



procap
magazine
pour personnes
avec handicap
2/2011

Photo : Sandro Battista

PAGE 16 Urs Vogt:

«Les mines réjouies me motivent»



FERIEN IN GRAUBÜNDEN!

Geniessen Sie
im sonnenverwöhnten

Vazeral

Ferien in
behindertengerecht
ingerichteten
Ferienwohnungen.

Auskünfte und Reservationen:

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



Des personnes avec
handicap partent en
vacances grâce à vos
anciennes monnaies.

Procap collecte les monnaies du monde entier
pour soutenir des personnes avec handicap.
Vous pouvez déposer vos pièces et billets auprès
de nombreuses banques et bureaux de change
CFF ou nous les envoyer par courrier. Merci!

pour personnes
avec handicap **procap**

Procap Suisse
Frobургstrasse 4, 4600 Olten
Tél. 062 206 88 88, www.procap.ch

Grand choix de véhicules électriques!

une semaine d`essai gratuit!



- Haute performance de moteur
- Sans permis de conduire
- Grande autonomie
- Suspensionné et confortable
- Assise tournable et adaptable
- Colonne de direction réglable
- Absolument sans entretien
- En différentes couleurs

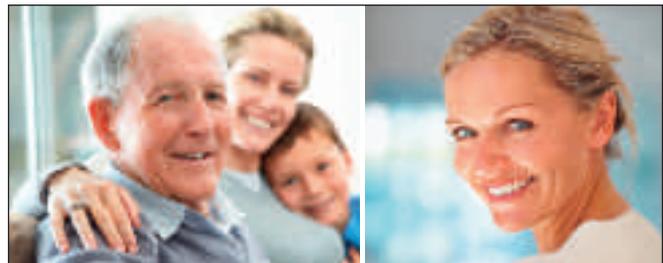


**Demandez un essai gratuit et sans
obligation pour plusieurs jours !**

Gloor Rehabilitation & Co AG
4458 Eptingen

Tel: 062 299 00 50

www.gloorrehab.ch ● mail@gloorrehab.ch



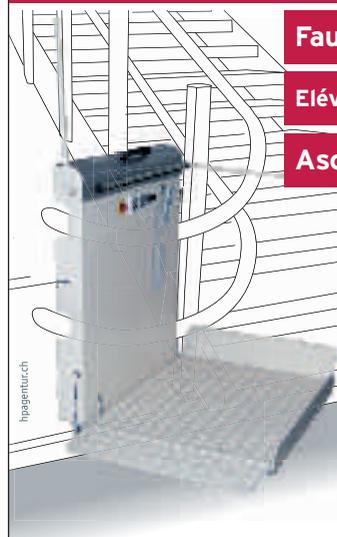
Monte-escaliers

Fauteils élévateurs

Élévateurs pour fauteuil roulant

Ascenseurs vertical

Pour plus d'informations:
www.hoeggliift.ch



HÖGG
LIFTSYSTEME

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

Page 4 EN BREF**BÉNÉVOLAT****Page 6** S'engager pour Procap**Page 12** Entretien avec le nouveau président central, Hans Frei**Page 14 PROCAP** Walter Kälin – Un regard en arrière**Page 16 RENDEZ-VOUS** Urs Vogt**Page 18 ENGAGEMENT** Le service de visites Procap**Page 20 AU TRAVAIL** Kurt Luchsinger
laque des fenêtres**Pagina 22 PARTE ITALIANA****SERVICE Page 26** Conseil juridique, Sections/Groupes sportifs**Page 28** Agenda, Petites annonces, Mots-croisés**Page 30** Le mot de la fin: Reto Meienberg**Editorial****Walter K. Kälin**Président central de Procap
Suisse de 1981 à 2011**Chers bénévoles et volontaires**

Bien des choses seraient impossibles dans notre association sans ces personnes engagées qui consacrent une partie de leur temps libre à Procap. Près de 56 000 heures de bénévolat par an sont accomplies dans nos sections. En 2010, les accompagnants-es bénévoles ont travaillé 40 500 heures pour l'offre de vacances de Procap! Jamais nous ne pourrions payer tout ce travail. Les personnes engagées pour Procap reçoivent une contrepartie. Reconnaisante, l'association leur octroie un certificat de bénévolat, un juste règlement des frais, une protection d'assurance et des possibilités de formation continue. Des participations, des mandats et des cahiers des charges clairs ainsi que des interlocuteurs accessibles contribuent à ce que les bénévoles puissent entièrement se consacrer à leur engagement pour les handicapés. L'adage dit que tout don est payé de retour. Bénévoles qui faites tant de bien à Procap, j'espère que vous obtenez aussi beaucoup en retour. Merci encore de votre engagement et bonne continuation.

Des «ornis» à Nyon



Les roues seront à l'honneur samedi 25 juin à Nyon lors du grand défilé d'Objet Roulant Non Identifié (ORNI): chaises roulantes maquillées et vélos modifiés participeront à une parade roulante en compagnie de brouettes, déambulateurs ou autres caddies. Ce défilé prendra place au milieu de multiples animations – concerts, spectacles, expositions et autres – visant à faire découvrir le monde du handicap. Cette troisième édition du «Festival Cap-Contact» crée des conditions favorables pour porter un autre regard sur le handicap, loin de l'image négative qu'on y attache trop souvent.

Un jury récompensera les constructions les plus originales ou humoristiques d'équipages composés d'une à trois personnes. Il est possible de s'inscrire sur le site de l'association Cap-Contact (www.cap-contact.ch). Attention, le nombre maximal de véhicules au départ du défilé est fixé à cinquante. [ahu]

Du sport handicap à la Gymnaestrada



» Billets et informations sur le site: www.wg-2011.com

Du 10 au 16 juillet 2011, Lausanne accueillera la «World Gymnaestrada», qui est la plus grande manifestation gymnique au monde. Organisé par la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG), cet événement célèbre la «gymnastique pour tous» en tant que discipline de loisir. Durant sept jours, des gymnastes de tout âge et de tout horizon, hommes, femmes, personnes handicapées, se rencontrent pour partager leur passion et leur talent. Cet événement non compétitif a lieu tous les quatre ans sur le territoire de l'une des fédérations de la FIG et attire plus de 20 000 participants du monde entier.

Ayant reçu, en 2002, les jeux nationaux d'été de Special Olympics, Lausanne dispose d'une infrastructure permettant d'accueillir les personnes à mobilité réduite. L'ensemble des sites de démonstration sont ainsi accessibles aux personnes handicapées et aux chaises roulantes. Outre l'infrastructure, tout sera mis en œuvre également au niveau de l'encadrement pour recevoir les groupes handicapés dans les meilleures conditions. Lors de la WG-2011, dans le cadre de la Soirée suisse, un groupe de jeunes gymnastes romands valides et handicapés se produira sous la bannière de Plusport, l'organisation faîtière du sport handicap en Suisse. [ahu]

Forfaits pour les appareils auditifs

L'assurance invalidité (AI) financera désormais l'achat d'appareils auditifs par des forfaits de Fr. 840.– pour un respectivement de Fr. 1650.– pour deux appareils. Les personnes concernées pourront choisir leur modèle. Par cette mesure, l'AI espère davantage de concurrence et donc une baisse du prix des moyens auxiliaires. L'AVS va également adopter ce système en versant 75% du montant prévu par l'AI aux retraités qui ont besoin d'appareil auditif. Comme jusqu'ici, l'AVS ne soutient l'achat que d'un seul appareil. Des exceptions sont prévues pour les enfants et les cas spéciaux. Ce nouveau système entrera vraisemblablement en vigueur le 1^{er} juillet 2011. [ahu]

Un réseau pour les fratries

Vivre avec un frère ou une sœur en situation de handicap n'est pas toujours évident. Les parents sont soutenus par différentes associations et des structures existent pour les personnes en situation de handicap. En septembre 2010, le groupe FratHandicap a été créé pour répondre aux attentes des frères et sœurs de personnes en situation de handicap. FratHandicap se veut un lieu d'échange et de discussion, avec des rencontres mensuelles.

» Plus d'informations sous: www.frathandicap.ch

Formation professionnelle pour tous!

Pour faire des économies, le Conseil fédéral veut mettre des obstacles plus élevés à la formation professionnelle de base des jeunes handicapés. Dorénavant, leur formation ne sera plus financée que si elle leur permet d'obtenir un salaire nettement plus élevé qu'au départ. «Deux tiers des apprentis actuels ne rem-



pliraient pas ces conditions et se retrouveraient dans une impasse professionnelle», constate Christine Häsler, responsable du domaine Politique sociale de Procap. Pour les personnes concernées et leurs familles, il est inacceptable que des jeunes avec un handicap soient privés d'une formation professionnelle pour de pures raisons de rentabilité. C'est pourquoi Procap Suisse, insieme et Cerebral Suisse ont lancé une pétition: les signataires demandent au Conseil fédéral de garantir une formation professionnelle aux jeunes handicapés, y compris aux jeunes avec un handicap plus lourd qui ne pourront peut-être pas gagner beaucoup d'argent ou qui travailleront dans un atelier protégé. Une feuille de signatures accompagne l'édition actuelle du magazine Procap. [bsc]

» La pétition peut également être signée en ligne à l'adresse www.formation-professionnelle-pour-tous.ch

Les collaborateurs de Sanitas marchent pour Procap



L'assurance-maladie Sanitas souhaitait encourager la santé de ses collaborateurs tout en réalisant une bonne action. C'est ainsi qu'elle a lancé la campagne «chaque pas compte»: toute personne intéressée a reçu un compteur de pas et inscrit sur un site internet le nombre de pas réalisés.

La fondation Sanitas versait alors 10 centimes sur un compte pour chaque kilomètre parcouru. Au total, la campagne a permis de réunir le montant de Fr. 3501.80, que Sanitas a décidé de verser à Procap Suisse. Nous remercions tout le personnel de la caisse-maladie Sanitas! [ahu]



Cet accompagnement me remplit de joie. Ce sentiment, je peux le répercuter et espère ainsi être en mesure de permettre aux handicapés de vivre un voyage inoubliable.»

Hannes Kuster, accompagnant de vacances sur l'île de Lanzarote et dans la région d'Aletsch

S'engager pour Procap

Procap ne pourrait fournir autant de prestations sans bénévoles. Pour qu'ils se sentent à l'aise et restent motivés, il est important que leur engagement soit valorisé.

Anita Huber

Esther Gingold, responsable du département Sections, l'affirme sans détour: pour une organisation d'entraide telle que Procap, le travail des bénévoles est essentiel. «Sans leur contribution, nous ne pourrions jamais offrir un aussi large choix de prestations en faveur des personnes avec handicap. Voilà pourquoi je souhaite ici remercier de tout cœur l'ensemble des bénévoles pour cet engagement». 47 % de la population suisse s'activent volontairement. Ainsi, quelque trois millions de gens travaillent sans rétribution au sein d'organisations et d'associations ou à titre privé. Selon les données 2009 de l'Observatoire du bénévolat, les individus qui s'engagent de la sorte en plus de leurs tâches familiales et professionnelles ont en général une bonne formation et jouissent d'une situation économique stable. On trouve dans les associations et organisations une majorité de gens entre 40 et 64 ans. Au niveau informel, l'aide spontanée aux voisins par exemple, figurent beaucoup de retraités entre 65 et 79 ans.

Le plaisir du bénévolat

Elsbeth Fischer, directrice de Benevol Schweiz, précisait le 16 avril dernier lors d'un séminaire de Procap consacré au travail bénévole: «Dans les années 1990,

les gens s'engageaient par esprit d'abnégation à aider les plus faibles. Actuellement, c'est prioritairement le plaisir de s'activer et l'occasion de faire bouger les choses avec autrui qui motivent les volontaires.» En outre, les bénévoles souhaitent élargir leurs horizons et assumer des responsabilités.

Ceux qui s'engagent volontairement ne veulent pas pour autant servir de larbin: «Je constate que de plus en plus, les bénévoles amènent leurs propres idées sur la manière dont ils entendent contribuer à une tâche. En revanche, il est plus difficile de trouver des gens qui s'engagent pour des fonctions fixes de comité et des tâches sans possibilité d'apport personnel», confirmait lors du séminaire Serge Fournier, président de Procap Valais romand. Elsbeth Fischer soulignait encore que la proportion d'aides disposés à se sacrifier sans compter, portés par un sentiment de devoir à accomplir, diminue.

Elsbeth Fischer conseille de délimiter clairement les tâches rémunérées et les activités bénévoles. Les activités volontaires doivent être définies et limitées dans le temps. Benevol Schweiz recommande de ne pas dépasser six heures hebdomadaires d'activité bénévole. En règle géné-



« Le bénévolat est un plaisir. C'est aussi une marque d'estime et de respect pour l'autre, celui qui apprécie votre soutien. »

Laurent Duvanel est président de la section Procap de La Chaux-de-Fonds.

rale, l'engagement s'étend sur une à deux heures par semaine. Aujourd'hui, on recrute plus aisément des bénévoles pour participer à des projets ciblés impliquant des tâches précises à effectuer que des gens pour un engagement à long terme. Soulignons qu'on ne peut pas exiger du travail des volontaires, il s'agit de le solliciter puis l'encourager.

Les volontaires en font beaucoup

Dans les sections Procap, on dénombre environ 1300 bénévoles qui occupent de multiples fonctions: accompagnante ou chauffeur, visiteuse ou vendeur de cœurs en chocolat, responsable de groupe sportif ou membre du comité. Grâce à une brigade de plus de 450 volontaires, de nom-



« Bénévolat: activité effectuée sans contrepartie financière. Mais y a-t-il plus fabuleux salaire que la reconnaissance sans faille des athlètes? »

Danièle Perseghini est responsable de Procap Sport région Broye.

breuses personnes avec handicap peuvent aller en vacances ou se rendre à des manifestations. Esther Gingold aimerait que Procap Suisse valorise ce travail en le mettant en évidence – surtout auprès des bailleurs de fonds.

A Procap, les bénévoles et les employés salariés travaillent main dans la main. Au département Loisirs & Sport, les permanent-es occupent 3,5 postes à temps plein. Parallèlement, les bénévoles fournissent l'équivalent de 20 postes. Il y a deux ans, la Conférence des présidents-es suisses a adopté les normes de Benevol. Depuis lors, on introduit par exemple des cahiers des charges destinés aux membres de comité et aux bénévoles assidus.



« Offrir le cinéma à tous les publics me tient particulièrement à cœur. J'espère que cette pratique se généralisera. »

Pour le projet look&roll, Philippe Thoney a décrit bénévolement les films à l'attention des aveugles.

Accompagner des vacanciers

L'an dernier, Procap Loisirs & Sport a proposé 47 offres de voyages pour germanophones, 6 pour francophones et 2 bilingues. Au total, 548 séjours escortés pour personnes avec handicap furent mis sur pied. Ce qui représente 320 missions pour les accompagnants-es. Elles furent assurées par 450 bénévoles alémaniques et 85 bénévoles francophones. Accompagner des vacanciers handicapés n'est pas une sinécure – et Procap Loisirs & Sport est exigeant: les accompagnants doivent mettre en sourdine leurs propres intérêts, ne pas craindre les contacts, avoir une bonne résistance tant physique que psychique et supporter des journées pouvant aller jusqu'à 14 heures d'affilée. Malgré

Envie de vous engager?

Procap est la plus grande association d'entraide pour personnes avec handicap en Suisse. Elle compte 20000 membres répartis dans quelque 45 sections locales. Les sections et les groupes sportifs sont à la recherche de bénévoles notamment pour les activités suivantes:

- Visites aux membres
- Assistance lors de manifestations (fête de Noël, après-midi de bricolage, rencontres conviviales, excursions...)
- Participation au comité
- Recherche de fonds (vente de produits, collecte)
- Assistance et entraînement de groupes sportifs
- Service de transport

Les sections vous fourniront volontiers de plus amples renseignements. Si vous souhaitez vous engager auprès de Procap Voyages comme accompagnateur ou accompagnatrice de vacances, vous obtiendrez des précisions en appelant le n° 062 206 88 30, en écrivant un courriel à sport@procap.ch ou en allant sur www.procap-sport.ch, rubrique «Participer».

➤ Adresses utiles: www.benevol.ch,
www.aneedubenevolat2011.ch

ces exigences élevées, de nombreux bénévoles s'annoncent. Barbara Ruchti, responsable de la gestion des bénévoles, sait bien pourquoi: «Nous offrons une aventure en terme de chaleur humaine.»

Impossible de gérer autant d'accompagnateurs-trices, sans une organisation professionnelle et des structures claires. Procap Loisirs & Sport définit des cahiers des charges, des conventions et des tâches. Ainsi, les bénévoles ne s'emberlificotent pas à discuter de compétences, mais sont directement en phase avec les vacanciers. Pour Barbara Ruchti, tous tirent parti de cette transparence: «Désormais, il ne faut plus connaître personnellement une guide de voyage pour participer à des vacances accompagnées. De nom-

breux bénévoles s'informent via internet des possibilités de s'engager chez nous.» Ceux qui s'inscrivent reçoivent des informations détaillées concernant le déroulement des séjours envisagés. Bien que le travail ne soit pas rémunéré, Procap Loisirs & Sport attend des prestations de bonne qualité. Barbara Ruchti sait apprécier un engagement efficace: «Pour nous, il est primordial de ne pas oublier de remercier régulièrement les accompagnatrices et accompagnateurs.»

Gestion des bénévoles version bernoise

La section bernoise de Procap dispose de 70 bénévoles effectuant régulièrement des missions. Sans compter les volontaires des groupes sportifs, des collectes au porte-à-porte et des ventes de cœurs en chocolat. «Pour ce type d'activités, il est difficile de trouver des bénévoles. La participation à un comité est aussi moins convoitée que le service de visite à domicile ou à l'hôpital», remarque Sandra Ghisoni, directrice de Procap Berne. Beau-

coup de volontaires sont actifs au sein du service de visites aux membres, pour les rencontres conviviales ou pour tenir des stands, lors des voyages de section ou des fêtes de Noël, etc. C'est souvent l'occasion de rencontres intéressantes: «Les membres sont toujours heureux de retrouver les mêmes bénévoles.»

Procap Berne dispose de cahiers des charges et d'accords de prestations pour le service de visite aux membres ainsi que celui d'assistance. Les responsables régionaux tirent chaque année un bilan avec les bénévoles du service d'assistance. Objectif de l'entretien: déterminer s'il faut un soutien plus conséquent et si un perfectionnement est nécessaire. En contrepartie de leur disponibilité, les bénévoles accèdent à un champ d'activité passionnant, participent une ou deux fois l'an à des cours de perfectionnement et bénéficient d'une excursion récréative organisée tout exprès pour eux. Ainsi, en octobre prochain, Procap Berne invite ses bénévoles à visiter la maison tropicale de Frutigen. ●

» **Serge Fournier**, président de la section Procap Valais romand, est bénévole depuis une douzaine d'années. Il entre d'abord au comité et prend très vite la direction du bureau-conseil pour la construction adaptée. A cette époque, le comité comptait un poste spécialement dédié au suivi des activités de ce bureau et comprenant l'organisation du travail et les contacts avec l'Etat. Depuis six ans, Serge est président de Procap Valais romand.

Il apprécie les tâches de direction, mais aussi d'avoir pu définir une ligne directrice de Procap au niveau national puis dans sa section. «Ça a été le plus motivant, mais j'apprécie également de pouvoir accompagner et soutenir les bénévoles dans leur travail», confirme-t-il. Serge



Fournier apprécie moins la gestion des finances et la recherche de fonds. Grâce à son impulsion, la section peut compter sur un cercle de bénévoles qui prend des initiatives et propose des activités. Et Serge de citer un groupe de pétanque, l'organisation par les bénévoles eux-mêmes de sorties, un atelier créatif qui va mettre en valeur le travail des artistes de Procap avec une exposition et un calendrier d'art. Ce dernier projet pourrait d'ailleurs rapporter un peu d'argent à la section. Pour Serge Fournier, ces nouvelles idées montrent que le bénévolat ne consiste pas seulement à suivre des directives. L'occasion pour lui de lancer un appel aux membres de Procap: «Il y a encore des tas d'autres idées à concrétiser, annoncez-vous!»

Formation professionnelle pour tous. Aussi pour les jeunes handicapés.

Signez la pétition en ligne sur: www.formation-professionnelle-pour-tous.ch

La mobilité, c'est la qualité de vie



Tout de première main

- Technique orthopédique
- Technique rééducative
- Mécanique du fauteuil roulant
- Transformation de véhicules
- Articles pour l'incontinence

Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller.

Orthotec AG | Case postale | CH-6207 Nottwil | T +41 41 939 56 06 | F +41 41 939 56 40
info@orthotec.ch | www.orthotec.ch



Nous assurons la fabrication personnalisée de prothèses pour les membres supérieurs et inférieurs



du développement à l'adaptation finale

Botta orthopédie SA
Rue Karl-Neuhaus 24
2502 Biel-Bienne
Tel. 032 328 40 80
Fax 032 328 40 88
www.bottaweb.ch
info@bottaweb.ch



Moyens auxiliaires, articles sanitaires et de réhabilitation

La référence pour la réhabilitation



Nous fournissons et entretenons tous les moyens auxiliaires ainsi que la bandagisterie et la corseterie

des conseils au montage

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



La Mobilité a un nom

1510 Moudon: 021 905 48 00
6962 Viganello: 091 972 36 28
8707 Uetikon: 044 920 05 04



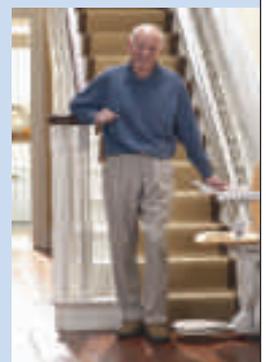
HERAG AG

Monte-Escaliers
STANNAH

Tramstrasse 46
8707 Uetikon am See
Mail: info@herag.ch
www.herag.ch

Envoyez, s.v.p., une documentation à l'adresse suivante

Nom _____
Rue _____
NPA _____
Lieu _____
Téléphone _____





«A chacun de s'engager du mieux qu'il peut»

Pour succéder à Walter Kälin, l'assemblée des délégués a élu Hans Frei à la présidence de Procap Suisse. Hans Frei révèle dans cet entretien dans quelle direction il entend développer Procap. **Interview: Anita Huber**

Comment vis-tu ton handicap dans la vie quotidienne et professionnelle?

Hans Frei: J'ai eu un accident de ski pendant mes études, en 1979. Depuis lors, je suis paraplégique et me déplace en fauteuil roulant. Evidemment, je me heurte sans cesse à des barrières. Dans l'ensemble, j'essaie de rester serein. J'étais aujourd'hui à la gare d'Oltén, face à une rampe que je ne pouvais aborder seul. Dans de telles situations, je n'éprouve aucune gêne à demander de l'aide. Les gens sont toujours aimables et obligeants.

J'évite autant que possible les immeubles sans ascenseur ni rampe.

Et je ne vais pas dans les restaurants qui ne sont atteignables que par un escalier.

Pourquoi t'engages-tu en faveur de Procap?

En 1985, Procap Saint-Gall-Appenzell m'a demandé si je voulais être actif au sein du comité central. J'ai accepté, aussi par solidarité avec les autres handicapés et parce que je me sens privilégié: j'ai un handicap qui ne m'empêche pas de travailler. En tant qu'avocat, j'ai l'habitude de me battre et de m'engager en faveur des plus faibles. Je suis certes limité dans certaines circonstances de la vie quotidienne mais, dans bien des domaines, je peux y aller à fond et

m'engager. Au sein d'une organisation d'entraide comme Procap, les personnes concernées en mesure de se défendre pour leurs propres besoins et ceux d'autrui doivent s'engager.

Durant tes années au comité central, qu'a réalisé Procap Saint-Gall-Appenzell?

Nous avons mis en place un centre de conseil professionnel. Nous avons obtenu que le pavage de la vieille ville de Saint-Gall tienne compte des handicapés. Lors de nouvelles constructions par l'Etat ou la ville de Saint-Gall, nous avons fait en sorte qu'il n'y ait pas seulement un appartement accessible aux personnes avec handicap, mais qu'ils le soient tous. Nous nous sommes battus tôt pour des planchers surbaissés dans les transports publics. Saint-Gall voulait biffer les contributions au transport des personnes handicapées; député au Grand Conseil, j'ai obtenu avec la section de Procap que le canton continue à subventionner ce service.

Outre ton engagement à Procap, quels sont tes mandats politiques?

De 1989 à 1996, j'ai été membre de l'exécutif PDC à la commune de Diepoldsau. A cette période, il allait de soi que les nouveaux édifices et les transformations devaient tous être planifiés pour les handicapés. De 1996 à 2009, j'ai été député au Grand Conseil. J'aimerais appeler tous ceux qui peuvent s'engager politiquement à le faire. Participer aux activités politiques est le meilleur moyen d'abattre les barrières et les préjugés. J'ai été membre de la commission consultative pour la transformation d'un immeuble historique où, pour des raisons de coût, le canton, maître d'œuvre, ne voulait pas installer de monte-escalier à la cave. Lorsqu'il a fallu me transporter en bas, la commission a tout de suite concédé le monte-escalier. Son coût ne se montait qu'à une fraction minime du total, moins de 0,2 %.

Pourquoi as-tu repris la présidence de Procap?

Je siége au comité central de Procap Suisse depuis 2005. L'engagement de notre association est très important. La 6^e révision à venir de l'AI montre que nous devons défendre nos intérêts et nos membres. Quand Walter Kälin a souhaité se retirer, j'ai décidé au terme d'une longue réflexion de m'investir comme président. Vu l'excellente équipe de la centrale, je suis sûr que nous pourrons continuer à faire bouger les choses en faveur des handicapés.

Comme nouveau président, sur quoi voudrais-tu mettre l'accent?

La notoriété de Procap est relativement modeste. Pour exister sur le marché des donateurs, ce n'est pas bon. En tant qu'organisation non lucrative, nous dépendons des dons.

C'est pourquoi j'aimerais accroître notre notoriété, entre autres par davantage de prises de position politiques. La révision de l'AI nous offre une plateforme pour contribuer activement et accroître notre visibilité. J'aimerais que chacune et chacun sache ce qu'est Procap. Quand j'arrêterai dans quelques années, j'aimerais laisser une organisation bien structurée et organisée qui fournisse un conseil presque exhaustif dans toute la Suisse.

Quelles sont les forces et les faiblesses de Procap?

Dans d'autres organisations, ce sont des non-handicapés qui représentent les intérêts des handicapés. Notre crédibilité d'organisation d'entraide de handicapés est évidemment bien plus grande. Certes, nous sommes parfois limités et moins performants du fait de notre handicap.

Par ailleurs, nous ne regroupons pas que des handicapés physiques mais aussi des personnes avec handicap mental. On ne peut pas leur demander la même chose qu'à des gens sans handicap perceptible.

Quel engagement des membres faut-il?

Chacune et chacun doit s'investir comme il et elle le peut. Nos membres ne doivent pas se borner à attendre qu'un autre entreprenne quelque chose. Nous devons nous battre nous-mêmes pour nos intérêts. Nos membres doivent s'engager et participer activement à la vie de l'association. C'est justement au niveau politique qu'ils doivent porter notre engagement. Allez voter sur les thèmes concernant le handicap et soutenez nos intérêts en vous laissant guider par nos recommandations politiques!

Pourquoi t'engages-tu dans le travail bénévole?

Notre société ne fonctionne que si tout le monde assume de temps à autre certaines tâches en faveur de la communauté et ne se borne pas à penser à soi-même. C'est ma motivation. C'est là que je veux fournir une contribution. Si chacun ne s'occupait égoïstement que de soi, ce serait l'enfer sur terre.

Quel temps y consacreras-tu?

J'envisage de devoir consacrer entre 10 et 20 % de mon temps de travail à Procap. A quoi s'ajoutent des soirées et des week-ends où je représente l'association ou étudie des dossiers. Je suis aussi actif au chœur d'hommes et au PDC de Saint-Gall. L'engagement bénévole remplit une bonne partie de mon temps libre.

Qu'obtiens-tu en compensation de ton engagement?

Mon engagement est en général évalué par les autres. C'est une motivation quand les gens disent: «Ça, tu l'as bien fait. C'est chouette que tu t'engages pour cela.» La reconnaissance des autres est importante pour continuer. En plus, ces activités me procurent joie et plaisir. ●



➤ **Hans Frei** a été élu président de Procap Suisse à l'assemblée des délégués. Il est actif au comité central national depuis 2005 et au comité central de Procap Saint-Gall-Appenzell depuis 1985. Né en 1955, il a obtenu une licence en droit et travaille comme avocat. Avec son épouse, il habite Diepoldsau, dans le Rheintal saint-gallois.



50 ans d'engagement pour Procap

Walter Kälin a été élu à la tête de l'Association suisse des Invalides (ASI) en 1981. Lors de la dernière assemblée des délégués-es, il a passé le témoin à son successeur Hans Frei après 22 ans de présidence centrale.

Walter Kälin adhère à l'Association suisse des Invalides (ASI) en 1961 à l'âge de seize ans, après avoir subi un accident de travail. Cinq ans à peine après son affiliation, il devient caissier de la section March-Höfe et, membre du comité, s'occupe des finances avec dynamisme et compétence. En 1973, il ouvre la fiduciaire qu'il dirige

encore à ce jour. Actif à 100%, Walter Kälin n'aura jamais eu besoin de rente AI. Il se marie en 1972 et est aujourd'hui père de trois filles.

C'est également en 1973 que l'assemblée des délégués-es réunie au Locle élit Walter Kälin au Comité central et à la présidence de la Fédération des jeunes. En 1981, il devient

vice-président de l'ASI et président de la commission des finances. Elu président central en 1989 (photo), il entend poursuivre des objectifs clairs: «L'association centrale doit s'assurer que l'ASI, malgré sa structure décentralisée, continue à former une unité dans toute la Suisse.» Il exige également que le travail de politique sociale gagne massivement en influence au niveau des parlementaires, autorités, associations, etc.

**Merci,
Walter
Kälin!**





1988



1989



1999

Au cours de sa longue présidence, Walter Kälin fête en 1990 les 60 ans de l'association (photo) en compagnie d'invités de marque, dont le conseiller fédéral Flavio Cotti, et s'engage entre autres dans le référendum contre la 4^e révision de l'AI (photo). Il met tout son poids pour faire évoluer l'organisation d'entraide vers une association de membres moderne; en 2001, le nom de l'ASI, jugé discriminatoire, devient «Procap – pour personnes avec handicap».

Au cours des trois dernières années, il accompagne de façon déterminante le processus de structure de Procap ainsi que le renouvellement de ses lignes directrices, statuts et stratégie. Aujourd'hui, Procap

est une association moderne dotée d'une longue tradition.

Actif en politique et en sport

Outre son travail stratégique à l'interne de l'association, Walter Kälin s'engage au niveau de la politique sociale: en 1988, il est élu sur une liste PDC au Grand Conseil du canton de Schwytz. Le magazine de l'ASI mentionne alors que l'association est bien représentée au plan politique grâce à Walter Kälin et qu'elle bénéficie, au niveau de son organisation interne, de ses impulsions. Onze ans plus tard, Walter Kälin est nommé à la présidence du Grand Conseil, devenant ainsi le premier citoyen de son canton. Depuis 1985, il est également trésorier de l'association in-

ternationale FIMITIC en faveur des personnes avec handicap physique. C'est en cette qualité qu'il est reçu chez le pape (photo).

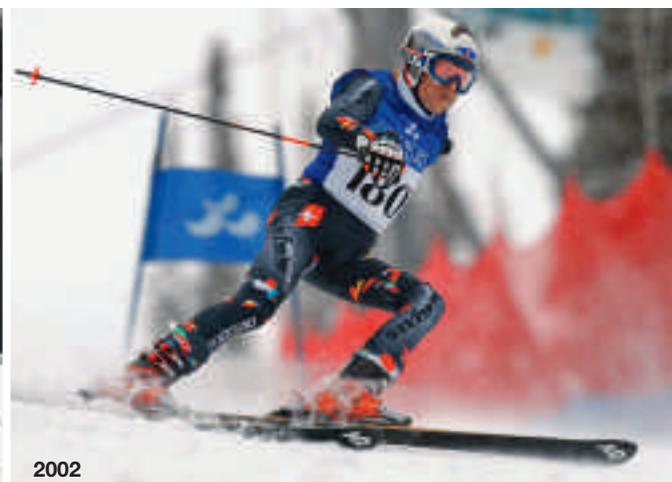
Walter Kälin est passionné de ski. En 1980, il commence à s'entraîner en ski de compétition et participe deux ans plus tard aux Championnats du monde de ski handicap dans les Alpes vaudoises. Là, il décroche deux médailles de bronze, l'une en slalom géant, l'autre en descente (photo). Depuis lors, il conquiert régulièrement le titre de champion suisse.

Jusqu'en 2002, il participe à trois reprises aux Jeux paralympiques et quatre fois aux Championnats du monde, terminant toujours sur le podium ou dans les six meilleurs.

Raffaella von Gunten / sources internes



1998



2002



2011

«Les mines
réjouies me
motivent»



Père de famille actif, Urs Vogt serait à vrai dire suffisamment occupé. Pourtant, comme président de Procap March-Höfe, il accomplit beaucoup de bénévolat, et ce avec un bel engagement.

>> Urs Vogt, pour vous, qu'est-ce que...

Le temps: une ressource très précieuse.

Le travail: la satisfaction d'être utile.

Le luxe: avoir la santé en est un grand.

L'amitié: la sensation agréable de pouvoir se fier à quelqu'un.

L'amour: un picotement dans le ventre, éternel j'espère.

Les vacances: soleil, délassément et inaction.

«Les mines réjouies de nos membres lors des manifestations me confirment chaque fois que mon engagement en vaut la peine.» C'est ce qui motive Urs Vogt à agir comme bénévole pour Procap. Enfant de la thalidomide, Urs Vogt est né avec un handicap; sa main et son bras droits sont très courts et déformés. Il a suivi l'école quasiment sans écueil. Mais le directeur de l'école cantonale de Pfäffikon a refusé son admission au motif que son handicap était trop lourd. Urs Vogt a terminé un apprentissage commercial avant de comprendre qu'il avait besoin de plus de contact avec les gens. Il serait volontiers devenu physiothérapeute mais son handicap ne le lui permettait pas. A la place, il a suivi une formation d'assistant technicien en radiologie médicale (TRM). Depuis longtemps, il occupe une fonction dirigeante à l'Institut de radiologie de Jona.

Dans ses loisirs, Urs Vogt s'investit pour un club de ski et un club cycliste. Sa fonction de président de la section March-Höfe l'occupe toute l'année durant: mener des séances, organiser des manifestations, restructurer la section, mobiliser des ressources – notamment pour le home Höfli, également propriété de la section. Comment mener tout cela de front? «Parfois, c'est presque trop. Je ne sais pas si je le referais. Mais les membres qui se réjouissent de la réussite d'une manifestation me donnent tant en retour. Pour moi, il est crucial de faire quelque chose pour les autres», confie Urs Vogt. D'ailleurs, il estime recevoir lui aussi beaucoup de soutien de sa femme et de l'équipe efficace de la section. Car la restructuration des sections dans les régions va de pair avec de nouveaux défis et tâches, parfois complexes, comme la réglementation du financement avec les cantons. «Mon premier objectif est de mettre sur pied et de stabiliser la région Procap Suisse centrale», estime Urs Vogt. Quid de ses vœux personnels? «Que mon épouse et mes deux enfants soient en bonne santé et s'épanouissent – voilà l'essentiel.» **Susi Mauderli**

«C'est toujours un plaisir»

En visite

Theres Hänni visite les membres Procap à la maison ou en institution. Depuis qu'elle a remis à Ernst Rutschi une assiette pour ses 30 ans d'affiliation, elle passe régulièrement lui rendre visite, ainsi qu'à son épouse.

Matthias Engel

«Merci pour les jolies violettes», lance Ernst Rutschi à la visiteuse en la priant de s'asseoir. Son épouse Frieda se réjouit aussi. «Quand Mme Hänni nous rend visite, c'est toujours un plaisir», assure-t-elle. Ils bavardent, boivent un thé, contemplant les montagnes de l'Oberland et le lac de Thoune depuis la terrasse. Comme Frieda Rutschi a 88 ans, son mari Ernst 91, ils renoncent à la promenade. Ils préfèrent demander à Theres Hänni ce qui se passe à Thoune. Elle raconte: «Cette semaine, je voulais acheter des chaussures à ma petite-fille de 2 ans. Ce fut une aventure...»

Tous les deux mois

Depuis trois ans, le couple vit dans un EMS de Sigriswil. Mais Theres Hänni leur rendait déjà visite tous les deux mois à Thoune, là où ils ont longtemps habité. «Nous avons fait connaissance il y a huit ans quand, pour les 30 ans d'affiliation d'Ernst Rutschi à Procap, j'ai apporté une assiette à röstis gravée», se rappelle la visiteuse de 67 ans.

Aujourd'hui encore, elle apporte toujours un cadeau. «Procap nous donne 5 francs pour offrir une petite attention aux personnes visitées.» Ernst Rutschi étant proche de la nature, elle a choisi des violettes. Du



Photo: Matthias Engel

Depuis huit ans, la visiteuse Procap Theres Hänni (à dr.) passe régulièrement chez Frieda et Ernst Rutschi.

fait d'un léger retard mental, l'ancien valet de ferme n'a pas pu faire d'apprentissage et a travaillé toute sa vie comme manoeuvre. «J'aime dessiner des fleurs et c'est moi qui arrose les plantes à l'EMS. J'accroche des sacs avec des noisettes pour les oiseaux», raconte-t-il.

Huit lieux de visite

A d'autres membres Procap, Theres Hänni apporte des confitures maison, des magazines populaires. En tout, dans la région de Thoune, elle visite huit couples ou personnes seules, à la maison ou en institution. «On entend parfois des histoires tristes mais, dans l'ensemble, ces rencontres sont des moments de joie, pour les personnes visitées comme pour moi.» Les intéressés apprécient que Theres, assistante en pharmacie retraitée, ait quelques connaissances médicales et comprenne ce que cela signifie quand on vous prescrit un nouveau médica-

ment. Fait-elle aussi des nettoyages ou des courses pour les intéressés?

«Non, il m'a fallu apprendre à être stricte.» Les membres visités ont compris que, pour cela, il existait d'autres services d'assistance.

Etre là pour son prochain

«C'est un sentiment agréable que d'être là pour son prochain», explique Theres Hänni, quand elle quitte le couple Rutschi au bout d'une heure. Elle n'a jamais regretté d'avoir accepté l'invitation d'un membre du comité central de Procap à contribuer au service des visites. L'engagement est bénévole, seuls les frais sont indemnisés. Au total, dix-sept personnes fonctionnent comme visiteurs et visiteuses pour Procap Berne. Les candidatures sont bienvenues. «Dans notre société, bien des gens sont seuls, mais nous ne le remarquons souvent pas», conclut la native de Thoune. ●



Les personnes intéressées à procurer, par leurs visites, une joie à des membres Procap, peuvent s'adresser aux responsables de sections régionaux. Les membres qui souhaitent recevoir des visites également.

Poser des limites – éviter les abus

Cours de sensibilisation

Procap tient à ce que ses bénévoles et collaborateurs soient bien informés. Une brochure et des cours de sensibilisation leur permettent de savoir comment déceler et surtout prévenir les atteintes à l'intimité.

Anita Huber

«Un homme de 30 ans chargé de visites aux malades peut-il mettre au lit une jeune fille de 16 ans handicapée mentale?» C'était l'une des questions débattues par les participants au cours «Relations – limites et abus».

Le travail de bénévolat implique des contacts physiques étroits. Or, lorsque des individus dépendent de l'aide d'autrui, un rapport de pouvoir s'établit. Cela favorise les abus – sexuels notamment. Afin d'empêcher toute atteinte à la sphère privée, toutes les personnes concernées doivent se demander jusqu'où peut aller le contact. Il s'agit de savoir poser des limites et d'être conscient de la disparité existant entre deux individus dont l'un aide l'autre. Esther Gingold, responsable des sections, veut favoriser la transparence: «Nous ne pouvons pas garantir qu'il n'y aura jamais d'atteintes à l'intimité. Mais il s'agit de sensibiliser tous les responsables afin qu'ils réagissent correctement en cas de soupçons. Nous voulons créer un climat d'ouverture qui prévienne les abus.»

Réfléchir en groupe

Depuis longtemps, Procap se préoccupe de prévention en la matière. En février, Procap Suisse a entamé une campagne interne de sensibilisation



Les collaborateurs de Procap discutent en groupe des cas d'abus.

en publiant une brochure intitulée «Relations – limites et abus». Sections et groupes sportifs sont ainsi tenus d'organiser des réunions d'information pour les collaborateurs, les membres du comité et les bénévoles.

Tous les collaborateurs de Procap Suisse ainsi que celles et ceux qui dans les sections s'occupent de l'accueil et des conseils doivent se former. Fin mars, 17 employés du secrétariat central ont suivi un cours de sensibilisation. Alternant information, discussion en plénum et travail de groupe, Christiane Weinand, animatrice du cours, a su créer un climat propice pour faire passer le message. Forte de son expérience à Mira, un service de prévention du harcèlement sexuel, elle sait que toute attaque d'ordre sexuel peut provoquer de gros dégâts chez les personnes touchées. Ainsi, il faut prévenir tout dépassement des limites fixées. Si une organisation tolère certains petits abus, les auteurs, hommes ou femmes, ont alors le sentiment qu'ils ne seront pas punis pour d'autres, plus importants. Les mesures de prévention ne doivent

pas être ponctuelles, mais s'inscrire dans la culture de l'association et devenir une norme, une évidence.

L'experte de Mira a fait appel au bon sens: «Prenez le danger d'abus d'ordre sexuel au sérieux et continuez à agir normalement. Accordez votre confiance aux accompagnants jusqu'à que vous ayez des raisons de vous méfier.» En discutant du cas évoqué plus haut, il est apparu clairement qu'une personne qui effectue des visites n'a pas pour mission de mettre quiconque au lit. Les responsables doivent donc rappeler au visiteur de ne pas outrepasser son rôle. ●

➤➤ La brochure «Relations – limites et abus» peut être téléchargée sous www.procap.ch ou commandée sur papier pour 10 francs auprès d'Esther Gingold, tél. 062 206 88 88 ou par courriel à formation@procap.ch.

➤➤ Esther Gingold vous mettra en contact avec des spécialistes pour les cours de formation. Personne de référence, elle peut aussi être consultée en cas d'abus.

Tout le monde n'y arriverait pas

Une minutie
indispensable

Quand la sclérose en plaque de Kurt Luchsinger a empiré, son patron, un fenêtrier, refusa de s'en séparer.

Michael Walther

Peintre-vernisser, Kurt Luchsinger enduit d'une fine couche de vernis une série de fenêtres accrochées à la potence motorisée et qui ont déjà reçu une première couche. Il les examine de près, égalise la moindre aspérité, en écarte une résolument: «Cette rugosité provient de la raboteuse. Ils reprendront ça à l'atelier.»

Dur pour un malade de SEP

Il faut aussi y regarder de près pour remarquer que Kurt Luchsinger est malade. On le voit à sa démarche peu assurée. En 1995, il a commencé à se fatiguer plus vite. A l'époque,

l'homme âgé aujourd'hui de 57 ans travaillait depuis deux ans chez Keller Fensterbau AG, à Bazenheid (SG). En 1999, le diagnostic est tombé: sclérose en plaque.

Kurt Luchsinger a deux enfants. A 14 ans déjà, pour aider ses parents, il entrait dans le monde professionnel. Depuis lors, il n'a jamais cessé de vivre pour son travail. Il encleche la ventilation et se met à vaporiser très régulièrement, et de toutes parts, un cadre de fenêtre. Un travail éprouvant pour les mains et les bras, surtout pour une personne atteinte de SEP.

«Je veux le garder»

Après 11 ans de travail à plein temps en dépit de la maladie, Kurt Luchsinger a été plus ou moins poussé chez Procap par son employeur. Le plus difficile fut presque de le convaincre qu'il ne pouvait plus travailler à 100%, témoigne l'avocat de Procap

Martin Boltshauer. «Son chef, Josef Keller, jurait qu'il ne mettrait pas un employé aussi fidèle à la rue. Il assurait un pont financier. Sans un soutien aussi clair, ça n'aurait pas marché.»

Josef Keller voulait obtenir une rente AI deux ans auparavant déjà, quand les problèmes de son employé ont augmenté. La demande a été refusée. «Le soutien de Procap a facilité les choses.» C'est ainsi que le peintre-vernisser touche aujourd'hui une demi-rente et travaille cinq matins par semaine. «Quand M. Luchsinger est là, il apporte de la compétence», constate le patron. Le chef d'atelier Alex Holenstein abonde: «Il est fiable.»

«Mon travail me plaît»

Plus que les bras, ce sont les jambes qui causent du souci au quinquagénaire. Il veille à ne pas marcher sur le tuyau du pistolet. «Ma démarche est devenue incertaine.» L'employeur lui a suggéré de travailler dans un autre département. Kurt Luchsinger refuse: «Même après quarante ans, mon travail me plaît toujours. Tout le monde ne sait pas peindre et vernir avec régularité. C'est pourquoi la plupart ne font pas ce travail.»

Selon lui, l'intégration au travail est une bonne chose: «Ne rien faire est mauvais pour soi-même et pour le corps. On est marginalisé et tout devient pire.» Le travail et les collègues sont importants: «Le poste de travail est largement un chez-soi.»

C'est la pause, tous sont assis sur le long banc devant la menuiserie. Parmi eux, Kurt Luchsinger. Intégré. Il mâche un bout de pizza, rigole avec les autres. Avant de retourner au boulot – celui que tout le monde ne sait pas faire. ●



Photo: Simon Walther/2plus.ch, Wattwill

«Après 40 ans, j'y ai toujours du plaisir.» Malgré sa maladie, Kurt Luchsinger est intégré chez le constructeur de fenêtres Keller AG.

Hans Frei élu par l'AD

Les 100 délégués-es de Procap ont nommé le successeur de Walter Kälin au cours de l'AD du 28 mai 2011 à Olten: l'avocat et politicien saint-gallois Hans Frei a été brillamment élu nouveau président central.

Anita Huber/Bruno Schmucki

«Les personnes avec handicap doivent avoir accès à la formation, au travail, à la culture et aux loisirs. Les personnes avec handicap ont leur place dans les classes des écoles normales, sur les places de sport et les cinémas, elles doivent pouvoir utiliser les transports publics, travailler au bureau ou en usine, manger au restaurant, accéder au sommet des montagnes ou se baigner sur les plages!» C'est avec ce plaidoyer fort pour davantage d'égalité et d'intégration que Hans Frei, 55 ans, a accepté son élection en qualité de président central de Procap. La séance s'est tenue samedi 28 mai 2011 au Stadttheater d'Olten. Dans son discours, Hans Frei a également esquissé les points forts qu'il entend développer durant les prochaines années: d'une part, les prestations de conseil et de services seront renforcées et améliorées, d'autre part Procap doit s'appuyer sur les forces de sa structure de base fondée sur l'entraide. «Les personnes avec handicap agissent chez Procap à tous les niveaux, qu'elles soient membres,



Walter Kälin (à g.) transmet le gouvernail au nouveau président central Hans Frei.

spécialistes de leur handicap, clients-es ou bénéficiaires de prestations.» Outre le nouveau président central Hans Frei, les délégués-es de Procap ont également élu Grazielle Walker Salzmann (Haut-Valais) et Heinrich Isler (March-Höfe) comme nouveaux membres du Comité central.

Passage de témoin

Plus tôt dans la séance, le président démissionnaire Walter Kälin a remis symboliquement le gouvernail de l'organisation Procap dans les mains de son successeur. Walter Kälin aura dirigé Procap durant 23 ans, une longue et belle histoire: il adhère à l'Association suisse des Invalides (ASI) à l'âge de 16 ans après un accident de travail qui lui fait perdre un bras et le blesse gravement à une jambe. A peine 5 années plus tard, il devient caissier de la section March-Höfe. En 1973, il entre au Comité

central et est élu président central en 1989.

Formation professionnelle pour tous

L'assemblée des délégués-es s'est principalement concentrée sur les sujets politiques du moment, en particulier la 6e révision de l'AI. Les délégués-es ont apporté leur soutien à la pétition «Formation professionnelle pour tous – aussi pour les jeunes handicapés». Avec Insieme et Cerebral Suisse, Procap demande au Conseil fédéral de garantir une formation professionnelle aux jeunes handicapés, même si ces derniers sont atteints d'un handicap sévère et qu'ils n'ont que peu de chances d'accéder à un emploi sur le marché primaire du travail (www.formation-professionnelle-pour-tous.ch). Enfin, les délégués-es de Procap jugent inacceptables les baisses de rentes actuellement discutées aux chambres et appellent le Parlement à rejeter la révision 6b de l'AI sous sa forme actuelle. Faute de quoi Procap et les autres organisations du domaine du handicap lanceront un référendum contre ce projet. ●

➤ **Le nouveau rapport annuel 2010** de Procap Suisse compte 30 pages. En français, allemand ou italien, il contient toutes les informations relatives aux succès de l'an dernier. Le rapport peut être commandé au 032 322 84 86 ou sur le site internet de Procap: www.procap.ch.



Impegnati con Procap

Senza i volontari Procap non potrebbe offrire tanti servizi. Pertanto si è data da fare per farli sentire a proprio agio e invogliarli a ripetere l'esperienza. **Anita Huber**

Per un'organizzazione di aiuto reciproco come Procap, il volontariato è fondamentale, come sottolinea Esther Gingold, responsabile del Servizio sezioni: «Senza volontari non potremmo mai offrire un simile ventaglio di prestazioni a favore delle persone con handicap. Pertanto colgo l'occasione per ringraziare di cuore tutti i volontari per il loro impegno.» Il 47 % della popolazione svizzera svolge attività di volontariato: circa tre milioni di persone sono attive come volontarie in seno ad associazioni o a titolo privato. Secondo i dati rilevati nel 2009 dall'Osservatorio del volontariato, le persone con una buona formazione e una situazione finanziaria stabile si impegnano spesso in attività di volontariato accanto agli impegni familiari e professionali. Nelle associazioni e nelle organizzazioni sono attive prevalentemente le persone tra i 40 e i 64 anni, mentre i pensionati tra i 65 e i 79 s'impegnano maggiormente a titolo privato, per esempio nell'aiuto di vicinato.

Soddisfazione personale e volontariato

Come illustrato dalla direttrice di Benevol Svizzera, Elsbeth Fischer, in occasione della giornata del volontariato di Procap, tenutasi il 16 aprile: «Negli anni novanta la gente si impegnava nel volontariato perché si sentiva obbligata ad aiutare i più deboli. Oggi lo fa per il piacere di svolgere determinate attività e per la possibilità di cambiare le cose insieme agli altri.» Ma anche per ampliare le proprie esperienze e assumere compiti di responsabilità.

Tuttavia, oggi chi si impegna nel volontariato non ha voglia di accollarsi lavori scomodi: «Mi rendo conto che in genere i volontari giungono da noi con un'idea ben precisa delle attività che intendono svolgere. Perciò faticiamo a trovare persone per funzioni fisse nei comitati e per compiti che non lasciano margine di manovra», afferma nel suo intervento Serge Fournier, presidente della sezione Procap Valais romand. Elsbeth Fischer sottolinea che il numero di volontari che si prodigano con senso del dovere in ogni momento è in calo.

Per migliorare la situazione consiglia di stabilire degli ambiti di attività e di fissare chiari limiti tra il lavoro remunerato e l'impegno volontario. Ogni servizio di volontariato dev'essere ben definito e limitato nel tempo. Benevol Svizzera raccomanda di fissare una durata massima di servizio pari a sei ore a settimana. Di norma i servizi di volontariato durano un'ora/un'ora e mezza a settimana. Oggi i volontari preferiscono una collaborazione legata a un progetto con compiti interessanti e chiaramente definiti piuttosto che un impegno a lungo termine. Il volontariato va promosso e incoraggiato, mai imposto.

Nelle sezioni di Procap circa 1300 volontari si prestano per l'assistenza, il trasporto, il servizio visite, le vendite, la direzione di gruppi sportivi e il lavoro nei comitati. Più di 450 volontari consentono alle persone con handicap di andare in vacanza o di frequentare eventi culturali. Esther Gingold di Procap Svizzera intende dare maggiore visibilità

a questo lavoro, anche nei confronti dei finanziatori dell'associazione.

Presso Procap i collaboratori fissi e i volontari lavorano mano nella mano. Nel Servizio viaggi e sport i collaboratori rappresentano l'equivalente di 3,5 posti a tempo pieno, mentre i volontari un equivalente di 20 posti a tempo pieno. Due anni fa la Conferenza nazionale dei presidenti ha adottato gli standard di Benevol e da allora Procap ha introdotto un elenco degli obblighi per i membri di comitato e per i volontari regolari.

Accompagnamento in vacanza

Lo scorso anno Procap ha proposto 47 vacanze assistite per persone con handicap in lingua tedesca, 6 in lingua francese e 4 bilingui a cui hanno aderito complessivamente 548 persone. Ha fornito 320 servizi di accompagnamento in vacanza con 450 volontari registrati germanofoni e 85 francofoni.

L'accompagnamento in vacanza è tutt'altro che rilassante: Procap Viaggi esige un notevole impegno. Gli accompagnatori devono relegare in secondo piano i propri interessi, avere facilità nei contatti, sopportare lo stress psichico e fisico ed essere in grado di lavorare fino a 14 ore al giorno. Nonostante le esigenze elevate sono in molti ad annunciarsi. Secondo Barbara Ruchti, responsabile della gestione dei volontari, la ragione di questo successo è «la possibilità di vivere un'avventura a contatto con gli altri.»

Per gestire un simile numero di accompagnatori di vacanze occorre un'organizzazione professionale. Pro-

cap Viaggi fissa perciò strutture chiare con l'ausilio di elenchi degli obblighi, accordi e mandati, in modo che i volontari non si perdano in discussioni sulle competenze, ma possano dedicarsi pienamente agli ospiti. Secondo Barbara Ruchti questa trasparenza offre vantaggi a tutti: «Oggi non è più necessario conoscere la guida per accompagnare le persone in vacanza. Spesso gli interessati si informano via internet sulle possibilità di prestare volontariato nella nostra associazione.» Chi si annuncia riceve informazioni precise sullo svolgimento della collaborazione. Procap Viaggi esige un lavoro di qualità anche se non remunerato. Barbara Ruchti apprezza molto l'impegno dei volontari: «È importante che anche gli accompagnatori ogni tanto si sentano dire grazie.»

Gestione del volontariato a Berna

La sezione Procap di Berna conta 70 volontari regolari. Altri volontari sono impegnati nei gruppi sportivi e nella raccolta di fondi porta a porta o attraverso le vendite di cuori di cioccolato. «È difficile trovare volontari per questi compiti e per il lavoro nei comitati, mentre è più facile per il servizio visite», afferma Sandra Ghisoni, responsabile di Procap Berna. Molti volontari sono attivi nell'ambito del servizio visite, degli incontri, delle gite, delle feste di Natale e degli stand informativi, tutte attività che costituiscono un'occasione d'incontro: «I nostri soci sono contenti di poter ritrovare sempre gli stessi volontari.»

Procap Berna si è dotata di elenchi degli obblighi e di accordi di collaborazione per i servizi visite e assi-

stenza. Le responsabili regionali svolgono ogni anno dei colloqui con gli assistenti allo scopo di individuare le necessità di sostegno e di perfezionamento. In cambio del loro impegno, i volontari ottengono riconoscimento, un ambito di attività interessante, la possibilità di seguire uno o due corsi di perfezionamento all'anno e ogni anno un regalo in segno di ringraziamento. In ottobre Procap organizza per i suoi volontari una gita alla serra tropicale di Frutigen. ●

» Per informazioni complementari riguardo alle diverse possibilità di volontariato, si prega di contattare Procap Ticino per telefono allo 091 921 07 67 o tramite posta elettronica info@procap-ticino.ch.

Hans Frei è il nuovo presidente

L'Assemblea dei delegati ha eletto Hans Frei alla presidenza di Procap. Il nuovo presidente, che subentra a Walther Kälin, ci svela quali saranno gli sviluppi futuri di Procap.

Quali sono le tue priorità da presidente?

Hans Frei: Procap è poco conosciuta e questo costituisce uno svantaggio sul mercato delle donazioni, da cui Procap dipende in qualità di organizzazione senza scopo di lucro. Pertanto desidero aumentare il grado di notorietà della nostra associazione, puntando in particolare su una maggiore visibilità a livello politico. La revisione della LAI ci offre una piattaforma ideale per apportare attivamente il nostro contributo e farci conoscere. Voglio che tutti sappiano cos'è Procap. Tra qualche anno, quando mi ritirerò, desidero lasciare



Foto: Patrick Lüthy

un'organizzazione ben strutturata che offra servizi di consulenza pressoché capillari.

Quali sono i punti forti e i punti deboli di Procap?

In altre organizzazioni e istituzioni sono le persone normodotate a difendere gli interessi dei diversamente abili. La nostra credibilità in qualità di organizzazione di disabili è ovviamente molto maggiore. Tuttavia a volte le nostre disabilità ci limitano sotto vari punti di vista: perché non abbiamo solo disabili fisici ma anche

persone con handicap psichici. Da questi soci non possiamo pretendere tanto quanto da quelli senza disabilità evidenti.

Quale impegno devono fornire i soci?

Ognuno deve fare quello che può, tuttavia senza aspettare che siano sempre gli altri ad attivarsi. Noi dobbiamo difendere da soli i nostri interessi. I nostri soci devono impegnarsi e partecipare attivamente alla vita dell'associazione. A livello politico devono sostenere il nostro impegno: per esempio andando a votare sui temi che riguardano i disabili e sostenendo le nostre battaglie secondo le nostre raccomandazioni di voto.

Qual è la ragione che ti spinge a fare volontariato?

La nostra società funziona solo se ognuno di noi svolge qualche compito per la collettività e non pensa solo a sé. Faccio volontariato perché voglio dare il mio contributo. Se ognuno pensasse solo per sé, la terra sarebbe un inferno. [ahuj] ●

«Amo il contatto con la gente»

Urs Vogt, assistente di radiologia e padre di due figli, ha poco tempo libero, eppure fa molto volontariato come presidente di Procap March-Höfe. **Susi Mauderli**



«Quando vedo i soci sorridere durante gli eventi che organizziamo ho la conferma che il mio impegno ha senso.» È proprio questo a motivare Urs Vogt a lavorare come volontario per Procap. Nato con la mano e il braccio sinistri più corti e deformati a causa del Contergan (farmaco venduto negli anni 1950 e 1960 e assunto in gravidanza, n. d. t.), ha frequentato senza problemi le scuole dell'obbligo, ma è stato respinto dall'allora direttore della scuola cantonale superiore di Pfäffikon che non riteneva possibile che con il suo handicap potesse seguire le lezioni. Ha quindi ripiegato su un tirocinio com-

merciale, ma presto si è reso conto di aver bisogno di più contatto con la gente. Gli sarebbe piaciuto diventare fisioterapista ma ha dovuto rinunciare a causa del suo handicap. In cambio ha frequentato la formazione di assistente medico tecnico di radiologia e lavora da molti anni come dirigente presso l'istituto radiologico di Jona.

Durante il tempo libero pratica lo sci e il ciclismo. E come presidente della sezione Procap March-Höfe è occupato tutto l'anno a dirigere riunioni, organizzare eventi, implementare la nuova struttura associativa e trovare le risorse finanziarie. Come fa a conciliare tutto? «Ci sono momenti

in cui è troppo. Tornando indietro non so se lo rifarei, ma la soddisfazione che provo nel vedere i soci contenti mi ripaga di tutti gli sforzi. Per me è fondamentale fare qualcosa per gli altri», afferma Urs Vogt, che a sua volta può contare sul sostegno di sua moglie e dei suoi collaboratori. Con la ristrutturazione delle sezioni locali non mancano certo nuovi compiti e sfide, anche difficili, come la gestione del finanziamento con i Cantoni. «Ora il mio obiettivo è di costituire e stabilizzare la regione Procap Svizzera centrale.» E un desiderio per la sua vita privata? «Che mia moglie e i miei due figli restino sani – è la cosa più importante.» ●

» Urs Vogt a proposito di ...

Tempo: una risorsa molto preziosa.

Lavoro: dà la soddisfazione di sentirsi utili.

Lusso: la salute è un lusso.

Amicizia: la bella sensazione di potersi fidare di qualcuno.

Amore: un fremito in pancia che si spera duri per sempre.

Vacanze: sole, divertimento e dolce far niente.

Conseil juridique

L'AI peut-elle réduire les heures de soins et d'aide à domicile?

Les soins que je donne à ma fille de 14 ans demandent beaucoup de temps et sont très exigeants. L'AI peut-elle supprimer ou réduire les 12 heures d'aide à domicile dont nous bénéficions actuellement?

Daniel Schilliger, avocat

En juillet 2010, le Tribunal fédéral a décidé que l'AI ne devait subvenir aux soins et à l'aide à domicile que si ce soutien ne peut être apporté que par des spécialistes qualifiés. L'AI ne doit donc par exemple pas financer les soins de base (dans les domaines des soins d'hygiène, de l'alimentation ou de la mobilité par exemple) même si ces derniers peuvent réclamer beaucoup de temps. La même remarque s'applique à la surveillance. Celle-ci ne doit être prise en charge par l'AI que si les parents ne sont pas techniquement en mesure d'y pourvoir. Si les soins et l'aide à domicile servent principalement à décharger les parents, ce n'est pas à l'AI de les payer. Les parents doivent financer les prestations visant à les décharger via l'allocation pour impotent et le supplément pour soins exigeants. Malheureusement, le Tribunal fédéral n'a absolument pas tenu compte de la charge pesant sur les parents. Bien au contraire: mieux les parents s'en sortent eux-mêmes, plus ils prouvent par là qu'ils peuvent – techniquement parlant – faire seuls face aux soins. Ce qui exclut derechef un soutien de l'AI.

Vu cet arrêt, l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) a édicté une circulaire précisant les exigences concrètes pour l'appréciation des demandes de soins et d'aide à domicile. Il se base à cet égard sur le catalogue de prestations de l'assurance-maladie. L'ins-

Photo: Patrick Lüthy



truction en question refuse certes elle aussi et majoritairement la prise en charge des soins de base et la surveillance. Mais le personnel d'instruction de l'AI dispose pour la première fois de directives différenciées pour évaluer les heures de soins et d'aide à domicile.

Quand l'AI a édicté une garantie de prise en charge des frais, elle ne peut revenir là-dessus de sitôt. Mais vous devez vous attendre à ce que l'AI évalue autrement que jusqu'ici le besoin de soins et d'aide à domicile lors du prochain examen ordinaire. Parcourez les nouvelles réglementations des soins et de l'aide à domicile (sur Google, cherchez «Lettre circulaire AI n° 297 du 1^{er} février 2011»). Vous verrez les domaines dans lesquels l'évaluation diffère au-

jourd'hui de la dernière garantie de prise en charge. Une fois cette clarification effectuée, vous pouvez faire appel à nos conseillers pour préparer le prochain examen AI ou un contrôle des décisions de l'AI. Si les prestations de soins pédiatriques à domicile prises en charge par l'AI diminuent, cela peut de surcroît avoir un effet sur le supplément pour soins exigeants. Il faut examiner si vous pouvez à l'avenir décompter un supplément supérieur sur ce point. Réagissez à temps car les décisions AI entrent en vigueur si elles ne sont pas contestées dans un certain délai.

Sections Groupes sportifs

Procap Littoral neuchâtelois 30 ans de bénévolat fêtés à Neuchâtel

Lors de l'assemblée du 19 mars 2011 de Procap Littoral neuchâtelois, M. Michel Broillet a annoncé qu'il se retirait de son poste de vice-président après 32 ans de sociétariat, dont 30 passés au comité. L'annonce de sa démission, marquée par une grande émotion, est présentée ici par le président de la section, M. Yvan Siggen: «J'ai commencé au comité en 1991. A ce moment, Michel venait d'être élu président. Nous avons collaboré étroitement et c'est donc une histoire très affective pour moi. Journaliste de métier, 100% aveugle, Michel a travaillé dans les chroniques judiciaires pour le journal local. L'expérience du droit qu'il en a acquise nous a souvent été fort utile. Sous

sa présidence, la section s'est professionnalisée, a trouvé des bureaux, engagé une secrétaire sociale. On l'appelait le président-patron, avec une secrétaire-directrice. Sa devise était: quand les gens ne savent plus où aller, ils viennent chez nous. Nous avons tous partagé ce point de vue en faveur des plus démunis.

C'est en 2003, lorsque Michel a été opéré du cœur, que nous avons échangé nos postes. Je suis devenu président et lui vice-président. Son soutien a notamment été celui de sa mémoire invraisemblable. On a vécu des choses difficiles au sein de la section Procap, mais il a toujours été positif, prêt au compliment, au mot qui fait du bien. Une autre chose qui m'a marquée, c'est qu'il parle toujours en utilisant des expressions visuelles, utilisant l'expression «tu vois», ou trouvant tel conseiller fédéral plutôt «gris». Du coup, on oublie vite qu'il est aveugle.

Son départ du comité est compensé par l'arrivée de Michèle Krähenbühl, dont l'expérience en qualité de conseillère sociale de la section nous permettra d'assurer la bonne marche de la réorganisation de Procap dans la région Romandie Nord. Le comité que je préside est donc au complet avec sept membres. Je tiens à remercier du fond du cœur notre ami Michel Broillet qui s'est dévoué bénévolement et avec détermination pour notre section.»



Joanna Gerber, responsable de la boutique Procap de Moutier

Bénévolat à la boutique Procap

Joanna Gerber et son équipe, toutes bénévoles, accueillent chaleureusement les membres et les clients à la boutique Procap de Moutier. La plupart des articles vendus sont également produits par des bénévoles.

Mme Joanna Gerber est responsable bénévole de la boutique Procap de Moutier depuis 2009, après avoir été longtemps l'une des assistantes de la responsable précédente. Elle se charge de l'approvisionnement de la boutique, de l'aménagement de la vitrine et de toute la logistique. Elle peut compter sur le soutien de trois autres membres de la section.

Un lieu de rencontre pour tous

«C'est le contact avec les membres qui m'intéresse le plus», dit-elle. «J'ai travaillé à la réception d'un hôpital et d'un home et ça me remet un peu dans cette ambiance. J'aime surtout être proche des gens.» La boutique est à la fois un lieu de vente et une permanence sociale de la section. Située près de la vieille ville de Moutier dans un endroit passant, la boutique est ouverte trois demi-journées par semaine. Elle doit

sa promotion à diverses actions dont la présence sur des foires, des promotions avant Noël et des cartes de visites distribuées à la clientèle.

En prévision de l'été, Joanna Gerber pare la boutique de couleurs estivales, avec des bonnets de soleil pour les bébés, des pulls à manches courtes pour dames et enfants ainsi que des tabliers et linges de bain décorés de fleurs.

Des produits artisanaux uniques

Les articles vendus, qui vont des travaux d'ouvrages aux bijoux en passant par les cartes, bougies et autres produits estampillés Procap, proviennent surtout de membres de la section et pour certains de tricoteuses de Glaris, du Valais voire d'Alsace. La clientèle vient parfois de très loin pour trouver certains articles inédits.

Joanna Gerber se réjouit d'avoir pu boucler l'année 2010 sur un



solde positif mais continue de craindre une dégradation du résultat financier, qui contraindrait la boutique à la fermeture. Avec le comité de la section, elle cherche des solutions pour pérenniser ce lieu de rencontre pas comme les autres. Elle lance un appel aux brodeuses ou couturières bénévoles qui souhaiteraient apporter leurs produits à la boutique! En cas d'intérêt, n'hésitez pas à la contacter. [Raphaël Fehlmann]

» **Boutique Procap**, rue du Moulin 15, 2740 Moutier, tél. 079 310 10 61 (Joanna Gerber). Horaires: mercredi de 14 à 17 h 30, jeudi de 9 h à 11 h 30 (présence de la secrétaire de la section pour toutes demandes juridiques ou sociales) et samedi de 9 h à 11 h 30. On y trouve: café, thé, accueil chaleureux et divers produits artisanaux dont les fameux tabliers très prisés.

Loisirs & Sport

Enfants et adolescents

Camp polysportif en Valais, 24 juillet au 6 août, 24 au 30 juillet, 31 juillet au 6 août

Camp polysportif au Tessin 17 au 22 octobre

Semaines à l'étranger

Camp canoë-kayak en France 11 au 18 septembre

Week-end en Suisse

Aventure au bord du Doubs 11 au 13 juin

L'appel de la montagne 17 et 18 septembre

Loisirs en Suisse

Les Diablerets, 24 juillet au 6 août

Manifestations sportives

Journée de natation à Herzogenbuchsee, 25 juin

Journée sportive Plusport à Macolin, 10 juillet

Tournoi de unihockey à Langenthal 5 novembre

Nouveau

Tournoi de balle au filet à Olten 13 novembre

Formation continue Procap Sport

«**Sport-santé** Comment motiver les gens à bouger plus? Dans l'eau» 22 octobre

Journée technique Sport

Journée technique Procap Sport 12 novembre

» Vous trouverez d'autres manifestations sur www.procap-sport.ch



Petites annonces

Petites annonces gratuites pour les membres

1. La rédaction se réserve le droit de retravailler le contenu rédactionnel de l'annonce.
2. Les lettres-réponses sous chiffre sont transmises par Procap sans être ouvertes.
3. La rédaction décline toute responsabilité sur le contenu des annonces. Procap ne les vérifie pas. Procap se réserve le droit de refuser des annonces sans indication des motifs.

Les annonces sont à envoyer

à l'adresse: Rédaction Journal Procap, case postale, 4601 Olten, info@procap.ch

Rencontre

Dame suisse, sérieuse et active, célibataire, douce et compréhensive, avec léger handicap, 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. Merci de me contacter au téléphone 077 218 17 77.

Suisse divorcée, 58, avec léger handicap physique, souhaite rencontrer un compagnon avec léger handicap physique, aimant les chats, pour une relation sérieuse et durable basée sur la gentillesse, le respect et la compréhension.



J'habite à Bienne. Veuillez me contacter au n° de téléphone 032 322 70 31 ou 072 472 30 90.

Jeune homme de 56 ans, légèrement handicapé de naissance, ayant énormément souffert de solitude, désire rencontrer dame pour amitié sincère et durable. Région de Delémont et environs. Laisser un message au tél. 078 756 34 26.

Jeune homme, 23, avec léger handicap physique, recherche jeune fille aimant les animaux et la nature pour relation sérieuse. Pour me contacter, z.hofstetter@gmail.com ou chiffre 11/2-7, Procap, case postale, 4601 Olten.

A vendre

A vendre: Uniski (Tessier, T3), 2006, Fr. 1500.- (prix d'achat Fr. 3500.-). Uniski Schneebli), 1990, Fr. 200.- (prix d'achat Fr. 2000.-). Handibike (Nexus), 1999, Fr. 800.- (prix d'achat Fr. 4000.-). Pour tout autre renseignement: B. Koller, tél. 032 951 27 60, 079 755 44 70, mail kollerb@bluewin.ch

Les mots-croisés

Remplissez la grille des mots-croisés, trouvez le mot caché et gagnez, avec un peu de chance, le set d'été de Procap, avec casquette, ballon de foot et porte-clés. Envoyez votre solution jusqu'au 16 juillet 2011 à: Rédaction du magazine Procap, case postale, 4601 Olten, ou par courriel à: info@procap.ch.



EN RÉCLAME	INSECTES							
ARME								
PÉPITE								
COPAIN								
LAC PYRÉNÉEN								
ET LA SUITE								
		MANIE	MŒURS	LOUVOIE				
	1	BABY-BOOM	RABÂCHERA	LÉSION DUE AU FROID				
FLEUVE								
AVIDE			7					
	2				MOT D'ENFANT			
					PUIS			
SANS TACHE			GÉRÉ					
SOTTES ACTIONS			NICKEL				6	
TITRE LÉGAL		FIBRE TEXTILE		LAIZE				
		CITÉ ANTIQUE	3	TRAGI-COMÉDIE				5
	4		CINQ FRANCS EN ARGENT	8				SUR UNE PEAU D'ÂNE
ENDUIT								
TAPAGES			POUFFER					
								9

© Alain DUBOIS

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

Mots-croisés du numéro 1/2011

La solution de la dernière édition est: **Quotidien**

Les personnes suivantes ont envoyé la bonne solution des mots-croisés de la dernière édition:

- » Fabienne Yersin, Fleurier
- » Elisabeth Bachmann, Cormoret
- » Christian Praz, Bramois

Avec toutes nos félicitations!

» Après la fin du délai d'envoi, la solution peut être demandée à l'adresse ci-dessus. Les noms des gagnants seront publiés dans la prochaine édition. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du concours.

Echec et mat au centre médico-social



Chaque jeudi, je me rends au centre de jour de Küssnacht dans le cadre du service de visite. Tout d'abord, nous y prenons le repas ensemble. Toni se réjouit toujours énormément de ma visite car nous sommes les deux seuls hommes de la table. A chaque fois, il me dit avec bonheur: «Nous voilà 100 % d'hommes en

plus.» Il dit très souvent la même chose. Car Toni est atteint de démence. Après le repas, nous faisons quelques parties d'échecs. Rien de très étonnant à cela. Répondant à ma demande, la responsable m'a confié que ce type de patients peut souvent poursuivre ses activités malgré le début de la maladie. En tout cas, nos parties sont assez équilibrées. Suivent encore une ou deux sessions de jass, où il me dit invariablement: «Tu joues comme un randonneur radio.» Je n'ai toujours pas saisi ce qu'il entend par là. En revanche, il ne dit plus qu'il ira voir des amis à Gstaad la semaine prochaine et qu'il sera donc absent. Entre-temps, il l'a apparemment oublié aussi.

Reto Meienberg

Reto Meienberg est rédacteur publicitaire indépendant. Il a légendé des caricatures sur des handicapés. Agé de 54 ans, il a su à 19 ans qu'il était atteint de sclérose en plaque.

POINT FORT
3/2011

Politiciens-nes
avec handicap

Prochain point fort

Cet automne aura lieu l'élection des conseillers nationaux et aux Etats. C'est pourquoi le prochain magazine Procap traite de politique suisse: quelle place ont les personnes avec handicap dans la politique? Le magazine présente des hommes et des femmes politiques qui s'engagent malgré leur handicap et qui se présentent aux élections ou occupent d'ores et déjà une fonction politique. [ahu]

Sondage
Procap

Le 23 octobre prochain, nous élirons les conseillers nationaux et aux Etats pour quatre ans. Donnez-vous la préférence aux candidats-es avec handicap s'il y en a?

- oui, à tous
- selon le parti
- non, jamais

» Sondage sur www.procap.ch

Impressum

Editeur Procap **Tirage** 21 911 (REMP); paraît quatre fois par année **Edition et rédaction** Procap magazine, Frobürgstr. 4, case postale, 4601 Olten, tél. 062 206 88 88, info@procap.ch **www.procap.ch** **Annonces** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förlibuckstrasse 70, case postale, 8021 Zürich, tél. 043 444 51 09, Fax 043 444 51 01, info@fachmedien.ch **Rédaction** Anita Huber (ahu), Dominique Hartmann **Ont collaboré à ce numéro** Martin Boltschauser, Matthias Engel, Raphaël Fehlmann (rf), Dominique Hartmann, Susi Mauderli, Bruno Schmucki, Raffaella von Gunten, Martin Walther, Laurent Duvanel, Gian Pozzy, Jean-François Zurbruggen (traduction f), Flavia Molinari Egloff (traduction it), Priska Vogt (relecture). **Mise en page** Clemens Ackermann **Impression et expédition** Stämpfli Publications SA, 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** Pour non-membres par année: Suisse Fr. 20.-, étranger Fr. 25.-, ISSN 1664-4611 **Délai de rédaction du n° 3/2011** 4 août 2011; parution 8 septembre 2011







- 100% – Fabriqué au Népal
- 100% – Design de qualité suisse
- 100% – Hydropower produit à l'aide d'électricité écologique issue de l'énergie hydraulique
- 100% – Commerce équitable



TOUT EN UN UN POUR TOUT

QUALITE SUPERIEURE – MEILLEURS PRIX
COMMERC EQUITABLE
GAMME TITANIUM – VESTES ET PANTALONS
NOUVEAUX MODELES 20010/11
11 COULEURS – 9 TAILLES – FONCTIONS 6 + 3 + 2

www.careshop.ch



COMMANDES – Code: Procacp 05/11
Tél. 0848 900 200

HIMALAYA OUTDOOR® by **DMLIN**
est distribué en exclusivité en Suisse chez : www.careshop.ch

Article / dimension / couleur	Quantité	Prix
Nom et prénom	Téléph.	
Rue/NPA/localité	E-Mail	
Signature	Date	



au lieu de* 698.– **198.–**



au lieu de* 248.– **98.–**

Gilet/veste fonctionnelle d'extérieur en duvet d'oie TITANIUM 2 EN 1

Extra-léger; indice de gonflant 700; compartiments surpiqués régulièrement; manches amovibles; extérieur Ripstop Nylon HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. **Made in Nepal.**

GRATUIT – Extreme Outdoor Chocolate pour l'achat d'un produit Himalaya Outdoor TITANIUM (par commande)



au lieu de* 349.– **149.–**



Veste fonctionnelle d'extérieur TITANIUM 6 EN 1

Veste d'extérieur (4 saisons) haut de gamme, **testée en conditions himalayennes/alpines**, répondant aux exigences les plus élevées et offrant toute une panoplie de qualités techniques; fermeture avant avec zip dissimulé à ouverture en haut et en bas, avec protection du menton; 2 grandes poches intérieures poitrine zippées; 3 poches intérieures filet/velours; 4 poches extérieures zippées; toutes les fermetures éclair repoussent l'eau et sont en plus protégées; Cool-System: aération par zip ou velcro sous les aisselles; capuche réglable et amovible enroulable dans le col avec visière pouvant être utilisée avec un casque; manchettes réglables par velcro d'une seule main; cordon élastique à la taille et dans l'ourlet du bas; avec **2 vestes intérieures amovibles en tissu polaire** (isolation moyenne/élevée: 300/400g/l, diverses poches intérieures/extérieures zippées), fabriqué en HIMATEX deux couches, une fibre respirante imperméable à 100% au vent et à l'humidité; coutures thermosoudées imperméables; **impermeabilité:** 20'000 mm, **micro-aération:** 6'000 mvt (g/m²/24h); **kit spécial hiver/ski:** soufflet pare-neige se fixant par zip avec élastique pour veste extérieure/polaire; poche pour ticket sur le bras gauche; poche transparente amovible pour forfait remontées mécaniques; masque tête-casque pouvant être dissimulé dans le col; 1 masque visage tempête; HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. **Fabriqué au Népal.**

Pantalon fonctionnel d'extérieur TITANIUM 3 EN 1

Pantalon fonctionnel solide conçu avec de nombreux détails techniques: **optimal comme pantalon de ski/de trekking**; assorti à la veste TITANIUM 6 EN 1; zip latéral dissimulé sur toute la longueur de la jambe; coupe ergonomique; bretelles amovibles pour pantalon extérieur/polaire; bas de jambe réglable par velcro; 4 poches zippées imperméables; **kit spécial hiver/ski: 1 pantalon polaire amovible** avec taille haute à l'avant et à l'arrière, 2 poches latérales, 1 poche poitrine kangouou zippée; gûêtres pare-neige élastiques amovibles avec bride de maintien; fabriqué en HIMATEX deux couches, une fibre respirante imperméable à 100% au vent et à l'humidité; surface couche supérieure en ripstop anti-déchirures et anti-abrasion particulièrement résistant aux genoux/fessier/intérieur des chevilles; toutes les coutures sont thermosoudées et imperméables; **impermeabilité:** 20'000 mm, **respirabilité:** 6'000 mvt (g/m²/24h); HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. **Fabriqué au Népal.**

Veste/Pantalon: 11 couleurs: 1. jaune, 2. orange, 3. rouge, 4. bleu ciel, 5. bleu glace, 6. bleu, 7. vert printemps, 8. olive, 9. gris, 10. noir. **9 tailles:** 2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL.

Extrem Outdoor Chocolate – Chocolat **énergétique naturel** ; un emballage spécial protège de la chaleur et empêche le chocolat de fondre trop vite ; un mélange secret d'herbes alpines biologiques **fournit de l'énergie en permanence** ; sel suisse des Alpes pour un **bilan électrolytique équilibré** ; recette partant d'un livre de science sur les herbes médicinales de 1625 ; fait main dans une petite confiserie dans l'Oberland bernois. SWISS ADVANCE®. **Fait main en Suisse.**

Fauteuil tournant de bureau

ERGOTEC SYNCHRO

au lieu de* 1198.– **498.–**

698.– au lieu de* 1498.– (en cuir)



Lunettes de sport EXPLORER

ClimaControl

au lieu de* 298.– **98.–**



Set de jeu en bois

BRAINGAMES 25 IN 1

au lieu de* 169.– **69.–**



Sac à dos multifonctions

X-TRAIL HYDROLITE 27+5

au lieu de* 298.– **98.–**



SHOP Venez visiter nos magasins «Careshop»:

Bâle, Aeschenvorstadt 55, Téléphone 061 227 92 76, Solothurn, Bielstrasse 23, Téléphone 032 621 92 91

Commandes: CARESHOP GmbH, c/o Bürgerspital Basel, Ruchfeldstrasse 15, 4142 Münchenstein