

SENSIBILISIERUNG

SEITE 6 Aufeinander zugehen SEITE 14 Ab an die Sonne!



Foto: Patrick Lüthy

procap
magazin
für Menschen
mit Handicap
3/2015

Seite 12 Mawoussi Mauron

«Ich bin keine Ausserirdische»



Swiss Handicap

Für Menschen mit und ohne Behinderung

27.–28. November 2015 | Messe Luzern

Der Messe-Event für die ganze Familie

- Hauptthema Sport, Freizeit, Reisen
- Guetzlibacken mit Prominenten
- 150 Aussteller, Vorträge und Show Acts
- Sport & Bewegung mit PlusSport
- Party-Nacht mit top DJs und Artists
- Weihnachtsmarkt & Samichlaus

**Brücken schlagen
und Zeichen setzen**

www.swiss-handicap.ch

Goldpartner

Helsana
Die Krankenversicherung der Schweiz.

PlusSport⁺
Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera



HÖGG
LIFTSYSTEME

HÖGG Liftsysteme AG
CH-9620 Lichtensteig
Telefon 071 987 66 80

Treppenlifte



Rollstuhllifte

Sitzlifte

Aufzüge

www.hoegglift.ch



**Dank Ihrem Kleingeld reisen
Menschen mit Behinderung
in die Ferien**

Procap sammelt Währungen aus allen Ländern der Welt und unterstützt damit Menschen mit Behinderung. Beachten Sie unsere Sammelbehälter in Banken und SBB-Schalterhallen. Oder senden Sie uns die Münzen und Noten einfach per Post zu. Vielen Dank!

für Menschen
mit Handicap **procap**

Procap Schweiz
Frohburgstrasse 4, 4600 Olten
Tel. 062 206 88 88, www.procap.ch
IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1

Seite 4 IN KÜRZE**SENSIBILISIERUNG****Seite 6** Aufeinander zugehen**Seite 8** Schulstunde mit Starbesetzung**Seite 10** Den eigenen Blick verändern**Seite 11** Kultur erweitert den Horizont**Seite 12 RENDEZ-VOUS** Mawoussi Mauron**Seite 14 REISEN** Ab an die Sonne!**Seite 15** Neue Chancen für die Gleichstellung**Seite 17 AM ARBEITSPLATZ** «Ich arbeite so gerne hier»**SERVICE Seite 18** Sektionen und Agenda**Seite 20** Juristischer Ratgeber und Ratgeber Procap bewegt**Seite 22** Schlusswort: Nick Joyce**Editorial****Franziska Stocker**

Redaktionsleitung

**Mit Sensibilisierung zur Inklusion**

Wer keine Menschen mit Behinderung kennt, ist im Umgang mit ihnen häufig unsicher. Die Erfahrung zeigt, dass direkte Begegnungen solche Hemmungen abbauen und so die Inklusion fördern. Im aktuellen Magazin lesen Sie darüber, wie Procap Schulklassen, Unternehmen und Kulturinstitutionen den Austausch mit Menschen mit Handicap ermöglicht und damit wichtige Sensibilisierungsarbeit leistet. Dies ist für beide Seiten ein grosser Gewinn. Erfahren Sie zudem von einem zufriedenen Feriengast, der mit Procap Reisen auf Teneriffa weilte. Und lesen Sie ein Interview mit Fachexpertin Caroline Hess-Klein über neue Möglichkeiten für die Gleichstellung, die sich dank der UNO-Behindertenrechtskonvention bieten.

Schliesslich möchte ich Sie darauf aufmerksam machen, dass wir Ihnen auch dieses Jahr wieder Gratis-eintritte an die Swiss-Handicap-Messe anbieten können. Sie finden den Gutschein zum Ausschneiden oder Ausdrucken (print-at-home) auf Seite 24. Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre.

Gleichbehandlung von Schmerzpatienten



Procap Schweiz begrüsst den am 3. Juni gefällten Entscheid des Bundesgerichts zum Anspruch auf eine Invalidenrente bei somatoformen Schmerzstörungen und ähnlichen Krankheitsbildern. Damit wird eine Ungleichbehandlung beendet. Die Behindertenorganisation fordert nun, dass auch frühere Fälle wieder aufgerollt werden.

Denn vor über zehn Jahren entschied das Bundesgericht, dass Schmerzstörungen ohne erklärliche körperliche Ursache grundsätzlich überwindbar seien und deshalb auch keinen Anspruch auf Leistungen der Invalidenversicherung begründen könnten. Die jahrelange breite Kritik von juristischen und insbesondere auch medizinischen Fachleuten sowie von Behindertenorganisationen wie Procap Schweiz hat nun dazu geführt, dass das Bundesgericht in dem aktuellen Urteil diese Rechtsprechung aufgibt. Procap fordert nun, dass für die Beurteilung ein faires Verfahren geschaffen wird, das sich an den aktuellen Erkenntnissen der medizinischen Wissenschaft orientiert. [aha]

Erstes Elternforum von Procap

170 Eltern kamen an das erste Procap-Elternforum im Kantonsspital St. Gallen. Hauptthema war die Entlastung von Eltern, die Kinder mit einer Behinderung haben. An der Tagung traten verschiedene Fachleute und betroffene Eltern auf. Oft kostet es nämlich Überwindung, sich einzugestehen, dass man Hilfe von aussen braucht. Das Suchen nach Entlastung ist ein Prozess, bei dem Vorurteile und eigene Barrieren zu überwinden sind. Entlastung im Alltag bedeutet

beispielsweise auch, dass sich eine Person in einer Familie zu Hause um das Kind, das besonderen Unterstützungsbedarf hat, kümmert. Dadurch können sich Eltern auch vermehrt mit den Kindern ohne Behinderung beschäftigen oder bekommen eine Verschnaufpause. Solche Unterstützung bietet der Verein Entlastungsdienst. Das Forum wurde von Procap St.Gallen-Appenzell organisiert. Ein zweites Forum ist im nächsten Jahr geplant. [aha]

Ja zu PID, Nein zum FMedG

Procap begrüsst am 14. Juni das Abstimmungsergebnis zur Präimplantationsdiagnostik (PID). Es wird Paaren mit schweren Erbkrankheiten den Zugang zur PID in der Schweiz ermöglichen. Gleichzeitig bekräftigte die Organisation, dass sie gemeinsam mit anderen Behindertenorganisationen das stark liberalisierte Fortpflanzungsmedizinengesetz (FMedG) bekämpfen und am Referendum teilnehmen wird. [fs]

Salidu.ch ist online

Salidu.ch ist eine neue Schweizer Onlineplattform für Menschen mit cerebraler Bewegungsbehinderung – von Betroffenen für Betroffene und Angehörige. Diskutieren, neue Freunde, Inspiration und wertvollen Rat finden, darum geht es bei dieser Community. Salidu ist ein Projekt der Stiftung Roger Kessler und der Vereinigung Cerebral Schweiz. [aha]

» Registrierung: www.salidu.ch

Neue Nationalrätin

Anfang Juni wurde Christine Häsler, ehemalige Bereichsleiterin Sozialpolitik bei Procap, im Nationalrat vereidigt. Sie ist seit 2002 im Berner Grossen Rat und war dort 2006 bis 2014 Fraktionschefin der Grünen. Als Mutter eines Kindes mit Behinderung setzt sie sich immer wieder für die Anliegen von Menschen mit Behinderung ein. Procap Schweiz gratuliert Christine Häsler zu ihrem neuen Amt als Nationalrätin. [aha]



Rollstuhl-Rugby-Spieler ausgezeichnet

Am 12. Juni wurde in Chur zum vierten Mal die Bündner Sportnacht ausgetragen, an welcher der Bündner Sportpreis 2015 vergeben wurde. Sportlerin des Jahres ist die Snowboardweltmeisterin Elena Könz und Behindertensportler des Jahres Jeremy Jenal. Der 20-jährige Tetraplegiker aus Samnaun gehört zu den besten Schweizer Rollstuhl-Rugby-Spielern. Mit den Fighting Snakes Nottwil gewann er den dritten Meistertitel in Folge. Das Nationalteam führte er an der B-EM als Captain zu Rang 3 und wurde als bester Spieler des Turniers ausgezeichnet. [aha]



Foto: Patrick Lürthy



Foto: Mezzofit

Pro Membro gegründet

Mitte Juni wurde in Bern der Verein Pro Membro gegründet. Pro Membro tritt für die Interessen von Prothesenträgern/-innen ein. Der Verein will ein Netzwerk aufbauen und die Öffentlichkeit über den Alltag von Menschen aufklären, die eine Arm- oder Beinprothese tragen. Übergeordnetes Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit Prothesen. Der Verein setzt sich zudem dafür ein, dass Prothesenträger/-innen von den technischen Fortschritten bei Hilfsmitteln profitieren können. Von der IV und der SUVA werden diese bislang nur bedingt übernommen. Mitglied können alle werden, die Interesse am oben beschriebenen Vereinszweck haben. [aha]

» www.promembro.ch

Sensibilisierung an der DV

An ihrer zweitägigen Delegiertenversammlung in Martigny verabschiedete Procap Mitte Juni ihre neue Strategie, die unter anderem das Bildungs- und Sensibilisierungsangebot von Procap stärken will. In Anwesenheit von rund 60 Delegierten, die über 20 000 Mitglieder von Procap vertreten, stellte Sabrina Salupo, Leiterin Bildung und Sensibilisierung, die verschiedenen Sensibilisierungsangebote von Procap vor. Einen besonderen Auftritt hatte das erfolgreiche Schulprogramm «Mal seh'n!». Schülerinnen und Schüler der Primarklasse 7H aus Martigny konnten dabei der blinden Moderatorin Mawoussi Mauron, die von ihrem Blindenführhund Zara begleitet wurde, Fragen über ihren Alltag stellen. Eindrücklich schilderte Mauron Barrieren, die ihr begegnen, und gab den Anwesenden einen Einblick in verschiedene technische Hilfsmittel, die ihren Alltag erleichtern. Nationalrat Mathias Reynard (SP/VS) betonte darauf in seinem Grusswort die Wichtigkeit der Aktivitäten von Procap und rief die Schweizer Bevölkerung zu einer grösseren Solidarität gegenüber Menschen mit einem Handicap auf. [aha]



Aufeinander zugehen

Sensibilisierung ist wichtig für die Inklusion. Denn nur wer über die speziellen Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung Bescheid weiss, kann richtig damit umgehen.

Adrian Hauser

Gemäss den Erfahrungen von Procap können Hemmschwellen und zwischenmenschliche Barrieren am besten im direkten Kontakt abgebaut werden. Procap bietet deshalb verschiedene Sensibilisierungsprojekte für Menschen mit und ohne Behinderung an.

Fragestunden in Schulklassen

Kinder sind die Gesellschaft von morgen. Zudem beginnt erfolgreiche Integration bereits im Kindesalter. Procap hat deshalb ein massgeschneidertes Programm für Schulklassen konzipiert. Im Rahmen von «Mal seh'n!» besuchen Moderatoren/-innen mit unterschiedlichen Behinderungen die Schulklassen und beantworten die Fragen der Kinder (s. S. 8 und 9).

Beratung für Kulturinstitutionen

Damit auch Menschen mit einer Behinderung eine Ausstellung (s. S. 11) geniessen oder problemlos einen Film im Kino anschauen können, berät und schult Procap verschiedene Kulturinstitutionen. Das Ziel ist, Gäste mit Behinderung adäquat zu empfangen und auf deren speziellen Bedürfnisse einzugehen.

Eine solche Zusammenarbeit kam beispielsweise mit dem Jazzfestival Montreux zustande. Procap organisierte im Juli wie bereits letztes Jahr den «Singing Hands

Day», an dem ein Konzert für Menschen mit Hörbehinderung zugänglich gemacht wurde. Zwei spezialisierte Dolmetscherinnen übersetzten dabei Musik und Text des Sängers Sorel in die Gebärdensprache.

Procap engagiert sich beispielsweise aber auch am Theaterspektakel Zürich. Durch die Beratung von Procap ist daraus ein inklusiver Anlass geworden. Es gibt Induktionsschlaufen für Menschen mit Hörbehinderung, Live-Audiodeskriptionen für Personen mit einer Sehbehinderung, und alle Spielorte sind für Rollstuhlfahrende barrierefrei zu erreichen.

Procap bietet zudem regelmässig Kulturtipps für Menschen mit Sinnes- und Mobilitätsbehinderung an.

Schulungen für Firmen

In der Schweiz leben 1,2 Millionen Menschen mit Behinderung – dies ist ein wichtiges Kundensegment. Procap schult Mitarbeitende von Firmen im Dienstleistungssektor im Umgang mit Menschen mit Behinderung (s. Foto links). Dies ist ein Nutzen für beide: Menschen mit Handicap können ihre Anliegen direkt einbringen. Die Firmenmitarbeitenden üben praxisnah den professionellen Kontakt mit ihnen ein. Procap schulte bisher erfolgreich Verkaufspersonal (s. S. 10) und Angestellte des öffentlichen Verkehrs (s. S. 13). ●



Schulstunde mit Starbesetzung

Die Ausführungen der blinden Maria-Rita Oddo begeistern die Kinder bei einem Einsatz von «Mal seh'n!» in Kölliken. Besonders im Fokus des Interesses: Die Fähigkeiten des Blindenführhundes Wargo. **Adrian Hauser**

«Heute dürft ihr einfach dreinreden», sagt die blinde Maria-Rita Oddo. Und trotzdem strecken die Schülerinnen und Schüler immer wieder die Hand auf, wenn sie etwas sagen wollen. So wie sie es gelernt haben. Sie haben in der kurzen Zeit noch nicht verinnerlicht, dass Maria-Rita Oddo dies nicht sehen kann und auf akustische Signale angewiesen ist.

Die blinde Moderatorin ist seit den Anfängen des Procap-Schulprogramms «Mal seh'n!» dabei und hat schon viele Einsätze hinter sich. Mit ihrer lebendigen und freundlichen Art kann sie die 8- und 9-jährigen Kinder sofort in ihren Bann ziehen.

Wargo – immer dabei

Und Wargo, der heimliche Star des Anlasses, liegt scheinbar teilnahmslos und gelangweilt zu ihren Füßen. Bis er sich unbeobachtet fühlt und die Gelegenheit ergreift, um rasch und flink in den herumliegenden Schultaschen nach etwas Essbarem zu suchen. Maria-Rita Oddo reagiert sofort und ruft den Hund zurück an ihre Seite.

Die Kinder hören aufmerksam zu, wenn Maria-Rita Oddo von ihrer eigenen Schulzeit erzählt. Weil sie die Tafel in der Primarschule mit 11 Jahren wie durch einen Nebel wahrnahm, setzte sie sich immer in die hinterste Reihe. Dies in der Hoffnung, dass sie weniger aufgerufen wird. Sie wollte sich verstecken, sah aber zunehmend schlechter. So setzte sie sich wieder weiter nach vorne – und sah immer noch nicht, was auf der Tafel stand.

Menschen als Schatten

Als sie dann die herannahenden Autos auf der Strasse nicht mehr rechtzeitig wahrnehmen konnte, sprach sie mit ihrer Mutter, die mit ihr zum Augenarzt ging. Dieser meinte, dass eine Brille nichts nütze und schickte sie ins Spital. Dort stellte man fest, dass ihre Netzhaut hinter dem Auge entzündet war und blutete. Gegen die inneren Blutungen bekam sie Spritzen und Medikamente. Die Blutung und Entzündung konnte man so zwar vorübergehend stoppen, doch die Netzhaut vernarbte. Dies führte dazu, dass die Netzhaut keine Lichtstrahlen

mehr aufnehmen und daraus keine Bilder mehr zusammensetzen kann. Maria-Rita Oddo kann Hell und Dunkel unterscheiden, Menschen nimmt sie nur als Schatten wahr.

Wie der Hund denn wisse, wohin er gehen muss, fragt eines der Kinder. Maria-Rita Oddo erklärt, dass Wargo Wege lernen musste. So kennt er beispielsweise den Weg von ihrem Zuhause zum Bahnhof. Arbeitszeit und Freizeit sind getrennt: Trägt er sein Geschirr muss er arbeiten, ohne Geschirr, darf er faulenzen, wie jetzt, während Maria-Rita Oddo zur Klasse spricht.

Ausgebildete Blindenführhunde

Die Blindenführhunde wie Wargo werden an der Schweizerischen Schule für Blindenführhunde in Allschwil ausgebildet. Bevor sie ausgebildet werden, verbringen sie 8 bis 10 Monate bei einer Familie. Dort werden sie sozialisiert und gewöhnen sich an Auto- oder Zugfahrten. Dann beginnt die eigentliche Ausbildung, die 6 bis 9 Monate dauert. Während der Ausbildung lernen die Hunde über 30 Befehle. Zudem lernen sie



Fotos: Yasemin Bligic

geradeaus zu führen, links von rechts zu unterscheiden und Hindernisse am Boden, auf Kopfhöhe des Führers und auf der Seite zu erkennen und zu umgehen. Nicht alle schaffen es bis zum Blindenführhund. Von 100 Welpen bestehen nur 20 bis 30 alle nötigen Prüfungen. Die Befehle sind auf Italienisch, da sich die Sprache mit vielen Vokalen sehr gut eignet, um die verschiedenen Befehle voneinander zu unterscheiden.

Praktische Übungen

Die Fähigkeiten des Führhundes faszinierten es und seien neu für es, wie eines der Kinder meint. Maria-Rita Oddo erzählt, wie sie mit ihrem Hund heute Morgen den Weg von Rapperswil nach Kölliken fand. In diesem Zusammenhang erklärt sie auch die Hilfen, die es für Sehbehinderte im öffentlichen Raum gibt. Dies sind etwa Leitlinien an den Böden im öffentlichen Raum oder Markierungen in Blindenschrift an den Geländern zu den Perrons. Wichtig ist natürlich auch der weisse Stock, mit dem die Oberfläche auf dem Boden abgetastet werden kann.

Nach den ausführlichen Informationen von Maria-Rita Oddo sehen die Kinder einen kurzen Dokumentarfilm über eine Schülerin beim sogenannten Mobilitätstraining. Auf anschauliche Weise wird dabei der Umgang mit dem weissen Stock erklärt, der für Sehbehinderte wie ein verlängerter

Arm oder Zeigefinger ist. Gleichzeitig erfahren sie, wie die Protagonistin des Films ihre Umwelt ohne Sehvermögen wahrnimmt. So spürt diese beispielsweise, wenn ein Hindernis im Weg steht, da Geräusche dann anders reflektiert werden.

Um selbst zu erfahren, wie es ist, wenn das Sehen, also einer der Sinne, fehlt, machen die Kinder eine Übung mit einem Sichtschutz oder einer Art Schlafbrille, durch die kein Licht durchdringt. Die Kinder müssen jeweils abwechselungsweise jemanden führen oder sich selbst führen lassen. Der Weg geht vom Klassenzimmer die Treppe runter auf den Pausenplatz

den Lippen der Moderatorin und vergessen die Zeit, als diese in der Frageunde davon erzählt, wie sie sich in ihrem Alltag zurechtfindet. Die Kinder wollen wissen, wie sie denn kocht oder beim Einkaufen die richtige Banknote findet. Maria-Rita Oddo erklärt, dass sie die Noten an ihrer Grösse erkennen kann, da die hervorgehobenen Punkte für Sehbehinderte bei alten Noten nicht mehr spürbar sind. Beim Herd hat sie erastbare Punkte, um die Hitze zu regulieren. Generell wichtig ist, dass alle Gegenstände in der Wohnung ihren Platz haben, damit sie diese wieder findet.



«Ich habe nicht gewusst, dass in der Hundeschule nur wenige Hunde die Ausbildung als Führhund schaffen. Das hat mich beeindruckt.» [Lara, 9 Jahre alt]

und wieder zurück. Eine Übung, die allen sichtlich Spass macht und die Stimmung auflockert. Im Anschluss testen sie, ob ein Getränk gleich schmeckt, wenn man es nicht sehen kann. Aber erstaunlicherweise erkennen die meisten sofort, dass die Flüssigkeit im Becher Sirup ist. In Sachen Sirup kann man Kindern wohl nicht so schnell etwas vormachen.

Konkreter Nutzen

Auffällig ist, wie aufmerksam und konzentriert die Kinder während der Doppellektion ohne Pause zuhören und aktiv mitmachen. Sie hängen an

Die Kinder hätten noch lange zuhören können, würde nicht die wohlverdiente Pause rufen. Milena Probst, die Lehrerin der Klasse, bestätigt denn auch, dass die Kinder sehr offen reagiert haben. Zuvor hat sie sich mit der Klasse während zweier Tage mit dem Thema Behinderung befasst. An diesem Einsatz von «Mal seh'n!» besonders gefallen haben ihr die praktischen Übungen und die Filmsequenz. Und sie sieht einen konkreten Nutzen am Projekt: «Mit der integrativen Schulung weiss man nie, wann ein Kind mit einer Behinderung in die Klasse kommt.» ●

Den eigenen Blick verändern

Auf Anfrage von Unternehmen schult Procap Mitarbeitende zum Umgang mit Menschen mit Behinderungen. Praxisnah wird hilfreiches Wissen über deren spezifische Bedürfnisse vermittelt.

Marie-Christine Pasche

Vor den Verkaufsdisplays eines Swisscom-Shops in Lausanne findet eine lebhaftere Diskussion statt. Jedoch geht es hier für einmal nicht um neueste Technologien, sondern um die Kundenbetreuung von Menschen mit Handicap. Einige Mitarbeitende erhalten von Mawoussi Mauron Tipps, wie sie eine blinde Person bei der Unterzeichnung eines Vertrages unterstützen können. Anderen wird ein Tonwechsel nahegelegt, denn Marco Ecclesia, 35-jährig und gehörlos, möchte als Kunde nicht bevormundet werden. «Sprechen Sie mit normaler Geschwindigkeit, nicht übertrieben freundlich und ohne die Silben zu betonen. Es bringt auch nichts, ein Wort zu wiederholen. Entweder wiederholen Sie den ganzen Satz oder gar nichts», erklärt er den Anwesenden. Bei sehr technischen Erklärungen kann ein Tablet hilfreich sein. Rollstuhlfahrer Roger Baumann verweist seinerseits mit einem Lächeln darauf, dass er die zu hoch angebrachten Produktinformationen der Telefone nicht lesen kann.

Mawoussi Mauron, Marco Ecclesia und Roger Baumann sind für Schulungen von Procap im Einsatz. Das Ziel ist, Mitarbeitende im Kundenkontakt für die Bedürfnisse von Personen mit Handicap zu sensibilisieren. In der Deutschschweiz nimmt Swisscom an diesem Programm seit



Foto: Jean-Philippe Baulte

Eine Kursteilnehmerin (rechts) berät ihren Arbeitskollegen, der sie dank Ohrstöpseln nicht mehr hören kann. Marco Ecclesia gibt wertvolle Tipps.

drei Jahren teil. Dieses Jahr kommen auch die Westschweiz und das Tessin dazu. «Für uns ist das eine Möglichkeit, uns auf sehr konkrete Weise dafür zu engagieren, dass die Zugänglichkeit unserer Dienstleistungen für alle Kunden verbessert wird», erklärt Maryline Irigoien, Weiterbildungsverantwortliche in der Westschweiz.

Die heute anwesenden Kursteilnehmenden kommen aus Filialen der gesamten Westschweiz. Sie werden als «Zugänglichkeitsbeauftragte» den Auftrag haben, das Gelernte ihren Kollegen/-innen weiterzuvermitteln. Eine Herausforderung – denn Procap wird in einigen Wochen Menschen mit Behinderungen in diese Filialen entsenden. Dort werden sie überprüfen, ob das Gelernte angekommen ist, und vor allem, ob die Kundenbetreuung an die spezifischen Bedürfnisse angepasst ist.

Sich richtig verhalten

Es zeigt sich, dass die Kursteilnehmenden sehr motiviert sind. Die grosse Frage, die sich stellt, ist: «Wie macht man das nur richtig?» Die praktischen Übungen, die direkt im

Shop in Bergières durchgeführt werden, beantworten diese Frage, und zwar bisweilen auf überraschende Weise. «Ich hätte nie daran gedacht, auf die Beleuchtung im Laden zu achten und nicht mit dem Gesicht im Halbdunkeln mit einer gehörlosen Person zu sprechen», erklärt eine Mitarbeiterin.

Den Kurs verlassen die Kursteilnehmenden mit neuem Wissen und konkreten Tipps, die ihnen im Umgang mit Menschen mit Handicap mehr Sicherheit geben. Sich mit verbundenen Augen fortbewegen, mit Ohrenstöpseln oder im Rollstuhl sitzend ein Telefongerät aussuchen – diese Erfahrungen ermöglichen es, die Hindernisse, mit denen Menschen mit Handicap tagtäglich konfrontiert sind, konkret zu erfahren. «Mein Blickwinkel hat sich verändert. Ich habe erlebt, dass diese Menschen eine grosse mentale Stärke und viel Lebensfreude besitzen. Sie wollen nicht bemuttert oder bemitleidet werden. Ich bin begeistert von dieser Schulung und überzeugt, dass sie mir bei meiner Arbeit helfen wird», betont eine Kursteilnehmerin. ●

Kultur erweitert den Horizont

Die Ausstellung Swiss Press Photo 15 im Landesmuseum Zürich zeigte die besten Schweizer Pressebilder 2014. Am 6. Mai fand eine Führung für Gehörlose statt. Eine Dolmetscherin übersetzte das Referat in Gebärdensprache.

Rahel Rohrer

Bei der Swiss Press Photo 15 verdichten sich einschneidende Themen wie Metzgete, Alzheimer, Überschwemmung, Ghettokinder und Kindstod in einer syrischen Flüchtlingsfamilie. Aus über 3000 Bildern von 200 Fotografinnen und Fotografen wählte die Jury die besten Bilder aus. Die Fachreferentin Karin Pache ermöglichte mit ihren Ausführungen einer kleinen Gruppe von Gehörlosen, die Bilder mit Hintergrundinformationen auf sich wirken zu lassen.

«Als wir vor drei Jahren mit den Führungen für Gehörlose anfangen, musste ich mich schon daran gewöhnen, dass ich nicht direkt angeschaut werde», sagt Pache. Denn die Augen der Gäste kleben an den Lippen und

Händen der Gebärdensprachdolmetscherin, die das Gesprochene simultan übersetzt. Wichtig ist deshalb, dass die Rednerin genügend lange Pausen einlegt: Dies ermöglicht den Gehörlosen nach der Übersetzung, den Blick von der Dolmetscherin auch tatsächlich auf die ausgestellten Objekte schweifen zu lassen.

«Wenn es zu schnell geht, bekommen wir nichts von der Ausstellung mit», erklärt Sibylle Rau von der Beratungsstelle «Sichtbar Gehörlose Zürich», die selbst mit einer Hörbehinderung lebt (auf dem Bild mit weissem T-Shirt). Kulturalnässe erweitern den Horizont, ist sie überzeugt. Deshalb hilft sie mit, Führungen für Gehörlose zu organisieren. «Das Ziel ist, den Teilnehmenden den Zugang zu den Kunstwerken zu erleichtern und sie anzuregen, sich intensiv damit auseinanderzusetzen», so Rau.

Die ersten Führungen mit Gebärdensprachdolmetschung fanden im Jahr 2008 im Museum Rietberg statt. Inzwischen werden im Landesmuseum Zürich jährlich sechs bis acht Führungen zu Wechselausstellungen in Gebärdensprache angeboten. Und zu der Dauerausstellung Schweizer Geschichte stehen iPads für Gehörlose und Schwerhörige zur Verfügung.



Die Gebärdensprachdolmetscherin (links) übersetzt einer Gruppe von Gehörlosen die Ausführungen von Karin Pache zur Ausstellung Swiss Press Photo 15.

Tipps für die Kommunikation mit Menschen mit Hörbehinderung

- Sprechen Sie langsam und deutlich (Mundart oder Hochdeutsch, aber keine Babysprache).
- Fragen Sie nach, wiederholen Sie, seien Sie geduldig.
- Sprechen Sie immer mit direktem Blickkontakt (Lippenlesen).
- Achten Sie auf gute Lichtverhältnisse (Lippenlesen).
- Legen Sie eine Sprechpause ein, wenn Sie etwas zeigen (Gegenstand, Bilder, Texte).

Kultur für alle

Procap engagiert sich seit mehreren Jahren dafür, dass die Barrierefreiheit für Menschen mit Seh-, Mobilitäts- oder Hörbehinderung in Kulturinstitutionen thematisiert und optimiert wird. Ein Newsletter mit Kulturtipps weist monatlich auf Veranstaltungen oder Ausstellungen hin, die speziell für Menschen mit einer Behinderung zugänglich sind, wie zum Beispiel Führungen mit Gebärdensprachdolmetschung. Seit Kurzem werden die Kulturtipps auch auf Facebook publiziert. Weiter bietet Procap Kulturinstitutionen Schulungen an, die Mitarbeitende im Umgang mit Menschen mit einer Behinderung unterstützen, damit sie Sicherheit gewinnen und Hemmungen abbauen. Und auf der Onlineplattform www.zugangsmonitor.ch sind rund 1000 Schweizer Museen, Kinos und Theater punkto ihrer Zugänglichkeit detailliert beschrieben. ●

»» Zugänglichkeit:

www.zugangsmonitor.ch

»» Newsletter:

www.zugangsmonitor.ch/newsletter

»» Facebook: www.facebook.com/kulturtippsvonprocap

«Ich bin
keine
Ausser-
irdische»



Mawoussi Mauron ist selbstständig, kämpferisch und will sich nicht verstecken, ganz im Gegenteil. Sie liebt es, über ihr Leben zu sprechen, um Hemmschwellen zwischen Menschen mit und ohne Behinderungen abzubauen.

Mawoussi Mauron über...

Zeit: Die Zeit vergeht immer zu schnell. Ich würde mir wünschen, dass sie sich verlangsamt.

Arbeit: sollte Freude machen, ist aber nicht immer so.

Luxus: ein Leben haben, das uns gefällt und in dem wir uns entfalten können.

Freundschaften: schöne Treffen, angenehme Momente. Ich liebe Freundschaften, die die Zeit überdauern.

Liebe: beschränkt sich nicht auf die Paarbeziehung. Die Liebe schliesst sie ein, geht aber weit darüber hinaus.

Ferien: Entspannung, Entdeckungen, Spass.

«Ich fühle mich oft wie eine Ausserirdische. Die einzige Möglichkeit, dies zu ändern? Darüber sprechen, mich zeigen, erklären.» Dies ist der Grund, weshalb Mawoussi Mauron seit 5 Jahren Sensibilisierungsschulungen für Procap durchführt und über ihr Privatleben spricht. Im Alter von 6 Jahren hat die junge Frau ihr Augenlicht verloren. «Ich erinnere mich sehr gut an diesen Moment, nicht aber an mein Leben davor. Aber ich kann mich noch an die Farben erinnern, was von Vorteil ist, wenn man Kleider auswählt!», lächelt sie. Mawoussi Mauron kam im Alter von 11 Monaten aus Togo in die Schweiz, um ihre Augen behandeln zu lassen, und blieb. Sie wuchs auf dem Land im Kanton Freiburg auf und besuchte dort die Regelschule. Es war eine recht einsame Kindheit: «Ich war sehr schüchtern, konnte nicht wirklich auf andere zugehen. Das hat die Situation nicht verbessert. Denn die anderen kamen nicht auf mich zu, um mit mir zu spielen. Ich denke, dass sie nicht wussten, wie sie mit mir umgehen sollten.» Ihre grosse Entschlossenheit ermöglichte es ihr, die Sekundarschule abzuschliessen und ihr Studium an der Universität Freiburg aufzunehmen. Dort erlangte sie einen Bachelor in Literatur und einen Master in Sozialwissenschaften. Seit einigen Monaten arbeitet sie nun für die Organisation Retina Suisse. Neben ihrer Arbeit besucht Mawoussi Mauron zusammen mit Procap Unternehmen vor allem im Bereich des öffentlichen Verkehrs, um das Personal für den Umgang mit sehbehinderten Menschen zu schulen. Sie vermittelt dabei nützliche Tipps: Die Person mit Sehbehinderung darauf aufmerksam machen, dass man ihr die Fahrkarte zurückgibt, oder an der Haltestelle die Liniennummer ansagen. Mawoussi Mauron ist allgemein der Dialog mit Menschen, welche keine Behinderung haben, sehr wichtig. Sie erklärt ihnen, dass sie sehr wohl arbeitet, kocht und mit ihren Freunden ausgeht. «Die Leute glauben, dass unser Leben sehr eingeschränkt ist, sie haben ein negatives Bild von Behinderungen. Und sie meiden uns, weil sie verlegen sind. Ich möchte dazu beitragen, diese Sichtweise zu ändern.» **Marie-Christine Pasche**

Ab an die Sonne!

Teneriffa im Mai 2015. Carlos Rodriguez sitzt im Garten des barrierefreien Hotels, lässt sich von den Sonnenstrahlen wärmen und geniesst den Duft des Meeres. Er ist mit Procap Reisen in den Ferien.

Susi Mauderli

«Nach Spanien reise ich besonders gerne, dort kann ich mit allen reden», sagt Carlos Rodriguez lachend und zwinkert mit den Augen. Seine Affinität zum Heimatland seiner Eltern ist gross, auch wenn er selbst immer in der Schweiz gelebt hat. Der 48-Jährige war früher ein begeisterter Motorradfahrer und Tänzer, bis ein schwerer Unfall vor 20 Jahren sein Leben jäh veränderte. Seither lebt er mit mehreren Behinderungen und ist auf Hilfe im Alltag angewiesen.

Diese Hilfe benötigt er auch, wenn er in die Ferien reist, was er nicht missen möchte. Für Rodriguez bedeuten Ferien in erster Linie Erholung vom Alltag. «Ich reise immer in südliche Länder, weil ich Wärme und Sonne mag. Es zieht mich ans Meer.» Sehr wichtig für ihn ist es auch, mit einer Gruppe unterwegs zu sein, so dass er mit anderen Menschen zusammen sein kann. «Oft gingen wir abends nach dem Essen noch zusammen in den Ausgang. Das war lustig und es hat einfach gestimmt.

Foto: Procap Reisen



Carlos Rodriguez, Stammkunde von Procap Reisen, mit Sandra Hirschi.

Zu Hause habe ich diese Möglichkeit weniger. Da verbringe ich den Abend meist in meinem Zimmer.» Dort macht er gerne Spiele auf seinem Handy, oder er schaut fern, beispielsweise Fussball. Wenn Real Madrid ein Spiel gewinnt, freut er sich besonders.

Individuelle Betreuung

In Teneriffa waren 12 Personen mit Behinderung dabei sowie 5 Reisebegleiter/-innen und Procap-Reiseleiterin Sandra Hirschi. Sie organisierte die ganze Reise und koordinierte die Einsätze der Helfenden. Im Notfall muss sie rasch reagieren können: Auf dieser Reise benötigte jemand plötzlich einen Arzt. «Es ist jedes Mal eine Herausforderung, allen Teilnehmenden gerecht zu werden. In der aktuellen Gruppe reichte das

Alter von 20 bis 65 Jahre und die Teilnehmenden hatten ganz unterschiedliche Behinderungen», umschreibt sie ihre Aufgabe und freut sich darüber, dass sie in Teneriffa in viele glückliche Gesichter blicken durfte. Die Stimmung bei Kunden und Helfenden war sehr gut.

Carlos Rodriguez reist seit über 10 Jahren mit Procap in die Ferien. In Kreta, der Türkei, Ungarn, Rhodos, Spanien, Italien und Tunesien war er schon, in Teneriffa bereits zum vierten Mal. Gerne möchte er noch weitere Destinationen kennen lernen, deshalb hofft er, dass das Angebot von Procap weiter ausgebaut wird. «Liebend gern würde ich weiter weg reisen. Australien und USA wären meine Traumdestinationen – aber aus gesundheitlichen Gründen ist das leider nicht möglich.» Auf die Frage nach seinen Wünschen für die Zukunft wird er, der gerne Sprüche macht, plötzlich ernst. Gehen können möchte er. Und tanzen. Umso wichtiger sind heute Ferien für ihn. Ein konventionelles Reisebüro kommt für ihn aufgrund seines Handicaps nicht in Frage. Bei Procap ist er sicher, dass er dort Unterstützung erhält, wo er sie benötigt. ●



➤ **Procap Reisen gibt es seit 20 Jahren.** Was als kleines Büro begann, ist heute ein etabliertes Reisebüro mit 10 Mitarbeiterinnen und einem grossen Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung. Für die betreuten Angebote sucht Procap Reisen immer wieder freiwillige Reisebegleiter/-innen. Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, melden Sie sich bitte bei Procap Reisen, per Tel. 062 206 88 30 oder per Mail an sandra.hirschi@procap.ch.

Neue Chancen für die Gleichstellung

Nach der Ratifizierung soll die UNO-Behindertenrechtskonvention nun in der Schweiz umgesetzt werden. Ein Gespräch mit Caroline Hess-Klein über neue Instrumente für die Rechte von Menschen mit Behinderung.

Franziska Stocker

Letztes Jahr im Mai ist in der Schweiz die UNO-Behindertenrechtskonvention (UNO-BRK) in Kraft getreten. Welche Verpflichtungen muss die Schweiz nun erfüllen?

Caroline Hess-Klein: Der Bund, aber auch die Kantone und Gemeinden müssen nun die Konvention in der Schweiz umsetzen. Sie alle müssen breit überprüfen, wo Handlungsbedarf besteht, und zwar sowohl auf Ebene der Gesetzgebung wie auch bei der Umsetzung dieser Bestimmungen.

Wie überprüft die UNO, ob und wie die Schweiz die Konvention umsetzt?

Die UNO-BRK sieht mehrere Instrumente vor, die dafür sorgen sollen, dass die Konvention nicht einfach eine schöne Erklärung bleibt. Eines davon ist der Staatenbericht. Jeder Staat, welcher der Konvention beigetreten ist, muss zwei Jahre nach der Ratifizierung einen Initialstaatenbericht abliefern. Für die Schweiz wird dies im Mai 2016 der Fall sein. In diesem Bericht muss sie zu jeder Bestimmung der Konvention erklären, wie sie diese umsetzt. Danach sind alle vier Jahre weitere Berichte fällig, welche die Fortschritte in der Umsetzung zeigen sollen. Die UNO erlässt zu den Staatenberichten Schluss-

empfehlungen. Diese enthalten Lob und Rügen sowie Empfehlungen.

Was sind Ihre Prognosen für die UNO-Empfehlungen zur Schweiz?

Die Schweiz wird in einigen Bereichen gelobt, in anderen jedoch zweifelsohne auch gerügt werden. So entsprechen wir beispielsweise im Bereich der Arbeit den Anforderungen der UNO-BRK sicherlich noch nicht. Auch bei den Dienstleistungen Dritter, beim selbstbestimmten Leben und der Bildung ist die Schweiz noch im Hintertreffen. Positiv zu bewerten ist die Lancierung einer nationalen Behindertenpolitik im letzten Dezember.

Wer ist in der Schweiz mit der Umsetzung der Konvention beauftragt?

Die UNO-BRK verlangt die Schaffung von Anlaufstellen. An diese können sich alle wenden, die Fragen haben im Zusammenhang mit der Umsetzung der Konvention. Auf Bundesebene bildet das Eidgenössische Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) die Anlaufstelle. Es hat auf nationaler Ebene auch eine Koordinationsfunktion inne. Aber auch die Kantone sind verpflichtet, Anlaufstellen einzurichten. Die Entscheidung des Kantons Basel-Stadt, sein Gleichstellungsbüro zu streichen, ist also genau das Gegenteil von dem, was die Konvention verlangt.

Wie bringen sich die Behindertenorganisationen ein?

Integration Handicap analysiert im Auftrag der Schweizer Behindertenorganisationen bei jedem neuen nationalen Gesetz systematisch, ob es den Anforderungen der Konvention entspricht. Neu analysieren wir zudem Fälle aus der Rechtsberatung unter dem Gesichtspunkt der UNO-BRK und werden, wo es sinnvoll ist, solche Fälle vor Gericht bringen und dadurch Rechtsprechung zur UNO-



➤ **Caroline Hess-Klein** ist Leiterin der Abteilung Gleichstellung bei Integration Handicap, dem Dachverband der Schweizer Behindertenorganisationen.

BRK herbeiführen. Die Behindertenorganisationen verfassen sodann parallel zum Staatenbericht der Schweiz einen Alternativbericht mit ihrer Kritik und eigenen Vorschlägen zur Umsetzung der Konvention. Diesen werden sie der UNO zeitgleich unterbreiten. Die Erfahrung zeigt, dass solche Berichte von der UNO sehr ernst genommen werden und teilweise eins zu eins in die Empfehlungen einfließen. Und diese Empfehlungen werden wir im Anschluss politisch und zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit nutzen. Die Situation wird sich nicht von einem Tag auf den anderen ändern, aber wir haben jetzt zusätzliche Instrumente zur Verfügung. ●

Gesundheit
geht uns alle an

Machen Sie mit

bei unserer grossen
Online-Umfrage
zum Thema Gesundheit:
www.procap-bewegt.ch

für Menschen
mit Handicap

procap bewegt

Umfrage ausfüllen bis 30. September und Reisegutscheine im Gesamtwert von über 1000 CHF gewinnen.
Möchten Sie mehr Informationen? Sollen wir Ihnen die Umfrage per Post zustellen?
Wenden Sie sich an: susanne.lizano@procap.ch, Telefon 062 206 88 30.

**BLEIBEN
SIE MOBIL!
MIT UNS.**

Die HERAG AG, ein Schweizer Familien-
unternehmen, verhilft seinen Kunden
seit 30 Jahren zu mehr Unabhängigkeit,
Sicherheit und Komfort.
Mit perfektem Service.

Sitzlifte. Plattformlifte. Hebebühnen.



HERAG AG, Treppenlifte
Tramstrasse 46, 8707 Uetikon am See
info@herag.ch, www.herag.ch

8707 Uetikon: 044 920 05 04

Senden Sie mir ihre Gratisinformationen

Name	<input type="text"/>
Vorname	<input type="text"/>
Strasse	<input type="text"/>
PLZ/Ort	<input type="text"/>
Telefon	<input type="text"/>

botta
orthopädie

Die Adresse für die prothetische Versorgung



Von der
Armprothese
bis zur
Zehe

Von der Entwicklung
bis zur Anpassung

Botta Orthopädie AG
Karl-Neuhausstr. 24
2502 Biel-Bienne
Tel. 032 328 40 80
Fax 032 328 40 88
www.bottaweb.ch
info@bottaweb.ch



Hilfsmittel, Sanitäts-
und Rehabprodukte

Die Adresse für die Rehabilitation



Für den
Tag
und die
Nacht

Von der Beratung
bis zur Montage

SANITAS Botta-Botta
Murtenstrasse 7
2502 Biel-Bienne
Tel. 032 323 14 73/74
Fax 032 323 12 43
www.bottaweb.ch
sanitas@bottaweb.ch



«Ich arbeite so gerne hier»

In der Bäckerei Zenhäusern SA in Brig feiert Marion Meichtry in diesem Jahr ihr 10-Jahr-Dienstjubiläum. Ein vorbildliches Beispiel einer gelungenen Integration im ersten Arbeitsmarkt.

Susi Mauderli

Es begann mit der Lehrstellensuche. Marion Meichtry bewarb sich direkt bei der damaligen Volki Bäckerei (heute Zehnhäusern SA) in Brig und bekam eine Lehrstelle als Detailhandelsassistentin. Ein grosser Schritt für die junge Frau damals, denn Marion Meichtry lebt aufgrund eines Geburtsfehlers mit geistigen und körperlichen Einschränkungen. Ihr Wunsch war es, einen Beruf zu erlernen, in welchem sie viel mit Menschen zu tun hat – auf den ersten Blick ein Widerspruch zu ihrem zurückhaltenden, schüchternen Charakter. Rasch merkt man aber, wie sie im Kontakt mit Menschen auflebt. Ihr feinsinniges Wesen ist für ihre Umgebung eine echte Bereicherung.

Persönliches Wachstum

Der Anfang war hart. Der Betrieb befindet sich im Bahnhof Brig, oft ist es hektisch. Zudem besuchte sie die reguläre Berufsschule, was eine Riesenherausforderung für die junge Frau bedeutete. Sie kämpfte, leistete vollen Einsatz. Grosse Hilfe an ihrer Seite war und ist bis heute Alessandra Grand, die bereits 15 Jahre für den Betrieb arbeitet und verantwortlich für Verkauf und Personal ist. «Sie unterstützte mich von Anfang an und ist fast wie eine Mutter für mich. Ich vertraue ihr sehr», so Marion Meichtry über ihre Chefin. Diese gibt das Kom-



Foto: Susi Mauderli

Marion Meichtry arbeitet seit zehn Jahren in der Bäckerei Zenhäusern.

pliment zurück. Marion habe eine unglaublich starke Entwicklung hinter sich, sei offener und selbstbewusster geworden. Alessandra Grand erklärt, dass der Aufwand, jemanden wie Marion zu führen, grösser sei als bei jemandem ohne Behinderung. Alles andere zu behaupten, sei nicht ehrlich. Doch es lohne sich. Sie schätze Marion sehr als zuverlässige, exakte Mitarbeiterin. «Und Marion ist die Sozialste von uns allen – sehr feinfühlig und aufmerksam.»

Nach dem erfolgreichen Lehrabschluss wurde die junge Frau fest angestellt. «Dies war eine Ausnahme», so Alessandra Grand. Denn eigentlich sei es besser, wenn die jungen Berufsleute weiterziehen und ihren eigenen Weg gehen. Bei Marion Meichtry sei dies jedoch anders. «Für sie ist es aufgrund ihres Handicaps sehr schwierig, eine Stelle zu finden. Da haben wir als Arbeitgeber auch eine Verpflichtung. Und wir alle hier schätzen sie sehr.» Das sieht auch Geschäftsführer Patrick Zenhäusern so. Bei der Übernahme der Bäckerei vor vier Jahren war für ihn klar, dass Marion Meichtry bleiben konnte, und heute freut er sich mit ihr über ihr Dienstjubiläum.

Marion Meichtry bedient Kunden, füllt Regale auf, sorgt dafür, dass alles schön präsentiert wird und räumt im Café das Geschirr ab. Im Unterschied zu ihren Kolleginnen arbeitet sie in den hektischsten Stunden nicht an der Theke, weil der Zeitdruck sie durcheinanderbringt. Sie legt grossen Wert auf die Qualität ihrer Arbeit, möchte alles perfekt machen und ist ziemlich streng mit sich selber: «Ich arbeite daran, Kritik nicht so persönlich zu nehmen. Denn eigentlich bin ich ja froh darum, denn Kritik gibt mir die Möglichkeit, mich zu verbessern.»

Wie in einer Familie

Wegen des angenehmen Betriebsklimas sind viele Mitarbeitende schon seit Jahren im Betrieb, und Marion Meichtry fühlt sich «wie in einer Familie». Sie hofft, noch lange dort arbeiten zu können. Privat wünscht sich die begeisterte Guggenmusikantin eine Veränderung. Obwohl ihr die Familie ganz wichtig ist, möchte sie von zu Hause ausziehen und lernen, selbstständig zu leben. Sie wohnt noch bei ihren Eltern in einem kleinen Dorf und möchte in die Stadt, nach Brig. «Dort läuft etwas, und dort ist mein Arbeitsort.» ●

Sektionen

Procap Aarau Besuch im Circus Royal

Pfingstsamstag um 14 Uhr in Aarau: Was ist das für ein Duft, der über dem «Schachen» liegt? Er kommt vom Circus Royal, der in der Stadt gastiert. Erwachsene und Kinder lassen sich immer wieder von diesem Zirkusduft anziehen und begeistern. So auch 20 Mitglieder der Sektion Procap Aarau. Alle sind gespannt, was in den nächsten Stunden auf sie zukommen wird. Die Mitglieder von Procap Aarau dürfen sich sogar auf einen Platz nahe an der Manege setzen. Pünktlich um 15 Uhr beginnt die Vorstellung: Eine tolle Attraktion jagt die nächste. Von Akrobatik bis Trapez- und Jonglierkünsten ist alles dabei. Die Lachmuskeln kommen ebenfalls auf ihre Kosten. Nach der Vorstellung sind sich alle einig: Das war ein gelungener Nachmittag. Mit vielen Eindrücken und einem Lächeln im Gesicht machten sich alle auf den Heimweg. [rl]



Foto: Procap Aarau

Procap Schaffhausen Streifzug durch Glarus

Procap Schaffhausen führt jedes Jahr für seine Mitglieder einen Ausflug durch. Dieses Jahr hat Urs Mathys, Präsident von Procap Schaffhausen, zusammen mit seiner Ehefrau eine Reise ins Glarnerland organisiert. Unterwegs erfuhren die Teilnehmenden vieles über die Geschichte des Glarnerlandes. Beispielsweise, dass der Glarner Schabziger dieses Jahr als erstes Schweizer Markenprodukt 550 Jahre alt wird. Die Reise führte übers Zürcher Oberland nach Bilten in die Schokoladefabrik Läderach. Nach der Schokoladendegustation ging es weiter nach Glarus, der kleinsten Hauptstadt der Welt. Dort besichtigte die Gruppe den Landsgemeindeplatz, auch Zaunplatz genannt. Auffällig sind die einfachen Häuser, welche in Reih und Glied um den Zaunplatz stehen. Auf der Schwammhöhe, die 1100 Meter über Meer liegt, gab es später Glarner Spezialitäten zum Mittagessen. Bereichert verliessen dann alle das Glarnerland und traten die Heimreise an. [fr]



Foto: Procap Schaffhausen

Procap Uri Ausflug zu den Störchen

Der jährlich stattfindende Tagesausflug von Procap Uri führte die 33 Teilnehmenden nach Altreu zwischen Biel und Solothurn. Dort befindet sich einer der wenigen Storchennistplätze in der Schweiz. Die Störche sind in der Schweiz vor 100 Jahren praktisch ausgestorben. In Altreu wurde 1950 eine kleine Population wieder angesiedelt. Diese ist seither auf 33 Paare angewachsen. Ende August ziehen die Störche je-

weils 5000 Flugkilometer nach Westafrika. Erst im Februar des folgenden Jahres treffen sie sich dann in Altreu beim alten Horst wieder. Das Mittagessen fand später an der nahe gelegenen Aare im Restaurant «Zum grünen Aff» statt. Nach einem regional-typischen Menü ging die Reise weiter nach Solothurn, wo die Teilnehmenden unter anderem die Kathedrale St. Ursen besuchten. [bc]



Foto: Procap Uri

Sektion Züri Oberland/Winterthur Im Tropenhaus Wolhusen

Am 5. Juni ging es mit dem Bus bei heissem Vorsommerwetter von Uster nach Wohlhusen ins Tropenhaus. Nach einem herrlichen Mittagessen aus Produkten des Tropengartens erkundeten die Teilnehmenden den Garten auf eigene Faust. Es gab riesige Palmen und wunderschöne Blumen. Man erfuhr vieles über den Kaffeeanbau, über die Papaya, über die Herkunft verschiedener Gewürze, Bäume und Sträucher. Eine Wohltat waren die verschiedenen Wassersprühanlagen, die bei über 30 Grad Tagestemperatur ein bisschen Erfrischung vorgaukelten. Mit vielen neuen Eindrücken kehrte die Gruppe nach Uster und damit in den Alltag zurück. [ur]

Haben Sie mit Ihrer Sektion einen Ausflug gemacht? Oder eine Veranstaltung durchgeführt? Wir freuen uns über Ihre Zuschriften und Fotos in hoher Auflösung an die E-Mail-Adresse: franziska.stocker@procap.ch. Wir werden diese – sofern genügend Platz vorhanden – gerne abdrucken.



Swiss-Handicap-Messe

Nach bereits zwei erfolgreichen Jahren öffnet die Swiss Handicap auch dieses Jahr vom 27. bis 28. November wieder ihre Tore. Rund 10 000 Besucher/-innen werden erwartet. Ob Interessierte, Betroffene, Angehörige, Fachleute oder Aussteller – an dem landesweiten Event in der Messe Luzern sind alle Menschen mit oder ohne Behinderung herzlich willkommen! Procap ist an zwei Ständen prominent vertreten. Wie bereits die letzten zwei Jahre erhalten Procap-Mitglieder einen Gratis-Messeeintritt. Sie finden ihn auf Seite 24 in diesem Heft.

» Infos: www.swiss-handicap.ch

LaVIVA-Party in Bern

Am 19. September steigt im Berner Gaskessel eine weitere LaVIVA-Party. In Zusammenarbeit mit Procap lädt LaVIVA regelmässig zum Tanz. Procap bewegt stellt sicher, dass den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderung in allen Bereichen des Events Rechnung getragen wird. Der Eintritt kostet 15 Franken und die Türen stehen ab 19 Uhr auch Menschen ohne Behinderung offen.

» Weitere Infos: www.laviva.ch

Buchtipps:

«Mein Leben ohne mich»

Carola Thimm ist im fünften Monat schwanger, als in ihrem Gehirn ein Aneurysma platzt. Sie fällt ins Wachkoma, wird künstlich ernährt, kann nicht sprechen und reagiert nicht auf äussere Reize. In diesem Zustand

bringt sie ihre Tochter zur Welt. Nach fünf Jahren erwacht sie aus dem Koma und lernt zum ersten Mal ihr Kind kennen. In ihrem Buch beschreibt Carola Thimm ihre Erfahrungen und Gefühle während der Zeit im Koma. Sie erzählt auch, wie es ihr gelungen ist, sich erneut im Leben zurechtzufinden.



» Mein Leben ohne mich, Carola Thimm und Diana Müller, Patmos Verlag, 2015

Gleichstellungstag 2015

Am 17. September findet in Bern der Gleichstellungstag 2015 statt. Thema: «Recht auf Arbeit?! Die Rechte von Menschen mit Behinderungen in der Arbeitswelt». Der Gleichstellungstag wird von Gleichstellungsrat.ch organisiert. An der Tagung im Hotel Bern sprechen verschiedene Persönlichkeiten über die Situation von Menschen mit Behinderung in der Arbeitswelt. Die Tagung ist kostenlos.

» Weitere Informationen unter: www.gleichstellungsrat.ch



Agenda

Jubiläum: 20 Jahre Procap Reisen

Halten Sie sich den Termin frei und feiern Sie mit uns: Am 4. Dezember 2015 steigt das Jubiläumsfest «20 Jahre Procap Reisen» in der Schützi in Olten. Ab 18 Uhr sind alle zu einer Live-Dia-Show mit Rollstuhl-Globetrotter Andreas Pröve herzlich willkommen. Anschliessend folgen Musik und Tanz. Der Anlass ist kostenlos.

» www.procap-reisen.ch -> 20-Jahr-Jubiläum

Lesung mit Melitta Breznik

Am 23. September liest Melitta Breznik in der Bibliothek des Paraplegikerzentrums Nottwil aus zwei von ihren Büchern: «Nordlicht» und «Der Sommer hat lange auf sich warten lassen». Die Autorin, die in Basel und Zürich lebt, ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie. In ihren Büchern kratzt sie an der Oberfläche des Sichtbaren und legt Verborgenes aus der Psyche ihrer Protagonistinnen frei. In beiden Büchern geht es um Frauen mit besonderen Biografien, die eine Reise in ihre Vergangenheit machen.

» www.paraplegiker-zentrum.ch -> Bibliothek

Kündigung wegen chronischer Erkrankung?

Seit bei mir eine chronische Erkrankung diagnostiziert wurde, bin ich arbeitsunfähig. Sobald sich mein Gesundheitszustand stabilisiert hat, möchte ich an meinen Arbeitsplatz zurückkehren. Mein Arbeitgeber will mir jedoch kündigen. Wie kann ich mich dagegen wehren und ist eine Kündigung gegenüber Menschen mit Behinderungen überhaupt zulässig?

Franziska Lüthy, Anwältin

Im Krankheitsfall darf der Arbeitgeber das Arbeitsverhältnis während einer gewissen Zeit nicht auflösen. Diese sogenannten Kündigungssperrfristen sind gesetzlich festgelegt und dauern im ersten Dienstjahr 30 Tage, ab dem zweiten bis zum fünften Dienstjahr 90 Tage und ab dem sechsten Dienstjahr 180 Tage. Sobald Sie nicht mehr arbeitsunfähig sind und an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren oder die Kündigungssperrfrist abgelaufen ist, kann der Arbeitgeber grundsätzlich die Kündigung aussprechen.

Eine Kündigung lediglich aufgrund eines Handicaps ist grundsätzlich nicht erlaubt. Wenn eine Person aber wegen der Behinderung nicht mehr in der Lage ist, ihren bisherigen arbeitsvertraglich festgelegten Pflichten nachzukommen, darf der Arbeitgeber den Arbeitsvertrag auflösen. In diesem Fall ist die Kündigung keine direkte Folge des bestehenden Handicaps. Das Bundesgericht entschied kürzlich, dass von einem Arbeitgeber erwartet werden kann, dass er nach geeigneten Möglichkeiten sucht, eine gesundheitlich beeinträchtigte Arbeitnehmerin an einem anderen Arbeitsplatz oder in einer anderen Niederlassung des Unternehmens zu

Foto: Patrick Lüthy



beschäftigen. Es empfiehlt sich also, das direkte Gespräch mit dem Arbeitgeber aufzunehmen, um gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Allenfalls können der Arbeitsplatz, der Aufgabenbereich oder die Funktionen innerhalb des Unternehmens angepasst werden. In einem weiteren Schritt ist eine Anmeldung bei der Invalidenversicherung (IV) zu prüfen. Die IV bietet mit Früherfassung und Frühintervention sofortige Hilfe an, mit dem Ziel, den Verbleib im Arbeitsprozess oder die Wiedereingliederung zu ermöglichen.

Sollte der Arbeitgeber die Kündigung tatsächlich aussprechen, müssen die konkreten Gründe geklärt

Juristischer Ratgeber

werden. Das Gesetz sieht vor, dass der Arbeitgeber die Kündigung schriftlich begründen muss, sofern der Arbeitnehmer dies verlangt. Sobald diese Begründung vorliegt, können das weitere Vorgehen und allfällige rechtliche Schritte beurteilt werden.

Bis zum Ablauf der Kündigungsfrist besteht die Möglichkeit, gegen die Kündigung eine schriftliche Einsprache beim Arbeitgeber einzureichen. Es ist dabei wichtig zu betonen, dass Sie davon ausgehen, dass Sie Ihren Aufgaben trotz Ihrer gesundheitlichen Beeinträchtigung nachkommen können.

Falls sie sich mit Ihrem Arbeitgeber nicht auf die Weiterführung des Arbeitsvertrages einigen können, müssen Sie innerhalb von 180 Tagen ab Ende des Arbeitsverhältnisses Ihren Anspruch auf Entschädigung beim Gericht geltend machen. Falls Sie beweisen können, dass die Kündigung aufgrund Ihres Handicaps ausgesprochen wurde, obwohl dieses die arbeitsvertraglich festgesetzten Tätigkeiten nicht beeinträchtigt, wird die Kündigung als missbräuchlich erachtet. Die Entschädigung bei diskriminierender Kündigung beträgt maximal 6 Monatslöhne. Eine Rückkehr an den Arbeitsplatz ist allerdings gesetzlich nicht vorgesehen.

Wenn immer möglich, sollte eine gütliche Lösung angestrebt werden, bevor der Rechtsweg beschritten wird. Daher ist es sinnvoll, sich frühzeitig über die Ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten zu informieren, um dem Verlust Ihres Arbeitsplatzes vorzubeugen.

Bleiben Sie aktiv.....mit *Hilfsmitteln* von: beweg-dich-fit.ch den Alltag vereinfachen!
Beratung und Verkauf
Otto Wolf Kunstharzbau AG - 6055 Alpnach
Abteilung: www.beweg-dich-fit.ch
Tel: 041 670 14 25 / info@beweg-dich-fit.ch

Buntes Grillvergnügen

Grillieren verführt zum Experimentieren: Längst muss es nicht mehr nur Fleisch sein, welches auf dem heissen Rost landet. Die zahlreichen Varianten, die es inzwischen für Veggie-Grillierer gibt, verlocken auch Eingefleischte.

Frucht-Feta-Päckchen: Einen Feta und 3 Nektarinen in Stücke schneiden, auf 8 Stück Alufolie verteilen. Mit grob gemahlenem Pfeffer würzen und verschliessen. Ca. 10–15 Minuten in die Glut legen.

Rosmarin-Gemüse-Spiesse mit Grillkäse: 6 grosse Rosmarinzweige zu zwei Dritteln entnadeln und als Spiesse in Wasser einlegen. 100g Halloumi-Grillkäse (findet man bei Grossverteilern), 1 rote Paprikaschote, 1 kleine Zucchini, 2 Frühlingzwiebeln in Stücke schneiden. Gemüse und Grillkäse mit Öl beträufeln, etwas salzen und mit gehacktem Rosmarin würzen. Gemüse und Käse abwechselnd auf die Rosmarinzweige stecken. 8–10 Min. grillen.



Früchte-Grillschale mit Mandelstreuseln: Verschiedene Früchte, z.B. Pfirsichschnitze, Beeren, Kirschen, Zwetschgenhälften, Trauben, in eine Grillschale legen. Streusel anfertigen: 100g gemahlene Mandeln, 100g Dinkelmehl, 50g Butter, 50g Zucker, etwas Zimt miteinander

vermischen. Streusel über die Früchte geben (Grillierzeit ca. 15 Minuten). Dazu passt gut Vanilleglace oder Zitronensorbet.

Brot als Beilage: Die Brotschreibe sind, kurz gegrillt, besonders fein. Stangenbrot gibt es auch mit getrockneten Tomaten, Oliven, Zwiebeln, Käse und Pfeffer.

Servieren: Die bunten Grillspezialitäten kann man gut auf Blattsalaten (z.B. Rucola, Eisbergsalat, Batavia) servieren. Statt Salatfertigsaucen experimentieren Sie mit eigenen Saucen: Unterschiedliche Essig- (z. B. Apfel-, Himbeer- oder Balsamicoessig) und Ölsorten (z. B. Oliven-, Kürbiskern- oder Nussöl) sowie frische Kräuter geben dem Salatbett eine eigene Note.

Tipp: Da Früchte, Gemüse und Käse sanftere Hitze benötigen, sollte der Grillrost höher oder das Grillgut am Rand platziert werden. [iz]

» [Schnelle Rezepte finden sich auch hier: Susanne Bodensteiner: Veggie Grillen – mehr als Gemüse. Gräfe und Unzer Verlag, 2011.](#)

Übung zur Stärkung des Rumpfs und der Gesässmuskulatur



Rückenlage, Arme neben Körper legen, Beine angewinkelt, Füsse am Boden und Fersen nahe am Gesäss.



Hüfte anheben, sodass von den Knien bis zum Rumpf eine gerade Linie entsteht, anschliessend Hüfte wieder senken, ohne den Boden zu berühren. Hüfte nur so hoch anheben, dass Rücken nicht in Hohlkreuz-Position fällt. Zum Vereinfachen den Bewegungsrahmen verkleinern. Zum Erschweren jeweils ein Bein vom Boden abheben.



Stoppt den Dieb!

Dass meine Sehbehinderung mich je mit dem Gesetz in Konflikt bringen könnte, hatte ich lange für unmöglich gehalten. Aber im Kiosk am Flughafen Basel-Mulhouse sollte das Unmögliche möglich werden. Nachdem ich mich auf der Suche nach einem Soft Drink hinter der Theke verirrt hatte, wollte die Kassiererin mir mein Herausgeld nicht behindertengerecht geben. Und als ich ihr meine Sehschwäche erklären wollte, fuhr ihr Kollege mich an: «Stellen Sie sich lieber nicht so an. Ich habe vorhin gesehen, wie Sie etwas klauen wollten.» Nach einem kurzen Wortgefecht kam die Drohung: «Die Überwachungskamera hat das Ganze aufgezeichnet, ich hole jetzt die Polizei.» Daraus ist zum Glück doch nichts geworden. Beim nächsten Einkauf am Flughafenkiosk werde ich ganz sicher meinen weissen Stock dabei haben. Der soll mir als Signal dienen, damit das Personal weiss, dass ich wirklich eine Sehbehinderung habe und Hilfe brauche. Und als Waffe, falls der Grobian vom letzten Mal handgreiflich wird. Wer nicht sensibilisiert werden will, muss halt fühlen.

Nick Joyce

Nick Joyce, geboren 1962 in London, ist Musikjournalist und Kulturredaktor bei der «Basler Zeitung». Er kam mit sieben Jahren in die Schweiz, heute lebt er mit seiner Familie in Basel. In seiner Freizeit liest er viel, hütet Kinder und spielt in zwei Rockbands.

Schwerpunkt 4/2015 Selbstbestimmung

Nächster Schwerpunkt

Das Recht auf ein selbstbestimmtes Leben ist ein wichtiges Grundrecht, das auch in der UNO-Behindertenrechtskonvention geschützt wird. Menschen mit Behinderungen sollen frei entscheiden können, wie und wo sie wohnen, arbeiten, lernen, ihre Freizeit verbringen etc. Wie steht es um diese Wahlfreiheit in der Schweiz? Das nächste Magazin beleuchtet Chancen und Grenzen bei der Umsetzung des Selbstbestimmungsrechts von Menschen mit Behinderungen.

Kleinanzeigen

Die Gratickleinanzeigen für Mitglieder finden Sie auf der Website von Procap www.procap.ch. Sie können unter den Rubriken Partnerschaft/Freundschaft, Hilfsmittel, Assistenz oder Wohnung 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 22 193 (total), 17 322 (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, Nick Joyce, Susi Mauderli, Rahel Rohrer, Marie-Christine Pasche, Isabel Zihlmann **Übersetzung** Andréane Leclercq und Tatjana Lauber **Korrektorat** Priska Vogt **Layout** Clemens Ackermann **Inserateverwaltung** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förlibuckstrasse 70, Postfach, 8021 Zürich, 043 444 51 09, Fax 043 444 51 01, info@fachmedien.ch **Druck und Versand** Stämpfli Publikationen AG, Wölflistrasse 1, 3001 Bern; Adressänderungen bitte Ihrer Sektion melden oder Procap in Olten, Tel. 062 206 88 88. **Papier** FSC Mix aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz CHF 20.–, Ausland CHF 40.–, ISSN 1664-4603. **Redaktionsschluss für Nr. 4/2015** 12. Oktober 2015; Nr. 4 erscheint am 19. November 2015.



DU KALLE, WARUM TRÄGT DER SO EINE
DUNKLE BRILLE UND WAS BEDEUTEN
EIGENTLICH DIE 3 SCHWARZEN PUNKTE?



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

Selbstständig sein



Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe Mit Handicap mobil sein

Wir passen Ihr
Fahrzeug Ihren
Bedürfnissen an

Gaspedal links, Hand Gas/Bremse,
Rollstuhllifter, Rollstuhlgängiges Auto,
Schwenksitze, MF-Drehknopf,
Fusslenkung, Joysteer, Fahrschulpedalen,
Anfertigungen nach Kunden Wunsch

Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG
Winterthurerstrasse 694
8051 Zürich

Unabhängig
am Leben teilnehmen



Lebensqualität

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



Swiss Handicap Für Menschen mit und ohne Behinderung

27. bis 28. November 2015 | Messe Luzern | www.swiss-handicap.ch



Gratismesseeintritt

Mit diesem Gutscheincode können Procap-Mitglieder ihr kostenloses Messticket auf www.swiss-handicap.ch bestellen. Sie erhalten mit ihrem print@home-Ticket freien Eintritt zur Messe, ohne Anstehen an der Tageskasse.

Der Gutschein kann auch an der Tageskasse von Swiss Handicap für ein Gratisticket eingelöst werden.

Gutscheincode für Procap: 0101 5455 4635 3655

