

Procap

Le magazine
pour personnes
avec handicap

01/19



Focus

A la poursuite
des compétences

Dossier

Politique sociale:
Notre combat

Au quotidien

La mobilité
comme moteur

60 ans d'engagement social

Invitation

Sur l'agenda de mai 2019
60 ans GMFK

Exposition d'œuvres d'artistes peignant de la bouche ou du pied
à l'occasion du 60e anniversaire de la maison d'édition d'art Au - GMFK
à la **Tonhalle de Saint-Gall, du 17 au 19 mai 2019**

Le vendredi et le samedi de 10h à 21h, le dimanche de 10h à 18h

Tonhalle, Museumstrasse 25, 9000 Saint-Gall

Paysage de bord de mer, original à l'acrylique, peint avec la bouche par Bracha Fischel

Favoriser l'entraide – depuis 60 ans au service des artistes handicapés –

La maison d'édition d'art Au, coopérative des artistes peignant de la bouche ou du pied, est une organisation d'entraide portée par des personnes qui sont privées de l'usage de leurs mains depuis leur naissance ou à la suite d'une maladie ou d'un accident. Notre coopérative a été fondée en 1959 à l'initiative d'Erich Stegmann, peintre de la bouche, dans l'esprit d'une œuvre sociale, avec la volonté de ne pas éveiller la pitié.

L'amour de l'art et la motivation personnelle dépassent le handicap pour faire naître des œuvres et réalisations originales. Notre coopérative, qui fait partie de l'association mondiale des artistes peignant de la bouche et du pied, s'engage dans l'accompagnement social et économique des artistes.

Nous octroyons des bourses de formation artistique et favorisons les échanges entre artistes du monde entier. Nous avons à cœur de présenter notre idée de l'entraide à un large public et aux médias à travers des expositions, des ateliers et des tournées de conférences. Nous aspirons par notre action à sensibiliser la société pour l'ouvrir à un regard sans préjugé, selon la devise «oser son propre chemin» de notre bien-aimée artiste Ruth Rieser.

Ouvert aux nouveaux boursiers et membres actifs

Nous organisons parallèlement à notre exposition un atelier pour nos membres à la Tonhalle de Saint-Gall. Nous invitons volontiers les artistes et personnes intéressés qui voudraient y assister pour découvrir le travail de nos artistes.

Venez nous rendre visite les 14, 15 et 17 mai 2019 de 14h à 17h à la Tonhalle de Saint-Gall

Gallusplatz Saint-Gall, original à l'acrylique, peint avec la bouche par Lars Höllerer



Maison d'édition d'art Au
Coopérative des artistes peignant
de la bouche ou du pied
Zugerstrasse 162 · 8820 Wädenswil
www.gmfk.ch · info@gmfk.ch

Vous trouverez de plus amples informations sur notre
site web www.gmfk.ch



Editorial

La formation vise à acquérir des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être. Elle «construit» ainsi la personnalité de chaque personne qui se distingue par des caractéristiques uniques, sait faire preuve de réflexivité et apprend de ses expériences. Néanmoins la formation est, aujourd'hui encore, trop souvent synonyme de «savoir» plutôt que de «penser». Procap inverse cette tendance grâce à son programme de sensibilisation et d'information.

Les rubriques «Au quotidien» et «Rendez-vous» illustrent les stratégies ingénieuses et les ressources mobilisées par les personnes en situation de handicap pour dépasser leurs limites.

La partie «Focus» vise, elle, à favoriser la reconnaissance et la promotion des capacités, des besoins personnels de tout un chacun. C'est dans cet esprit que vous trouverez dans ce numéro une nouvelle série intitulée «Notre combat», qui illustre une nouvelle fois que connaître ses droits, c'est pouvoir les revendiquer. Bonne lecture!

Sabrina Salupo,
Responsable Formation et Sensibilisation

Contenu

Brèves	4
Focus	
A la poursuite des compétences	6
Au quotidien: Martin Bieri	12
Rendez-vous: Nadine Ryser	16
Dossier Politique sociale	
Notre combat	19
Parte italiana	
Focus: La ricerca e l'utilizzo delle competenze	23
Guida giuridica	26
Politica	27
Service	
Conseil juridique	14
Politique	15
Santé	18
Casse-tête	28
Voyages	29
Carte blanche	30



Se préparer aux National Winter Games 2020 avec Procap

Les National Winter Games de Special Olympics Switzerland, plus grand et plus attrayant événement sportif pour personnes avec handicap mental en Suisse, se tiendront du 23 au 26 janvier 2020 à Villars (VD). 550 athlètes y participeront. L'événement offre des compétitions passionnantes dans diverses disciplines de sports d'hiver, des moments d'émotion et un programme cadre varié. Pour se préparer à ces National Winter Games, Procap propose à ses membres des cours de ski dans les vastes domaines skiables de Suisse romande depuis début 2019. Les cours sont donnés en français. Premières expériences à skis obligatoires. Des places sont encore disponibles pour les prochaines dates des samedis 9 mars, 16 mars et 6 avril. En fonction de la demande, de nouveaux cours seront proposés à la fin 2019.

Pour de plus amples informations sur les cours, merci d'écrire à sport@procap.ch.
www.specialolympics.ch, www.nationalgamesvillars.ch



Nouveaux visages à la rédaction

Depuis à peu près quatre mois, deux nouvelles recrues sont venues renforcer les rangs de l'équipe Communication et marketing et de la rédaction du magazine. Sonja Wenger (à droite) est en charge de la communication de l'association et des médias et Corinne Schüpbach assure la communication et le marketing pour la Suisse romande. Toutes deux se réjouissent à l'idée de recueillir les témoignages des membres et de collaborer avec les sections Procap.



Forum Parents Procap

La quatrième édition du Forum Parents Procap se tiendra dans l'auditoire central de l'Hôpital cantonal de Saint-Gall le samedi 25 mai 2019. Des spécialistes y présenteront divers exposés sur les aspects juridiques et organisationnels d'une situation donnée, avant de donner la parole aux parents concernés dans le cadre d'une table ronde. La thématique du mois de mai sera «L'enfant et l'hôpital»: l'AI et les caisses-maladie financent certes l'hospitalisation des enfants avec handicap, mais pas les coûts supplémentaires d'une prise en charge adaptée à leurs besoins, généralement assurée par les parents sur place. A cela s'ajoute le fait que le versement de l'allocation pour impotent et/ou du supplément pour soins intenses est interrompu dès le premier jour d'hospitalisation.



LaViva a 10 ans!

Une grande fête aura lieu le 6 avril 2019 au LaborBar, à Zurich, et vous y êtes toutes et tous convié-e-s. La raison? C'est là que s'est tenue la toute première soirée LaViva il y a dix ans, quand Procap et Daniel Vuillaume, alors propriétaire du LaborBar, ont eu l'idée de permettre aux personnes avec et sans handicap de danser, rire et faire la fête ensemble sans aucune appréhension dans un club en vogue. Formule gagnante: des bus pleins à craquer et plusieurs groupes venant de foyers ont participé à la soirée, dépassant toutes les attentes des organisateurs. Le célèbre animateur de télévision Kurt Aeschbacher se tenait derrière le comptoir aux côtés de bénévoles, se réjouissant avec Procap de la bonne ambiance dans la salle. Depuis, environ 80 soirées LaViva ont été organisées rien qu'à Zurich et l'offre a également été lancée dans de nombreuses autres villes de Suisse.

Plus d'informations sur: www.laviva.ch



Adaptations des rentes AVS/AI

Les rentes AVS/AI ont été adaptées à l'évolution actuelle des prix et des salaires le 1^{er} janvier 2019. Parallèlement, des adaptations ont été apportées dans le domaine des cotisations, pour les prestations complémentaires et dans la prévoyance professionnelle obligatoire. Le montant de la rente minimale AVS/AI passe ainsi de 1175 à 1185 francs par mois et celui de la rente maximale de 2350 à 2370 francs (pour une durée de cotisation complète). Les montants annuels des prestations complémentaires, destinées à couvrir les besoins vitaux, passent de 19 290 à 19 450 francs pour les personnes seules, de 28 935 à 29 175 francs pour les couples et de 10 080 à 10 170 francs pour les orphelins. Les allocations pour impotent ont également été adaptées. Enfin, le montant de la déduction de coordination dans le régime obligatoire de la prévoyance professionnelle est passé de 24 675 à 24 885 francs, et le seuil d'entrée de 21 150 à 21 330 francs.

Plus d'informations sur www.bsv.admin.ch > Adaptation des rentes

Projet pionnier à Altdorf

Pour les personnes se déplaçant en fauteuil roulant ou avec un autre appareil d'aide à la marche, les pavés sont souvent synonyme de risque de chute, voire d'obstacle insurmontable. La vieille ville historique d'Altdorf (Uri) vient de mettre en place un nouveau type de pavé à la tête sciée et aux côtés biseautés, une solution mise au point en collaboration avec le centre de conseil en construction de Procap du canton d'Uri. Il s'agit d'un projet pionnier pour un pavage sans obstacles, qui assure une extrême planéité des surfaces avec des joints étroits. Les essais à vélo et en fauteuil roulant se sont avérés concluants. D'autres projets utilisant ces pavés sont d'ores et déjà prévus ailleurs, par exemple à Bremgarten (AG).



A la poursuite des compé- tences

Souvent sous-estimées, partialement évaluées et exigées par le milieu du travail, les compétences sont devenues un prérequis pour accéder au marché de l'emploi.

Qu'est-ce qu'une compétence? Une liste sur un CV, un diplôme? La définition est vaste: les compétences sont les capacités qu'une personne mobilise pour réaliser une tâche ou une activité. Peu importe lesquelles. Une compétence est aussi bien une capacité à gérer des stocks, résoudre des problèmes mathématiques ou une activité, a priori plus banale, comme marcher.

Un large panel qui surprend à première vue. Difficile de se qualifier de «compétent» en parlant d'activités quotidiennes – voir routinières. Pourtant, il s'agit bien de compétences développées au fil d'apprentissages. Or, toutes ne se valent pas sur le marché de l'emploi. Faire pousser des salades peut à la fois être une activité privée à réaliser sur son balcon, que l'activité principale d'une production maraîchère. Une base commune de connaissances permet dans ces deux cas d'aboutir à la croissance de la plante.

Alors quelle différence entre ces deux activités? L'une est mobilisée dans un cadre de loisir, à petite échelle. L'autre concerne une production de masse dans un cadre professionnel. Les dimensions privée et professionnelle ne s'opposent pas. Dans les cas les plus heureux, elles se complètent. Une activité chérie dans un cadre privé est une piste de formation et de reconversion particulièrement attractive.

Un changement des conditions de vie, comme l'illustre l'exemple de Martin Bieri (voir page 12), peut aussi être la source du développement de nouvelles compé-

tences. Suite à un accident de voiture, sa capacité de conduire a été réduite à néant. L'amputation de son bras et de sa jambe gauches ne lui a pourtant pas fait passer l'envie de reprendre le volant. En adaptant le véhicule, Martin a réussi le contrôle d'aptitude à la conduite et a pu retrouver le plaisir de rouler. Il en fera même son métier.

Envie et capacité: la grande conquête

Tout comme nos envies, les compétences ont la particularité d'être dynamiques, de se transformer dans le temps. Elles se font et, parfois, se défont. L'habitude de réaliser certaines tâches se «perd» ou disparaît progressivement. Or, cette disparition peut aussi être brutale – conséquence directe d'un accident ou d'une maladie. Lente ou rapide, elle peut mener à une situation de handicap qu'il faudra apprendre à gérer.

C'est ce qu'illustre également le cas de Nadine Ryser (voir page 16). Elle ne peut plus prendre appui sur l'une de ses jambes. Elle a dû apprendre à fonctionner différemment au quotidien. Face à la limitation de sa mobilité, cette Chaux-de-Fonnière de 53 ans a réorienté sa vie professionnelle en développant de nouvelles compétences.

Le processus d'apprentissage ondule alors entre capacités et centres d'intérêt. Pour avancer sur ce chemin sinueux, la manière la plus classique de se former repose sur les formations officielles – allant de l'attestation fédérale de formation professionnelle (AFP) au diplôme universitaire. Toutes présupposent des prérequis et des évaluations aux critères précis. Ainsi, seules les compétences acquises et reconnues par un examen minutieux débouchent sur le précieux certificat. Cette structure laisse de ce fait peu de place à la flexibilité.

Heureusement, le hasard des expériences et des rencontres développe également nos compétences. Un voisin doué en informatique peut être la base de nouvelles connaissances exploitables d'un point de vue professionnel. Une discussion sur un problème relationnel rencontré au travail peut être la source d'une nouvelle stratégie pour améliorer une situation sociale.

Ce dernier champ de compétences reste le grand absent des formations. Difficile d'expliquer des normes implicites en action dans nos relations aux autres. Sur ce point, la question de l'évaluation dans un cadre institutionnel est encore plus complexe. Ce qui explique, en partie, le manque de formation incluant le développement de compétences sociales.

Parcours du combattant avec handicap

Les refus, les doutes, les échecs et les succès n'épargnent pas les individus dits «ordinaires» – ou sans handicap. Les obstacles à surmonter durant une scolarité lambda et une vie professionnelle active sont multiples.

Formations tout en souplesse

Certaines formations modulables existent déjà. La majorité concerne toutefois des formations professionnelles continues, dans l'objectif d'ajouter une spécialisation. Développées principalement pour répondre aux besoins des personnes actives, les formations à distance permettent aussi de contourner les problèmes d'accessibilité physique ou les problèmes liés aux phobies sociales. Avant de s'engager dans une telle formation, il faut être attentif à ce qu'elles soient reconnues et certifiantes. C'est le cas, par exemple, pour une partie des formations proposées sur le site orientation.ch, les MOOCs (cours en ligne conçus par différentes universités). Ces formations permettent d'organiser son temps de travail et suppriment les problèmes d'accessibilité physique. Mais elles enlèvent dans le même temps la dimension sociale de l'enseignement – au risque d'isoler encore plus la personne en situation de handicap. La dimension pratique s'en trouve également réduite au strict minimum. Ainsi, si l'étudiant est plus libre, il doit pouvoir faire preuve d'une solide autodiscipline pour parvenir au bout de la formation.



Intégration et réintégration professionnelles: avantages payants pour l'employeur

Les effets sur les autres employés sont particulièrement parlants:

Réduction du taux d'absences

- Diminution des coûts directs et indirects (perte de production, remplacement, réorganisation, etc.)

Augmentation du sentiment d'appartenance

- Réduction du nombre de départs (rotation) au sein de l'entreprise: maintien du savoir-faire
- Diminution des coûts dus au remplacement et de formation

- Augmentation de la motivation et de la productivité

Meilleure réputation

- Satisfaction des clients
- Amélioration du recrutement de nouveaux collaborateurs

En savoir plus: www.compasso.ch

Passer outre la peur de parler en public, ne pas se décourager face aux refus ou simplement savoir dire non à un chef tyrannique.

Mais lorsque certaines capacités sont limitées, comment développer ses compétences? Que faire lorsque des aptitudes jusqu'alors nécessaires dans notre quotidien professionnel disparaissent?

La situation de handicap est caractérisée par des capacités limitées ou limitantes. Ces singularités se heurtent aux institutions – dont la flexibilité n'est pas la principale qualité. Les freins en matière d'inclusion ne sont pas le seul fruit d'un manque de ressources économiques ou de personnel. Ils témoignent souvent d'une méconnaissance des situations de handicap et d'une rambelle d'a priori.

Encore trop fréquemment, les capacités physiques sont confondues avec les compétences professionnelles. Cela ne présuppose pas inévitablement de la malveillance, mais est fortement excluante pour la personne en situation de handicap. C'est le cas par exemple lorsqu'on présuppose une déficience intellectuelle basée sur le mode d'expression (vocabulaire utilisé, articulation difficile, etc.). En plus des frustrations occasionnées, cela conduit à la sous-évaluation des compétences pourtant existantes.

Adaptations et aménagements sociétaux

Les formations initiales et les reconversions d'une personne en situation de handicap sont prises en charge de manière différente en fonction des besoins individuels. Le défi réside dans la capacité d'adaptation des for-

mations professionnelles aux difficultés individuelles. L'objectif étant de surmonter le handicap – voir de le valoriser – par une formation adaptée.

Trois principes sont mobilisés pour rendre accessibles les cursus de formation:

- L'adaptation du contenu et des objectifs en cas de handicap cognitif;
- L'aménagement de l'environnement d'études/de travail en cas de handicap non-cognitif et la durée;
- La combinaison des deux modèles ci-dessus.

La théorie est relativement simple, mais la mise en pratique est complexe. Pas de formule magique à appliquer aveuglément, mais des solutions sur-mesure en fonction des pathologies.

Sans certificat = sans compétences?

La valeur des qualités et compétences professionnelles ne dépend pas d'un papier. Difficile toutefois de faire valoir ce point de vue dans une lettre de motivation. Impossible lorsque le critère du diplôme est rédhibitoire pour le poste. La reconnaissance administrative d'un certificat est devenue un élément indispensable pour pouvoir décrocher un emploi. Et cela sans compter la concurrence des autres candidats.

Avec une pointe d'humour, Josef Schovanec, auteur, philosophe et autiste, parle de la difficulté à trouver un emploi sans certificat lors de son passage dans l'émission «Ecran total» de la RTS. «Avant, on avait, par exemple, le métier de ses parents. C'était plus simple parfois. Aujourd'hui, il faut passer par tout un processus extrêmement normé. Avant, vous pouviez devenir berger ou bergère. Aujourd'hui, il vous faut avoir un diplôme supérieur d'études bergéologiques certifiées et autres.»

Heureusement, être employé n'est pas la seule manière de faire valoir ses connaissances. Dans une perspective professionnelle, il est possible d'adopter le statut d'indépendant – avec les difficultés que cela comporte. Les compétences sont ainsi directement mises au service des clients.

Une autre voie possible est de s'investir dans des activités non-rémunérées, mais à haute valeur sociale. S'engager en tant que bénévole, avec ou sans emploi, permet de mettre ses compétences à disposition des autres.

Les groupes de pairs sont dans la même ligne. Avoir ou non un diplôme sur le sujet ne définira pas son niveau d'expertise. Ce lieu d'échange est d'ailleurs entièrement basé sur l'expérience de vie des personnes avec handicap ou de leur entourage. Solutions innovantes, pistes de réflexion et autres connaissances sont mises en commun dans un seul but: progresser ensemble.

Mais qui paie?

Bien évidemment, ces adaptations ont un coût. Après l'école obligatoire ou lors d'une réorientation professionnelle, l'Assurance Invalidité (AI) peut prendre en charge une partie des frais supplémentaires liés au handicap. Par exemple, les frais d'un-e traducteur-trice en langue des signes à l'université, l'élévation d'un bureau pour convenir à une chaise roulante dans un bureau ou encore les coûts supplémentaires engendrés par une durée d'études prolongée.

L'évaluation de l'AI sur la prise en charge ou non de ces frais repose principalement sur les capacités à suivre la formation et sur l'employabilité finale de la personne. En cas de refus, la possibilité de faire recours de la décision est toujours possible. Une fois les pistes légales épuisées, l'élève devra prendre les coûts à sa charge s'il souhaite toujours s'engager dans cette voie.

Enfin, il existe également la possibilité de faire une demande de prestations d'aide aux personnes en situation de handicap (PAH).

Lors de chacune des étapes, c'est à la personne en situation de handicap – ou à son tuteur légal – d'effectuer proactivement les différentes démarches. Le service juridique de Procap vise à soutenir les membres au cours de ces processus: à la fois en les informant de leurs droits et en les soutenant dans les démarches légales.

La différence, une ressource sous-estimée

La flexibilité des employés est extrêmement recherchée. La tendance des employeurs est de rechercher des travailleurs qui s'adapteront à leur nouvel environnement et aux changements drastiques de directives. Le profil idéal est ainsi polyvalent et peut s'adapter à la charge de travail en fonction des besoins de l'entreprise. Malheureusement, la réciprocité n'est que peu au rendez-vous.

En 2015, le Gottlieb Duttweiler Institute décrit le contexte actuel des entreprises: pression toujours plus forte, automatisation, bureaucratisme, performance, manque d'effectifs et vieillissement affectent les stratégies habituelles des entreprises, particulièrement en matière de ressources humaines. La nécessité de se préoccuper des besoins spécifiques des employés et des étudiants semble évidente.

Réduire le stress, faciliter la communication et la tolérance face aux difficultés rencontrées sont bénéfiques pour l'ensemble de la société. Pour ce faire, un changement de paradigme est nécessaire. Ne plus considérer les employés comme interchangeable. Valoriser les singularités de chacun. Remettre l'humain au centre.





«Maintenant. Pas plus tard!»

En août 2015, Martin Bieri a perdu sa jambe et son bras gauches dans un accident. Il suit aujourd'hui une formation de moniteur de conduite.

Interview Marcel Schor Photo Rahel Krabichler

Martin Bieri, tu es quelqu'un de sportif, d'actif, qui, à la suite d'un grave accident, a perdu sa mobilité d'un jour à l'autre. Que signifie la mobilité pour toi?

Pour moi, la mobilité signifie la liberté, l'indépendance. Même après l'accident, je ne voulais dépendre de personne. Je savais qu'il y aurait encore des traitements à suivre après la clinique de rééducation. Vu que ma femme travaille, j'aurais dû trouver quelqu'un qui m'accompagne dans tous mes trajets, or je veux décider moi-même quand et comment je me déplace.

La question du déménagement ne s'est donc jamais posée après l'accident?

Si, au tout début. Quand, après l'opération, le médecin m'a annoncé que j'avais perdu le bas de ma jambe et un bras à cause de l'accident de moto, mon monde s'est écroulé. Je me voyais déjà en foyer. Ce n'est que plus tard, quand j'ai recouvré ma mobilité, que j'ai su que je pourrais rester chez moi. Je suis resté longtemps alité après l'accident, puis il y a eu le fauteuil roulant, puis les premières tentatives de marche. C'est ça aussi, la mobilité – pas seulement les véhicules, mais aussi la marche, le mouvement. C'était énorme de pouvoir remarcher la toute première fois. J'en ai eu les larmes aux yeux.

La décision de recommencer à conduire est-elle venue de toi ou te l'a-t-on conseillé?

J'ai toujours conduit, c'est une décision qui m'est venue naturellement. Mais ça n'a pas été facile pour autant. Un jour, un médecin m'a demandé ce que j'avais fait pendant le week-end. Je lui ai répondu: «Je suis allé voir des voitures.» Il m'a dit: «Mais Monsieur Bieri, vous prenez encore de puissants médicaments. Vous ne pouvez pas conduire dans ces conditions.» Je lui ai demandé ce que je devais faire pour pouvoir reconduire un jour, et il m'a dit: «Arrêter les opiacés.» J'ai donc réduit la dose de médicaments chaque semaine. Mon objectif était de reprendre le volant en sortant de la clinique de rééducation. Et c'est ce qui s'est passé: le lendemain de ma sortie, j'avais ma course de contrôle auprès du service des automobiles.

La conduite automobile est largement définie par des normes, car elle requiert l'usage des deux mains, par exemple. Comment les autres moniteurs ont-ils réagi à votre décision de suivre cette formation?

Quand j'ai commencé à m'intéresser à la question, je me suis rendu à différents événements d'information organisés par des auto-écoles. Beaucoup de mes interlocuteurs trouvaient mon projet difficile à concrétiser parce que je n'avais plus mon bras gauche et que les interventions au volant se font majoritairement avec celui-ci. Mais j'étais convaincu de pouvoir y arriver aussi avec mon long bras droit. Un moniteur sensible à ma de-

mande m'a permis de me mettre en situation et de faire des essais. Il a rédigé un rapport positif, si bien qu'après divers examens, j'ai pu entamer la formation. Ça a été plus difficile à d'autres niveaux. J'ai dû réaliser un tas de vérifications par moi-même, avec peu de soutien. Les autorités me renvoyaient au médecin, qui me renvoyait aux autorités, et ainsi de suite. Je devais tout financer à l'avance et j'ai eu beaucoup de problèmes avec l'AI à ce niveau. Toute cette situation m'a tellement affecté que j'ai fait un infarctus.

Comptes-tu communiquer activement ton handicap en tant que moniteur de conduite?

Ça ne devrait avoir aucune importance, mais être quelque chose de naturel. Après tout, une personne sur cinq a un handicap en Suisse. En plus, on fait connaissance avant de prendre la route avec quelqu'un, et on commence en dehors des artères fréquentées. Si l'élève ne se sent pas à l'aise avec moi, voire pense que c'est dangereux, pas de problème. Mais je ne me cache pas, ni moi ni mon handicap. Le handicap est là, je ne peux pas le changer. Au mieux, je peux améliorer mon travail, et c'est ce que j'essaie de faire en permanence.

As-tu des attentes particulières en tant que moniteur de conduite?

Je ne sais pas encore, car je ne planifie presque plus rien. J'ai déjà échappé deux fois à la mort; à quoi bon planifier? Tu dois avoir des objectifs. Et mon prochain objectif, c'est de terminer ma formation et de réussir l'examen. Après, on verra.

Suivez Martin Bieri dans la série en quatre épisodes «Zrugg is Läbe» et dans l'émission «Talk täglich» de TeleZüri: procap.ch/martin-bieri (en allemand uniquement)

Plus de liberté grâce à la mobilité individuelle

Conduire une voiture est aussi possible, sous certaines conditions, avec un handicap. Rares sont toutefois les personnes avec handicap à connaître les possibilités dont elles disposent. Procap offre donc des conseils dans ce domaine et explique les étapes à suivre pour obtenir le permis de conduire ou un certificat de l'aptitude à la conduite.

Plus d'informations sur www.procap.ch/mobilite-individuelle

«Combien puis-je gagner en plus de ma rente?»



Irja Zuber,
avocate

Après une maladie grave, j'ai effectué une reconversion professionnelle d'agent technico-commercial avec l'aide de l'AI. Malgré ma nouvelle activité de bureau, je garde une incapacité de travail de 40% et l'AI m'a octroyé un quart de rente. Je viens maintenant de trouver un emploi d'agent technico-commercial. A quoi dois-je prêter attention dans le contrat de travail?

Avant de signer un nouveau contrat de travail, nos membres se demandent souvent combien ils peuvent gagner sans risquer de perdre leur rente. Avant toute chose, il est important que la réintégration professionnelle ou la hausse du taux d'occupation ait été convenue avec le médecin traitant. Il ne devrait y avoir aucune réserve médicale quant à votre capacité d'assurer ce taux d'activité. En cas de doute, nous

vous recommandons une augmentation progressive du taux d'occupation.

Nos membres s'interrogent aussi souvent sur les conséquences que leur nouvel emploi peut avoir sur une rente déjà octroyée. Le montant de la rente n'est pas déterminé par le taux d'occupation, mais par le salaire. Il est en effet basé sur le taux d'invalidité, que l'AI calcule en comparant les revenus que vous gagneriez en l'absence de handicap – ou que vous gagniez avant celui-ci – à ceux que vous pouvez percevoir aujourd'hui.

Obligation d'information

Pour les revenus «avec invalidité», l'AI tient compte du salaire brut actuel – 13^e mois, primes et heures supplémentaires payées inclus. Selon le document joint à la décision de l'AI vous concernant, l'AI considère que vous pouvez, avec votre handicap, gagner un salaire de 48 630 CHF par an. Le salaire qui figure dans votre contrat de travail est inférieur à ce montant. Votre embauche n'aura donc pas de conséquences sur la rente octroyée.

Il est important que vous annonciez votre nouvel emploi à l'AI, ainsi qu'à la caisse de compensation (si vous percevez des prestations complémentaires) et à la caisse de pension qui vous verse une rente du 2^e pilier. Vous êtes d'ailleurs tenu d'annoncer tout changement à ces assurances.

Ancienne et nouvelle caisse de pension

En rejoignant un nouvel employeur, vous serez rattaché à une nouvelle caisse de pension. Celle-ci ne fournira toutefois aucune prestation pour

l'incapacité de travail préexistante, qui reste couverte par votre ancienne caisse de pension.

Vous devez également signaler à la nouvelle caisse de pension que vous percevez une rente AI, puisque cela accroît le salaire assuré. Vérifiez sur le certificat de prévoyance de la caisse de pension de votre nouvel employeur si celle-ci inclut une réduction de la «déduction de coordination». Dans le régime obligatoire de la prévoyance professionnelle, le montant maximal de la déduction de coordination s'élève à 24 885 CHF depuis début 2019. La loi prévoit une réduction proportionnelle de cette déduction pour les bénéficiaires de rente AI. Pour une personne percevant un quart de rente, seuls les trois quarts du montant de la déduction de coordination sont pris en compte. Dans votre cas, le montant de salaire assuré démarre donc à 18 664 CHF.

Par ailleurs, le seuil d'entrée sera lui aussi réduit. Il y a ainsi plusieurs points à examiner. Nous vous recommandons de prendre rendez-vous auprès de votre centre de conseil Procap pour vous soutenir dans ces démarches.

www.procap.ch > Prestations > Conseil juridique

Nouveaux trains duplex des CFF: un recours incontournable

Le nouveau train à deux étages (FV-Dosto) des CFF n'est pas accessible pour de nombreux voyageurs avec handicap. Inclusion Handicap a donc porté son recours contre l'autorisation d'exploitation temporaire devant le Tribunal fédéral.

Texte Marc Moser, Inclusion Handicap Photo mād

La mobilité est un aspect central de la participation à la vie sociale, et les transports publics (TP), notamment le réseau ferroviaire, jouent à cet égard un rôle important en Suisse. Il est donc absolument essentiel que les personnes avec handicap puissent les utiliser en toute autonomie. Celles-ci veulent pouvoir se déplacer par elles-mêmes, ce qu'attend par ailleurs aussi le reste de la société. Elles sont censées prendre leurs responsabilités et s'intégrer socialement et professionnellement – mais pour cela, encore faut-il qu'elles puissent se rendre sur leur lieu de travail.

Cette revendication est portée par la loi sur l'égalité pour les handicapés (LHand), qui exige que les personnes avec handicap puissent utiliser les TP de manière autonome d'ici à 2023 – ce que ne permet précisément pas l'acquisition la plus importante de l'histoire des CFF, le nouveau train à deux étages (Dosto). Ces trains placent les personnes en fauteuil roulant ou avec un handicap de la vue ou de l'ouïe devant un nombre incalculable d'obstacles. Inclusion Handicap, l'association faîtière des organisations pour personnes avec handicap, au comité de laquelle siège aussi Procap, a donc introduit un recours contre l'autorisation d'exploitation temporaire de ce train, exigeant que les nouvelles rames soient adaptées à la LHand.

En janvier 2018, Inclusion Handicap avait déjà formé un recours devant le Tribunal administratif fédéral en dénonçant 15 points contraires à la loi. Les CFF se sont dits prêts à en adapter quatre dans le cadre de discussions extrajudiciaires. En novembre 2018, le Tribunal adminis-

tratif fédéral a rendu son arrêt sur les onze griefs restants avec un résultat très décevant, le recours ayant été rejeté presque dans son intégralité. Inclusion Handicap et ses organisations membres vont maintenant porter l'arrêt devant le Tribunal fédéral avec, entre autres, les griefs suivants:

- De nombreuses personnes en fauteuil roulant ne peuvent pas embarquer et débarquer par elles-mêmes car la rampe menant aux portes du train est beaucoup trop raide.
- Le bouton d'ouverture des portes est placé trop haut pour que les personnes en fauteuil roulant puissent l'atteindre.
- La rampe de l'escalier reliant les deux étages s'arrête deux marches avant la fin, ce qui représente un risque important de chute, en particulier pour les passagères et passagers aveugles.
- L'éclairage est aveuglant, ce qui peut nuire aux personnes avec handicap de l'ouïe car elles ne sont pas en mesure de lire sur les lèvres de leur interlocuteur.

Ces manquements et obstacles sont graves. Ce train devant rester en exploitation pendant près de 40 ans, le recours en première instance et devant le Tribunal fédéral était inévitable. Pour les personnes avec handicap et les organisations qui défendent leurs intérêts, il est inacceptable que des trains modernes ne respectent pas la loi et les empêchent de se déplacer de manière autonome.



Energie et optimisme, itinéraire d'une battante

Texte Corinne Schüpbach
Photo Myriam Laribi

Dès ses 16 ans, Nadine Ryser s'est engagée de plain-pied dans la vie active. A maintenant 53 ans, cette pétillante Chaux-de-Fontaine possède un riche parcours professionnel – ponctué par des absences.

Après avoir déployé son énergie comme aide de cuisine, caissière, et une courte pause pour devenir maman, elle occupe un poste d'employée de maison. Ce poste à l'hôpital de La Chaux-de-Fonds est le sien durant plus de 10 ans. Le premier épisode dépressif fait son apparition durant cette période – s'ensuivent de nombreux autres. En 2004, l'AI permet à Nadine Ryser de baisser son taux de travail à 20%. «Les problèmes à la maison, les enfants, le travail à plein temps. J'ai craqué. Je n'en pouvais plus.» Cinq ans plus tard, nouveau choc: vague de licenciements pour raisons économiques. Elle s'inquiète, anticipe le retour d'un épisode dépressif. Elle se surprend à être bien et débute ses recherches. «J'ai augmenté mon taux d'activité à 40% sur recommandation du chômage. Et j'ai trouvé!» Chauffeur pour personnes handicapées, puis à nouveau employée de maison chez des particuliers et à l'usine.

Si les épisodes dépressifs s'éloignent, un vieux problème de genou ressurgit et bloque l'articulation de sa jambe. «Il faut que je

puisse utiliser mon genou pour pouvoir faire mon travail. L'opération devait être un bien. Ça a été une catastrophe.»

Au réveil, Nadine Ryser ne peut plus poser le pied par terre. Une série d'opérations se succèdent pour résoudre les complications survenues. Sans succès. Sa jambe est littéralement raide. «Il faut aller de l'avant. Je suis une battante. Je ne peux pas rester à ne rien faire. Pour ne pas perdre la mobilité qu'il me reste, je me pousse à faire des exercices. Par exemple, prendre le temps de monter les escaliers à mon rythme.» Pour retrouver un emploi adapté, Nadine Ryser bénéficie de cours de coaching financés par l'AI. Ces derniers l'ont aidée à orienter ses recherches et développer ses compétences. Ils ont même débouché sur un projet concret. «Heureux hasard, mon coach a parlé de ma situation à l'un de ses contacts. Cette entreprise – qui vend des chiffons – est intéressée à me former pour la vente. Je pourrai travailler depuis chez moi avec mon ordinateur.» Trois jours par semaine, Nadine Ryser suit avec enthousiasme des cours de formation pour être prête à commencer son nouvel emploi en mars. «Ça me permet d'utiliser mes connaissances dans le nettoyage et mes compétences dans la vente. C'est un travail à la commission. Mon objectif est de vivre de mon travail.»



Nadine Ryser en trois points

D'où tirez-vous votre énergie? Je reste toujours positive. Et quand j'ai une idée, je vais jusqu'au bout.

Qu'aimeriez-vous dire aux employeurs? J'ai encore l'âge de bouger, de faire des choses, de travailler!

Comment voyez-vous la suite? On verra si mon travail à la commission fonctionne. Je me consacre à ça pour le moment. Peut-être qu'après je chercherai un autre travail en complément. On verra. Je m'adapterai.

Inclusion à la salle de sport

Aujourd'hui encore de nombreux enfants avec handicap ne bénéficient pas d'un accès égal aux offres sportives. Le projet pilote «OpenSunday Inclusion» leur ouvre désormais de nouvelles possibilités.

Texte Susi Mauderli Photo IdéeSport



Pendant les mois froids et humides de l'hiver, les portes des salles de gymnastique locales dans toute la Suisse s'ouvrent aux enfants de l'école primaire dans le cadre de l'initiative «OpenSunday» de la fondation Idée Sport. Ce programme promeut le plaisir de jouer librement et de pratiquer une activité physique régulière.

Idée Sport a récemment étendu son offre en collaboration avec Procap. A mi-janvier, le projet pilote «OpenSunday Inclusion», axé sur la participation collective d'enfants avec et sans handicap, a été mené pour la première fois sur trois sites, à Berne, Olten et Zurich.

En tant que partenaire, Procap Suisse conseille Idée Sport sur le développement du projet et sur les aspects techniques et assure la formation et la sensibilisation des équipes sur place, afin que les monitrices et moniteurs tiennent compte des divers besoins et aptitudes des enfants avec handicap et les intègrent dans les activités collectives.

Un autre aspect positif de l'«OpenSunday Inclusion» est qu'il favorise les rencontres entre enfants avec et sans handicap, assurant une sensibilisation essentielle

dès le plus jeune âge. Les enfants font connaissance, apprennent les compétences individuelles de chacun et découvrent leurs points communs et leurs différences, un processus qui balaie les appréhensions et promeut l'acceptation mutuelle.

Une première analyse indique que l'offre répond à la demande: deux enfants avec handicap ont participé au premier événement de Zurich, trois à Olten et pas moins de huit à Berne.

Le projet pilote dure encore jusqu'à la fin mars et devrait être étendu à l'automne 2019. L'objectif est de proposer l'«OpenSunday Inclusion» sur les 47 sites actuels de Suisse au cours des cinq prochaines années et de trouver d'autres sites en parallèle.

Plus d'informations sur le projet et les sites sur www.procap.ch/opensunday



Notre combat

Depuis presque 90 ans, Procap s'engage dans l'intérêt de ses membres, à travers l'échange direct et le conseil individuel, en politique et jusque devant les tribunaux. Dans chaque numéro du magazine, la série «Notre combat» présentera une nouvelle thématique en montrant les conséquences des décisions de politique sociale ou des dispositions légales sur le quotidien de nos membres.

«La rage au ventre»

Le parcours de vie de Naim Fischer fut difficile dès le début: une grave malformation cardiaque, causée par une monosomie, lui est diagnostiquée avant sa naissance. Cette mutation du génome se caractérise par l'absence d'un bout de chromosome, ce qui peut conduire à un large spectre de malformations. Naim est né début 2009 avec un grave handicap physique et mental. Il n'avait que six jours quand il a été opéré à cœur ouvert, puis hospitalisé pendant plusieurs semaines dans l'unité de soins intensifs pour nouveau-nés, jusqu'à ce que Naim soit pour la première fois autorisé à retourner à la maison. Peu avant son premier anniversaire, un nouveau diagnostic tombe: Naim souffrait d'une forme sévère d'épilepsie et devait prendre des médicaments qui encombrèrent ses poumons atteints d'une maladie chronique ainsi que ses voies respiratoires.

«Les quinze premiers mois, nous nous sommes battus pour qu'il respire», raconte la mère de Naim, Sarah Fischer. «Oxygénothérapie, aspiration des mucosités, tapotements, massages et inhala-

Texte et photos Sonja Wenger



Séance photo chez la famille Fischer:
«Nous voulons juste que Naim soit heureux», dit sa mère Sarah. «Nous vivons pleinement le moment présent, parce que nous ne savons pas de quoi demain sera fait.»

tions plusieurs fois par jour – tout le reste fut laissé de côté. Une fois que l'épilepsie fut sous contrôle, nous avons pu envisager une physiothérapie pour soutenir son développement corporel.»

Nous sommes assis autour de la grande table à manger de la famille Fischer à Möriken, dans le canton d'Argovie. La maison est lumineuse. L'aménagement est à la fois fonctionnel et convivial. Une grande banquette recouverte de coussins colorés, de jeux et d'appareils d'exercice occupe une place prépondérante dans le salon – et pendant tout ce temps, des enfants traversent furtivement la pièce. Naim a un frère, une sœur aînés et une sœur cadette qui se fait un plaisir d'assister à l'interview. Naim, lui, fait une sieste.

Un combat permanent pour obtenir de l'aide

Pour la famille Fischer, l'exception est devenue la règle depuis de nombreuses années. «Notre première fille souffrait de la même maladie orpheline que Naim. Mais elle était également aveugle et plus faible physiquement», raconte Sarah Fischer. La petite fille est décédée à l'âge de trois ans. Les deux enfants suivants, désormais adolescents, sont nés en excellente santé. Lorsque Naim est venu au monde, Sarah Fischer – qui avait suivi une formation supérieure en génie civil – a dû cesser toute activité professionnelle et dû accepter une très nette baisse de revenus. En plus de garantir les soins et la prise en charge de Naim tout en organisant la vie familiale avec plusieurs enfants en bas âge, une charge supplémentaire s'est rapidement imposée: le combat permanent auquel

se livre Sarah pour obtenir le soutien financier de l'assurance-invalidité (AI).

Les démarches administratives avec l'AI font malheureusement partie du quotidien des familles de personnes avec handicap et le parcours de Sarah Fischer ne fait qu'illustrer cette triste réalité. Depuis dix ans, elle doit se battre pour chaque moyen auxiliaire, chaque thérapie ou autre forme de soutien accordés à Naim et à sa famille. Ce combat comporte également une dizaine de recours lancés par la famille Fischer avec le soutien du service juridique de Procap – tous remportés sauf un.

Tactique de retardement systématique

«C'est un travail long et pointilleux», explique Sarah Fischer «qui consiste à épilucher tous les articles qui permettraient d'économiser un peu». Le schéma est très clair. «Si vous voulez déposer une demande à l'AI, le délai de carence est souvent de plusieurs mois». Après une longue attente, une première réponse arrive: un refus. Et les délais impartis pour y répondre sont, cette fois, extrêmement courts. Si l'affaire est portée devant le tribunal, il faut souvent attendre plus de deux ans avant qu'une décision soit rendue.»

Durant cette période, les familles sont généralement contraintes de préfinancer les moyens auxiliaires. «Heureusement, nous avons le plus souvent cette possibilité. Mais les familles qui ne peuvent pas se le permettre n'y ont pas accès – avec les conséquences que cela implique.» Dans le cas de Naim, à qui le financement d'un déambu-

lateur pour prévenir les raccourcissements musculaires a été refusé dans un premier temps, cela a impliqué plus de douleur, plus de soins et une opération de la hanche qui a coûté beaucoup plus que le moyen auxiliaire initialement demandé. «Les économies ne sont pas faites là où elles devraient l'être», commente sèchement Sarah Fischer.

Cette tactique du retardement se révèle toutefois payante. «Si une partie des personnes concernées capitule devant la charge administrative, l'AI économise beaucoup d'argent», continue Sarah Fischer. Elle passe souvent des journées entières à réunir des justificatifs de thérapies, de moyens auxiliaires ou de trajets et d'hébergements à l'hôpital pour pouvoir les présenter rétroactivement à l'AI, des années plus tard.

Peu d'argent pour l'accompagnement

Naim s'est réveillé. Avant que sa mère ne puisse le sortir du lit, il faut changer ses couches – et la sonde gastrique qui sert à l'hydrater. Cette procédure a lieu plusieurs fois par jour, car Naim ne peut pas boire de grandes quantités tout seul. Il est ensuite habillé et attaché dans un fauteuil roulant spécialement adapté à ses besoins. La prise en charge de Naim est une activité à temps complet. Il a besoin d'une surveillance 24 heures sur 24 en raison de son épilepsie et du risque accru d'étouffement. «Naim doit aussi être occupé en permanence», explique sa mère. «Il veut être divertit. Et lorsqu'il n'est pas satisfait, il commence à s'énerver et à se frapper.»

Il faut donc bien connaître Naim pour interpréter ses besoins correctement. C'est pourquoi il est si difficile de trouver une offre d'accompagnement adaptée. Dans le seul hôpital régional qui serait équipé pour répondre aux besoins de Naim, les quelques week-ends à disposition ne suffisent pas à le connaître suffisamment pour une prise en charge adaptée. «Et l'école spécialisée qui le connaît bien et dans laquelle il se sent à l'aise ne dispose pas de ressources suffisantes pour une prise en charge plus étendue.» Il n'existe donc actuellement aucun établissement à qui la famille pourrait sans crainte confier Naim et prendre un temps de repos. «Heureusement, il y a la contribution d'assistance depuis quelques années», dit Sarah Fischer. Bien que cela demande de nombreuses démarches, cela soulage considérablement la famille.

L'absurdité au quotidien

Lorsque l'on demande à Sarah Fischer si la volonté fait défaut dans notre système pour voir les choses

dans un contexte plus large, elle répond: «Si mon enfant a besoin d'une oxygénothérapie, ce n'est pas un luxe, mais une question de survie.» Concernant l'allocation pour impotent et le supplément pour soins intenses, qui sont interrompus dès le premier jour d'hospitalisation, elle nous raconte cette anecdote: «Lorsque Naim a été opéré de la hanche, l'hôpital a recommandé par écrit la présence permanente de l'un des parents, car il ne disposait pas des ressources nécessaires à la prise en charge spécifique de Naim.»

La mère de Naim pose alors toujours la question suivante: «Pourquoi ne puis-je pas me consacrer intégralement à la prise en charge de mon enfant handicapé et faire en sorte que le soutien financier, dont nous bénéficions, soit utilisé de la manière la plus adaptée à nos besoins?» L'AI exige que je me comporte comme une infirmière et que je décompte tout minutieusement. Cela représente une charge administrative considérable. A laquelle s'ajoute la peur d'avoir commis une erreur lors des enquêtes bisannuelles effectuées par l'AI, car la moindre étourderie pourrait avoir de graves conséquences financières.

Pas étonnant donc que la colère soit souvent là. Beaucoup de personnes ne réalisent pas ce que signifie vraiment avoir un enfant handicapé. La pitié est toujours là, mais la solidarité est rare. Et lorsqu'il s'agit d'argent, la réponse est bien souvent un non catégorique pour des raisons économiques. «Nous avons une législation pour la protection des personnes handicapées, mais cela n'intéresse quasiment personne.»



Où sont les mesures pour les familles les plus en difficulté?

Les personnes qui assurent les soins et la prise en charge de leurs proches vivent souvent une situation difficile. Le Conseil fédéral prévoit dorénavant d'améliorer la conciliation entre devoirs de prise en charge et activité professionnelle. Si Procap s'en félicite, elle déplore que le projet ne prévoit aucune mesure pour les familles d'enfants gravement malades ou lourdement handicapés.

Texte Sara Schmid

Les parents aidants doivent souvent mener plusieurs combats de front: en plus de gérer les difficultés liées à la maladie ou au handicap de leur enfant, ils sont souvent confrontés à des problèmes financiers. S'il est heureux que le monde politique ait reconnu la nécessité d'agir et entende offrir aux parents qui travaillent un congé de prise en charge, le projet du Conseil fédéral oublie toutefois les familles dans lesquelles l'un des parents a dû arrêter de travailler temporairement ou définitivement à cause de la gravité de la maladie ou du handicap de son enfant. Procap demande donc aussi des mesures pour ces familles particulièrement en difficulté; les hospitalisations régulières ou imprévisibles d'un enfant ne sont en effet que rarement compatibles avec une activité professionnelle des deux parents. Procap s'engage au niveau politique pour les mesures suivantes:

Le versement de l'allocation pour impotent (API) et/ou du supplément pour soins intensifs (SSI) par l'AI doit être maintenu même durant l'hospitalisation de l'enfant.

Le versement de l'API et du SSI est actuellement interrompu dès le premier jour d'hospitalisation, ajoutant à un moment déjà particulièrement difficile des problèmes d'ordre financier: en effet, l'API et le SSI sont souvent la seule compensation pour les frais élevés liés à la prise en charge d'un enfant gravement malade ou lourdement handicapé. Le Conseil fédéral reconnaît à juste titre dans son projet que les enfants hospitalisés ont besoin de leurs parents qui travaillent. Cela vaut toutefois aussi pour les parents qui ont dû cesser toute activité professionnelle et à qui, d'ailleurs, l'hôpital demande très souvent d'être présents.

Il faut davantage d'offres d'accueil extrafamilial pour les enfants lourdement handicapés.

Vu le manque de places disponibles et le coût élevé de l'accueil extrafamilial pour les enfants lourdement handicapés, l'un des deux parents au moins est souvent obligé d'abandonner son activité professionnelle. Ces familles ne peuvent bénéficier des mêmes chances que les autres que si l'AI assume les frais supplémentaires de l'accueil extrafamilial causés par le handicap. Pour mieux reconnaître la charge de soins et de prise en charge assumée par les parents, le projet ne peut s'adresser uniquement à ceux d'entre eux qui travaillent. Procap continue donc de s'engager contre l'inégalité de traitement des familles d'enfants gravement malades ou lourdement handicapés.

Plus d'informations sous www.procap.ch
> Prestations > Conseil et information
> Politique > Proches aidants



La ricerca e l'utilizzo delle competenze

Spesso sottovalutate, parzialmente considerate e richieste in ambito professionale, le competenze sono diventate un prerequisito fondamentale per accedere al mercato del lavoro.

Testo Corinne Schüpbach Foto iStock

Cos'è una competenza? Un elenco riportato sul curriculum vitae? Un diploma? La definizione è ampia: le competenze sono le capacità che una persona mette in atto per realizzare un compito o un'attività. Poco importa quali. Una competenza è anche la capacità di gestire le riserve, risolvere problemi matematici o svolgere una funzione banale come masticare.

Un ampio ventaglio che a prima vista stupisce. Difficile considerarsi competenti parlando di attività quotidiane, ripetitive. Eppure sono tutte competenze apprese nel corso dello sviluppo, anche se non tutte sono valorizzate nel mondo del lavoro.

Coltivare l'insalata può essere considerata un'attività privata da svolgere ad esempio sul balcone di casa oppure l'attività principale di un'azienda agricola. Per far crescere le piantine occorrono conoscenze di base che accomunano entrambe le situazioni.

Ma allora, qual è la differenza tra queste due attività? La prima avviene su scala ridotta nel contesto del tempo libero, mentre la seconda riguarda una produzione di massa in ambito professionale.

Le dimensioni privata e professionale non sono in contrasto tra loro, anzi nella migliore delle ipotesi si completano a vicenda. Un'attività gradita nella vita privata può essere una pista di formazione e di riqualifica particolarmente interessante.

«In passato, i figli svolgevano la professione dei genitori. Era più semplice. Oggi, bisogna passare attraverso un percorso estremamente regolamentato. Una volta, uno poteva decidere di fare il pastore, adesso invece deve avere un diploma superiore riconosciuto di studi in «pastorologia» e via dicendo...»

Evoluzione delle capacità: un percorso di vita

Così come i nostri desideri, le competenze hanno la particolarità di essere dinamiche e di trasformarsi nel tempo. Si acquisiscono e a volte si perdono. L'abitudine di svolgere determinati compiti si perde o scompare progressivamente. Questa perdita può anche avvenire all'improvviso, ad esempio in seguito a un incidente o a una malattia. Lente o repentine queste perdite possono condurre a una situazione di disabilità che bisogna imparare a gestire.

Il processo di apprendimento oscilla tra capacità e interessi propri a ogni individuo. Il percorso classico che permette di affrontare le sinuosità di questo cammino si snoda attraverso le formazioni ufficiali, dal certificato

federale di capacità fino alla laurea universitaria. Per accedere ai corsi servono dei prerequisiti e per ottenere il prezioso diploma bisogna soddisfare determinate condizioni e dimostrare le competenze acquisite: una struttura istituzionale che per il momento lascia poco spazio alla flessibilità.

Fortunatamente, anche le esperienze e gli incontri casuali contribuiscono a sviluppare le competenze. Un vicino portato per l'informatica può essere il punto di partenza per nuove conoscenze professionalmente utili, mentre una discussione su uno scricchiolio tra colleghi di lavoro può fungere da spunto per migliorare una situazione sociale.

Quest'ultimo aspetto delle competenze resta il grande assente in ambito formativo. Se è già difficile spiegare le norme implicite che regolano i rapporti interpersonali, lo è ancora di più valutare questo aspetto in un contesto istituzionale. Questo spiega in parte la mancanza di formazioni che includano lo sviluppo delle competenze sociali.

Il percorso a ostacoli delle persone con handicap

I rifiuti, i dubbi e le sconfitte non risparmiano nemmeno le persone cosiddette normodotate. Gli ostacoli da superare durante gli anni della scuola e della vita attiva sono innumerevoli: la paura di parlare in pubblico, la delusione per un rifiuto o un superiore prepotente a cui bisogna imparare a dire di no.

Ma come fare a sviluppare le proprie competenze se determinate capacità sono limitate? Cosa fare quando si perdono delle attitudini essenziali alla vita professionale?

Una condizione di disabilità è caratterizzata da capacità limitate o limitanti. In queste situazioni bisogna fare i conti con istituzioni che in genere non brillano per flessibilità. I freni in materia di inclusione non sono unicamente frutto della scarsità di risorse finanziarie e umane, ma derivano spesso dalla disinformazione sulle situazioni di disabilità e da tutta una serie di preconcetti.

Purtroppo, si continuano a confondere le capacità fisiche con le competenze professionali e questo atteggiamento, pur non essendo forzatamente ostile verso le persone con disabilità, risulta fortemente discriminante nei loro confronti.

Succede ad esempio quando si presuppone che una persona sia affetta da disabilità intellettuale per il suo modo di esprimersi (lessico, difficoltà di articolazione ecc.). Oltre alle frustrazioni causate dalla situazione, questi giudizi affrettati portano a sottovalutare delle competenze realmente esistenti.

Adeguamenti e trasformazioni sociali

La formazione iniziale e le riqualifiche di una persona con disabilità sono prese a carico in maniera diversa a seconda delle esigenze individuali.

La sfida risiede nella capacità delle formazioni professionali di adattarsi alle difficoltà individuali. L'obiettivo è quello di riuscire a superare la disabilità e a valorizzarla attraverso una formazione adeguata.

Per rendere accessibili i cicli di formazione ci si basa su tre principi:

- l'adeguamento del contenuto e degli obiettivi in caso di disabilità cognitiva;
- la trasformazione dell'ambiente di studio / di lavoro e la modifica della durata in caso di disabilità non cognitiva;
- la combinazione dei due modelli precedenti.

La teoria è piuttosto semplice, ma l'attuazione è complessa. Non esistono formule magiche, ma occorre trovare la soluzione adatta di volta in volta a seconda della patologia.

Senza certificati = senza competenze?

Il valore delle qualità e delle competenze professionali non dipende da un pezzo di carta. Tuttavia è difficile far valere questo punto di vista in una lettera di motivazione e addirittura impossibile quando il criterio del diploma costituisce una condizione sine qua non per un determinato posto. Il riconoscimento amministrativo di un certificato è diventato un elemento indispensabile per aggiudicarsi un impiego, senza parlare della concorrenza degli altri candidati.

Con una punta d'ironia, durante la trasmissione Ecran total trasmessa dalla Radiotelevisione svizzera di lingua francese, Josef Schovanec, scrittore e filosofo austriaco, parla della difficoltà di trovare un lavoro senza diplomi: «In passato, i figli svolgevano la professione dei genitori. Era più semplice. Oggi, bisogna passare attraverso un percorso estremamente regolamentato. Una volta, uno poteva decidere di fare il pastore, adesso invece deve avere un diploma superiore riconosciuto di studi in «pastorologia» e via dicendo...» (libera traduzione).

Fortunatamente, avere un lavoro dipendente non è l'unico modo per far valere le proprie conoscenze. A livello professionale, è possibile ottenere lo statuto di indipendente, con le difficoltà che ciò comporta. In questo modo però è possibile mettere le proprie competenze direttamente al servizio dei clienti.

Un'altra possibilità è quella di occuparsi di volontariato svolgendo attività non remunerata, ma ad alto valore sociale. Fare volontariato, con o senza impiego, consente di mettere a disposizione degli altri le proprie competenze.

Sempre sulla stessa linea, esistono anche i gruppi di pari. In questo contesto di scambi, basato peraltro interamente sull'esperienza di vita delle persone con disabilità e delle proprie famiglie, possedere o meno un diploma non definisce il livello di conoscenze del singolo. Soluzioni innovative, piste di riflessione e altre conoscenze sono accomunate da un solo obiettivo: progredire insieme.

Chi paga?

Evidentemente questi adeguamenti hanno un costo. Dopo la scuola dell'obbligo o una riqualifica professionale, l'assicurazione invalidità (AI) può coprire parte dei costi supplementari generati dalla disabilità. Ad esempio, i costi di traduzione in lingua dei segni all'università, la stima dei costi di trasformazione di una sedia a rotelle in scrivania oppure le spese derivanti da studi prolungati.

La valutazione dell'AI circa la copertura di queste spese si basa essenzialmente sulle capacità della persona in questione di seguire una formazione e sulle sue possibilità di trovare un impiego dopo il diploma. In caso di rifiuto, è sempre possibile ricorrere contro la decisione. Una volta esaurite tutte le vie legali disponibili, se l'allievo rimane convinto della propria decisione deve coprire le spese di tasca propria.

In ultima analisi, vi è la possibilità di chiedere le prestazioni d'aiuto alle persone in situazione di handicap (PAH).

A ogni tappa, è la persona con disabilità – o il suo rappresentante legale – a dover effettuare i passi necessari in modo proattivo. Il Servizio giuridico di Procap sostiene i soci nell'ambito di questo processo, informandoli dei loro diritti e aiutandoli nelle procedure legali.

Diversità, risorsa sottovalutata

La flessibilità dei collaboratori è una dote estremamente ricercata. I datori di lavoro hanno la tendenza a volere lavoratori che si adeguino al nuovo ambiente professionale e ai drastici cambiamenti delle direttive. Per loro, il profilo ideale è quello di un collaboratore polivalente che si adatti al carico di lavoro a seconda delle esigenze dell'azienda. Purtroppo, la reciprocità non è un fatto scontato. Nel 2015, il Gottlieb Duttweiler Institute ha descritto così l'attuale panorama aziendale: crescente pressione, automatizzazione, burocratizzazione, redditività, penuria di effettivi e invecchiamento caratterizzano le strategie abituali delle aziende, specie in materia di risorse umane. In un simile contesto, la necessità di prendere in considerazione le esigenze specifiche dei collaboratori e degli studenti sembra evidente. Ridurre lo stress e promuovere la comunicazione e la tolleranza nei confronti degli altri è benefico per l'intera società. Per farlo occorre un cambiamento di paradigma: bisogna smetterla di considerare gli impiegati elementi interscambiabili e imparare a valorizzare le caratteristiche individuali e a mettere nuovamente l'essere umano al centro dell'attenzione.

«Quanto posso guadagnare oltre alla rendita?»



Irja Zuber,
avvocata

Dopo la malattia, con il sostegno dell'AI ho seguito una riqualifica professionale come agente tecnico commerciale. Nonostante la mia nuova attività in ufficio, rimango inabile al lavoro al 40 per cento. L'AI mi ha riconosciuto un quarto di rendita. Ora ho trovato un posto di lavoro come agente tecnico commerciale. Quali sono i punti del contratto di lavoro a cui devo prestare particolare attenzione?

Alla conclusione di un nuovo contratto di lavoro i nostri soci ci chiedono spesso quanto possano guadagnare senza mettere a repentaglio la rendita. Innanzitutto è importante concordare il reinserimento o l'aumento del tempo di lavoro con il medico curante, per essere sicuri che il grado di occupazione sia compatibile con lo stato di salute. Nel dubbio, consigliamo un reinseri-

mento graduale con un progressivo aumento del tempo di lavoro.

Occorre anche verificare se l'occupazione incida su una rendita assegnata in precedenza. A determinare l'ammontare della rendita non è tanto il grado di occupazione, quanto il salario. Bisogna inoltre sapere che l'entità di una rendita varia a seconda del grado d'invalidità. Per calcolarlo, l'AI confronta il reddito realizzato senza danni alla salute o percepito in precedenza, con il reddito potenziale nella situazione attuale.

Obbligo di notifica

Per il calcolo del reddito di una persona affetta da limitazioni, l'AI tiene conto del salario lordo attuale inclusi la tredicesima mensilità, i bonus e le ore supplementari pagate. L'AI, come emerge dall'allegato alla Sua decisione, presuppone che in considerazione del Suo stato di salute Lei possa percepire un salario di 48 630 franchi all'anno. Dato che, in base al contratto di lavoro, il salario sarà inferiore all'importo stabilito, il nuovo impiego non avrà alcuna ripercussione sulla rendita assegnata.

L'importante è che Lei notifichi l'inizio dell'attività lavorativa all'AI nonché alla cassa di compensazione (qualora Lei percepisca prestazioni complementari) e alla cassa pensioni che Le versa una rendita del secondo pilastro. Lei sottostà all'obbligo di notifica nei confronti di queste assicurazioni.

Cassa pensioni vecchia e nuova

Il nuovo datore di lavoro L'affilierà a una nuova cassa pensioni. Quest'ultima non erogherà prestazioni legate a un'inabilità al lavoro pregressa, perché di questo rimane responsabile la vecchia cassa pensioni.

Alla nuova cassa pensioni dovrebbe inoltre comunicare che beneficia di una rendita AI, la quale aumenta il salario assicurato. Servendosi del certificato di previdenza della cassa pensioni del nuovo datore di lavoro dovrebbe verificare se tale cassa pensioni considera una deduzione di coordinamento inferiore. Dall'inizio del 2019, la deduzione di coordinamento massima nell'ambito della previdenza professionale obbligatoria ammonta a 24 885 franchi. La legge prevede che per i beneficiari di una rendita AI l'importo limite sia ridotto di conseguenza. Per i titolari di un quarto di rendita vengono quindi presi in considerazione unicamente tre quarti della deduzione di coordinamento. Nel Suo caso, il salario assicurato è quell'importo che si trova oltre i 18 664 franchi.

Oltre alla deduzione di coordinamento viene diminuita anche la soglia d'entrata, che dall'inizio del 2019 ammonta a 21 330 franchi. Diversamente, proprio le persone con una rendita AI elevata, un grado di occupazione ridotto e un salario basso non sarebbero assicurate per la previdenza professionale. Al riguardo, è importante sottolineare che i beneficiari di rendite AI sono assoggettati alla previdenza professionale anche con un salario esiguo. I beneficiari di un'intera rendita AI non sono tuttavia più assicurati nell'ambito del secondo pilastro, anche se continuano a percepire un reddito.

Le raccomandiamo di rivolgersi al competente servizio di consulenza di Procap per fissare un appuntamento.

www.procap.ch > Servizi
> Consulenza giuridica

Nuovo treno bipiano TLP delle FFS – un ricorso inevitabile

I nuovi treni bipiano TLP delle FFS non sono accessibili a molti viaggiatori con disabilità. E non si tratta solo di un treno, ma del fatto che per i prossimi quarant'anni parte dei trasporti pubblici non sarà accessibile autonomamente, in violazione della legge. Inclusion Handicap ha quindi deciso di deferire al Tribunale federale il proprio ricorso contro l'autorizzazione di esercizio con validità limitata per i nuovi treni a due piani.

Testo Marc Moser, Inclusion Handicap Foto mad

La mobilità è essenziale per la partecipazione sociale. In questo senso, i trasporti pubblici, e la rete ferroviaria in particolare, assumono un ruolo fondamentale in Svizzera. Le persone con disabilità devono poter accedere ai trasporti pubblici in maniera autonoma, sia per una loro esigenza, sia per le attese della società nei loro confronti. Pertanto, se si pretende che le persone con disabilità si assumano le proprie responsabilità e si integrino socialmente e professionalmente, occorre dare loro la possibilità di raggiungere autonomamente il posto di lavoro.

Questo presupposto è sancito dalla legge sui disabili (LDis), secondo cui entro il 2023 i trasporti pubblici dovranno essere accessibili senza ostacoli alle persone con disabilità. Eppure, proprio i nuovi treni bipiano, maggiore acquisizione della storia delle FFS, non soddisfano questi requisiti. Essi presentano infatti numerosi ostacoli per i passeggeri in sedia a rotelle o affetti da disabilità visive o uditive. Inclusion Handicap, associazione mantello delle organizzazioni per persone con disabilità, dove Procap è rappresentata anche nel comitato, ha inoltrato ricorso contro l'autorizzazione di esercizio con validità limitata per i nuovi convogli, esigendo che siano adeguati alle disposizioni della LDis.

Nel mese di gennaio 2018, Inclusion Handicap ha presentato ricorso presso il Tribunale amministrativo federale (TAF), contestando 15 punti ritenuti contrari alla legge. Per quattro degli aspetti contestati è stato trovato un accordo extragiudiziale con le FFS che si sono dichia-

rate disposte ad apportare le modifiche necessarie. Le undici richieste legali ancora in sospeso, sono invece state respinte quasi interamente dal TAF con decisione del novembre 2018. Inclusion Handicap e le organizzazioni affiliate hanno quindi deciso di ricorrere al Tribunale federale, contestando in particolare il fatto che:

- l'eccessiva pendenza della rampa non consente di salire e scendere autonomamente dal treno in sedia a rotelle;
- il pulsante apriporta è montato talmente in alto da risultare inaccessibile alle persone in sedia a rotelle;
- il corrimano della scala intercomunicante termina due gradini prima rispetto alla scala, il che implica un grosso rischio di cadute, specie per le persone ipovedenti;
- l'illuminazione abbaglia, colpendo le persone con problemi di udito rendendo loro difficile la lettura delle labbra.

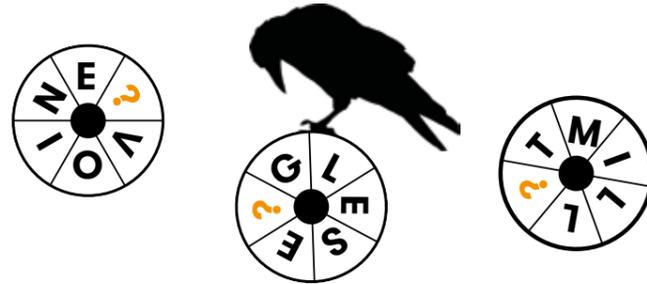
Si tratta di lacune e ostacoli di notevole entità. È quindi inevitabile ricorrere al Tribunale federale, anche perché questi treni rimarranno in esercizio per una quarantina d'anni e fra quattro anni scadrà il termine legale per l'introduzione di trasporti senza barriere. Per le persone con disabilità e per le organizzazioni che difendono i loro interessi è inaccettabile che i moderni convogli disattendano le disposizioni di legge e non siano autonomamente accessibili alle persone con disabilità.



Casse-tête

Le voleur de lettres

Un corbeau ne cesse de picorer les céréales du champ. Remplacez les points d'interrogation par les bonnes lettres pour découvrir de quels grains il se régale.



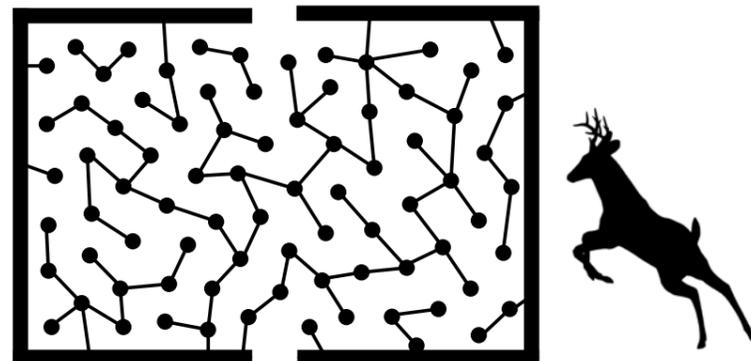
Sudoku

Remplissez les cases vides avec des chiffres allant de 1 à 9. Attention, un même chiffre ne peut figurer qu'une fois par colonne, une fois par ligne, et une fois par bloc.

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

La course du chevreuil

Pouvez-vous aider le chevreuil à traverser la forêt de haut en bas? Attention, il ne peut sauter qu'un seul obstacle durant sa course.



DES VACANCES POUR TOUTES ET TOUS



Depuis presque 25 ans, Procap Voyages organise des vacances de groupes accompagnées en Suisse et à l'étranger. Le besoin de vacances avec assistance professionnelle va croissant chez les personnes ayant besoin d'une prise en charge.

Ce 31 décembre 2018, la fête bat son plein à l'hôtel où les dix-huit client-e-s, la responsable de voyages Procap et les treize bénévoles célèbrent ensemble le passage à la nouvelle année dans une ambiance décontractée. Les éclats de rire fusent. Dehors, un accompagnant de voyage prépare un tas de petites choses savoureuses sur le barbecue. Des pétards éclatent. La soirée se poursuit par un concert «à la demande» en discothèque. Les uns dansent sur leurs jambes ou leurs roues; les autres, plus calmes, se laissent imprégner par l'atmosphère.

Une demande croissante

«Noël et Nouvel-An» est l'une des 58 offres germanophones et 21 offres francophones de vacances en groupes accompagnées de Procap Voyages. «Nous sommes très à l'écoute des besoins de nos clientes et clients», explique Helena Bigler, responsable de Procap Voyages et Sport. C'est ainsi que, pour répondre à la demande, deux nouveaux voyages spécialement réservés aux personnes avec handicap psychique et une semaine seniors

dans le Tessin ont été ajoutés. Les voyages en groupes pour jeunes ou les vacances actives avec offres sportives sont également très appréciés.

Pour tous les goûts

Helena Bigler explique que la plupart des participant-e-s aux voyages sont des habitué-e-s. La tendance des vacances à l'étranger est en hausse auprès des personnes avec handicap: «Beaucoup voyagent d'abord plusieurs fois en Suisse avec Procap puis s'aventurent un peu plus loin, car ils savent qu'ils peuvent compter sur la prise en charge et sur une organisation de qualité.» Les vacances balnéaires en Europe demeurent les grandes favorites. Mais Procap s'adresse aussi à celles et ceux qui préfèrent les voyages individuels. Revenons à Interlaken: la journée du 2 janvier 2019 a déjà commencé, marquant la fin des dix jours de vacances. C'est aujourd'hui qu'on vient rechercher les vacanciers. Claudia sait déjà qu'elle reviendra la prochaine fois: elle n'a aucune envie de fêter le Nouvel-An au foyer. Daniel ne veut plus partir autrement qu'avec Procap et réfléchit déjà à des vacances randonnées pour cet été. Annette, quant à elle, ne parle pas beaucoup. Mais en partant, elle serre la responsable du voyage très fort dans ses bras – l'expression sur son visage en dit long.

Pour plus d'informations consultez notre site www.procap-voyages.ch ou commandez le dernier catalogue de vacances à l'adresse reisen@procap.ch ou par téléphone au 062 206 88 30.

Texte Susi Mauderli Photos Procap

Joie des rencontres surprises



Laurent Duvanel
Président Procap Suisse

Un jour d'hiver, déprimé par le brouillard, je suis allé en train à une soirée Procap pour rencontrer des bénévoles, ces gens extra qui ne demandent absolument rien en retour du temps qu'ils passent à aider d'autres gens par solidarité. Il est comme ça le bénévole, il vit de cafés et de sourires.

Je suis aussi bénévole, mon rôle est, entre autres, de faire les discours. Ce samedi-là, après un bref discours, j'ai bu des cafés dans une petite salle des fêtes d'une minuscule commune en campagne fribourgeoise. La soirée a été lumineuse: voir tourner une chenille, formée de jeunes rigolant en chaise roulante et de leurs accompagnants m'a ému au plus haut point. J'en ai pleuré de joie.

Nous avons un but à Procap: construire une société en Suisse qui soit souriante au lieu d'être une société où on a peur des handicapés et des différences. A l'exemple de cette soirée disco LaViva, rythmée sur mode inclusif où des jeunes de tous milieux se sont amusés, et qui m'a rendu joyeux. Vive la danse!

Impressum

Editrice Procap Schweiz **Tirage** 24 500 (total), 19 000 (deutsch);
 erscheint vierteljährlich **Edition et rédaction** Procap-Magazin,
 Frohburgstrasse 4, 4600 Olten, Tel. 062 206 88 88, info@procap.ch,
 www.procap.ch **Compte pour les dons** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1
Direction de rédaction Sonja Wenger **Ont collaboré à ce numéro**
 Laurent Duvanel, Susi Mauderli, Marc Moser, Sabrina Salupo, Sara
 Schmid, Marcel Schor, Corinne Schüpbach, Irja Zuber **Traduction**
 Andréane Leclercq, Flavia Molinari **Photo titre** Rahel Krabichler
Concept et layout Claudia Nopper **Correction** db Korrektorat
Annonces Fachmedien, Zürichsee Werbe AG, Laubisrütistrasse 44,
 8712 Stäfa, Telefon 044 928 56 11, info@fachmedien.ch **Impression et**
expédition Stämpfli Publikationen AG, Wölflistrasse 1, 3001 Bern
Changement d'adresse à signaler au Secrétariat romand de Procap,
 tél. 032 322 84 86 **Abonnement** non-membres (par année) CHF 20.-,
 à l'étranger CHF 40.-, ISSN 1664-4603 **Délai de rédaction du n°2/**
2019 17 avril 2019; parution 17 mai 2019

Le focus du prochain magazine: Rencontre



HÖGG
LIFTSYSTEME
CH-9620 LICHTENSTEIG
TELEFON 071 987 66 80

REPRÉSENTANT
SODIMED
CH-1032 ROMANEL
TÉL. 021 310 06 06

MONTE-ESCALIERS

—
FAUTEUILS ÉLÉVATEURS
ELÉVATEURS POUR FAUTEUIL ROULANT
ASCENSEURS VERTICAUX

Monté dans 2 semaines

www.hoegglift.ch

SWISS ENGINEERING +

Reste avec moi nous mobile!

Les plates-formes élévatrices pour utilisateurs de fauteuils roulants doivent être adaptées de manière optimale au Les utilisateurs et la cage d'escalier existante doivent être appariés. En tant que spécialiste des monte-escaliers avec plusieurs années d'expérience nous pouvons vous aider pour presque chaque escalier et chaque situation Livrer un ascenseur plate-forme d'escalier. À la fois pour le privé et du secteur public, nous proposons des solutions complètes.

NOUS VOUS SUPPORTS TOUT TEMPS POUR UN NON CONTRAIGNANTE CONSULTATION DISPONIBLE

HERAG AG
 HERAG Romandie
 Rte. de la Ferme 2
 1470 Estavayer-le-Lac
 info@stannah.ch
www.herag.ch

8707 Uetikon am See
 T 043 508 30 58

1470 Estavayer-le-Lac
 T 021 588 16 50

6963 Pregassona
 T 091 228 08 20

HERAG
 L'entreprise Suisse du groupe **Stannah**

Solutions des casse-tête

de la page 28.

Le voleur de lettres:

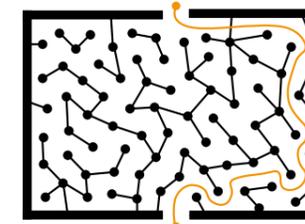
1. Avoine / 2. Seigle / 3. Millet

Sudoku:

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

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

La course du chevreuil:



Pour plus de flexibilité.

Laissez-nous nous occuper de vos achats pour vous donner le temps – pour ce qui est vraiment important dans la vie.

Vos avantages:

- Le choix que l'on trouve dans un grand supermarché aux mêmes prix que votre Coop
- Le meilleur choix de plus de 1400 vins et spiritueux
- La livraison jusqu'à votre porte à l'heure près dans les agglomérations



www.coopathome.ch

CHF 20.- de réduction avec un achat de CHF 200.- et plus effectué chez coop@home. Saisir le code «PCAP19A-R» au moment du paiement. Cette offre est non cumulable et valable une seule fois, jusqu'au 30.04.2019. Non valable pour l'achat de cartes cadeaux ou offres de téléphonie mobile



coop

Pour moi et pour toi. @home

Sport pour tous

Solutions au quotidien

sanitas  botta

Rue de Morat 7
2502 Biel/Bienne
032 323 14 73
sanitas-botta.ch

 **botta**
orthopédie

Rue Karl-Neuhaus 24
2502 Biel/Bienne
032 328 40 80
bottaweb.ch

