

50 JAHRE PROCAP SPORT

SEITE 8 Sportverband im Wandel SEITE 12 Interview mit Helena Bigler

procap
magazin
für Menschen
mit Handicap
2/2010

Foto: Lucas Dubouis

SEITE 16 Olivier Cachemaille

«Jeder hat ein Recht, Sport zu treiben»

Seite 4 IN KÜRZE**50 JAHRE PROCAP SPORT****Seite 8** Sportverband im Wandel**Seite 12** Interview mit Helena Bigler**Seite 14** Glückwünsche zum Jubiläum**Seite 16 RENDEZ-VOUS** Olivier Cachemaille**Seite 19 HINDERNISFREI BAUEN** Sporthalle in Biel**Seite 21 ENGAGEMENT** Sportfest Yverdon**Seite 22 PROCAP BEWEGT**

Pilotprojekt im Rossfeld umgesetzt

SERVICE Seite 24 Juristischer Ratgeber**Seite 25** Sektionen und Sportgruppen**Seite 26** Agenda und Lesetipps**Seite 28** Kleinanzeigen und Kreuzworträtsel**Seite 30** Schlusswort: Linard Bardill**Editorial****Bruno Schmucki**Leiter Kommunikation
und Marketing**Näher ran!**

Sie haben sicher festgestellt, dass wir das bisherige Procap-Heft ziemlich umgebaut haben. Es ist im Format etwas geschrumpft, wir haben die Sprachen Deutsch und Französisch/Italienisch getrennt, Schriften und Layout geändert und die Rubriken neu geordnet. Mein Kollege vom Bauen würde wohl sagen, dass wir es «hinderisfrei» angepasst haben. Das Ziel all dieser Änderungen werden Sie als Leserin oder Leser hoffentlich spüren. Wir möchten nämlich näher an unser eigentliches Thema ran: Menschen mit Handicap. Sie sind unser Zielpublikum, für Sie publizieren wir Artikel, Geschichten und den Service-Teil, wo Sie interessante Tipps, Informationen und neu auch ein Kreuzworträtsel samt Wettbewerb finden. Zudem berichten wir über die Aktivitäten und die Dienstleistungen von Procap – von und für Menschen mit einer Behinderung. In diesem Heft zum Beispiel mit einem ausführlichen Schwerpunkt über das 50-Jahr-Jubiläum unserer Procap-Sportgruppen. Kommen Sie näher und sagen Sie uns, was Sie vom neuen Procap-Magazin halten. Wir sind gespannt.

Bezirksschüler engagieren sich für Procap

Im Rahmen des Sensibilisierungsprojektes «Mal seh'n» von Procap haben sich 23 Mädchen und Knaben der Bezirksschule Muri im Deutschunterricht intensiv mit dem Thema Behinderung auseinandergesetzt.

Es war die Idee der Schülerinnen und Schüler, für Procap zu sammeln und damit weitere solche Unterrichtsprojekte zu ermöglichen. Sie organisierten einen Informationsstand und verkauften Kuchen und Getränke. Der Erlös aus dem Verkauf sowie die Spendeneinnahmen gingen vollumfänglich an Procap. [um]

» www.malsehn.ch



Für «Mal seh'n» hat eine Schulkasse Geld gesammelt.



Foto: zvg

Die Elektrizitätswerke Zürich leihen 16 Spezialvelos kostenlos aus.

EKZ stellt 16 Spezialvelos bereit

Seit Kurzem können Menschen mit Behinderung gemeinsam mit ihren Familien den Grossraum Zürich mit dem Velo erobern. Denn die Elektrizitätswerke des Kantons Zürich (EKZ) stellen dafür 16 strombetriebene Spezialvelos an vier Ausleihstationen bereit. In Einsiedeln, Kloten, Oberrieden und Wiesendangen können Spezialfahrzeuge, zum Beispiel ein Velo mit integriertem Rollstuhl, ein Tandemfahrzeug und ein Doppelsitzer-Liegevelo, kostenlos ausgeliehen werden. «Im Rahmen des Zugangsprojektes Andiamo von Procap werden die EKZ-Velos bei Bedarf an andern slowUps eingesetzt», freut sich Daniel Bachofner, Projektleiter von Andiamo.

» www.ekz.ch

IV kürzt Geld für Blindenhunde

Die Invalidenversicherung (IV) hat auf den 1. April 2010 den monatlichen Pauschalbeitrag für das «Hilfsmittel» Blindenführhund von 190 auf 110 Franken gekürzt. Dieser Betrag enthält eine Tierarztzuschuss, die von früher 40 auf 30 Franken gesenkt wurde. Stark sparen will die IV bei den Futterkosten: Bislang stand einem Führhund pro Monat Futter für 150 Franken zu. Gemäss IV muss sich jetzt ein arbeitender Hund mit Futter im Wert von 80 Franken begnügen. Mit diesen Massnahmen, die mehr als 270 Führhunde und ihre Halter/-innen betreffen, will die IV 250 000 Franken pro Jahr einsparen. [ahu]

Tipps und Tricks für die Gleichstellung

Die Website des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) wird um eine Rubrik erweitert. Diese richtet sich in erster Linie an die Mitarbeitenden der Bundesverwaltung. Sie ist jedoch auch für das breite Publikum von Interesse. Die neue Rubrik «Tipps und Tricks» auf der Internetseite des EBGB schlägt verschiedene Massnahmen zur Förderung der Gleichstellung von Menschen mit Behinderung im Alltag vor, indem für die Bereiche Bauen, Mobilität, Kommunikation und berufliche Integration konkrete Mittel und praktische Werkzeuge sowie nützliche Adressen vorgestellt werden. [pd]

» www.edi.admin.ch/ebgb

50 Jahre insieme

insieme Schweiz – die Elternvereinigung für Menschen mit geistiger Behinderung – wird 50 Jahre alt. Nach der Eröffnung vom 24. April auf dem Bundesplatz folgt am 11. September ein grosser Begegnungsevent in Bern. Während des ganzen Jubiläumsjahres thematisiert eine Kampagne gängige Vorurteile. Plakate greifen vorgefasste, negative Vorstellungen über Menschen mit geistiger Behinderung auf und stellen diesen sympathische, selbstbewusste Persönlichkeiten gegenüber. Mit konkreten Begegnungsanlässen will insieme Integration erleb- und fassbar machen. [ahu]

» www.insieme50.ch.

Heisses Eisen als Chance

Die neu eröffnete Crêperie Sucrésalé in Freiburg bietet psychisch behinderten Personen – vor allem jungen Menschen in Schwierigkeiten – eine neue Perspektive. Dieses Projekt ermöglicht es den Teilnehmern/-innen, unter die Leute zu kommen. Schritt für Schritt lernen sie, im Erwerbsleben Fuss zu fassen. Durch die Arbeit sollen sie Verantwortung übernehmen und mehr Selbstbewusstsein entwickeln. Die Crêperie Sucrésalé liegt in der Fussgängerzone von Freiburg an der rue de Lausanne 50. [ahu]

» Die Menükarte sowie weitere Informationen (leider nur auf Französisch) sind zu finden unter www.creperie-sucresale.ch.

Foto: Simon Zaugg



Foto: Markus Forte

LaViva-Party hat Erfolg

In der Zürcher Labor-Bar, wo jeden Dienstag die Talkshow von Kurt Aeschbacher fürs Fernsehen aufgezeichnet wird, herrscht am Wochenende jeweils ausgelassene Partystimmung. Die Labor-Bar ist nämlich eines der beliebtesten Tanzlokale in Zürich. Im April vergangenen Jahres lancierten die Betreiber des Clubs in Zusammenarbeit mit Procap ein spezielles Angebot. Unter dem Namen «LaViva» öffneten sie an vier Samstagabenden die Tanzfläche ganz bewusst auch für Menschen mit Behinderung.

Das Echo auf dieses Angebot ist riesengross. Über 250 Partygänger aus der ganzen Schweiz besuchen jeweils die Veranstaltung. Die Stimmung an den LaViva-Parties sei besser, als wenn das Zürcher Partyvolk in der Labor-Bar vorbeischaue, wissen Insider. Der Erfolg beflügelt auch den Event-Manager Daniel Vuillaume, der die Idee für die Veranstaltungsreihe hatte. Ab Herbst soll es deshalb monatlich eine LaViva-Party geben. Und bereits streckt Vuillaume seine Fühler in andere grosse Schweizer Städte aus. «LaViva lässt sich gut auch an anderen Orten realisieren», ist er überzeugt. [bsc]

» www.laviva.ch

Liebe Leserin, lieber Leser

Bei der Neugestaltung des Heftes für die Procap-Mitglieder haben wir uns von ein paar Grundideen leiten lassen, die wir Ihnen gerne vorstellen wollen. Das hilft Ihnen, sich schnell im neuen Heft zurechtzufinden.

Menschen mit Handicap stehen bei uns im Mittelpunkt: Dies soll auch im neu gestalteten Procap Magazin sichtbar sein: In jeder Ausgabe stellen wir ein Procap-Mitglied in einem Porträt vor, das in der Mitte des Heftes zu finden ist. Die gleiche Person begrüsst die Leser/-innen schon an prominenter Stelle auf dem Titelblatt.

Wir setzen einen Schwerpunkt: Jede Ausgabe ist einem Spezialthema gewidmet. Diesmal berichten wir über Behindertensport. Wir gestalten den Schwerpunkt mit einem mehrseitigen Artikel und einem grosszügigen Foto als Einstieg. Mit interessanten Interviews und Hintergrundartikeln führen wir das Thema weiter.

Wir informieren über die Aktivitäten von Procap: Geplant ist jeweils ein Bericht über das wichtige Engagement der Freiwilligen, die sich in ihrer Freizeit für Procap einsetzen. Unser Redaktionsteam stellt zudem erfolgreiche Integrationsprojekte und gelungene hindernisfreie Neu- oder Umbauten vor. Der Juristische Ratgeber schildert einen Fall aus der Rechtsberatung.

Wir garantieren den vollen Service: Beibehalten haben wir auch die beliebten Rubriken Kleinanzeigen, Lesetipps, Berichte aus den Sektionen sowie die Agenda.



Neu enthält jedes Magazin einen Wettbewerb – in den nächsten Nummern wird dies ein Kreuzworträtsel sein. Komfortabler für unsere Mitglieder ist die Aufteilung des Magazins in eine deutschsprachige und eine französischsprachige Ausgabe mit einem italienischen Teil.

Gute Lesbarkeit und klare Gestaltung: Bei der Neugestaltung haben wir an Leute mit Sehschwäche gedacht und bemühen uns, grosse und gut lesbare Schriften zu verwenden. Mit einer klaren Gestaltung ermöglichen wir einen barrierefreien Zugang zum Lesestoff. [ahu/bsc] «

» Wie gefällt Ihnen das neue Magazin?
Haben Sie Anregungen zur Gestaltung? Haben Sie Wünsche bezüglich zukünftiger Themen? Am besten mailen Sie uns Ihr Feedback an info@procap.ch.



Procap Sport im Wandel

Procap Sport verbindet seit 1960 Gesundheitsförderung mit Geselligkeit. Der erste nationale Sporttag fand 1971 statt. Seit 1990 wird das Erlebnisangebot ausgebaut.

Matthias Engel

Am 24. April 1960 gründete der Schweizerische Invaliden-Verband (SIV) in Solothurn eine Vereinigung der Invalidensport-Gruppen. Damit reagierte er auf die Entstehung des heutigen Plusport (früher: Schweizerischer Verband für Invalidensport [SVIS] bzw. ab 1977 Schweizerischer Verband für Behindertensport [SVBS]). Dieser Invalidensportverband war einige Monate zuvor mit Unterstützung der obersten Militärführung gegründet worden.

Beim SIV stiess diese Einbindung des Behindertensports in die Armeestrukturen auf wenig Gegenliebe. Gemäss der Ansicht der SIV-Verantwortlichen sollte der Invalidensport in erster Linie der körperlichen Ertüchtigung, der Stärkung des Selbstbewusstseins der Behinderten sowie der Pflege der Kameradschaft dienen. «Parforceleistungen sowie sportliche Wettkämpfe sollten im Interesse des Invalidensports vermieden werden.» Zudem war dem SIV der Gedanke der Selbsthilfe wichtig: «Die Vereinigung gibt der Erwartung Ausdruck, dass der Invalidensport organisatorisch von der Invalidenselbsthilfe zu betreuen ist und dass auch möglichst Invalide in die Lage versetzt werden, solche Kurse zu leiten.»

Mit Freude ins Ziel – eine Impression vom Sporttag in Yverdon-les-Bains 2009.

Die ersten vom Invaliden-Verband durchgeführten Kurse fanden im Mai 1961 in der Riedermattturnhalle in Biel statt. Die frisch ausgebildeten Fachpersonen – viele von ihnen selber behindert – gründeten in vielen Städten der Schweiz Sportgruppen. Auf deren Programm standen gemeinsames Turnen, Schwimmstunden und Badegymnastik.

In den 60er-Jahren gab es wegen der damals schwierigen Transportbedingungen nur ein einziges gemeinsames Angebot für die Mitglieder Sportgruppen: den zweitägigen SIV-Schwimmkurs, der ab 1965 jeweils in Baden durchgeführt wurde.

Sportdarbietung an der Expo 64

Ein erstes Mal ins Rampenlicht traten die Mitglieder der Sportgruppen an der Expo 64. Am 31. Mai 1964 stand an der Landesausstellung in Lausanne der Tag der Invaliden auf dem Programm. Über 3000 Behinderte waren für dieses Spektakel aus der ganzen Schweiz an den Genfersee gereist. Höhepunkt des mehrstündigen Sonderprogramms war die Darbietung der Sportgruppen.

Der «NZZ»-Berichtersteller schrieb: «Mehr als alle Worte sagte die Demonstration der Invaliden-Sportgruppe des SIV unter der Leitung des Physiotherapeuten Paul Good. Die Bewegungsübungen der



Blinden-Sportgruppe, die Übungen mit Rollbrettern, Schweizer Fahnen und weissen und roten Ballonen waren die eindrücklichste Demonstration des Tages. Beinahe empfand man als gesunder Mensch Schuldgefühle, als man diese Manifestation des guten Willens und des erschwerten körperlichen Einsatzes sah.»

Sporttage seit 1969

Als sich am 31. August 1969 einige Dutzende Behinderte in Zug trafen, war das Publikumsinteresse weitaus geringer als an der Expo. Ihr Spass war aber umso grösser. Erstmals wurde ein Deutschschweizer Invalidensporttag durchgeführt. Die Teilnehmer/-innen versuchten sich in Medizinballweitwurf, Kugelstossen, Standweitsprung oder Armbrustschiessen. Ranglisten wurden keine erstellt, jeder erhielt als Erinnerung einen Leistungsausweis. Das Motto des Spielspasses ohne Rangliste wurde auch für den ersten nationalen Sporttag 1971 in Baden übernommen – und auch für die späteren Sporttage.

>> 50-Jahr-Jubiläum In der Rubrik Agenda sind alle Sportkurse sowie die einmaligen Anlässe des 50-Jahr-Jubiläums von Procap Sport aufgeführt. Ausführlich Informationen zum Sportangebot sind zu finden unter www.procap-sport.ch.

Annäherung der Verbände

Die Mitglieder von Procap Sport hatten fast 20 Jahre keine Möglichkeit, an Veranstaltungen und Kursen von Plusport teilzunehmen. Seit 1966 fanden Gespräche zwischen den Verantwortlichen der beiden Verbände statt. Doch erst 1978 einigte man sich auf einen Kollektivvertrag. So dürfen seit dem 1. Januar 1979 Procap-Mitglieder auch an allen Plusport-Wettkämpfen teilnehmen. 1980 durften erstmals seit 1960 auch wieder zwei Procap-Mitglieder an den Olympischen Spielen starten. Walter Kessler, Sportgruppe March-Höfe, gewann sogleich Silber im Hochsprung.

Bei Procap stand zwar auch weiterhin die Verknüpfung von Gesundheitsförderung mit Geselligkeit im Vordergrund, aber Behinderte durften nun auch ohne schlechtes Gewissen Wettkampfsiege feiern.

Einer, der in den 80er- und 90er-Jahren sehr häufig jubeln konnte, war der heutige Procap-Zentralpräsident Walter Kälin, der auf seinen Skiern 20 Mal Schweizer Meister wurde. Er gewann rund 30 weitere Medaillen und stieg an Weltmeisterschaften sowie an Olympischen Spielen aufs Podest. Er zeigte also international, dass die Schweiz auch im Behindertensport eine Skination war.



Fotos: Walter Bärtschi

Behinderte suchen das Abenteuer

Ob Rollstuhlfahrer oder Blinde, die Behinderten eroberten in den vergangenen drei Jahrzehnten nicht nur die Skipisten, sondern alle schönen Flecken der Schweiz. Und zwar im Winter und im Sommer. Sie zeigten immer mehr Abenteuerlust.

Das erste Sport- und Segellager führte Procap 1990 im Tessin durch. 1995 fand erstmals ein Hochgebirgstrekking statt, heute sind Angebote wie Riverrafting oder Klettern aus dem Erlebnisangebot nicht mehr wegzudenken.

Starke Verankerung in der Westschweiz

Procap Sportgruppen existieren heute in vielen Regionen der Schweiz, oftmals in eher ländlich geprägten Gebieten und Agglomerationen. Besonders aktiv ist Procap Sport seit eh und je in der Romandie, was sich nicht nur an der grossen Zahl regionaler und lokaler Sportgruppen ablesen lässt. Bis ins Jahr 2000 war Procap für die Behindertensport-Ausbildung von französischsprachigen Leitern zuständig, seitdem werden die Ausbildungskurse wie in der Deutschschweiz von Plusport organisiert. Nach wie vor bietet Procap in der Romandie zahlreiche Weiterbildungsangebote an und unterstützt die Grundausbildung mit ihren Fachpersonen.

Aus dem Fotoarchiv der Sportgruppe Baden (v. l.): Walter und Paul beim Tischtennis, 1988 gewann die LL-Schlittenstaffel an den Winter-Paralympics in Innsbruck Silber, 1975 fand der Eidg. Invalidensporttag in Baden statt, 1972 wurde in Baden eine Sitzballmannschaft gegründet, Turnunterricht mit O. Gebauer.

Einfach dabei sein

Seit den 80er-Jahren haben Behinderte endlich die Chance, ihre sportliche Betätigung zusammen mit Nichtbehinderten auszuüben. So lud 1987 die SIV-Sportgruppe Appenzell Vorderland Realschüler/-innen zur gemeinsamen Turnstunde ein. Die SIV-Sportgruppe Zug nahm am kantonalen Turnfest teil und erhielt viel Applaus.

Eine besonders eindrückliche Zusammenarbeit bildeten jene Gebirgstrekkinge, die Procap gemeinsam mit der Strafanstalt Witzwil durchführte. Ab 1996 waren Behinderte gemeinsam mit Strafgefangenen in den Bergen unterwegs.

Wenn heute dank dem Procap-Projekt Andiamo Menschen mit Behinderung überall in der Schweiz an den slowUps – den autofreien Erlebnistagen – teilnehmen, staunen die Passanten höchstens noch über die elektrobetriebenen Fahrzeuge. «



Grundfitness erreichen mit Procap Sport

Helena Bigler freut sich als Leiterin von Procap Reisen und Sport über das 50-Jahr-Jubiläum von Procap Sport. **Interview: Matthias Engel**

Procap Magazin: Wie viele sportbegeisterte Menschen mit Behinderung sind in den Procap Sportgruppen aktiv?

Helena Bigler: Jedes Jahr nehmen rund 1200 Personen an unseren Aktivitäten teil. Unser Jahresprogramm umfasst etwa 80 Angebote in 30 unterschiedlichen Sportarten.

Wird zu jeder Jahreszeit trainiert?

Unsere Kurse laufen ganzjährig. Pause machen wir während der Schulferien, wenn die Hallen geschlossen sind. Als Ersatz bietet Procap Sport in der Ferienzeit zahlreiche Aktivfe-

rien an. Bei einigen Ferienangeboten handelt es sich um spezielle Aktivitäten für Sportbegeisterte, wie Trekking- oder Kanuferien.

Üben Menschen mit Behinderung heute öfter abenteuerliche Outdoor-Sportarten aus?

Das kann man so nicht sagen. Klar wird das Sportferienangebot, das wir seit den 90er-Jahren in unserem nationalen Reisebüro in Olten anbieten, immer breiter. Der Erfolg ist gross, die Nachfrage übersteigt klar das Angebot. Doch die Eckpfeiler von Procap Sport sind nach wie vor

die lokalen Sportgruppen, die wie eh und je allgemeine polysportive Trainings anbieten. Man turnt oder schwimmt zusammen.

Welche Mannschaftssportarten stehen zur Auswahl?

Die Regionen bieten unterschiedliche Sportarten an: Zum Beispiel in Freiburg wird Unihockey gespielt, in St. Gallen Basketball. Gerade Jugendliche und junge Erwachsene schätzen Mannschaftssportarten.

Procap Sport hatte in den Anfangsjahren den Anspruch, dass die Sportgruppen von Menschen geleitet werden, die mit einer Behinderung leben. Ist das heute noch so?

Heute steht die Fachkompetenz im Vordergrund: Wer bei uns ein Sportprogramm organisiert oder leitet, hat zuvor im mehrstufigen Ausbildungskurs «Behindertensportleiter/-in» die entsprechenden Fähigkeiten erworben. Diese Ausbildung steht sowohl Menschen mit als auch ohne Handicap offen.

Wieso legt ihr so viel Wert auf diese anspruchsvollen Ausbildungskurse?

Heute führen wir qualitativ hochstehende Sport- und Bewegungsangebote durch. Die Zeit, als sich Behinderte einmal wöchentlich in der Turnhalle trafen, um sich immer wieder gegenseitig den Ball zuzuwerfen, ist vorbei. Natürlich ist die Geselligkeit nach wie vor wichtig. Aber es kann zum Beispiel im Hallenbad genauso Spass machen, einen neuen Schwimmstil oder einen besseren Bewegungslauf zu erlernen, statt wie früher einfach zu «bädele». Zudem ist der Leistungsauftrag des Bundes verknüpft mit dem Anspruch, etwas für die Gesundheit zu tun sowie die Fitness für den Alltag zu verbessern.

Wie sieht eine solche Bewegungsförderung aus?

Diese ist so vielfältig wie beim Turnunterricht an der öffentlichen Schule oder beim Training in der lokalen Turnriege. Im Vordergrund stehen Fortschritte in den Bereichen Kraft,

Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit sowie das Erreichen einer gewissen Grundfitness.

Gibt es auch Jahresziele?

Im Sinne einer Lernkontrolle hat ein Leiter die Möglichkeit, mit den Teilnehmern/-innen zu Beginn der Kursreihe bestimmte Ziele festzulegen und die Fortschritte am Tag X zu messen.

Geht so nicht die Freude am Sport verloren?

Das Geheimnis ist es, die Kursstunden möglichst abwechslungsreich zu gestalten. Spielformen und Parcours sollten sich abwechseln, ja ineinander übergehen. Natürlich ist die Motivation nicht immer gleich hoch. Das «Gschnäder» kann schon gross sein, wenn sich zwei «Gschpändli» nach einer Woche wieder treffen. Da muss die Leitung nach einer gewissen Zeit die richtigen Worte finden, um die beiden Austauschfreudigen wieder zum Mitmachen zu animieren. Grundsätzlich verlangen wir von den Kursteilnehmern schon mitzumachen. Wir sind kein Hütedienst.

Sind die Kursteilnehmer nie über- oder unterfordert?

Wo immer möglich, werden die Kursgruppen gemäss ihrem aktuellen Leistungsvermögen zusammengesetzt. Im Wassersportbereich ist es zum Beispiel ideal, wenn Schwimmer, Nichtschwimmer und Aqua-Sport-Teilnehmer/-innen in verschiedenen Gruppen unterrichtet werden.

Trainiert ihr auch für Paralympics?

Nein, sicher nicht. Procap Sport konzentriert sich ganz auf den Breitensport und will in diesem Bereich ein umfassendes Angebot bieten. Ein gewöhnlicher Turnverein bietet ja auch keine Trainings für Nationalliga-A-Volleyballer an.

Sind alle Sportanlagen für Menschen mit Handicap zugänglich?

Es ist leider immer noch häufig der Fall, dass nicht nur Sportanlagen, sondern auch Bäder und Unterkünfte kaum überwindbare Schranken aufweisen. Der gute Wille allein genügt nicht – es braucht vielerorts endlich bauliche Veränderungen. »»

«**Procap Sport konzentriert sich ganz auf den Breitensport und will in diesem Bereich ein umfassendes Angebot bieten.»**



»» **Helena Bigler** ist Leiterin von Procap Reisen und Sport. Sie stiess 1995 als Sportanimatorin zu Procap. Die gebürtige Oltnerin ist eidgenössisch diplomierte Sportlehrerin mit Diplom II und einem Nachdiplom Sportmanagement. In der Sportgruppe Olten leitet sie Wassergymnastik. Ihre Steckenpferde sind Erlebnispädagogik und Outdooraktivitäten, zum Beispiel Kanufahren.

Was erwartet die Teilnehmenden am Sporttag in Tenero?

Auf dem Programm stehen viele altbekannte Mehrkampfdisziplinen. Denn Weitsprung oder Ballweitwurf sind beliebte Sportarten. Daneben tüfteln wird aber auch immer wieder neue Spielformen im koordinativen Bereich aus.

Ist ein Behindertensporttag noch zeitgemäss? Sollte man sich nicht ganz auf die Integration konzentrieren?

Der Sporttag in Tenero wird von den Procap-Mitgliedern nach wie vor sehr geschätzt. Aber selbstverständlich ist für uns Integration sehr wichtig. Es ist toll, wenn Sportbegeisterte mit Behinderung beispielsweise auch an einem Ostschweizer Turnfest vor Ort präsent sind. Es fragt sich, was Integration ist: Ist Integration erreicht, wenn wir an einer parallel stattfindenden Veranstaltung auf dem Nebenplatz sportlich aktiv sind? Oder streben wir an, gemeinsam mit einer gewöhnlichen Turnriege eine sportliche Darbietung zu zeigen?

Wie sieht die Zukunft der nationalen Sporttage von Procap aus?

Unsere Sporttage werden noch lange Menschen mit Behinderung die Gelegenheit bieten, sich gemeinsam mit Gleichgesinnten sportlich zu betätigen. Schon allein wegen der geselligen Atmosphäre lohnt es sich für alle immer wieder, nach Tenero zu reisen. ◀

➤ **Procap Sport ist auf Freiwillige angewiesen** Für den Bereich «Reisen & Sport» leisteten im Jahr 2008 Freiwillige in 280 Einsätzen 34 600 Arbeitsstunden. In den Procap Sektionen und Sportgruppen sind ungefähr 1500 Personen freiwillig tätig als Treffpunktleiter/-innen, Fahrer/-innen oder Vorstandsmitglieder. Wer sich neu aktiv engagieren möchte, kann sich bei der jeweiligen lokalen Sektion sowie unter Tel. 062 206 88 30 oder zentralsekretariat@procap.ch melden.

Wir gratulieren!

Im Vorfeld des nationalen Sporttages in Tenero haben uns prominente Schweizer/-innen und Schweizer Glückwünsche zum 50-Jahr-Jubiläum von Procap Sport zukommen lassen. Besten Dank für die Grussworte.



Bundesrat Ueli Maurer,
Vorsteher des Eidgenössischen
Departements für Verteidigung,
Bevölkerungsschutz und Sport

Liebe Sportlerinnen und Sportler Sehr geehrte Verbandsdelegierte

Für Sportlerinnen und Sportler mit unterschiedlichsten Behinderungen ist es manchmal schwierig, sich einfach so auf die Schnelle zu treffen, loszuziehen, spontan zusammenzukommen und Spiel und Spass zu haben. Oft sind die organisatorischen Hürden zu hoch, oft bremsen die Umstände den Elan. Procap Sport hilft mit, diese Hürden aus dem Weg zu schaffen. Procap Sport ermöglicht es Sportlerinnen und Sportlern mit verschiedenen Einschränkungen, sich zum wöchentlichen Sportplausch, zum Outdoor-Erlebnis, zum geselligen Beisammensein zu treffen. Diese wichtige Aufgabe nimmt Procap Sport nun seit 50 Jahren wahr – zuerst als «Sportgruppenvereinigung des Schweizerischen Invaliden-Verbandes» (SIV) und somit als Interessenvertretung für verschiedene lokale Sportgruppen der Behindertensportler, später als Procap Sport. Heute ist Procap Sport ein bedeutender Dienstleistungsbereich des Behindertenverbandes Procap.

Die Verantwortlichen von Procap Sport sorgen dafür, dass sich auch Menschen mit Behinderung regelmässig bewegen und damit ihre Gesundheit fördern. Der Wert dieser Arbeit kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.

Ich danke allen Verantwortlichen von Procap Sport sowie den Vereins- und Sportgruppenvertreterinnen und -vertretern für die grosse und zeitaufwendige Arbeit, die sie zum Wohle unserer behinderten Mitmenschen leisten.

Zum 50-Jahr-Jubiläum gratuliere ich Procap Sport ganz herzlich.

Fotos: ZVG



Luc Recordon, Ständerat (Grüne), Mitglied des Patronatskomitees «50 Jahre Procap Sport»

Ein Freund sagte kürzlich, dass mit einer Behinderung leben eine Vollzeitbeschäftigung sei. Und es ist wahr, unabhängig von der Art des Handicaps sind Körper und Kopf intensiv gefordert. Wieso also noch zusätzlich Sport treiben? Dies ist zweifellos die beste Art – zumindest die am wenigsten auffällige – sich zu verwirklichen, indem man die eigenen Grenzen sucht und der Gesellschaft verständlich macht, dass das Leben mit Handicap eine Aktivität ist, die bereichernd und spannend sein kann.



Heinz Frei, Rennrollstuhlsportler

Sport und die positiven Begleitumstände wie Selbstwertgefühl, die damit verbundene Kraft und Ausdauer

wünsche ich jedem einzelnen Behinderten, welcher mit sportlichen Aktivitäten seine Selbstständigkeit und Lebensqualität erheblich verbessert und beeinflusst.

Ich danke Procap für das Engagement und das Bereitstellen von Infrastruktur und «Manpower», damit Behinderte gemeinsame, tolle Erfahrungen geniessen können!

Den Jubiläumsfeierlichkeiten wünsche ich allerbesten Erfolg und Ihrer Institution gutes Gedeihen und viele fröhliche Gesichter rundherum!



Fulvio Pelli, Parteipräsident FDP, Nationalrat, Mitglied des Patronatskomitees «50 Jahre Procap Sport»

50 Jahre Procap, ein wichtiger Meilenstein für die nächsten 50 Jahre – herzlichen Glückwunsch und Dank für den unermüdlichen Einsatz im Dienste eines Sports, der verbindet, Hindernisse überwindet und Freude schenkt. Meine Achtung und Bewunderung gilt allen: den Organisatoren, Mitarbeitern und freiwilligen Helfern, ganz besonders aber den grossartigen Sportlern. Ad multos annos!



Maria Walliser, Mehrfache Ski-Weltmeisterin, Mitglied des Patronatskomitees «50 Jahre Procap Sport»

Wer sich sportlich betätigt, gewinnt in jedem Fall. Sport ist gesund und bereitet viel Freude. Sport stärkt Kameradschaft und Geselligkeit. Ich finde es toll, dass dank Procap Sport auch Menschen mit Behinderung alle positiven Facetten des Sports kennen lernen können. Und das bereits seit 50 Jahren. Ich gratuliere Procap Sport herzlichst zum 50-Jahr-Jubiläum.



Pascale Bruderer Wyss, Nationalratspräsidentin (SP), Mitglied des Patronatskomitees «50 Jahre Procap Sport»

Herzliche Gratulation zum 50-Jahr-Jubiläum! Ich wünsche Procap auch in Zukunft alles Gute und viel Erfolg beim wichtigen Brückenbau zwischen Menschen mit und ohne Behinderung.

»» Veranstaltungen zum 50-Jahr-Jubiläum von Procap Sport:

Juni 12./13. Sportfest Procap Tessin, Tenero; 11.–13. Stand nat. Spiele SOCH, La Chaux de Fonds; 19. Neuchâtel bouge 24 h, Neuchâtel; 26. Rossfeld Bern **Juli** 3./4. Paraboat-Event Procap Thurgau West **August** 21. Dä schnellste Lütisburger, Lütisburg; 29. slowUp Bodensee **September** 10. Jungfraumarathon, Interlaken; 12. slowUp Emmental; 18. Behindertensporttag Gretzenbach; 25. Lausanne Event, Lausanne; 26. slowUp Zürich **Oktober** 16. Herbstmarkt, Arlesheim **Dezember** 3. Abschlussfest, Olten.

Weitere Infos: www.procap.ch/50jahre





«Jeder
hat ein Recht,
Sport zu
treiben»

Olivier Cachemaille treibt gerne Sport. Die Camps von Procap haben ihm bisher immer viel Spass bereitet. Deshalb hat er sich für den Sporttag in Tenero angemeldet.

» Olivier Cachemaille über...

Zeit Ich freue mich jedes Mal, wenn ein neues Jahr anbricht.

Arbeit Ich arbeite gerne im Foyer. Aber ich mag nicht alle Arbeiten. Putzen gefällt mir nicht.

Luxus Für mich ist es Luxus, einen Fernseher und DVDs zu haben. Ich geniesse es, wenn ich bedient werde. Luxus sind für mich Momente, wo ich mich entspannen kann.

Freundschaft Ich habe viele Freunde, die mir sehr nahe sind und die ich sehr gerne habe.

Liebe Beim Wort Liebe denke ich an Blumen und Früchte. Wenn ich jemandem eine Blume schenke, heisst das, dass ich sie oder ihn sehr liebe.

Ferien Dies ist für mich eine Zeit, wo ich am Morgen ausschlafe und es ruhig angehen kann.

Stolz zeigt Olivier Cachemaille seine Goldmedaille, die er letztes Jahr beim Schwimmen gewonnen hat. Seinem Lieblingssport frönt Olivier im Sommer einmal pro Woche in einer Lausanner Schwimmgruppe. «Es tut mir gut, mich beim Schwimmen zu entspannen.» Olivier ist eigentlich eine Wasserratte. Kein Wunder, war er begeistert, als er vor zwei Jahren in einem Feriencamp von Procap im Kanu den Fluss Doubs hinunterpaddelte.

Auch wenn Olivier durch Autismus leicht beeinträchtigt ist, fährt er selbstständig an seinen Arbeitsplatz in der Werkstätte Le Foyer. Aktuell hilft er, eine Hütte zu renovieren. Er wohnt zusammen mit einem Kollegen in einer 3-Zimmer-Wohnung. Regelmässig schauen seine Eltern vorbei und helfen, wenn für ihn etwas zu kompliziert ist – beispielsweise Rechnungen bezahlen.

Trotz seiner Beeinträchtigung ist Olivier neugierig: «In den Procap-Camps kann ich Sportarten ausprobieren, die ich vorher nicht gekannt habe – und mir gefällt es, neue Leute zu treffen.» So hat der aufgeweckte 26-Jährige diesen März im Wintercamp in Vercorin begonnen, Skifahren zu lernen. Zuerst war es für ihn nicht einfach – aber er hat sich ein Ziel gesetzt: Im nächsten Winter besucht er nochmals ein Procap-Camp und verbessert sein Können. Die unterschiedlichen Beeinträchtigungen in seiner Sportgruppe sind für Olivier Cachemaille kein Problem. Mit Bestimmtheit hält er fest: «Ich denke, alle Personen – auch solche mit einem Handicap – haben ein Recht darauf, Sport zu machen.»

Oft geht Olivier in die Berge. Er wandert gerne und besucht seine Eltern, die im Herbst oberhalb von Bex die Berghütte von Plan-Névé betreuen. Der junge Lausanner mag Sportarten, bei denen er draussen ist und mit Freunden zusammen sein kann. Deshalb hat er sich für den Sporttag in Tenero angemeldet. «Ich möchte im Tessin neue Leute und Sportarten kennen lernen.» Für diesen Anlass will er sich vorbereiten: «Ich habe mir vorgenommen, zu Fuss zur Arbeit zu gehen, statt die Métro zu nehmen. Aber das ist nicht einfach!» Anita Huber

Gutes Zusammenspiel in Biel

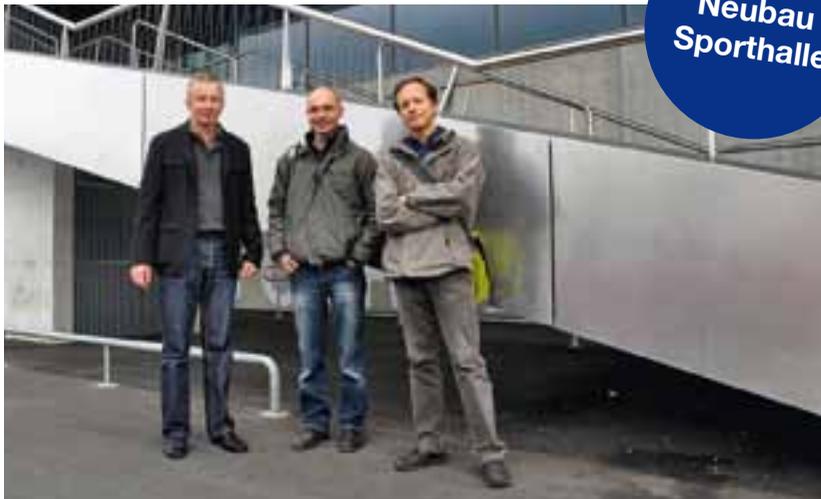
In der neuen Bieler Sporthalle Esplanade können Sportbegeisterte mit Behinderung sämtliche Hallenbereiche über einen Lift und breite, hindernisfreie Gänge erreichen. Besonders gelungen ist der Garderoben- und WC-Bereich.

Matthias Engel

Wenn Christian Stucki, Abteilung Hochbau der Stadt Biel, die im September 2009 eröffnete Sporthalle Esplanade als «hindernisfrei» bezeichnet, spricht er damit nicht nur die Rollstuhlfahrerplätze im Publikumsbereich, sondern die allgemein behindertenfreundliche Bauweise an. «In der Sporthalle sollen sich auch Kinder und Erwachsene mit Behinderung sportlich aktiv betätigen können – in den Turnstunden der Schulklassen und in den Trainingseinheiten der Vereine», erklärt Stucki.

Fehlplanungen vermeiden

Sein Dank gilt Pierre Chanez, Bauberater der Fachstelle Hindernisfreies Bauen Kanton Bern FHB, und Yves Milani, GXM Architekten in Zürich. Die beiden Architekten arbeiteten in der Planungsphase zusammen. Sie wollten Fehlplanungen vermeiden, die vielleicht noch knapp der Norm entsprechen, das Sportvergnügen für Menschen mit Behinderung aber dennoch einschränken. «Für Architekten meiner Generation ist es eine Selbst-



Neubau
Sporthalle

Foto: met

Christian Stucki, Stadt Biel, Pierre Chanez, Fachstelle Hindernisfreies Bauen Kanton Bern FHB, und Yves Milani, GXM Architekten, vor der Sporthalle.

verständlichkeit, bei Planungen an die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung zu denken», sagt Yves Milani. Er hat weder die gesetzlichen Vorschriften noch die Stellungnahmen des Bauberaters als einengend empfunden. «Die Zusammenarbeit war vorbildlich», meint auch Chanez. Anlässlich der Bauabnahme wurde nur ein kleiner punktueller Nachrüstungsbedarf festgestellt. «Die Glastüren im Eingangsbereich waren nicht sehbehindertengerecht markiert. Die Bauherrschaft hat die Beschriftung zur Sicherheit von Sehbehinderten umgehend angebracht.»

Zugang über Lift

Aus Platzgründen erfolgt der Zugang für das Publikum über eine schräge Rampe mit Dutzenden Stufen. Doch Sportbegeisterte mit Behinderung

können Publikumsbereich (1. Stock) wie Garderobebereich (Untergeschoss) über einen Lift erreichen. Der Sportlereingang selber liegt im Erdgeschoss.

Norm eingehalten

Besonders gelungen ist der Garderoben- und WC-Bereich. Der unvermeidbare Absatz vor dem Duschraum ist zum Glück nur 25 Millimeter hoch. In jeder Garderobe ist ein Brausekopf höhenverstellbar und damit für Menschen mit Körperbehinderung ebenso problemlos zu bedienen wie der Föhn oder das Lavabo. Auch das Behinderten-WC ist im Gegensatz zu vielen sanitären Anlagen für Behinderte wirklich hindernisfrei, weil die zentimetergenauen Vorgaben der Norm SIA 500 «Hindernisfreie Bauten» minutiös eingehalten wurden.

Einen Verbesserungswunsch hat Pierre Chanez noch: «Die Garderobentüren lassen sich nur mit viel Kraft öffnen, die Türschliesser sind noch zu stark eingestellt», sagt er. Daraufhin verspricht Yves Milani, die Türe neu zu justieren. ◀◀



Die Fachstelle Hindernisfreies Bauen Kanton Bern FHB

wird von einem gemeinnützigen Verein getragen und arbeitet im Rahmen des Netzwerks behindertengerechtes Bauen mit Procap zusammen. Die FHB berät Betroffene sowie Architekten, Bauherrschaften, Behörden und Baufachleuten. www.hindernisfrei-be.ch

Freiwilligenarbeit erweitert Blickfeld

«Die Freiwilligenarbeit zwingt zur Kontaktaufnahme. Diese Offenheit behalte ich auch in meinem normalen Alltagsleben bei», hielt Tristan Bénon fest, als er am 24. April in Yverdon beim «Fête du sport» mithalf.

Raphaël Fehlmann

An diesem sonnigen Samstag wurden die Passanten in Yverdon eingeladen, auf einem Rollstuhl Platz zu nehmen und einen Parcours über den gepflasterten Marktplatz zu bestreiten. Dabei erfuhren sie, wie schwierig es ist, eine Schwelle zu bewältigen. Die angebotenen Spiele enthielten im Vergleich zu normalen Geschicklichkeitsaufgaben ein «Plus». So erzeugten Spezialbrillen verschiedene Arten von Sehbehinderungen. Diese Sensibilisierungsspiele erforderten unter anderem die Mithilfe engagierter und kompetenter Freiwilliger. Nur dank ihrem Einsatz konnten die Festbesucher die verschiedenen Handicaps realitätsnah erfahren und erhielten Auskünfte auf alle Fragen.

Langjähriges Engagement

Tristan Bénon war einer der Freiwilligen, welche diesen Tag ermöglicht haben. Tristan ist ein erfahrener Helfer, da er sich schon bei vielen Ferien camps und andern Anlässen von Procap engagiert hat. Der 22-Jährige mit jurassischen Wurzeln lebt in Lausanne, wo er an der Universität Sport studiert. Er möchte einen Master in «Körperlicher Aktivität und Gesundheit» abschliessen. Dadurch kann er sich vertieft mit Gesundheitsfragen bei älteren oder kranken Menschen mit und ohne Handicap auseinandersetzen.



Fotos: Lucas Dubuis

Spielerisch sensibilisiert Tristan Bénon für das Leben mit Handicap.

Tristan nahm 2006 zum ersten Mal an einem Procap Feriencamp im Jura teil. Eigentlich war es ein Zufall: «Mein Vater hat ein Handicap und ist Mitglied der Procap Sportgruppe. Ich ging oft mit, um anzupacken und beispielsweise bei der Zeitmessung mitzuhelfen. Während der Sommerferien 2006 wollte ich weder arbeiten noch Geld verdienen, sondern mich nützlich machen. Deshalb schrieb ich mich beim Procap Camp ein. Seitdem habe ich nie mehr aufgehört.» Tristan Bénon betätigt sich regelmässig als Freiwilliger in den Abenteuer- und Natur-Feriencamps – insbesondere bei den Aktivitäten «à la carte» und andern Anlässen, die es Menschen mit

Handicap erlauben, die Welt zu entdecken. Dieses Jahr hat Tristan schon an einem Ski-Weekend im März teilgenommen. Zu Ostern verhalf er den Teilnehmern/-innen des zweisprachigen Weekend-Camps, Abenteuer am Ufer des Doubs zu erleben. Bis Ende Jahr wird er sich an etlichen weiteren Procap-Anlässen engagieren.

Sensibilisierung für Handicaps

Am «Fête du sport» in Yverdon führte Procap Sensibilisierungsspiele durch. Gleichzeitig liefen Animationen, die von der Patin des Festes, der Yverdoner Marathonläuferin Anilda Dewarrat, auf die Beine gestellt wurden. Tristan Bénon war vom Tag begeistert. «Es ist sehr gut gelaufen – mit vielen Leuten. Schade fand ich, dass einige Eltern ihre Kinder hier liessen, aber selbst nicht an den Sensibilisierungsspielen teilgenommen haben. Zudem war es interessant zu sehen, wie distanziert die Leute sind. Unsere Animationen haben sie zwar zur Teilnahme gereizt, aber sie wagten nicht, den ersten Schritt zu machen. Sicher ist, dass die Kinder viel spontaner sind!» <<



Bereit zum Rollstuhlparcours.

Das Rossfeld bewegt sich

Im Internat der Schulungs- und Wohnheime Rossfeld sowie in der Kaufmännischen Berufsschule setzen Experten/-innen gemeinsam mit Jugendlichen Ideen für einen gesünderen Heimalltag um.

Matthias Engel

Menschen mit Körperbehinderung profitieren im Rossfeld Bern seit vielen Jahren von einem Schul- und Ausbildungsangebot sowie von Wohnheim- und Arbeitsplätzen. 2010 feiert die Institution ihr 50-jähriges Bestehen und gönnt sich und ihren Bewohnern/-innen aus diesem Anlass ein Zusatzangebot in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Motivation.

Im Rahmen des Pilotprojektes «Procap bewegt» setzen Gérinne Schwarz, Sozialpädagogin in Ausbildung im Rossfeld, und Norbert Forster, Schulleiter im Rossfeld, Ernährungswissenschaftlerin Isabel Zihlmann und Sportlehrer Martin Wenger (beides Projektmitarbeiter von «Procap bewegt») gemeinsam mit vier Jugendlichen aus dem Rossfeld Ideen für einen gesünderen Heimalltag um. Noch befindet sich das Projekt in der Anfangsphase. Bevor die Gruppe ihr Gesund-leben-Konzept im grossen Stil den Bewohnern/-innen vermitteln will, versuchen die Mitglieder selber, gesünder zu leben. Experten/-innen und Jugendliche treffen sich einmal monatlich und fassen nach angeregter Diskussion Vorsätze für die kommenden Wochen. «Das Umsetzen der Tipps soll die Menschen mit Handicap nicht quälen, sondern ihnen Freude bereiten», sagt Wenger, der selber auf einen Rollstuhl angewiesen ist. «Denn wer sich mehr bewegt,



Eines der vielen Bewegungsangebote im Rossfeld.

» **Das Fachteam von Procap bewegt** begleitet drei Pilotinstitutionen: St. Josef in Bremgarten AG (Kinder/Jugendliche mit geistiger Behinderung), Rossfeld BE (Berufsschüler/-innen mit körperlicher Behinderung), Foyer Porrentruy JU (Erwachsene mit geistiger Behinderung). Mit praxisorientierten Massnahmen zu Ernährung/Bewegung werden optimierte gesundheitsförderliche Voraussetzungen/Verhältnisse geschaffen, z. B. ein abgestimmtes Angebot von Gemeinschafts- und Wohngruppenverpflegung, erweiterte Fähigkeiten zur Essenszubereitung und ein angepasstes Bewegungsangebot. Von den Ergebnissen, Erfahrungen, der Vernetzung mit anderen Projekten und Partnern sollen später alle Menschen mit einer Behinderung profitieren. [Isabel Zihlmann]

www.procap.ch/bewegt

verschafft sich ein bisher so nicht gekanntes Wohlgefühl.» Vorausgesetzt, die Ernährungs- und Bewegungsregeln basieren auf Freiwilligkeit.

Treppe statt Lift

Gérinne Schwarz, Projektteamleiterin Rossfeld, betont, dass Eigenständigkeit eine wichtige Rolle einnimmt: «Wir wollen die Jugendlichen beispielsweise dazu animieren, dass sie gesund kochen, wenn sie für sich eine Mahlzeit zubereiten müssen.» Doch hänge es natürlich von der jeweiligen Behinderung eines Jugendlichen ab, welche Zubereitungsarten für ihn drin liegen. «Wir haben bei gemeinsamen Kochsonntagen festgestellt, dass auch Gemüse lecker ist», sagt sie.

Aktuell wird das Schwergewicht aber auf mehr Bewegung gelegt. «Wir haben vereinbart, dass wir in nächster Zeit zweimal pro Tag etwas machen, was uns eigentlich schwer fällt», sagt die 19-jährige Shpresa Fejza, welche im Berufsschul-Internat des Rossfelds lebt. Sie habe sich entschieden, morgens und abends die Treppe statt den Lift zu benutzen. «Ich kann mich gut dazu motivieren. Ab und zu vergesse ich es aber.»

Weitere Nachahmer

Der gleichaltrige Louis Ampert hat im Wohnheim ein eigenes Zimmer. «Ich habe mich entschieden, bei der Gruppe mitzumachen, weil ich sportlich bin und Bewegung eine gute Sache finde.» Er will zweimal täglich mit Stöcken statt im Rollstuhl auf dem Gelände unterwegs sein. «Ich bereue nicht, den Vorsatz gefasst zu haben. Wenn ich aber zu spät aufwache, muss ich dennoch den Rollstuhl nehmen, um pünktlich im Unterricht zu erscheinen. Und ich verschlafe ab und zu.»

Merjeta Gjergaj und Nadine Breuer haben sich derweil vorgenommen, sich halbtags im Handstätt im Elektrorollstuhl fortzubewegen. «An Tagen, an denen ich genug Kraft habe, mach ich das natürlich», sagt Gjergaj.

Bereits haben Kolleginnen und Kollegen der Jugendlichen damit angefangen, einige der Ernährungs- und Bewegungstipps abzuschauen und selber umzusetzen. Dies ist ein erstes Anzeichen dafür, wie wertvoll das Projekt «Procap bewegt» für die Kaufmännischen Berufsschule und das Internat im Rossfeld ist. ◀◀



Gratiseintritt in den Zoo Seeteufel

Zum 50-jährigen Bestehen des Tier- und Erlebnisparks Seeteufel im Berner Seeland sind alle Kinder mit einer Behinderung am 16. Juni 2010 eingeladen, die Erlebniswelt Seeteufel gratis zu besuchen. An diesem Tag finden viele Attraktionen statt, unter anderem ein Benefizkonzert der Rock'n'Roll-Gruppe Daddys & The Willyshakers und attraktives Kinderschminken; zudem geht der lustige Bär Pinsolino durch den Park. Die Erlebniswelt Seeteufel liegt in Studen-Grien bei Biel.

» www.seeteufel.ch



Foto: zvg

Zahlen und Fakten zum vergangenen Jahr

34 100 Stunden Freiwilligenarbeit! Diese Zahl weist der Procap-Jahresbericht 2009 für insgesamt 310 Freiwilligeneinsätze bei Procap Reisen aus. Weitere Fakten und viele andere interessante Zahlen liefert der 32-seitige Bericht, der soeben unter dem Titel «Das soziale Netz für Menschen mit Behinderung verstärken» erschienen ist. Man erfährt beispielsweise, dass Procap letztes Jahr 1485 Baugesuche überprüft hat oder was das jüngste Procap-Projekt «Zugangsmoitor» bewirken möchte. Ganz wichtig ist auch, dass die Jahresrechnung 2009 nach den Zewo-Richtlinien transparent ausweist, wofür und wie Procap die rund 9,5 Millionen Franken eingesetzt hat. Der Jahresbericht 2009 kann jetzt beim Zentralsekretariat bestellt oder von der Procap-Homepage unter der Rubrik «über uns» heruntergeladen werden. [bsc]

Darf das Reglement eines Fitnesscenters Behinderte ausschliessen?

In einem Fitnesscenter sieht das Reglement unter anderem vor, dass Personen, «die an einer ansteckenden Krankheit, an einer Hautkrankheit oder an einem schweren Gebrechen leiden», der Zutritt nicht gestattet werde. Ist dies mit dem Behindertengleichstellungsrecht vereinbar?

Gabriela Blatter, Fachstelle Egalité Handicap

Eine junge Frau, die wegen ihrer Tetraplegie im Rollstuhl ist, möchte gerne ein Fitnesscenter benutzen. Dort angekommen, sieht sie das besagte Reglement, aufgrund dessen ihr die Benutzung der Anlage verweigert wird.

Bei dem Fitnesscenter handelt es sich, wie in den meisten Fällen, um einen privaten Dienstleistungsbetrieb. Das Diskriminierungsverbot der Bundesverfassung (Art. 8 Abs. 2 BV) ist in diesem Fall nicht direkt anwendbar, da die Grundrechte in der Bundesverfassung mit wenigen Ausnahmen nur den Staat bzw. Behörden direkt verpflichten. Im Rahmen eines Dienstleistungsangebotes seitens eines privaten Unternehmens gelangt jedoch Art. 6 des Behindertengleichstellungsgesetzes (BehiG) zur Anwendung: Dieser Artikel untersagt Diskriminierungen, welche die Würde eines Menschen mit Behinderung in besonders kras-



ser und erniedrigender Weise verletzen. Eine einfache Benachteiligung reicht nicht aus.

Wird eine behinderte Person durch eine Privatperson/ein privates Unternehmen bei der Inanspruchnahme einer Dienstleistung, wie es der Betrieb eines Fitnesscenters ist, diskriminiert (und nicht «nur» benachteiligt), kann sie in einem Zivilverfahren eine Entschädigung verlangen und nicht wie beispielsweise im Falle einer Benachteiligung durch den Staat eine Beseitigung des stossenden Verhaltens. Im Fall einer

erwiesenen Diskriminierung hat die betroffene Person somit lediglich Anspruch auf eine maximale Entschädigung von Fr. 5000.–.

Im vorliegenden Fall ist das Fitnesscenter Teil einer ganzen Kette, die einer schweizweit tätigen Unternehmung gehört. Egalité Handicap wird versuchen, darauf hinzuwirken, dass der betreffende Passus aus dem Benutzungsreglement der Fitnesscenter gestrichen bzw. umformuliert wird. Denn in seiner jetzigen Formulierung und der entsprechenden Handhabung durch das Personal kann der Text zu massiven Benachteiligungen gegenüber Menschen mit Behinderung führen.

IV- Gutachten

Umstrittene IV-Gutachten
Jährlich gibt die IV Tausende medizinische Gutachten in Auftrag, um die Berechtigung auf eine IV-Rente abzuklären. Die Unabhängigkeit dieser Gutachten ist bestritten, wie die Behindertenorganisation in ihrem neuen Positionspapier feststellen.

» Das Positionspapier kann unter www.procap.ch heruntergeladen oder beim Procap-Rechtsdienst bestellt werden.

Sektionen Sportgruppen

Procap Olten

Sektionen schliessen sich zusammen

Präsident Werner Good begrüsst nach dem feinen Mittagessen im «Bornblick» rund 80 Mitglieder zur Versammlung. Einen speziellen Gruss entbot er Esther Gingold, Mitglied der Geschäftsleitung und Ressortleiterin Bildung und Sektionen bei Procap Schweiz, Peter Schafer, Stadtrat und Sozialdirektor der Stadt Olten, Urs Nyffeler, Präsident Procap Solothurn, sowie der Samariterin Dolores Lorenz. Der Jahresbericht des Präsidenten, die Jahresrechnung der Kassierin samt Revisorenbericht sowie das Budget 2010 wurden von den Anwesenden genehmigt. Die Jahresberichte der Sportgruppe, des Sekretariats sowie der Beratungsstelle AG/SO wurden zur Kenntnis genommen. Die Aktivmitgliederbeiträge werden ab 2011 um Fr. 10.– erhöht; die Gönner-Mitgliederbeiträge bleiben für 2011 unverändert. Esther Gingold informierte über die Fusion: Am 1. Januar 2011 werden sich die Sektionen Olten und Solothurn zusammenschliessen, am 1. Januar 2012 kommt die Sektion Grenchen dazu. Durch die Fusion können Synergien genutzt werden und die Mitgliedernähe bleibt gesichert. Die neuen Sektionsstatuten wurden von der GV einstimmig genehmigt.

Werner Good stellt sich für ein weiteres Jahr als Präsident zur Verfügung. Er wird mit Applaus in seinem Amt bestätigt. Hedi Allemann hat als Vorstandsmitglied demissioniert; neu im Vorstand nimmt Urs Nyffeler, Präsident von Procap Solothurn, Einsitz. Die weiteren Vorstandsmitglieder werden wiedergewählt. Werner Good erläutert den Tätigkeitsplan und appelliert an die Anwesenden, bei den Mittelbeschaf-

fungsaktionen tatkräftig mitzuhelfen. Acht Mitglieder konnten für ihre 25-jährige Verbandszugehörigkeit geehrt werden. Peter Schafer überbrachte die besten Grüsse des Stadtrates und erwähnte, dass Procap eine wichtige Organisation sei, welche v. a. im Sozialversicherungsbereich wertvolle Dienste anbiete. [Eso]

Procap Schaffhausen

80. Generalversammlung

Procap wurde 1930, damals als Schweizerischer Invaliden-Verband, gegründet, die Sektion Schaffhausen war von Anfang an dabei. Unlängst trafen sich gegen 30 Mitglieder und Gäste zur ordentlichen Generalversammlung im Seewadelpark in Schaffhausen-Buchthalen.

Schnell waren ein herzlicher Kontakt und eine sehr gute Stimmung hergestellt. Dazu trugen ein wunderschöner Vorfrühlingstag, ein feines Mittagessen aus der Küche der Gastgeberin Käthi Labhart und die aufmerksame Bedienung durch Bea Steiner bei. Nachdem alle gut «gerüstet» waren, nahm der Präsident, Urs Matthys, die Traktanden in Angriff. Das von Astrid Wipf verfasste Protokoll lag in gedruckter Form vor. Die übrigen Geschäfte fanden dank Powerpoint-Präsentation offene Augen und Ohren. Die Bilder liessen ein gelungenes Vereinsjahr Revue passieren, veranschaulichten die Rechnung, zeigten Zahlen aus der Bastelstube und viele weitere wissenswerte oder lustige Begebenheiten: So wurde von kalten Fingern am Frühlingmarkt in Schaffhausen und heissem Wetter am Kleinandelfinger Markt erzählt. Die Kassierin Marthi Wegmann konnte von einem erfreulichen Kassabestand berichten. Die Regionalleiterin Hannelore Matthys durfte Geschenke für 30- und 20-jährige Mitgliedschaften verteilen. Sehr erfreulich entwickelt sich auch die Mitgliederzahl – derzeit sind es etwas über 70, bei steigender Tendenz. Dass sich Revisor Wolf-

gang Hofmann nicht nur auf Zahlen, sondern ebenso gut auf Taster versteht, bewies er mit begeisterndem Klavierspiel, welches die Füsse unter den Stühlen zappeln liess und die Tanzfreudigen von den Sitzen riss! Mit Gesang und einem feinen Dessert konnte zur Tombola übergeleitet werden, und weil die Stimmung so prächtig war, ertrug man die unvermeidlichen Nieten mit Grösse und war auch mit nichts mehr als zufrieden. Der nächste Anlass führt die «Procapler» im Mai per Boot vom Rheinfluss nach Ellikon und zurück. [mw]

Procap Schwyz

100 Personen feierten

Den 50. Geburtstag durfte Procap Schwyz mit zahlreichen Mitgliedern und Gästen feiern. Der offizielle Teil der GV vom 20. März 2010 wurde absichtlich kurz gehalten, damit man genug Zeit zum Feiern hatte. Im Pfarreizentrum Eichmatt in Goldau begannen die Feierlichkeiten mit einem Apéro. Anschliessend wurde die GV von der Präsidentin Maria Felder zügig abgehalten. Die zur Wiederwahl stehenden Vorstandsmitglieder Aurelia Schmidig, Heidi Jud und Marcel Beretta wurden mit kräftigem Applaus in ihrem Amt bestätigt. Im letzten Jahr durften sogar 22 Neumitglieder in den Verein aufgenommen werden. Der kulinarische Höhepunkt war sicherlich das vorzügliche Essen, das von Beni Müller zubereitet wurde. Für die musikalische Unterhaltung sorgte das Trio Gängigä-Bärg, das sehr viel zur guten Stimmung beigetragen hat. Als Überraschung trat am Nachmittag das Komikerduo Gebrüder Kälin aus Einsiedeln auf. Die Lachmuskeln der Anwesenden wurden arg strapaziert und das abwechslungsreiche Programm wusste allen zu gefallen. Mit vielen Eindrücken und kleinen Präsenten machten sich die Mitglieder nach einem unbeschwertem Tag auf den Heimweg. [Cm]

Procap Uri

Mitgliederzunahme

Die langjährigen Vorstandsmitglieder Alexandra Muheim-Schuler und Hans Epp-Arrigoni haben auf die GV 2010 ihre Demission eingereicht. Präsident Hans Aschwanden ist glücklich und dankbar, dass Edith Gamma-Zraggen aus Altdorf und Peter Wipfli-Baumann aus Seedorf als neue Mitglieder gewonnen werden konnten. Der Vorstand von Procap Uri setzt sich neu wie folgt zusammen: Präsident Hans Aschwanden-Infanger, Kassier Robert Gisler-Arnold, Edith Gamma-Zraggen, Peter Wipfli-Baumann und Peter Zurfluh-Hefti. Martha Arnold-Ziegler übergibt nach 31 Jahren ihr Amt als Krankenbesucherin an Hedi Muheim-Wyrtsch. Im vergangenen Jahr durfte eine Zunahme der Mitgliederzahlen verzeichnet werden. Procap Uri konnte 13 neue Aktivmitglieder und ein neues Solidarmitglied aufnehmen. Zurzeit zählt Procap Uri 105 Aktivmitglieder und 61 Solidarmitglieder.

Konferenz für Behindertenfragen Uri

Die Konferenz für Behindertenfragen Uri (KoBUR) ist ein rechtlich selbstständiger Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen, Organisationen und Institutionen, welche sich im Kanton Uri als Fachgremium für Behindertenfragen einsetzen. Im Vorstand dieses Zusammenschlusses ist auch Hans Aschwanden, Präsident von Procap Uri. Die KoBUR will im laufenden Jahr eine Homepage realisieren, welche als Plattform für das Thema Behinderung im Kanton Uri dienen soll. Es wird eine Verlinkung mit dem Kanton, den Gemeinden und Institutionen angestrebt. In diesem Jahr noch wird sich die KoBUR an der Vernehmlassung zum Behindertenkonzept Uri und der Vernehmlassung zur Sonderpädagogik im Kanton Uri beteiligen. [um]

Reisen und Sport

Kinder und Jugend

Filzbach, Aktivferien für Kinder, 24.–31. Juli

Tessin, Polysportwoche in Centro Sportivo für Kinder, 10.–16. Oktober

Sport und Erlebnis

Lidernenhütte, 26./27. Juni

Aareweekend, 2.–4. Juli

Wanderwoche Senda Sursilvana, 11.–17. Juli

Länta-Hütte, 17./18. Juli

Lamatrekking im Malcantone, 17.–24. Juli

Paddeln von Steckborn nach Eglisau, 18.–24. Juli

Radeln am Bodensee, 18.–24. Juli

Fiesch, Aktivferien im Aletsch – Tanz und Bewegung, 31. Juli – 7. August

Bergsportkurs mit SAC, Grimselpass, 15.–21. August

Lamatrekking im Malcantone, 21.–28. August

Wassersportwoche in Figino, 21.–28. August

Wanderung von Bivio nach Zernez, 29. August – 4. September

Aletsch, 4./5. September

Valais, 18./19. September

Wanderwoche im Jura, 19.–25. September

Ferien und Erholung

Magliaso: Frühsommer am Luganersee, 13.–26. Juni

Davos: Bergsommer, 25. Juli – 7. August

Münsterlingen: Erholung am Bodensee, 1.–14. August

Wildhaus: Ferien im Toggenburg, 15.–28. August

 Schauen Sie in unsere Website www.procap-ferien.ch unter Fotogalerie und machen Sie sich selber ein Bild von Procap-Ferien!



Interlaken: Sommerferien, 26. Juli – 8. August

Davos: Herbstferien 65plus, 11.–18. September

Magliaso: Herbstliches Tessin, 19. September – 2. Oktober

Interlaken: Weihnachten und Neujahr, 23. Dezember – 2. Januar 2011

Badeferien

Lanzarote, 6.–20. Juni

San Felice, 12.–26. Juni

Jesolo, 10.–24. Juli

Mallorca, 12.–21. August

Tunesien, 19. September – 3. Oktober

Teneriffa, 9.–23. Oktober

Aktivferien

Segeltörn INUIT, 12.–19. Juni

Kanutrekking auf der Orb in Frankreich, 12.–19. September

Kajakwoche in Schweden, 2.–11. August

Rundreisen

Kanada: durch die Rocky Mountains zum Pazifik, 23. August – 7. September

Glacier- und Bernina-Express, 19.–25. September

Indien: Mystisches Rajasthan, 6.–20. November

Ägypten: Lebensader Nil, 24. Oktober – 7. November

Städtereisen

Barcelona, 6.–11. September

Ferien und Erholung Ausland

Tirol: Erholung am Achensee,
24.–31. Juli

Haus Paprika, diverse Daten 2010

Sport und Bewegungstage

Procap Sporttage Tenero,
12./13. Juni

Schwimmtage Herzogenbuchsee,
18. September

**Unihockey Hardturnier
Special Olympics,** 30. Oktober

**Abschlussfest 50 Jahre Procap
Sport in Olten,** 3. Dezember

Weiterbildungskurse Sport

**Gesundheitssport – wie motiviere
ich zu mehr Bewegung?**

**Am Beispiel Vitaparcours und
Outdoorspiele,** 28. August

**Gesundheitssport – wie motiviere
ich zu mehr Bewegung?**

Am Beispiel Wasser, 6. November

Andiamo!

Dank dem Procap-Projekt «Andiamo»
sind alle slowUp für Menschen mit
Behinderung zugänglich.

Hochrhein, » www.slowup-hochrhein.ch, 20. Juni

Jura, » www.slowupjura.ch, 27. Juni

Vallée de Joux, » www.slowup-lavallee.ch, 4. Juli

Gruyère, » www.slowup-gruyere.ch,
11. Juli

Fêtes de Genève,

» www.slowup-ge.ch, 8. August

Seetal, » www.slowup-seetal.ch,
22. August

Bodensee, » www.slowup-euregio-bodensee.ch, 29. August

Emmental-Oberaargau,

» www.slowup-emmental.ch,
12. September

Basel-Dreiland, » www.basel-dreiland.ch, 19. September

Zürichsee, » www.zuerichsee.ch,
26. September

**Procap Arbon-Obersee
und Thurgau West**

4. Procap Paraboat-Event

Am 3. und 4. Juli findet in Arbon neben dem Schwimmbad ein Paraboat-Event mit Festbetrieb und Tombola statt. Am Samstag beginnt der Anlass um 12 Uhr, am Sonntag um 9 Uhr. » [Weitere Infos: www.procap-arbon-obersee.ch](http://www.procap-arbon-obersee.ch)



Autonomietraining für Frauen mit Behinderung

Selbstbestimmt leben – wer will das nicht? Doch immer wieder erfahren wir, wie unserem Wunsch nach persönlicher Freiheit und Autonomie Grenzen gesetzt werden – durch andere Menschen, durch äussere Umstände oder durch die Folgen einer Behinderung. Öfter als wir denken, schränken wir uns auch selber ein. Im Laufe des Lebens haben wir uns Verhaltensweisen oder Reaktionsmuster angeeignet, die uns beeinträchtigen und lästig sind, die wir jedoch nicht einfach so ablegen können. Im Autonomietraining lernen wir, solche Muster zu erkennen und Strategien zu entwickeln, mit denen wir uns «aus der Falle holen» und unser Leben mit unseren Bedürfnissen in Einklang bringen können. Das Angebot von «avanti donne» richtet sich an Frauen jeden Alters mit einer Behinderung oder chronischen Erkrankung, die ihr Leben freier gestalten möchten. Marianne Wolf leitet das Training. » [Weitere Auskünfte bei «avanti donne», Alpenblickstrasse 15, 8630 Rüti ZH; Tel. 0848 444 888 oder info@avantidonne.ch; siehe auch www.avantidonne.ch.](http://www.avantidonne.ch)

Lesetipps

Sport für Menschen mit Behinderung

Das Buch zeigt in Theorie und Praxis auf, wie Sportangebote für Menschen mit motorischen Beeinträchtigungen in Schulen, Vereinen und Werkstätten gestaltet werden können. Es bietet eine Vielzahl von praxiserprobten Anregungen aus den Sportarten Leichtathletik, Schwimmen, Therapeutisches Reiten, Turnen und Tanzen, aber auch Raroball, Zonenhockey, Rollstuhlrugby und Sport Stacking. » [Schoo, Michael \(Hrsg.\), Sport für Menschen mit motorischen Beeinträchtigungen, Verlag Reinhardt. ISBN 9783497021284.](http://www.schoo.ch)

Mit Handicap zum Gipfel des Montblanc

Le Meur, der im Alter von 19 Jahren sein rechtes Bein sowie den linken Fuss und Unterschenkel bei einem Unfall verloren hat, bestieg den Gipfel des Montblanc. Trockener Humor und unbändige Lebenslust lassen den begeisterten Sportler alle Schwierigkeiten überwinden. » [Le Meur, Jean-Yves, Es geht doch, mit Handicap zum Gipfel des Montblanc, Verlag Delius Klasing. ISBN 9783768825764.](http://www.delius-klasing.ch)

Sport und Bewegung bei Diabetes

Dieser Ratgeber in der Reihe «aktiv dabei» informiert über potenzielle Gefahren sowie Kontraindikationen beim Sport und gibt Trainingshinweise für Diabetiker. Das Buch geht ein auf Körpergewicht, Ernährung und Sport in einer Diabetessportgruppe. Dieser Ratgeber spricht Diabetiker sowie Fachleute an. » [Kriegel, Ralf, und Roschinsky, Johannes, Sport und Bewegung bei Diabetes, Verlag Meyer & Meyer. ISBN 9783898994095.](http://www.meyer-meyer.ch)

Klein- anzeigen

Gratis-Kleinanzeigen für Mitglieder

1. Die Inserate in dieser Rubrik sind für Mitglieder gratis.
2. Die Redaktion liefert keine Vorabzüge und behält sich vor, Texte redaktionell zu bearbeiten.
3. Antwortcouverts auf Chiffre-Inserate werden von Procap ungeöffnet weitergeleitet.
4. Procap übernimmt keine Verantwortung für den Inhalt der Inserate. Eine Überprüfung findet von Procap nicht statt. Procap nimmt sich aber das Recht, Inserate ohne Angabe von Gründen abzulehnen.

Die Kleinanzeigentexte sind bis am 4. August 2010 zu senden an:

Redaktion Procap Zeitung, Postfach, 4601 Olten, info@procap.ch

Partnerschaft

Ich, 47, w., Kt. BE, suche selbstständigen Partner, ca. 40–53, aus BE/AG/FR. Meine Hobbys sind Ausflüge (Bahn, Auto), Spazieren, Natur, Tiere, Essen, Kino. Bin nierentransplantiert und hörbehindert. Freue mich auf Zuschriften mit Foto an Chiffre 10/2-1, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Wünsche mit Beziehung mit einer lieben ELLE, die psychiatrieerfahren, jedoch stabil ist, wie ich auch. Ich reise gerne, koche, mag auch Schwimmen und Ausgang. Bin junggebliebener Mann, 60, sympathisch und wohne in Basel. Würde mich sehr freuen über Brief an Chiffre 10/2-2, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Mann, 46, ist gehbehindert und sucht eine liebe Partnerin, um eine Beziehung aufzubauen. Meine Hobbys sind Lesen, Natur, Musik und alles, was man zu zweit unternehmen kann. Bist du zwischen 40 und 60, mit oder ohne Behinderung? Freue mich auf Zuschriften an Chiffre 10/2-3, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Mann, 56, mit leichten Gehstörungen, sucht nette Partnerin für Freizeit. Bin 1.90 gross und kräftig. Arbeite im künstlerischen und handwerklichen Bereich und gehe gern an Ausstellungen, Konzerte und in Museen. Lese auch viel und interessiere mich für Computer und Technik. Auf deine Antwort freue ich mich jetzt schon. Chiffre 10/2-4, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Ich, Simon, 37, arbeite in einem Brockenhaus. Bin ein sehr offener Mensch, der es gerne lustig hat, und ich mag Kino, Tanzen, Musik hören und Reisen. Suche eine nette Frau, ca. 30–40, die mobil und welt offen ist und weiss, was sie will. Wenn du dich angesprochen fühlst, schicke mir doch einen Brief mit Foto an Chiffre 10/2-5, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Das Leben ist viel zu kurz, um allein zu leben. Junggebliebener, netter, einfühlsamer Anfangsfünfziger sucht lustige, liebevolle, ehrliche Partnerin, die mich als tanz- und reiseffreudigen Mann überallhin begleitet. Ich mag aber auch traute Zweisamkeit zu Hause. Wenn du dich angesprochen fühlst, freue ich mich sehr auf deinen Brief mit Foto an: Chiffre 10/2-6, Procap, Postfach, 4601 Olten. Bitte nur ehrlich gemeinte Anfragen.

Zärtlicher Mann, 49, gehbehindert, sucht liebe Frau mit Herz. Möchte dich in meine Arme schliessen und mit dir durchs Leben ziehen. Ich mag Reisen, Schwimmen, Kochen, Natur und gemütliches Zusammen sein. Freue mich auf deinen Anruf! 079 587 70 80.

Zu verkaufen

Elektrofahrrad STRIDER MAXI, NP Fr. 8000.–, VP Fr. 2000.–. Das Fahrzeug ist 5-jährig und kaum benutzt. Es braucht keinen Fahrausweis. Zudem ist eine Massage matte günstig abzugeben. Preis auf Anfrage. E. Baumann, Thun, Tel. 033 336 28 55.

Pflegerollstuhl Quickie TS. Revidiert. Fr. 4000.-. Faltrollstuhl Cecco, wenig benutzt, Fr. 750.-, dazu passendes Sitzkissen Fr. 250.-. 2x24-Zoll-Rollstuhlräder Sun Rims DW 5000, Fr. 300.-. Sitzkissen inkl. Pumpe Fr. 300.-. Rollstuhllampe aus Massivholz, mit Riffelblech verkleidet, Fr. 400.-. Deckenlifter mit Tragetuch und Steuerung, ohne Schienen, Fr. 1000.-. Tel. 071 279 25 35 und 077 438 65 40 (nachmittags) oder swissfish@jesus.ch.

Militärrucksack mit grosser Aussen-tasche, Fr. 40.-. Rundes Antikes Tischchen, mit Glaseinlage: Fr. 70.- (Abholpreis). Tel. 078 612 85 31.

Neuwertiges GIGER MD medical device Trainingsgerät zu verkaufen, mit Computer-Software. Preis nach Absprache. Tel. 076 399 80 23.

Diverses

Tanz- und Sportbegleiter für blinde Frauen: Wollten Sie schon immer einen Tanzkurs besuchen? Ich bin 37, seit 10 Jahren Hobbytänzer und kann Sie an Standard- und Latin-Tanzkurse begleiten (AG, BE, BS, SO, LU, ZG, ZH). Habe bereits Erfahrung als Kursbegleiter. Ausserdem begleite ich Sie gerne bei verschiedenen Sportarten und kann Sie unterstützen. Habe ich Sie neugierig gemacht, dann freue ich mich über Ihre Nachricht auf sbv.begleiter@gmail.com.

Das Kreuzworträtsel

Lösen Sie das Rätsel und gewinnen Sie mit etwas Glück eine von drei Schallzahnbürsten.

Senden Sie das Lösungswort bis am 10.7.2010 an: Redaktion Procap Zeitung, Postfach, 4601 Olten oder per E-Mail an info@procap.ch.

Pferde-rasse		Zukunfts-vorstellung	CH-Zirkus	Benzin-marke	CH-Fluss	
Gedenken	3	Bibelteil (Abk.)	raum-beschränkt		Erbgutver-änderung	
				4	Kantons-zeichen	
					Insel vor Marseille	
CH-Uhren-marke		Ex-Bundes-rat (Alphons)			Eingebung	
röm. 2						
1						
Dauerbe-zug (Abk.) der Inn im Engadin					in Form	
	Auslese				Zch. für Neon	
Rinder-vorfahre					CH-Holz-zabel (Abk.) Säuregrad (Wert)	
Vorsilbe					2	
Kochbuch-abkürzung med. Bild (Abk.)					zeit-gemäss	
					Routine	
	8	Spende	europ. TV-Sender	Urkanton		
Gross-fläche	Kantons-zeichen		Sonderling	Best-of-Erfindung		
	CH-Rüs-tungsfirma		Staat			
			Kloster-chef		6	
			halbwarm		Auto-marke	
	Männer-name			5		
	CH-Münze (Abk.)					
Schmer-zenstaut					Schwing-anlass (Abk.)	
Kampf-stätte		7				
Auto-rennen (Abk.)		Fürwort			afrik. Kuh-antilope	

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

» Die Lösung wird nach Einsendeschluss auf www.procap.ch veröffentlicht oder kann bei der Redaktion bestellt werden. Die Gewinner/-innen werden in der nächsten Nummer bekannt gegeben. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.

Mongoloid



Viele Leute fragen mich, warum ich meinen mongoloiden Sohn «meinen kleinen Buddha» nenne. Andere nerven sich, weil Buddha für sie etwas Erhabenes ist, das sicher nichts mit einem geistig behinderten

Kind zu tun hat. Früher sagte man mongoloid, weil die meisten Menschen mit einer Trisomie 21 Mandelaugen haben. Doch weil Mongolen nichts für ihre Mandelaugen können, nannte man die Menschen nach dem Mann, der diese sogenannte Krankheit als Erster wissenschaftlich beschrieben hatte. Er hiess Down, daher Down-Syndrom. Wer das 21. Chromosom dreifach hatte, bekam eine Bezeichnung verpasst, die mit Down (hinab) anfängt.

Meine Erfahrung als Vater ist nicht Down, sondern Glück. Das Glück, einem grossen Menschen begegnen zu dürfen, der in diesem Kind steckt. In seiner Gegenwärtigkeit hat es für mich etwas Erleuchtetes. Und ich erfahre, wenn ich mit ihm zusammen bin, dass die Welt eins ist. Darum nenne ich ihn «meinen kleinen Buddha». Es gibt Menschen, die lieben die Geschichten über ihn mehr als den ganzen Rest, den ich sonst noch erzähle.

Linard Bardill

Der Bündner Dichter und Sänger Linard Bardill ist Vater eines Sohnes mit Trisomie. Dieser Text ist als Kolumne in der Coopzeitung erschienen.

SCHWERPUNKT 3/2010

Wohnen mit Handicap

Nächster Schwerpunkt

In der nächsten Ausgabe befasst sich das Procap Magazin mit dem Thema «Wohnen mit Handicap». Wie sieht eine hindernisfreie Wohnung aus? Wo steht die Schweiz bei der Umsetzung des hindernisfreien Bauens im privaten und im öffentlichen Bereich? Die Experten von Procap Bauen informieren über die Beratungsdienste des Bereiches Bauen, Wohnen und Verkehr. Beleuchtet werden die rechtlichen und finanziellen Aspekte eines angepassten Umbaus. Anhand eines Beratungsfalles erklärt das Procap Magazin das konkrete Vorgehen. [ahu]

Wie finden Sie das neue Procap Magazin?

- sehr gut
- mässig
- gar nicht gut

» Umfrage unter www.procap.ch

Procap-
Umfrage

Impressum

Herausgeber Procap **Gesamtauflage** 21 911 (WEMF); erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap Magazin, Frobbergstrasse 4, Postfach, 4001 Olten, Tel. 062 206 88 88, info@procap.ch, www.procap.ch **Inseratverwaltung** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förrlibuckstrasse 70, Postfach, 8021 Zürich, 043 444 51 09, Fax 043 444 51 01, info@fachmedien.ch **Redaktion** Anita Huber (ahu), Matthias Engel (men), Bruno Schmucki (bsc), Urs Manz (um) **Mitarbeit in dieser Nummer** Susi Mauderli, Raphael Fehlmann, Dominique Hartmann und Textservice le Scribe (Übersetzungen f), Flavia Molinari Egloff (Übersetzungen it), Priska Vogt (Korrektorat) **Gestaltung und Layout** www.bueroz.ch **Druck und Versand** Stämpfli Publikationen AG, Wölflistrasse 1, Postfach 8326, 3001 Bern; Adressänderungen bitte Ihrer Sektion melden oder Procap in Olten, Tel. 062 206 88 88 **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz Fr. 20.–, Ausland Fr. 25.–, ISSN 1420-5017 **Redaktionsschluss für Nr. 3/2010** 4. August 2010; Nr. 3 erscheint am 9. September 2010



... AUCH NORDIC-WALKING?

NEE, ...
ORTHOPÄDIC-WALKING.



HUBBE