



Hugge

Humor und Gesundheit ⁶ Humour et santé ⁸ Umoreismo e salute ¹⁰



POLITIK/POLITIQUE
Interview mit Pascal Couchepin
Interview de Pascal Couchepin

Seite 16/Page 18



PORTRÄT/PORTRAIT
Fasziniert vom Tanz
Fascinée par la danse

Seite 52/Page 55

Lachen Sie!



«Dürfen Behinderte in Flugzeugen immer am Fenster sitzen?», fragt der Texter Reto Meienberg und liefert die Antwort gleich nach: «Sie dürfen nicht, sie müssen.»

Sie wissen nicht warum? Das ist doch klar: Damit die Fluchtwege bei einer Evakuierung frei bleiben. Bleibt Ihnen das Lachen auch im Hals stecken? Gut so. Denn das ist kein Witz, sondern die nackte Wahrheit. Und die Kuriositäten des Alltags bergen oft die grössten Witze in sich – oder muss man sagen: Ironie? Experten darin sind zweifelsohne das Cartoonistenduo Jupe Haegler und Reto Meienberg. Mit ihrem schwarzen Humor, mit ihren Ecken und Kanten – «eine Art vorgezogener Galgenhumor» – stossen sie an und lösen unbequemes Lachen aus. Etwa durch die 66 provokativ gestellten Fragen in ihrem neuen Buch: Ist der Himmel rollstuhlgängig? Oder: Dürfen Behinderte fröhlich sein? Jupe Haegler liefert mit schwarzem Strich die Antwort dazu. Darf man das? Die beiden dürfen! Diagnose: MS.

Humor hilft aber nicht nur durch den oft hindernisreichen Alltag. Humor hilft erwiesenermassen auch in der Pflege. So meint der Psychotherapeut Peter Hain, dass es schon immer einen engen Zusammenhang zwischen Humor, guter Gesundheit und körperlichem Gleichgewicht gab. Um Lachen auszulösen, reichen gemäss dem Krankenpfleger und Clown Marcel Briand oft kleine Dinge: eine rote Nase und ein batteriebetriebenes Schweinchen, das den Gang durchquert – et voilà!

Der Unterschied zu Meienberg und Haegler ist, dass sich die Clowns in der Pflege nicht über Menschen mit Behinderung lustig machen, sondern mit ihnen. Und die Frage drängt sich auf: Wo ist die Sch(m)erzgrenze? Dort, wo die Betroffenheit beginnt beziehungsweise aufhört? Lesen Sie dazu unseren Schwerpunkt im ersten Teil des Magazins – ohne Vorsicht zu geniessen, zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie bitte Ihren Clown oder Cartoonisten.

Adrian Hauser, Chefredaktor

4 CARTOONS

6 SCHWERPUNKT

Humor und Gesundheit: Lachen ohne Vorbehalt

12 HUMOR UND BEHINDERUNG

Jupe Haegler und Reto Meienberg: «Humor ist, wenn man trotzdem lacht.»

16 POLITIK

Interview mit Bundespräsident Pascal Couchepin

22 MEDIEN

Hinter den Kulissen der «Tagesschau»-Untertitler

24 MEDIZIN

Delfintherapie: ein krankes Geschäft

26 GESUNDHEIT

Mentale Fitness: Keep cool!

28 KULTUR

Kurzfilmfestival: Behinderte in Haupt- und Nebenrollen

32 FREIZEIT

- Bergsportlager: Fels in eisigen Höhen
- «Top of Europe» im Rollstuhl
- Bergtour zur Läntahütte



36 PROCAP

Sozialwerke unter Druck

39 ARBEIT

Lukas Hendry: kreative Lösungen

44 SEKTIONEN/SPORTGRUPPEN

46 AGENDA

48 KLEININSERATE

50 RATGEBER

- Mit chronischen Schmerzen umgehen
- IV wegen chronischer Schmerzen?

52 PORTRÄT

Conny Hasler: «Auf der Bühne zeige ich etwas»

Titelbild/Image de couverture: Phil Hubbe

5	CARTOONS
8	POINT FORT Le rire, à consommer sans modération
14	HUMOUR ET HANDICAP Jupe Haegler et Reto Meienberg: «L'humour, c'est quand on rit tout de même.»
	
18	POLITIQUE Interview du Président de la Confédération Pascal Couchepin
23	MÉDIAS La télévision, en toutes lettres
25	MÉDECINE Thérapie par les dauphins: négoce malade
27	SANTÉ Fitness mental: restez cool!
30	CULTURE Festival de films: des handicapés dans tous les rôles
35	LOISIRS – «Top of Europe» en fauteuil roulant – Franches-Montagnes: 40 ^e anniversaire
40	PROCAP Œuvres sociales sous pression
43	TRAVAIL Lukas Hendry: un prof très à l'écoute
47	AGENDA
49	PETITES ANNONCES
51	CONSEIL – Vivre avec des douleurs chroniques – L'AI pour cause de douleurs chroniques?
55	PORTRAIT
10	FOCUS L'umorismo può nuocere gravemente alla vostra malattia! In Svizzera, sono in molti a impegnarsi per dimostrarlo, affinché l'abitudine di ridere attecchisca durevolmente nella vita della gente.
16	POLITICA Intervista con il presidente della Confederazione Pascal Couchepin

Prière de rire!



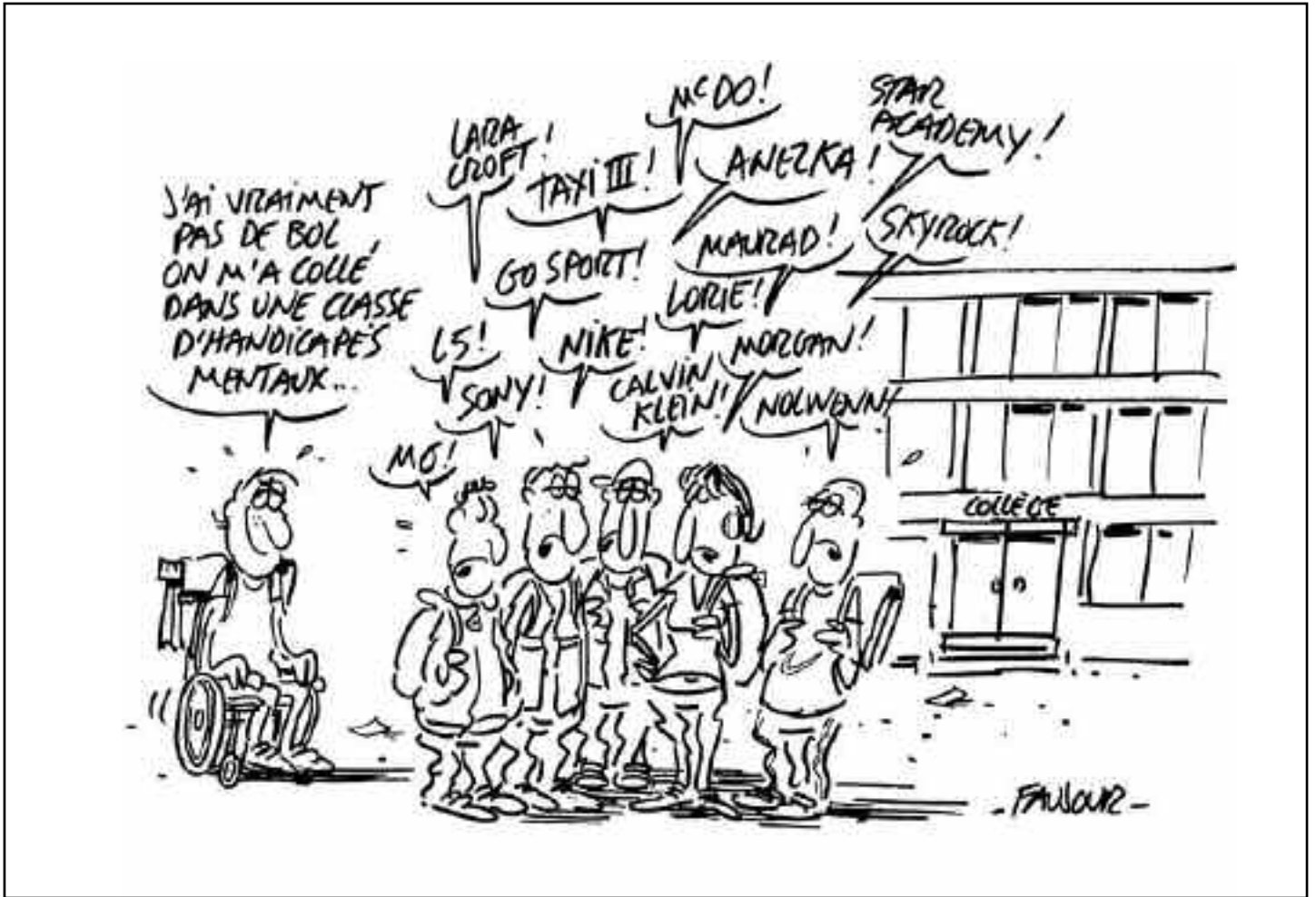
«Est-ce que les personnes handicapées ont le droit de s'asseoir à la fenêtre, dans les avions?», demande le publiciste et humoriste Reto

Meienberg, qui donne aussitôt la réponse: «Ça n'est pas un droit, mais une obligation!» Pourquoi? Mais c'est évident: pour s'assurer que les voies d'évacuation restent libres. Vous n'êtes pas certain de trouver drôle? Tant mieux, car ce n'est malheureusement pas une plaisanterie. Les singularités du quotidien recèlent parfois les blagues les plus énormes. Ou faut-il parler d'ironie?

Les caricaturistes Jupe Haegler et Reto Meienberg sont assurément des experts en la matière. Avec leur humour noir, carré – «une sorte d'humour funéraire avant l'heure» –, ils offusquent et provoquent des rires embarrassés. Parmi les 66 questions qu'ils posent dans leur nouveau livre, il y a celle-ci: le ciel est-il praticable en fauteuil roulant? Ou alors: les handicapés ont-ils le droit d'être heureux? Jupe Haegler répond d'un trait noir. A-t-on le droit de dire ça? Haegler et Meienberg le peuvent: ils ont la sclérose en plaque.

L'humour n'aide pas seulement dans le quotidien, souvent rempli d'obstacles: il aide aussi dans les soins. Selon le psychothérapeute Peter Hain, il y a toujours eu un lien entre l'humour, la bonne santé et l'équilibre du corps. Et pour faire rire, pas besoin de grand chose: un nez rouge ou un petit cochonnet à pile qui traverse le couloir suffisent, estime l'infirmier et clown Marcel Briand – et voilà! La différence avec Haegler et Meienberg, c'est que les clowns actifs dans la santé ne se moquent pas des personnes handicapées: ils rient avec elles. Pour le coup, une question nous tarabuste: où est la limite? Là où commence la stupeur? Lisez donc notre Point fort, en début de magazine – sans limite de plaisir; pour les risques et effets secondaires, consultez votre clown ou caricaturiste.





Humor und Gesundheit

Lachen ohne Vorbehalt

Humor kann einer Krankheit ernsthaft schaden. In der Schweiz wollen zahlreiche Personen diesen Beweis erbringen, damit das Lachen einen festen Platz im Leben einnimmt.

■ «Und nun tun wir so, als ob wir Angst hätten!» Was die Clowns Circolina und Chrulla-Trulla vorzeigen, ahmen Eliane, Sami und Sara nach. Schreie des Entsetzens hallen durch das Haus der Berner Grossfamilie, die auf dem Land am Fusse des Niesen wohnt. Danach folgt schallendes Gelächter. Die drei Kinder amüsieren sich köstlich mit den beiden Frauen der Organisation Huusglön, die Spassmacher mit roten Nasen vereint. Seit 2007 organisiert der Verein Hausbesuche bei Familien mit einem behinderten Mitglied, um allen eine kräftige Dosis Humor zu verabreichen.

Was ist zu beachten?

In dieser Familie hat die Mutter eine Behinderung. Dank dem Besuch der Clowns kann sie wieder Luft holen, während die Rasselbande eine kleine Vorführung vorbereitet. Und sie kann sich amüsieren, während ihre Kinder mit den beiden Clowns die Show präsentieren. Ein einfacher Stuhl wird heute dank der grenzenlosen Fantasie der Gruppe erst zu einer Kuh, dann zu einem Auto und schliesslich zu einem Pferd. «Meine Kinder und ich freuen uns sehr, von dieser Art Hilfe profitieren zu können», erzählt die Mutter. Ihr Sehvermögen und ihre Konzentrationsfähigkeit sind stark eingeschränkt, dennoch hat sie keine Sekunde der Vorstellung verpasst. Zum

Abschied schliesst sie Chrulla-Trulla und Circolina fest in ihre Arme.

Lachen wird seit Langem implizit mit einer guten Gesundheit in Verbindung gebracht. «Es gab schon immer einen Zusammenhang zwischen dem Humor, der Gesundheit und dem Gleichgewicht des Körpers», erklärt der Psychotherapeut Peter Hain, der in Zürich und Bremgarten tätig ist. Der Begriff «Humor» stammt übrigens aus dem Lateinischen und steht für «Körpersäfte» wie Blut oder Galle. Erst im 18. Jahrhundert setzte sich die heutige Bedeutung von «Humor» durch. «Lachen hilft dabei, sich wohlzufühlen, sich von Problemen zu distanzieren und Stress abzubauen», erklärt Peter Hain. Ein emotional positiver Zustand lässt sich auf Humor, aber auch auf Liebe, Freude oder Optimismus zurückführen und wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus. Ausserdem reduziert Humor Konflikte zwischen Personen und vermindert somit auch Stress, beispielsweise bei der Arbeit. Das Lachen selbst hat einen positiven Einfluss auf die Herz-Kreislauf-Funktion, die Drüsenfunktion, das Immunsystem und auch auf das Nervensystem. Doch Vorsicht: Damit die grösstmögliche Wirkung erreicht wird, braucht es richtiges Gelächter!

Was ist bei Spässen zu beachten? «In einer Gruppe ist es wichtig, über seine



Foto: Samuel Schellenberg

eigenen Fehler lachen zu können. Jedoch sollten die einen nicht über die anderen lachen: Sarkasmus ist hier fehl am Platz», hält Peter Hain fest. «Von Menschen mit Humor sagt man, dass sie weniger lang leben, da sie sich keinen Kopf um Arztbesuche machen», erzählt der Clown Marcel Briand. Bevor er sich die rote Clownsnase aufsetzte, arbeitete er in einem Pflegeberuf. «Ich bin sicher, dass das stimmt! Aber zumindest geniessen diese Menschen ihr Leben bis zum Schluss, ohne grimmig oder verbittert zu sein.» Es hat also mit Lebensqualität zu tun.

Eher in der Deutschschweiz

Der amerikanische Journalist und Professor Norman Cousins wird gerne als Pionier auf dem Gebiet der wissenschaftlichen Forschung rund um das Thema «Humor und Gesundheit» genannt. Er litt an Herzproblemen und Arthritis. Während dieser Zeit stellte er fest, dass er die Schmerzen besser ertrug, wenn er zehn Minuten lang lachte – in seinem Fall über Filme der Marx Brothers. Danach verbreiteten sich die Theorien zu dem Thema in den USA, dem Heimatland von Arzt und Clown Hunter «Patch» Adams, der durch einen Kinofilm mit Robin Williams berühmt wurde. In der Schweiz kamen solche Ideen vor allem in der Deutschschweiz an. Peter Hain und ein



weiterer Psychotherapeut organisieren seit 1998 Kongresse in Basel. Im Publikum sass einst Beat Hänni, der vom Gehörten sofort begeistert war. Kurz darauf entwickelte der Frühpensionierte und ehemalige Manager der Basler Pharmaindustrie eine «Humorwerkstatt» und stellte die Idee einem Heim vor. «Die Heimleitung antwortete: «Das wollen wir gleich testen.»» Beat Hänni ist der Nachfolger von Peter Hain als Präsident von HumorCare. Der Verein organisiert Workshops in Zürich, Bern und Basel und nimmt in der Schweiz eine Vorreiterrolle ein, was die Verbreitung von Humor in der Pflege betrifft. «Achtung, ich bin kein Clown: Ich wecke den Humor in den Menschen, und durch diesen Ausweg verstärke ich die Kommunikation in der Gruppe.» Er arbeitet in Altersheimen, aber auch in psychogeriatrischen Kliniken. «Wegen intensiver Behandlungen neigen diese Patienten nicht dazu, viel zu lachen. Aber genau hier hatte ich schon die schönsten Erlebnisse. Beispielsweise als eine Person, die sich zu Beginn der Werkstatt völlig abgekapselt hatte, am Ende zu mir kam und sich herzlich bedankte.»

Man weiss nicht genau weshalb, aber die Theorien zum Thema Humor als Gesundheitsfaktor kommen in der Deutschschweiz besser an als in der Westschweiz oder im Tessin. Von Basel über

Bern bis nach Zürich gibt es neben HumorCare zahlreiche weitere Verbände wie die Stiftung Humor und Gesundheit, die 2005 gegründet wurde. In der französischen Schweiz hingegen sind die Clowns der Stiftung Theodora die einzigen, welche die Kranken zum Lachen bringen – in diesem Fall Kinder in Spitälern.

Nicht so schnell, bitte!

Wie bringt man andere zum Lachen? «Eine rote Nase, ein batteriebetriebenes Schweinchen, das durch den Flur läuft: Einfache Dinge stellen eine Verbindung her», berichtet Marcel Briand. «Auch die Musik ist sehr wichtig. Sie geht direkt in die Herzen der Menschen.» Zu Besuchen bei älteren Patienten zögert der Clown daher nicht, ein Grammophon mitzunehmen, «das kratzig klingt». Clownin Chrulla-Trulla erinnert sich an einen Besuch bei einem Jungen und einem Mädchen von vier und fünf Jahren mit einer schweren angeborenen Fehlbildung (Spina bifida). Die ganze Familie war versammelt, um einen Geburtstag zu feiern. «Ich begann mit voller Hingabe zu singen, und der kleine Junge brach in lautes Gelächter aus.» Das kam unerwartet und lockerte die Stimmung auf.

Bei Menschen mit Handicap passen die Clowns ihre Sketche manchmal an. Marcel Briand erklärt: «Ich arbeite oft mit Men-

schen mit einer geistigen Behinderung. Dann mache ich dasselbe wie sonst auch, doch viel langsamer. Und meist genau dann, wenn ich genug habe vom Ballspielen, beginnen sie es zu mögen», lacht der Clown. Sie wollen gewöhnlich immer wieder dieselben Witze: «Das ist für sie etwas Vertrautes und sie fühlen sich wohl.»

«Wenige Studien haben bisher die konkrete Wirkung von Humor auf eine Behinderung untersucht», stellt Professor Willibald Ruch fest. Er ist Leiter der Fachgruppe Persönlichkeitspsychologie an der Universität Zürich, die einen Kurs zum Thema «Humor und Lachen» anbietet. Doch im Allgemeinen wird ein Clown immer von demselben Grund angetrieben, egal ob er Menschen mit Handicap besucht, in ein Altersheim geht oder Kinder im Spital unterhält. Lachen ist universell, nicht?

Samuel Schellenberg

Informationen:

www.humorcare.ch

www.huusgloen.ch

www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch



Humour et santé

Le rire, à consommer sans modération

L'humour peut sérieusement nuire à votre maladie!
En Suisse, de nombreuses personnes s'activent pour le prouver, afin que le rire s'installe durablement dans la vie des gens.

■ «Et maintenant, faisons semblant d'avoir peur!» Les clowns Circolina et Chrulla-Trulla donnent l'exemple, avant qu'Eliane, Sami et Sara ne les imitent. Ni une ni deux, des cris d'effroi résonnent dans la maison de cette famille nombreuse de la campagne bernoise, au pied du majestueux Niesen. Puis viennent les éclats de rire: les trois enfants s'amuse comme des petits fous avec les deux dames de l'association Huusglön, littéralement «clowns de maison», qui réunit des humoristes au nez rouge et se rend depuis 2007 au domicile de familles avec une personne handicapée, pour y apporter une grosse dose d'humour.

Ici, c'est la mère qui est handicapée: la venue des clowns lui permet de respirer, le temps que l'équipe prépare un petit spectacle; puis de s'amuser, lorsque ses enfants et les deux clowns présentent leur création. Aujourd'hui, une simple chaise devient successivement une vache, une voiture ou un cheval, grâce à l'imagination sans borne de l'équipe. «Mes enfants et moi sommes très contents de bénéficier de ce genre d'aide», confie la mère. Elle a d'importants problèmes de vision et de concentration, mais n'a pas raté une bribe du «spectacle». A l'heure des adieux, elle serre Chrulla-Trulla et Circolina dans ses bras.

Contre-indications

Le rire est depuis longtemps l'associé implicite de la bonne santé. «Il y a toujours eu un lien entre l'humour, la bonne santé et l'équilibre du corps», explique Peter Hain, psychologue allemand actif à Zurich et à Bremgarten. D'ailleurs, l'origine latine d'«humour» se réfère aux «humeurs»: les liquides du corps, comme le sang ou la bile, et ce n'est qu'au XVIII^e siècle que le sens actuel d'«humour» s'est imposé. «Le rire aide à bien se sentir, à prendre de la distance avec ses sentiments difficiles ou à faire baisser le stress», explique Peter Hain. Un état émotionnel positif – qui découle de l'humour, mais aussi de l'amour, de la joie ou de l'optimisme – a un effet bénéfique sur la santé. On peut aussi citer l'action de l'humour pour réduire les conflits entre personnes et donc diminuer le stress, par exemple au travail. Et le rire en lui-même a une action positive sur le fonctionnement cardio-vasculaire, endocrinien, immunologique ou encore du système nerveux. Mais attention, pour que le rire ait un maximum d'effet, il faut qu'il soit vigoureux!

La rigolade a-t-elle ses contre-indications? «En groupe, il est important de savoir rire de ses propres défauts, mais il ne faut pas rire les uns des autres: le sarcasme

n'a pas sa place ici», estime Peter Hain. «On dit que les personnes qui ont de l'humour vivent moins longtemps, parce qu'elles ne se préoccupent pas d'aller chez le médecin, rapporte le clown Marcel Briand, qui a travaillé dans le domaine des soins avant d'enfiler un nez rouge. Je suis convaincu que c'est vrai! Mais au moins, ces personnes vivent une vraie vie jusqu'au bout, sans aigreur ni amertume.» Une affaire de qualité de vie, donc.

Plutôt en allemand

On cite volontiers le journaliste et professeur étasunien Norman Cousins comme un pionnier des recherches scientifiques autour du binôme «humour & santé». Il a constaté que dix minutes de rire, dans son cas provoquées par les films des Marx Brothers, l'aidaient à supporter la douleur, alors qu'il souffrait de problèmes cardiaques et d'arthrite. Par la suite, les théories sur le rire et la bonne santé ont essaimé aux Etats-Unis, patrie du Dr. Hunter «Patch» Adams, médecin et clown immortalisé au cinéma par Robin Williams.

En Suisse, c'est par la frontière allemande que ces idées ont débarqué: deux psychothérapeutes allemands, dont Peter Hain, organisent dès 1998 des colloques à Bâle. Dans le public, un certain Beat Hänni est immédiatement séduit par ce qu'il entend. Et peu après, le préretraité de la pharma bâloise imagine un «atelier humour», qu'il propose à un home. «La direction m'a répondu: «On essaie tout de suite.»» Aujourd'hui, celui qui vient de succéder à Peter Hain à la tête de HumorCare, pionnière de la promotion de l'humour dans les soins en Suisse, organise des workshops à Zurich, Berne et Bâle. «Attention, je ne suis pas un clown: je mobilise l'humour des gens et je renforce par ce biais la communication au sein des groupes.» Il travaille dans des homes pour personnes âgées, mais aussi au sein des cliniques psychogériatriques. «Ces patients ne sont pas enclins au rire, à cause des traitements radicaux qu'ils reçoivent. Mais c'est aussi dans ce cadre que j'ai eu les plus grandes satisfactions, par exemple lorsqu'une personne totalement repliée sur elle-même en début d'atelier est venue me remercier chaleureusement en fin de session.»

Sans que l'on sache trop pourquoi, les théories autour de l'humour comme facteur de santé prennent mieux en Suisse allemande que de l'autre côté de la Sarine ou au Tessin: de Bâle à Zurich en passant par Berne, de nombreuses associations sont actives en parallèle à HumorCare,

comme la Stiftung Humor und Gesundheit (Fondation humour et santé), fondée en 2005. En Suisse romande, par contre, les clowns de la Fondation Theodora sont parmi les seuls à faire rire les malades – en l'occurrence les enfants, dans les hôpitaux.

Comment s'y prendre pour faire rire? «Un nez rouge, un petit cochonnet à pile qui traverse le couloir: des choses simples permettent de faire le «passage», raconte Marcel Briand. La musique aussi est très importante: elle va directement au cœur des gens.» Ainsi, avec des personnes âgées, le clown n'hésite pas à utiliser un vieux gramophone, «avec un son qui gratte». Quant à la clown Chrulla-Trulla, elle se souvient de cette visite à un garçon et une fillette de quatre et cinq ans, souffrant d'une sévère malformation congénitale (spina bifida). Toute la famille était réunie, à l'occasion d'un anniversaire. «Je me suis mise à chanter avec entrain et le garçon a éclaté de rire.» C'était inattendu et a permis de détendre l'atmosphère générale.

Plus lentement, s. v. p.!

Face au handicap, les clowns adaptent parfois leurs sketches, comme l'explique Marcel Briand: «J'ai souvent travaillé avec des personnes handicapées mentale. Je m'y prends de la même manière qu'avec les autres personnes, mais beaucoup plus lentement. Et lorsque j'en ai marre de jouer au ballon, c'est là qu'elles commencent à aimer», rigole le clown. Aussi, ces personnes veulent en général les mêmes blagues d'une fois à l'autre: «Ça leur donne un sentiment de confiance, qui les fait se sentir chez elles.»

«Pour l'instant, peu d'études ont mesuré les effets concrets de l'humour sur le handicap», constate le professeur Willibald Ruch, responsable du département de Psychologie de la personnalité à l'Université de Zurich, qui donne un cours sur «Humour et rire». Toutefois, d'une manière générale, la raison qui pousse un clown à visiter des personnes handicapées est identique à celle qui l'emmène dans un home pour personnes âgées ou dans un hôpital pour enfants. Le rire est universel, non?

Samuel Schellenberg

Renseignements: www.humorcare.ch www.huusgloen.ch www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch

Umoreismo e salute

Il riso, da consumare senza moderazione

L'umorismo può nuocere gravemente alla vostra malattia! In Svizzera, sono in molti a impegnarsi per dimostrarlo, affinché l'abitudine di ridere attecchisca durevolmente nella vita della gente.

■ «E adesso facciamo finta di avere paura!» I clown Circolina e Chrulla-Trulla danno l'esempio per esortare Eliane, Sami e Sara a imitarli. Detto fatto, grida di terrore riecheggiano nella casa di questa numerosa famiglia nella campagna bernese, ai piedi del maestoso Niesen. E poi scoppiano le risa: i tre bambini si divertono come matti con le due signore dell'associazione che riunisce umoristi dal naso rosso Huusglön, letteralmente «clown di casa», che dal 2007 va nelle case di famiglie con persone disabili per portarvi una bella dose di umorismo.

Controindicazioni

Qui è la mamma a essere disabile: l'arrivo dei clown le permette di respirare, mentre la troupe prepara un piccolo spettacolo, e poi di divertirsi quando i bambini e i due clown mettono in scena la loro opera. Oggi, una semplice sedia diventa successivamente una mucca, un'automobile e un cavallo, grazie all'immaginazione senza limiti della troupe. «I miei bambini e io siamo molto felici di beneficiare di questo genere di aiuto», confida la madre. Ha gravi problemi di vista e di concentrazione, ma non si è persa un briciolo dello «spettacolo».

All'ora degli addii, stringe Chrulla-Trulla e Circolina tra le braccia.

Da tempo il riso è un alleato della salute. «Vi è sempre stato un legame tra l'umorismo, la salute e l'equilibrio fisico», spiega Peter Hain, psicoterapeuta tedesco che lavora a Zurigo e a Bremgarten. D'altronde la parola «umorismo» deriva dal latino «umori»: i liquidi del corpo, come il sangue o la bile, ed è solo nel diciottesimo secolo che si è imposto il significato attuale di «umorismo». «Ridere aiuta a sentirsi bene, a prendere le distanze dai propri sentimenti difficili o a ridurre lo stress», spiega Peter Hain. Uno stato emotivo positivo – che scaturisce dall'umorismo, ma anche dall'amore, dalla gioia o dall'ottimismo – ha un effetto benefico sulla salute. Da citare ancora l'azione dell'umorismo per ridurre i conflitti tra le persone e quindi diminuire lo stress ad esempio sul lavoro. E il fatto stesso di ridere ha un'azione favorevole sul sistema cardiovascolare, endocrino, immunologico o nervoso. Ma attenzione, per far sì che il riso abbia il massimo effetto, deve essere vigoroso!

La risata ha delle controindicazioni? «In gruppo è importante saper ridere dei propri difetti, ma non bisogna ridere gli

uni degli altri: il sarcasmo è bandito», osserva Peter Hain. «Si dice che le persone che hanno il senso dell'umorismo vivono meno perché non si preoccupano di andare dal dottore», riferisce il clown Marcel Briand, che ha lavorato nel settore delle cure prima di infilarsi il naso rosso. «Sono convinto che è vero! Ma almeno queste persone vivono fino in fondo, senza acidità né amarezza.» Insomma, è una questione di qualità della vita.

Il giornalista e professore americano Norman Cousins è spesso citato quale pioniere della ricerca scientifica sul binomio «umorismo & salute». Cousins, che soffriva di problemi cardiaci e di artrite, aveva constatato che dieci minuti di riso, nel suo caso provocati dai film dei Marx Brothers, lo aiutavano a sopportare il dolore. Successivamente, le teorie sul riso e la salute hanno preso sempre più piede negli Stati Uniti, patria del dottor Hunter «Patch» Adams, medico e clown immortalato al cinema da Robin Williams.

Piuttosto in tedesco

In Svizzera, queste idee sono sbarcate attraverso la frontiera con la Germania: due psicoterapeuti tedeschi, di cui uno era Peter



Hain, organizzano dei convegni a Basilea sin dal 1998. Tra il pubblico, un certo Beat Hänni è immediatamente sedotto da ciò che sente. E poco dopo il prepensionato dell'industria farmaceutica basilese immagina un «laboratorio dell'umorismo», che propone a un istituto. «La direzione mi ha risposto: «Proviamo subito.»» Oggi, il successore di Peter Hain a capo di HumorCare, pioniere della promozione dell'umorismo nelle cure in Svizzera, organizza dei seminari a Zurigo, Berna e Basilea. «Attenzione, non sono un clown: mobilito l'umorismo della gente, rafforzando così la comunicazione all'interno dei gruppi.» Lavora in case per anziani, ma anche all'interno di cliniche psicogeriatriche. «Non sono pazienti inclini al riso a causa dei trattamenti radicali che ricevono. Ma è proprio in quest'ambito che traggio le maggiori soddisfazioni. Ricordo ad esempio una persona completamente chiusa in se stessa all'inizio del seminario che alla fine della sessione è venuta a ringraziarmi calorosamente.»

Senza che si sappia esattamente perché, le teorie sull'umorismo come fattore di salute attecchiscono meglio nella Svizzera tedesca che non sull'altra sponda della Sarine o in Ticino: da Basilea a Zurigo, pas-

sando da Berna, accanto a HumorCare operano numerose associazioni, come la Stiftung Humor und Gesundheit, fondata nel 2005. Nella Svizzera romanda, invece, i clown della Fondazione Theodora sono forse gli unici a far ridere i malati – in questo caso i bambini ricoverati in ospedale.

Più lentamente, per favore!

Come fare per far ridere? «Un naso rosso, un maialino a batteria che attraversa il corridoio: a «spianare la strada» sono cose semplici», racconta Marcel Briand. «Anche la musica è molto importante: va direttamente al cuore della gente.» Così, con gli anziani il clown non esita a utilizzare un vecchio grammofono «con un suono che gratta». Quanto al clown Chrulla-Trulla, ricorda ancora una visita a un bambino e una bambina di quattro e cinque anni affetti da una grave malformazione congenita (spina bifida). Tutta la famiglia era riunita per un compleanno. «Mi sono messa a cantare con brio e il bambino è scoppiato a ridere.» Una reazione inaspettata, che ha permesso di distendere l'atmosfera generale.

Di fronte all'handicap, talvolta i clown adattano i loro sketch, come spiega Marcel Briand: «Lavoro spesso con handicappati

mentali. Con loro mi comporto come con le altre persone, ma molto più lentamente. E quando sono stufo di giocare con la palla è il momento in cui cominciano a divertirsi», scherza il clown. Inoltre, in generale queste persone vogliono le stesse battute ogni volta: «Dà loro una sensazione di sicurezza, che li fa sentire a casa loro.»

«Per il momento sono pochi gli studi che hanno misurato gli effetti concreti dell'umorismo sull'handicap», constata il professor Willibald Ruch, responsabile del dipartimento di psicologia della personalità all'Università di Zurigo, che dà un corso su «umorismo e riso». In generale, tuttavia, il motivo che spinge un clown ad andare a trovare persone disabili è identico a quello che lo porta in una casa per anziani o in un ospedale pediatrico. Il riso è universale, no?

Samuel Schellenberg

Informazioni:

www.humorcare.ch

www.huusgloen.ch

www.stiftung-humor-und-gesundheit.ch

Cartoons

«Humor ist, wenn man trotzdem lacht»

Über Behinderte darf man sich nicht lustig machen. Als Mensch mit Behinderung darf man sich dagegen lustig machen. Auch über sich selber?

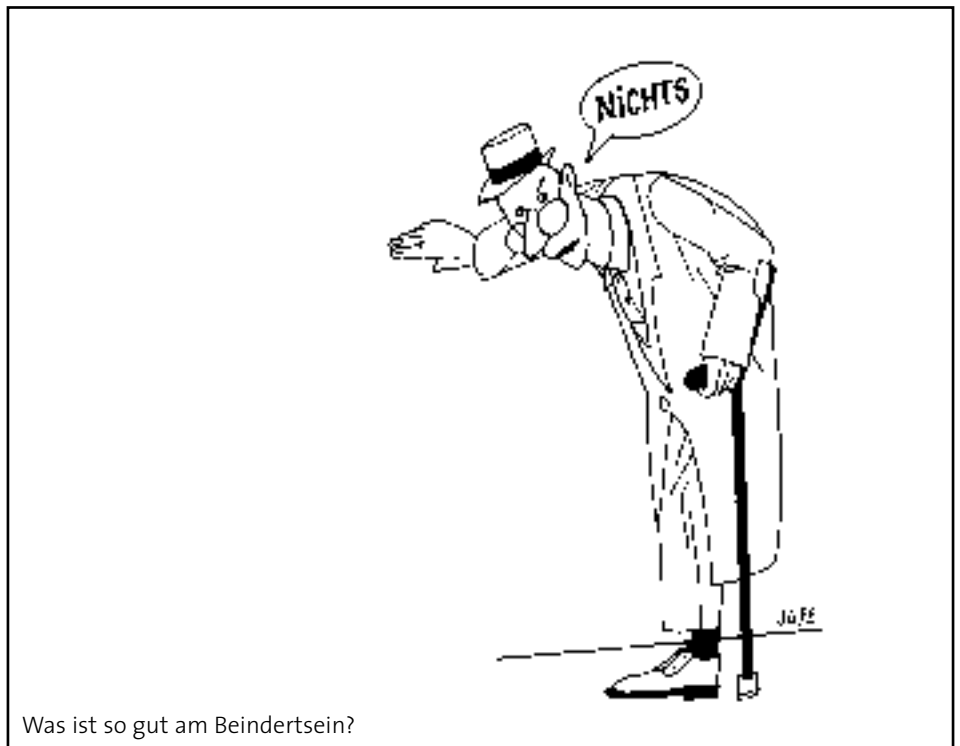
■ Jupe Haegler und Reto Meienberg leiden beide unter MS. Das Wort «leiden» ist hier ganz bewusst gewählt: Die Krankheit ist dumm, gemein. Bei Reto Meienberg kam die Diagnose, als er 19 war – heute ist Meienberg 51. Da kann man sich mit der Krankheit arrangieren, aber sie akzeptieren wäre zu viel verlangt. Durch eine Radiotalkshow wurde Jupe Haegler auf Reto Meienberg aufmerksam.

Bei Haegler kam die Diagnose MS vor 13 Jahren, als er 55 war. Nach einem ersten Treffen kam die Idee, wie sich die beiden mit der Krankheit auseinandersetzen wollten: Haegler arbeitete als Illustrator, Meienberg als Werbetexter – gemeinsam entwickeln die beiden Ideen, die sie in Cartoons umsetzen. Haegler liefert die bitterböse Zeichnung, Meienberg den passenden Spruch. Meistens wurde die Ausgangslage in einer Beiz gesponnen. Im Verlauf der Jahre sind auf diese Weise Hunderte Cartoons entstanden.

Angst der Verleger

Als die ersten Cartoons gezeichnet waren, wollten ihre Schöpfer sie publizieren. Doch sie bissen auf Granit. Von allen angefragten Zeitungen reagierte nur eine: Zurück kam eine wüste Beschimpfung; was sich die beiden da leisteten, sei eine Schande, der Gipfel der Geschmacklosigkeit. Schliesslich fanden sie den Cosmos-Verlag, der die Cartoons unter dem Titel «Behinderte sind auch nur Menschen» als Buch herausbrachte, ergänzt durch Texte von Reto Meienberg.

Das Buch wurde ein Erfolg, Haegler und Meienberg machen Lesungen. Diese Auftritte stossen auf ein grosses Interesse und erzeugen ein gutes Echo. Menschen mit Behinderung lachen an den Lesungen, die andern sind unsicher, wissen nicht, wie sie reagieren sollen. Sind Behinderte vielleicht doch nicht nur Menschen?



Kein Umdenken

Was Haegler und Meienberg in ihren Cartoons und Texten thematisieren, sind ihre täglichen, alltäglichen Beobachtungen. «In Bezug auf die Behindertenemanzipation ist nichts passiert – noch immer ist die Devise: nicht zu nah!», zieht Meienberg eine pessimistische Bilanz. Gefragt seien «good looking people». Viele wollten zwar ihr Verständnis dokumentieren, «aber sie haben kein Verständnis». Ein Umdenken in Bezug auf den Umgang mit Behinderten und mit Behinderung habe nicht stattgefunden. Dagegen setzen Haegler und Meienberg nun ihre Sicht zweier Rollstuhlfahrer.

Das erste Buch stiess auf so grosses Interesse, dass nach einem Jahr schon die zweite Auflage gedruckt werden konnte. Das führte nicht nur zum Interesse von Zeitschriften von Behindertenorganisationen – andere zieren sich immer noch –, sondern ermutigte auch zu einem zweiten Band: «Müssen Behinderte immer auffallen?» ist im letzten Frühjahr erschienen. Die Frage im Titel ist Programm, Jupe Haegler hat 66 Fragen in bitterböse Car-

toons umgesetzt, Fragen, die leider wirklich gestellt werden. Dazu gehört etwa die Frage «Wozu brauchen Behinderte Ferien?» oder «Dürfen Behinderte fröhlich sein?». Die letzte Frage beantworteten Haegler und Meienberg – wie die meisten andern Menschen mit Behinderung auch – im täglichen Leben: indem sie fröhlich sind. Allerdings sind sie, wie auch die meisten Menschen, bei denen keine Behinderung diagnostiziert wurde, nicht dauernd fröhlich, sondern gelegentlich nachdenklich, traurig, gelegentlich aber auch sarkastisch: «Es ist eine Art vorgezogener Galgenhumor», definiert Haegler.

Zukunftsmusik

Diese böse Krankheit MS ist unheilbar, und sie bringt viele Einschränkungen – eben: Behinderungen – mit sich. Die Frage nach der Zukunft gehört wohl auch zu diesen Fragen, die sich Menschen mit Behinderung dauernd stellen und die andere Menschen einem Behinderten gegenüber nicht zu stellen trauen. «Vielleicht wäre es jetzt tatsächlich an der Zeit, meine dauernde Unsicherheit gegenüber der Zukunft auf-



Foto: Peter Anliker

Reto Meienberg (l.) und Jupe Haegler

zugeben und ein paar Schritte in Richtung Gelassenheit zu tun», findet Meienberg in einem seiner Texte, die die Bücher so lesenswert machen wie die Cartoons. Und er hat tröstlich feststellen können: «Die Angst vor der Zukunft ist um einiges belastender als die Zukunft selbst.»

Wer der Zukunft mit etwas Gelassenheit entgegenght, hat auch keine Angst, sich mit dem Tod auseinanderzusetzen. Ganz selbstverständlich werden deshalb auch die «letzten Dinge» angesprochen – wiederum auf satirische Art, versteht sich. Da fragt beispielweise der Rollstuhlfahrer den Sensenmann: «Ist der Himmel rollstuhlgängig?» Das bringt erneut die Frage nach der «Scherzgrenze» auf den Tisch: Gibt es auch etwas, worüber man keine Scherze machen darf?

Meienberg schreibt nur über etwas, das ihn angeht. Die Grenze ist dort, wo die Betroffenheit aufhört: billiger Spass auf Kosten anderer – das geht nicht. Haegler findet ebenfalls, «dass es eigentlich nichts geben sollte, worüber man nichts sagen darf». Dazu kommt, dass sich die Cartoons des Autorenduos oft nicht über Behinderte

äussern – obschon etwas Selbstironie durchaus auch Platz hat –, sondern vielmehr über die Art, wie die sogenannten Nichtbehinderten mit Behinderten umgehen. Meienberg prangert in einem Text an, dass in seiner Gegenwart über ihn statt mit ihm gesprochen wird. «Die Steigerung ist, wenn ich zu einem «Es» werde», sagt er im Gespräch. Dass einem im Bahnhof von wildfremden Leuten ein Fünfliber in die Hand gedrückt wird, haben schon viele Behinderte erleben müssen: «Noch schlimmer ist es, wenn mir statt dem Fünfliber eine Tafel Schokolade entgegengestreckt wird», ergänzt Meienberg.

Noch Fragen?

In diesem Sinn sind auch die 66 Fragen des zweiten Bandes zu verstehen: Es sind Fragen, die sich nicht die Behinderten stellen, sondern «die Andern». Es sind Fragen, die aus Ahnungslosigkeit und Gedankenlosigkeit entstehen. Es ist die Gedankenlosigkeit, die zu einem Cartoon führt, in dem einem Blinden ein Fensterplatz angeboten wird: «Selber erlebt!», beteuern die beiden Autoren. In diesem Sinn sind die Cartoons

von Haegler und Meienberg denn meistens auch keine Scherze, nicht einmal besonders lustig – dennoch zeugen sie vom Humor ihrer Schöpfer. Schliesslich wusste ja schon der Schriftsteller Otto Julius Bierbaum: «Humor ist, wenn man trotzdem lacht.» Trotzdem? Noch einmal Reto Meienberg: «Es ist ein Trotzdemleben, das wir führen. Aber immerhin ist es mit diesem Trotzdem trotzdem ein gutes Leben.»

Peter Anliker

Jupe Haegler und Reto Meienberg: Behinderte sind auch nur Menschen, Cosmos-Verlag, Muri bei Bern 2005, 2. Auflage 2006, Fr. 25.–

Jupe Haegler und Reto Meienberg: Müssen Behinderte immer auffallen? Cosmos-Verlag, Muri bei Bern 2008, Fr. 29.–



Foto: Peter Anliker

Reto Meienberg (à g.) et Jupe Haegler

Cartoons

«L'humour, c'est quand on rit tout de même»

Comment rire du handicap? Jupe Haegler et Reto Meienberg, auteurs de deux recueils de blagues à succès, ont leur petite idée.

■ Jupe Haegler et Reto Meienberg souffrent tous deux de sclérose en plaque. Le verbe «souffrir» a été choisi de manière consciente: la maladie est bête, odieuse. Dans le cas de Reto Meienberg, le trouble a été diagnostiqué à l'âge de 19 ans – aujourd'hui, il en a 51. Le diagnostic, pour Jupe Haegler, est tombé il y a 13 ans, lorsqu'il avait 55 ans. Tant bien que mal, on peut composer avec la maladie, mais l'accepter serait trop demander. C'est par le biais d'une émission de radio que Jupe Haegler entend parler de Reto Meienberg. Après une première rencontre, les futurs compères ont l'idée de mettre en commun leurs talents – Haegler est illustrateur, alors que Meienberg est publicitaire –, pour développer des idées et les transcrire en caricatures. Haegler se charge des dessins, caustiques, alors que Meienberg écrit les textes qui vont avec. Souvent, l'idée première est trouvée dans un bistrot. Au cours des

années, le duo a développé des centaines de caricatures.

La peur des éditeurs

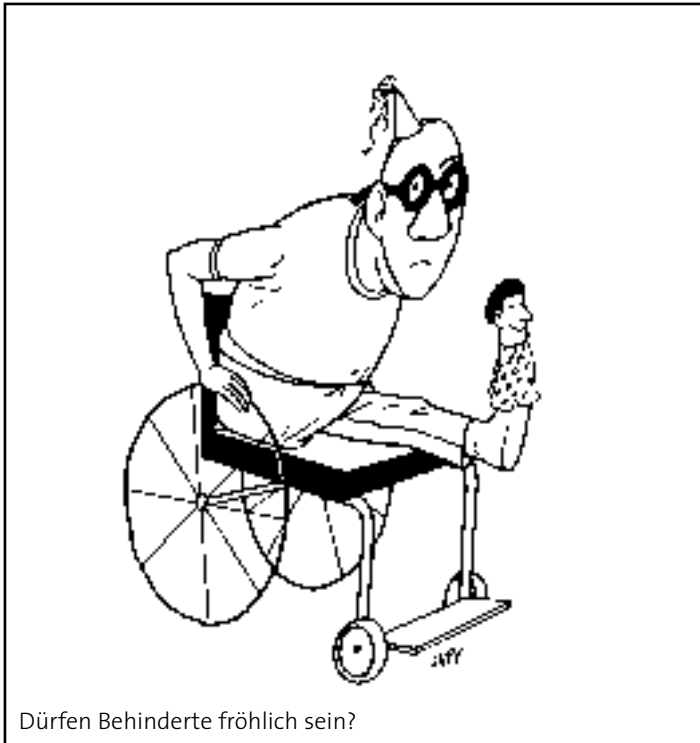
Dès les premières caricatures, leurs auteurs ont voulu les publier, mais se sont heurtés à un mur. De tous les journaux qu'ils ont contacté, un seul a réagi, avec une volée de bois vert: ce que ces deux se permettent est une honte, le comble du mauvais goût. Finalement, les éditions Cosmos-Verlag publient un recueil de leurs blagues, titrées «Les handicapés ne sont guère que des humains», avec des textes de Reto Meienberg. Le livre s'est avéré un succès et les auteurs ont été invités à en faire des lectures, qui elles aussi ont suscité beaucoup d'intérêt et généré de bons échos. Les personnes avec handicap rient pendant les lectures, alors que les autres ne savent pas comment réagir. Finalement, peut-être que les personnes handicapées ne sont pas si humaines que ça?

Dans leurs caricatures et textes, Haegler et Meienberg thématisent leurs observations quotidiennes. «Concernant l'émancipation des personnes handicapées, rien

n'a changé, la devise reste: pas trop près de moi!», observe Meienberg, pessimiste. Les gens veulent voir des belles têtes. Certains vont aux lectures pour montrer de la compréhension, «mais ils n'en ont pas». Il n'y a pas eu de changement d'avis quant à la manière de se comporter avec le handicap et les personnes handicapées. Haegler et Meienberg, pour le coup, publient leur point de vue sur la question.

Nouvelles questions

Vu le succès du livre, une deuxième édition a été imprimée, un an après la première. Certaines revues pour personnes handicapées se sont intéressées au phénomène et un deuxième volume a pu paraître, au printemps: «Les handicapés doivent-ils toujours se faire remarquer?» Dans le livre, Jupe Haegler illustre quelque 66 questions par des caricatures grinçantes. Les interrogations choisies existent, malheureusement: «Les handicapés ont-ils vraiment besoin de vacances?» ou «Les handicapés ont-ils le droit d'être heureux?» A cette question, Haegler et Meienberg répondent en étant joyeux au quotidien. Comme tout



Dürfen Behinderte fröhlich sein?



Wann endlich gibt es eine behinderte Miss Schweiz?

le monde, ils passent aussi par des moments où ils sont moins gais, voire préoccupés ou tristes, mais aussi sarcastiques: «C'est un genre d'humour funéraire avant l'heure», estime Haegler.

Musique d'avenir

La méchante maladie qu'est la sclérose en plaque n'est pas guérissable et elle implique de nombreuses restrictions. La question de l'avenir fait partie de ces interrogations qui préoccupent de nombreuses personnes handicapées, mais que les autres personnes n'osent pas aborder avec elles. «Peut-être qu'il serait temps que j'abandonne mon manque d'assurance quant au futur et que je fasse quelques pas en direction d'une attitude plus flegmatique», estime Meienberg dans l'un de ses textes. Ailleurs, il estime aussi que «la peur du futur est parfois plus lourde à supporter que le futur lui-même».

Un brin de flegme aide aussi face à la perspective de la mort. Car les «dernières choses» sont également abordées dans les blagues, de manière satirique, il va de soi. Ainsi, une personne en fauteuil roulant demande à la Grande Faucheuse: «Le ciel est-il adapté aux chaises roulantes?» Ce genre d'humour soulève la question de la limite: existe-t-il des sujets sur lesquels on

n'a pas le droit de faire des plaisanteries? Meienberg n'écrit que sur les sujets qui le concernent. La frontière est donc son propre vécu: pas question de pratiquer de l'humour bon marché sur le dos des autres. «Il ne devrait pas y avoir de sujets sur lesquels on ne puisse faire de blagues», estime de son côté Haegler. Toujours est-il que le duo ne fait pratiquement pas de blagues sur les personnes handicapées, à part peut-être par le biais de l'autodérision. C'est plutôt la manière dont les personnes dites «normales» se comportent avec les handicapés qui sert de sujet aux vignettes. Dans l'un de ses textes, Meienberg note que les gens parlent de lui plutôt qu'avec lui, même lorsqu'il est présent. «Il y a du progrès lorsque je deviens «il»», explique-t-il. Et puis, de nombreuses personnes handicapées ont eu la surprise de recevoir une pièce de cinq francs de la part d'inconnus, alors qu'ils traversent la gare. «Mais le pire est quand on nous tend un plaque de chocolat», remarque Meienberg.

D'autres questions?

C'est aussi de cette manière qu'il faut comprendre les 66 interrogations du deuxième album: les questions ne sont pas celles des personnes handicapées mais des «autres». Elles sont posées pour cause d'ignorance,

mais aussi parce que les gens ne réfléchissent pas – comme lorsque quelqu'un propose à un aveugle une place à la fenêtre. «Je l'ai vécu!», lancent les deux auteurs. Les caricatures de Haegler et Meienberg ne sont pas à proprement parler des plaisanteries et parfois, elles ne sont même pas spécialement drôles, mais elles témoignent néanmoins de l'humour de leurs créateurs. L'écrivain Otto Julius Bierbaum l'avait dit: «L'humour, c'est quand on rit tout de même.» Tout de même? Reto Meienberg: «Nous vivons une vie «tout de même». Mais néanmoins, malgré ce «tout de même», c'est tout de même une bonne vie.»

Peter Anliker

Jupe Haegler et Reto Meienberg: Behinderte sind auch nur Menschen, Cosmos-Verlag, Muri bei Bern 2005, 2^e édition 2006, 25.–

Jupe Haegler et Reto Meienberg: Müssen Behinderte immer auffallen? Cosmos-Verlag, Muri bei Bern 2008, 29.–

Zusatzfinanzierung: Interview mit Bundespräsident Pascal Couchepin

«Jenen mit weniger Chancen helfen»

Bundespräsident Pascal Couchepin stellt sich ganz klar hinter die Zusatzfinanzierung der Invalidenversicherung. Forderungen, die Invalidenversicherung (IV) nur über Sparmassnahmen zu finanzieren, betrachtet er als unsozial und unvertretbar. Hat der FDP-Bundesrat etwa eine soziale Ader?

■ *Procap Magazin: Herr Bundespräsident Pascal Couchepin, wir stehen kurz vor einer für uns sehr wichtigen Abstimmung über die Zusatzfinanzierung der Invalidenversicherung. Wie beurteilen Sie generell die Chancen dieser Abstimmung?*

Bundespräsident Pascal Couchepin: Die Chancen sind nicht gut, aber ich hoffe auf eine gut geführte Kampagne der Verbände, da wir diese Zusatzfinanzierung wirklich brauchen. Ich meinerseits werde alles daran setzen, die Leute von der Notwendigkeit der Zusatzfinanzierung zu überzeugen. Doch ich brauche nicht nur die Hilfe von verschiedenen Parlamentariern, sondern auch von den Organisationen im Behindertenbereich.

Was können Sie als Bundesrat tun?

Ich wiederhole systematisch in den Medien, dass man sich keine Illusionen machen soll und es diese Zusatzfinanzierung wirklich braucht. Es ist zwar unangenehm, Steuern zu erhöhen, aber hier geht es um einen Akt der Solidarität. Wenn es ein Nein gibt, ist die IV als solches in Frage gestellt und der Zusammenhalt der Schweiz in Gefahr.

Welchen Einfluss hat die internationale Finanzkrise auf die Abstimmung? Vor diesem Hintergrund wird die Bereitschaft, mehr Steuern zu zahlen, relativ gering sein. Das kann man noch nicht abschliessend beurteilen, weil die Abstimmung ja erst im nächsten Frühling stattfindet. Gewisse Leute werden sicher Angst haben und sich gegen diese immerhin bescheidene Steuererhöhung wehren. Aber man kann es auch anders anschauen und sagen, dass wir besonders in schwierigen Zeiten eine grös-

sere Solidarität gegenüber den Menschen mit Behinderung brauchen.

Man müsste die Leute sicher auch vom generellen Nutzen der Invalidenversicherung überzeugen können.

Niemand bestreitet den Nutzen der Invalidenversicherung. Auch wenn es solche gibt, die behaupten, die Zahl der Missbräuche sei so hoch, dass eine Zusatzfinanzierung umgangen werden könnte. Wenn die Sanierung nur über Sparmassnahmen laufen sollte, müsste man aber 40 Prozent der Renten streichen. Und das ist nicht möglich, das ist nicht vertretbar, das ist nicht sozial.

Und wie erklären Sie dem Volk, dass der Bund für die Sanierung UBS derart viel Geld bereitstellt, für die IV aber offensichtlich kein Geld da ist?

Ich sage, dass Bund, Kantone, Gemeinden und private Gönner in die Schweizer Sozialversicherungen pro Jahr 120 Milliarden stecken. Bund, Kantone und Gemeinden bezahlen allein 20 Milliarden Franken pro Jahr für die Sozialwerke. Ich behaupte, dass die Intervention bei der UBS eine gute Investition ist.

Wie würde sich eine Ablehnung der Vorlage auf eine 6. IVG-Revision auswirken, die ja schon ins Haus steht?

Wir werden vor der Abstimmung über die Zusatzfinanzierung einen ersten Teil der 6. Revision in die Vernehmlassung schicken. Wenn die Zusatzfinanzierung scheitert, was ich nicht hoffe, muss unter den Verantwortlichen eine Diskussion geführt werden. Die Leute, die für ein Nein sind, müssen dann aber Lösungen und nicht nur Schlagworte präsentieren.

Welche Erfolge kann die 5. IVG-Revision in Ihren Augen bisher verzeichnen?

Schauen Sie die gesunkene Zahl der Neurenten an. Und damit ist man erst am Anfang, denn die Revision trat ja erst zu Beginn dieses Jahres in Kraft. Die Massnahmen zur frühzeitigen Verhinderung von

Invalidität funktionieren. Es braucht bei den IV-Stellen aber Zeit, um das System zu ändern und die neuen Instrumente anzuwenden. Es wird zwei, drei Jahre dauern, bis man das wirkliche Ausmass der Auswirkungen erkennen kann.

Ist es vor diesem Hintergrund denn schon an der Zeit, über eine 6. Revision zu diskutieren, wenn man die Auswirkungen der 5. – wie Sie sagen – erst in zwei, drei Jahren sieht? Das war kein Entscheid von uns im Bundesrat, sondern vom Parlament. Es verlangt, dass wir vor 2010 Vorschläge für eine neue Revision ins Parlament bringen. Ich bin der Diener des Parlaments und des Volkes. (lacht)

Wie hat sich die Arbeitsweise der IV-Stellen mit der 5. IVG-Revision verändert?

Also mit der 4. und 5. Revision. Ich denke, man sollte die beiden Revisionen gemeinsam betrachten: Das System und die Kultur haben sich geändert und meine Mitarbeiter haben diese Geschäfte mit einer sehr positiven Haltung umgesetzt. Das führte zu Resultaten.

Was geschah denn konkret?

Die IV-Stellen wurden sich bewusst, dass es möglich ist, Leute verstärkt zu reintegrieren. Zudem gab es viele Fälle, denen man keine Rente zusprechen durfte, weil es nicht berechtigt ist. Und die Betroffenen verstehen das, wenn man das gut erklärt. Ich erzähle Ihnen eine kleine Geschichte: Als ich einmal morgens früh aus dem Haus ging, traf ich eine Frau auf der Strasse. Ich habe sie gegrüsst und gefragt, ob sie arbeiten gehe. Sie sagte, nein, sie hätte eine IV-Rente und helfe heute ihrer Tochter in Lausanne umzuziehen. Das war sechs Uhr morgens und sie war voller Elan.

So bezahlt quasi die IV den Umzug.

Genau. Aber das ist wahrscheinlich eine Ausnahme. Es ist vielleicht ein Missbrauch, aber kein Skandal. Wenn ich Zeit gehabt hätte, so hätte ich mit ihr diskutiert. Aber das ist nicht mein Job, ich bin kein Polizist.



Foto: Claude Giger

Bundesrat Pascal Couchepin

Wenn man dieser Person helfen würde, könnte man wahrscheinlich eine Rente vermeiden.

Wussten Sie denn, warum diese Dame IV bezogen hat?

Ich weiss es nicht und ich will auch keine Untersuchung machen. Aber ich sehe die Situation.

Bei der Integration hat sich bestimmt etwas getan. Trotzdem wissen wir als Verband von vielen Personen mit Behinderung, die gerne arbeiten möchten, es aber nicht können. Wo klemmt es also?

Eine der grössten Illusionen ist, dass man die Arbeitgeber zwingen kann.

Nein, ein Arbeitsverhältnis unter Zwang funktioniert sicher nicht. Das sehen wir. Aber vielleicht gibt es andere Mittel?

Man muss es halt ständig wieder sagen: «Hier gibt es Leute, die da sind, die Fähigkeiten haben, die gerne arbeiten wollen – also bitte, nehmen Sie diese und kontaktie-

ren Sie uns!» Ich sehe vor allem in der Verwaltung von Bund, Kantonen und Gemeinden noch Potenzial. Aber man muss mit den Leuten sprechen und auf sie zugehen. Es ist auch Sache von den Mitarbeitenden der IV, die Leute zu überzeugen. Und wenn das in der Verwaltung gelingt, wird man auch andere Arbeitgeber davon überzeugen können, dass es möglich ist, die Fähigkeiten von Menschen mit Behinderung besser zu nutzen.

Mit der Revision 6a und 6b ist noch mehr Leistungsabbau zu erwarten.

Nein. Es geht hauptsächlich um bessere Integration.

Uns ist aber immer noch ein wenig schleierhaft, wie Sie diese bessere Integration hinkriegen wollen. Das ist ein hoch gestecktes Ziel. Das ist schwierig.

Ja, sicher. Aber es geht nicht um Zehntausende von Leuten, sondern um einige tausend Leute pro Jahr. Und das ist möglich. Wir wollen das in kleinen Schritten erreichen. Zu grossen Schritten werden wir gezwungen sein, wenn die Zusatzfinanzierung scheitert.

Aber es gab doch ein wenig Leistungsabbau. Welchen denn?

Die Ehepartnerrente fiel zum Beispiel weg. Aber das ist doch kein Leistungsabbau bei den Betroffenen. Es ist eine Anpassung an die Lage der neuen Rentner. Alle sind jetzt auf dem gleichen Niveau.

Aber bei einem Ehepaar mit einem gemeinsamen Budget macht das Ende Monat einen Unterschied. Aus deren Perspektive ist das ganz klar ein Leistungsabbau.

In diesem Sinne bin ich mit Ihnen einverstanden. Ja, da haben sie recht.

Dann gibt es keine neuen «Anpassungen»? Das Niveau der Renten ist nicht so hoch, dass man noch viel reduzieren kann. Insbesondere die Kinderrenten will ich nicht anrühren.

Was sagen Sie als verantwortlicher Bundesrat zu der Missbrauchsdebatte?

Man soll Missbräuche sicher bekämpfen, aber ich denke nicht, dass Missbräuche die Mehrheit ausmachen. Man kann Missbräuche bekämpfen, ohne die berechtigten sozialen Anliegen kaputt zu machen.

Und genau diese sind in Gefahr mit einer solchen Polemik.

Richtig. Diese Ansicht teile ich.

Bei den Umfragen sind Sie regelmässig einer der unpopulärsten Bundesräte. Ein Handicap oder gibt das eine gewisse Freiheit?

Also ich habe nicht den Eindruck, unpopulär zu sein (lacht). Man respektiert mich, auch wenn ich nicht von allen geliebt werde. Vergleichen wir meine Popularität mit der Popularität meiner Partei: Meine Partei macht 17 Prozent der Stimmen und ich mache doppelt so viel im Parlament. Also kann es nicht so schlimm sein.

Sie sind ja auch schon lange in der Politik. Noch nicht müde?

Ich bin nicht nie müde und bald werde ich einen letzten Akt spielen. Doch ich sage nicht, wann.

Haben Sie einen persönlichen Bezug zum Thema Behinderung?

Ja, ich war während 20 Jahren Präsident der Behindertenorganisation emera im Wallis. Ich wollte neben meinem Erwerbsleben immer ein freiwilliges Engagement haben, bei dem ich Probleme konkret lösen kann.

Dann hat Herr Couchepin also eine soziale Ader?

Ich glaube, das ist richtig. Ich will nicht nur gute Politik machen, sondern ich habe auch Freude daran, jenen zu helfen, die weniger Chancen haben.

Financement additionnels: interview du Président de la Confédération Pascal Couchepin

«Aider ceux qui ont moins de chances»

Le Président de la Confédération Pascal Couchepin soutient sans équivoque le financement additionnel de l'assurance invalidité (AI), par le biais d'une hausse de la TVA limitée dans le temps, sur lequel les Suisses devront voter au printemps. Sauver les finances de l'AI en ne tablant que sur des économies est asocial, selon le Valaisan. Le Conseiller fédéral radical aurait-il la fibre sociale?

■ *Magazine Procap: Monsieur le Président Pascal Couchepin, nous sommes à quelques mois d'une votation que notre association estime très importante, sur le financement additionnel de l'assurance invalidité. Quel est votre pronostic, concernant le vote?*

Pascal Couchepin, Président de la Confédération: Les chances que ça passe ne sont pas bonnes, mais je compte sur une campagne active des associations: nous avons vraiment besoin de ce financement additionnel. De mon côté, je ferai tout pour convaincre les gens de l'utilité de ce financement additionnel. Mais la seule aide des parlementaires ne me suffira pas: il me faut aussi le soutien des organisations actives dans le domaine du handicap.

Que pouvez-vous faire, en tant que Conseiller fédéral?

A chaque occasion, je répète devant les médias qu'il ne faut pas se faire d'illusions: nous avons vraiment besoin de ce financement additionnel. Ce n'est pas agréable de hausser les impôts, mais il s'agit ici d'un acte de solidarité. Un «non» remettrait en question l'AI en tant que telle et menacerait la cohésion de la Suisse.

Quelle influence a la crise financière internationale sur le vote? Dans ce contexte, l'idée de payer davantage d'impôts passe encore moins bien.

Il est trop tôt pour l'affirmer de manière définitive, car le vote n'interviendra qu'au printemps. Certaines personnes auront peur et s'élèveront contre cette hausse, même si elle reste modeste. D'un autre

côté, on peut aussi se dire qu'en ces temps difficiles, nous avons besoin d'une plus grande solidarité envers les personnes avec handicap.

Il faudrait aussi pouvoir convaincre le public de l'utilité de l'assurance invalidité, en général.

Personne ne nie son importance, même s'il est vrai que certains prétendent que le nombre d'abus est si élevé qu'on pourrait s'épargner un financement additionnel. Mais si l'assainissement ne devait passer que par des économies, il faudrait biffer 40% des rentes. Ça n'est ni possible, ni justifiable, ni social!

Comment expliquez-vous à la population que le Conseil fédéral est prêt à mettre des milliards pour sauver l'UBS, mais qu'il n'y a apparemment pas d'argent pour l'AI?

En Suisse, la Confédération, les cantons, les communes et des mécènes privés mettent 120 milliards de francs par an dans le système suisse d'assurance sociale. La Confédération, les cantons et les communes paient à eux seuls 20 milliards par an pour les institutions sociales. Je soutiens que l'intervention auprès de l'UBS est un bon investissement.

Quelle serait l'influence d'un «non» sur la 6^e révision de l'AI, déjà sous toit?

Avant le vote, une première partie de la 6^e révision sera mise en consultation. Si la proposition de financement additionnel échoue, ce que je n'espère pas, une discussion devra avoir lieu entre les responsables. Les personnes en faveur du «non» devront proposer des solutions, plutôt que des formules toutes faites.

A ce jour, quels succès la 5^e révision de l'AI a-t-elle enregistrés?

Le nombre de rentes est à la baisse – et ce n'est que le début, puisque la révision n'est entrée en vigueur qu'en janvier 2008. Les mesures de détection précoce fonctionnent. Il faudra toutefois encore du temps pour que les Offices AI changent le sys-

tème et appliquent les nouveaux instruments. Il faudra deux ou trois ans pour que l'on puisse mesurer toute l'étendue des répercussions.

Si les effets se mesureront dans deux ou trois ans, comme vous dites, on sera en plein dans les discussions autour de la 6^e révision de l'AI?

Ce n'était pas la décision du Conseil fédéral, mais du Parlement. Cela signifie qu'avant 2010, nous devons faire des propositions de révision au Parlement. Je suis le serviteur du Parlement et du peuple. (rires)

En quoi le mode de fonctionnement des Offices AI a-t-il changé avec la 5^e révision de l'AI?

Il faut plutôt dire avec la 4^e et la 5^e révision: je pense qu'il faut considérer les deux révisions ensemble. Le système et la culture se sont modifiés et mes collaborateurs ont pu transformer les choses avec une attitude très positive. Cela a impliqué des résultats.

Concrètement?

Les Offices AI ont pris conscience qu'il est possible de mieux réintégrer les personnes handicapées. En plus, il y avait beaucoup de cas où on ne pouvait pas octroyer de rente, car ça n'était pas justifié. Avec une bonne explication, les personnes concernées le comprennent. Je vous raconte une petite histoire: une fois, en sortant de chez moi tôt le matin, j'ai rencontré une femme. Je lui ai demandé si elle allait travailler et elle m'a répondu que non, qu'elle avait une rente AI et qu'elle partait aider sa fille à déménager, à Lausanne. Il était six heures du matin et elle était pleine de peps.

En quelque sorte, c'est l'AI qui a payé le déménagement.

Exact. Mais c'est certainement une exception. Il s'agit peut-être d'un abus, mais pas d'un scandale. Si j'avais eu le temps, j'aurais discuté avec elle, mais ça n'est pas mon boulot, je ne suis pas policier. Si on aidait cette personne, on économiserait sans doute une rente.



Photo: Claude Giger

Le président de la Confédération Pascal Couchepin

Savez-vous pourquoi cette femme touchait l'AI?

Je ne le sais pas et je n'ai pas envie de faire des recherches. Mais je constate la situation.

Il y a certainement eu des progrès en matière d'intégration. Toutefois, comme organisation, nous connaissons de nombreuses personnes avec handicap qui aimeraient travailler mais ne peuvent pas. Qu'est-ce qui cloche?

Une grande illusion serait de croire qu'on peut forcer les employeurs.

Non, un rapport de travail forcé ne fonctionne certainement pas, on le constate. Mais peut-être qu'il y a d'autres moyens?

Il faut simplement répéter les choses, inlassablement: «Il y a ici des personnes capables, qui ont envie de travailler, alors s'il vous plaît embauchez-les et contactez-nous!» Je vois surtout du potentiel dans les administrations fédérales, cantonales et municipales. Mais il faut parler aux gens, aller vers eux. C'est aussi l'affaire des collaborateurs de l'AI que de convaincre les personnes. Si c'est possible de le réaliser dans les administrations, ce sera plus simple de convaincre d'autres employeurs qu'il est envisageable de mieux utiliser les capacités de personnes avec handicap.

Avec les révisions 6a et 6b, il faut s'attendre à davantage de baisses de prestations...

Non. Il s'agit essentiellement d'une meilleure intégration.

Pour nous, comprendre comment vous parviendrez à améliorer l'intégration reste encore un mystère. C'est un but ambitieux, difficile à atteindre.

Oui, bien sûr. Toutefois, il ne s'agit pas de dizaines de milliers de personnes, mais de quelques milliers par an. C'est réalisable. Nous voulons procéder par petits pas, mais nous serons obligés de faire des grands pas si le financement additionnel est refusé.

Avouez tout de même qu'il y a eu une baisse dans les prestations.

A quel niveau?

La rente additionnelle a par exemple passé à la trappe.

Ce n'est pas un démantèlement pour les personnes handicapées: c'est une adaptation à la situation des nouveaux rentiers. Tout le monde est à présent à la même enseigne.

Mais pour un couple avec un budget commun, la différence se ressent à la fin du mois. De leur point de vue, il s'agit très clairement d'un démantèlement.

Vu comme ça, je suis d'accord avec vous. Oui, vous avez raison.

Il n'y aura donc pas de nouveaux «ajustements»?

Le niveau des rentes n'est pas suffisamment haut pour que nous puissions encore le réduire de beaucoup. En particulier, je ne veux pas toucher aux rentes pour enfants.

En tant que Conseiller fédéral en charge du dossier des assurances sociales, que vous inspire le débat sur les abus?

Il faut certainement combattre les abus, mais je ne crois pas qu'ils soient majoritaires. On peut combattre les abus sans détruire les revendications sociales légitimes.

Ce sont précisément ces dernières qui sont menacées par une telle polémique.

Exact, je partage votre avis.

Lors de sondages, vous êtes régulièrement le moins populaire des Conseillers fédéraux. C'est un handicap ou au contraire un gage de liberté?

Je n'ai pas l'impression d'être impopulaire (rires). On me respecte, même si je ne suis pas aimé de tout le monde. Comparons ma popularité avec celle de mon parti: les radicaux rassemblent 17 % des voix, alors que j'en récolte le double, au Parlement. Ce n'est pas si mauvais que ça.

Cela fait un moment que vous êtes en politique. Pas encore fatigué?

Je suis parfois fatigué et je vais bientôt jouer mon dernier acte. Mais je ne dirai pas quand.

Avez-vous un rapport particulier à la thématique du handicap?

Oui, j'ai été pendant 20 ans le président de l'organisation pour handicapés éméra, en Valais. J'ai toujours voulu avoir un engagement bénévole en parallèle à mon activité salariée, où je puisse régler des problèmes concrets.

Monsieur Couchepin a donc la fibre sociale?

Oui, je crois qu'on peut le dire. Je n'ai pas simplement envie de bien faire la politique: j'ai aussi du plaisir à aider celles et ceux qui ont moins de chances.

Adrian Hauser et Samuel Schellenberg

Finanziamento aggiuntivo: intervista con il presidente della Confederazione Pascal Couchepin

«Aiutare chi ha meno opportunità»

Il presidente della Confederazione Pascal Couchepin si schiera chiaramente a favore del finanziamento aggiuntivo dell'assicurazione per l'invalidità (AI) e considera asociali e inaccettabili le proposte di finanziare l'AI solo attraverso misure di risparmio. Il Consigliere federale PLR ha forse una vena sociale?

■ *Rivista Procap: Signor presidente della Confederazione Pascal Couchepin, si avvicina una votazione molto importante per noi sul finanziamento aggiuntivo dell'assicurazione per l'invalidità. Come valuta in generale le chance di questa votazione?*

Presidente della Confederazione Pascal Couchepin: Le chance non sono buone, ma spero in una campagna condotta bene da parte delle associazioni perché abbiamo veramente bisogno di questo finanziamento aggiuntivo. Dal canto mio farò del mio meglio per convincere la gente della necessità del finanziamento aggiuntivo. Ma ho bisogno anche dell'aiuto delle organizzazioni che si occupano di handicap e non solo dei parlamentari.

Cosa può fare lei come Consigliere federale? Attraverso i media ripeto sistematicamente che non dobbiamo farci illusioni e abbiamo veramente bisogno di questo finanziamento aggiuntivo. Non è certo piacevole aumentare le imposte, ma si tratta di un gesto di solidarietà. Se dalle urne uscirà un no, saranno minacciate l'intera AI e la coesione nazionale.

Qual è l'influsso della crisi finanziaria internazionale sulla votazione? Su questo sfondo, la disponibilità a pagare più imposte sarà relativamente bassa.

Non si può ancora dirlo in modo definitivo, poiché la votazione si terrà solo in primavera. Vi saranno sicuramente delle persone che avranno paura e si opporranno a questo aumento delle imposte, comunque moderato. Ma si può anche vedere la situazione diversamente e dire che soprattutto in tempi difficili abbiamo bisogno di una maggior solidarietà nei confronti dei disabili.



Il presidente della Confederazione Pascal Couchepin

Bisognerebbe anche poter convincere la gente dell'utilità generale dell'assicurazione per l'invalidità.

Nessuno nega l'utilità dell'AI. Anche se vi sono persone che affermano che il numero di abusi è così alto che si potrebbe fare a meno di un finanziamento aggiuntivo. Se il risanamento dovesse avvenire solo mediante misure di risparmio, bisognerebbe cancellare il 40% delle rendite. E ciò non è possibile, non è accettabile, non è sociale!

E come spiega al popolo che la Confederazione mette a disposizione così tanti soldi per il risanamento di UBS, mentre evidentemente per l'AI non ci sono soldi?

Dico che la Confederazione, i Cantoni, i Comuni e donatori privati investono nelle assicurazioni sociali svizzere 120 miliardi all'anno. La Confederazione, i Cantoni e i Comuni da soli pagano 20 miliardi di franchi all'anno per gli enti sociali. L'intervento a favore di UBS è un buon investimento.

Come si ripercuoterebbe una bocciatura del progetto sulla sesta revisione della LAI, già in cantiere?

Prima della votazione sul finanziamento aggiuntivo porremo in consultazione una prima parte della sesta revisione. Se il

finanziamento aggiuntivo sarà bocciato, e mi auguro che non succeda, occorrerà aprire una discussione tra i responsabili. A quel punto, però, i sostenitori del no dovranno presentare delle soluzioni e non solo degli slogan.

Quali successi ha ottenuto finora la quinta revisione della LAI ai suoi occhi?

Basta guardare il minor numero di nuove rendite. E siamo solo agli inizi perché la revisione è entrata in vigore solo all'inizio dell'anno. Le misure volte a prevenire tempestivamente l'invalidità funzionano. Gli uffici AI hanno però bisogno di tempo per modificare il sistema e applicare i nuovi strumenti. Ci vorranno due o tre anni prima di poter valutare l'entità reale delle ripercussioni.

Su questo sfondo, non è troppo presto discutere di una sesta revisione se le ripercussioni della quinta revisione – come dice lei – saranno visibili solo tra due o tre anni?

È stato il Parlamento a decidere e non noi del Consiglio federale. Il Parlamento ci chiede di sottoporgli delle proposte per una nuova revisione prima del 2010. Io sono il servo del Parlamento e del popolo (ride).

Come è cambiato il modo di lavorare degli uffici AI con la quinta revisione della LAI?

O meglio con la quarta e con la quinta revisione. Penso che le due revisioni vadano considerate congiuntamente: il sistema e la cultura sono mutati e i miei collaboratori hanno attuato le modifiche con uno spirito molto positivo. E i risultati non sono mancati.

Cosa è successo concretamente?

Gli uffici AI si sono resi conto che è possibile reintegrare maggiormente le persone. Vi sono inoltre molti casi a cui non era giustificato assegnare una rendita. E gli interessati lo capiscono, se ci si spiega bene. Vorrei raccontarle una storiella: una mattina presto, uscendo di casa ho incontrato una signora per strada. L'ho salutata e le ho chiesto se andava a lavorare. Mi ha risposto di no, percepiva una rendita AI e quel giorno aiutava la figlia a traslocare a Losanna. Erano le sei del mattino ed era piena di energia.

Quindi l'AI paga quasi il trasloco.

Esatto. Ma probabilmente è un'eccezione. È un abuso, forse, ma non uno scandalo. Se avessi avuto tempo, avrei discusso con lei. Ma non è compito mio, io non sono un poliziotto. Se si aiutasse questa persona, probabilmente si potrebbe risparmiare una rendita.

Sa per cosa percepiva l'AI quella signora?

Non lo so e non voglio neanche aprire un'inchiesta. Ma è una situazione eloquente.

A livello dell'integrazione sicuramente è stato fatto qualcosa. Ciononostante, noi come associazione sappiamo di molte persone disabili che vorrebbero lavorare, ma non possono. Qual è il problema?

Una delle grandi illusioni è quella di poter costringere i datori di lavoro.

No, sicuramente un rapporto di lavoro imposto non funzionerebbe. Lo capiamo. Ma forse vi sono altre soluzioni?

Non resta che continuare a ripetere: «Qui ci

sono delle persone che hanno delle capacità, che vorrebbero lavorare – quindi, per favore, contattateci e assumetele!» Intravedo un potenziale soprattutto nell'amministrazione federale, cantonale e comunale. Ma bisogna parlare con la gente e andare verso di lei. Spetta anche ai collaboratori dell'AI convincere la gente. E se si riuscirà a farlo nell'amministrazione, si potranno convincere anche altri datori di lavoro del fatto che è possibile sfruttare meglio le capacità dei disabili.

Con le revisioni 6a e 6b sono prevedibili nuovi tagli delle prestazioni...

No. Si punta soprattutto su una miglior integrazione.

Per noi è però ancora un mistero come intendete realizzare questa migliore integrazione. È un obiettivo molto ambizioso. È difficile.

Sì, certo. Ma non si tratta di decine di migliaia di persone, bensì di qualche migliaio all'anno. E questo è possibile. Vogliamo realizzarlo a piccoli passi. Saremo invece costretti a fare grandi passi se sarà bocciato il finanziamento aggiuntivo.

Ma ci sono stati alcuni tagli delle prestazioni.

Quali?

È stata ad esempio soppressa la rendita per il coniuge.

Ma questo non è un taglio delle prestazioni per gli interessati. È un adeguamento alla situazione dei nuovi beneficiari di rendite. Adesso sono tutti allo stesso livello.

Ma per una coppia con un bilancio comune fa una differenza a fine mese. Dal loro punto di vista è un chiaro taglio delle prestazioni.

In quest'ottica sono d'accordo con lei. Sì, ha ragione.

Allora non vi saranno nuovi «adeguamenti»?

Il livello delle rendite non è così alto da poter ancora essere ridotto di molto. Non

voglio toccare in particolare le rendite per i figli.

Che ne pensa del dibattito sugli abusi in qualità di Consigliere federale responsabile?

Gli abusi vanno sicuramente combattuti, ma non penso che rappresentino la maggioranza dei casi. Si possono combattere gli abusi senza minare le esigenze sociali giustificate.

Sono proprio queste a essere minacciate da questa polemica.

È vero. Sono d'accordo.

Nei sondaggi lei figura regolarmente tra i Consiglieri federali più impopolari. È un handicap o le dà una certa libertà?

Ma io non ho l'impressione di essere impopolare (ride). Sono rispettato anche se non sono amato da tutti. Confronti la mia popolarità con quella del mio partito: il mio partito ottiene il 17% dei voti e in Parlamento io raggiungo il doppio. Non può essere così grave.

Lei è in politica da parecchio tempo. Non è ancora stanco?

Non è che non sia mai stanco e tra non molto reciterò l'ultimo atto. Ma non dico quando.

Ha una relazione personale con la tematica dell'handicap?

Sì, per 20 anni sono stato presidente dell'organizzazione per le persone disabili emera in Vallese. Accanto alla mia carriera professionale ho sempre cercato un impegno sociale, che mi permettesse di risolvere concretamente dei problemi.

Allora il signor Couchepin ha una vena sociale?

Penso di sì. Non voglio solo essere bravo in politica, mi fa anche piacere aiutare coloro che hanno meno opportunità.

Untertitelung Schweizer Fernsehen

Hinter den Kulissen der «Tagesschau»-Untertitler

Viele Sendungen der SRG SSR werden mit Untertitel gesendet, damit auch Hörbehinderte von dem Angebot profitieren können. Bereits 1991 begann das SRG-Unternehmen SWISS TXT, die «Tagesschau» zu untertiteln. Doch wie funktioniert das eigentlich?

■ An der 25-minütigen «Tagesschau» arbeiten vier Untertitler während dreier Stunden. Die Untertitler sind sich Stress gewohnt, verfügen über gute Deutschkenntnisse und sind am aktuellen Tagesgeschehen interessiert. Einige haben ein Übersetzer-Studium abgeschlossen.

Wie Untertitel entstehen

Die Fernsehjournalisten speichern ihre Texte und Videobeiträge auf einem Server, auf den das Untertitler-Team Zugriff hat. In den Texten wird angegeben, wie viele Sekunden ein Beitrag dauert und wann genau eine Person zu sprechen beginnt oder eine Karte eingeblendet wird. Anhand dieser Angaben und mit Hilfe der Videos wird kontrolliert, dass die Untertitel rechtzeitig erscheinen und nicht länger dauern als der Beitrag selbst. Dazu verwenden die Untertitler eine spezielle Software, die unter anderem angibt, wie lange ein Untertitel angezeigt werden muss, damit ihn der Zuschauer lesen kann. Je mehr Zeichen ein Untertitel hat, umso länger wird er eingeblendet. Dabei gilt: Man hört schneller, als man liest. Folglich muss der gesprochene Text für die Untertitel gekürzt

werden. Oberstes Ziel dabei ist, den Inhalt der Meldungen nicht zu verändern. Dies erfordert oft Fingerspitzengefühl.

Obwohl die meisten Beiträge vor der Sendung vorbereitet werden können, geht es kurz vor Sendebeginn oft hektisch zu und her. Schliesslich berichtet die «Tagesschau» über aktuelle Geschehnisse und daher ändern die Texte oft vor oder während der Sendung. So kommt es, dass viele Texte noch bearbeitet werden, während die Sendung bereits läuft. Der Teamleiter ist während der «Tagesschau» dafür zuständig, die Untertitel nacheinander manuell auf den Sender zu schicken. Zudem untertitelt er die Live-Schaltungen während der Sendung. Oberstes Ziel ist, den Inhalt der Meldungen nicht zu verändern. Die Untertitler verwenden oft kürzere Formulierungen, gängige Abkürzungen oder kürzere Zeitformen. Manchmal enthält der Text auch Redundanzen, die gelöscht werden können.

Gesetzliche Auflagen

Neben der «Tagesschau» wird mit «Schweiz aktuell» eine weitere Informationssendung untertitelt. Bis 2007 waren aber erst gut 10 Prozent der Sendungen der SRG SSR untertitelt. Ein wichtiger Schritt zur Gleichstellung der Hörbehinderten machte die neue Verordnung zum Radio- und Fernsehgesetz von 2007. Sie schreibt der SRG SSR vor, das Angebot an redaktionellen Sendungen für Gehörlose und Hörbehinderte auszubauen. Bis Ende 2010

muss ein Drittel der Sendezeit in allen Sprachregionen untertitelt sein. Damit diese Forderung erfüllt werden kann, führte SWISS TXT eine neue Technologie ein. Bei den neu zu untertitelnden Sendungen werden sogenannte Re-Speaker (dt. Nachsprecher) Live-Schaltungen oder Interviews nachsprechen. Eine Spracherkennungssoftware wandelt das Gesagte dann direkt in Untertitel um. Diese neue Methode kommt bei «10 vor 10» bereits zum Einsatz.

Angebot im Ausbau

Laut Gion Linder, Nationalem Koordinator der Untertitelung bei SWISS TXT, ist bei Hörbehinderten der Wunsch gross, dass die Sendungen mit den höchsten Einschaltquoten untertitelt werden. Daher ist geplant, nach «10 vor 10» auch die Sendungen «Puls», «Kassensturz» und «Rundschau» zu untertiteln. Nach den Sommerferien 2009 soll das ganze Abendprogramm zwischen 19 und 22 Uhr untertitelt sein. Sendungen wie «Kassensturz» bestehen aber aus textintensiven Gesprächen, die wie bisher bei der «Tagesschau» untertitelt werden können. «Da man nicht so schnell schreiben wie sprechen kann, konnten wir bisher nur Zusammenfassungen von Live-Beiträgen liefern. Hörbehinderte unterstellten uns dabei immer wieder Zensur. Dank des Re-Speakings kann der am Fernsehen gesprochene Text fast 1:1 untertitelt werden», erklärt Gion Linder. Mitentscheidend für das Re-Speaking war sicher auch ein wirtschaftlicher Grund. Dank dieser Technik können die Untertitlerinnen und Untertitler in Zukunft schneller beziehungsweise kostengünstiger arbeiten. «Und dies kommt den Hörbehinderten wiederum in Form von zusätzlichen untertitelten Sendungen zugute», so Gion Linder.



Spezielle Software

Anja Hagmann

Weitere Informationen unter:
www.untertitelung.ch und
www.swisstext.ch

Sous-titres

La télévision, en toutes lettres

De nombreuses émissions de SRG SSR idée suisse comportent des sous-titres, afin que les personnes malentendantes puissent elles aussi profiter de l'offre. Au fait, comment ça marche?

■ Le soir, à la TSR, pas moins de six personnes s'activent pour que les journaux télévisés de 19 h et 19 h 30 comportent des sous-titres, destinés aux malentendants. Ces employés de SWISS TXT, mandatés par la Télévision suisse romande, ont en commun une habitude du stress, une bonne connaissance de la langue française et un intérêt marqué pour l'actualité. Certains d'entre eux ont même une formation de traducteur.



Utilisation d'un programme spécial

Comment ça marche?

Pour que le sous-titrage puisse se faire, il faut d'abord que les journalistes de la TSR envoient leurs textes et images vidéo sur un serveur, accessible aux sous-titreur. Les textes précisent la durée des sujets et à quel moment exactement une personne se met à parler, ou après combien de temps une carte est montrée à l'écran. Il faut vérifier ensuite que les sous-titres apparaissent et disparaissent au bon moment. A cet effet, les sous-titreur utilisent un programme spécial, qui indique par exemple pendant combien de temps un sous-titre doit apparaître pour que le téléspectateur aie le temps de le lire – plus le nombre de mots est grand, plus longtemps le texte devra rester à l'écran. Mais attention: on entend plus vite qu'on ne lit. Ainsi, le texte parlé est souvent raccourci lorsqu'il est transformé en sous-titres. Il faut alors beaucoup de doigté pour ne pas modifier le sens de ce qui est dit.

Même si la plupart des sujets sont prêts avant leur passage à l'antenne, il y a toujours une grande agitation avant le début du «téléjournal». Vu que ce dernier traite de l'actualité, il est normal qu'il y ait des changements de dernière minute, avant ou pendant la diffusion. Ainsi, de nombreux textes doivent être retravaillés en cours d'émission et un sous-titreur se charge de les envoyer

manuellement à l'antenne. Idem pour le sous-titrage des interventions «live» durant le «téléjournal». Le but est de ne pas modifier le contenu des nouvelles. Souvent, le sous-titreur utilise des tournures plus courtes, des abréviations courantes ou des temps verbaux plus succincts. Parfois, le texte parlé comporte des redondances, qui peuvent être éliminées.

Conditions légales

Le sous-titrage du «téléjournal» a débuté en 1991 déjà. Mais les choses ont peu évolué par la suite: jusqu'à l'an dernier, seulement 10% du total des émissions de SRG SSR idée suisse étaient sous-titrées. Depuis, la nouvelle loi sur la radio et la télévision, introduite en 2007, a signifié un pas important en direction de l'égalité pour les personnes malentendantes. Le texte demande à la SRG SSR idée suisse d'étoffer son contenu à destination des personnes malentendantes. Jusqu'à la fin de 2010, un tiers du temps d'antenne de toutes les régions linguistiques doit être accompagné de sous-titres. Afin que cette revendication soit satisfaite, SWISS TXT a introduit une nouvelle technologie, destinée aux émissions comportant des interventions en direct. Un programme de reconnaissance vocale peut désormais transcrire les échanges ou interviews, de manière quasi instantanée, sous

le pilotage attentif d'un sous-titreur – c'est notamment ce qui est pratiqué pour l'émission «10 vor 10», sur SF1. Et c'est ce qui sera pratiqué sans doute dès la rentrée 2009 sur la TSR également, pour des émissions comme «Infrarouge». Par rapport à la SF et à la TSI, la TSR accuse un certain retard, lié à des problèmes d'infrastructure et d'adaptation du nouveau logiciel.

«D'ici à la rentrée 2009, nous voulons que toute l'offre en «primetime» puisse être accessible avec des sous-titres, à la TSR comme à la SF. Aujourd'hui, c'est le cas pour 80% des émissions», explique Gion Linder, le coordinateur national des sous-titrages de SWISS TXT. Ainsi, en plus des «téléjournaux» du début de soirée et des émissions phares comme «Temps Présent», «Mise au Point» ou «A bon entendeur», déjà «aux normes», ce sont au minimum toutes les émissions jusqu'à 22 heures qui devraient bénéficier de sous-titres d'ici à septembre prochain.

Anja Hagmann

(adaptation: Samuel Schellenberg)

Pour de plus amples informations:
www.swisstext.ch



Foto: Faith Saribas, Reuters

«Ausgebeutete Tiere»

Delfintherapie

Krankes Geschäft

Delfintherapien werden vielerorts als heilbringend gepriesen. Doch dahinter steckt das grosse Geschäft. Und wie geht es den Delfinen dabei?

■ Die Delfintherapie wird vielerorts als besonders heilbringend gepriesen – auch für Menschen mit Behinderung. Denn sie würden mit ihrem Sonarorgan fühlen können, wie es den Menschen geht. Blanker Humbug für den Amerikaner Ric O'Barry, und er ist einer, der es wissen muss. In den 60er-Jahren trainierte er die fünf Delfine, welche die Rolle von «Flipper» in der gleichnamigen Fernsehserie spielten. In den 70er-Jahren wechselte er dann quasi die Seite und ist heute als 69-Jähriger einer der engagiertesten Delfinschützer der Welt. Für die «Sonartheorie» gibt es gemäss O'Barry keinen wissenschaftlichen Beweis. Hinzu kommt, dass die für Therapien eingesetzten Delfine hauptsächlich aus dem Wildfang stammen, um danach in enge Bassins verschleppt zu werden: «Das sind ausgebeutete Tiere, und sie als Heiler zu bezeichnen, ist ein Marketingtrick.» Einer, der sich offensichtlich lohnt. Gemäss O'Barry verdienen die Delfinarien in Amerika jährlich insgesamt zwei Milliarden Dollar. Ein lebend gefangener Delfin spült bis zu 120 000 Dollar in die Tasche eines Delfinfängers. Ein Kauf, der sich für Betreiber von Delfintherapien allemal lohnt. So

kosten einige Tage Therapie bis zu 8 000 Dollar – Reise- und Unterkunftskosten exklusive, versteht sich. «Die Delfinjäger machen Profit, die Händler machen Profit sowie die Transporteure, die Trainer und die sogenannten Therapeuten. Aber die grossen Verlierer sind die Delfine, die mit ihrem Leben bezahlen», erklärt O'Barry. Für ihn ist es heuchlerisch, Delfine zu fangen, ihr Leben zu zerstören, um unser eigenes aufzuwerten.

Hinzu kommt, dass mit Delfinrobotern ähnliche Erfolge erzielt wurden wie mit echten Delfinen. Wie das? Silvia Frey, wissenschaftliche Mitarbeiterin bei OceanCare, kann es erklären: «Die therapeutischen Interventionen während der Delfintherapie haben sehr wenig mit dem Delfin selbst zu tun, sondern mit dem ganzen Umfeld. Der Delfin wäre gar nicht nötig, denn als Belohnung könnten auch andere Attraktionen dienen. Das deckt der Roboterersuch auf.» Gemäss Frey können Delfine in Gefangenschaft auch nicht art- oder tiergerecht gehalten werden. Eine Nachzucht bricht meistens schon in der zweiten Generation ab, trotz immer besserer tierärztlicher Betreuung.

Alternativen Hund und Pferd

Was gibt es denn für Alternativen? «Hunde», sagt Dr. med. Markus Deutsch vom Vorstand der «Ärztinnen und Ärzte

für Tierschutz», ohne lange zu überlegen, denn: «Hunde sind seit Jahrhunderten domestiziert und ihre Wirkung auf Menschen ist wissenschaftlich belegt.» So schütten Menschen vermehrt Glückshormone aus, wenn ein Hund in der Nähe ist, leiden weniger unter Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen und Müdigkeit. «Hunde haben eine entspannende und ausgleichende Wirkung auf Menschen», erklärt Markus Deutsch. Geeignet für die Therapie sind grundsätzlich alle Rassen- und Mischlingshunde, die mit Artgenossen friedlich umgehen und zum Halter eine enge Bindung aufbauen können. Neben den Hunden erachtet Markus Deutsch beispielsweise auch Pferde als geeignet. Dies aus denselben Gründen wie die Hunde, auch wenn die Haltung etwas komplizierter ist. Warum also nach Florida ins Delfinbecken reisen und nicht nach Bern zu einer Pferdetherapie?

Adrian Hauser

Weitere Informationen

www.oceancare.org
www.aerztefuertierschutz.ch
www.hundetherapie.org
www.hippotherapie-zentrum.ch

Photo: Ocean Care



«Les dauphins paient de leur vie»: Ric O'Barry

Thérapie par les dauphins

Négoce malade

La thérapie par les dauphins est souvent vantée. Elle cache toutefois un gros business. Et les dauphins, qu'en pensent-ils?

■ La thérapie par les dauphins? Elle est souvent encensée, notamment lorsqu'elle s'adresse aux personnes handicapées. Grâce à leurs sonars, les dauphins seraient capables de sentir l'état de santé des humains. «Fumisterie», estime toutefois l'Américain Ric O'Barry. Dans les années 1960, il a entraîné les cinq dauphins qui ont joué à tour de rôle «Flipper» dans la série à succès du même nom. Dès les années 1970, il change de camp, et aujourd'hui, à 69 ans, il fait partie des plus ardents défenseurs des dauphins. Aucune étude scientifique ne corrobore la théorie des sonars, rappelle O'Barry. En plus, les dauphins utilisés pour la thérapie viennent pour la plupart de la haute mer et sont placés dans des bassins étroits: «Ces animaux sont surexploités. Les décrire comme des guérisseurs n'est qu'un argument de marketing.» Qui semble faire son effet, toutefois: selon O'Barry, les delphinariums gagnent un total de deux milliards de dollars. Un dauphin attrapé vivant peut rapporter jusqu'à 120 000 dollars à son pêcheur. Et sera vite rentabilisé: la journée de thérapie peut être facturée jusqu'à 8000 dollars, sans le voyage ni les frais d'hébergement, bien entendu. «Les chasseurs de dauphins font du profit, tout

comme les revendeurs, les transporteurs, les entraîneurs et les soi-disant thérapeutes. Mais les plus grands perdants dans l'histoire sont les dauphins, qui paient de leur vie», explique O'Barry. Pour lui, il est hypocrite d'attraper des dauphins et de leur détruire la vie pour améliorer la nôtre. En plus, il existe aujourd'hui des robots-dauphins qui permettent d'arriver aux mêmes résultats que les mammifères. «Les interventions thérapeutiques durant une thérapie avec les dauphins n'a que peu de rapport avec l'animal: c'est l'environnement qui importe, explique Silvia Frey, collaboratrice scientifique à Ocean Care. Il n'y a même pas besoin du dauphin, dans les faits: une autre «récompense» pourrait servir d'attraction. C'est ce que tente de réaliser le robot.» Selon Frey, les dauphins ne peuvent pas être gardés en captivité: la descendance s'interrompt en général après deux générations, malgré tous les efforts des vétérinaires.

Chiens et chevaux

Quelles sont les alternatives? «Les chiens», répond sans hésitation le médecin Markus Deutsch, du comité des Médecins pour la protection des animaux. «Les chiens ont été domestiqués voilà des siècles et leur influence sur les humains est scientifiquement prouvée.» Ainsi, lorsqu'ils sont en présence d'un chien, les humains produi-

sent davantage d'hormones liées au plaisir et souffrent moins de maux de tête, de troubles digestifs ou de fatigue. «Les chiens ont un effet relaxant et pondérateur sur les humains», explique Markus Deutsch. Plus ou moins toutes les races ou tous les croisements sont appropriés pour une thérapie, pour autant que les chiens soient paisibles et capables de construire un lien étroit avec leur propriétaire. Markus Deutsch recommande aussi les chevaux, et ceci pour les mêmes raisons que les chiens, même si au niveau «logistique» les choses sont un peu plus compliquées. Bref: pourquoi se rendre en Floride pour nager avec les dauphins alors qu'on peut suivre une thérapie équestre à Berne?

 Adrian Hauser

Pour de plus amples informations

www.oceancare.org
www.aerztefuertierschutz.ch
www.hundetherapie.org
www.hippotherapie-zentrum.ch

Mentale Fitness

Keep cool!

Neben einem gesunden Lebensstil, Bewegung, Sport und der richtigen Ernährung ist die mentale Fitness eine wichtige Säule für das Wohlbefinden.

■ Das Training der mentalen Fitness verbessert die «psychischen Fähigkeiten». Das heisst, man kann seine Gedankenkraft gezielter einsetzen, mit unangenehmen Gefühlen besser umgehen, schneller neue Energien tanken und sich in Stressphasen rascher entspannen. Das macht ausgeglichener, kraftvoller, zuversichtlicher und fröhlicher.

Sind Sie sich Ihrer eigenen Stärken bewusst, können Sie flexibel auf neue Herausforderungen reagieren, sehen Sie Probleme als Chance und haben Sie Vertrauen in Ihre Fähigkeiten? Dann sind Sie mental fit! Oft ist es jedoch in schwierigeren Situationen, unter Stress und Druck, nicht leicht, seine mentalen Kräfte zu entfalten. Allerdings lässt sich auch mentale Fitness trainieren. So wie mit gezieltem körperlichem Training die Fitness verbessert werden kann, lässt sich auch das geistige Potenzial steigern.

Gedanken reagieren weitgehend wie Muskeln: Diejenigen, die am häufigsten stimuliert werden, entwickeln sich am stärksten und zuverlässigsten. Diejenigen, welchen wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird, «verkümmern». Nutzen Sie die Kraft Ihrer Gedanken und setzen Sie diese «gezielt» ein: Geben Sie «guten» Gedanken mehr Raum, so fühlen Sie sich wohler und erreichen Ihre Ziele leichter.

Mentales wird Reales

Nichts beeinflusst unser Sein und Tun mehr als unsere Gedanken. Es ist erstaunlich, wie wir uns das Leben allein durch Gedanken, Ängste und Sorgen schwerer und mühevoller machen können. Positives Denken hingegen ermöglicht es, Energien richtig zu steuern und sie gezielt einzusetzen. Wenn man es schafft, sich nicht von negativen Gedanken vereinnahmen zu lassen und positiven Gedanken Raum zu geben, verbessert man im Hier und Jetzt



Positiven Gedanken Raum geben

seine Lebensqualität. Man lebt leichter und lustvoller. Daher lohnt es sich, seinen Gedanken Aufmerksamkeit zu schenken.

Wohlbefinden im «Hier und Jetzt»

Sicher kennen Sie das: Sie sind im Urlaub und hätten endlich Zeit, sich zu entspannen. Was hingegen tun Sie? Sie denken nach, grübeln über längst Vergangenes nach und planen Zukünftiges. Es ist schwer, nur «den Augenblick zu leben». Nur selten leben wir «im Jetzt». Die Zukunft gedanklich vorwegzunehmen, kann zwar positive Energien, aber auch Angst und Unsicherheit auslösen. Richten Sie daher den Fokus so oft wie möglich auf die Gegenwart. Eine hohe Befindlichkeit erreichen Sie am ehesten, indem Sie in einer Handlung (das kann auch «Nichtstun» sein!) aufgehen und Ihre Gedanken ganz auf die Gegenwart richten. So erreichen Sie am ehesten den Zustand innerer Freude und Harmonie und geniessen das «Sein».

Elke Brunner

Sechs Tipps für positive(re)s Denken

- **Leben Sie im Jetzt:** Wenn Sie beispielsweise essen, dann essen Sie (mit allen Sinnen). Denken Sie nicht schon wieder an Ihre nächste Aufgabe.
- **Richten Sie Ihre Gedanken positiv aus:** Geben Sie unangenehmen Ereignissen wenig gedankliche Aufmerksamkeit und richten Sie Ihre Gedanken auf Freudiges.
- **Nehmen Sie Unveränderliches an:** Ärgern Sie sich nicht länger über Dinge, die Sie ohnehin nicht ändern können.
- **Seien Sie achtsam:** Tun Sie mehr Dinge im Alltag mit voller Achtsamkeit. Wenn Sie aufmerksamer sind, wird Ihnen auch mehr Positives begegnen.
- **Seien Sie «grosszügiger» anderen gegenüber:** Negative Gedanken über Ihre Mitmenschen schaden vor allem Ihnen selbst!
- **Suchen Sie nach dem Positiven:** So aussichtslos eine Situation auch aussehen mag – alles hat zwei Seiten. Suchen Sie nach der guten!

Fitness mental

Restez cool!

En parallèle à un mode de vie sain, au mouvement, au sport et à une alimentation saine, le fitness mental est un pilier important du bien-être.

■ Le fitness mental améliore les «capacités psychiques». Cet exercice permet d'utiliser sa capacité de réflexion de manière plus ciblée, de mieux gérer ses sentiments désagréables, de promptement «recharger les batteries» et de se détendre plus rapidement en période de stress. Le fitness mental nous rend plus équilibrés, plein de forces, plus optimistes et plus joyeux.

Etes-vous conscients de vos forces? Pouvez-vous réagir de manière flexible à de nouvelles gageures? Considérez-vous les problèmes comme autant d'opportunités? Avez-vous confiance en vos capacités? Alors vous êtes «fit» au niveau mental! Le plus souvent, toutefois, il est difficile de déployer sa force mentale en situation de stress et de pression. Mais le fitness mental peut être entraîné. De la même manière que des exercices corporels peuvent améliorer la condition physique, le potentiel mental peut lui aussi être développé. Les capacités de penser réagissent comme des muscles: celles qui sont le plus souvent stimulées sont celles qui progressent le plus, de la manière la plus fiable. Utilisez la force de votre cerveau et déployez-la de manière «ciblée»: donnez davantage d'espace aux «bonnes» pensées, ce qui vous permettra de mieux vous sentir et d'atteindre plus facilement vos objectifs.

Le mental devient réel

Il n'y a rien qui influence davantage notre «moi» et nos actions que nos pensées. Il est étonnant de constater à quel point des réflexions, des peurs et des soucis peuvent rendre notre existence difficile et pénible. Les pensées positives, au contraire, permettent de bien gérer nos énergies et de les utiliser de manière ciblée. Si nous réussissons à ne pas nous laisser accaparer par des pensées négatives et que nous donnons libre cours à des pensées positives, alors nous améliorons notre qualité de vie au présent.



Vivre «ici et maintenant»

Nous vivons de manière plus légère et plus enthousiaste. Il est donc utile d'accorder de l'attention à nos pensées.

Penser au présent

Sans doute cela vous est-il déjà arrivé: vous êtes en vacances et auriez enfin le temps de vous détendre. Seulement voilà: vous gambergez, ressassez des événements passés et pensez au futur. Il est difficile de ne vivre que l'instant présent, de vivre «ici et maintenant». Anticiper le futur en pensées peut apporter des énergies positives, mais aussi de l'insécurité. Autant que possible, dirigez vos pensées vers le présent. Pour atteindre un bon état d'esprit, le mieux est d'entreprendre une activité – même «ne rien faire» peut entrer dans cette catégorie! – et dirigez vos pensées vers le présent. C'est la meilleure manière d'atteindre au plus vite une joie intérieure et davantage d'harmonie, et de pouvoir profiter d'«être».

Elke Brunner

Six trucs pour penser positif!

- Vivez dans le présent: lorsque vous mangez, par exemple, faites-le avec tous vos sens. Ne pensez pas à vos prochaines tâches.
- Dirigez vos pensées de manière positive: donnez peu d'attention mentale aux événements désagréables et portez vos pensées vers des choses heureuses.
- Acceptez le caractère inchangeable de certaines choses: ne vous énervez pas contre ce qui ne peut plus être modifié.
- Soyez attentifs: dans votre quotidien, faites davantage de choses en étant pleinement attentif. Si vous êtes conscient de ce que vous faites, davantage de choses positives vous arriveront.
- Soyez plus «généreux» vis-à-vis des autres: c'est à vous que les pensées négatives à l'encontre de vos semblables font le plus de mal.
- Recherchez le positif: même si elle semble désespérée, une situation a toujours deux faces.

Kurzfilmfestival «look&roll»

Behinderte in Haupt- und Nebenrollen

Ende September fand im Basler Stadtkino die zweite Ausgabe des Kurzfilmfestivals «look&roll» von Procap statt. Eine professionelle Jury und ein interessiertes Publikum konnten sich 20 internationale Spiel- und Dokumentarfilme zum Thema Behinderung ansehen.

■ Fredi M. Murer hat sich vor zwanzig Jahren geschworen, nie mehr in einer Filmjury zu sitzen. In seiner damaligen Rolle als Juror am Filmfestival Locarno merkte er, dass es ihm nicht liegt, als Filmemacher andere Filmemacher zu beurteilen. Für das Kurzfilmfestival «look&roll» machte er gerne eine Ausnahme. Murer befasste sich in seinen Filmen – beispielsweise in «Höhenfeuer» – immer wieder mit dem Thema Behinderung. Das «Anderssein» kennt der Regisseur auch aus eigener Erfahrung: «Ich war selber schwerer Legastheniker und wurde in der Schule dauernd ausgelacht.» Das habe in ihm ein Gefühl von Widerstand geweckt. Ein Festival wie dieses sei wichtig, um mehr Solidarität im Umgang mit Behinderten zu erlangen. Mit Ewan Marshall, Produzent bei der BBC, der körperbehinderten deutschen Karatelehrerin Elena Wiele, der Basler Filmproduzentin Claudia Frei («Captain Handicap») und dem sehbehinderten Musikjournalisten Nick Joyce konnte Jurypräsident Murer auf eine durchmischte und fachkundige Jury zählen.

Aus der Vorauswahl von «look&roll»-Initiator Gerhard Protschka, der an internationalen Festivals 70 Filme herausgepickt hatte, wählte eine Programmkommission, der die Basler Filmproduzentin Stella Händler, die Regisseurin Dominique Margot und der Filmjournalist Alex Oberholzer angehörten, 20 Werke aus 11 Ländern für die Shortlist aus. Für Oberholzer, der bei Radio 24 und Star TV arbeitet und selber an Kinderlähmung erkrankt ist, waren die Kriterien bei der Auswahl dieselben, die er in seinem Beruf als Filmkritiker an alle Filme stellt: «Sie dürfen nicht langweilen, sie müssen packen, sie müssen etwas in mir auslösen.» Zudem sollten die Filme keine



Sieger des internationalen Wettbewerbs: «Rendez-vous»

Klischees abbilden und keine Vorurteile zementieren. «Im Gegenteil: Sie sollen Augen und Ohren öffnen, den Kopf durchlüften und das Herz erwärmen.» Die Filme sollen mit Neuem konfrontieren und überraschen, «sie sollen Werte in Frage stellen und an Normen rütteln. Damit Platz geschaffen wird für neue Einsichten oder allenfalls neues Verhalten.»

Mitgefühl statt Mitleid

«look&roll» fand nach der ersten Ausgabe im Oktober vor zwei Jahren in Biel dieses Jahr vom 19. bis 21. September in Basel statt. «Thumbs down to pity» hiess das Motto des Abends im gut besuchten Stadtkino. Im gleichnamigen 1-minütigen Kürzestfilm wehrte sich der junge Regisseur und Hauptdarsteller auf humorvolle Weise gegen die gängigen Hollywoodklischees über Personen mit Handicap. Festivalleiter Gerhard Protschka von Procap erinnerte in seiner Eröffnungsrede daran, dass Mitgefühl statt Mitleid gefragt sei und bedauerte, dass die Schweiz noch immer ein «Entwicklungsland» im Umgang mit Behinderten sei. Nach einer Begrüssungsrede des Basler Kulturchefs Michael Koeh-

lin sprach der conterganbetroffene englische Schauspieler Mat Fraser über seine Erfahrungen bei der Entstehung des Eröffnungsfilmes «Born Freak» von Paul Sapin. In Sapins Film erforscht Fraser die Geschichte behinderter Darsteller, besucht ehemalige Artisten und Schausteller in den USA und lässt sich in der letzten noch existierenden Freakshow auf Coney Island anstellen.

Diese Recherche sei eine faszinierende Reise der Entdeckung gewesen und die Erfahrung habe ihn und seine Arbeit verändert, erzählt er. Die sogenannten Freaks hätten ihre Arbeit geliebt, sie waren populär und verdienten erstaunlich gut. An den Jahrmärkten habe es dazumal eine richtiggehend autonome Gemeinschaft von Personen mit Behinderung gegeben, schwärmt Fraser. «Born Freak» thematisiert jedoch auch tragische Figuren, wie den «Elephant Man», der als medizinisches Vorzeigemonster endete. Der Schauspieler trifft in seiner Zeitreise zudem ein Alter Ego: «Sealo – the Sealman», ein Darsteller, der wie Fraser mit verkrüppelten Armen zur Welt kam und ein Publikumsstar wurde. «Born Freak» geht der Frage auf den

Grund: «Werde ich als behinderter Schauspieler ernst genommen?», die sich Mat Fraser täglich stellt. Als ihn nach der Vorführung Alex Oberholzer fragt: «Bist du nun ein Freak oder ein Schauspieler?», gibt er schlagfertig zur Antwort: «Es kommt darauf an, wer bezahlt.»

Der ungebremsste Enthusiasmus dieses charismatischen Mannes ist ansteckend, sein selbstbewusster Umgang mit seiner Behinderung bewundernswert. «Wir Behinderte sind durchschnittliche Mitglieder der Gesellschaft. Wir sind Mütter, Liebhaber, Anwälte, Schauspieler», brachte es Fraser auf den Punkt. Dass sich in der gesellschaftlichen Wahrnehmung von Behinderten noch vieles ändern muss, ist aber auch ihm bewusst. Der britische Filmemacher Ken Loach habe ihm einmal gesagt, die Darstellung von Menschen mit Behinderung am Fernsehen werde sich nicht ändern, solange nicht ein betroffener Redaktor für das Programm zuständig sei.

Unfreiwillige Komik statt Tränentreiber

Dass eine andere Darstellung von Behinderung möglich ist, das zeigte die zweite Ausgabe von «look&roll». Etwa im verspielten französischen Beitrag «Des putes dans les arbres» von Emmanuelle Huchet, in dem ein junger Mann mit Down-Syndrom auf der Suche nach der grossen Liebe ist. Gespielt wird dieser Romantiker eindrücklich von Arnaud Six, dem Cousin der Regisseurin. Er erhielt von der Jury für seine schauspielerische Leistung den Preis als bester Darsteller. Huchet mochte den Humor von Arnaud immer schon, er sei die Inspiration für das Drehbuch gewesen, erzählt sie. «Mein Film ist ein Pingpong zwischen Wirklichkeit und Fiktion.» Ihr Hauptdarsteller, der zurzeit Theaterunterricht nimmt, erlebte sein Debüt als Filmschauspieler als ganz einfach: «Wenn ich lächeln musste, dann lächelte ich», erklärt er. Und auf die Frage aus dem Publikum nach seiner Traumrolle kommt die Antwort wie aus der Kanone geschossen: «Rocky!»

Auch der witzige Gewinnerfilm «Ren-

dez-vous» aus Polen handelt von der Liebe. Ein Paar, beide mit einer geistigen Behinderung, treffen sich zum Stelldichein in einem Café und suchen nach einem Gesprächsthema. «Wir sind ja nicht da, um uns vollzustopfen», weist die kecke Hauptfigur ihren schweigsamen Freund zurecht. Die Jury schätzte an dem Film, dass er es schafft, eine universelle Aussage zu vermitteln. «Jeder von uns könnte an diesem Tisch sitzen. Dadurch wird eine Gemeinsamkeit zwischen den Darstellern und den Zuschauern geschaffen.» Visuell Herausragendes gab es im englischen «The Cost of Living» zu sehen. Der halbdokumentarische Film von Lloyd Newson erzählt in kunstvollen Bildern von zwei desillusionierten Strassenkünstlern – einem mit und einem ohne Behinderung – in einem englischen Küstenort bei ihrem täglichen Kampf um künstlerische Freiheit und Anerkennung. Die Jury zeichnete das «einzigartige Feuerwerk von Tanz, Leidenschaft und spielerischer Provokation» zu Recht mit einer lobenden Erwähnung aus.

Hoch anzurechnen ist dem Festival, dass viele der Filmemacher und Darsteller in Basel anwesend waren, ihre Werke einführten und anschliessend die Diskussion mit dem Publikum suchten. So entstand ein unangestregter Austausch zwischen Menschen mit und ohne Behinderung.

Für Programmkoordinator Alex Oberholzer ist es von grosser Bedeutung, behindertenspezifische Anliegen in Filmen zu thematisieren. «Nicht als Dekor, als exotische Effekthascherei oder als Tränentreiber. Sondern als Thema, ungeschminkt, realistisch, in seiner ganzen Dramatik, in seiner ganzen Emotionalität und in seiner oft unfreiwilligen Komik. Menschen mit Behinderung braucht es, – in Haupt- und in Nebenrollen.»

Sarah Stähli

www.lookandroll.ch

Die Gewinner

Die Gewinner der «Credit Suisse look&roll Awards 2008» sind die folgenden Werke:

- Sieger des internationalen Wettbewerbs: «Rendez-vous» von Marcin Janos Krawczyk, Polen.
- 2. Platz: «Nikita & Nikita» von Maria Tyulyaeva, Russland.
- Audience Award: «Phoenix Dance» von Karina Epperlein, USA.
- Lobende Erwähnung: «The Cost Of Living» von Lloyd Newson, England, und «Jak Motyl» von Ewa Pieta, Polen.
- Sonderpreis bester Schauspieler: Arnaud Six in «Des putes dans les arbres» von Emmanuelle Huchet, Frankreich.

Credit Suisse Hauptpartnerin von «look&roll»

Die Organisation eines internationalen Filmfestivals ist keine Kleinigkeit. Der Erfolg von «look&roll» ist einem grossen Netzwerk von Partnern, Helfern, Gönnern und Fachleuten zu verdanken. In besonderer Weise dazu beigetragen haben über 20 Mitarbeiter der Credit Suisse, die sich als Corporate Volunteers zur Verfügung gestellt haben.

Die Anfertigung der Audiodeskription und das Vorlesen der Skripte für blinde und sehbehinderte Gäste wurden grösstenteils von Mitarbeitern der CS übernommen. Auch waren an allen Veranstaltungen Volunteers für Betreuungsdienste präsent. Diese Zusammenarbeit kam auch bei den Helfern gut an, denn viele haben bereits angekündigt, auch beim nächsten Mal wieder dabei sein zu wollen. Neben den Sachleistungen hat die Credit Suisse einen sehr grosszügigen finanziellen Beitrag geleistet und die «Credit Suisse Awards» für die besten Filme zur Verfügung gestellt. Herzlichen Dank!

gp

Festival de films «look&rol»

Des handicapés dans tous les rôles

Fin septembre a eu lieu la deuxième édition du festival de courts métrages «look&rol», dans le cinéma municipal de Bâle. Un jury professionnel et des spectateurs très intéressés ont pu découvrir quelque 20 films, documentaires ou fictions, sur le thème du handicap. Le tout était organisé par Procap.

■ Fredi M. Murer l'avait pourtant juré, il y a vingt ans: jamais plus on ne le verrait dans un jury. A l'époque, au Festival de Locarno, il se sentait mal à l'aise à l'idée de juger d'autres réalisateurs. Toutefois, il a volontiers fait une exception pour le festival de courts métrages «look&rol». D'autant plus que plusieurs de ses films, dont «L'Âme sœur» (1985), parlent du handicap. Et en plus, il sait ce que c'est que d'être «différent»: «Comme enfant, j'étais fortement dyslexique. On s'est beaucoup moqué de moi à l'école.» Ce qui a éveillé chez lui un esprit de résistance. Afin de développer la solidarité entre personnes avec et sans handicap, un festival comme «look&rol» est important. Avec Ewan Marshall, producteur à la BBC, Elena Wiele, enseignante de judo allemande handicapée physique, Claudia Frei, productrice de films bâloise («Captain Handicap»), et Nick Joyce, journaliste musical malvoyant, Fredi M. Murer – en tant que président du jury – a pu compter sur une équipe bigarrée et avertie.

Le directeur et initiateur du festival Gerhard Protschka, de Procap, a effectué une présélection de 70 films, tous présentés dans des festivals internationaux. Une commission de programmation dirigée par la réalisatrice Dominique Margot et le journaliste de cinéma Alex Oberholzer a ensuite sélectionné une «shortlist» de 20 œuvres venant de 11 pays. Pour Oberholzer, qui travaille à Radio 24 et Star TV, ses critères de sélection étaient les mêmes que ceux qu'il applique aux films dont il fait la critique: «Ils n'ont pas le droit d'ennuyer, ils doivent captiver et déclencher quelque chose en moi», a expliqué le journaliste. Ainsi, les films ne devraient ni procéder par clichés, ni bétonner des préjugés. «Au

contraire: ils doivent ouvrir les yeux et les oreilles du public, aérer la tête et réchauffer le cœur.» Les films doivent nous confronter à des choses nouvelles et surprendre: «Ils doivent questionner les valeurs et secouer les normes, de manière à faire de la place à de nouvelles perspectives, ou de nouveaux comportements.»

Compassion plutôt que pitié

Après une première édition à Bienne, il y a deux ans, «look&rol» s'est tenu cette année à Bâle, du 19 au 21 septembre. Dans un cinéma municipal bien fréquenté, le mot d'ordre était «Thumbs down to pity» (à bas la pitié). Dans le court métrage du même nom, le jeune réalisateur Benjamin Snow, également acteur principal du film, tourne en dérision les clichés de Hollywood sur les personnes handicapées. Gerhard Protschka a rappelé dans son discours d'ouverture qu'il faut de la compassion plutôt que de la pitié. Il a par ailleurs déploré que la Suisse demeure un «pays en voie de développement» dans son rapport aux personnes handicapées. Après le discours de bienvenue du magistrat bâlois en charge de la culture, Michael Koechlin, l'acteur anglais Mat Fraser a raconté ses souvenirs du tournage de «Born Freak», de Paul Sapin, qui a ouvert le festival. Fraser, qui a des déformations congénitales dues à la thalidomide, y explore l'histoire d'acteurs handicapés, visite des anciens artistes et forains des Etats-Unis et se fait embaucher dans le dernier «Freakshow» encore en activité, à Coney Island (New York).

Cette recherche s'est avérée fascinante: une sorte de voyage qui a transformé Mat Fraser. Dans les foires, il existait auparavant une véritable communauté autonome de personnes avec handicap, a raconté Fraser, enthousiaste. Les soi-disant «freaks» aimaient leur travail, étaient populaires et étonnamment bien payés. Toutefois, «Born Freaks» dresse aussi le portrait de figures tragiques, comme «Elephant Man», exhibé à travers l'Europe au XIX^e siècle. Durant son voyage, l'acteur a croisé son alter ego: «Sealo – the Sealman», un interprète lui



Karina Epperlein: prix du public

aussi né avec des bras difformes. «Born Freak» pose cette question que le Britannique se pose tous les matins: «En tant qu'acteur handicapé, suis-je pris au sérieux?» Et lorsqu'Alex Oberholzer lui demande, après la présentation, s'il est un acteur ou un «freak», il répond: «Ça dépend qui paye.»

L'enthousiasme sans bornes de cette personnalité charismatique est communicatif; et sa manière de gérer son rapport à son handicap est admirable. «Nous autres personnes handicapées sommes des membres normaux de la société. Nous sommes des mères, des amants, des avocats, des acteurs», a estimé Fraser. Il n'en est pas moins conscient du fait que de nombreuses choses doivent encore changer, dans la manière dont la société accepte les personnes handicapées. Le réalisateur britannique Ken Loach avait une fois dit à Fraser que la représentation des personnes handicapées à la télévision ne changera que le jour où c'est un handicapé qui sera responsable des émissions.

Humour involontaire

La deuxième édition de «look&rol» a prouvé qu'une autre manière de représenter le handicap est possible. C'était notamment



Les gagnants de «look&roll» 2008

Les gagnants du festival de films «look&roll» sont:

- Lauréat du concours international: «Rendez-vous» de Marcin Janos Krawczyk, Pologne. 2^e place: «Nikita & Nikita» de Maria Tyulyaeva, Russie.
- Prix du public: «Phoenix Dance» de Karina Epperlein, Etats-Unis.
- Mentions spéciales: «The Cost Of Living» de Lloyd Newson, Angleterre et «Jak Motyl» de Ewa Pieta, Pologne.
- Prix spécial pour le meilleur acteur: Arnaud Six dans «Des putes dans les arbres» d'Emmanuelle Huchet, France.

le cas du film un peu surjoué de la Française Emmanuelle Huchet, «Des putes dans les arbres», où un jeune garçon trisomique part à la recherche de son grand amour. Le rôle principal est tenu par Arnaud Six, le cousin de la réalisatrice, qui a reçu un prix pour son jeu. La réalisatrice raconte qu'elle a toujours aimé l'humour de son cousin, qui l'a inspiré pour écrire le scénario: «Mon film fait du ping-pong entre fiction et réalité.» Arnaud Six, qui prend actuellement des cours de théâtre, a vécu ses débuts comme acteur avec beaucoup de simplicité: «Si je devais sourire, alors je souriais», raconte-t-il. Et lorsque le public lui demande quel serait son rôle rêvé, il n'hésite pas une seconde: «Rocky!»

Même le film lauréat «Rendez-vous», du Polonais Marcin Janos Krawczyk, parle d'amour. Un couple de personnes handicapées mentales a rendez-vous dans un café et cherche un sujet de conversation. «Nous ne sommes pas là pour nous bourrer», indique le personnage principal à son ami, plus introverti que lui. Le jury a apprécié la manière dont le film transmet un message universel. «Chacun de nous pourrait être assis à cette table, le public peut s'identifier aux personnages.»

Citons encore le film anglais «The Cost

of Living», excellent au niveau formel. Le réalisateur Lloyd Newson y raconte par des superbes images l'histoire de deux artistes de rue désabusés – l'un et handicapé, l'autre pas. Dans une localité côtière, le duo mène un combat quotidien pour la liberté artistique et la reconnaissance. Le jury a souligné le «feu d'artifice de danse, passion et provocation désinvolte» du film et lui a décerné une mention spéciale.

De nombreux réalisateurs étaient présents à Bâle, ce qui a contribué à donner de la valeur au festival, par le biais de présentations et de discussions – des échanges sans tabous entre personnes avec et sans handicap. Pour Alex Oberholzer, il est important que les films thématisent des sujets spécifiques au handicap. «Pas comme décor ou pour créer des effets – et pas non plus pour faire pleurer. Mais comme thème, sans fard, réaliste, dans tous ses aspects dramatiques, toute son émotivité et dans ses côtés souvent drôles, même involontairement. Nous avons besoin de personnes avec handicap, pour tous les rôles.»

Sarah Stähli

www.lookandroll.ch

Credit Suisse – partenaire principal

L'organisation d'un festival international n'est pas une mince affaire. C'est grâce à un important réseau de partenaires, aides, mécènes et professionnels que le festival «look&roll» a eu le succès que l'on sait. En particulier, plus de 20 collaborateurs de Credit Suisse se sont mis à disposition en tant que «Corporate Volunteers». C'est en grande partie grâce à eux que des descriptions audio et des lectures de scripts pour spectateurs aveugles ont pu être réalisées. De même, des bénévoles se sont chargés de l'accueil à tous les événements.

Cette collaboration semble avoir enthousiasmé les deux parties: parmi les aides, nombreuses sont celles qui se sont d'ores et déjà annoncées pour la manifestation de l'an prochain. En plus de ces prestations en nature, la banque s'est également impliquée par un généreux apport financier via les «Credit Suisse Awards», qui récompensent les meilleurs films. Un grand merci!

gp

Procap Bergsportlager 2008 in Pontresina

Fels in eisigen Höhen

Pontresina, die Touristen- und Gletschermetropole im Engadin, war ein würdiger Lagerort für den zehnten Bergsportkurs von Procap und SAC Rinsberg. Ein Lagerbericht.

■ Bereits der Montag bot ausreichend Gelegenheit, die lokalen Berühmtheiten Piz Palü, Piz Bernina und Piz Morteratsch zu bewundern. Wir vergnügten uns vor dieser grossartigen Kulisse im Klettergarten mit seinen vom Gletschereis geschliffenen Felsen. Nach dem Bezwingen zahlreicher Routen galt es noch ein luftiges Abenteuer zu bestehen: Das Abseilen über eine stark überhängende Wand liess Nerven flattern und Hochgefühle aufkommen.

Nach dem festen Granit des Vortags begaben wir uns am Dienstag auf das glitzernde Eis des Morteratschgletschers. Ausgerüstet mit Pickel und Steigeisen, bewunderten wir tiefe Spalten und gurgelnde Wasserfälle in tiefen Schlünden. Den Höhepunkt des Ausfluges bildete eine über 20 Meter hohe Eiswand, die es mittels Steileispickel und Frontzacken zu bezwingen galt.

Auch am Mittwoch zwängten wir uns wieder in die sehr gut besetzte Bahn Richtung Morteratsch. Diesmal stand der Aufstieg zur Bovalhütte auf dem Programm. Zunächst führte der Weg in steilen Kurven durch einen urchigen Bergwald, später zog unsere lange Kolonne auf der Gletschermoräne bergwärts. Ein eiskalter See lud nicht nur zum idyllischen Mittagessen an sei-



nem Ufer ein, sondern einige Hitzköpfe auch zu einem sehr erfrischenden Bad. Weiter ging es dann immer steiler den Hang hoch auf dem spektakulären Hüttenweg bis zu unserem Tagesziel, wo wir vor dem Nachtesen die aus der Nähe noch imposanteren Bergriesen bestaunen konnten. Mit einem feinen Nachtesen, Spielen und einem Geigenkonzert liessen wir den Tag gemütlich ausklingen.

Für jeden Geschmack

Der folgende Tag bot für jeden Geschmack etwas, da die Wahl zwischen drei verschiedenen Programmen bestand: Die Besteigung des Bovalhorns versprach einen langen und steilen Aufstieg auf den felsigen

Gipfel und noch mehr Aussicht, der Klettergarten lockte mit anspruchsvollen Routen, und schliesslich bestand die Möglichkeit, einfach den Abstieg von der Hütte gemütlich unter die Füsse zu nehmen.

Am Freitag entschieden wir uns für einen in der Nähe des Lagerhauses gelegenen Klettergarten. Einige zog es aber nochmals in eisige Höhen: Mit der Diavolezza-bahn ging es hoch mitten in die wolkengeschmückte Gebirgswelt. Der Munt Pers liess sich mit kurzem Fussmarsch bezwingen und begeisterte mit seiner einmaligen Aussicht auf den Piz Palü.

Dominik Angehrn, Kursleitung

Davos wird Ihnen gefallen

Ein Angebot für Geniesser und Aktive

■ Davos, die höchst gelegene Stadt in Europa, bietet alle Annehmlichkeiten einer Kleinstadt und befindet sich gleichzeitig mitten in einer imposanten Berg- und Naturlandschaft. Geniesserinnen und Geniesser buchen in erster Linie Ferien, wo man den Tag gemächlich angeht, entspannt und einen Spaziergang macht. Akti-

ve wollen und können verschiedene Winteraktivitäten ausprobieren: Schlitteln, Skifahren, Langlauf, Snowboarden, Curling, Schneeschuhlaufen oder einen Besuch im Hallenbad. Unser Programm richtet sich nach Ihren Wünschen und den Verhältnissen vor Ort. Für leicht körper-, geistig-, psychisch- und sinnesbehinderte Menschen.

Datum: 7. bis 14. März 2009
Vorgesehene Reiseleitung:
Marianne Dellagiovanna und Ernst Bühler
Anmeldeschluss: 1. Februar 2009

Beratung und Buchung:
Procap Reisen, Tel. 062 206 88 30

Reisen

«Top of Europe» im Rollstuhl

Procap wollte es wissen: Gelangt man auch im Rollstuhl auf die höchstgelegene Bahnstation in Europa? Die Frage kann zweifelsohne mit einem überzeugten Ja beantwortet werden.

■ Die Anreise von ZV-Mitglied Hans Frei erfolgte ohne grosse Probleme. Für den Ein- und Ausstieg in die Jungfraubahn standen Lifte bereit. Einziger Wermutstropfen: Die Türen in der Bahn sind zu schmal für einen Rollstuhl. Hans Frei fuhr daher in einem Zwischenabteil zwischen dem Führerstand und den übrigen Sitzabteilen mit. Die beiden Zwischenstationen Eigernordwand und Eismeer haben keinen Lift, Rollstuhlfahrende können die Aussicht durch die Panoramafenster also nur geniessen, wenn jemand Hand anlegt. Die Verantwortlichen der Jungfraubahnen sind sich dieser Einschränkungen voll bewusst. Gabriel Roth, Leiter Zugförderung und Werkstätten, dazu: «Aus technischen Gründen ist es uns nicht möglich, Niederflurwagen anzubieten». Die engen Platzverhältnisse rühren daher, dass der Tunnelquerschnitt «aus historischen Gründen» relativ gering ist. «Dies führte dazu, dass die Fahrzeugabmessungen entsprechend klein ausgefal-



Hans Frei auf dem Jungfrauoch

len sind.» Die Jungfraubahnen sind gemäss Roth aber darum bemüht, sich in technischer und organisatorischer Hinsicht stetig zu verbessern.

Das soll aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass das bestehende Angebot grossartig ist. Auf dem Jungfrauoch können sich Personen im Rollstuhl völlig frei bewegen und sämtliche Sehenswürdigkeiten geniessen. So kommt zusammen, was

Kontakt für Reisende

Reisende im Rollstuhl können sich entweder wie üblich im «Call Center Handicap» in Brig oder direkt bei den Jungfraubahnen anmelden:

■ «Call Center Handicap»: 0800 007 102

■ Jungfraubahnen: 033 828 71 16

auf den ersten Blick inkompatibel erscheint: Berge und Rollstuhl. ah

Bergtour zur Läntahütte

Gekonntes Zusammenspiel

Als regelmässiger Berggänger reiste Rolf Nyfeler gespannt ins Valsertal. Er hatte schon von den Spezialtrekkingrollstühlen gehört, die es Menschen mit Gehbehinderung ermöglichen, hautnah die Berglandschaft zu erleben. Bericht eines Helfers.

■ Nun war es so weit, die Transporte des Materials, gut organisiert, waren bei der Ochsenstafel im hintersten Zipfel des Länntausees angekommen. Ich lernte nun die Bauweise der schon recht ins Detail ausgereiften Trekkingrollstühle kennen und durfte selber erfahren, wie es ist, in einem solchen Gefährt zu sitzen. Ein gutes

Vertrauen in die Helfenden braucht es schon. Die beiden Teilnehmenden freuten sich sichtlich auf die bevorstehende Tour. Sonja gab Anweisungen zur Handhabung der Rollstühle, sie hatte ja aktiv an der Entwicklung dieser Geräte mitgearbeitet und brachte schon einige praktische Erfahrungen mit.

Roger, einer der Teilnehmenden, nahm alles gelassen, er sammelte unterwegs fleissig schöne Steine, und hie und da verlangte er Halt, um ein Foto der herrlichen, wilden Berglandschaft zu schiessen. Nach der Rast und Einkehr in der Bergwirtschaft Lampertschalp zog der Tross weiter, es war

jetzt volle Konzentration von den Helfern verlangt. Zeitweise brauchte es vier Leute an den Rollstühlen, um die Hindernisse und Aufstiege zu bewältigen. Dank des guten Zusammenspiels des Teams wurden die Hürden mit Elan und für die Teilnehmer trotzdem noch angenehm gemeistert.

Alle waren froh, bei der Hütte gut angekommen zu sein, Teilnehmende und Helfende genossen das Ausruhen und das gemütliche Beisammensein.

Rolf Nyfeler

Procap
CARE SHOP TOP QUALITY TOP PRICES

IHRER GESUNDHEIT UND FITNESS ZULIEBE
 Spezialangebote für die Leserinnen
 und Leser der Zeitung «Procap»

Hometrainer CARDIO PRO
 inkl. Brustgurtempfänger **statt* 698.- 398.-**

Hometrainer mit Lautsprecher, wirtungsreichem Magnet-Brüms System für optimale, hochfrequenzkontrollierten Training zur Fettverbrennung und Fitness / Konditionssteigerung, manuelle Ausrichtung des Treibwerksstands von 1-10, in Leicht integrierte Handpulswaage plus zusätzlich unabhängige **EKG-genaue Herzfrequenzmessung mittels beidseitiger Brustgurt**, Computer mit Touchscreen und extra grosser LCD-Anzeige Plus, Integriertes Herzfrequenz, 2x1, Geschwindigkeit, Distanz, Kalorien, etc.1, Herzrhythmus-, vertikale- und neigungsverstellbarer Gel-Sattel, 8 kg Schwereplatte für vibrationsfreien Laufstil auch bei hoher Belastung, verstellbare Trittbretter, einstellbare Gewichtsscheibe, integrierte Trainingsplaner, mobile Rahmenkonstruktion in Studioqualität, Gesamtgewicht 152 kg, Befestigung und Montageanleitung in d, e, f, 2 Jahre Garantie

Bürodrehstuhl ERGOTEC SYNCHRO
statt* 1198.- 498.-
 498.- statt* 1498.- (inkl. Lieferung)

Nach moderner ergonomischer Erkenntnis konzipiert, ansatzweise perfekt ausgeformte, **hochprofessioneller Bürodrehstuhl** anstehender Sitzschmerzfrei, Stützverstellung per Schwenkhebel, individuelle Körpergewichtsentlastung ergonomischer **Randstühlen-Modulsysteme**, einstufige, einstellbare Sitzschneidlinie für sitzschonendes u. verträglichen Arbeiten ohne „Halschmerzen“, verstellbare Lendenstütze (Lendenstütze u. Wirbelsäulenstütze), verstellbare Kopf-/Neckstütze (abnehmbar), 12-fach höhen- / neigungsverstellbarer Armlehnen mit gepolsterten Armstützen, geeignet für alle Bürostellungen, inklusive Blöschverstellbares, Stuhlrohr (HxT) 90-110 x 52 x 48 cm, Gewicht: 22 kg, Befestigung- und Montageanleitung in d, e, f, 2 Jahre Garantie, Funktionale Holzlamelle, Alu poliert, Alu schwarz, inkl. Vegetarier Lederrollen optional erhältlich für CHF 20.-/55.-

Farben Stoff: 1. orange, 2. rot, 3. blau, 4. hellgrün, 5. sand, 6. grau, 7. schwarz, Farbe Leder: schwarz

Intensiv Klopfmassagegerät ITM
statt* 149.- 119.-

Mit **zusätzlichem Infrarotlicht** zur Aufwärmung, Entspannung und Durchblutungsförderung der Muskulatur durch intensive, tiefenwirkende, wohltuende Klopfmassage (z.B. unter Rücken). Wechselt zur Behandlung von Verspannungen u. Verkrampfungen und zur Erleichterung des Gewebes. Ohne Kopfschmerz können Schichten, Rücken, Beine oder sogar die Füesschen bequem massiert werden. Bedienungsanleitung in d, e, f u. 2 Jahre Garantie

Wander-/Trekkingstöcke ERGOLITE PROTEC ANTISHOCK
statt* 179.- 98.-

2-teiliger Wander- und Trekkingstock aus hochwertiger High-Tech Aluminiumlegierung 7075 T6 mit Antishock-System u. Wellen-Carbon-Spitze. Dient zur temperaturregulierenden Koll. bei verlängerten LW-Full-Foam-Grip-System zum Abwehren. **15% abgewinkelter Griff für ergonomische Griffhaltung**, 2 auswechselbare, einstellbare Handgelenks-, Schenkel- u. Wriststabilisier. Ausser stabilisier. Modell, sehr hohe Bruchenergie, verstellbar 77 bis 143 cm, inkl. Topgrip- und Aufhängungsringe. **Farben** tauwässrig/bleichschwarz

Outdoor-/Funktionsjacke TITANIUM 6 IN 1
statt* 698.- 198.-

Hochwertige, funktionale Outdoorjacke für höchste Ansprüche, mit viel technischer Raffinesse konzipierte Funktionsjacke (4-in-1-System) unterteilt in 2 Weg-Funktionsvarianten (100 mit Kinoshutz, 2 große PV-Breit-Kleinfalten, 3-fach-Wechsel-Kleinfalten, 4 PV-Kleinfalten, alle PV stark wasserabweisend und zusätzlich abgedeckt, Cool-Tactile PV-Öffnung in Achselhöhle, wind- und abriebfestes in Kragen einstellbare, hermetische Kasse mit Schirm, einhandbedienbares, klettertaugliches Anreisschloss, elastische Saum-/Gelenkverklebung, mit **2 herausnehmbaren Polar fleece-Jacken** (Innen- und Aussenseite: 300g/100g), die PV-Aussen- (Innen-Seite), Material: 3-lagig, atmungsaktiv, 100% wind- und wasserdicht, HIMALAYA Membran, halbtrockenfest, verschweisst, Wasserdichte: 27.000 mm, Atmungsaktivität: 8.000 ml/m²/24h, **Special Winter-Ski-Package**: Fleeceausstattung, einstellbar hoch, Schmelzring für Aussen-/Innen-Seite, Fleeceausstattung auf Aussen-, Fleeceausstattung, transparenter Klettergurt, in Kragen verstellbar Helm (Optional), 1 Sturz-/Gesichtsschutz, **Neu: Isobacke 2 in 1 Game-Daunenjacke**, 1000 g Daunen, gleichmäßig durchgezogene Kammer, Aussen- abriebfest, HIMALAYA Membran (inkl. Set 99.- statt 248.-) HIMALAYA OUTDOOR® by Ovis, 100% Made in Nepal.

11 Farben: 0. off white, 1. gelb, 2. orange, 3. rot, 4. hellblau, 5. rotblau, 6. blau, 7. spriggrün, 8. olive, 9. grau, 10. schwarz, 11. grau
 9 Größen: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL

Outdoor-/Funktionshose TITANIUM 3 IN 1
statt* 349.- 149.-

Leichte, robuste und zuverlässige Funktionshose mit durchgehender, abgedeckter, wasserabweisender (PV) optional als **YKK®-Schnose**, passend zu TITANIUM 6 IN 1-Jacke, ergonomische Schrittzug, abriebfester Hosenreißer für Aussen-/Innen-Seite, Halbleistungs-ryt (Klettverschluss), 4-abgewinkelte, wasserabweisende PV-Taschen, **Special Winter-Ski-Package**: 1 herausnehmbare **Isobacke-Hose** mit hochgepolsterter Isobacke, 2 Seiten-taschen, 1 Knie- u. 1 Brusttasche, abriebfestes, elastisches Schmelzring mit Klettverschluss, Material: 3-lagig, atmungsaktiv, 100% wind- und wasserdicht, HIMALAYA Membran und besonders wasserabweisende Fleece-Oberrand an Knie/Gesäß/Öffnungsbereichen, alle Nähte wasserfest verschweisst, Wasserdichte: 20.000 mm, Atmungsaktivität: 8.000 ml/m²/24h, HIMALAYA OUTDOOR® by Ovis, Made in Nepal.

11 Farben: 0. off white, 1. gelb, 2. orange, 3. rot, 4. hellblau, 5. rotblau, 6. blau, 7. spriggrün, 8. olive, 9. grau, 10. schwarz, 11. grau
 9 Größen: 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL

Multifunktions-Rucksack X-TRAIL HYDROLITE 27+5
statt* 298.- 129.-

Leben vielseitig ausgestatteter Multifunktions-Rucksack **inkl. vollbeladener Trinksysteme (3 Liter)**, wasser-, 11-dimensionale AirPort™-Rückenbelüftung, Ergoflex™-Rückenstützsystem, 10-Wege-ladung inkl. Laptop, Buch- und Brustgurt, anatomisch geformter Schultergurt mit Suspensor-System, Front-Halterungstasche, 2 weiche Gummigurttaschen, Verklebungsschulter, die Kompartimente für Kleinteile und Gürtelringe für Stiefelriem, Helm usw., 100 Reflektionsapplikationen, Regen罩, Handytasche, CD-RMP-Hülle, Organizer, Laptoptasche, Portemonnaie, zum Ideal für alle Outdooraktivitäten (Wandern, Trekking, Mountainbiken, Klettern) und Freizeit. Material: robustes Dämmend-Deckel-Spinnweb, Volumen: 27+5 Liter

Farben: 1. orange, 2. rot, 3. blau, 4. hellblau, 5. grün, 6. schwarz

Artikel / Grösse / Farbe	Menge	Preis	Adresse	Code: Procap 12/08
			Name/Kennzahl	
			Strasse	
			PLZ/DH	4c
			Telefon	
			E-Mail	

Voyages

«Top of Europe» en fauteuil roulant

Procap voulait en avoir le cœur net: est-il possible de rejoindre la plus haute gare d'Europe en fauteuil roulant? Pas d'hésitation: la réponse est oui!

■ Le voyage de Hans Frei, membre du comité central de Procap, s'est déroulé sans gros problèmes. Des lifts étaient à disposition pour entrer et sortir du train à destination de la Jungfrau. Unique bémol: les portes dans le train sont trop étroites pour un fauteuil roulant. Hans Frei a donc voyagé entre la cabine du conducteur et le compartiment des voyageurs. Les deux stations intermédiaires, Eigernordwand und Eismeer, n'ont pas de lift: pour bénéficier de la vue depuis les fenêtres panoramiques, les personnes en fauteuil roulant auront donc besoin d'un coup de main. Les responsables de la ligne de la Jungfrau sont conscients de ces limitations. «Pour des raisons techniques, nous ne pouvons pas proposer des wagons à plancher rabaisé», explique Gabriel Roth, responsable promotion et ateliers. La relative étroitesse dans le train est liée au diamètre réduit des tunnels, «pour des raisons historiques». Toujours est-il que les trains de la Jungfrau cherchent constamment à s'améliorer au



Hans Frei entre dans le train de la Jungfrau

niveau technique et organisationnel, comme l'explique Roth.

Et au-delà de ces réserves, il faut avouer que l'offre actuelle est exceptionnelle. A la Jungfraujoche, les personnes en fauteuil roulant peuvent se déplacer en toute liberté, afin de profiter de nombreuses curiosités. Ainsi se combine ce qui a priori est incompatible: les montagnes et les chaises roulantes. *ah*

Contacts pour voyageurs

Les voyageurs en fauteuil roulant peuvent s'adresser comme d'habitude au «Call Center Handicap» de Brig, ou contacter directement les Jungfraubahnen:

- «Call Center Handicap»: 0800 007 102
- Jungfraubahnen: 033 828 71 16

Sport

Franches-Montagnes: 40^e anniversaire

■ Le groupe sportif Franches-Montagnes a fêté son 40^e anniversaire. Pour l'occasion, les responsables avaient organisé, après une brève partie officielle, un après-midi de joutes sportives durant lequel les personnes avec et sans handicap se sont amusées ensemble. Le groupe sportif Procap Sport de Porrentruy était invité, ainsi qu'une délégation des sociétés de gymnastique des Franches-Montagnes. A l'image d'un ciel voilé d'été, qui peu à peu nous inonde de ses rayons de soleil, ce fut une journée où l'amitié a rapidement effacé bon nombre de préjugés. Une soixantaine de personnes ont pratiqué différentes activités.



Sozialpolitische Rundschau

Sozialwerke unter Druck



Foto: Parlament.ch

Die Sozialpolitik in der Schweiz bewegt sich. Es ist eine unruhige Zeit und der finanzielle Druck auf unsere Sozialwerke ist riesig. Ungerechte, weil unsachliche Diskussionen um Missbrauch und Scheininvaliden belasten das Klima und erschweren sachgerechte Lösungsfindungen.

■ In diesem schwierigen Umfeld stehen in den nächsten Monaten zentrale und für Menschen mit einer Behinderung zum Teil existenzielle Revisionen an. Drei davon seien im Nachfolgenden erläutert.

Für eine Zusatzfinanzierung

Am 17. Mai 2009 stimmen Volk und Stände über die Zusatzfinanzierung zur Invalidenversicherung ab. Das Sozialwerk ist hoch verschuldet und fährt jährlich Defizite von über einer Milliarde Franken ein. Der Bundesrat hat ursprünglich eine unbefristete Erhöhung der Mehrwertsteuer von 0,8 Prozent vorgesehen. In der parlamentarischen Debatte wurde dieser Vorschlag schlussendlich halbiert und eine Mehrwertsteuererhöhung von 0,4 Prozent, auf sieben Jahre befristet, beschlossen. Nach dieser Zeit muss die IV wieder kostendeckend arbeiten.

Das für Menschen mit einer Behinderung unentbehrliche Sozialwerk ist aufgrund verschiedener Faktoren in finanzielle Schieflage geraten. Eine Kostensteigerung ist nicht nur bei der IV, sondern auch bei der Unfallversicherung und der Kran-

kenversicherung spürbar. Mit dem viel zitierten Missbrauch von Leistungen hat diese Kostensteigerung nichts zu tun. Die IV hat genügend Möglichkeiten, den wirklichen Missbrauch effektiv zu bekämpfen. Dieser ist aber nachweislich eine statistisch vernachlässigbare Grösse und nicht das Problem der IV.

Die IV ist dringend auf die zusätzliche Finanzierung angewiesen. Die parallel laufenden Sparmassnahmen und die verschärfte Praxis haben bereits heute dazu geführt, dass die Zahl der Neurentner seit etwa drei Jahren zurückgeht. Gleichzeitig muss festgestellt werden, dass eine Öffnung des Arbeitsmarktes für Menschen mit einer Behinderung nicht im notwendigen Umfang stattgefunden hat. Damit werden heute vermehrt Personen nicht berentet oder sogar aus der Rente geholt, ohne dass sie eingegliedert werden. Sie landen dann häufig bei den Sozialdiensten.

Ohne Zusatzfinanzierung wird ein weiterer radikaler Einschnitt in die Versicherungsansprüche von Menschen mit einer Behinderung gemacht werden müssen, der selbstverständlich nicht mit vermehrter



Zum Bild: Nina Dorizzi hat sich mit der Fassis für das Assitenzbudget eingesetzt. Sie ist am 6. November gestorben.

Eingliederung kompensiert werden wird. Die Armutsfalle droht deshalb für viele Menschen mit einer Behinderung.

Procap setzt sich deshalb vehement für die dringend notwendige Zusatzfinanzierung ein und engagiert sich mit personellem und finanziellem Einsatz in der in diesen Tagen startenden Abstimmungskampagne.

6. IVG-Revision

Der Bundesrat wird bereits im Januar eine Revision 6a mit einer Botschaft veröffentlichen. Nach einer Vernehmlassungsphase Anfang 2009 wird das Paket vermutlich im Herbst, also nach der Abstimmung vom 17. Mai, ins Parlament kommen. In der Vorlage soll die eingliederungswirksame Rentenrevision postuliert werden.

Was bedeutet das? Das BSV will vermehrte Rentenrevisionen und konkret vermehrt Übergänge von Renten zurück in den Arbeitsmarkt. Dazu sollen die gesetzlichen Revisionsbestimmungen ausgehebelt werden. Wo bisher für eine Rentenrevision eine Veränderung des Gesundheitszustandes nötig war, soll neu bereits eine

andere ärztliche Beurteilung, zum Beispiel durch den Arzt des regionalen ärztlichen Dienstes der IV, genügen. Das ist ein radikaler Einbruch in das System der Rechtssicherheit. Ob die damit gewünschte Reintegration erreicht werden kann, ist angesichts des für Menschen mit einer Behinderung bereits belasteten Arbeitsmarktes mehr als fraglich.

Mit 6a ist übrigens erst ein Teil der Revision angedacht. Es folgt danach ein 6b, dass gemäss Parlamentsbeschluss rein sparlastig erfolgen muss.

Assistenzbudget für alle!

In den Kantonen Basel-Stadt, St. Gallen und Wallis läuft seit dem 1. Januar 2006 ein Pilotversuch «Assistenzbudget». Menschen mit einer Behinderung soll damit ermöglicht werden, mit einem zugeteilten Budget selbstbestimmt und eigenverantwortlich zu leben. Die dazu notwendige Unterstützung wird von den Betroffenen selbst organisiert, in dem sie Personen anstellen, die ihnen die behinderungsbedingt notwendigen Unterstützungsleistungen erbringen.

Dieses Pilotprojekt soll nun in der ganzen Schweiz mit der Einführung des Assistenzbeitrages gelten. Der Bundesrat hat deshalb die Verwaltung beauftragt, eine Vernehmlassungsvorlage vorzulegen.

Es zeichnet sich bereits jetzt ab, dass die Vorlage erhebliche Einschränkungen beinhaltet. So sollen nur «mündige erwachsene Personen» Anspruch auf den Beitrag erheben können, womit bereits viele geistig und psychisch behinderte Menschen grundsätzlich von der gesetzlichen Lösung ausgeschlossen werden. Unter den Dienstleistungserbringern fallen Familienangehörige, aber auch professionelle Anbieter vollständig weg. Das gesamte Gesetzespaket soll zudem bei 85 Mio. Franken Kosten finanziell ausgeglichen gestaltet werden. Das heisst konkret, dass das Geld anderweitig eingespart werden muss. Procap steht für eine Assistenz für alle und wird die Vorlage auf die erwähnten einschränkenden Punkte genau prüfen und allenfalls dagegen vorgehen.

Martin Boltshauser, Leiter Rechtsdienst

VICTORINOX
Swiss Precision and Innovation

CH-8436 Ibach-Schwyz, Switzerland, Tel. +41 (0)41 81 81 211, Fax +41 (0)41 81 81 511, info@victorinox.ch, www.victorinox.com

Rehabilitations- und Orthopädietechnik

stützt Menschen

Fuss- und Schuhtechnik
Bandagen
Orthese
Möbilitäts- und Therapiehilfen

schaft Bewegung

René Ruepp AG

Austrasse 109, 4003 Basel
Telefon 061 205 77 77
www.rene-ruepp AG

Equipaggiamenti di guida per vetture di handicappati Sistema Guidosimplex

- Il montaggio del cerchio acceleratore avviene senza praticare nessun foro nella colonna dello sterzo. Il dispositivo di sicurezza in caso d'incidento è incorporato nel cerchio acceleratore
- Freno di servizio con comando al volante
- Trasformazioni e modifiche
- Servo-frizione assistita sulla scatola del cambio meccanica
- Telecomando di funzioni al volante

Agente generale per il Ticino e la Svizzera orientale:
Telefoni 091 857 13 61

Bertoni Automobili SA

Ihr idealer Treppenlift

- hohe Sicherheit und Qualität
- ausgezeichneter Fahrkomfort
- unübertroffene Stabilität
- besonders leise Fahrt
- ansprechendes Design
- leicht bedienbar
- patentierter Traktionsantrieb
- Fernbedienung (Standard)
- Innen- oder Aussenbereich

www.MEICOLIFT.ch

Meier + Co. AG • Oltnerstrasse 92
CH-5013 Niedergösgen • info@meico.ch
Telefon 062 858 67 00 • Fax 062 858 67 11

Ich wünsche Unterlagen über:

- Sitzlifte
- Plattformlifte
- Hebebühnen
- Senkrechtaufzüge

Name/Vorname: _____

Strasse/No. _____

PLZ/Wohnort _____

Gewinnen Sie Ihre Freiheit zurück

Stadt Theater Bern

Weihnachtsgeschenk gefunden?

Schauspiel, Oper, Operette oder Ballett?

Mit einem Gutschein verschenken Sie einen Theaterabend nach Wahl für Gross oder Kleinkinder.

Geschenkgutscheine können im Theaterbüro oder am Schalter für ein Theaterabend in Bern Billett, Nägeli & Co. bestellt werden. Tel. 031 329 52 52

Programm unter

Im Stadttheater Bern sind auch Rollstuhl- und Rollstuhlfahrer sowie eine Schwerhörigenanlage zur Verfügung.

www.stadttheaterbern.ch

Lukas Hendry

«Kreative Lösungen»



Foto: Charles Ellena, Freiburger Nachrichten

Lukas Hendry in der Klasse

Als erster blinder Student in der Schweiz hat Lukas Hendry diesen Sommer die Ausbildung zum Primarlehrer abgeschlossen. Jetzt arbeitet er als Seelsorger in einer Pfarrei und gibt Religionsunterricht. Seine Schüler begegnen ihm offen und interessiert.

■ Den Wunsch, Lehrer zu werden, hatte Lukas Hendry schon als Kind. Sehbehindert war er bereits damals, und er wusste nicht, wie sich seine Augenkrankheit weiterentwickeln würde, aber er mass dieser Tatsache keine allzu grosse Bedeutung zu. Dank technischer Hilfsmittel konnte er den normalen Schulunterricht besuchen. Als junger Erwachsener musste er sich aber damit abfinden, ganz blind zu werden.

Kinder übernehmen Verantwortung

Er nutzte die entstandene Zwangspause, um die Braille-Schrift zu lernen, und begann dann an der Pädagogischen Hochschule in Fribourg seine Ausbildung zum Primarlehrer. Die Hürden sind hoch: ein Vorbereitungskurs mit Prüfung, anschliessend ein dreitägiges Praktikum in Schulklassen, danach ein Motivationsbericht und schliesslich Gespräche mit Dozenten. Dann erst wird man definitiv zum Studium

zugelassen. Lukas Hendry hat all das gut gemeistert, und ein Eignungstest der IV ergab, dass der Lehrerberuf ihm entspricht, worauf die IV die Ausbildung unterstützte.

Wie funktioniert nun das Unterrichten von Kindern mit einem blinden Lehrer? «Manchmal brauche ich kreative Lösungen, und die Kinder übernehmen eine gewisse Verantwortung: Eines ist dafür zuständig, mir die Namen derjenigen zu nennen, die die Hand aufstrecken, ein anderes verteilt Arbeitsblätter. Auch die «visuelle» Überwachung gewisser Regeln übernimmt ein Kind.»

Funktioniert das? Grundsätzlich ja, erzählt er. Es sei nicht in allen Klassen gleich, und deshalb habe er auch nicht für jede Klasse die gleiche Lösung. Zudem sind seine anderen Sinne aufgrund der Sehbehinderung geschärft, was die Kinder schon mal verblüfft. So ass mal einer sein Znüni während des Unterrichts und staunte, dass der Lehrer dies bemerkte. Denn er roch sofort, dass jemand am Essen ist. Wie reagieren denn die Kinder auf ihren blinden Lehrer? «Am ersten Tag oft unsicher, aber auch neugierig, wobei sich Ersteres sehr schnell legt. Ich bin für die Kinder auch interessant. So war kürzlich eine Parallelklasse neidisch auf den blinden Lehrer der

Kollegen und wollte auch einmal bei ihm Unterricht haben. Dann tauschten wir für zwei Lektionen die Klasse.»

Sport als Ausgleich

Bereits während des Studiums arbeitete der gebürtige Nidwaldner als Religionslehrer in Murten. Seit Beendigung der Ausbildung ist er dort fest angestellt, erteilt Religionsunterricht in allen sechs Primarschulstufen. Andererseits nimmt er verschiedene Aufgaben als Seelsorger in der Kirchgemeinde wahr. Dazu studiert er jetzt Theologie. In der Freizeit trainiert er Leichtathletik, und dies sehr intensiv: 12 bis 14 Stunden sind es pro Woche, und bereits zum zweiten Mal nahm er dieses Jahr an den Paralympics teil. Sein sportlicher Ehrgeiz sowie die Tatsache, dass er bald Vater wird, sind denn auch Gründe, dass er nicht als Primarlehrer, sondern als Religionslehrer und Seelsorger arbeitet, denn damit ist er zeitlich flexibler.

Susi Mauderli

Tour d'horizon politique sociale

Œuvres sociales sous pression

Photo: Procap



Martin Boltshauser

La politique sociale suisse change. Les temps sont incertains et la pression financière sur nos institutions est énorme. Des discussions subjectives sur les abus et les «pseudo-invalides» alourdissent le climat et rendent difficile la recherche de solutions adéquates.

■ Dans ce contexte compliqué, plusieurs révisions centrales, voire existentielles pour les personnes avec handicap sont au menu de ces prochains mois. Gros plan sur trois d'entre elles.

Pour un financement additionnel

Le 17 mai 2009, le peuple votera sur un financement additionnel de l'assurance invalidité (AI). L'AI est fortement endettée et son déficit s'alourdit chaque année de plus d'un milliard de francs. Dans un premier temps, le Conseil fédéral a imaginé une hausse sans limite de temps de 0,8% de la TVA. Finalement, les discussions aux chambres ont ramené cette hausse à 0,4% et limité la durée de l'augmentation à sept ans. Après ce délai, l'AI devra à nouveau couvrir ses dépenses.

Les raisons qui expliquent le déficit de cette institution indispensable pour les personnes handicapées sont multiples. Une augmentation des coûts ne s'observe pas seulement à l'AI, mais aussi auprès des assurances accident et maladie. Elle n'a rien à voir avec les abus de prestations tant décriés. L'AI a suffisamment d'instruments

pour combattre efficacement les abus. Statistiquement parlant, ces derniers sont négligeables – le problème de l'AI ne réside certainement pas là.

L'assurance invalidité a un besoin urgent de ce financement additionnel. Depuis trois ans, des mesures d'économies parallèles et le durcissement de certaines pratiques ont déjà conduit à une baisse du nombre de nouveaux rentiers. En parallèle, il faut reconnaître qu'il n'y a pas encore eu d'ouverture franche du marché du travail aux personnes avec handicap. Ainsi, de nombreuses personnes se voient aujourd'hui refuser ou retirer une rente, sans être réinsérées. Elles sont nombreuses ensuite à devoir solliciter l'aide sociale.

Sans financement additionnel, il faudra procéder à de nouvelles coupes radicales dans les droits à des prestations d'assurance pour les personnes handicapées, qui ne seront bien entendu pas compensées par de plus gros efforts de réinsertion. La pauvreté guette de nombreuses personnes handicapées.

En toute logique, Procap s'engage avec force en faveur du financement addition-



Photo: parlament.ch

nel, si urgent, et participe financièrement à la campagne électorale qui débute ces jours.

Sixième révision de l'AI

En janvier, le Conseil fédéral mettra sur les rails la 6^e révision de l'AI. Après une période de consultation, le paquet devrait rejoindre le Parlement à l'automne 2009, soit après le vote du 17 mai sur un financement additionnel. Le projet devrait contenir un mécanisme de révision des rentes pour favoriser la réinsertion.

Qu'est-ce que cela signifie? L'Office fédéral des assurances sociales désire multiplier les révisions des rentes et augmenter le nombre de retours en emploi de rentiers. Les conditions actuelles de révision devraient disparaître: alors qu'il faut aujourd'hui une modification de l'état de santé pour permettre une révision de la rente, le projet propose de s'en limiter à un deuxième avis médical, qui émanerait par exemple du service médical régional de l'AI. C'est un changement radical du système de sécurité juridique. Alors que le marché de l'emploi est saturé, on peut douter que l'ef-

fet désiré d'une plus grande intégration professionnelle des personnes handicapées sera atteint.

Seule une partie de cette révision sera contenue dans le projet, appelé 6a et qui sera suivi de la proposition 6b, qui selon la décision du Parlement ne devrait qu'entraîner des économies.

Budget d'assistance pour tous!

Dans les cantons du Valais, de Bâle-Ville et de Saint-Gall, le projet pilote de budget d'assistance est en phase de test depuis le 1^{er} janvier 2006. Le but du projet est de permettre aux personnes handicapées de pouvoir vivre de manière autonome, grâce à un budget qu'elles gèrent elles-mêmes. En toute indépendance, ces personnes choisissent les aides qu'elles désirent engager pour recevoir l'assistance dont elles ont besoin.

Ce projet pilote doit maintenant s'appliquer à toute la Suisse, avec l'introduction d'une participation aux frais d'assistance. Le Conseil fédéral a chargé l'administration de présenter un projet à mettre en consultation. Il semble toutefois que le projet

comportera des restrictions considérables. Ainsi, seules les «personnes adultes responsables» auront droit à la subvention, ce qui signifiera l'exclusion de nombreuses personnes avec un handicap mental ou psychique. Parmi les prestataires de service, des membres des familles mais aussi des professionnels seraient écartés. Le paquet de lois doit trouver l'équilibre avec des coûts de 85 millions de francs. Concrètement, cela signifie que l'argent doit être économisé ailleurs. Procap est en faveur d'une assistance pour tous. Procap compte examiner en détail les points impliquant des restrictions et, dans tous les cas, intervenir à leur rencontre.

Martin Boltshauser, responsable service juridique

FAHRZEUG- UMBBAU FÜR BEHINDERTE



Mobilität ist Lebensqualität

SEIT ÜBER 25 JAHREN IHR SPEZIALIST

Paramobil AG
Eybächstrasse 6
6207 Nottwil
Telefon 041 039 52 52
Fax 041 039 52 50
www.paramobil.ch
info@paramobil.ch



WOHN- UND ARBEITSPLATZANGEBOT

Als fortschrittliche Institution engagieren wir uns seit 1975 für eine umfassende soziale Integration von Behinderten. **Bestmögliches Umfeld und hohe Kompetenz im Umgang mit Körperbehinderten** zählen zu unseren Stärken.

In unserem modernen Zentrum in Reinach Baselland haben wir noch wenige freie

Wohn- und Arbeitsplätze für Körperbehinderte

zu vergeben. Wir bieten die Chance, eine qualifizierte Leistung an einem sinnvollen Arbeitsplatz in einer behindertengerechten Umgebung zu erbringen und gleichzeitig einen modernen Wohnplatz mit unterstützender Pflege zu beziehen.

Interessiert? Frau Cornelia Truffer steht für Auskünfte und Informationen unter Telefon 061 717 71 07 oder E-Mail cornelia.truffer@wbz.ch gerne zur Verfügung.

Wohn- und Bürozentrum für Körperbehinderte

Aumattstrasse 70-72 · Postfach · CH-4153 Reinach 1
Telefon 061 717 71 17 · Fax 061 717 71 00
info@wbz.ch · www.wbz.ch

www.sq24.ch

AUSGESUCHTE QUALITÄT. TOP PREIS.

Feucht und Trocken Wärmejacke Wohlige Wärme an der richtigen Stelle

• Perfekt Sitz dank ergonomisches Schnitt • Abriebstark, weiche Berührung
Angenehme Wärme, die Verspannungen lockert. Passt sich dem Rücken und Becken an dank Höhenverstellung für individuelle Einstellung. Spezialverlegete zur Befestigung. Wärme - Anzeigelampe mit 2 Temperatursufen.

mit 58,- mit 58,- **WELLNESS**

Brightlight Wohlfühl-Licht / Lichtdusche

kann Lichtmangelerscheinungen ausgleichen

- Simulation von Sonnenlicht: Lichtstärke ca. 7'000 - 8'000 Lux
- 45x1 Befleuchtungsfläche, 1,338 W Leistung
- Mit Aufstellerplatte, komfortable Ein-Kopfbedienung

Genug Tageslicht ist wichtig für die Lebensenergie und alle Vitalfunktionen. Das spezielle, bunte Licht dieser Tageslichtlampe kann - ohne Medikamente - auf den Hormonhaushalt einwirken und vorbeugend oder behandelnd gegen Winterdepressionsstörungen eingesetzt werden. 3 Jahre Garantie.

mit 159,- mit 159,- **WELLNESS**

SmartQ Radio und modernstes MP3-Sound-System Zeitlose Retro-Eleganz trifft High-Tech

- Analogradio und MP3-Abspielstation • USB-Port und direkt MP3 Navigation

Genießen Sie einfach Ihre Lieblings-Radio-Station oder Ihre MP3-File Musiksammlung direkt als Player oder USB Stick in bester Sound-qualität. Zudem integriert im Keylock mit Halbgewölbe und digitaler Schirmzeile. Dieses Soundsystem passt zu jedem Einrichtungstil und wird auch beim Dahinschlafen der passiven Lounge - Funktion geben. Mit AUX-IN Verbindungskabel für die Wedgebox als PC, CD Player etc. 3 J. G.

mit 114,- mit 114,- **WELLNESS**

Artikel: Artikel: Artikel Nr.: Bestellungen an:

Artikel	Artikel	Artikel Nr.	Bestellungen an:
Mobile Massagestuhl 3 in 1 Nr. 218-75k		21-010	SwissQualified AG
Fussreflex-Massager Nr. 138 / 58k		21-062	Postfach, 9029 St. Gallen
Heute und Trocken Wärmejacke Nr. 58-158k		21-039	TEL: 0848 000 201
Brightlight Wohlfühl-Licht Nr. 153-158k		21-080	FAX: 0848 000 202
SmartQ Radio und MP3 Sound-System Nr. 116-118k		21-005	www.sq24.ch

Alle Produkte sind mit 3 Jahren Herstellergarantie ausgestattet. (Ausnahme: Ersatzteile)

SWISSQ

FÜR IHR GESUNDHEIT UND WELLNESS.

Mobiler (Shiatsu) Massagestuhl SmartQ 3 in 1 Verkrampft und Rückenschmerzen? Gönnen Sie sich ihren eigenen Privat-Masseur - neuester Generation

- Knet-, Roll- und Vibrationsmassage in einem Gerät, bewusste und einfache Fernbedienung
- Gasser Rücken- oder gestielte Bereichsmassage, passt auf jeden Sitz, rutschfestes Befestigungssystem

Kombiniert modernste Technik mit traditionellen Wissen. Nur wenn Sie es erlebt haben, werden Sie es zu glauben. „Massiert wie die echten Hände!“ Die bewährte Shiatsu-Knetmassage stimuliert und strickt die Rückenmuskulatur. Die äußerst sanfte Rollmassage regt Blutkreislauf und Lymphdrainage an. Die Vibrationsmassage wirkt Muskelentspannung und lindert auch die psychische Entspannung. Typisch 15 bis 20 Min. und der Energiefluss wird erhöht, eine gute Muskelspannung erzeugt, was zu einer angenehmen Entspannung führt. Zufriedenheit garantiert. 2 Jahre Garantie.

mit 218,- mit 218,- **WELLNESS**

Artikel: Artikel: Artikel Nr.: Bestellungen an:

Mobile Massagestuhl 3 in 1 Nr. 218-75k

Fussreflex-Massager mit Klopffmassage und Infrarot-Wärme

- bis zu 3100 Stöße pro Minute • Intervallmassage-Programm
- 3 Intensitätsstufen • Infrarot-Wärme zuschaltbar oder separat

mit 139,- mit 139,- **WELLNESS**

Artikel: Artikel: Artikel Nr.: Bestellungen an:

Fussreflex-Massager Nr. 138 / 58k

Heute und Trocken Wärmejacke Nr. 58-158k

Brightlight Wohlfühl-Licht Nr. 153-158k

SmartQ Radio und MP3 Sound-System Nr. 116-118k

Mobile Massagestuhl 3 in 1 Nr. 218-75k

Fussreflex-Massager Nr. 138 / 58k

Heute und Trocken Wärmejacke Nr. 58-158k

Brightlight Wohlfühl-Licht Nr. 153-158k

SmartQ Radio und MP3 Sound-System Nr. 116-118k

Mobile Massagestuhl 3 in 1 Nr. 218-75k

Fussreflex-Massager Nr. 138 / 58k

Heute und Trocken Wärmejacke Nr. 58-158k

Brightlight Wohlfühl-Licht Nr. 153-158k

SmartQ Radio und MP3 Sound-System Nr. 116-118k



Name/Vorname: _____
 Strasse/Nr.: _____
 PLZ/Ort: _____
 Telefon: _____ E-Mail: _____
 Datum/Unterschrift: _____

Alle Produkte sind mit 3 Jahren Herstellergarantie ausgestattet. (Ausnahme: Ersatzteile)

Lukas Hendry

Un prof très à l'écoute

Photo: Charles Ellena, Freiburger Nachrichten



Lukas Hendry dans la salle de classe

Premier étudiant aveugle de Suisse, Lukas Hendry a terminé cet été sa formation d'enseignant du primaire. En ce moment, il travaille comme directeur de conscience dans une paroisse et donne des cours de religion. Ses élèves l'apprécient.

■ L'envie d'être prof, Lukas Hendry l'a depuis qu'il est enfant. Déjà malvoyant, il ne savait pas comment sa maladie des yeux évoluerait, mais n'a pas prêté trop d'importance à cet aspect de sa vie: grâce aux moyens auxiliaires, il pouvait suivre les cours normalement. Une fois jeune homme, toutefois, il doit se faire à cette idée: à terme, il sera totalement aveugle. Une pause forcée plus tard, il maîtrise le braille et se lance dans des études à la Haute école pédagogique de Fribourg, afin de devenir enseignant du primaire.

Responsabilité pour les enfants

Les obstacles sont de taille: il doit suivre un cours préparatoire avec examen, effectuer un stage en classe, rédiger un rapport de

motivation et réaliser des entretiens avec des formateurs. Lukas Hendry s'en sort bien et un test d'orientation professionnelle de l'assurance invalidité (AI) confirme que le métier d'enseignant lui correspond. Ainsi, l'AI l'a soutenu dans sa formation.

Comment se passent les choses, en classe? «Parfois, j'ai besoin de solutions créatives et je donne certaines responsabilités aux enfants. Par exemple, quelqu'un doit m'indiquer les noms des élèves qui lèvent la main, alors qu'un autre distribue les feuilles. Même la surveillance «visuelle» de certaines règles est à la charge d'un ou d'une élève.»

Et ça fonctionne? En général oui, raconte Lukas Hendry. Néanmoins, toutes les classes ne se comportent pas de la même manière et il faut parfois adapter les méthodes. Etre non-voyant renforce par ailleurs les autres sens et ça n'a pas manqué d'impressionner les élèves. Ainsi, lorsqu'un garçon s'est mis à manger son «dix-heures» durant le cours, le prof l'a tout de suite remarqué, grâce à l'odeur. Et comment réagissent les enfants quant au fait d'avoir un enseignant aveugle? «Au début, ils sont peu sûrs, mais tout de même curieux. Il faut dire que je suis intéressant,

pour eux. Récemment, une classe parallèle était jalouse de cette classe qui a un maître aveugle, alors nous avons fait un échange, pour deux cours.»

Le sport pour compenser

Déjà pendant les études, le Nidwaldien d'origine travaillait comme prof de religion à Morat, où il enseigne maintenant cette branche dans les six écoles primaires de l'endroit. Il travaille par ailleurs comme directeur de conscience dans la paroisse et s'est mis à des études de théologie. Dans son temps libre, il pratique l'athlétisme, de manière intensive – jusqu'à 14 heures par semaine. Cette année, il a participé à ses deuxièmes Jeux paralympiques. Son ambition sportive, mais aussi le fait qu'il sera bientôt père explique pourquoi aujourd'hui, il travaille comme professeur de religion et directeur de conscience, plutôt que comme enseignant du primaire. De cette manière, il gagne en flexibilité.

 Susi Mauderli

Sektionen Sport- gruppen

Sections Groupes Sport

Procap Bischofszell-Weinfelden

Jubiläumsreise 2008

■ Bei schönstem Herbstwetter konnten 63 Mitglieder unsere Jubiläumsreise auf den Muttersberg (Vorarlberg) in vollen Zügen geniessen. Bei einem guten Mittagessen wurden alte Erinnerungen aufgefrischt und an die letzten 40 Jahre Sektionsgeschichte zurückerinnert. Vor allem Werner Hugentobler wusste viel über unsere Sektion zu erzählen. Nur allzu schnell ging die Zeit vorüber. Mit der Weihnachtsfeier am zweiten Adventssonntag geht dann das Jubiläumsjahr der Sektion zu Ende. *jt*

Procap Freiamt

Masoala-Regenwald in Zürich

■ Dieses Jahr führte die Reise der Sektion Freiamt an ein besonders attraktives Ziel: wir besuchten die Masoala-Halle im Zürcher Zoo. 2003 eröffnet, ist die Halle ein Naturparadies mit tropischem Klima gemäss dem Vorbild des Masoala-Nationalparks in Madagaskar gestaltet. Dass wir mit den Bussen direkt zur Halle fahren konnten, war eine Erleichterung für uns alle, waren wir doch mit vielen Rollstühlen unterwegs. Die Infrastruktur der Halle mit Shop, Restaurant und Besucherzentrum lädt allein schon zum Verweilen ein, doch die Hauptattraktion ist der Regenwald mit seiner Pflanzen- und Tierwelt. Warmfeuchte Luft umgibt uns beim Eintreten. Wir bestaunen die tropischen Pflanzen. Zum Erkennen der angesiedelten Tiere brauchen wir etwas Zeit, denn diese sind nicht sofort sichtbar und oft getarnt, indem sie farblich den Pflanzen ange-

passt sind. Dank der Arbeit des Freiwilligenteams Zoo Zürich erhielten wir viele interessante Informationen. Nach einem Zvieri und einer Einkaufstour stiegen wir wieder in unsere Busse ein und fuhren heimwärts Richtung Freiamt. Das Zobig im Restaurant JoJo Bremgarten bildete den Reiseabschluss, bevor die zufriedenen Reiseteilnehmer an die Sammelorte zurückgefahren wurden. *fm*



Sportgruppe Nordwestschweiz

Ins Museum Neuchâtel

■ Bei gutem Wetter reiste die Procap Sportgruppe Nordwestschweiz mit dem Zug von Basel nach Neuchâtel. Dort hatten wir nach dem Besuch im Naturhistorischen Museum gleich noch ein zweites Erlebnis: am See war gerade Chilbi, und es war gut, dass wir genug Zeit zur Verfügung hatten für beides. Anschliessend reisten wir mit dem Schiff durch den Zihlkanal nach Biel, und von dort aus mit dem Zug nach Basel. Wir genossen die tolle, gut organisierte Reise und freuen uns auf ein anderes Mal. *pb*

Procap Interlaken-Oberhasli

Erfolgreicher Verkaufsstand

■ Zur Einstimmung auf die bevorstehende Adventszeit hat Procap Interlaken-Oberhasli am Samstag, 1. November, auf dem Postplatz Interlaken Kerzen und Gebäck verkauft. Die Mitarbeiter vom Vorstand haben vorgängig Bekannte sowie Medien und

Gemeinden angeschrieben und diese dazu ermuntert, am Stand vorbeizuschauen und einen guten Zweck für die Region zu unterstützen. Bereits um 9 Uhr morgens hatten die Standbetreuer alle Hände voll zu tun und konnten so viel Publikum für die Anliegen von Procap sensibilisieren. Besonders gefreut hat uns, dass sich Urs Graf, Gemeindepräsident von Interlaken, persönlich zeigte und etwas kaufte. In diesen Wochen sind weitere Kerzen- und Gebäckverkäufe in Interlaken und Brienz im Veranstaltungskalender notiert. *sh*



Procap Uri

Besuch im Werkhof Göschenen

■ Diesen Oktober besuchte Procap Uri den Werkhof in Göschenen. Unter fachkundiger Führung durften sich die Anwesenden über den Betrieb des Werkhofs informieren. Für grosse Begeisterung sorgte die Vorführung der Feuerwehrautos. Anschliessend fuhr die Procap-Familie nach Wassen und nahm dort ein feines Zabig im Hotel Krone ein. Dort blieb genügend Zeit für unterhaltsame Gespräche und für regen Gedankenaustausch. *am*



Botta & Söhne Orthopädie

Unterwegs mit Ihnen

Die Adresse für die professionelle Versorgung



Von der
Armprothese
bis zum
Zehen



Von der Erstbildung
bis zur Anpassung



Botta & Söhne Orthopädie AG
Karl Neuhaus 24
7900 Bad Säckingen
Tel. 052 23 40 10
Fax 052 23 40 11
www.botta.ch
info@botta.ch



Hilfsmittel, Sanität-
und Hilfsmittel

UNIVERSAL MEDICINA

Die Adresse für die Rehabilitation



Für den
Tag
und die
Nacht

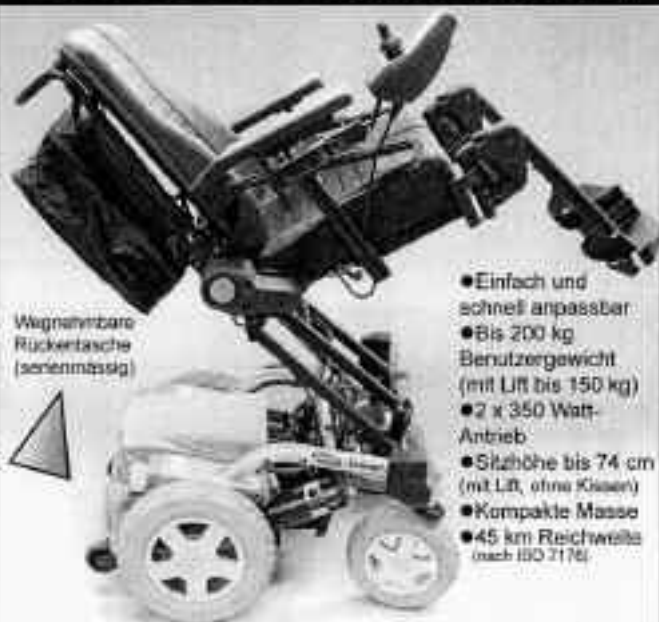


Von der Beratung
bis zur Montage



SANITAS von Botta & Söhne
Musterstrasse 1
2000 Zug-Wehr
Tel. 041 265 34 70
Fax 041 265 12 43
www.sanitas.ch
sanitas@hoffmann.ch

Storm³... so individuell wie Sie!



Wegnehmbare
Rückentasche
(serienmässig)

- Einfach und schnell anpassbar
- Bis 200 kg Benutzergewicht (mit Lift bis 150 kg)
- 2 x 350 Watt-Antrieb
- Sitzhöhe bis 74 cm (mit Lift, ohne Klappen)
- Kompakte Masse
- 45 km Reichweite (nach ISO 2176)

- Noch durchzugsstärkere Motoren
- Verbesserte Liftfunktionen
- Absolut neues, topmodernes Design
- Verbesserte Beleuchtungsanlage u. v. m.

Verlangen Sie die Unterlagen oder eine kostenlose und unverbindliche Vorführung bei:

Glor Rehabilitation & Co AG
Mattenweg 222 CH - 4458 Eufingen
Tel. 062 299 00 50 Fax 062 299 00 53

www.glorrehab.ch
mail@glorrehab.ch

Commandes manuelles pour paraplégiques et tétraplégiques ▶▶

Commandes électriques sur le volant pour hémiplégiques ▶▶

Bras manipulateur chargement fauteuil ▶▶

Pédales d'accélérateur à gauche ▶▶

Plate-formes électriques ▶▶

Portes télescopiques ▶▶

Souève-personnes ▶▶

Commandes Joystick ▶▶



F.V. Carrosserie et automobiles
François Vultagio SA

Tel. +41 (0)27/203 31 81 • Nuel +41 (0)79/220 31 79 • Fax +41 (0)27/203 44 07
E-mail: francois.vultagio@son.ch • Route de Chandoline 1 • CP • CH-1951 Son

Aménagement d'automobiles pour personnes handicapées, conduite et transport



SRS SA

Services Réhabilitation
Moyens Auxiliaires
E-mail: info@srssa.ch



Handilift S.à.r.l.

Sièges et plate-formes d'escaliers
Élévateurs verticaux
E-mail: info@handilift.ch

Tel. 021/801 46 61 - Fax 021/801 46 50
Z.L. Le Trésé 6C - CP 64 - CH-1028 Préverenges

Sièges et plate-formes monte-escaliers
Équipements et accessoires pour la salle de bains et les toilettes. Soulève-personnes et accessoires. Assistance à la marche. Fauteuils roulants. Scooters électriques.

Location et vente de lits médicalisés.
Mobilier et installations pour soins à domicile avec le meilleur rapport qualité/prix

NOUVEAU:
 Succursale de Boudrevilliers NE - Mobile 079 331 36 04

Pour toute documentation gratuite merci de nous retourner ce bon

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

NPA _____ Localité _____



Agenda

Reisen und Sport

Sport und Erlebnis 2009

Schneewekend Malbun, 13.–15. Februar

Schneeschuweekend Sörenberg,
21.–22. März

Pfingstweekend am Doubs, 30. Mai/1. Juni

Kanutrekking Ardèche (Frankreich),
6.–13. Juni

Aktivwoche mit Ringier-Lehrlingen in Wild-
haus, 13.–20. Juni

Senda Sursilvana Wanderwoche, 12.–18. Juli

Bergsportkurs mit dem SAC, August

Aare-Erlebnisweekend, 14.–16. August

Paddeln von Steckborn nach Eglisau,
19.–25. Juli

Radeln am Bodensee, Kreuzlingen,
26. Juli–1. August

Lamatrekking Malcantone, 25. Juli–1. August

Wassersportwoche Figino, 14.–22. August

Acquacalda-Wanderwoche im Tessin,
23.–30. August

Nationalpark-Wanderwoche, 13.–19. Sept.

Der Berg ruft

Wallis, Juni

Länta-Tour, 18.–19. Juli

Cap. Bovarina, Tessin, August

Aletsch-Tour, 5.–6. September

Erholung

Davos-Winterferien, 7.–14. März

Magliaso, 14.–27. Juni

Davos, 4.–11. Juli

Münsterlingen, 19. Juli–1. August

Wildhaus, 19. Juli–1. August

Saanen, 26. Juli–8. August

Davos, 5.–12. September

Magliaso, 13.–26. September

Interlaken, 23. Dezember–3. Januar 2010

Ungarn, Haus Paprika, diverse Daten

Ferien

Aktivferien

Italien-Wanderwoche Elba, 18.–25. April

Mittelmeer-Segeltörn Inuit, 13.–20. Juni

Rundreisen

Gardasee, 15.–20. Juni

USA, September

Jordanien/Ägypten, Oktober

Bali/Thailand, November

Kinder und Jugend

Freiberge – Ferien in der Natur, 12.–18. Juli

Aktivferien Filzbach, 25. Juli–1. August

Polisportwoche Tessin, 4.–10. Oktober

Familienferien Disentis, 3.–10. Oktober

Badeferien

San Felice, Italien, 13.–27. Juni

Jesolo, Italien, 10.–25. Juli, 28. August–12.

September

Mallorca, 6.–15. August

Türkei, 5.–19. September

Teneriffa, 10.–24. Oktober

Städtereisen

Wien, 25.–28. Mai

Amsterdam, 3.–6. Juli

Sport- und Bewegungstage

Schwimmtag Herzogenbuchsee, 13. Juni

Deutschschweizer Procap Sporttag in

Wil SG, 21. Juni

Schwimmtag Sumiswald, 21. November

Sport-Weiterbildungskurse

Beziehungen-Grenzen-Übergriffe und Ent-
spannung, 3. Januar

Wassergewöhnung und Spiele, 21. Februar

Sport und Bewegung für Menschen mit
einer psychischen Beeinträchtigung, 9. Mai

Natursportliche Erlebnispädagogik mit

Behinderten, 30. Mai–1. Juni

Wassergewöhnung und Spiele,

21. November

Fachtagung Sport Bewegung, Gesundheit
und Behinderung, 14. November

Buchtipps

Kinder sanft und natürlich heilen

In diesem Ratgeber erfahren Eltern alles über wirksame, natürliche Heilmittel für Babys, Klein- und Schulkinder. So lassen sich kleine und grosse Bobos effektiv und ohne Chemie heilen. Ein Nachlagewerk, das in jeden Schweizer Familienhaushalt gehört. Alle Behandlungsmethoden und Heilmittel sind sorgfältig ausgewählt und genau erklärt. Ob Heilpflanzen, Homöopathie, anthroposophische Medizin, Spagyrik, Wickel, Tees oder Wasseranwendungen. Das Buch beschreibt, in welchem Alter welche Mittel wie wirken und wie die Kinder die Behandlung am liebsten annehmen. Eltern erfahren, was bei Dreimonatskoliken, Husten oder Kinderkrankheiten zu tun ist, wie sie die Selbstheilungskräfte unterstützen können und wann ein Arztbesuch sinnvoll ist.

Besonders praktisch ist die Anleitung für die homöopathische Kinderapotheke – exklusiv zusammengestellt vom Spezialistenteam der St.-Peter-Apotheke, Zürich. Entstanden ist das Werk in Zusammenarbeit mit den Kinderärztinnen und -ärzten des Forum Praxispädiatrie und dem Schweizerischen Verband der Mütterberaterinnen SMV.

Ferienkatalog

Bestellen Sie den reichhaltigen Procap-Ferienkatalog! Der neue Katalog kann ab dem 5. Januar unter folgenden Adressen bezogen werden:

reisen@procap.ch

sport@procap.ch

Procap Reisen und Sport
Froburgstrasse 4
4601 Olten
Telefon 062 206 88 30

Die Ferienangebote finden Sie auch im Internet unter:
www.procap-ferien.ch

Agenda

Leserbrief

Hörgeräte: Selbstbestimmung fördern

Das BSV will Hörgeräte selber einkaufen. Die Folgen für die betroffenen Menschen sind fatal. Nach Angaben des BSV werden neun von zehn Geräten in der Schweiz nicht mehr erhältlich sein. In allen Ländern mit solchen Ausschreibungen bestehen monate- oder gar jahrelange Wartelisten und der heute gute Service und die schnellen Reparaturen sind Vergangenheit. Statt den Handel mit einem eigenen Logistikzentrum zu verstaatlichen, wäre das BSV und die Organisationen der Hörbehinderten gut beraten, zusammen mit der Branche die Menschen mit Hörproblemen zu stärken und ihre Selbstbestimmung zu fördern. Nur wenn der Wettbewerb zwischen Kunde und Akustiker stattfindet, sind gute Geräte mit besten Dienstleistungen zu tiefen Preisen möglich. Die Bevormundung behinderter Menschen durch Staat und Organisationen sollte auch bei den Hörbehinderungen überwunden werden.

Dominik Feusi, Medienstelle «hörens Schweiz», Bern (www.hoerschweiz.ch)

Was steht meinem Kind zu?

Eltern mit einem behinderten Kind sind gefordert. Sie müssen sich schwierigen Fragen stellen und sich mit den komplizierten Bestimmungen der Sozialversicherung auseinandersetzen. Der Ratgeber von Procap, der in seiner Erstauflage vergangenes Jahr erschien, führt durch den Dschungel der Gesetze. Da die Erstauflage sehr erfolgreich war, wird nun an einer zweiten, aktualisierten Auflage gearbeitet, die demnächst erscheinen wird. Der Ratgeber kann direkt bei Procap Olten oder bei den Sektionen bezogen werden, Telefon 062 206 88 88, info@procap.ch.

Sport

Loisirs et Sport 2009

Ski alpin à Siviez, 21 et 22 mars

Marcher dans un paysage de rêve, à déterminer

Randonnée avec des ânes, 21 au 24 mai

Aventure au bord du Doubs, 30 mai au 1^{er} juin

Descente de l'Ardèche en canoë-kayak, 6 au 13 juin

Randonnée dans le Chablais valaisan, 20 et 21 juin

Vélo et activités nautiques, 27 et 28 juin

Sport Nature à la carte aux Franches-Montagnes (1 ou 2 semaines, à choix), 26 juillet au 8 août

L'appel de la montagne, 19 et 20 septembre

Sport Nature à la carte en Valais, 10 au 17 octobre

Natation et activités aquatiques, à déterminer

Pour enfants et adolescents

Séjour à la ferme dans le Jura, du 21 au 24 mai

Activités sportives et ludiques à la carte aux Franches-Montagnes (1 ou 2 semaines, à choix), du 26 juillet au 8 août

Activités sportives et ludiques à la carte en Valais, du 10 au 17 octobre

Vacances Procap

Les Diablerets, du 26 juillet au 8 août

Magliaso, du 13 au 26 septembre

Formation continue

Sensibilisation au handicap psychique, 29 mars

Sport d'aventure pour personnes avec handicap, du 30 mai au 1^{er} juin

Séminaire pour accompagnant(e)s de personnes avec handicap-vacances, camp de sport et voyage, 24 et 25 octobre

Accoutumance à l'eau et jeux, 8 novembre

Journée sportive romande

Yverdon-les-Bains, 30 août

Journée technique

Mouvement, santé et handicap, 14 novembre

Coin lecture

Où on va papa? – Prix Femina 2008

Pour la première fois dans son œuvre, Jean-Louis Fournier parle de ses garçons, pour ses garçons. Parce que le temps presse et qu'il faut dire autrement. Dire autrement la question du handicap, sans l'air contrit ou la condescendance.

Comme il l'a fait en 1999 en évoquant son père, Jean-Louis Fournier conserve, pour ce nouveau roman, l'équilibre maîtrisé entre le drôle et la désespérance.

Broché: 150 pages, Editeur: Stock (20 août 2008), Collection Bleue
ISBN-10: 2234061172,
ISBN-13: 978-2234061170

Catalogue Procap Loisirs & Sport

Demandez nos nouvelles offres Procap Loisirs & Sport. Le nouveau catalogue peut être commandé dès le 5 janvier aux adresses suivantes:

sport@procap.ch

Procap Loisirs & Sport
Froburgstrasse 4
4601 Olten
Tel. 062 206 88 30

Vous trouverez également nos offres de Loisirs & Sport sur internet sous: www.procap-sport.ch

Wer sucht, der findet

Partnerschaft

26-jähriger Mann mit einer kleinen Wahrnehmungsstörung sucht sympathische Freundin. Wohne in der Region SG und meine Hobbys sind Sport, Ausgang, Reisen, Musik, Lesen und Briefeschreiben. Würde mich sehr freuen auf Zuschriften unter Chiffre 08/5-4, Procap, Postfach, 4601 Olten, oder auf sms an 076 536 23 84.

Netter, junggebliebener Mann, Anfang 60, wohnhaft in Basel, wünscht Bekanntschaft mit netter Frau, die auch psychiatrieerfahren ist. Hobbys: Kochen, Theater, Reisen. Ich freue mich auf dein Echo! Chiffre 08/5-6, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Du allein, ich allein, zu zweit könnte es doch viel schöner sein. Bin m., 31, gehbehindert,

habe eigene Wohnung im Kanton ZH. Suche einfache, treue Freundin, die ehrliche Freundschaft aufbauen möchte. Meine Hobbys sind Musik, Schwimmen etc. Würde mich sehr freuen auf Zuschriften unter Chiffre 08/5-7, Procap, Postfach, 4601 Olten, oder auf sms: 078 877 60 87.

61-jähriger Mann aus Kanton Luzern würde gerne eine Freundin aus dem angrenzenden Bern kennenlernen. Meine Hobbys sind volkstümliche Musik und Wandern. Schön wäre es auch, jemanden kennenzulernen, der Auto fahren kann. Chiffre 08/5-9, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Ich, m., 44, NR, suche Frau mit Niveau für eine Beziehung. Sie sollte treu, ehrlich, humorvoll, schlank und intelligent sein. Ich bin körperlich behindert (CP) und vielseitig interessiert (z.B. Aquafit, Schwimmen, Spazieren, Lesen, Reisen mit GA, Musik, Theater, Kino); lebe in eigener Wohnung. Chiffre 08/5-10, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Pflegebett elektronisch verstellbar mit 3 Motoren (Kopf, Fuss, Höhe), das andere mit 2 Motoren (Kopf, Fuss), mit 2 Matratzen, Umbau mit Sims, 2 Nachttischli und Schrank. Bergahorn. NP Fr. 11 200.-, VP Fr. 3500.-. Tel. 041 820 23 21 / 079 584 08 54 oder Mail: ath.gisler@bluewin.ch.

Diverses

Frau, 56, IV-Rentnerin, sucht Briefkontakte. Chiffre 08/5-1, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Gehbehinderte Frau mit zwei Stöcken sucht dringend gut zugängliche 1- bis 2 1/2-Zimmer-Wohnung mit Gartensitzplatz oder Lift. Nähe Einkaufsmöglichkeiten, in Dübendorf, Uster oder Schwerzenbach. Chiffre 08/5-3, Procap, Postfach, 4601 Olten.

Suche eine Brieffreundschaft und heisse Gerhard Hermlle. Bin seit Geburt cerebral gelähmt und Elektrorollstuhlfahrer. Meine Hobbys sind Fussball (FC-St.Gallen-Fan), Ausdrucksmalen und Imkerei. Zuschriften an Chiffre 08/5-5, Procap, Postfach, 4601 Olten.

In St. Gallen zu vermieten rollstuhlgängige 2 1/2-Zimmer-Wohnung im 2. Stock, 87 m², Parkettboden, neue Küche, Balkon, sep. Abstellraum, Einbauschränke, elektr. Rollläden, Kehrriechtabwurfschacht. MZ Fr. 1380.- + HZ Fr. 150.-. Pflichtanteilscheine Fr. 2600.-. Auskunft erteilt Frau Weishaupt, Tel. 071 278 39 74.

Inserate

Die Partnervermittlung mit Herz[®] für Singles mit und ohne Behinderung. Finden Sie Ihren Goldschatz auf angenehme und seriöse Art. Sie wählen unsere Leistungen gemäss Ihren Vorstellungen. Bestellen Sie die kostenlose Infobroschüre oder rufen Sie uns einfach an.

Andrea Klausberger, Hauptagentur,
Tel. 071 866 33 30, ZH: 044 210 33 38,
BE: 031 928 33 30, BS: 061 923 33 30
Maya Kappeler, LU/ZG Tel. 041 340 88 70,
AG/SO: 062 824 00 22

Sie finden uns auch unter
www.partnervermittlung.ch

Zu verkaufen

Aus Briefmarkensammlung zu verkaufen: gültige Briefmarken mit 10% Rabatt auf Frankaturwert. Sowie Alben mit (fast) kompletten Sammlungen CH und DE. Ruediger@nextron.ch

Doppelschlafzimmer mit Pflegebett (2 Einzelbetten) in Topqualität zu verkaufen. Ein

mobilcenter von rotz gmbh

Fahrzeugumbau und Hilfsmittel zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität!

Bei uns erhalten Sie alles für
Ihren persönlichen Bedarf.
Kontaktieren Sie uns per Telefon oder Email

Schauen Sie in unsere vielseitige Homepage: www.mobilcentergmbh.ch

mobilcenter von rotz gmbh
Tanneggerstrasse 5a
8374 Dussnang
Telefon 071 977 21 19

Qui cherche, trouve

Rencontre

Beau jeune homme de 36 ans cherche sa moitié avec peu de handicap comme moi. Chiffre 08/5-2 ou tél. 076 450 13 20.

.....
Homme de 63 ans à l'AI cherche jeune femme à l'AI, gentille, douce, affectueuse, sérieuse, sincère, qui aime la musique, la nature, les animaux et qui aime vivre dans village à la montagne. Veuillez joindre photos; reponse assurée à toute lettres reçues. Chiffre 08/5-11, Procap, Postfach, 4601 Olten.

.....
Dame suisse, sérieuse et active, célibataire, douce et compréhensive, souhaite rencontrer homme suisse avec handicap physique, sérieux et sincère, pour construire une relation de qualité, basée sur le respect et la

compréhension. Région Valais/Vaud. Chiffre 08/5-8, Procap, case postale, 4601 Olten.

A vendre

A vendre Mercedes Viano 2.2 cdi Ambiente adaptée transport handicapé, 50 000 km., prix 48 500 francs. Véhicule comme neuf, toutes options, rampe chargement dans le coffre, pont renforcé antiglisse pour fauteuil roulant. Mise en circ. 6/06, garantie jusqu'à juin 09 ou 100 000 km. Informations: tél. 022 784 28 15 ou 079 201 76 57 ou auprès de Procap Genève.

Divers

Monsieur non-voyant, région Fribourg, propose tous type des massages, drainages lym-

phatiques ou réflexologie pédale. Ecrire sous chiffre à 08/5-12, Procap, case postale, 4601 Olten.

Annonces gratuites pour les membres

1. La publication d'annonces dans cette rubrique est gratuite pour les membres.
2. La rédaction se réserve le droit de retravailler le contenu rédactionnel de l'annonce.
3. Les lettres-réponses sous chiffre sont transmises par Procap sans être ouvertes. La rédaction n'est donc pas au courant du contenu des réponses et sa responsabilité n'est pas engagée.
5. Les annonces sont à envoyer à l'adresse: Rédaction Procap, case postale, 4601 Olten, ou info@procap.ch.

Impressum

Herausgeber
Procap
22 066

Redaktion

Adrian Hauser (Chefredaktor), Peter Anliker (deutschsprachiger Redaktor), Samuel Schellenberg (französischsprachiger Redaktor), Elke Brunner (Redaktorin Gesundheit), Susi Mauderli (Assistenz und Sekretariat), Clemens Ackermann (Layout), Priska Vogt (Korrektur), Giovanna Planzi (Übersetzung ins Italienische), Anja Hagmann (Übersetzungen ins Deutsche) Froburgstrasse 4, Postfach, 4601 Olten, 062 206 88 88 info@procap.ch

Druck und Versand

Stämpfli AG, Wölflistrasse 1, Postfach 8326, 3001 Bern
Adressänderungen bitte Ihrer Sektion melden oder Procap in Olten, Telefon 062 206 88 88

Abonemente

Erscheint fünfmal jährlich
Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz Fr. 20.-, Ausland Fr. 25.-
ISSN 1420-5017

Inseratverwaltung

Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förlibuckstrasse 70, Postfach, 8021 Zürich
Tel. 043 444 51 09, Fax 043 444 51 01
info@fachmedien.ch

Redaktionsschluss für Nr. 1/2009

14. Januar 2009
Nr. 1 erscheint am 19. Februar 2009



Impressum

Editeur
Procap
22 066

Rédaction

Adrian Hauser (rédacteur en chef), Samuel Schellenberg (rédacteur franco-phonie), Peter Anliker (rédacteur germanophone), Elke Brunner (redactrice santé), Susi Mauderli (assistance et secrétariat), Clemens Ackermann (layout), Priska Vogt (relecture), Giovanna Planzi (traduction italienne), Anja Hagmann (traduction allemande) Froburgstrasse 4, case postale, 4600 Olten, tél. 062 206 88 88 info@procap.ch

Impression et expédition

Stämpfli AG, Wölflistrasse 1, case postale 8326, 3001 Berne
Les changements d'adresse sont à signaler au Secrétariat romand de Procap, tél. 032 322 84 86

Abonnement

Paraît cinq fois par année
Pour non-membres par année: Suisse: Fr. 20.-, étranger: Fr. 25.-
ISSN 1420-5017

Annonces

Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, case postale, 8021 Zürich
Tél. 043 444 51 09, fax 043 444 51 01
info@fachmedien.ch

Délai de rédaction du n° 1/2009

14 janvier 2009
Date de parution du n° 1: 19 février 2009



GRENZENLOSE MÖGLICHKEITEN

VERTRETER GANZ IN IHRER NÄHE.
Senden Sie mir kostenlos und unverbindlich Unterlagen zu:
 Sitzlifte Rollstuhllifte Aufzüge

NAME _____
ADRESSE _____
TELEFON _____

HÖGG LIFTSYSTEME AG
BÜRGSTRASSE 15, 9620 LICHTENSTEIG
TEL. 071 987 66 80, FAX 071 987 66 89
WWW.HOEGGLIFT.CH

Fragen und Antworten



Foto: CG
Felix K. Gysin, Präsident VSP

Mit chronischen Schmerzen umgehen

Die folgenden Punkte stellen Verhaltensregeln dar, mit welchen der Schmerzpatient sein Leben verbessern kann. Es handelt sich dabei um die Wiedergabe von persönlichen Erfahrungswerten, bestärkt durch Erkenntnisse aus den vielen Patientengesprächen!

Akzeptanz

Versuchen Sie zu akzeptieren, dass Sie Schmerzen haben, denn es macht wenig Sinn, die Schmerzen zu ignorieren. Richten Sie sich auf den Schmerz ein und planen Sie Ihren Tagesrhythmus realistisch.

Kampfeslust

Zeigen Sie Ihren Angehörigen und am Arbeitsplatz Ihre Kampfeslust und kommunizieren Sie, dass Sie Ihre Schmerzen besiegen wollen. So werden Sie Unterstützung finden und nicht nur als «Patient» behandelt werden.

Klare Ziele setzen

Setzen Sie sich bei Arbeit und Freizeit klare Ziele, sodass Ihr Alltag lebbar und geniessbar ist. Allenfalls ist es notwendig, die Ziele Ihrer Schmerzsituation anzupassen und nach neuen Herausforderungen zu suchen.

Gute Planung

Teilen Sie Ihren Alltag so ein, dass der Schmerz Sie möglichst nicht bremst. So können Sie plötzlichen Blockaden, welche durch den Schmerz entstehen, entgegenwirken und Frust verhindern.

Entspannung

Erlauben Sie sich regelmässige Entspannungsübungen und vermeiden Sie so Stress und Hektik. Das persönliche Wohlbefinden, zwischenmenschliche Beziehun-

gen und ein geregelter Alltag tragen zur Ausgeglichenheit und Entspannung bei.

Gute körperliche Form

Versuchen Sie, Ihre Muskeln stark und locker zu halten, damit sie sich nicht verkrampfen. Bauen Sie also – unter Rücksichtnahme auf Ihre Schmerzsituation – körperliche Übungen in Ihren Alltag ein.

Medikamente regelmässig nehmen

Halten Sie die vorgeschriebene Dosierung Ihrer Medikamente und Ihre Therapien genau ein. Dies ist wesentlich für einen erfolgreichen Verlauf und verhindert, dass eine Abhängigkeit entsteht.

Sich von Mitleid fernhalten

Durch Mitleid werden Sie gebremst, statt motiviert. Das kann zur Folge haben, dass Sie in der Therapie zurückfallen. Lassen Sie sich stattdessen von Ihrer Familie in Ihrem gesunden Verhalten unterstützen.

Offenheit gegenüber dem Arzt zeigen

Damit der Therapeut die geeignete Schmerztherapie für Sie finden kann, ist es wichtig, dass Sie ihm mit detaillierten Informationen entgegenkommen. Eine Schmerztherapie muss individuell an Ihre Situation angepasst werden. Erwarten Sie also nichts Unmögliches, sondern unterstützen Sie Ihren Arzt, wo möglich.

Geben Sie nicht auf! Es gibt immer eine Hilfe zur – mindestens teilweisen – Linderung, sofern auch Sie dazu beitragen!

Felix K. Gysin, Präsident Vereinigung Schweizer Schmerzpatienten VSP



Foto: AH
Gabriela Grob Hügli, Anwältin

IV wegen chronischer Schmerzen?

Wegen chronischer Schmerzen bin ich von meinem Arzt arbeitsunfähig geschrieben. Er diagnostiziert Schmerzen ohne erkennbare Ursache. Bei der IV habe ich bereits eine Rente beantragt. Habe ich Anspruch auf eine Rente?

■ Im Jahr 2004 hat das Eidgenössische Versicherungsgericht entschieden, dass eine anhaltende somatoforme Schmerzstörung allein in der Regel nicht zu einer Invalidität führt. Es wird Ihnen zugemutet, dass Sie Ihre chronischen Schmerzen durch eine «entsprechende Willensanstrengung» überwinden und so Ihre Arbeitsfähigkeit erhalten. Es gibt in der Rechtssprechung jedoch Kriterien, die eine solche Einschränkung der Arbeitsfähigkeit begründen können und damit eine Rente rechtfertigen. Zum Beispiel: ausgeprägte psychiatrische Zweiterkrankung; chronische körperliche Begleiterkrankung mit einem mehrjährigen Krankheitsverlauf; ausgewiesener sozialer Rückzug; unbefriedigende Behandlungsergebnisse; gescheiterte Rehabilitationsmassnahmen

Aktuell werden Schmerzen ohne erkennbare Ursache als eher weniger gravierend eingeschätzt und führen zu keinem Rentenanspruch. Ausnahmen können vorliegen, wenn Sie zusammen mit Ihrem Arzt eines oder mehrere der oben erwähnten Kriterien ausführlich dokumentieren können und begründen, warum die vorliegenden Schmerzen eine (teilweise) Berufstätigkeit verhindern. Je weniger Kriterien bei Ihnen zutreffen und je weniger ausgeprägt sich die Befunde darstellen, desto mehr wird die Aufnahme einer Erwerbstätigkeit von Ihnen verlangt.

Gabriela Grob Hügli, Anwältin Procap

Questions et réponses



Felix K. Gysin, président APD

Vivre avec des douleurs chroniques

Les points suivants établissent des règles de conduite qui peuvent améliorer la vie des patients ayant des douleurs chroniques. Il s'agit d'observations faites personnellement, appuyées par les connaissances acquises durant de nombreuses discussions avec des patients!

Acceptation

Essayez d'accepter le fait que vous avez des douleurs, car cela fait peu de sens de les ignorer. Conformez-vous à la douleur et planifiez votre journée de manière réaliste.

Ardeur au combat

Montrez de l'opiniâtreté à vos proches et sur le lieu de travail et faites savoir que vous voulez venir à bout de vos douleurs. Vous trouverez ainsi du soutien et ne serez pas traité comme un simple «patient».

Etablissez des objectifs clairs

Au travail comme pendant le temps libre, établissez des buts clairs, afin que votre quotidien soit vivable et que vous puissiez en profiter. Il est en tout cas nécessaire d'adapter vos buts au degré de douleur et de trouver de nouveaux défis.

Bonne planification

Organisez votre quotidien de manière à ce que la douleur ne vous freine pas. Ainsi, vous pourrez contrer des blocages liés à la douleur et éviter des frustrations.

Bonne forme physique

Essayez de maintenir vos muscles forts et détendus, afin d'éviter les crampes. Pour y parvenir, organisez-vous des exercices quotidiens, qui tiennent toutefois compte de votre degré de douleur.

Détente

Accordez-vous régulièrement des séances de détente et évitez ainsi le stress et l'agitation. Le bien-être personnel, les relations avec les autres et un quotidien organisé sont des facteurs de pondération et de détente.

Prendre régulièrement des médicaments

Respectez scrupuleusement les dosages prescrits de vos médicaments et de vos thérapies. C'est essentiel pour la bonne réussite des traitements et pour éviter la dépendance.

Évitez la pitié

La pitié vous freine plutôt qu'elle ne vous motive. Les conséquences peuvent signifier un pas en arrière dans la thérapie. Laissez plutôt votre famille vous soutenir dans votre attitude positive.

Se montrer ouvert vis-à-vis du médecin

Afin que le médecin vous prescrive une thérapie antidouleurs appropriée, il est important que vous lui donniez des informations détaillées. Une thérapie antidouleurs doit être adaptée à votre situation. N'espérez pas l'impossible, mais soutenez votre médecin à chaque fois que c'est possible.

N'abandonnez pas! Il existe toujours des moyens d'être soulagés, pour le moins partiellement, il suffit d'y contribuer personnellement!

Felix K. Gysin, président de l'Association suisse pour personnes souffrant de douleur chronique APD



Gabriela Grob Hügli, avocate

L'AI pour cause de douleurs chroniques?

En raison de mes douleurs chroniques, mon médecin m'a déclaré inapte au travail. Il a diagnostiqué un trouble somatoforme douloureux (douleurs sans substrat organique). J'ai d'ores et déjà sollicité une rente auprès de l'AI. Mais entre-temps, j'ai appris que je n'aurais probablement pas droit à une telle rente. Est-ce vrai?

■ En 2004, le Tribunal fédéral des assurances a décidé qu'en règle générale le diagnostic de trouble somatoforme douloureux ne constitue pas une base suffisante pour conclure à une invalidité. Il considère au contraire qu'il est exigible de surmonter les douleurs par un «gros effort de volonté» afin d'être à nouveau capable de travailler.

Il existe néanmoins des critères qui peuvent motiver une limitation de la capacité de travail et ainsi justifier une rente. Voici les principaux critères: une comorbidité psychiatrique importante; des affections corporelles chroniques d'une durée de plusieurs années; une perte d'intégration sociale; l'échec des traitements médicaux; l'échec des mesures de réhabilitation.

Actuellement, les douleurs dont l'origine ne peut pas être établie ne sont pas considérées comme suffisamment graves pour donner droit à une rente. Toutefois, des exceptions peuvent être faites si votre médecin et vous-même pouvez démontrer de manière détaillée que vous remplissez un ou plusieurs des critères cités ci-dessus. Il faudra aussi expliquer en quoi les douleurs empêchent toute ou partie de votre activité professionnelle. Moins vous remplissez de critères, plus on exigera que vous acceptiez une activité salariée.

Gabriela Grob Hügli, avocate Procap

Conny Hasler liebt das Leben und liebt das Lachen. Sie mag Krimis und Bewegung. Und sie lässt sich einspannen für Dinge, von denen sie das Gefühl hat, dass sie ihr Engagement wert sind.



«Auf der Bühne zeige ich etwas»

■ Schon während ihrer Jugend in Basel war Conny Hasler fasziniert vom Tanz und vom Tanzen. Als sie vor 30 Jahren durch einen Unfall querschnittgelähmt wurde, suchte sie lange nach einer Möglichkeit, tanzen zu können: Moderner Tanz sollte es sein, nicht Standardtänze. In New York hatte sie die Möglichkeit, einen Workshop zu besuchen. Sie war davon so fasziniert, dass sie 1995 in Basel mit einer Tänzerin, die damals ihre Ausbildung absolvierte, zu tanzen begann. Es folgten wechselnde Projekte mit behinderten und nicht behinderten Tanzpartnerinnen und Tanzpartnern in unterschiedlich zusammengesetzten Gruppen mit fantasievollen Namen wie «For4andMore» oder aktuell «StrandGut». Mit modernem Tanz kann man sich gut ausdrücken, doch Conny Hasler ist auch fasziniert von den Ausdrucksmöglichkeiten der Sprache. 1995 nahm sie deshalb an einem Cabaretworkshop der damaligen ASKIO (heute agile) teil, in dem ein eigenes Stück erarbeitet wurde. «Das nahm mir total den Ärmel rein!», gesteht Hasler. Durch die praktische Arbeit hatte sie Feuer gefangen. Mit dem Programm «Behinderung & Mobilität» hatte sie ihren ersten Auftritt. Als sie angefragt wurde, an der Procap-DV 2001 ein Referat zum Thema «Freiwillige» zu halten, überlegte sie sich, dass ein Cabaretstück zu diesem Thema beim Publikum wohl besser ankommen würde als ein Vortrag. Später folgten ein Auftrag für ein Programm zur Gleichstellungsinitiative und ein weiterer zum Thema der Integration in die Arbeitswelt. Trotz diesen Erfolgen löste sich die Gruppe 2004 auf, Conny Hasler hat seither wieder mehr Zeit zum Tanzen, das ihr näher ist. «Wenn ich auf die Bühne gehe, zeige ich etwas», sagt Hasler. Beim Cabaret ist es eine andere Form als beim Tanzen, da man eine politische Botschaft weitergeben will. Das Cabaret ist dabei eine andere, attraktivere Sprachform als eine blossе Rede. Hasler will auf der Bühne nicht verbergen, dass sie behindert ist, aber primär ist, eine gute Produktion zu zeigen. Sie beobachtet genau, ob die Botschaft wirklich ankommt. Wird wegen eines «Behindertenbonus» vielleicht weniger kritisiert und einfach nur höflich geklatscht? Für einen blossen «Jöh-Effekt» würde Hasler auch nicht tanzen wollen: «Das ist immer eine schwierige Sache, wenn man mit einer sichtbaren Behinderung auf die Bühne geht.»





Conny Hasler aime la vie, le rire, les polars et le mouvement. Et s'enthousiasme pour tout ce qui en vaut la peine.

«Sur scène, je montre quelque chose»

■ Déjà durant son enfance, à Bâle, Conny Hasler était fascinée par la danse. Lorsqu'un accident la rend paraplégique, il y a trente ans, elle a longuement cherché une manière de continuer à pratiquer la danse, de préférence moderne. A New York, elle a la possibilité de prendre part à un workshop. Fascinée, elle se met à danser à son retour à Bâle, en 1995, en compagnie d'une danseuse sur le point de terminer sa formation. Divers projets en compagnie de partenaires avec et sans handicap ont suivi, dans différents groupes, avec des noms fantaisistes comme «For4andMore» ou «StrandGut». La danse moderne est idéale pour s'exprimer. Mais Conny Hasler est également fascinée par les possibilités de l'expression orale. En 1995, elle participe à un cours de cabaret de l'ASKIO – aujourd'hui agile –, dans lequel elle doit développer une pièce de son cru. «Ça m'a complètement passionnée», raconte Hasler, enthousiasmée par le travail pratique. Avec le programme «Handicap et mobilité», elle participe à son premier spectacle. Lorsque Procap lui propose de donner une conférence sur le sujet des «bénévoles», lors de l'assemblée des délégués de 2001, elle se dit qu'un sketch de cabaret serait mieux accueilli par les spectateurs. Plus tard, elle reçoit un mandat dans le cadre de l'initiative sur l'égalité des personnes handicapées; et un autre sur le sujet de l'intégration au travail. Malgré ces succès, le groupe duquel elle est membre se dissout en 2004, ce qui laisse du temps à Conny Hasler pour danser, son activité préférée. «Lorsque je monte sur scène, je montre quelque chose», explique Conny Hasler. Avec le cabaret, on ne s'exprime pas de la même manière que par la danse, pour cause de contenu politique. Le cabaret est une forme d'expression plus attractive que le simple discours. Sur scène, Conny Hasler ne cache pas son handicap, mais le but premier reste d'offrir un bon spectacle. Et si à la fin du spectacle le public applaudit poliment et lui octroie un «bonus handicap», alors l'objectif n'est pas atteint. Idem pour la danse: le simple «effet-apitoiement» n'est pas une motivation suffisante pour se lancer. «C'est compliqué de monter sur scène avec un handicap visible», remarque Conny Hasler. Toujours est-il qu'elle n'a aucune intention d'arrêter: à l'avenir aussi elle fera du cabaret, mais également – et surtout – de la danse.



Conny Hasler au sujet de...

Temps

En avoir est précieux. Mais qu'est-ce que j'en fais?

Travail

C'est beau lorsqu'il a du sens et qu'on peut l'exercer au sein d'un groupe dans lequel on se sent bien.

Vacances

Signifie voir et faire des choses différentes.

Le luxe

Lorsqu'on se sent bien et qu'on peut vivre sans douleurs.

Amitié

Je trouve que c'est très important.

Amour

On peut le ressentir envers la nature, les humains, la terre et pour une personne très spéciale.

Procap, die grösste Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Behinderungen in der Schweiz, dankt der CREDIT SUISSE und ihren Volunteers für die tolle Unterstützung 2008.

Andiamo!

Menschen mit Behinderung erobern die slowUp

www.procap-andiamo.ch



Volunteers der CREDIT SUISSE begleiten zwei gut gelaunte Frauen in Spezialfahrzeugen an einem slowUp.

look&roll

2. Internationales Kurzfilmfestival

www.lookandroll.ch



Arnaud Six aus Paris, ausgezeichnet als bester Darsteller des Festivals, bedankt sich bei der Jury

Procap, la principale organisation en Suisse d'entraide pour les personnes handicapées, remercie le CREDIT SUISSE et ses bénévoles de leur formidable soutien en 2008.

Andiamo!

Les personnes handicapées à l'assaut du slowUp

www.procap-andiamo.ch



Des bénévoles du CREDIT SUISSE accompagnent deux participantes en véhicule adapté lors d'un slowUp.

look&roll

2^e festival international de courts métrages

www.lookandroll.ch



Arnaud Six, de Paris, sacré meilleur acteur du festival, remercie le jury.