

# A DOMICILE GRACE A L'ASSISTANCE

PAGE 6 Vivre à domicile    PAGINE 22-25 Parte italiana

Photo : Maya Kovats

procap  
magazine  
pour personnes  
avec handicap  
4/2012

PAGE 14 Stefanie Dettling

« Il est important de faire confiance à son assistant »

## Grand choix de véhicules électriques!

une semaine d'essai gratuit



- Haute performance de moteur
- Sans permis de conduire
- Grande autonomie
- Suspension et confortable
- Assise tournante 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**

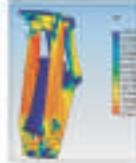
4458 Eptingen

Tel: 062 299 00 50

www.gloorrehab.ch • mail@gloorrehab.ch

**botta**  
orthopédie

La référence pour l'appareillage prothétique



**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



## Mouvement au lieu des médicaments

MOTOMed vous aide en cas de spasticité, affaiblissement physique et manque de mouvement. L'entraînement physique journalier est possible aussi pour vous avec l'appareil motorisé MOTOMed. Un mouvement rond, guidé et bienfaisant – par vos propres moyens ou assisté par moteur – selon vos propres besoins. Vous pouvez vous entraîner à la maison, indépendamment, facile et sûr et ceci tous les jours.

Eprouvez le sentiment de

- Réduction et élimination de spasticité
- Augmentez votre capacité de la marche
- Améliorez votre équilibre
- Activez vos forces musculaires restantes
- Des jambes chauds, sans douleurs
- Bon fonctionnement de votre digestion
- Un bien-être accru
- Meilleur moral et plus d'énergie

Testé cliniquement et conseillé pour :

- Troubles de la santé dus à la vieillesse
- Ostéoporose
- Sclérose en plaques
- Parkinson
- Accident vasculaire cérébral

Testez maintenant gratuitement avec garantie de satisfaction !

Vous pouvez obtenir des informations compétentes et sans engagement sous le numéro de téléphone 061 - 467 84 44

Du par courrier électronique: info@rehasys.ch



☒ Veuillez m'envoyer votre documentation complète :

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_  
 Rue: \_\_\_\_\_ Ville/Canton: \_\_\_\_\_  
 Téléphone: \_\_\_\_\_

Envoyer à: Rehabilitations Systeme AG • Binningerstrasse 110d • 4123 Allschwil  
 par Fax: 061 - 467 84 49 ou par e-mail: kontakt@motomed.ch

**Rehasys**

Für ein Leben in Bewegung

**Page 4 EN BREF****A DOMICILE GRACE A L'ASSISTANCE****Page 6** Vivre à domicile**Page 11** Entretien avec Katharina Kanka et Daniel Schilliger**Page 14 RENDEZ-VOUS** Stefanie Dettling**Page 16 AU TRAVAIL** Au poste d'assistant**Page 17 LAVIVA** Disco à Fri-Son**Page 18 POLITIQUE SOCIALE** Débattre du diagnostic prénatal**Page 21 ACCESSIBILITE ET INTEGRATION** look&roll**Pagina 22 PARTE ITALIANA****SERVICE Page 26** Conseil juridique, sections/groupes sportifs**Page 28** Petites annonces, coin lecture et mots-croisés**Page 30** Le mot de la fin : Reto Meienberg**Editorial****Xavier Meyer**  
rédacteur**Autonome, oui mais comment ?**

Les associations de défense des personnes avec handicap se battent pour qu'une prise de conscience existe autour de nombreux gestes de tous les jours qui paraissent simples, mais ne le sont pas. De même, elles défendent le droit d'obtenir des soins non seulement dans une institution spécialisée, mais également à domicile. Le fait de s'intéresser à toutes ces composantes du quotidien, comprises dans le contexte du handicap, soulève la question de l'autonomie et de la gestion de cette dernière. Comment fonctionne la contribution d'assistance qui permet, depuis le 1<sup>er</sup> janvier de cette année, d'engager des personnes à son domicile pour dispenser de soins ? Peut-on facilement s'improviser entrepreneur à la tête de ces employés qui se relaient de la sorte ? Des rencontres avec les emblématiques Béatrice Renz et Katharina Kanka, deux femmes avec handicap qui militent depuis des années pour que le droit à l'autonomie soit reconnu, sont notamment à découvrir dans ce numéro.

# Culture pour tous

Le thème de la Journée internationale des personnes handicapées du 3 décembre est « Culture accessible – culture pour tous ». Les personnes en situation de handicap doivent avoir les mêmes possibilités de prendre part à la vie culturelle que les autres, qu'il s'agisse de l'accès à des salles de théâtre, des musées ou des cinémas, à des programmes culturels et à du matériel culturel. Des opportunités d'épanouissement dans les activités artistiques doivent aussi être proposées aux personnes avec handicap. En effet, les manifestations artistiques et culturelles sont toujours des lieux de rencontre. L'art peut ainsi servir à la sensibilisation et à la compréhension.

[ahu]

» [www.3decembre.ch](http://www.3decembre.ch)



Photo : Fossil/Art

## Renouveler la carte TP

La carte d'accompagnement pour voyageurs avec un handicap donne le droit d'emmener gratuitement un-e accompagnant-e et/ou un chien-guide d'aveugle. La validité de l'édition 2009 à 2012 échoit le 31 décembre 2012. La carte d'accompagnement doit être renouvelée au plus tard d'ici à mi-décembre auprès des instances cantonales compétentes. Toutes les personnes qui ont changé de canton (ou même de district dans les cantons de VD, VS, BE, SO et ZH) depuis l'émission de leur carte d'accompagnement actuelle nécessitent une nouvelle attestation médicale. Pour les autres, l'autorité d'émission est habilitée à demander en tout temps un nouveau certificat médical, mais au plus tard après cinq ans. [ahu]

» [www.cff.ch/handicap](http://www.cff.ch/handicap)

## Document pour les directives anticipées

L'incapacité de discernement suite à une maladie ou un accident peut arriver à n'importe qui. C'est pourquoi Pro Senectute a élaboré le Docupass, un dossier de directives anticipées contenant les souhaits du patient, les dispositions de fin de vie, un mandat pour cause d'inaptitude et un guide pour rédiger le testament. Tous les documents sont adaptés aux conditions cadres du nouveau droit de la protection de l'adulte. Grâce au Docupass, les personnes âgées, tout comme les plus jeunes, peuvent fixer individuellement leurs demandes, besoins et souhaits en rapport avec la maladie, les soins, la fin de vie et la mort. Pro Senectute propose en outre un service de conseil taillé sur mesure pour les besoins des personnes âgées. [ahu]

» Tél. 044 283 89 89 ou [www.pro-senectute.ch/docupassf](http://www.pro-senectute.ch/docupassf)

## Succès pour la construction adaptée

Les directives sur la construction sans barrières doivent être respectées. En cas de transformations, un mode de construction préalable différent doit faire place à un aménagement conforme au droit. C'est ce que montre l'exemple de Coop City à Baden. Dans le cadre de ce projet de transformation, l'antenne cantonale de Procap pour la construction adaptée aux handicapés a demandé de remplacer un des ascenseurs par un modèle de taille suffisante. La Ville et le Canton ont soutenu cette exigence.

Propriétaire du bâtiment, Swiss Life a accepté d'installer un ascenseur accessible. Remo Petri, chef du service de conseil de Procap, s'en réjouit : « La décision a valeur de signal ! Ceux qui, lors des travaux d'entretien, n'observent pas les prescriptions et les lois en vigueur peuvent être contraints d'apporter des modifications lorsqu'ils réclament un permis de construire pour d'autres travaux de transformation. Il pourrait s'agir, par exemple, d'éliminer les seuils et d'élargir les accès. » [ahu]

### Procap sensibilise les chauffeurs

L'an dernier, Procap Suisse a sensibilisé avec succès les chauffeurs et chauffeuses de CarPostal Région Ouest aux besoins des personnes avec handicap. Procap voulait étendre son offre à d'autres entreprises de transport et a sollicité une autorisation de prestataire officiel de formation. En mai, l'Association des services des automobiles (ASA) a certifié que les cours de Procap destinés à la formation continue des chauffeurs professionnels étaient autorisés. L'an prochain, le personnel roulant des transports urbains Bernmobil bénéficiera de cette sensibilisation. Notamment au programme : les attentes des voyageurs avec handicap ou la manière de sécuriser les fauteuils roulants. Les conducteurs et conductrices de bus et de tram auront une journée pour s'entraîner à manier des rampes et des fauteuils roulants et à gérer l'accès en situation de handicap de la vue. [ahu]



Photo : bernmobil

### Application pour la prise de médicament

L'application « Medi Wecker » peut être programmée pour que toute personne soit avertie à temps de la prise de médicaments. Une fois le geste accompli, il est possible de le confirmer sur le smartphone. Les données de prise du médicament sont alors enregistrées. L'application fonctionne même sans raccordement Internet, sur le système d'exploitation iOS 4.0, sur iPhone, iPod touch et iPad. [ahu]



Procap Suisse, ici avec son Président central Hans Frei, et l'Union suisse des aveugles, ici avec son Co-Président Oswald Bachmann, unissent leurs forces.

## Collecte de vêtements réorganisée

Procap Suisse et l'Union suisse des aveugles collaborent plus étroitement dans la collecte de vêtements. Jeter ses anciens habits dans un conteneur de Procap/Union des aveugles, c'est soutenir ces organisations dans leur engagement en faveur des personnes avec handicap. [bsc]

## Mister Handicap élu pour la première fois

Un jury prestigieux a désigné le 13 octobre la Genevoise **Céline van Till** nouvelle Miss Handicap. Suite à un accident, elle a subi un traumatisme cérébral : sa vue est réduite de moitié et elle voit double. Pour la première fois, un Mister Handicap a également été élu, en la personne de **Michael Fässler**, de Sissach (BL). Suite à une hémorragie cérébrale, il est hémiparétique à gauche et se déplace en fauteuil roulant pour les grands trajets. La tâche des deux élus est de se mobiliser durant une année en faveur des personnes avec handicap et de jeter des ponts entre les personnes avec et sans handicap. [ahu]



Photo : Miss Handicap

» [www.misshandicap.ch](http://www.misshandicap.ch)



# Vivre à domicile

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2012, toute personne souhaitant vivre chez elle peut requérir une contribution d'assistance. Mais il existe aussi des moyens de financement alternatifs.

## Anita Huber

« Je trouve bien d'engager des gens moi-même. Je peux ainsi décider comment les soins doivent se dérouler pour moi et quand je veux me lever. » Jürg G. souffre d'une myopathie évolutive. Pour remplacer les services d'aide et de soins à domicile parfois rigides, il a engagé depuis deux ans des personnes sans expérience pour des services d'assistance. Il est actuellement l'employeur de deux personnes qui aident au ménage un

compétent à l'AI, explique le but de cette nouvelle prestation : « Une orientation plus claire sur les besoins des personnes concernées doit améliorer leur qualité de vie et créer de meilleures opportunités de s'intégrer dans la vie professionnelle et la société. Par ailleurs, la contribution d'assistance doit permettre de laisser souffler les proches qui apportent de l'aide. »

Après la demande d'assistance déposée par Jürg, l'AI a réalisé chez lui une instruction détaillée. Pour Jürg, cette instruction fut un calvaire, mais il fut positivement surpris par la précision avec laquelle le formulaire qui s'y rapportait appréhendait sa



**« Je trouve bien de pouvoir embaucher les gens moi-même. Je peux ainsi décider à quelle heure je me lève. »**

[Jürg G.]

après-midi par semaine et l'assistent tous les matins pendant une heure pour se lever, se laver et s'habiller.

Depuis le début de l'année, les personnes qui touchent une allocation pour impotent de l'AI, vivent à la maison et nécessitent de l'aide sont en droit de demander une contribution d'assistance. Avec la somme accordée, elles peuvent engager elles-mêmes des assistants. Peter Eberhard, chef du service

vie quotidienne. Il y est notamment suggéré d'anticiper le déroulement d'une journée, de penser aux aides requises et aux horaires – en se gardant bien de sous-estimer le besoin de soins.

Les demandeurs ne sont pas tous satisfaits de l'instruction. Comme ils n'étaient pas d'accord avec le nombre d'heures d'assistance accordées, plusieurs clients ont sollicité les conseils de l'avocat de Procap Daniel Schilliger : « Dans ces cas, nous avons réexaminé avec l'AI les domaines contestés. Finalement, l'AI a tenu compte d'un besoin de soins plus élevé. »

**Page de gauche : Pour Stefanie Dettling aussi, le fait de vivre à domicile est un objectif (voir page 15).**

### Accès à l'assistance refusé

La contribution d'assistance s'adresse aux personnes avec un handicap qui peuvent, en tant qu'employeurs, organiser et gérer des collaborateurs. Il existe des dispositions spéciales pour les personnes

 **Grâce aux avocats de Procap, j'ai obtenu une aide simple pour des questions compliquées. »**

avec un handicap mental et les mineurs : les personnes avec une capacité de discernement restreinte ont droit à l'assistance si elles s'occupent seules de leur ménage, travaillent au moins dix heures par semaine sur le marché du travail libre ou suivent une formation régulière hors d'un cadre protégé.

Les dispositions sont analogues pour les mineurs : ils obtiennent de l'assistance s'ils fréquentent l'école obligatoire ou une formation professionnelle sur le marché du travail ordinaire. Les familles avec un enfant sévèrement handicapé obtiennent également un soutien. Comme, depuis 2010, ils n'ont plus droit aux soins pédiatriques à domicile pour la prise en charge non médicale, ils peuvent déposer une demande de contribution d'assistance, à condition que, du fait d'une prise en charge coûteuse, ils aient au moins droit au supplément moyen pour soins intenses.

### Les proches restent bredouilles

La contribution d'assistance permet de financer un soutien régulier à long terme. Elle n'est pas prévue pour une prise en charge temporaire. En sont exclues des

organisations telles que les services de relève et l'aide et les soins à domicile (Spitex). L'engagement d'une personne privée avec contrat de travail est de rigueur. On voit souvent s'annoncer des étudiants, des mères de famille ou des soignants désireux de travailler hors institution. Mais ni les parents, ni les enfants, petits-enfants, grands-parents, époux ou partenaires ne peuvent être engagés. Lors

[Jürg G.]

de maladies dégénératives comme la sclérose en plaques (SEP), les proches assument progressivement plus de tâches de soins, mais ne peuvent pas être indemnisés par une contribution d'assistance. En outre, pour bien des personnes concernées, il n'est pas facile d'embaucher des personnes externes à la famille, notamment pour les soins intimes.

Ces restrictions sont un problème pour beaucoup de gens. Dans le cadre d'un projet pilote initié en 2005, des personnes avec un handicap ont pu

 **Même en tant qu'employeur avec un handicap, il ne faut pas hésiter à prononcer un licenciement. »**

[Jürg G.]

financer une assistance personnelle. Pour des personnes lourdement handicapées qui ont ainsi défrayé des proches ou qui dépendent de soins 24 heures sur 24, le passage à une contribution d'assistance réglementée de manière restrictive est pénible : si elles ne trouvent pas de financement complémentaire, elles doivent retourner en institution.

Peu après l'entrée en vigueur de la nouvelle réglementation, l'implication des

proches a été réclamée dans une motion. Cependant, le Conseiller fédéral en charge du dossier, Alain Berset, n'y voit pas d'urgence : « Il n'y a actuellement pas de raison de s'écarter des principes que le Parlement a fixés dans la révision 6a de l'AI. » L'OFAS a mandaté une évaluation scientifique des cinq premières années. Les premiers résultats intermédiaires devraient être publiés dès 2014.

### Financement alternatif

Au vu des nombreuses restrictions, la contribution d'assistance ne convient pas

à tout le monde, fait observer l'avocat Daniel Schilliger : « Le financement des soins est comme une mosaïque. C'est pourquoi l'essentiel de notre conseil ressemble à une vue aérienne : nous examinons quelles prestations d'assurance conviennent le mieux au cas qui nous occupe. » Si par exemple des proches assument les soins, il faut aussi essayer les prestations complémentaires ou l'allocation pour impotent. L'assurance maladie couvre elle aussi certaines prestations permettant aux personnes concernées de vivre à la maison.

### La procédure AI pour la contribution d'assistance

1. La contribution d'assistance est actuellement accordée aux personnes majeures qui touchent une allocation pour impotent et vivent chez elles. Pour les personnes à la faculté de discernement limitée et les mineurs, il existe des prescriptions spéciales.
2. Ceux qui remplissent les conditions peuvent s'annoncer auprès de l'office AI cantonal avec le formulaire en ligne « Demande de prestations AI pour adultes : contribution d'assistance de l'AI ». Suivant le canton, le requérant reçoit alors un formulaire de déclaration personnelle pour son besoin de soutien.
3. Si le droit à l'assistance se concrétise, un entretien se déroule au domicile du requérant, lors duquel les collaborateurs de l'AI vérifient à l'aide d'un outil standardisé de 52 pages (FAKT) quelles prestations directes et indirectes sont nécessaires dans la vie quotidienne, la profession et les loisirs.
4. L'AI fonde son préavis sur le rapport d'instruction FAKT. On y détermine le nombre d'assistants auquel le client a droit, quelles prestations sont décomptées et quelle contribution il reçoit finalement chaque mois pour payer les salaires des assistants. Ce préavis peut être contesté.
5. Ensuite, l'AI décide du niveau de la contribution d'assistance, qui ne pourra plus être contesté que par voie juridique.
6. Le client devenu employeur doit établir une facture mensuelle et y énumérer les heures de travail effectivement accomplies par le personnel d'assistance.

### Devenir employeur

A l'étranger, les personnes avec un handicap peuvent engager des assistant-es depuis de nombreuses années déjà. L'embauche d'un assistant personnel est possible en Grande-Bretagne depuis vingt-quatre ans. Jamie Beddard, un comédien souffrant de parésie cérébrale, qui a pris part au festival du film look&roll de Bâle en tant que membre de la commission de programmation, recourt à cette possibilité quand il voyage à l'étranger : « L'assistant personnel m'a permis de me concentrer sur mon travail et de ne pas devoir me mobiliser pour les brouilles. »

Il engage en général Wayn Norman qui l'aide à voyager et à communiquer. Dans la collaboration avec un assistant, il importe de bien

s'entendre. Il faut avoir des accords clairs et poser les limites. Pour Wayn Norman, l'activité d'assistant personnel nécessite de ne pas être fébrile et d'avoir de la patience.

Après la décision positive de l'AI, le Suisse Jürg a cherché un-e assistant-e dans les petites annonces en ligne sur les sites de Procap, FAssiS et [www.tutti.ch](http://www.tutti.ch). Il a épinglé des offres d'emploi sur les tableaux des grandes surfaces du coin et fait circuler l'information parmi ses proches.

Huit personnes ont envoyé un dossier, cinq ont été invitées à un entretien d'embauche. C'est là qu'a commencé le travail effectif : « C'est vrai qu'il y a chez

certaines circonstances, même quand on est un employeur handicapé, il ne faut pas hésiter à le faire. »

### Travaux administratifs

L'engagement et le licenciement du personnel d'assistance demande de l'effort. Jürg maîtrise en revanche la routine des tâches mensuelles : il mentionne sur un formulaire combien d'heures ont été fournies. Il en résulte un décompte de salaire pour ses employés, il leur paie leur salaire et transmet la facture à l'AI. L'AI lui rembourse 32,50 francs de l'heure. Avec ça, il couvre les heures de travail, l'indemnité vacances et les assurances sociales. A la fin de l'année, il s'agit encore de régler les factures de la caisse de compensation et de l'assurance accident. Si l'assistant-e doit disposer de qualifications particulières – maîtriser par exemple le langage des signes – la contribution d'assistance grimpe à 48,75 francs de l'heure. Le tarif pour le travail de nuit s'élève au maximum à 86,70 francs par nuit.

Jürg critique les comptes d'apothicaire lors du calcul de ses prétentions. Aussi demande-t-il une séparation claire entre la contribution d'assistance et l'allocation pour impotent. Même si d'autres corrections s'avèrent nécessaires, son bilan personnel est positif : « Avec la contribution d'assistance, j'ai des alternatives. J'aimerais inciter les autres à ne pas craindre de devenir employeurs. » ●

» Procap a élaboré sur ce thème l'aide-mémoire « Vivre à la maison : le financement des soins et de la prise en charge ». Les données mises à jour sont accessibles sur le site de Procap.

» Plus d'informations : [www.fassis.net](http://www.fassis.net)

 **J'aimerais inciter les autres à ne pas craindre de devenir employeurs. »**

[Jürg G.]

FAssiS de bons contrats-types mais, au début, l'effort administratif a été intense. J'ai dû me battre auprès de diverses autorités pour comprendre qui était responsable de quoi, par exemple l'assurance accident ou les assurances sociales. J'ai obtenu un appui simple auprès des avocats de Procap. »

Jürg a eu de bonnes expériences avec des étudiants qui s'arrêtent une heure avant le début des cours et s'estiment bien payés, pour un job d'étudiant, avec un salaire horaire de 24 à 28 francs. Mais il a quand même dû résoudre un problème : « Je n'étais pas satisfait du travail d'une assistante pendant les trois mois d'essai. J'ai hélas dû la licencier. Dans

# « On s'est battu longtemps »

Katharina Kanka, présidente du FAssiS, le Centre Assistance Suisse, et Daniel Schilliger, avocat chez Procap, parlent de l'auto-détermination, de la contribution d'assistance et d'engagement politique.

Interview: Anita Huber

## Pourquoi vous battez-vous pour le financement de l'assistance personnelle ?

**Katharina Kanka :** Quand je me suis retrouvée avec mes quatre enfants et une maladie musculaire, il n'existait aucun soutien pour vivre à la maison. Dans un cas comme celui-là, l'état séparait la famille et envoyait chacun dans une institution différente. Pour moi, c'était inconcevable ! Mais j'ai eu de la chance car il me fallait uniquement quelques heures d'aide, et mes enfants ont pu rester avec moi. Cette expérience, combinée à des rencontres avec d'autres personnes concernées, m'a poussée à me battre comme une lionne.

## Quels sont les avantages de l'assistance ?

**Katharina Kanka :** On peut décider librement des horaires auxquels on a besoin de quelqu'un. On peut également choisir quelles sont les personnes qui viennent chez nous, qui nous touchent pour la toilette et qui partagent notre quotidien.

## Y a-t-il aussi des inconvénients ?

**Katharina Kanka :** En tant qu'employeur, on doit faire preuve d'orga-



Photo : Anita Huber

» **Katharina Kanka** est présidente du Centre Assistance Suisse FAssiS. Mère de quatre enfants et atteinte de dystrophie musculaire, elle s'engage depuis 15 ans en faveur de l'introduction de la contribution d'assistance.

nisation et les impondérables sont inévitables : qu'est-ce que je fais si mon assistante appelle le matin pour me dire qu'elle est malade ? Si aucune souscription à une offre complète de prestations auprès d'une institution ou des services d'aide et de soins à domicile n'a été faite, on doit trouver soi-même les solutions.

## N'est-ce pas trop onéreux d'employer son propre personnel de soins ?

**Katharina Kanka :** Avec les 100 francs que coûte une heure de Spitex, on peut financer trois heures d'assistance. Les employés Spitex qui venaient chez moi gagnaient 18 francs brut. Si j'emploie quelqu'un directement, je peux verser plus que

ça. Les services d'aide et de soins à domicile ont des frais de gestion, et les employés perdent du temps dans les trajets pour aller chez les patients. Je suis convaincue que c'est uniquement parce qu'elle est intéressante économiquement que nous avons réussi à obtenir la contribution d'assistance.

## Y aura-t-il encore des institutions dans quelques années ?

**Katharina Kanka :** Notre but n'a jamais été de supprimer les institutions, mais de permettre le libre choix. Je suis clairement en faveur d'un financement orienté vers le sujet. Lorsque quelqu'un nécessite du soutien, ses besoins doivent être définis et un montant correspondant mis à disposition. La personne concernée devrait pouvoir acheter les prestations qu'elle souhaite et dont elle a besoin, qu'elle vive dans une institution avec 600 ou 10 autres personnes handicapées, dans un

« On peut décider librement des horaires auxquels on a besoin de quelqu'un. »

[Katharina Kanka]

## A domicile grâce à l'assistance

petit appartement partagé ou chez elle. Ce qui est important, c'est la liberté de choix : on doit pouvoir appeler une organisation comme Spitex pour certaines prestations, mais aussi commander un taxi pour handicapés ou employer un assistant.

**Daniel Schilliger** : La liberté de choix est également au centre des préoccupations de Procap. Jusqu'à présent, les personnes avec handicap étaient confrontées au dilemme « soit-soit » : soit l'école spécialisée, soit l'école obligatoire ; soit l'atelier protégé, soit le marché ordinaire de l'emploi ; soit l'institution, soit la maison. Dorénavant, cette dualité sera un peu plus colorée. Grâce aux cours intégratifs par exemple, qui se développent petit à petit. Quant à l'habitation, chacun devrait pouvoir choisir parmi une vaste palette en fonction de ses besoins et pourrait vivre par exemple en dehors d'une institution tout en bénéficiant de certains services, comme les séjours à temps partiel, les repas, les soins ou la physiothérapie.

### **La contribution d'assistance est entrée en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2012. Quel est le premier bilan fait par le Centre FAssiS ?**

**Katharina Kanka** : Les entretiens ne se passent pas toujours très bien. Pour une personne autiste qui nécessitait une prise en charge continue, l'AI n'a pas compris qu'il fallait prévoir le plus haut degré d'aide indirecte. L'AI avait promis que les entretiens seraient menés uniquement par des conseillers qualifiés, et pourtant une employée peu sûre d'elle et mal préparée a continué à poser des questions concernant la mobilité des mains à une femme qui ne pouvait plus les bouger. Nous espérons qu'avec l'expérience, tous les offices



Photo : Anita Huber

» **Daniel Schilliger** est avocat chez Procap Suisse et se consacre, entre autre, aux questions concernant la contribution d'assistance. Avec ses collègues, il propose des séances de présentation et de conseil sur le sujet « Être autonome chez soi ».

AI parviendront à estimer correctement les besoins et à procéder de manière adéquate.

### **A quoi doit répondre le conseil juridique de Procap ?**

**Daniel Schilliger** : Pour l'instant, nous n'avons pas été souvent sollicités. C'est bon signe. Visiblement, les gens sont satisfaits des décisions concernant l'assistance, ou peut-être que beaucoup n'ont pas encore déposé de demande. La quantité d'informations que transmet Procap durant les séances de conseil est énorme. Nous recommandons aux personnes de prendre rendez-vous afin de calculer le montant auquel elles ont droit pour des prestations d'assistance. Ensuite, elles peuvent décider si elles veulent en faire la demande et dans quelle mesure. En fait, il faut oser sauter dans l'inconnu, ne pas avoir peur de l'administration et demander de l'aide si besoin est.

Pour mettre en place l'assistance, l'AI accepte de financer l'intervention d'une fiduciaire ou d'une organisation à hauteur de 1500 francs. Procap conseille aussi les personnes désireuses de demander la contribution d'assistance.

### **Cette contribution répond-elle aux attentes ?**

**Katharina Kanka** : Nous ne sommes pas d'accord avec le fait que certaines catégories de bénéficiaires de l'allocation pour impotent n'aient pas droit à la contribution d'assistance. Personne ne peut être discriminé à cause de son handicap ou de sa capacité limitée. Dans un projet pilote réunissant 300 personnes pendant 7 ans, aucune restriction n'était prévue pour les bénéficiaires de l'AI, et les proches recevaient une indemnité. Au vu de 15 années d'expérience, d'un sondage parmi les bénéficiaires de l'allocation pour impotent et des observations menées à l'étranger, on constate qu'environ 10% des personnes concernées optent pour l'emploi d'un salarié. D'après nos estimations, 1000 personnes vont demander la contribution d'assistance, et ce chiffre sera multiplié par

« Les personnes concernées doivent se défendre. Si elles ne le font pas, rien ne changera. »

[Katharina Kanka]



### Il faut oser sauter dans l'inconnu, ne pas avoir peur de l'administration et demander de l'aide si besoin est. »

[Daniel Schilliger]

trois au maximum. L'OFAS, l'Office fédéral des assurances sociales, craignait que la totalité des 16 000 bénéficiaires de l'allocation pour impotent vivant chez eux souhaite en profiter. C'est pour cette raison que le Conseil fédéral avait proposé d'exclure les mineurs et les tuteurs. Notre lobbying politique a réussi à temporiser les conseillers, mais pas à les faire changer d'avis complètement. Aujourd'hui, l'AI finance de nouveau des projets de recherche sur les effets de la contribution d'assistance, et cela me désole. Pendant ce temps on sépare les familles. La contribution d'assistance devait être intégrée à l'assurance accidents et à l'assurance militaire.

**Daniel Schilliger :** Le fonctionnement actuel répond à certaines attentes et moins à d'autres. En effet, il est difficile d'offrir aux personnes épileptiques ou autistes, par exemple, la surveillance et la présence dont elles ont besoin en permanence. Pour celles qui sont atteintes d'une maladie musculaire à un stade avancé et qui ne nécessitent pas de soins intensifs mais une aide ponctuelle se pose la question de savoir comment répartir quotidiennement les quatre ou cinq

heures auxquelles elles ont droit. Les parents d'enfants avec un handicap sévère ont souvent besoin d'une aide ciblée, puisque ces enfants ne peuvent pas exprimer leurs besoins et que les soins peuvent s'avérer complexes. Cela n'est pas financé par la contribution d'assistance. Dans la réglementation actuelle, seules certaines catégories de gens peuvent recevoir la contribution d'assistance et elle ne permet pas de financer des prestations fournies par des organismes ou des proches.

#### La contribution d'assistance va-t-elle être étendue ?

**Katharina Kanka :** On aurait dû – et j'inclus aussi les organisations – encourager d'avantage le FAssiS ces deux dernières années. En particulier, les obstacles contre les personnes sous tutelle n'auraient pas dû être dressés. Nous avons présenté une proposition de compromis pour l'emploi d'un membre de la famille devant le Conseil national, mais

elle a été rejetée seulement à une seule voix près. Maintenant, il faudra une révision de la loi pour changer ça. C'est trop tard. Il ne nous reste plus qu'à espérer que les groupes de demandeurs seront ajustés dans les deux ou trois années à venir, selon la volonté de la Commission du Conseil des Etats, lorsque l'OFAS verra le faible nombre de demandes. Les possibilités de s'unir efficacement et de se battre ont été nombreuses. Si les personnes concernées ne se mobilisent pas, il ne se passera rien. Il suffirait que dix proches de personnes avec handicap manifestent publiquement devant le Palais fédéral. En 2000, avec le Centre pour une vie indépendante, nous avons placés deux lits médicalisés devant le Palais fédéral et nous avons réussi à faire bouger les choses ! Il faut provoquer ou travailler d'arrache-pied pour maintenir les relations avec le Département fédéral de l'intérieur DFI. C'est ça, la démocratie. Les personnes concernées doivent se défendre. Si elles ne le font pas, rien ne changera. Après 15 ans d'engagement, nous ferons le Centre d'Assistance Suisse FAssiS. Maintenant, c'est aux autres de prendre la relève. ●



### Maintenant, c'est aux autres de prendre la relève. »

[Katharina Kanka]

Annonce

## 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



**Il est  
important  
de faire  
confiance  
à son  
assistant**

Stefanie Dettling était Miss Handicap l'année dernière. Cet engagement actuellement terminé, elle a désormais le temps d'organiser l'assistance qu'elle recevra.

### Stefanie Dettling à propos...

**Le temps :** Chaque instant, chaque heure, chaque jour est précieux.

**Le travail :** Mon travail compte beaucoup pour moi. Avec un handicap, trouver une bonne place n'est pas facile. Je suis très heureuse avec mon travail à la banque.

**Le luxe :** Pour moi, chaque moment que je peux passer avec ma famille et mes amis est délicieux.

**L'amitié :** Des personnes qui sont là pour moi, également dans les moments plus difficiles.

**L'amour :** Trouver quelqu'un qui m'accueille telle que je suis et qui souhaite passer sa vie avec moi.

**Les vacances :** Me laisser doucement bercer dans la chaleur d'un pays étranger et faire ce dont j'ai envie.

Stefanie Dettling gardera longtemps un excellent souvenir de son année comme Miss Handicap. Cette fonction lui a permis de tenir des conférences, de visiter des écoles et de participer à de nombreux événements. La jeune femme de 19 ans s'est ainsi beaucoup engagée pour l'intégration des personnes avec un handicap. « J'ai particulièrement apprécié les visites dans les classes. Le contact direct avec les enfants a laissé de nombreuses traces positives », nous explique-t-elle, rayonnante. Suite à un vaccin, alors qu'elle était toute jeune, Stefanie Dettling a été atteinte de paralysie. Depuis, elle doit se déplacer en chaise roulante et ne peut que partiellement bouger ses bras. « J'ai toujours suivi l'école régulière, nous indique la jeune Zurichoise ; pour moi et pour ma famille c'était essentiel. » Stefanie travaille comme employée de commerce, et avec l'aide de sa famille et de ses amis elle parvient toujours à surmonter son handicap. « J'ai besoin de soutien pour différentes activités quotidiennes, pour m'habiller par exemple, ou pour mes déplacements. »

Jusqu'ici, cette aide a été assurée par ses proches. Stefanie ayant cependant reçu en août une contribution d'assistance, elle peut désormais engager quelqu'un pour cette aide. Cela décharge sa famille et offre de l'indépendance : « La contribution d'assistance me permettra, le moment venu, de déménager dans mon propre appartement. Sans cela, je devrais tôt ou tard vivre dans une institution. » Stefanie apprivoise pour le moment ses nouvelles tâches d'employeuse, qui la placent devant certains défis : « J'essaie de bien planifier les engagements et de les rassembler. Je peux en effet difficilement commander une assistance pour des heures isolées. » Une fiduciaire l'aide momentanément pour les questions administratives. Elle lui explique les conditions d'engagement et prépare des modèles de contrat. « J'ai déjà publié les premières annonces. J'ai hâte de voir qui y répondra ! » **Raffaella von Gunten**

# Une belle bataille pour l'autonomie

Béatrice Renz met tout en œuvre pour favoriser son indépendance. Elle emploie six personnes pour l'assister à domicile. Atteinte de sclérose en plaques et se déplaçant en fauteuil roulant électrique, elle a cependant énormément d'énergie à revendre.

Xavier Meyer

Béatrice milite depuis des années pour que la contribution d'assistance soit appliquée. Elle explique : « Vivre en institution apporte évidemment de nombreuses solutions, mais des restrictions sur la liberté de choix sont imposées à chacun. Il faudrait laisser la possibilité de décider à toute personne qui a de la volonté et ses capacités de jugement. » Chez Béatrice, ce sont chaque semaine cinq assistantes et un assistant qui se succèdent. C'est le cas de Karim, qui peut témoigner du dynamisme qui habite cette femme de 57 ans : « Je travaille pour elle comme assistant depuis 2006. Nous avons fait connaissance par des échanges de livres audio et on a vite développé une belle amitié ! »

C'est Béatrice qui a formé Karim, pour ce qui concerne la prise de



Photo : Xavier Meyer

Autonome grâce à l'assistance

Karim met à jour le calendrier de Béatrice.

médicaments ou la toilette. Il faut dire que la Grisonne d'origine, domiciliée à Fribourg, s'y connaît en pédagogie, elle qui a suivi des études d'hygiéniste dentaire, a exercé pendant plusieurs années et intervient aujourd'hui comme formatrice dans ce domaine. Aux futurs diplômés, elle donne des cours sur la manière de dispenser des soins dentaires aux personnes avec handicap.

## D'autres valeurs

Béatrice a concouru en patinage artistique jusqu'à l'âge de 17 ans. Elle était un espoir suisse de la discipline.

La sclérose en plaques l'a contrainte à mettre un terme à cette activité qui lui plaisait tant. 40 ans plus tard, alors que la maladie a progressé par poussées et que Béatrice dirige son fauteuil roulant électrique non plus avec sa main devenue trop engourdie mais avec sa mentonnière, elle porte sur le passé un regard plein de sagesse : « J'ai appris à faire le deuil de mon corps. J'ai aussi trouvé d'autres centres d'intérêt. »

## Respect et complicité

La connivence entre Béatrice et ses assistants est parlante. Même si elle refuserait catégoriquement – et le sujet est d'actualité – que les soins lui soient prodigués par un proche, elle regrette que la décision n'appartienne pas à ceux qui le voudraient. En choisissant quelles sont les personnes qui travaillent pour elle et en continuant de vivre chez elle, Béatrice gagne en autonomie, ce droit pour lequel elle se battra sans relâche. ●

» [www.renz.ch](http://www.renz.ch)

» **La Contribution d'assistance** Il y a une dizaine d'années, sur le quai de la gare de Fribourg, Béatrice Renz rencontrait Katharina Kanka, elle aussi en fauteuil roulant. Elles joignaient rapidement leurs forces dans la bataille à mener pour l'autonomie et redoublaient d'efforts pour que les plateformes Cap-Contact, FAssiS et Budget Assistance progressent. La contribution d'assistance, prestation de l'AI entrée en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2012, est l'axe principal de ces différents groupements offrant la possibilité aux personnes avec handicap d'engager les assistant-es qui leur prodiguent des soins.

Toutes les infos sur [www.cap-contact.ch](http://www.cap-contact.ch) et [www.fassis.net](http://www.fassis.net)



Ambiance joyeuse, pour cette première à Fri-Son.

## Coup d'envoi de LaViva en Romandie

**Xavier Meyer**

Le concept LaViva permet aux personnes avec et sans handicap de se rencontrer et de partager de bons moments dans le cadre d'un club ou d'une discothèque. Le jeudi 25 octobre 2012, la manifestation vivait sa toute première édition en Suisse romande, dans la salle de concerts Fri-Son de Fribourg. Joyeuse et très fréquentée, elle a constitué un réel succès.

Dès l'ouverture des portes à 21 heures, le comité de Fri-Son, le

responsable des soirées LaViva, Daniel Vuillaume, et les collaborateurs de Procap présents pour organiser cette grande première ont pu sentir l'intérêt du public. Les personnes avec handicap étaient les premières sur les lieux et les premières à entrer dans le rythme. Au fur et à mesure de la soirée, les habitués de la salle fribourgeoise sont venus très nombreux rejoindre la piste de danse, dans une ambiance festive et bon enfant. Cette rencontre musicale et animée s'est terminée vers 3 heures du matin.

### Et la suite ?

Si Procap a exceptionnellement joué le rôle d'organisatrice – une sensibilisation a également été proposée au personnel de Fri-Son – pour cette nouveauté en Suisse romande, l'association souligne le fait que ce concept pourra perdurer si un club ou un responsable de soirées est intéressé à prendre le relais. Au vu du succès rencontré par ce premier rendez-vous disco, Procap espère vivement que ce sera le cas. ●

» Contact: [xavier.meyer@procap.ch](mailto:xavier.meyer@procap.ch)

# Révision AI inutile et injuste

Les organisations de personnes handicapées sont consternées : la CSSS-N poursuit le démantèlement des prestations. Les réductions prévues pénalisent avant tout les personnes lourdement handicapées et les enfants de parents avec handicap.

Par sa décision du 12 octobre, la commission sociale du Conseil national (CSSS-N) a choisi, à une courte majorité, de s'en tenir au système de rentes élaboré par le Conseil fédéral. Les rentes des personnes lourdement handicapées vont baisser jusqu'à 30%. Ces mesures d'économie vont surtout concerner les assurés avec un degré d'invalidité



été situé entre 60 et 80%. Ainsi, une personne déclarée invalide à 70% verra son revenu passer de 1560 francs à 1136 francs, soit une perte de 27%. Quel employeur va engager un homme atteint de sclérose en plaques ou une femme aveugle à un temps de travail très partiel afin de compenser cette ré-

**Prochaines étapes:** La commission sociale du Conseil national (CSSS-N) recommande, à une courte majorité, de suivre les propositions du Conseil fédéral relatives à la révision 6b de l'AI. Cela signifie passer du système actuel de rentes par paliers à un système linéaire. Par ailleurs, le nouveau système ne serait pas seulement valable pour les nouvelles rentes mais également pour les rentes en cours à partir d'un taux d'invalidité de 50%. Durant sa session d'hiver, du 26 novembre au 14 décembre, le Conseil national va débattre longuement de la révision de l'AI puisqu'il sera appelé à se prononcer sur plus de 31 propositions de minorité. Si le Conseil national devait suivre les recommandations de sa commission, il en résulterait d'évidentes divergences avec le Conseil des Etats.

Le Conseil des Etats n'a en effet pas souhaité aller aussi loin lorsqu'il a décidé en décembre 2011 que le passage au système linéaire de rentes ne devait pas toucher les rentes en cours. Dans la version du Conseil des Etats, la révision de l'AI n'aurait finalement engendré que 250 millions de francs d'économies contrairement à la proposition du Conseil fédéral qui prévoit un potentiel d'économies de 325 millions de francs. Si le Conseil national s'en tient à ce strict régime d'économies, la prochaine session se déroulera dans un climat marqué par les divergences entre le Conseil national et le Conseil des Etats. Les organisations de personnes handicapées sont prêtes à lancer un référendum contre cette révision inutile et injuste. [bsc]

duction de rente ? Le droit à une existence digne, garanti par la constitution, reste donc utopique pour de nombreuses personnes concernées.

## Les finances de l'AI sont bonnes

Les faits sont clairs : il n'y a aucune urgence financière pour mettre en œuvre la « 6b ». L'assurance invalidité devrait enregistrer en 2012 un excédent de 430 millions de francs. C'est environ 50% de plus que prévu jusqu'ici par l'OFAS. La CSSS-N soumet toutefois au Conseil national un projet d'économies illimitées dans le temps de l'ordre de 360 millions de francs. L'AI devrait ainsi être assainie d'ici à 2025. Sans le projet « 6b » et donc sans coupes illimitées dans le temps, l'assainissement serait possible d'ici à 2029, selon Stéphane Rossini, président de la CSSS-N.

## Chance ratée

Le Conseil fédéral et l'administration avaient la possibilité d'utiliser la marge de manœuvre à disposition au niveau financier et temporel pour développer en collaboration avec les organisations de personnes handicapées un modèle de rentes juste. Les organisations de personnes handicapées rejettent donc le nouveau système de rentes. La réduction des rentes pour enfant enterre la sécurité sociale et favorise la pauvreté des familles.

Les personnes avec handicap et leurs organisations demandent au Conseil national d'utiliser sa marge de manœuvre pour améliorer d'urgence le projet. Elles soutiennent la volonté d'améliorer le système, mais rejettent les mesures d'économies. Le Conseil national aura en décembre les cartes en main pour éviter un référendum. [DOK] ●

# Exigences liées au diagnostic prénatal

La Conférence des présidents-es de Procap a publié une prise de position sur le diagnostic prénatal et les questions d'éthique qu'il soulève. Ce papier présente sept exigences fondamentales.

Anita Huber

L'entreprise Lifecodexx a lancé cet été un nouveau test sanguin qui permet de détecter la trisomie 21 chez le fœtus dès la dixième semaine de grossesse. Procap a immédiatement reçu de nombreuses demandes de la part des médias, quant à sa position sur le sujet. Dans les débats publics qui ont suivi, il est rapidement apparu que ce test sanguin ne représentait pas un simple progrès médico-technique. Les possibilités actuelles et futures du diagnostic prénatal demandent une véritable discussion de société. Cela étant, le Comité central de Procap a jugé nécessaire d'élaborer une prise de position. Celle-ci a été avalisée le 20 octobre par la Conférence nationale des présidents-es.

Ce document de cinq pages, intitulé « Diagnostic prénatal : le progrès médical appelle à un débat sur des valeurs fondamentales », fournit les bases pour une discussion approfondie. Après une première partie d'analyse, qui présente l'arrière-plan médical, il expose différents aspects éthiques et légaux et formule finalement sept exigences fondamentales. ●

» Cette prise de position peut être téléchargée sur [www.procap.ch](http://www.procap.ch).

## » Les exigences de Procap

Procap Suisse ne s'oppose pas au progrès médical. Elle défend cependant la protection des droits fondamentaux des enfants, en particulier ceux atteints de trisomie 21, et de ceux de leurs parents. Procap craint par ailleurs que ces nouvelles possibilités de diagnostic puissent s'accompagner de critères implicites quant à la valeur de la vie, déterminant celle qui a de la valeur et celle qui n'en a pas, critères préjudiciables à l'humanité de la société. Procap formule ainsi sept exigences :

### 1. Le droit de ne pas savoir

Ceci signifie, quelle que soit la situation, que l'on ne doit pas chercher à rendre obligatoires les tests prénatals visant à reconnaître les maladies génétiques.

### 2. Le droit à une décision libre

Ce droit doit être pris très au sérieux. Le corps médical et les institutions de conseil doivent à ce niveau être mieux formés, dans le sens d'une information et d'un accompagnement exempts de préjugés.

### 3. Le droit au soutien

Une société solidaire, telle que déterminée fondamentalement par la Constitution fédérale et à la fois réalisée et encouragée par les lois, doit garantir ce droit de manière inconditionnelle.

### 4. Reconnaissance sociale du handicap

Cette reconnaissance est constitutive de l'humanité de la société, et elle doit être encouragée en conséquence. Dans l'intérêt de l'ensemble

de la société, il importe ainsi de consacrer plus de moyens à l'intégration des personnes avec un handicap, à leur pleine acceptation et à leur participation à la société.

### 5. Protection contre les discriminations

Parce que chaque être humain a une valeur qui ne se mesure pas à sa productivité et à ses dons, mais qui lui revient en tant qu'être humain.

### 6. Débat sur les questions éthiques, morales, sociales et politiques

Le diagnostic prénatal s'accompagne de fait de l'établissement d'une liste de maladies et d'anomalies qui peuvent être sélectionnées et reconnues. La faisabilité médico-biologique préside ainsi à la mise en place de critères, d'un étalon, quant à la valeur de la vie, et ce sans aucune légitimité sociale ou éthique. Ces questions demandent urgemment un débat public.

### 7. Ratification de la convention de l'ONU

Cette ratification aurait dû être réalisée depuis longtemps : une motion de 2006 déjà demandait au Conseil fédéral d'entreprendre les démarches pour signer et ratifier la CDPH. Cette convention déjà ratifiée par 112 Etats fait partie des conventions centrales de la protection internationale des droits de l'homme ; elle représente une avancée indispensable dans le sens de la concrétisation du droit suisse relatif au handicap et pour assurer l'égalité pour les personnes avec un handicap.

# La vie amoureuse avec un handicap

Dès janvier, « The Sessions » sera projeté dans nos salles. Ce film basé sur une histoire vraie raconte comment Mark O'Brien, 38 ans et vivant avec la poliomyélite, découvre sa vie sexuelle. Procap a interviewé le réalisateur Ben Lewin.

Anita Huber et Raffaella von Gunten

**Vous avez vous aussi contracté la polio tout jeune. Comment cela a-t-il affecté votre vie ?**

**Ben Lewin:** La maladie m'a diversement affecté au fil de mon existence. Adolescent, ce handicap dans ma démarche n'était pas facile à accepter. Durant de nombreuses années, j'ai nié ma maladie ; je voulais être



» « **The Sessions** » est basé sur la vie de l'écrivain américain Mark O'Brien, fortement handicapé par la polio, et dépendant d'une assistance respiratoire. A 38 ans il décide de perdre sa virginité. Une partenaire thérapeutique ad hoc (sexual surrogate) l'aide, durant plusieurs « sessions », à surmonter ses peurs et à découvrir sa sexualité. Ce film avec Helen Hunt et John Hawkes sera projeté dans les cinémas suisses dès le 6 mars.

comme tous les autres, et je m'étais persuadé qu'elle n'avait aucune influence sur ma vie. Mon opinion est différente aujourd'hui, car les gens sont souvent perçus par le biais de leur apparence ou de leur langage corporel. Avec l'âge, mon handicap a progressivement perdu de l'importance. Aujourd'hui, pour ma famille et moi, il n'en revêt pour ainsi dire pas plus qu'une couleur de cheveux ; il est devenu véritablement secondaire.

**Votre histoire personnelle a-t-elle été déterminante dans le choix de ce thème ?**

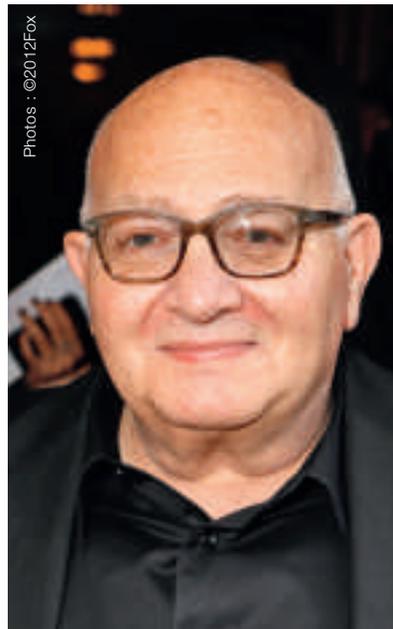
Ce film n'a pas d'intention prophétique, il ne se veut pas missionnaire. J'ai découvert l'article de Mark O'Brien, « On seeing a sex surrogate », plutôt par hasard. Mark y raconte ses expériences avec une partenaire, thérapeute sexuelle. L'histoire de ce jeune homme sous assistance respiratoire, qui à 38 ans décide de perdre sa virginité, m'a immédiatement fasciné. Non pas parce qu'il s'agit de sexe et de handicap, mais parce que l'histoire est dramatique, authentique.

**La sexualité est montrée de manière très directe. Pourquoi ?**

Souvent, le sexe est glorifié, ou au contraire représenté comme quelque chose de laid et d'inavouable. Tout en évitant les clichés, je voulais faire un film qui éclaire l'aspect pratique de la sexualité. Nous sommes ainsi restés très proches des descriptions de Mark O'Brien, nous nous sommes efforcés de mettre en scène ses expériences de manière authentique. J'espère que ce film pourra contribuer de la sorte à rendre la sexualité moins taboue.

**Souhaitez-vous également par ce film traiter du tabou sexualité et handicap ?**

Ce n'est pas mon intention première.



Photos : ©2012Fox

» Ben Lewin a grandi en Australie et a contracté la polio à l'âge de six ans. Il a suivi une école de cinéma à Londres, et a travaillé comme directeur des programmes de la BBC. Actuellement âgé de 66 ans, il vit aux Etats Unis et travaille comme auteur et réalisateur pour le cinéma et la télévision.

C'est surtout le voyage émotionnel de Mark O'Brien qui m'a intéressé, et une personne sans handicap peut également vivre quelque chose de similaire. Il y a peut être des personnes avec un handicap qui ne souhaitent pas parler de sexe et à qui le film ne plaira pas. Dans ce domaine chacun a ses propres sentiments. Ce film vise à interpeller et à transmettre l'intensité d'un sentiment. Et j'espère qu'il pourra également inviter à parler du thème de la sexualité. ●

» [www.thesessions.ch](http://www.thesessions.ch)

» Infos sur le film et concours à l'adresse [www.procap.ch](http://www.procap.ch)



Conseillère nationale Maya Graf lors de la cérémonie d'ouverture.



Le lauréat David Toole en discussion.

## Nouvelle perspective grâce au festival

Anita Huber

La quatrième édition du festival international «look&roll – handicap en court-métrage» s'est déroulée du 20 au 23 septembre au Stadtkino de Bâle. «Nous n'avons encore jamais eu autant de spectateurs. Presque toutes les projections affichaient complet», constate le journaliste de cinéma Alex Oberholzer, animateur de la manifestation et membre de la commission de programmation. 23 contributions provenant de 11 pays ont été programmées lors de cette édition du festival international de courts-métrages look&roll. Le premier prix a été décerné au film

«The End» de Ted Evans. Dans son œuvre de science-fiction, le réalisateur britannique décrit une société qui décide d'éliminer la surdité, considérée comme un facteur perturbateur de l'économie. Le deuxième prix a été attribué à «Be my brother» de la réalisatrice australienne Genevieve Clay. Dans ce film, un jeune homme atteint de trisomie 21 se révèle être bien plus à l'aise que son frère lorsqu'il s'agit de communiquer. Le choix du public s'est porté sur le film «Love Davka». La réalisatrice israélienne Rona Soffer a pu recevoir personnellement le prix du public. Dans ce film autobiographique, elle raconte sa recherche d'une vie amoureuse épanouie et

d'une relation sérieuse. Une distinction hors compétition a été attribuée par Procap au danseur anglais David Toole. Le directeur du festival Gerhard Protschka est satisfait : «Ces quatre journées se sont déroulées dans la bonne humeur et ont permis à des personnes avec et sans handicap de se rencontrer et de confronter leurs réalités respectives.» ●

» Le «Best of» des derniers festivals est disponible en DVD auprès de Procap Suisse. Des projections des meilleurs films de look&roll sont prévues l'année prochaine en Suisse. Plus d'informations sous : [www.lookandroll.ch](http://www.lookandroll.ch)



Les membres du jury : Nick Joyce, Elena Wiele, Beat R egger et Bettina Spoerri.



Gerhard Protschka et Alex Oberholzer.



# Vivere a domicilio

Dal 1° gennaio 2012, i disabili che desiderano vivere a domicilio possono richiedere il contributo per l'assistenza. Ma esistono anche altre forme di finanziamento. **Anita Huber**

«Mi piace l'idea di assumere assistenti personali, così posso decidere quando alzarmi e come farmi aiutare.» Jürg B. soffre di atrofia muscolare progressiva. Due anni fa ha assunto degli assistenti non professionisti, rinunciando ai servizi di Spitex a volte troppo poco flessibili. Al momento dà lavoro a due persone che lo aiutano un'ora ogni mattina ad alzarsi, lavarsi e vestirsi e si occupano delle faccende domestiche un pomeriggio alla settimana.

Dall'inizio dell'anno, le persone che percepiscono l'assegno per grandi invalidi dell'AI, vivono a domicilio e necessitano di prestazioni d'aiuto possono richiedere un contributo per l'assistenza. Con il denaro che ricevono possono assumere degli assistenti personali. Peter Eberhard, responsabile di settore presso l'ambito Assicurazione invalidità dell'UFAS, spiega l'obiettivo di queste nuove prestazioni: «Il contributo per l'assistenza tiene conto maggiormente delle esigenze dei diretti interessati e dovrebbe migliorar-

dotto un minuzioso accertamento al suo domicilio, durato ben cinque ore. Per lui è stata una vera tortura, ma è rimasto positivamente sorpreso quando ha constatato che il modulo di accertamento riassumeva perfettamente la sua vita quotidiana. Per prepararsi a questo momento, consiglia di riflettere su come si svolge la propria giornata, su quale tipo di aiuto si necessita e in quale momento, stando attenti a non sottovalutare il fabbisogno di assistenza.

Non tutti i richiedenti sono soddisfatti delle modalità di accertamento. Molti di loro, scontenti del numero di ore di assistenza riconosciute, hanno chiesto consiglio al legale di Procap, Daniel Schilliger: «In questi casi abbiamo riesaminato i punti contestati insieme all'AI, che alla fine ha tenuto conto del maggiore fabbisogno di cure.»

## Accesso all'assistenza limitato

Il contributo per l'assistenza è stato pensato in modo che i disabili possano assumere e gestire i collaboratori

mercato del lavoro per almeno dieci ore alla settimana o seguano una formazione regolare fuori dall'ambito protetto.

Analoghe le condizioni fissate per i minori: hanno diritto al contributo all'assistenza se frequentano la scuola regolare o una formazione professionale nel libero mercato del lavoro. Anche le famiglie con un figlio gravemente handicappato, che dal 2010 non hanno più diritto alle prestazioni dello Spitex pediatrico per l'assistenza non medica, possono richiedere il contributo a condizione che percepiscano almeno il supplemento medio per cure intensive.

## Familiari a mani vuote

Il contributo per l'assistenza viene concesso per gli interventi regolari sul lungo termine, ma non per le prestazioni di cura temporanee. Possono essere assunti privati mediante un contratto di lavoro, mentre non è possibile fare capo a organizzazioni come i servizi di sostegno e Spitex. Spesso si candidano studenti, madri di famiglia o infermieri che desiderano lavorare fuori da un'istituzione. Molti disabili fanno fatica ad affidare ad estranei compiti delicati come le cure intime, ma non sono autorizzati ad assumere genitori, figli, nipoti, nonni, coniugi o partner. Specialmente nel caso di malattie degenerative come la sclerosi multipla, i familiari dispensano ai propri familiari un volume di cure sempre crescente, ma non possono fare capo al contributo di assistenza.

Queste limitazioni costituiscono un problema per molti. Nell'ambito di un progetto pilota lanciato nel 2005, le persone disabili hanno ottenuto il



**Mi piace l'idea di assumere assistenti personali, così posso decidere quando alzarmi e come farmi aiutare.»**

[Jürg G.]

ne la qualità di vita e offrire loro maggiori opportunità d'integrazione nella società e nella vita professionale. Inoltre, sgrava i familiari che si occupano dei parenti bisognosi.»

Dopo aver ricevuto la richiesta di Jürg B. per l'ottenimento di un contributo per l'assistenza, l'AI ha con-

in qualità di datori di lavoro. Vigè un disciplinamento speciale per le persone minorenni e per quelle con disabilità psichiche. Queste ultime hanno diritto al contributo per l'assistenza a condizione che dispongano di un proprio domicilio, svolgano un'attività professionale nel libero

finanziamento dell'assistenza personale, nell'ambito del quale hanno potuto indennizzare i familiari curanti. Per loro e per coloro che necessitano di assistenza continua, il passaggio al modello più restrittivo del contributo per l'assistenza è difficile. E se non trovano un finanziamento supplementare, devono tornare in istituto.

### Finanziamento alternativo

Considerato che molte persone con handicap aspirano a vivere a domicilio nel modo più autonomo possibile, Procap Svizzera ha redatto un promemoria sull'argomento intitolato «Vivere a casa: il finanziamento delle cure e dell'assistenza». Il promemoria è disponibile in tedesco sul sito web [www.procap.ch](http://www.procap.ch).

Il contributo per l'assistenza comporta molte limitazioni e non è adatto a tutti, come osserva l'avvocato Daniel Schilliger: «Il finanziamento delle cure è come un mosaico, ed è fondamentale nel corso delle nostre consulenze riuscire ad avere una panoramica delle prestazioni assicurative per poter scegliere quelle più consona.» Per esempio se sono i parenti ad assumersi le cure della persona bisognosa, occorre prendere in considerazione anche le prestazioni complementari o l'assegno per grandi invalidi. Anche l'assicurazione malattie copre determinate prestazioni che consentono ai diretti interessati di continuare a vivere a domicilio.

### Diventare datori di lavoro

In altri Paesi le persone disabili hanno la possibilità di assumere assistenti personali da molto tempo, in Gran Bretagna da 24 anni. Jamie Beddard, attore affetto da paresi cerebrale che ha partecipato al festival del film look&roll di Basilea in qualità di membro della commissione di pro-



**Se la situazione è inaccettabile non dobbiamo esitare a licenziare qualcuno, anche se siamo disabili.»**

[Jürg B.]

grammazione, sfrutta questa opportunità nei viaggi all'estero: «Il fatto di avere un assistente personale mi permette di concentrarmi sul mio lavoro senza occuparmi delle altre questioni.» In genere ricorre a Wayn Norman, che lo aiuta a spostarsi e a comunicare. Ritiene importante andare d'accordo con il proprio assistente e per riuscirci consiglia di stabilire accordi chiari e fissare i limiti. Secondo Wayn Norman un assistente personale deve essere paziente e non avere tendenza a innervosirsi.

Dopo la decisione positiva dell'Al, Jürg B. si è messo alla ricerca di assistenti personali attraverso annunci elettronici sui siti internet di Procap, FAssiS e [www.tutti.ch](http://www.tutti.ch). Ha consultato anche gli albi degli annunci dei grandi magazzini locali e ha chiesto ai suoi conoscenti. Delle otto persone che gli hanno trasmesso il proprio dossier di candidatura, ne ha invitate cinque a un colloquio di assunzione. A quel punto è iniziato il lavoro vero e proprio: «Il servizio di assistenza FAssiS mette a disposizione dei buoni contratti-tipo, ma il lavoro amministrativo iniziale è enorme. Ho dovuto battermi con diverse autorità per capire quale assicurazione fosse responsabile di cosa. Gli avvocati di Procap mi hanno aiutato con grande semplicità a risolvere le questioni complesse.»

Jürg B. ha fatto buone esperienze con alcuni studenti che passano da lui durante un'ora prima dell'inizio dei corsi, per un compenso di 24 a 28 franchi, una somma piuttosto

elevata per un giovane in formazione. Tuttavia ha già dovuto risolvere un problema: «Durante i tre mesi di prova ho dovuto licenziare una mia assistente perché non ero contento del suo lavoro. Se la situazione è inaccettabile non dobbiamo esitare a licenziare qualcuno, anche se siamo disabili.»

### Lavori amministrativi

Per Jürg B. l'assunzione o il licenziamento di assistenti sono compiti gravosi, mentre con la pratica riesce a sbrigare con una certa facilità i lavori amministrativi mensili: registra in un modulo le ore di assistenza prestate dai dipendenti, prepara per ognuno il conteggio del salario, versa gli stipendi ed emette una fattura per l'Al. L'Al gli versa 32.50 franchi all'ora, con cui deve coprire il salario, le indennità per le vacanze e le assicurazioni sociali. Alla fine dell'anno deve pagare anche le fatture della cassa di compensazione e dell'assicurazione infortuni. Nei casi in cui l'assistente debba disporre di conoscenze particolari, come la lingua dei segni, il contributo ammonta a 48.75 franchi all'ora, mentre per l'assistenza notturna viene corrisposto un importo massimo di 86.70 franchi a notte.

Jürg B. deplora tutto questo lavoro da certosino e auspica una chiara divisione tra il contributo per l'assistenza e l'assegno per grandi invalidi. In fondo sarebbero necessari anche altri correttivi, ma rimane positivo: «Il contributo per l'assistenza mi offre maggiori possibilità di scelta. E desidero incoraggiare anche gli altri a farne richiesta senza avere paura di diventare datori di lavoro.» ●

» Per maggiori informazioni:  
[www.procap.ch](http://www.procap.ch) e [www.fassis.net](http://www.fassis.net)



**Gli avvocati di Procap mi hanno aiutato con grande semplicità a risolvere le questioni complesse.»**

[Jürg B.]

# Devo potermi fidare di chi mi assiste

Lo scorso anno Stefanie Dettling è stata Miss Handicap. Terminati gli impegni di rappresentanza, ora può prendersi il tempo per organizzare l'assistenza di cui necessita.

Raffaella von Gunten



Stefanie Dettling ricorderà con piacere il suo anno in qualità di Miss Handicap, durante il quale ha tenuto conferenze, partecipato a dibattiti, visitato scuole e presenziato ad eventi. Questa diciannovenne ha sensibilizzato la popolazione nei confronti dell'integrazione dei disabili. «La cosa che mi piaceva di più era recarmi nelle scuole, e i ragazzi mi hanno sempre accolta positivamente», racconta raggianti.

Stefanie Dettling è una giovane zurighese piena di gioia di vivere. Da piccola, un vaccino le ha provocato una paralisi che l'ha costretta in sedia a rotelle e le ha limitato la mobilità delle braccia. «Ho sempre frequentato la scuola regolare, ed è stato

importante sia per me che per la mia famiglia», sottolinea. Nel frattempo è diventata impiegata di commercio. Con il suo handicap convive bene, anche grazie ai familiari e agli amici. «Nella vita di tutti i giorni ho bisogno di aiuto per diverse cose, come vestirmi, aprire le porte e spostarmi.» In passato erano soprattutto le persone vicine a lei ad assumersi questi compiti, ma grazie al contributo per l'assistenza che le è stato concesso nel mese di agosto, Stefanie Dettling può ora assumere qualcuno che si occupi di queste faccende. Ciò sgrava la famiglia e rafforza l'autonomia di questa giovane donna: «Grazie al contributo per l'assistenza, quando sarò pronta potrò prendermi un ap-

partamento. Senza il contributo prima o poi sarei finita in un istituto.» Per il momento Stefanie Dettling si sta familiarizzando con il suo nuovo ruolo di datore di lavoro che la pone dinnanzi a determinate sfide: «Cerco di concentrare i lavori e di pianificarli in modo sensato. Non posso richiedere l'assistenza solo per un'ora.» Per ora può contare anche sull'aiuto di un fiduciario che le spiega gli aspetti legali e amministrativi e le prepara i modelli per le fatture e i contratti. «Ho già pubblicato i primi annunci. Ora aspetto con impazienza di vedere i candidati.»

## » Stefanie Dettling a proposito di ...

**Tempo:** Ogni momento, ogni ora, ogni giorno è prezioso.

**Lavoro:** Il mio lavoro in banca mi sta molto a cuore. Per un disabile non è semplice trovare un buon impiego e io sono stata molto fortunata.

**Lusso:** Per me è un lusso ogni momento che posso trascorrere con i miei amici e la mia famiglia.

**Amicizia:** Sapere di poter contare su determinate persone anche quando non sono al massimo della forma.

**Amore:** Trovare qualcuno che mi accetti per quella che sono e che voglia trascorrere la sua vita con me.

**Vacanze:** Lasciar vagare la mente in un Paese caldo e fare solo quello che mi va.

## Notre fils lourdement handicapé vit à la maison. Que faut-il faire pour obtenir une assistance ?

Notre fils de 27 ans souffre d'un handicap mental et physique si lourd qu'il nécessite des soins et un accompagnement complets. Nous vivons à trois dans un appartement bien équipé où il souhaite rester. Mon mari travaille à plein temps et je peux m'occuper en grande partie de notre fils. Je voudrais continuer à le faire avec l'aide d'assistants, mais l'AI a refusé notre demande de contribution d'assistance.

### Daniel Schilliger, avocat

Les personnes qui vivent chez elles et bénéficient de l'allocation pour impotent de l'AI peuvent demander la contribution d'assistance. Pour les adultes avec un handicap mental, il existe une réglementation spécifique qui impose de suivre l'école obligatoire ou une formation sur le marché ordinaire de l'emploi ou d'exercer une activité lucrative sur le marché ordinaire de l'emploi au moins dix heures par semaine, ou de tenir son propre ménage, donc ne pas vivre chez ses parents. Dans votre cas, aucune de ces conditions n'est remplie. C'est pourquoi la contribution d'assistance a été refusée.

Cependant, vous avez d'autres possibilités pour financer une assistance. Tout d'abord, l'allocation pour impotent : son utilisation est libre et votre fils peut décider à quoi elle doit servir. Si les services de soins et d'aide à domicile sont sollicités pour des séances de physiothérapie ou l'hygiène corporelle par exemple, une partie de ces actes est prise en charge par l'assurance maladie.

Ensuite, les prestations complémentaires : elles remboursent les frais de maladie et d'invalidité jusqu'à certains montants, y compris les dépenses pour l'assistance,



Photo: Procap

les soins et la prise en charge à domicile ou en structure d'accueil de jour. Certes, le fonctionnement diffère selon les cantons, mais s'aligne en règle générale sur celui de la contribution d'assistance. Dans certains cas, les membres de la famille, comme les parents, ou les organisations, tels les services d'assistance et de soins à domicile, sont indemnisés. De plus, il est possible – comme avec la contribution d'assistance – de financer l'emploi d'une personne pour les soins, l'accompagnement et le ménage.

Vous pouvez donc bénéficier vous aussi d'un soutien financier. Mais les conditions détaillées doivent être étudiées lors d'un entretien personnel dans un Centre de conseil régional de Procap.

## Nouveau droit de la protection de l'adulte

Le nouveau droit de la protection de l'adulte entrera en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2013 et apportera de nombreuses améliorations pour les personnes avec handicap.

### La curatelle comme mesure unique

Conformément à la nouvelle législation, il n'existera plus qu'une seule mesure possible : la curatelle qui sera adaptée aux besoins individuels. Pour définir une curatelle personnalisée, l'autorité de protection de l'adulte disposera de quatre variantes qui pourront être combinées entre elles : la curatelle d'accompagnement, la curatelle de coopération, la curatelle de représentation et la curatelle de portée générale. Une sélection de curateurs sera également effectuée. Les personnes concernées et leurs familles auront le droit de proposer un curateur. La prolongation de l'autorité parentale, possible selon l'ancien système, n'existera plus dans la nouvelle législation. Désormais, les deux parents pourront conjointement être nommés curateurs.

### L'autorité de protection de l'adulte comme autorité interdisciplinaire

Désormais, l'autorité sera composée d'un ou d'une juriste et, selon la situation, de professionnels formés en psychologie, en sciences sociales, en comptabilité, en droit des assurances ou en médecine. Les autorités de milice ne seront plus compétentes.

### Meilleure protection des résidents

Dorénavant, un contrat d'assistance dans lequel figurent les prestations à fournir par l'institution selon les souhaits de la personne avec handicap devra toujours être conclu et assurera la transparence.

» [www.procap.ch](http://www.procap.ch)

# Agenda

## Fête annuelle de Procap

### Loisirs & Sport

Pour remercier ses bénévoles de leur engagement, le département Loisirs & Sport organise un apéritif le samedi 8 décembre au centre culturel Schützi de Olten. Dès 19h la manifestation s'ouvre à toutes les personnes intéressées, en particulier aux clientes et clients de l'agence de voyages. Après une rétrospective des moments forts de l'année 2012, le département présentera son offre de voyages pour l'année prochaine. Dès 19h30, la fête sera animée par le groupe Smeraldy et aura pour devise : « We rock your party ! ». DJ Cellobello prendra ensuite le relais aux platines.

### Vidéo de la journée sportive en ligne

La brève vidéo réalisée à l'occasion de la journée sportive du 1<sup>er</sup> septembre sera mise en ligne début décembre sur notre site internet. Ce document regroupe les témoignages des sportives et sportifs, des organisateurs ainsi que des invités et offre un reflet de ce grand événement national.

» [www.procap.ch](http://www.procap.ch) et [www.procap-sport.ch](http://www.procap-sport.ch)



## Loisirs & Sport 2013

### Enfants et adolescents

#### Camp sportif – Gruyère,

21 juillet au 3 août 2013

#### Camp sportif – Tessin,

12 au 19 octobre 2013

12 au 19 octobre

### Jeunes et adultes

#### Camp vélo, lac de Constance,

8 au 14 juillet 2013

#### Camp canoë-kayak, Stein am

Rhein, 20 au 27 juillet 2013

#### Camp sportif, Gruyère, 20 juillet au

3 août 2013 (2 semaines)

#### Camp sportif, Tessin,

12 au 19 octobre 2013

#### Camp de neige, Valais,

4 au 11 janvier 2014

### Semaines à l'étranger

#### Camp Center Parcs, France,

3 au 10 juin 2013

#### Camp à la mer, France, 31 août au

7 septembre 2013

### Week-ends en Suisse

#### Randonnée avec des lamas,

Gorges de Douanne,  
9 au 12 mai 2013 (Ascension)

#### Bien-être et santé, Valais,

9 au 12 mai 2013 (Ascension)

#### Séjour en pleine nature,

18 au 20 mai 2013

#### L'appel de la montagne, Valais

21 et 22 septembre 2013  
(+ 5 autres week-ends bilingues)

## Procap recherche des bénévoles

Pour concrétiser la cinquantaine d'offres de vacances pour personnes avec handicap, Procap Loisirs & Sport recherche des guides de voyage, des spécialistes du domaine de la santé et des accompagnateurs de vacances bénévoles.

Etes-vous attiré par de nouvelles tâches ? Avez-vous une expérience personnelle d'accompagnement de personnes avec handicap dans les domaines du voyage, du sport, des loisirs ou cherchez-vous un nouveau défi à relever ? Merci de nous contacter.

Vous en saurez plus sur notre site [www.procap-sport.ch](http://www.procap-sport.ch), rubrique « Participer ». Nous accueillons volontiers les personnes intéressées le 8 décembre dès 19h à la Schützi, à Olten.

### Loisirs en Suisse

**Les Diablerets**, 21 juillet au 3 août 2013

**Centre Saint-François**, Jura, 15 au 28 septembre 2013

### Formation continue Procap Sport

**Motiver les enfants, ados et jeunes à bouger plus**, St-Légier, 20 avril 2013

**Recyclage du brevet de sauvetage**, Montreux, 5 mai 2013

**Musique et mouvement**, Neuchâtel, 1<sup>er</sup> décembre 2013

### Journée technique Sport

**Journée technique Procap Sport**, 4 mai 2013

## Galerie de photos

Consultez [www.procap-sport.ch](http://www.procap-sport.ch) pour découvrir la galerie de photos des camps Loisirs & Sport qui ont eu lieu en 2012.

# Petites annonces

## 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 tél. 077 218 17 77 dès le 23 septembre.

## Divers

A donner à personne avec handicap, une collection en vrac de timbres anciens suisses et étrangers et quelques albums et livres de philatélie. S'adresser à Procap La Chaux-de-Fonds, tél. 032 968 00 33 (à venir chercher sur place).

## Petites 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.

## Les annonces sont à envoyer à l'adresse:

Magazine Procap, rédaction, case postale, 4601 Olten, info@procap.ch

## Petites annonces en ligne

Vous trouverez d'autres annonces sur notre site internet. Nous mettons à votre disposition une bourse électronique pour les petites annonces sous :

[www.kleinanzeigen.procap.ch](http://www.kleinanzeigen.procap.ch)

# Courbatures et mal de dos?

Et si vous aviez votre propre masseur personnel?

Depuis l'aube des temps, le massage est prisé par les hommes comme une méthode de soin très efficace. Qui s'en étonnera. Les techniques de massage permettent d'assouplir la musculature et de stimuler l'irrigation sanguine. Les douleurs qui résultent d'efforts excessifs ou de mauvaises positions peuvent être soulagées grâce à un massage dorsal. Un massage optimise le bien-être physique et mental. Un Massage peut augmenter la qualité de vie d'une personne et renforcer durablement son état de santé mental et corporel.

Le nouveau siège-masseur multifonctions de SmartQ® associe techniques de pointe et savoir-faire traditionnel pour le plus grand bonheur de ses utilisateurs qui ne cessent d'en faire l'éloge. Il utilise une technologie de pointe spécialement mise au point et présente seulement dans les lourds fauteuils de massage. A la place de la rotation habituelle de boules qui montent simplement le long de votre dos, cet appareil offre un système dual d'axes de pression qui ondule de façon symétrique et antagonique, simultanément aussi, en 3-D, idéalement les mouvements des mains et des doigts d'un masseur professionnel. La sélection et la combinaison innovante de techniques de massage par vibration, roulement, swing et pétrissage garantissent une expérience des plus agréables.

La pression différenciée le long des méridiens et de la colonne vertébrale aide à dissoudre les blocages énergétiques, à calmer les nerfs et à stimuler la circulation sanguine. Le massage par pétrissage (Shiatsu) assure un massage en profondeur et stimule et renforce les muscles. Le massage par roulement est une technique particulièrement douce et agréable qui stimule la circulation sanguine et le drainage lymphatique. Les vibrations aident à soulager les crampes musculaires et permettent une détente psychique.

Par le biais de la télécommande, les têtes de massage peuvent être naviguées individuellement vers la zone problématique. De même, la répartition des points de pression le long de la colonne vertébrale peut être définie très précisément selon les besoins individuels grâce au réglage variable des longueurs. Plus long de 8cm, le massage permet d'atteindre les épaules. Le nouveau siège de massage SmartQ® relax premium 4 en 1 convainc sur beaucoup de plans et peut être commandé en Suisse exclusivement auprès de SwissQualified SA et nouvellement chez le commerce spécialisé. Par commande directe (téléphone 0848 000 201, coupon ou internet [www.sq24.ch](http://www.sq24.ch)), il vous sera livré par la poste et peut être testé pendant 8 jours sans aucun engagement de votre part.

**Plus d'effets en profondeur grâce à la rotation arriérée**

Massage Shiatsu (par pétrissage)  
 Massage par roulement  
 Swing-massage  
 Fonction chauffage  
 Massage par vibration

**SMARTQ**  
 Transforme chaque chaise en un siège de massage parfait

**Offres spéciales**  
 pour les lectrices et les lecteurs du magazine procap à un prix avantageux de 249.- CHF au lieu de 448.- CHF.

**SWISS Q**

www.sq24.ch

le commande avec un droit de renvoi dans les 8 jours

| Article  | Code de livraison | Article No. | Quantité |
|--|-------------------|-------------|----------|
|  |                   | 2117542     |          |
| Description:   |                   |             |          |
| Adresse:   |                   |             |          |
| RFPA/S:  |                   |             |          |
| Société:   |                   |             |          |
| Expédié à: SwissQualified AG, Postfach, 1029 St. Gallen                            |                   |             |          |
| Tél: 0848 000 201, Fax: 0848 000 202, <a href="http://www.sq24.ch">www.sq24.ch</a> |                   |             |          |





## La contribution d'assistance

Parlons de ce fameux pas dans la bonne direction, celui auquel tout le monde aspire, qui permet de rester chez soi plutôt que d'aller vivre dans une institution. Une vraie chance

pour nous tous. Pourtant, ce pas vers l'Al conduit aussi à un obstacle contrariant.

Assis en chaise roulante avec une sclérose en plaque, j'écris en connaissance de cause. Si on peut rester à la maison, on veut aussi pouvoir préserver son intimité. Or, qu'il y a-t-il de plus intime que les soins quotidiens et tout ce que cela implique. Si j'ai besoin d'aide dans ce domaine – heureusement pour moi, cela n'arrive que rarement – je devrais faire appel aux services d'aide et de soins à domicile et ils accourent aussitôt. A moins que je sollicite simplement mon épouse, et c'est ce que je fais de temps en temps. Mais je me demande quels sont les véritables arguments contre le versement d'une contribution financière par l'état aux conjoints d'une personne avec handicap à qui ils fournissent constamment une assistance. Tant pis pour eux s'ils ont décidé de surmonter les problèmes auxquels ils sont confrontés ?

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  
1/2013

Les nouveaux  
médias

### Prochain point fort

Les nouveaux médias comme internet, les réseaux sociaux ou les blogs mais également les appareils tels que smartphones ou tablettes tactiles sont des outils qui peuvent faciliter la vie quotidienne des personnes avec handicap et favoriser leur participation à la vie sociale. Ces différents outils peuvent également représenter de nouveaux obstacles. Le prochain magazine Procap traitera de ce thème. [ahu]



facebook®

### Procap interactif

Le 8 octobre dernier, le 1000<sup>e</sup> fan a cliqué sur le bouton « J'aime » de la page Facebook de Procap Suisse. Nous serions très heureux que bien plus d'amis encore lisent nos informations, prennent part à nos tirages au sort et nous écrivent leur avis. Etendez le réseau, rendez-nous visite et invitez d'autres personnes à le faire également. [www.procap.ch](http://www.procap.ch)

## Impressum

**Editeur** Procap **Tirage** 21 911 (REMP); paraît quatre fois par année. **Edition et rédaction** Procap magazine, Frobbergstr. 4, case postale, 4601 Olten, tél. 062 206 88 88, [info@procap.ch](mailto:info@procap.ch). [www.procap.ch](http://www.procap.ch). **Annonces** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Förlibuckstrasse 70, case postale, 8021 Zurich, tél. 043 444 51 09, Fax 043 444 51 01, [info@fachmedien.ch](mailto:info@fachmedien.ch). **Rédaction** Anita Huber (ahu), Xavier Meyer (xm) **Ont collaboré à ce numéro** Pascale Hartmann, Daniel Schilliger, Bruno Schmucki et Raffaella von Gunten. Pierre Blanc, Andréane Leclercq, Gian Pozzy (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° 1/2013** 31 janvier 2013; parution 7 mars 2013.

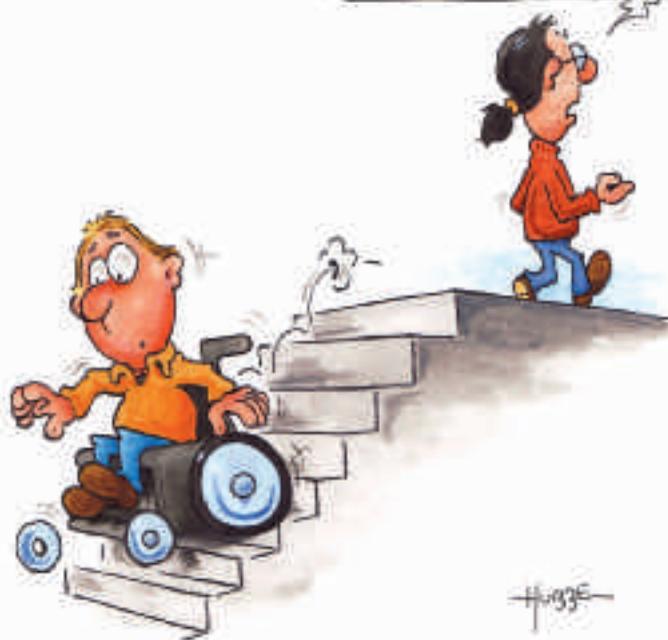


Tu connais celle du mec  
en fauteuil roulant qui monte  
les escaliers ?

Haahaha !



Non... je connais juste  
celle où il descend  
les escaliers.

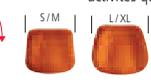


PAR ÉGARD POUR VOTRE SANTÉ ET BIEN-ÊTRE  
**Offres spéciales pour les lectrices et les lecteurs du magazine «Procap»**



**MADE OF NASA MEMORY-FOAM**  
**Fauteuil tournant de bureau ERGOTEC SYNCHRO PRO**  
au lieu de\* 1298.- **498.-**

Fauteuil tournant de bureau professionnel conçu selon les dernières acquisitions en matière d'ergonomie, forme anatomique parfaite; mécanisme synchro-blocable; réglage de hauteur par vérin à gaz de sécurité; adaptation individuelle au poids; „MEMORY FOAM” appui-reins ergonomique (S/M, L/XL); dossier à filet aéré inusable ménageant le dos et évitant la fatigue, ne «colle» pas au dos; appui lombaire à réglage (soutien de la colonne vertébrale et des disques); appui-tête et appui-nuque (amovible); accoudoirs à 12 positions de réglage en hauteur et latéralement avec appuis rembourrés; convient à toutes les activités quotidiennes au bureau, en particulier le travail à l'écran. Dimensions: (hxdxp) 48-65 x 52.5 x 48.5 cm, poids: 22 kg, mode d'emploi et de montage en fr, it, all, angl. Garantie 2 ans. 5 Pied: bois/bambou, alu dépoli, alu poli, alu noir dépoli, alu noir poli; avec galets de tapis (galets pour sols durs en option: CHF 20.- les 5)



Couleurs du tissu: 1. guava, 2. yellow, 3. domingo, 4. curacao, 5. costa, 6. steel, 7. paradise, 8. olive, 9. demerera, 10. sombrero, 11. havana, 12. monterat; Couleur du cuir: noir



**Appareil de massage par pulsation intensif ITM**  
au lieu de\* 149.- **119.-**

Avec lumière infrarouge activable. Pour assouplir, détendre et stimuler la circulation sanguine dans les muscles, un massage par pulsation intensif, en profondeur et bienfaisant, (régulation linéaire). Efficace pour détendre les tensions musculaires et les crampes et échauffer les tissus. Les épaules, le dos, les jambes et même les plantes des pieds peuvent être massés sans effort. Instructions d'utilisation en fr, it, all, angl. 3 ans de garantie.



NOUVEAUTÉ MONDIALE!

**Kit de soin des cheveux, du visage et des dents - FAZOR® 5 EN 1**  
au lieu de\* 489.- **169.-**

Rasoir avec 5 têtes de rasage; Utilisation sec ou humide; Tondeuse à barbe et poils longs avec tête de rasage précise réglable; Tailleuse de poils oreilles/nez; Tondeuse à barbe de précision; Brosse à dents rechargeable pivotante; Nécessaire de voyage (22x44 cm); Système de puissance (100-240V, rechargement rapide, piles ion-lithium, etc.); Cadenas de voyage; Station de rechargement PowerPod

Couleurs : 1. noir, 2. blanc, 3. anthracite



**Bâtons de trekking et de randonnée ERGOLITE PROTEC ANTISHOCK**  
au lieu de\* 179.- **98.-**

Bâton de randonnée et de trekking 3 brins en alliage d'aluminium 7075 T6 haute technologie de qualité supérieure avec système anti-choc et pointe Wolfram/Carbide. Poignée supérieure en liège isolant avec poignée contourgrip EVA-Full-Foam allongée utilisable lorsque le bâton est raccourci. Poignée ergonomique inclinée de 15 degrés avec deux dragonnes réglables interchangeables. Modèle très stable et robuste, réglable de 77 à 140 cm, sac de transport et de rangement inclus. Couleur: bleu/vert/argent/noir



• modèle optimisé  
• mesures redéfinies  
• plus de légèreté

**Veste fonctionnelle d'extérieur TITANIUM 6 EN 1**  
au lieu de\* 698.- **198.-**

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; imperméabilité: 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. 100% Made au Népal.

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.



**Pantalon fonctionnel d'extérieur TITANIUM 3 EN 1**  
au lieu de\* 349.- **149.-**

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 plus haute à l'avant et à l'arrière, 2 poches latérales, 1 poche poitrine kangourou zippée; guêtres 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; imperméabilité: 20'000 mm, respirabilité: 6'000 mvt (g/m²/24h); HIMALAYA OUTDOOR® by Omlin. 100% Made au Népal.

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.



**Sac à dos multifonctions X-TRAIL HYDROLITE 27+5**  
au lieu de\* 298.- **129.-**

Sac à dos multifonctions aux multiples équipements et comprenant un système de désalération à isolation totale (3 litres); aération dorsale tri-directionnelle AirPort™ efficace, rembourrage du dos et de la ceinture de taille ErgoFoam™; compartiment principal avec zip et poche de rangement, ceinture de taille et sangle de poitrine, bretelles ergonomiques avec système SuspensionStrap, poche frontale avec filet et sangles, 2 poches latérales à sangles élastiques; système de fixation des bâtons de randonnée; divers sangles de compression et de fixation, sangles en caoutchouc pour sac de couchage, casque, etc.; bandes réfléchissantes 3M, protection anti-pluie, poche pour téléphone mobile, support CD/MP3, organizer, sac de laptop, portemonnaie, etc. Idéal pour les activités de plein air (randonnée, trekking, ski, cycle, escalade) et les loisirs. Matériel: ripstop Diamond/Dobby robuste. Volume: 27+5 Litres.

Couleurs : 1. orange, 2. rouge, 3. bleu glace, 4. olive, 5. noir



| Article / dimension / couleur | Quantité | Prix | Adresse       | Code: Procap 11/12 |
|-------------------------------|----------|------|---------------|--------------------|
|                               |          |      | Nom et prénom |                    |
|                               |          |      | Rue           |                    |
|                               |          |      | NPA/localité  |                    |
|                               |          |      | Téléphone     |                    |
|                               |          |      | E-Mail        |                    |
| Date/signature                |          |      |               |                    |

Commandes: CARESHOP GmbH, c/o Bürgerspital Basel, Ruchfeldstrasse 15, 4142 Münchenstein  
**Téléphone 0848 900 200, Fax 0848 900 222, www.careshop.ch**

Sous réserve d'erreur d'impression. Prix TVA incl., frais de port en sus.  
Livraison jusqu'à épuisement du stock. \*Somme des différents prix.

Venez visiter nos magasins «Careshop»:

- 4051 Bâle, c/o Büspishop, Aeschenvorstadt 55, Téléphone: 061 227 92 76  
Lundi fermé • Mardi-Vendredi 10.00 - 18.00 • Samedi 10.00 - 16.00
- 4500 Solothurn, Bielstrasse 23, Téléphone: 032 621 92 91  
Lundi fermé • Mardi-Vendredi 14.00 - 18.00 • Samedi 10.00 - 16.00

Commandes: Téléphone 0848 900 200, Fax 0848 900 222, www.careshop.ch