

WOHNFORMEN

SEITE 6 Wählen, wie ich wohne SEITE 14 Procap-Sporttag

Foto: Maya Kováts



procap
magazin
für Menschen
mit Handicap
4/2016

SEITE 12 Annemarie Booss
Mittendrin leben

Für den Einkauf zu Hause.



Lassen Sie coop@home Ihren Einkauf erledigen und schenken Sie sich Zeit für die wichtigen Dinge im Leben.

Der Bon «PCAP4-X» ist einmal einlösbar für Ihren Einkauf ab CHF 200.– bei coop@home. Gültig bis: 30.01.2017

www.coopathome.ch



Für mich und dich. @home

sanitas  botta

Lösungen für den Alltag.
Solutions au quotidien.



Mobilität • Pflege • Hygiene • Für die Frau • Fit & Gesund
Mobilité • Soins • Hygiène • Pour la femme • Forme & santé

Vente, service et location:

- Déambulateurs
- Fauteuils roulants
- Scooter électrique
- Lits électriques et matelas
- Pour la toilette et l'hygiène
- Prothèses mammaires & Lingerie

Verkauf, Service und Miete:

- Rollatoren
- Rollstühle
- Elektro Scooter
- Elektropflegeteppen & Matratzen
- Bad und WC
- Brustprothesen & Lingerie

Sanitas Botta & Botta

Murtenstrasse 7/Rue de Morat 7, 2502 Biel/Bienne
Telefon 032 323 14 74
sanitas@bottaweb.ch, www.sanitas-botta.ch

FBC

FBT Fahrzeug- und Maschinenbau AG FALTRAMPE «TRIFOLD»



Die kompakte, leichte und robuste Anlegetrampe/Faltrampe TriFold ist ein mit drei Scharnieren ausgestattetes modulares Faltrampensystem für den Einsatz in Strassenfahrzeugen, Schienenfahrzeugen und in Gebäuden zur Überwindung von Höhenunterschieden für Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

TriFold erfüllt folgende Normen:

- o ECE R107 (Bus)
- o TSI PRM 2008/164/EG (Bahn)
- o DIN 45545-2 (Brandnorm)
- o DIN 51130 R13 (Rutschhemmung)
- o DIN6701-2 (Klebnorm)



Technische Spezifikation

Rampe	Länge	12%	max. Stufenhöhe (mm)	
			18%	Gewicht
TriFold 6	600 mm	71	106	5.5 kg
TriFold 9	900 mm	106	159	8.1 kg
TriFold 12	1200 mm	142	212	10.7 kg
TriFold 15	1500 mm	177	265	13.3 kg
TriFold 18	1800 mm	213	318	17.5 kg
TriFold 21	2100 mm	249	372	20.3 kg



Breite: 800 mm

Tragfähigkeit: 350kg, **Material:** Aluminium hartanodisiert

Sonderabmessungen sowie Sonderausstattungen sind auf Anfrage möglich!

FBT Fahrzeug- und Maschinenbau AG, Buchsistrasse 18, CH-3367 Thörigen
Tel. +41 (0)62 956 11 11 | Fax +41 (0)62 956 11 20 | contact@fbt-ag.ch | www.fbt-ag.ch

Seite 4 IN KÜRZE**WOHNFORMEN****Seite 6** Wählen, wie ich wohne**Seite 10** Wie kann ich selbstbestimmt wohnen?**Seite 11** Individuelle Lebensgestaltung**Seite 12 RENDEZ-VOUS** mit Annemarie Booss**Seite 14 PROCAP-SPORTTAG****Seite 17 POLITIK** EBGB: Debatte über das Budget**SERVICE Seite 18** Sektionen und Agenda**Seite 20** Juristischer Ratgeber**Seite 21** Ratgeber Procap bewegt**Seite 22** Schlusswort: Martin Hailer**Editorial**

Franziska Stocker
Redaktionsleitung

**Mehr Wahlfreiheit beim Wohnen nötig**

Wie können Menschen mit Behinderungen möglichst selbstbestimmt wohnen? Das Gespräch mit Dorothea Lage von der Fachhochschule Nordwestschweiz zeigt: Das Angebot an unterschiedlichen Wohnformen in der Schweiz ist nicht sehr gross. Nach wie vor leben sehr viele Menschen mit Handicap in Institutionen, wo sie häufig fremdbestimmt sind. Wahlfreiheit beim Wohnen, wie sie die UNO-Behindertenkonvention fordert, haben die meisten Menschen mit Behinderungen heute nicht. Neue Wohnprojekte zeigen aber, dass es auch anders geht. So beispielsweise die WG im Hunziker-Areal in Zürich, in der Annemarie Booss lebt. Auch im Kanton Bern tut sich etwas: Unser Redaktor Adrian Hauser hat sich umgehört, wie die neue Behindertenpolitik des Kantons die Wahlfreiheit beim Wohnen fördern will. Das ist dringend nötig: Denn viele Menschen mit Handicap wünschen sich Wohnformen, die besser auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten sind.

Procap auf Besuch in der Ludothek



Seit Mitte August besucht das Team von Procap Sensibilisierung 150 Ludotheken in der ganzen Schweiz. Im Rahmen des Projekts «Die Schweiz spielt barrierefrei – Ludotheken für alle» untersucht Procap deren Rollstuhlgängigkeit. Die Datenerhebung dauert bis Ende 2016. Ab Anfang 2017 werden die Informationen dann auf der Website des Ludothekenverbandes aufgeschaltet. Mit dem Projekt wird nicht nur die Zugänglichkeit für Rollstuhlfahrer/-innen untersucht. Die Ludotheken passen auch ihr Spielsortiment an und schulen ihre Mitarbeitenden, damit diese Menschen mit Behinderungen kompetent beraten können. [fs]

Die Ludotheken passen auch ihr Spielsortiment an und schulen ihre Mitarbeitenden, damit diese Menschen mit Behinderungen kompetent beraten können. [fs]

» www.ludo.ch

Label für hindernisfreie Wohnungen

Zur hindernisfreien und altersgerechten Wohnraumgestaltung gehört nicht nur eine schwellenlose Bauweise, sondern eine Vielzahl von weiteren Details. Das neue LEA-Label prüft und bescheinigt die Hindernisfreiheit und Altersgerechtigkeit von Wohnungen, Gebäuden und Aussenräumen. Das Label beruht auf bestehenden Normen, Richtlinien und Merkblättern. Je nach Erfüllungsgrad der rund tausend Anforderungen erhalten zertifizierte Wohnungen ein Label der Stufe 1 bis 5+. Für Konsumenten/-innen bietet das unabhängige Label Orientierung im Wohnungsmarkt. Procap ist Gründungsmitglied des Vereins LEA und war an der Ausarbeitung des LEA-Standards beteiligt. [fs]

» www.lea-label.ch

Dritter Bericht zum Assistenzbeitrag

Assistenzbezüger/-innen sind mit dem Assistenzbeitrag grundsätzlich zufrieden. Das zeigt der dritte Evaluationsbericht. Durch den Assistenzbeitrag haben sich die Lebensqualität, die Selbstbestimmung, die Betreuungssituation und die sozialen Kontakte der Bezüger/-innen verbessert. Wichtig ist für viele auch die vermehrte Entlastung von Familienangehörigen. Dagegen hat der Assistenzbeitrag kaum zu Heimaustritten oder zur Vermeidung von Heimeintritten geführt. Bezüger/-innen kritisieren zudem den komplizierten administrativen Ablauf und wünschen sich, dass die Unterstützung ausgeweitet wird. Der Assistenzbeitrag wurde am 1. Januar 2012 eingeführt und hat zum Ziel, Selbstbestimmung und Lebensqualität der Bezüger/-innen zu stärken. Die Evaluation des Assistenzbeitrags läuft bis 2017, ein erster Zwischenbericht wurde bereits 2014, ein zweiter 2015 publiziert. [fs]

Stress am Arbeitsplatz

Rund ein Viertel der Schweizer Arbeitnehmer/-innen leiden unter Stress am Arbeitsplatz und sind erschöpft. Dies zeigt der jährlich von der «Gesundheitsförderung Schweiz» erhobene Job-Stress-Index (JSI) für das Jahr 2016.

Stress entsteht, wenn ein Ungleichgewicht besteht zwischen den Belastungen und den Möglichkeiten einer Person, darauf zu reagieren. Zu Belastungen können zählen: Zeitdruck, arbeitsbezogene Unsicherheit, arbeitsorganisa-

torische Probleme, Überforderung und Konflikte mit Vorgesetzten oder Arbeitskollegen/-innen. Chronischer Stress am Arbeitsplatz ist ein grosser Risikofaktor für Burnouts, Depressionen oder Schlafstörungen, aber auch für Herz- und Kreislaufkrankheiten. Stress kostet die Arbeitgeber/-innen rund 5,7 Milliarden Franken pro Jahr. Diese Kosten entstehen zum Beispiel durch reduzierte Leistungsfähigkeit oder krankheitsbedingte Absenzen. [fs]

Rote Karte

Im August hat die SVP die Volksinitiative «Schweizer Recht statt fremde Richter» eingereicht. Sie zielt auf die Kündigung der Europäischen Menschenrechtskonvention (EMRK) ab. Die Annahme der Anti-Menschenrechtsinitiative hätte auch für Menschen mit Behinderungen verheerende Folgen. Bei einer Kündigung der EMRK gäbe es keine Möglichkeit mehr, überprüfen zu lassen, ob die Schweiz die Menschenrechte einhält. Der Europäische Gerichtshof für Menschenrechte (EGMR) ist gerade auch in Fällen von Diskriminierungen aufgrund einer Behinderung eine wichtige Einrichtung. So hat Procap 2016 mit einer Beschwerde Recht erhalten, bei der es um die Diskriminierung von Teilzeitarbeitenden bei den IV-Renten ging. Auch die UNO-BRK ist mit der Initiative in Frage gestellt. Schutzfaktor M, eine Koalition von über 80 Organisationen, zeigt der Initiative deshalb die rote Karte. Abgestimmt wird frühestens 2018. [fs/IH]

» www.schutzfaktor-m.ch

Erste-Hilfe-Kurs

Premiere in Freiburg am 13. Oktober: Zum ersten Mal fand in der Westschweiz ein Erste-Hilfe-Kurs statt, der speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen zugeschnitten war. Es handelt sich dabei um ein Pilotprojekt von Procap Freiburg und des kantonalen Freiburger Samariterverbands. Acht Mitglieder von Procap mit Behinderungen nahmen am Kurs teil, der kostenlos angeboten werden konnte. Die Teilnehmenden äusserten sich sehr positiv zum neuen Bildungsangebot. [mcp]



Foto: Pascal Monnier

Procap-Standaktionen in der Romandie

Zum zweiten Mal führten die Westschweizer Sektionen von Procap gemeinsam eine Standaktion in verschiedenen Städten in der Romandie durch. Der Aktionstag am 1. Oktober fand unter dem Motto «Das Recht auf Arbeit muss respektiert werden» statt. Die Mitarbeitenden und Freiwilligen der Sektionen sprachen mit Passanten/-innen über die Herausforderungen bei der beruflichen Integration von Jugendlichen mit Behinderungen. Sie präsentierten ihre regionalen Aktivitäten, wie etwa ihre Angebote in den Bereichen Freizeit, Sport und Beratung. Um 12.15 Uhr wurden farbige Ballone steigen gelassen. Der Anlass war eine gute Möglichkeit, Procap und ihre Dienstleistungen in der Öffentlichkeit bekannter zu machen. [mcp]



Wählen, wie ich wohne

Die UNO-Behindertenrechtskonvention verlangt, dass Menschen mit Behinderungen selbst bestimmen können, wie sie wohnen. Wie steht es mit dieser Wahlfreiheit in der Schweiz?

Franziska Stocker

Was bedeutet Wahlfreiheit beim Wohnen für Menschen mit Behinderungen?

Dorothea Lage: Was es für diese Personengruppe bedeutet, müssten wir sie selbst fragen. Leider gibt es nur wenige Untersuchungen dazu. Als Fachperson spreche ich dann von Wahlfreiheit, wenn alle Menschen die gleichen Wahlmöglichkeiten haben. Das heisst: Menschen mit Behinderungen sollten selbst auswählen können, wie sie wohnen möchten: ob allein, in einer WG mit selbst gewählten Wohnpartnern/-innen oder mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin. Wie Menschen ohne Beeinträchtigungen muss ihnen die Wahl zwischen einer Wohnung in der Stadt, auf dem Land oder in der Agglomeration freistehen. Und sie sollten denselben Zugang zu Mietwohnungen oder einem Eigenheim haben wie alle anderen auch. Wahlfreiheit bedeutet auch, dass Menschen mit Behinderungen nicht automatisch ein Wohnplatz in einer Institution

zugewiesen wird. Vielmehr müssen sie entscheiden können, ob sie in einer Institution wohnen möchten oder eine andere Wohnform vorziehen (zu den Wohnformen, siehe S. 10). Dabei müssen sie so viel Unterstützung erhalten, wie sie für ihre Lebensführung benötigen.

Weshalb ist die Wohnsituation so wichtig?

Jeder Mensch braucht einen Ort, an dem er sich zu Hause fühlt und Rückzugsmöglichkeiten hat. Einen Ort, um Freunde einzuladen und mit dem Partner oder der Partnerin Zeit zu verbringen. Einen Ort, den man so einrichten kann, wie es einem gefällt. In einer Institution ist das oft nicht möglich. Da müssen sich die Bewohner/-innen nach Regeln richten, welche die Selbstbestimmung und die Privatsphäre einschränken. Sie können beispielsweise nicht dann essen, wann sie möchten. Auch ist es in einer Institution kaum möglich, mit dem Partner oder der Partnerin zusammenzuleben.

Wie wohnen Menschen mit Behinderungen heute?

Man muss drei Gruppen unterscheiden: Menschen mit einer chronischen fortschreitenden Erkrankung, die früher

Prof. Dr. Dorothea Lage ist Dozentin an der Hochschule für Soziale Arbeit der Fachhochschule Nordwestschweiz. Sie leitet dort am Institut Integration und Partizipation den Nachdiplomstudiengang (MAS) Behinderung und Partizipation. Die Sonderpädagogin hat eine Studie zu unterschiedlichen Wohnformen von Menschen mit Behinderungen mitverfasst.

selbstständig gewohnt haben. Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung, die urteilsfähig sind und keinen Beistand haben, und Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, die einen Beistand haben und nicht selber entscheiden dürfen. Die Mehrheit der Menschen mit einer kognitiven oder mehrfachen Beeinträchtigung lebt heute in einer Institution mit vorgegebenen Strukturen und einem zugewiesenen Wohnplatz.

Weiss man, wie Menschen mit Behinderung leben möchten?

Auch das müssten wir sie selbst fragen. In unserer Studie haben wir herausgefunden, dass vor allem Menschen mit chronischen, fortschreitenden Erkrankungen in ihrer Wohnung und ihrem Quartier bleiben möchten. Dort sind sie sozial vernetzt. Sie wollen nicht im Heim leben, sondern Besuch empfangen, am kulturellen Leben teilnehmen und ihre Privatsphäre geniessen.

Was gibt es für verschiedene Wohnformen?

Es gibt Wohnheime, Aussenwohngruppen, Wohnschulen, das Wohnen bei den Eltern und wenige selbstständige Wohnformen mit Assistenz in der eigenen Wohnung oder dem eigenen Haus. Jede Wohnform hat ihre Vor- und Nachteile, was die Selbstbestimmung und die Unterstützungsmöglichkeiten anbelangt.

Wie kann jemand möglichst selbstbestimmt wohnen?

Wichtig ist die passende finanzielle und fachliche Unterstützung. Erst diese ermöglicht selbstbestimmtes Wohnen. Der Unterstützungsbedarf ist sehr unterschiedlich. Deshalb muss auch bei jeder

Person individuell erhoben werden, welche Hilfeleistungen nötig sind und welche Wohnform für sie am besten geeignet ist. Eine Person im Rollstuhl mit einer motorischen Einschränkung braucht vielleicht Hilfe beim Einkaufen, der Hygiene und dem Essen. Die Wohnung muss hindernisfrei sein. Und sie benötigt z.B. Unterstützung durch die Spitex und eine Assistenzperson im Haushalt, bei Freizeitaktivitäten und bei der Arbeit. Für jemanden, der wegen einer psychischen Beeinträchtigung Antriebsschwierigkeiten hat, ist vielleicht eine Assistenz wichtig, die die Person für Aktivitäten motiviert. Zum Beispiel indem sie sagt: «Komm, lass uns gemeinsam einkaufen und kochen.» Wer besonders lärm- und reizempfindlich ist, benötigt eine ruhige Wohnung. Und Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen benötigen vielleicht eine Bezugsperson, die hilft, im Haushalt mitzudenken und Entscheidungen zu fällen.

Was sind die grössten Hindernisse für ein selbstbestimmtes Wohnen?

Die finanzielle Absicherung und die nötigen Unterstützungsleistungen sind leider nicht immer vorhanden. So reicht beispielsweise der Assistenzbeitrag für einen Menschen mit einem hohen Unterstützungsbedarf nicht aus. Die Invalidenversicherung zahlt nur für eine beschränkte Anzahl Stunden pro Tag Assistenzleistungen. Für die betroffenen Menschen ist es rein finanziell kaum möglich, selbstständig in einer eigenen Wohnung zu leben. Generell kritisiere ich die Sparwut bei den Sozialversicherungen. Die Schweiz hat die UNO-Behindertenrechtskonvention ratifiziert, die unter anderem mehr Selbstbestimmung verlangt. Sie muss nun auch

dafür sorgen, dass diese umgesetzt wird. Und dazu braucht es die finanzielle Absicherung über die Sozialversicherungen. Weiter ist es für viele Menschen mit Behinderungen schwierig, überhaupt eine passende bezahlbare Wohnung zu finden. Vor allem, wenn diese auch noch hindernisfrei sein soll. Es gibt zudem zu wenig Beratungsangebote für selbstbestimmtes Wohnen, und sie sind zu wenig bekannt. Ich vermute, dass viele Menschen mit Behinderungen, besonders diejenigen mit einer kognitiven Beeinträchtigung, gar nicht wissen, welche Möglichkeiten sie hätten.



Jede Wohnform hat ihre Vor- und Nachteile, was die Selbstbestimmung angeht.»

Die Institutionen oder auch externe Stellen müssten vermehrt mit ihren Bewohnern/-innen das Gespräch suchen. Gemeinsam könnte man herausfinden, welche Wohnform geeignet wäre. Menschen, die lange Zeit in Institutionen gelebt haben, sind häufig nicht mehr daran gewöhnt, selbst Entscheidungen zu treffen. Sie müssen unterstützt werden, das (wieder) zu lernen. Abklärungen und Beratungen in dieser Richtung sind aufwendig und heute leider grösstenteils nicht finanziert.

Aus welchen Gründen entscheiden sich Menschen mit Behinderungen, trotz Hindernissen aus der Institution auszuziehen?

Weil sie ihre Bezugs- und Assistenzpersonen selbst aussuchen oder weil sie ihre eigenen vier Wände haben möchten. Weil sie sich wünschen, mitten im Leben zu wohnen und nicht in einer Institution am

Stadtrand, am Waldrand oder auf dem Land. Denn dort gibt es häufig kaum Anschluss an den öffentlichen Verkehr oder kulturelle und soziale Aktivitäten. Wir müssen uns selbst die Frage stellen: «Warum wohne ich nicht in einer Institution?» Erst wenn auch wir in einer Institution leben wollten, herrschen dort normalisierte Lebensbedingungen.

Es gibt aber auch Menschen, die es bevorzugen, in einer Institution zu leben. Weshalb?

Dazu gibt es keine Untersuchungen. Ich kann nur Vermutungen anstellen: Vielleicht, weil sie keine Alternative haben und nichts anderes kennen. Weil sie nicht genügend unterstützt würden oder sich Sorgen machen, ob das selbstständige Wohnen klappt. Es gibt neue Projekte, bei denen Betroffene das selbstständige Wohnen einige Monate unverbindlich testen können. Das ist sicherlich sehr sinnvoll. Es ist mir aber auch wichtig zu sagen, dass niemand gezwungen werden darf, selbstständig zu wohnen. Es braucht weiterhin auch Institutionen für Menschen, die diese Unterstützung benötigen.

Was muss beim Schritt von einer Institution in eine eigene Wohnung beachtet werden?

In erster Linie, dass die Begleitung und Unterstützung gewährleistet ist. Ich empfehle, genau abzuklären, welche Möglichkeiten es gibt und wie diese finanziert werden können. Organisationen wie Procap können Sie dabei unterstützen. Ganz allgemein muss jeder Mensch, ob mit oder ohne Beeinträchtigung, das selbstständige Wohnen lernen. Das ist für uns alle ein Lernprozess. ●

Wie kann ich selbstbestimmt wohnen?

Viele Menschen mit Behinderungen wünschen sich mehr Selbstbestimmung beim Wohnen. Procap hat einige Tipps zusammengetragen.

Franziska Stocker

Wer möchte nicht selbst darüber entscheiden können, wie, wo und mit wem er lebt? Das Thema Selbstbestimmung beim Wohnen betrifft Menschen, die in einer Institution leben und sich mehr Privatsphäre und Wahlfreiheit im Alltag wünschen. Aber auch junge Menschen mit einer Behinderung, die bei den Eltern leben und von zu Hause ausziehen möchten. Oder Personen, die aufgrund einer chronisch fortschreitenden Erkrankung auf mehr Unterstützung im Alltag angewiesen sind und die zu Hause so viel Selbstbestimmung wie möglich beibehalten möchten.



Foto: Patrick Lüthy

Procap berät beim Wohnungsbau.

Für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung gibt es Angebote wie Wohnschulen oder Wohncoachings. Dort wird vermittelt, wie man selbstständig einen Haushalt führt. Auch ein Wechsel vom Heim in eine Aussenwohngruppe oder eine betreute WG kann den Einfluss auf die eigene Wohnsituation und den eigenen Alltag erhöhen. Die Institution kann Sie bei einem solchen Entscheid unterstützen.

Wer in einer eigenen Wohnung leben möchte, benötigt aufgrund sei-

ner Behinderung eventuell Unterstützung durch Spitex, Assistenzpersonen oder andere Dienste. Klären Sie frühzeitig ab, welche Möglichkeiten es gibt und wie diese finanziert werden können. Wir empfehlen Ihnen eine Beratung durch unsere spezialisierten, regional tätigen Sozialversicherungsfachleute (siehe auch Seite 20).

Oft ist auch die Wohnungssuche ein grosses Thema: Denn bezahlbare Wohnungen, die auch noch hindernisfrei sind, sind rar. Procap lanciert deshalb Ende 2016 eine Online-Wohnungsplattform, auf der hindernisfreie Wohnungen ausgeschrieben und gesucht werden können. Sie finden diese bald auf www.procap.ch.

Procap unterstützt Sie auch, wenn es um eine Wohnungsanpassung geht. Wer aufgrund seiner Behinderung oder Erkrankung darauf angewiesen ist, seine Wohnung umzubauen oder anzupassen, kann sich bei den kantonalen Fachstellen für hindernisfreies Bauen beraten lassen. Sie finden die Adressen auf www.procap-bauen.ch. ●

» **Wohnen in einer Institution:** Für Menschen, die jederzeit umfassende Hilfe und Pflege brauchen. Durch den vorgegebenen Heimalltag kann die Fremdbestimmung sehr hoch sein. Allerdings gibt es immer mehr Institutionen, die den Bewohnern/-innen dank neuer Wohnmodelle mehr Selbstbestimmung ermöglichen.

» **Aussenwohngruppen:** Viele Institutionen führen Aussenwohngruppen. Diese bieten mehr Privatsphäre, und die Bewohner/-innen können dort selbstbestimmter leben als in der Institution selbst. Die Unterstützung bei Pflege, Betreuung und im Haushalt ist sehr unterschiedlich ausgestaltet.

» **Betreute WG/Begleitete Wohngruppe:** Für Menschen, die nicht selbstständig wohnen und leben können. Die Begleitung richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen und erfolgt gewöhnlich innerhalb der Wohnung.

» **Wohnschule:** Eine Ausbildung zum selbstständigen Wohnen, die zwei bis vier Jahre dauert. Für junge Erwachsene mit kognitiven Beeinträchtigungen. Gelehrt werden Haushaltführung, Administratives und das soziale Zusammenleben. Die Auszubildenden arbeiten Teilzeit ausserhalb der Wohnschule.

» **Sprungbrettwohnung:** Für selbstständige Menschen geeignet, die planen, in einer eigenen Wohnung zu leben. In einer Sprungbrettwohnung kann das selbstständige Wohnen für ein paar Monate in Ruhe ausprobiert werden.

» **Eigene Wohnung mit Assistenz:** Leben in der eigenen Wohnung mit Unterstützung einer Assistenz oder eines ambulanten Pflegedienstes. Geeignet für Personen, die ihren Alltag selber managen können und allein wohnen wollen. [sm]

Individuelle Lebensgestaltung

Im Kanton Bern läuft ein Pilotprojekt, das Menschen mit Behinderungen mehr Freiraum bei der Wahl ihrer Wohn- und Lebensformen ermöglicht. Dadurch wird das starre System kantonalen Unterstützungsleistungen aufgeweicht.

Adrian Hauser

Als «Quantensprung in der Behindertenpolitik» bezeichnet Therese Zbinden von IndiBe das neue Subjektfinanzierungsmodell, das zurzeit im Kanton Bern in Form eines Pilotprojektes getestet wird. Seit dem 1. Januar können damit rund 80 Personen mit Behinderungen mehr Selbstbestimmung und Eigenverantwortung leben. In den nächsten zwei Jahren sollen rund 1500 weitere Personen dazukommen.

Dienstleistungen einkaufen

Neu wird mit der sogenannten Subjektfinanzierung in einem ersten Schritt der Unterstützungsbedarf unabhängig von der Wohn- und Lebensform erhoben. Ausgehend von diesem Bedarf, wird eine Kostengutsprache gewährt. Damit können die Teilnehmer/-innen des Pilotprojekts bei Institutionen oder Privaten ihrer Wahl die Dienstleistungen einkaufen, die ihren individuellen Bedürfnissen entsprechen. «Sie können damit beispielsweise eine Nachbarin für die Hausarbeit entschädigen, ein Heim für drei Übernachtungen pro Woche und Assistenzpersonen wie Angehörige für die Unterstützung im Alltag», erklärt Daniel Schilliger, Rechtsanwalt bei Procap. Diese Leistungen ergänzen die Leistungen der Sozialversicherungen (IV, EL etc.). Obers-



Leben zu Hause in der eigenen Wohnung: Im Alltag wird Marc Eisenhut, der mit Muskeldystrophie lebt, von Assistenzpersonen unterstützt.

tes Prinzip der Subjektfinanzierung ist die Wahlfreiheit bei der Wohn- und Lebensform. In der Vergangenheit wurden kantonale Leistungen abhängig von der Wohnform verteilt. Während die Institutionen fast vollständig über den Kanton finanziert wurden, flossen deutlich weniger Leistungen zu Menschen, die in ihrer eigenen Wohnung lebten.

Für die Überprüfung der individuellen Bedürfnisse wurde die unabhängige Abklärungsstelle IndiBE gegründet. «Das Abklärungsverfahren beinhaltet definierte Schritte von der Anmeldung bis zur Kostengutsprache», gibt Therese Zbinden Auskunft. «Die Subjektfinanzierung bietet neue Möglichkeiten für Menschen, die private, ambulante oder kombinierte Angebote für Wohnen und Arbeit nutzen wollen», führt Therese Zbinden weiter aus.

Mehr Wahlmöglichkeiten

Auch Yvonne Brüttsch, Geschäftsführerin der Kantonalen Behindertenkonferenz Bern, geht davon aus, dass durch das neue System die Betreuungsangebote vielfältiger werden und Menschen mit Handicap mehr

Wahlmöglichkeiten erhalten. «In Zukunft können Menschen mit Behinderungen vermehrt selber bestimmen, wo und mit wem sie wohnen wollen, und sie erhalten auch Unterstützung, wenn sie in der eigenen Wohnung leben», erklärt Yvonne Brüttsch.

Gerechteres System

Gemäss Cornelia Nater, Präsidentin der Vereinigung Cerebral Bern und selbst mit einer Behinderung lebend, ist das neue System gerechter, da alle Menschen mit Behinderungen nun die Chance einer individuellen Lebensentwicklung haben.

«Die Pilotprojekte werden nun laufend ausgeweitet und die Abläufe verbessert», erklärt Claus Detreköy, Abteilungsleiter der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons. «Mit der für 2019 geplanten Revision des Sozialhilfegesetzes wird der Kanton über eine rechtliche Grundlage für den vollständigen Systemwechsel verfügen.» Gemäss Claus Detreköy interessieren sich auch andere Kantone für die Neuausrichtung im Kanton Bern. Es ist also gut möglich, dass das Projekt zu einem Umdenken in der ganzen Schweiz führt. ●



**Mittendrin
leben**

Im neuen
Hunziker-Areal in
Zürich Nord leben
1200 Menschen.
40 von ihnen
leben mit einer
Behinderung,
unterstützt von
der Stiftung
Züriwerk.
Inkludiertes
Wohnen – für
Annemarie Booss
genau das
Richtige.

Annemarie Booss über...

Zeit: Seit ich pensioniert bin, habe ich genug davon.

Arbeit: Ich habe immer gerne gearbeitet.

Luxus: Was ist das?

Freundschaft: Etwas ganz Wichtiges

Liebe: Ich liebe Kinder. Hier hat es viele.

Ferien: Darauf freue ich mich immer.

Annemarie Booss mag Menschen. Die knapp 70-Jährige, die seit ihrer Geburt eine kognitive Beeinträchtigung hat, hat eine ausgeprägte soziale Ader und kümmert sich gerne um andere. Auch deshalb könnte sie nicht allein leben. Sie wuchs bei ihren Eltern auf, später lebte sie in verschiedenen Institutionen. Dort fand sie nur wenig Kontakt zur Aussenwelt.

Mit der Eröffnung des Hunziker-Areals bot sich Annemarie Booss die Möglichkeit, in eine grosse Stadtsiedlung zu ziehen. Obwohl sie nicht wusste, was sie erwartete, entschied sie sich für den Umzug. Bereut hat sie ihn noch nie, im Gegenteil: «Hier läuft immer etwas. Ausserdem kann ich mit dem Bus in die Innenstadt fahren. Das ist interessant. Besonders gefallen hat mir das Knabenschiessen», erzählt sie strahlend. Im Hunziker-Areal leben ca. 1200 Menschen. Familien mit Kindern, junge Menschen in WGs, Senioren/-innen und 40 Menschen mit Behinderungen. Sie leben selbstständig in Einzelwohnungen oder in einer der zwei Wohngemeinschaften für je 9 Personen. In solch einer Gemeinschaft lebt Annemarie Booss. Sie ist auf Unterstützung im Alltag angewiesen. Dennoch packt sie lieber selbst mit an, als sich helfen zu lassen. «Meine Eltern hatten eine Gastwirtschaft. Da arbeitete ich viel mit, und später war ich berufstätig, bis zur Pensionierung.» In der Wohngemeinschaft hilft sie beim Kochen, deckt den Tisch, macht Botengänge und hält ihr Zimmer in Ordnung.

Die Bewohner/-innen haben Einzelzimmer, die grosse Küche und das Badezimmer werden geteilt. Rund um die Uhr sind Betreuungspersonen der Stiftung Züriwerk anwesend. Die Bewohner/-innen bestimmen den Tagesrhythmus aber weitgehend selbst. Im Hunziker-Areal gibt es ein Atelier für Menschen mit Handicap, einen Seniorentreff, gleich daneben eine Kindertagesstätte. Viele Menschen hier grüssen einander, reden ein paar Worte. Das gefällt Annemarie Booss. Sie würde sofort wieder hierher ziehen: mitten ins Leben. **Susi Mauderli**



Rund 450 Sportler/-innen mit Behinderungen und Helfer/-innen nahmen am 27. August am 49. Sport- und Bewegungstag von Procap teil. Bei strahlendem Sonnenschein eröffnete der Oltnen Stadtpräsident Martin Wey den Anlass im Kleinholzstadion in Olten.

Nach dem Aufwärmen führten die Sportler/-innen gemeinsam den Procapbewegt-Tanz auf, den sie mit ihren Sportgruppen zuvor eingeübt hatten. Danach standen verschiedene Sportarten im Einzelwettkampf, Gruppenstafetten und ein Plauschprogramm mit Spielen zur Auswahl. Für Procap Sport-Leiterin Helena Bigler ist wichtig: «Beim Sporttag gibt es zwar auch Wettkämpfe und Medaillen. Aber die Begegnungen und der Spass stehen im Zentrum.»

Die «30-Minuten Bewegung» – ein Rundparcours – wurde wegen der glühenden Hitze auf 15 Minuten gekürzt. Das Perkussions-





Procap-Sporttag in Olten

und Bläserensemble der Musikschule Olten feuerte die Sportler/-innen mit und ohne Handicap zu Höchstleistungen an: Sie legten über 490 Runden zurück, was einer Distanz von rund 380 Kilometern entspricht. Bravo! Nach der Rangverkündung liessen die Besucher/-innen den anstrengenden, aber schönen Tag bei Verpflegung am Risotto-Stand und Musik gemütlich ausklingen.

Damit der Sporttag reibungslos klappt, ist Procap auf zahlreiche Freiwillige angewiesen. Dieses Jahr unterstützten erstmals über 100 Schüler/-innen und Lehrpersonen der Sekundarschule Frohheim in Olten den Anlass. Sie hatten im Voraus eine halbtägige Schulung zu den Themen Behinderung und Sport erhalten. Am Sporttag halfen die Jugendlichen bei der Betreuung der Posten. [fs]



WANNE RAUS – DUSCHE REIN VITERMA DAS ORIGINAL.

24^h

BadRenovierung
fugenlos • barrierefrei • rutschfest



Über 700 Kunden-
Referenzen unter
www.viterma.ch



Schnelligkeit

In 24 Stunden zu Ihrem neuen Badezimmer

Individualität

Massgeschneiderte Badlösungen rasch umgesetzt

Fixpreisgarantie

Top-Qualität zum vereinbarten Preis

Beratung

Persönliche Fachberatung direkt bei Ihnen zu Hause

Barrierefreiheit

Keine Stolperfallen oder lästigen Übergänge mehr

Rutschfestigkeit

Auch mit nassen Füßen einen sicheren Stand haben

Staubschutzkonzept

Wenig Schmutz und Lärm während des Umbaus

**JETZT
KOSTENLOSEN
BERATUNGSTERMIN
VEREINBAREN!**

viterma AG

Tel 0800 24 88 33 (gebührenfrei) oder 079 837 81 70
info@viterma.ch | www.viterma.ch

Was steht meinem Kind zu?

Der Rechtsratgeber für Eltern
von Kindern mit Behinderung

Wie können Eltern mit einem behinderten Kind
sozialversicherungsrechtlich garantierte
Ansprüche geltend machen?

Übersichtlich und leicht verständlich liefert
der Ratgeber alle wichtigen Fakten rund um
Invalidenversicherung, Ergänzungsleistungen,
Erwachsenenschutzrecht, Assistenzbeitrag
und Finanzierung der Pflege.

In der überarbeiteten und aktualisierten 5. Auflage
werden die neusten Gesetzesänderungen und
Gerichtsentseide berücksichtigt.

Preis: CHF 34.– (CHF 29.– für Procap-Mitglieder)
plus Porto. Bestellungen an: info@procap.ch



5. Auflage, überarbeitet und aktualisiert

Was steht meinem Kind zu?

Ein sozialversicherungsrechtlicher
Ratgeber für Eltern von Kindern
mit Behinderung

procap
für Menschen
mit Handicap



EBGB: Debatte über das Budget

Das Budget 2017 des Bundes sieht Kürzungen für das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) vor. Inclusion Handicap bemängelt die Kürzung. Für das EBGB kommt sie nicht unerwartet.

Marie-Christine Pasche

Der Bundesrat plant Kürzungen beim Budget des EBGB. Der Dachverband der Behindertenorganisationen in der Schweiz, Inclusion Handicap, hat darauf Anfang Oktober in einem Mediencommuniqué scharf reagiert. Der Zeitpunkt für Einsparungen beim EBGB sei äusserst ungünstig. Denn der Bund muss das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) umsetzen, das 2004 in Kraft getreten ist. Und das EBGB ist ein wichtiger Partner des Bundes in Fragen der Behindertenpolitik. Nach über zehn Jahren BehiG sind gewisse Fortschritte erreicht, aber die Schweiz ist noch weit entfernt von einer Chancengleichheit für Menschen mit Behinderungen.

Das EBGB hat ausserdem eine wichtige Koordinationsfunktion bei der Umsetzung der UNO-Behindertenrechtskonvention (UNO-BRK) auf allen politischen Ebenen. «Die Mittel des EBGB sind schon jetzt viel zu knapp, um diesen Auftrag auszuführen», sagt Pascale Bruderer, Präsidentin von Inclusion Handicap.

«Keine Kürzungen»

Als Mitglied von Inclusion Handicap hat sich Procap bei den Hauptbetroffenen erkundigt, was sie von den Kürzungen halten. Andreas Rieder, Leiter des EBGB, weist den Begriff



Foto: Michael Stahl

Pascale Bruderer spricht sich für eine Erhöhung des Stellenetats beim EBGB aus.

der Kürzungen zurück: «Es ist vielmehr so, dass wir wieder zum normalen Personalbestand zurückkehren. Für eine befristete Dauer von drei Jahren wurden uns zwei zusätzliche Stellen für spezifische Aufgaben bewilligt: eine für die Umsetzung des Aktionsplans für die Zugänglichkeit der Websites des Bundes, die andere für die Verfassung eines Berichtes über die Behindertenpolitik per Ende 2016. Die Umsetzung des Aktionsplans ist fortgeschritten, und der Bericht ist fast fertig. Es ist also logisch, dass diese Stellen nicht mehr eingepplant sind.»

Aufgaben erweitert

Laut Inclusion Handicap müssten die Kapazitäten des EBGB jedoch ausgebaut werden, da dessen Aufgaben nach der Ratifizierung der UNO-BRK erweitert worden seien. «Es wäre unverantwortlich, jetzt auf Kosten der Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen zu sparen», sagt Bruderer. Der Bund hat bei der Evaluation des BehiG im Dezember 2015 und im Initialstaatenbericht zur UNO-BRK erkannt, dass die diversen Ak-

teure und Instrumente besser koordiniert werden müssen. Dadurch könnten die eingesetzten Mittel wirkungsvoller genutzt werden. Eine Stärkung des EBGB würde sich langfristig also lohnen, hält Inclusion Handicap fest: «Die Berichte bestätigen, dass Menschen mit Behinderungen in vielen Lebensbereichen benachteiligt werden. Dies gilt es nun rasch zu ändern. Mit kurzfristigen Sparmassnahmen wird dies nicht möglich sein.»

Andreas Rieder bestreitet die umfangreichen Aufgaben des EBGB nicht. Doch er betont, dass diese Situation nicht mit den zwei fraglichen Stellen in Zusammenhang steht. «Wir wussten von Anfang an, dass die Stellen befristet sind. Sie waren eine willkommene und geschätzte Unterstützung. Wir können diese Personen nun nicht weiterbeschäftigen, so läuft es nicht. Vielleicht können wir in einem neuen Antrag an den Bund die erweiterten Aufgaben des EBGB thematisieren.» Für Inclusion Handicap ist klar: Der politische Auftrag macht einen Ausbau der personellen Ressourcen beim EBGB nötig. ●

Sektionen

Procap Kanton Solothurn Rheinschiffahrt

Bei leicht bewölktem Himmel fuhren knapp 50 Mitglieder von Procap Kanton Solothurn mit dem Car Richtung Basel. Dort bestiegen sie das Schiff. Vom Dreiländereck bis nach Rheinfelden liessen die Mitglieder die Stadt Basel gemütlich an sich vorbeiziehen und erlebten zwei imposante Schleusen. Dabei genossen sie ein feines Mittagessen. In Rheinfelden warteten bereits zwei Stadtführer. In zwei Gruppen ging es durch die Altstadt. Rheinfelden ist eine Stadt der Sagen und Bräuche: Es gibt den Messerturm, um den sich zahlreiche gruselige Geschichten ranken, und das Glockenspiel im «Rumpel», das die Sage vom Schneidermeister erzählt, der Rheinfelden im Dreissigjährigen Krieg vor den Schweden rettete. [es]

Procap Oberwallis Ferien in Kroatien

Die Verbandsreise führte 24 Mitglieder von Procap Oberwallis nach Porec in Kroatien. In Porec gibt es viele Sehenswürdigkeiten zu entdecken, wie etwa die Euphrasia-Basilika mit prachtvollen Mosaiken sowie die



verschachtelte Altstadt auf einer Landzunge im Meer. Die Gruppe unternahm einen Ausflug in die Städte Pula und Rovinj. Pula gilt als die älteste Stadt der östlichen Adriaküste. Rovinj ist wohl die am stärksten italienisch geprägte Stadt in Istrien. Die Reiseleiterin berichtete viel Wissenswertes über Land und Leute. Bei einer Rundfahrt durch Triest im benachbarten Italien und einer Stadtführung erzählte eine Reiseleiterin von der Geschichte der Stadt. Den letzten Tag verbrachte die Gruppe auf einer Schiffsfahrt entlang der Küste um Porec. [cm]

Procap Aarau Blindenführhundeschule besucht



Dieses Jahr führte der Tagesausflug von Procap Aarau zur Schweizerischen Schule für Blindenführhunde in Allschwil. Dort werden zurzeit Blindenführhunde, Assistenzhunde, Autismusbegleithunde und Sozialhunde ausgebildet. Nach einer Filmvorführung konnte die Gruppe auch einer Trainingseinheit eines zukünftigen Blindenführhundes zuschauen. Es war sehr eindrücklich zu sehen, wie ein Hund auf seine Aufgaben vorbereitet und geschult wird. Auch Welpen konnte die Gruppe besichtigen. Die Fahrt ging dann weiter zur Parkanlage Grün 80 nach München-

stein. Beim Mittagessen im Restaurant Seegarten diskutierten alle über das Gesehene am Vormittag. Die Heimfahrt führte zurück nach Unterentfelden, wo alle mit vielen neuen Eindrücken ankamen. [rl]

Procap Züri Oberland/Winterthur Auf dem Planetenweg



15 Personen trafen sich in Bülach zum Bewegungstreff. Ziel war, auf dem Planetenweg in vier Gruppen ein Planetenquiz zu lösen. Jedes Team erhielt eine Mappe mit Routenplan und Fragebogen. Jeder Planetenposten lieferte viele Informationen, so konnten die Fragen relativ problemlos beantwortet werden. Nach einem knapp einstündigen Marsch, bei welchem die freiwilligen Helfer/-innen alle Kräfte mobilisieren mussten, um die Rollstühle auf eine Anhöhe zu bringen, gab es eine Zünipause. Danach ging es weiter zu den letzten Planeten und zum Mittagsspicknick. Dann folgte die Rangverkündigung. Das Siegerteam erhielt einen Gutschein. Alle Teilnehmenden bekamen eine Urkunde und eine Toblerone, sinnbildlich für den geschafften Aufstieg. [sn]

Ihre Sektion im Magazin

Haben Sie mit Ihrer Sektion einen Ausflug gemacht? Oder eine Veranstaltung durchgeführt? Wir freuen uns über Ihre Zuschriften und Fotos in hoher Auflösung an: redaktion@procap.ch.

Wir werden diese – sofern genügend Platz vorhanden – gerne abdrucken.



Internationaler Tag der Menschen mit Behinderungen

Wie jedes Jahr ruft Procap Sektionen und Interessierte auf, sich mit Aktionen oder Veranstaltungen am 3. Dezember zu beteiligen. Als diesjähriges nationales Thema wurde der «angemessene Lebensstandard» gewählt. Dieser Begriff aus Artikel 28 der UNO-Behindertenrechtskonvention wird mit dem Slogan «Genug zum Überleben, aber auch zum Leben?» verdeutlicht. Auf der Website www.3dezember.ch können Sie Ihre Veranstaltung publizieren und Werbemittel bestellen. Sie finden dort auch Hintergrundinformationen zum Thema. Der 3. Dezember gilt als Internationaler Tag der Menschen mit Behinderungen. Mit dem jährlich wiederkehrenden Tag wird die Öffentlichkeit auf die Anliegen von Menschen mit Handicap aufmerksam gemacht.

» www.3dezember.ch

4. Plattform Behindertenpolitik

Mit der Tagung Plattform Behindertenpolitik will die Kantonale Behindertenkonferenz Bern (kbk) die politische Mitwirkung von Menschen mit Behinderungen stärken. Wollen Sie etwas bewegen? Und leben Sie mit einer Beeinträchtigung? Auch dieses Jahr können Sie mit Politikerinnen und Politikern diskutieren. Und Sie erfahren, was die bernischen Parteien über die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen denken.

» Informationen: www.kbk.ch.

» Montag, 5. Dezember 2016, 16 bis 20 Uhr, Bürenpark, Bürenstrasse 8, Bern.

Vortrag: «Alles über die IV»

Der Vortrag, organisiert von Procap St. Gallen, richtet sich an Personen, die sich über die Leistungen der Invalidenversicherung (IV) informieren wollen. Wie wird eine IV-Rente berechnet? Wann erhält man eine Teilrente? Darf oder muss man daneben noch arbeiten? Welche anderen Leistungen wie berufliche Massnahmen, Umschulungen, Hilflosenentschädigung, Hilfsmittel etc. kann die IV übernehmen? Die Fragen werden von erfahrenen Sozialversicherungsfachleuten beantwortet.

» Infos: www.procap-sga.ch

» Montag, 28. November 2016, 18.30 bis 20.30 Uhr, Alterszentrum Park, Zürcherstr. 82, Frauenfeld.

Tipp

Procap bietet regelmässig Vorträge zu Sozialversicherungsfragen in verschiedenen Regionen der Schweiz an. Mehr Informationen unter: www.procap.ch

Buchtip: «Privileg Gesundheit?»

Die Chancen für eine gute Gesundheit sind ungleich verteilt. Weltweit haben 400 Millionen Menschen keinen Zugang zur gesundheitlichen Basisversorgung. Aber auch in wohlhabenden Ländern wie der Schweiz gibt es gesundheitliche Ungleichheit. So beeinflussen beispielsweise Behinderungen, fehlende Bildung und ein tiefes Einkommen die Gesundheit von Menschen. Die neue Publikation des Schweizerischen Roten Kreuzes macht Vorschläge, wie Barrieren bei der Nutzung des Gesundheitssystems überwunden werden können. Im Buch stellt auch «Procap bewegt» ihr Gesundheitsförderungsprogramm für Menschen mit Handicap vor.

» Schweizerisches Rotes Kreuz (Hrsg.), Privileg Gesundheit? Zugang für alle! Verlag Seismo, 2016.



Buchtip: «Wenn Kinder psychisch erkranken»

Wenn Kinder aus der Reihe tanzen, können psychische Störungen eine Ursache sein. Im neuen Beobachter-Ratgeber geht es um die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und um die Entwicklungspotenziale, über die sie verfügen. Das Buch für Eltern und Pädagogen/-innen beschreibt Störungsbilder und Symptome für Laien gut verständlich. Der Ratgeber vermittelt einen Überblick über die Behandlungsmöglichkeiten, Informationsstellen und Selbsthilfegruppen in der Schweiz. Darüber hinaus erklärt er die Wirkungsweisen von Medikamenten.



» Kurt Albermann, Wenn Kinder aus der Reihe tanzen. Beobachter Edition, 2016.

Wechsel vom Heim in ein eigenes Zuhause

Ich bin 32-jährig und beziehe wegen einer Muskelerkrankung eine ganze IV-Rente und eine mittlere Hilflosenentschädigung. Ich lebe in einem Heim, das ich mit den Ergänzungsleistungen finanziere. Was ändert bei diesen Leistungen, wenn ich künftig in einer eigenen Wohnung leben möchte?

Daniel Schilliger, Rechtsanwalt Procap

Eine Änderung der Wohnform zieht weitreichende Fragen nach sich, die über das Finanzielle hinausgehen, zum Beispiel: Findet man eine passende und finanzierbare Wohnung? Wer hilft bei der Betreuung und Pflege? Wie soll der Alltag organisiert werden? Ich beschränke mich in meiner Antwort auf die Sozialversicherungsleistungen, also die finanzielle Seite. Die Finanzierung des Lebens in einer eigenen Wohnung besteht aus vielen Bausteinen, die ich nachfolgend zusammenfasse.

Höhere Hilflosenentschädigung

Auf die IV-Rente hat die Wohnform keinen Einfluss. Die Hilflosenentschädigung jedoch vervierfacht sich, wenn jemand nicht in einem Heim lebt. Wenn Sie in einer eigenen Wohnung leben, beträgt die Hilflosenentschädigung also neu CHF 1175 statt 294 im Monat. Zudem wird sie nicht mehr als Einnahme in der Ergänzungsleistung eingerechnet. Sie steht zur freien Verfügung und kann beispielsweise für die Finanzierung der Betreuung eingesetzt werden.

Neue Berechnung der EL

Die Berechnung der Ergänzungsleistungen (EL) verändert sich erheblich. Ausgabenseitig werden für Heimbewohner/-innen eine Heimtaxe, ein Betrag für die persönlichen Auslagen, die Krankenkassenprämie



Foto: Patrick Lüthy

und allenfalls der AHV-Beitrag anerkannt. Bei Personen, die ausserhalb eines Heims wohnen, wird dagegen eine Miete von jährlich maximal CHF 13 200 (anstelle der Heimtaxe) und ein Betrag für den allgemeinen Lebensbedarf von CHF 19 290 (anstelle des Betrages für die persönlichen Auslagen) anerkannt. Dazu kommen die Krankenkassenprämie und allenfalls der AHV-Beitrag. Die Berechnung kann sich je nach Familiensituation unterscheiden.

Finanzierung der Betreuung

Sie können zudem einen Assistenzbeitrag der IV beantragen, um die Betreuung zu Hause mitzufinanzieren. Diesen Antrag können Sie bereits als Heimbewohner/-in stellen, um vorgängig zu wissen, wie hoch der Assistenzbeitrag bei einem Heimaustritt wäre.

Pflegerische Handlungen wie zum Beispiel physiotherapeutische Übungen oder auch die Körperpflege können zum Teil über die Krankenversicherung abgerechnet werden, wenn die Spitex beigezogen wird.

Zusätzlich vergütet die Ergänzungsleistung bis zu bestimmten Höchstbeträgen Krankheits- und Behindertenkosten. Darunter fallen auch Ausgaben für Hilfe, Pflege und Betreuung zu Hause sowie in Tagesstrukturen. Die konkrete Ausgestaltung ist kantonal unterschiedlich. Sie kann aber den Assistenzbeitrag ergänzen. So können unter Umständen Angehörige oder Organisationen wie die Spitex und Entlastungsdienste entschädigt werden. Zudem ist es damit – wie beim Assistenzbeitrag – möglich, Angestellte für die Pflege, Betreuung oder auch Hausarbeit zu finanzieren. Der Assistenzbeitrag geht aber in der Regel vor, muss also grundsätzlich zuerst eingesetzt werden.

Wenn bauliche Anpassungen in der Wohnung oder andere Hilfsmittel nötig sind, können diese Kosten bei der IV beantragt werden, sofern sie notwendig und verhältnismässig sind.

Holen Sie sich Beratung!

Falls Sie vom Heim in eine eigene Wohnung wechseln möchten, empfehlen wir Ihnen, sich vorgängig mit der regionalen Sozialversicherungsberatung von Procap in Verbindung zu setzen.

Die Adressen finden Sie auf www.procap.ch. In der Beratung ist es möglich vorzuberechnen, wie hoch die Ergänzungsleistung und die Hilflosenentschädigung sein werden. Die Höhe des Assistenzbeitrages kann man bei der IV vorberechnen lassen, wenn ein Heimaustritt grundsätzlich zur Debatte steht. Auch mit der Spitex könnte eine Bedarfsabklärung durchgeführt werden.

Fit und gesund durch den Winter

Ich fühle mich im Winter oft müde und niedergeschlagen. Grippen und Erkältungen plagen meinen Körper. Was kann ich dagegen tun?

Susanne Lizano, Procap bewegt

In den Wintermonaten erhält unser Körper generell weniger Wärme, Licht und Sonne. Diese drei Komponenten sind aber zentral für unser Wohlbefinden. Sie unterstützen unser Immunsystem und schützen uns vor Krankheiten. Im Winter empfehlen wir eine vitaminreiche Ernährung, tägliche Bewegung an der frischen Luft und genügend Entspannung. Mit einem einfachen 5-Tage-Programm stärken Sie Ihre Abwehrkräfte.

Montag: Arbeitsweg/Einkaufsweg

Legen Sie heute die ganze oder einen Teil der Strecke zu Ihrer Arbeit oder zum Einkaufen an der frischen Luft zurück: zu Fuss, mit dem Velo, mit dem Rollstuhl oder Handbike.



Dienstag: Vitamin-C-Bombe

Vitamin C stärkt die Abwehrkräfte. Mixen Sie sich mit Orangen, Karotten, Äpfeln und etwas Ingwer einen frischen Smoothie – dieser ist eine echte Vitaminbombe und ein Muntermacher für den Tag!

Mittwoch: Schwimmbad

Besuchen Sie heute ein Schwimmbad. Im Wasser erleben Sie ein an-

deres Körpergefühl und können sich nach Lust und Laune bewegen. Falls möglich, besuchen Sie anschliessend noch Sauna und Dampfbad, um so richtig zu entspannen. Infos zu den Schwimmbädern finden Sie unter www.goswim.ch.

Donnerstag: Waldspaziergang

Nehmen Sie sich heute Zeit, tagsüber oder nach dem Feierabend einen Spaziergang in der Natur zu machen. Gemeinsam machts mehr Spass! Nehmen Sie eine Freundin oder einen Freund mit.

Freitag: Tanzen

Legen Sie Ihre Lieblingsmusik auf, und bewegen Sie sich 20 Minuten dazu. Möchten Sie lieber gemeinsam das Tanzbein schwingen? Besuchen Sie eine Disco. Mehr Infos unter www.laviva.ch.

Weitere Winterideen sind: Schneeschuhwandern, Schlitteln oder Eislaufen. Die Programmpunkte können beliebig ausgetauscht und wiederholt werden.

Übung zur Dehnung des Oberkörpers



Sitzend auf dem Sofa, mit oder ohne angelehnten Oberkörper, Arme über dem Kopf gestreckt, Hände zusammen. Arme nach rechts zur Seite neigen und dabei mit dem Oberkörper ein C formen. Anschliessend das gleiche auf die andere Seite. Nur so weit zur Seite neigen, dass das Gesäss stets Bodenkontakt behält. Kopf gerade zwischen den Armen halten. Variante: Die gleiche Übung im Stehen ausführen.

Sie fragen – wir antworten!

Bitte schicken Sie Ihre Fragen zu den Themen Ernährung und Bewegung per Post an: Procap Schweiz, Redaktion, Frohburgstrasse 4, 4601 Olten, oder elektronisch per E-Mail an: redaktion@procap.ch.

Wie gewonnen, so zerronnen



Vor einem Jahr fand ich nach zähem Suchen die perfekte Pflegeassistentin. Sie war flexibel und zuverlässig, arbeitete gerne nachts oder an Wochenenden. Sie hatte auch das Feingespür, nicht mit mir über das Wetter reden zu wollen, wenn ich beim Zähne-

putzen die turbulenten Schlussminuten eines Hockeymatches verfolgte. Mir war sofort klar, dass ich sie langfristig behalten wollte, und ich tat auch etwas dafür: Ich war freundlich, geduldig, fragte regelmässig nach ihrem Befinden und unterdrückte manchmal sogar meine Ticks beim Lagern, um sie nicht zu nerven. Kürzlich dann der Schock: Aus heiterem Himmel kündigte sie. Es war nicht wegen mir – sie hatte sich von ihrem Freund getrennt und zog weg. Es war frustrierend, nun ging die Sucherei wieder von vorne los! Für einen kurzen Moment wollte ich die Sache mit dem Assistenzbeitrag nur noch hinschmeissen. Dann erinnerte ich mich daran, welches Privileg es darstellt, dass ich überhaupt die Kontrolle darüber habe, wer mich betreut. Schwupps war der Frust verdaut und das neue Stelleninserat ausgedruckt.

Martin Hailer

Martin Hailer, geboren 1980, ist freischaffender Übersetzer und Autor. Er hat spinale Muskelatrophie und ist auf den Rollstuhl angewiesen. Er lebt mit dem IV-Assistenzbeitrag in der Nähe von Luzern.

SCHWERPUNKT 1/2017

Blick über die Grenzen

Nächster Schwerpunkt

Wie leben Menschen mit Behinderungen in anderen Ländern? Wie gehen andere Länder mit dem Thema Inklusion um? Gibt es Modelle, die der Schweiz als Vorbild dienen könnten, und weshalb sind diese erfolgreich? Wie sind die Erfahrungen mit der Umsetzung der UNO-Behindertenkonvention im Ausland, und welches Land hat bei der Gleichstellung von Menschen mit Handicap die Nase vorn? Das nächste Magazin wagt den Blick über die Grenzen. [fs]

Kleinanzeigen

Mitglieder können auf der Website von Procap (www.procap.ch) unter den Rubriken Partnerschaft/Freundschaft, Hilfsmittel, Assistenz oder Wohnung kostenlos Anzeigen aufgeben. Falls Sie Fragen haben oder Hilfe beim Aufgeben der Anzeige benötigen, kontaktieren Sie Susi Mauderli, Tel. 062 206 88 96.

Website

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** WEMF 22366 (total), 17 447 (deutsch); erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap-Magazin, Frohburgstrasse 4, Postfach, 4601 Olten, Tel. 062 206 88 88, redaktion@procap.ch, www.procap.ch **Spendenkonto** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Leitung Redaktion** Franziska Stocker **Mitarbeit in dieser Nummer** Adrian Hauser, Susanne Lizano, Susi Mauderli, Marie-Christine Pasche, Daniel Schilliger **Übersetzung** Anja Hagmann **Korrektorat** Priska Vogt **Layout** Clemens Ackermann **Inserateverwaltung** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förrlibuckstrasse 70, Postfach, 8021 Zürich, 043 444 51 09, info@fachmedien.ch **Druck und Versand** Stämpfli Publikationen AG, Wölflistrasse 1, 3001 Bern **Papier** FSC-Mix aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung **Adressänderungen** bitte Ihrer Sektion melden oder an Procap in Olten, Tel. 062 206 88 88. **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz CHF 20.–, Ausland CHF 40.–, ISSN 1664-4603. **Redaktionsschluss für Nr. 1/2017** 16. Januar 2017; Nr. 1 erscheint am 23. Februar 2017.



myclimate neutral
Gütesiegel
No. 01-150728 - www.myclimate.org
© myclimate - The Climate Partner





VON WEGEN! HIER MEINE
KREDITKARTEN SOWIE MEIN SPARBUCH
UND EINIGE AKTIEN...



Phil Hubbe, 1985 an Multipler Sklerose erkrankt, ist hauptberuflich als Cartoon-Zeichner tätig. Er befasst sich regelmässig mit dem Thema Behinderung.

VERSTEHEN, WAS **MENSCHEN** BRAUCHEN.

Deckenmontierte Hebe- und
Transfersysteme von **Guldmann™**

Fachhandelspartner in Ihrer Nähe:

- A-reha SA, Echallens
- Aforum AG, Münchenstein
- Buchli Orthopädie- und Rehatechnik AG, Chur
- dennda Orthopädie- und Rehatechnik, Visp
- IWAZ, Wetzikon
- Max Jung AG, Thun
- Orthoconcept SA, Fribourg
- Sanitätsgeschäft Beck AG, Winterthur

www.bigla.ch



von Raum
zu Raum

selbstfahrend

ÜBERALL
einsetzbar

Körpergerechte
Tragesysteme

MOBIL
bleiben



bigla

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

