruch weiterhin besteht oder zusätzliche Abklärungen notwendig sind respektive ob die Rente erhöht oder herabgesetzt wird.

Veränderungen und Meldepflicht

Wesentliche Veränderungen der gesundheitlichen, familiären und beruflichen Situation können den Rentenanspruch beeinflussen und sind meldepflichtig. Es ist darum wichtig, solche Änderungen der IV mitzuteilen, auch weil sich dadurch Ihr Rentenanspruch zu Ihren Gunsten verändern kann, etwa für eine Kinderrente nach einer Geburt.

Eine vorübergehende Erkrankung oder eine behandelbare Verletzung stellt für die IV allerdings nicht automatisch eine wesentliche Veränderung dar. Entscheidend sind alle Veränderungen, die länger als drei Monate dauern, die voraussichtlich weiterhin bestehen und deshalb als

dauerhaft bezeichnet werden. Eine rechtzeitige Information ist aus zwei Gründen wichtig: Zum einen wird eine Rentenerhöhung frühestens ab dem Zeitpunkt Ihres Gesuchs vorgenommen. Zum anderen kann die IV Leistungen von Ihnen zurückfordern, wenn Sie im Fall einer gesundheitlichen Verbesserung eine Meldung unterlassen. Hierbei kann bereits eine leichte Verletzung der Meldepflicht im Sinne einer Unachtsamkeit zu einer Rückforderung führen. Dies hat oftmals weitreichende Konsequenzen, denn von einer IV-Rente hängen meist noch weitere Sozialversicherungsleistungen ab (Rente der Pensionskasse, Ergänzungs- oder Zusatzleistungen).

Berufliche Wiedereingliederung

Es ist möglich, dass Sie von der IV aufgefordert werden, an Massnahmen für die berufliche Wiedereingliederung teilzunehmen. Die IV kann dies anordnen, wenn sie ein Eingliederungspotenzial sieht, und zwar auch dann, wenn sich Ihre gesundheitliche Situation nicht verändert hat. Das Bundesgericht hat kürzlich bestätigt, dass für IV-Rentnerinnen und IV-Rentner die Pflicht besteht, an zumutbaren Massnahmen wie beispielsweise einem Belastbarkeitstraining aktiv teilzunehmen. Während der Umsetzung von beruflichen Wiedereingliederungsmassnahmen erhalten Sie weiterhin die Ihnen zustehende Rente.

Sollten Sie im Zusammenhang mit einer Eingliederungsmassnahme Post von der IV-Stelle erhalten, empfehlen wir Ihnen ebenfalls, sich bei der für Sie zuständigen Procap-Beratungsstelle zu melden.

www.procap.ch/rechtsberatung



Wofür wir kämpfen

Seit fast neunzig Jahren setzt sich Procap für die Anliegen ihrer Mitglieder ein – im direkten Austausch und der persönlichen Beratung, in der Politik und gar vor Gericht. In der Serie «Wofür wir kämpfen» beleuchten wir in jeder Ausgabe des Mitgliedermagazins ein Thema und zeigen, welche Auswirkungen sozialpolitische Entscheidungen oder gesetzliche Bestimmungen auf den Alltag unserer Mitglieder haben.

Reform der Ergänzungsleistungen: Eine Bilanz

Das Fazit zur Reform der Ergänzungsleistungen (EL) fällt verhalten positiv aus, obwohl einige Massnahmen nur schwer zu akzeptieren sind. Einige Verbesserungen – notwendig und lange erwartet – wurden zwar umgesetzt, allerdings mussten auch Kürzungen hingenommen werden.

Die vom Nationalrat ursprünglich geforderten Kürzungen waren völlig unverhältnismässig und hätten dramatische Auswirkungen für das Leben von Menschen mit Handicap gehabt. Dank des engagierten Einsatzes von Procap Schweiz in Zusammenarbeit mit Inclusion Handicap beschränken sich die Kürzungen nunmehr vor allem auf Bereiche, die nicht in erster Linie Grundbedürfnisse

nisse betreffen. Im Rahmen der Reform wurde auch die lang erwartete Erhöhung der Mietzinsmaxima berücksichtigt. Damit verbessert sich die oftmals prekäre Situation zahlreicher EL-Beziehenden – aktuell sind fast die Hälfte der IV-Rentnerinnen und -Rentner auf EL angewiesen. Trotz verschiedener Kompromisse gilt die Reform der EL in ihrer aktuellen Form aber als angemessen.

Lang erwartete Anpassung der Mietzinsmaxima

Positiv zu verzeichnen ist die Anpassung der Mietzinsmaxima an den Stand der aktuellen Mieten. Seit der letzten Anpassung 2001 sind die Mietkosten für zahlreiche EL-Beziehenden massiv gestiegen und haben die knappen Budgets der Betroffenen weiter belastet. Es handelte sich um eine untragbare Situation, in der die Betroffenen zwischen Mietkosten und Kosten für den Lebensunterhalt wählen mussten. Aufgrund der substanziellen Erhöhung der Mietzinsmaxima wurde diese unhaltbare Situation beendet, die schon viel zu lange ange dauert hat. Die Anpassung fällt neu je nach Wohnregion unterschiedlich hoch aus.

Zusätzlich zur Anpassung der Maxima wurde der Zuschlag für Mieterinnen und Mieter im Rollstuhl auf 6000 CHF erhöht. Des Weiteren haben die Kantone ab jetzt mehr Spielraum im Umgang mit der Mietzinsentwicklung und können die Renten um +/- 10 % des Betrags anpassen. Obwohl die neuen Bestimmungen zu den Mietzinsmaxima von der Mehrzahl der EL-Beziehenden begrüsst werden, bereitet die neue Berechnungsmethode noch einige Probleme. Die Beträge werden pro Wohnung – und nicht pro Person – in Abhängigkeit der Grösse des Haushalts und der Region berechnet (siehe Tabelle). Die Leistungen für die Miete sind pro Wohnung gedeckelt und benachteiligen vor allem Personen, die in Wohngemeinschaften leben (siehe Text Seite 17).

Verhinderung drastischer Massnahmen

Die Reform konnte leider nicht verhindern, dass bestimmte Sparmassnahmen durchgeführt wurden. Aber auch wenn diese Einschnitte nur schwer zu akzeptieren sind, konnten zahlreiche – noch schwerwiegendere – Einbussen abgewendet werden. Freibeträge auf dem Gesamtvermögen, Beiträge für den allgemeinen Lebensbedarf für Kinder oder Sanktionen beim BVG-Kapitalbezug sind nur einige Beispiele für eine Abschwächung oder sogar Aufhebung der Sparmassnahmen. So wurden die Vermögensfreibeträge zwar auf 30 000 Franken für Alleinstehende bzw. auf 50 000 Franken für Paare gesenkt. Es konnte aber verhindert werden, dass der Nationalrat die Freibeträge auf 25 000 bzw. 40 000 Franken kürzt.

Die Beiträge für Kinder unter elf Jahren wurden deutlich gekürzt. Im Gegenzug werden im Rahmen der Reform die Kosten für ausserfamiliäre Betreuungsleistungen berücksichtigt. Nach heftigen Diskussionen konnten die vorgesehenen Einschnitte für ältere Kinder abgewendet werden.

Procap Schweiz ist besonders erleichtert, dass das Parlament darauf verzichtet hat, die EL von Personen, die einen Teil ihrer Pensionskassenguthaben in Kapitalform bezogen haben, um 10 % zu kürzen. Zentral ist ausserdem, dass das Parlament davon absah, künftig weniger als die effektive Krankenkassenprämie zu vergüten. Nunmehr wird bei der EL-Berechnung die effektive Prämie, höchstens aber wie bis anhin die regionale Durchschnittsprämie berücksichtigt. Insgesamt also eine durchaus positive Bilanz trotz einiger mitunter harter Einschnitte. Ein letzter Spielraum, der noch zur Verfügung steht, betrifft die Anwendungsbestimmungen des Bundesgesetzes in Form einer Verordnung. Procap Schweiz wird sich auch weiterhin für die Interessen von Menschen mit Behinderungen einsetzen.

Weiterführende Informationen unter www.procap.ch/news

Maximale Monatsbeiträge

Grösse des Haushalts	Grossstadt*	Stadt*	Ländliches Gebiet*	Aktuelle Situation**
☺	1370	1325	1210	1100
☺☺	1620	1575	1460	1250
☺☺☺	1800	1725	1610	1250
☺☺☺☺+	1960	1875	1740	1250

*Beitrag pro Wohnung // ** Beitrag pro Person

Wohngemeinschaften fördern die Eigeninitiative

Greifen die Anpassungen der Mietzinsmaxima für EL-Beziehende, wird das Leben in einer Wohngemeinschaft für viele unmöglich. Sie würden weite Teile ihrer Selbstständigkeit verlieren und zunehmend isoliert.

Text und Foto Sonja Wenger

Mit der kürzlich beschlossenen Neuregelung der EL-Mietzinsmaxima wird statt des bisher effektiven Mietzinsanteils, von höchstens 1100 Franken künftig nur noch ein Betrag angerechnet, bei dem ein definiertes Mietzinsmaximum durch die Anzahl der im Haushalt lebenden Personen geteilt wird. Diese Neuregelung, die nach einer dreijährigen Übergangsfrist greifen soll, verbessert zwar die Situation von Familien und Einzelpersonenhaushalten, verschlechtert sie aber für Erwachsene mit Behinderungen, die in einer Wohngemeinschaft oder bei ihren Eltern wohnen.

Michaela Welten ist eine jener Personen, die davon betroffen wäre. Sie erhält seit 2004 aufgrund einer Nervenerkrankung und des dadurch ausgelösten Muskelschwunds eine IV-Rente. Während mehrerer Jahre lebte sie in einer WG in der Stadt Bern. Bei dieser Wohnform schätzt sie die sozialen Kontakte zu anderen Menschen, die ihr aufgrund ihrer eingeschränkten Mobilität und Ausdauer sonst oft verwehrt bleiben. «Ausserdem kann man sich in einer WG gegenseitig helfen.»

Notwendige Anpassung

Mit der neuen Regelung wäre ihr dies künftig nicht mehr möglich, denn für den Mietanteil einer 4er-WG in einer Grossstadt stünden ihr nur noch 490 Franken zur Verfügung. Michaela Welten ist vergangenen Herbst deshalb von Bern weggezogen und hat sich über verschiedene Wohnformen informiert. Seither sucht die Mutter von zwei erwachsenen Söhnen eine passende Wohngemeinschaft, in der sie sich langfristig auch mit der Neuregelung ein oder zwei Zimmer leisten kann.



Michaela Welten kämpft für ihr Grundrecht, die eigene Wohnform wählen zu können.

Doch gerade in grösseren Wohngemeinschaften verringert sich der Mietzinsbeitrag noch einmal stark – so würde sie in einer Cluster-WG mit 16 Personen nur noch 122 Franken erhalten. «Dafür lässt sich auch auf dem Land kein Zimmer mehr finden», sagt Welten. Besonders unsinnig sei dabei, dass sie künftig einen höheren Betrag zugute hätte, wenn sie in einem Einpersonenhaushalt leben würde. «Statt die Eigeninitiative von Menschen mit Behinderungen zu fördern, wird sie so blockiert. Dabei ist gerade die Vereinsamung bei chronisch kranken Menschen ein grosses und kostenintensives Problem.»

Auch aus diesem Grund möchte sich Michaela Welten in Zusammenarbeit mit Procap Schweiz mit anderen Betroffenen zusammentun. Das gemeinsame Ziel ist, vor dem Inkrafttreten der Neuregelung eine Anpassung zu erwirken, mit der für EL-Beziehende das gemeinschaftliche Wohnen finanziell möglich bleibt.

Wenn Sie von den Anpassungen bei der Regelung der Mietzinsmaxima betroffen sind, bitten wir Sie, sich beim Bereich Sozialpolitik von Procap Schweiz zu melden unter Tel. 062 206 88 86 oder E-Mail: alex.fischer@procap.ch oder sara.schmid@procap.ch.

Gruppenreisen und das Vergnügen des Teilens

Ferien sind stets eine Gelegenheit, neue Aktivitäten und unbekannte Ziele zu entdecken sowie sich selbst und andere Menschen besser kennenzulernen. Roland Reymond aus dem Vallée de Joux schwört dafür auf die Gruppenreisen von Procap Reisen.

Text und Fotos Corinne Schüpbach



Die Augen von Roland Reymond strahlen, wenn er an seine letzten Ferien zurückdenkt. Er hat alle Erlebnisse auf seinem Smartphone festgehalten, und nach einer kurzen Suche erscheinen alle seine Aktivitäten auf dem Bildschirm. Die Bilder sind seine kostbaren Erinnerungen an vier Reisen, die er mit Procap bereits unternommen hat. Und die fünfte Reise ist bereits reserviert.

Aus dem breiten Angebot von Procap Reisen hat Roland Reymond sich diesmal für eine Gruppenreise entschieden. In der Vergangenheit hat er auch schon eine Individualreise unternommen. Diese Erfahrung gefiel ihm allerdings weniger, da die Tage mitunter sehr lang gewesen seien und er sich rasch gelangweilt habe. «In einer Gruppe ist es viel lustiger. Man hat dort die Möglichkeit, viele verschiedene Aktivitäten auszuprobieren. Ausserdem kann man sich gegenseitig helfen.» Dieser Aspekt des Teilens und der Solidarität findet sich in jeder einzelnen Urlaubsgeschichte von Roland Reymond. So erinnert er sich vor allem an die gemeinsamen Mahlzeiten in einem Feriencamp: «Da war jemand, der konnte nicht sehen, also habe ich ihm geholfen, sein Tablett zu tragen. Es gibt immer eine Möglichkeit, einander zu helfen.»

Treffpunkt slowUp

Die von Procap Sport unterstützte lokale Veranstaltungsreihe slowUp ist äusserst beliebt. Roland Reymond nimmt an diesem barrierefreien Event auf den autofreien Strassen seiner Heimat nicht nur aktiv teil, sondern ist auch als Freiwilliger tätig, indem er für die Veranstaltung wirbt. Dabei freut er sich, jeweils alte Bekannte wiederzusehen und neue Freundschaften zu knüpfen. «Ich bin in dieser Gegend zur Schule gegangen. Deshalb treffe ich oft Leute, die mich schon seit meiner Kindheit kennen. Sie bleiben dann stehen, und wir unterhalten uns ein wenig. Das ist wirklich sehr nett.»

Mehr Informationen zu slowUp finden Sie unter www.procap.ch > Angebote > weitere Freizeitangebote

Auch für seine nächsten Ferien hat er sich von den Erfahrungen der Vergangenheit leiten lassen. «Als ich hörte, wer die Reise in den Center Parc betreuen würde, wollte ich mich sofort anmelden, denn ich weiss, dass diese Betreuerin für eine tolle Atmosphäre in der Gruppe sorgen wird.» Die Person und die Rolle der Betreuenden sind für Roland Reymond auch darum von Bedeutung, weil in einer Reisegruppe gegenseitiges Vertrauen sehr wichtig ist. So ist laut Roland Reymond das Begleiteteam von Procap Reisen jeweils sehr flexibel und findet ein angemessenes Gleichgewicht zwischen den Anforderungen respektive Einschränkungen einer Gruppenreise sowie den Ansprüchen und Bedürfnissen jedes Einzelnen. «Die Betreuerin hat mich manchmal auch Dinge alleine machen lassen. Ich konnte zum Beispiel abends ohne Begleitung ins Dorf gehen. Dieses Vertrauen, das man mir entgegenbringt, ist sehr wichtig.»

Bei einer Gruppenreise lernt man natürlich auch neue Menschen kennen und kann Erfahrungen sammeln. Zwischen den Teilnehmenden entstehen enge Bindungen, auch wenn es nach den Ferien manchmal schwierig ist, den Kontakt aufrechtzuerhalten. «Man lernt andere Menschen kennen und verbringt eine schöne Zeit zusammen. Und manchmal steckt eine Reise auch voller Überraschungen. So habe ich einmal Kollegen aus der Werkstatt Polyval getroffen, in der ich arbeite, von denen ich vorher nicht wusste, dass sie mitkommen würden!»

Roland Reymond hat auch schon ganz besondere Momente erlebt. «Einmal haben wir eine Wanderung unternommen, bei der wir eine Hängebrücke überqueren mussten. Das Ganze war ziemlich wackelig, und ich habe Höhenangst. Es ging einfach nicht, und ich bin



dann mit einem Betreuer im Zug zurückgefahren, um auf die Gruppe zu warten.» Wenn er über seine Höhenangst spricht, erinnert sich Roland Reymond auch gleichzeitig an eines seiner schönsten und eindrucklichsten Erlebnisse – in einem Kletterpark: «So etwas hatte ich vorher noch nie gemacht. Ich konnte dabei sogar meine Höhenangst überwinden, und danach hat es richtig Spass gemacht.»

Gemeinsam die Schweiz bereisen

Ob Berg, See oder Fluss: in unseren Gruppenreisen begleiten wir Sie an die schönsten Orte der Schweiz. Das erfahrene Procap-Team sorgt dabei für abwechslungsreiche, entspannte Ferien und unterstützt Sie nach Bedarf. Unsere betreuten Gruppenreisen stehen allen Menschen mit Behinderungen offen – unabhängig von der Art der Beeinträchtigung.

Mehr Informationen finden Sie unter www.procap-reisen.ch oder im aktuellen Ferienkatalog. Bestellung bei reisen@procap.ch oder telefonisch unter: 062 206 88 30.

Hirnstoff

Sudoku

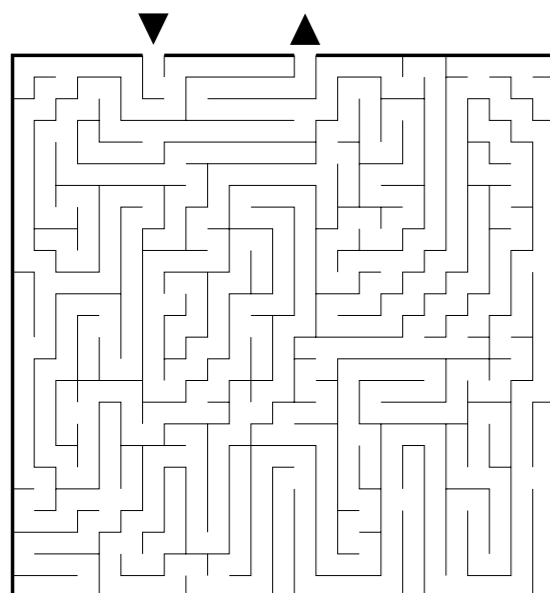
Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Blöcke nur ein Mal vorkommen.

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

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

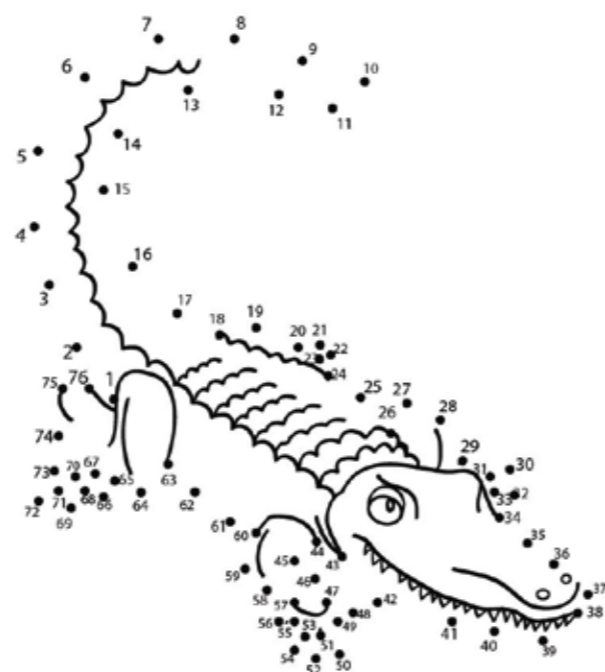
Labyrinth-Rätsel

Suchen Sie mit feinen Linien den Weg durchs Labyrinth vom Eingang bis zum Ausgang. Füllen Sie den gefundenen Weg aus, um das versteckte Bild erscheinen zu lassen.



Auf Safari

Verbinden Sie die Zahlen von 1 bis 76 miteinander, um das Tier erkennen zu können.



Alle Lösungen finden Sie auf Seite 23.

Di Blasi für mehr Mobilität

Geräte zum Probefahren im Verkaufsladen

Entfaltet und faltet sich selbst!

Online-Shop

Vögeli + Berger AG
052 316 14 21 www.voegeli-berger.ch
Vögeli + Berger AG, Schösslistrasse 4, 8442 Hettlingen

STIFTUNG WAGERENHOF

Tag des offenen Wagerenhofs
Samstag, 15. Juni 2019, 9.30 bis 16.00 Uhr

Besuchen Sie unsere Wohngruppen, Ateliers und Betriebe und lernen Sie unsere Freizeitangebote kennen. Wir freuen uns auf Sie.

9.30 Uhr und 14.00 Uhr
Präsentation im Festsaal • anschliessend Führungen

11.30 Uhr
Wagi-Lauf in Kooperation mit dem Lions-Club Zürich Metropol • kulinarisches Angebot und fröhliche Begegnungen.

Stiftung Wagerenhof • Uster • wagerenhof.ch

Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe mit Handicap mobil sein

Wir passen Ihr Fahrzeug Ihren Bedürfnissen an



Gaspedal links, Rollstuhllifter, Hand Gas/Bremse, Rollstuhlgängiges Auto, Schwenksitze, Fusslenkung, Joysteer, Fahrschulpedalen, Anfertigungen nach Mass nach Ihren Bedürfnissen

Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG
Steinackerstrasse 55
8302 Kloten
Tel: 044 320 01 53
www.truetsch-ag.ch
info@truetsch-ag.ch



Schicksal



Laurent Duvanel
Präsident Procap Schweiz

Gewiss haben Sie die Geschichten der sogenannten Verdingkinder gehört, die noch bis in die achtziger Jahre von Schweizer Behörden in Pflegefamilien untergebracht wurden, wo man sie oft ausnutzte oder misshandelte.

Bei einem Procap-Ausflug bin ich vor einiger Zeit Charles Ziegler begegnet. Er ist 85 Jahre alt und lebt in einer kleinen Wohnung, umgeben von Eisenbahnmodellen. Weil die Behörden seinen Eltern die Fähigkeit abgesprochen hatten, ihn zu erziehen, kam er als Kind in ein Waisenhaus und später für sechs Jahre in eine Bauernfamilie – die schlimmste Zeit seines Lebens. Charles wurde ausgebeutet, war schlecht gekleidet und litt ständig Hunger.

Bis heute sammelt er deshalb Früchte oder das Brot, das in den Bistros oder Kantinen auf den Tischen zurückbleibt. Manche Menschen haben schon gedacht, dass er stehle, obwohl er doch nur Reste wiederverwertet...

Nach einem langen Kampf mit den Behörden und dank der Unterstützung durch das Procap-Beratungsteam erhielt Charles Ziegler zu guter Letzt einen Solidaritätsbeitrag von 25 000 Franken. Heute ist er ein grosszügiges Mitglied, das sich jedes Mal bei Procap bedankt, wenn ich ihm begegne.

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** 24 500 (total), 19 000 (deutsch); erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap-Magazin, Frohburgstrasse 4, 4600 Olten, Tel. 062 206 88 88, info@procap.ch, www.procap.ch **Spendenkonto** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Redaktionsleitung** Sonja Wenger **Mitarbeit in dieser Nummer** Laurent Duvanel, Anna Friedli, Susi Mauderli, Sabrina Salupo, Sara Schmid, Corinne Schüpbach, Karin Wüthrich **Übersetzung** Andréane Leclercq, Flavia Molinari **Titelbild** Procap Schweiz **Konzeption und Layout** Claudia Nopper **Korrektur** db Korrektur **Inseratverwaltung** Fachmedien, Zürichsee Werbe AG, Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa, Telefon 044 928 56 11, info@fachmedien.ch **Druck und Versand** Stämpfli Publikationen AG, Wölflistrasse 1, 3001 Bern **Adressänderungen** bitte Ihrer Sektion melden oder an Procap in Olten, Telefon 062 206 88 88 **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz CHF 20.-, Ausland CHF 40.-, ISSN 1664-4603 **Redaktionsschluss für Nr. 3/2019** 24. Juli 2019; erscheint am 23. August 2019

Fokus
im nächsten Heft:
Zugang



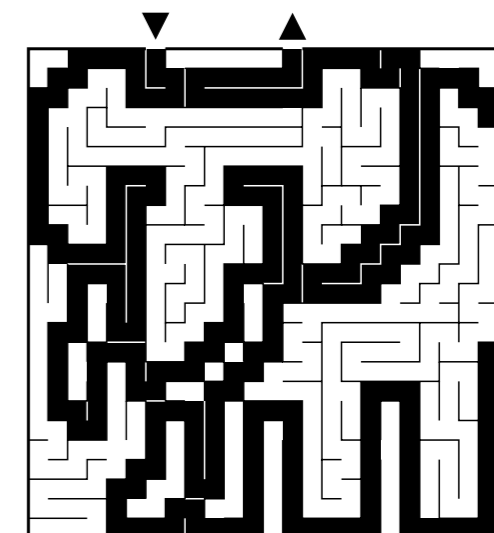
Auflösung von Hirnstoff

Der Rätselaufgaben von Seite 20.

Sudoku:

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

Labyrinth-Rätsel:



Wir bieten Wohn- und Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderung.



Ihre Spende in guten Händen
Spendenkonto 40-1222-0



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

Mit 70 Wohnplätzen und 140 Arbeitsplätzen für Menschen mit Behinderung schaffen wir Perspektiven.

Jeder Wohn- und Arbeitsplatz ist nach den individuellen Bedürfnissen eingerichtet und ermöglicht ein selbständiges Leben sowie ein sinnvolles qualifiziertes Arbeiten.

Kontaktieren Sie uns!

Für den Einkauf zu Hause.

Lassen Sie uns den Einkauf für Sie erledigen und schenken Sie sich Zeit – für die wirklich wichtigen Dinge im Leben.

Vorteile:

- Umfangreiches Sortiment – zu gleichen Preisen wie in der Coop Filiale
- Einzigartige Auswahl von mehr als 1400 Jahrgangswinen und 350 auserlesenen Spirituosen
- Bequeme Lieferung an die Wohnungstüre, vielerorts sogar stundengenau



www.coopathome.ch

CHF 20.– Rabatt bei Ihrem Online-Einkauf ab CHF 200.– bei coop@home. Code «PCAP19B-W» im Checkout einfügen. Bon kann nicht kumuliert werden, ist gültig bis am 31.07.2019 und pro Kunde einmal einlösbar. Nicht gültig beim Kauf von Geschenkkarten und Mobile Angeboten.



coop

Für mich und dich. @home



Schneller unterwegs mit dem Modell SWT-1S.



SWISS-TRAC®

Händler finden und Probefahren: www.swisstrac.ch