



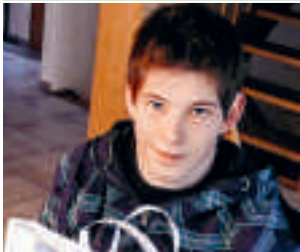
- Zoom: Haben Menschen mit einer Behinderung öfter psychische Probleme als Menschen ohne Behinderung?
- Rendez-vous mit Yvonne Luginbühl
- Young Cerebral: Michel Baumgartner

- Zoom: Les personnes handicapée moteur cérébral ont-elles davantage de problèmes psychiques que les personnes non handicapées?
- Rendez-vous avec Yvonne Luginbühl
- Young Cerebral: Michel Baumgartner

- Zoom: Le persone affette da handicap motorio cerebrale accusano problemi psichici più die frequente rispetto alle persone senza handicap?



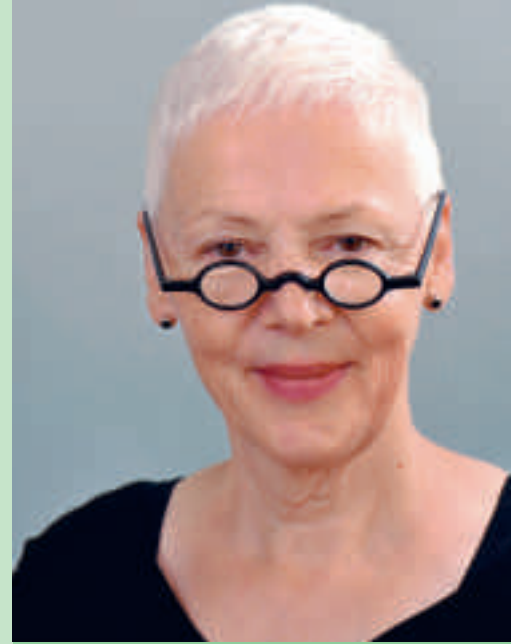
- 3 Editorial
- 4 Zoom: «Nicht die Behinderung an sich führt zu psychischen Problemen, sondern die Diskriminierung durch das Umfeld» – ein Interview mit Neuropsychologin Christine Ochsner-Grimm (Foto).
- 10 Rendez-vous mit Yvonne Luginbühl, die ihre Erfahrungen weitergibt, aber nicht nur.
- 12 Young Cerebral: Michel Baumgartner.
- 16 Events: Referat zur UNO-Behindertenrechtskonvention und ihre Folgen für die Schweiz im Mai in Bern.
- 18 Sozialpolitik: Abstimmung über Präimplantationsdiagnostik am 14. Juni.
- 19 Kolumne von Christian Lohr, Nationalrat.
- 20 News der Stiftung Cerebral.



- 3 Éditorial
- 6 Zoom: «Les problèmes psychiques ne sont pas le résultat du handicap en soi, mais bien plus celui de la discrimination des personnes concernées par l'entourage» – un interview avec neuropsychologue Christine Ochsner-Grimm.
- 11 Rendez-vous avec Yvonne Luginbühl.
- 14 Young Cerebral: Michel Baumgartner (photo).
- 18 Politique sociale: Votation sur la DPI a lieu le 14 juin.
- 19 Colonne de Christian Lohr, Conseiller national.
- 22 Nouvelles de la Fondation Cerebral.



- 3 Editoriale
- 8 Zoom: «Non è tanto la disabilità in sé a provocare problemi psichici, quanto piuttosto la discriminazione dell'ambiente circostante» – intervista con neuropsicologa Christine Ochsner-Grimm.
- 23 Notizie della Fondazione Cerebral.



Josiane Grandjean

Geschäftsleiterin
Vereinigung Cerebral Schweiz

Directrice
Association Cerebral Suisse

Direttrice
Associazione Cerebral Svizzera

Liebe Leserin, lieber Leser

«Um immer genügend Kraft zu haben, den herausfordernden Voraussetzungen standzuhalten, bin ich auf viel unterstützende Hilfe angewiesen. Das Gefühl des gemeinsamen Tragens ist ein gutes. Es lässt einen spüren, gleichwertig zu sein», schreibt Nationalrat Christian Lohr in seiner Kolumne in dieser Ausgabe, die «Psyche und Behinderung» als Schwerpunktthema hat. Auch Neuropsychologin Christine Ochsner-Grimm macht in ihrer Arbeit mit Menschen mit Behinderung die Erfahrung, dass nicht die Behinderung an sich zu psychischen Problemen führen kann, sondern vielmehr die Diskriminierung durch das Umfeld (Seite 4).

Wie wertvoll Selbstbestimmung, Unabhängigkeit, Teilhabe am öffentlichen Leben und eine berufliche Tätigkeit für einen Menschen mit Behinderung sind, zeigt der Einblick ins Leben von Yvonne Luginbühl (Rendez-vous Seite 10). Sie arbeitet als individualpsychologische Beraterin. Ihr Studienabschluss und ihre Erfahrung als Betroffene sind wertvolle Begleiter in der Ausübung ihres Berufs mit Ratsuchenden. Auch Menschen ohne Behinderung profitieren von ihren Kompetenzen.

Inklusion: der Weg entsteht in dem man ihn geht.

Chère lectrice, cher lecteur

«Afin d'avoir toujours assez de force pour tenir le coup face aux conditions difficiles et aux défis exigeants, je suis dépendant de beaucoup de soutien. Le sentiment de porter, ensemble tous ces fardeaux est un sentiment agréable. Il te fait sentir que tu es sur pied d'égalité», écrit le conseiller national Christian Lohr dans sa chronique pour ce numéro consacré au thème de la psyché et du handicap. Dans son travail avec les personnes en situation de handicap, la neuropsychologue Christine Ochsner-Grimm fait également l'expérience que ce n'est pas le handicap en soi qui peut mener à des problèmes psychiques, mais bien plus la discrimination par l'entourage social (page 6).

La vie d'Yvonne Luginbühl montre la valeur de l'autodétermination, de l'autonomie, de la participation à la vie publique et de l'exercice d'une activité professionnelle (Rendez-vous, page 11). Elle travaille comme conseillère en psychologie individuelle. L'obtention de son diplôme et ses expériences en tant que personne concernée sont des aides précieuses dans son travail avec les personnes en recherche de conseil. Et les personnes non handicapées profitent elles aussi de ses compétences.

Inclusion: les chemins naissent au fur et à mesure que l'on marche.

Cara lettrice, caro lettore

«Per avere sempre la forza necessaria per reggere alle impegnative sfide che mi si pongono, dipendo molto dall'aiuto degli altri. La sensazione di condividere insieme le difficoltà è positiva. Dà la sensazione di essere uguali agli altri», scrive il Consigliere nazionale Christian Lohr nella sua colonna di questo numero, incentrato sul tema «psiche e handicap». Anche la neuropsicologa Christine Ochsner-Grimm sperimenta, nel suo lavoro con le persone portatrici di handicap, che non è tanto la disabilità a provocare problemi psichici, quanto piuttosto la discriminazione dell'ambiente circostante (pagina 8).

Quanto siano importanti l'autodeterminazione, l'indipendenza, la partecipazione alla vita pubblica e un'attività professionale per una persona portatrice di handicap lo dimostra lo sguardo nella vita di Yvonne Luginbühl (Rendez-vous in francese, pagina 11). Yvonne Luginbühl lavora come consulente psicologica individuale. La sua laurea e l'esperienza di persona direttamente interessata sono preziose nell'esercizio della sua professione a contatto con pazienti alla ricerca di consigli. Anche le persone senza handicap beneficiano delle sue competenze.

Inclusione: la strada nasce percorrendola.

«Die Ausgrenzung führt zu psychischen Problemen»

Haben Menschen mit cerebraler Bewegungsbehinderung häufiger psychische Probleme als Menschen ohne Behinderung? Wir sind dieser Frage nachgegangen. Neuropsychologin Christine Ochsner-Grimm macht in ihrer psychotherapeutischen Arbeit mit cerebral bewegungsbehinderten und anderen hirnverletzten Menschen ganz unterschiedliche Erfahrungen.

Frau Christine Ochsner-Grimm, haben Menschen mit einer Behinderung häufiger psychische Probleme als Menschen ohne Behinderung?

Christine Ochsner-Grimm: Das Risiko eine psychische Störung zu entwickeln ist bei Kindern und Jugendlichen mit einer angeborenen Behinderung höher als bei Kindern, deren Entwicklung nicht durch ein körperliches Gebrechen beeinträchtigt ist. In einer Studie von Mc Dermott von 1996, in der ausschliesslich Kinder mit Cerebralparese untersucht wurden, zeigte sich, dass die Häufigkeit psychischer Probleme bei ihnen 5-mal so hoch war wie bei nicht-behinderten Kindern. Man muss sich aber bewusst machen, dass es nicht die Behinderung an sich ist, die zu psychischen Problemen führt, sondern die Diskriminierung durch das Umfeld der Betroffenen, die Ausgrenzung, das nicht partizipieren können an bestimmten Anlässen, Stereotypen und Vorurteile, gegen die man als Betroffene und Betroffener anläuft.

Erleben Sie Menschen mit Behinderung psychisch widerstandsfähiger, weil sie ihre Grenzen und Möglichkeiten sorgfältiger einschätzen?

Das kommt sehr auf die Person drauf an. Ich kenne beispielsweise einen jungen Mann, der seit seinem 7. Lebensjahr unfallbedingt mit einer Tetraparese lebt. Der heute 25-Jährige ist davon überzeugt, solange psychisch stark und widerstandsfähig zu sein, wie er seinen eigenen Kopf durchzusetzen vermag; die Ansprüche anderer werden dabei häufig in den Schatten gestellt. Dies führte in den letz-

ten Jahren natürlich immer wieder zu Spannungen und Eskalationen. Andererseits gibt es selbstverständlich auch Körperbehinderte, die über eine psychische Widerstandskraft verfügen und erstaunliche Lebenswege aufweisen. Ich denke hier an den Psychologen und Buchautor Georg Fraberger. Er kam ohne Arme und Beine zur Welt, dennoch absolvierte er erfolgreich ein Hochschulstudium und arbeitet heute als Psychologe. Zudem ist er verheiratet und Vater von 4 Kindern.

Gibt es eine bestimmte Art von Beeinträchtigung, die Betroffene psychisch besonders verletzlich macht? Wie sieht es bei Cerebralparese aus?

In erster Linie ist es nicht die Art der Beeinträchtigung, welche allein zu einer erhöhten Vulnerabilität, zu einer <Verletzbarkeit>, einer Anfälligkeit im Lauf des Lebens eine psychische Störung zu entwickeln, führt. Es gibt immer eine Anhäufung von individuellen Risiko- und Schutzfaktoren, welche das Auftreten von psychischen Störungen erklären. Gewichtige Risikofaktoren neben der Behinderung sind zum Beispiel eine gestörte Bindung zwischen Kind und Eltern, häufige Konflikte der Eltern, Gewalt innerhalb der Familie, oder ein unangemessenes Erziehungsverhalten wie Nichtbeachtung, Ablehnung oder Überbehütung. Schutzfaktoren sind ein positives Temperament des Kindes, psychische Stabilität der Eltern, Bildung, vertrauenswürdige Bezugspersonen im Umfeld, Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen in der Gestaltung von Beziehungen.

Wie gehen neurologische PatientInnen, das heisst PatientInnen mit einem erkrankten Nervensystem, mit Stress um?

In der Regel ist die Belastbarkeit bei neurologischen PatientInnen vermindert, sie reagieren auf Beanspruchung, und erst recht auf Stress, rascher mit Ermüdung und Erschöpfung. Abgesehen davon haben insbesondere PatientInnen mit einer Verletzung des Stirnhirns grosse Schwierigkeiten bei der Emotionsregulation. Bei ihnen kommt es leicht zu unkontrollierbaren Ausbrüchen, Ausrastern, und zu Störungen der Impulskontrolle.

Frau Dr. Christine Ochsner-Grimm arbeitet am Neuropsychologischen Ambulatorium Adliswil.
(Foto: bja)



Haben Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit eher psychische Probleme?

Mobilität trägt viel zum Gefühl der Unabhängigkeit, Selbstbestimmtheit, Autonomie und Selbständigkeit bei, welche wiederum die psychische Gesundheit unterstützt. Auch erhöht sich die Möglichkeit zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben durch eine bessere Mobilität. Eine gewisse Mobilität ist daher ein wichtiger Schutzfaktor. Auch Menschen mit einer eingeschränkten Beweglichkeit können eine zum Teil erstaunliche Beweglichkeit erlangen. Ich kenne eine Sonderschullehrerin, die selbst im Rollstuhl sitzt und in ihrem eigens dafür umgebauten Auto im Alltag unterwegs ist. Auch der vorhin erwähnte Georg Fraberger fährt Auto und der bereits erwähnte junge Mann mit Tetraparese ist viel mit dem ÖV unterwegs und lässt sich in seiner ihm zustehenden Mobilität nicht behindern.

Wie sprechen Menschen mit Behinderung psychische Probleme an?

Nicht anders als Menschen ohne Behinderung. Manche PatientInnen sind gegenüber ihren emotionalen oder sozialen Problemen äusserst sensibel und reflektieren diese viel, andere jedoch verdrängen oder verharmlosen ihre Probleme. Auch hier kommt es sehr auf die Person an, welche Probleme sie in die Therapie mitbringt sowie auf die Lebensgeschichte, das soziale Umfeld und auf die Einzigartigkeit des Patienten bzw. der Patientin.

Welche Rolle spielt dabei die sprachliche und non-verbale Kommunikation und welche Hilfsmittel benötigen sie eventuell, um sich auszudrücken?

Generell ist zu sagen, dass mit steigender Kommunikationsfähigkeit auch die Wahrscheinlichkeit, Probleme zu lösen, zunimmt. Daher kommt auch der Förderung kommunikativer Kompetenzen in der Therapie ein zentraler Stellenwert zu. Um das geschilderte Problem besser zu verstehen eignen sich sowohl nonverbale Mittel wie Malen, Tanz oder Musiktherapie als auch verbale Mittel wie Gesprächsführung, Rollenspiele, gezielte Fragen/Gegenfragen.

Erleben Sie Menschen mit Behinderung offen oder eher abwehrend gegenüber einer Zusammenarbeit mit einem Psychologen oder Psychiater?

Es kann im Rahmen verschiedenster neuropsychiatrischer Erkrankungen wie etwa bei einer wahnhaften Störung durchaus dazu kommen, dass PatientInnen die Mitarbeit verweigern. Ich bin in meiner eigenen beruflichen Praxis nie auf Ablehnung von Menschen mit Behinderung hinsichtlich der therapeutischen Zusammenarbeit gestossen. Im Gegenteil, es hat sich immer recht rasch eine vertrauensvolle, tragfähige und offene Beziehung PatientIn – Therapeutin etabliert, welche auf gegenseitigem Respekt basiert und sich auf Augenhöhe gestaltet. *Interview: Isabel Zwyssig*

(Link-)Tipps:

- Rendez-vous mit Yvonne Luginbühl, die mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung lebt und als psychologische Beraterin arbeitet: Seite 10.
- Die überarbeitete Broschüre «Psychische Störungen bei Menschen mit Mehrfachbehinderung» der Vereinigung Cerebral Schweiz ist ab Ende März elektronisch erhältlich.
- Kampagne von Pro Mente Sana: www.wie-gehts-dir.ch
- Kampagne von Pro Infirmis: www.proinfirmis.ch/IchBinLeer
- Psychische Beeinträchtigung (INSOS-Magazin Nov. 2014): www.insos.ch/publikationen/insos-magazin
- Jana Seelig äusserte sich auf twitter über einen Kommentar zu ihrer Depression. Daraus entstand #NotJustSad.
- Interdisziplinäre Abklärung, Behandlung und Beratung für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung oder anderen Neuroentwicklungsstörungen bieten die Psychiatrischen Dienste Aargau an (Überweisung über Hausarzt): www.pdag.ch
- Wer behindertengerechte Ärzte- und Psychotherapie-Praxen sucht, fragt am Besten bei seiner Regionalen Vereinigung der Vereinigung Cerebral Schweiz nach: www.vereinigung-cerebral.ch > [Quicklinkliste Regionale Vereinigungen](#)
- Wer sich für eine Begleitung durch einen Kunsttherapeuten/eine Kunsttherapeutin interessiert: www.kskv-casat.ch

«L'exclusion entraîne des problèmes psychiques»

Les personnes handicapées moteur cérébral ont-elles davantage de problèmes psychiques que les personnes non handicapées? Nous nous sommes penchés sur cette question. Dans son travail avec les personnes handicapées moteur cérébral et d'autres personnes cérébro-lésées, la neuropsychologue Christine Ochsner-Grimm fait des expériences très variées.

Madame Christine Ochsner-Grimm, les personnes en situation de handicap ont-elles plus souvent des problèmes psychiques que les personnes non handicapées?

Le risque de développer un trouble psychique est plus élevé chez les enfants et les adolescent-e-s avec un handicap congénital que chez les enfants dont le développement n'est pas entravé par un handicap physique. Une étude réalisée par Mc Dermott en 1996, qui s'est concentrée sur des enfants souffrant d'un handicap moteur cérébral uniquement, a permis de constater que la fréquence des problèmes psychiques chez ces derniers était cinq fois plus élevée que chez les enfants non handicapés. Il est cependant important de comprendre que les problèmes psychiques ne sont pas le résultat du handicap en soi, mais bien plus celui de la discrimination des personnes concernées par l'entourage, de l'exclusion, de l'impossibilité de pouvoir participer à certaines manifestations, des stéréotypes et des préjugés.

Les personnes en situation de handicap sont-elles psychologiquement plus résistantes, du fait qu'elles évaluent plus attentivement leurs limites et leurs possibilités?

Cela dépend fortement de la personne. Je connais par exemple un jeune homme qui vit avec une tétraparésie après un accident à l'âge de sept ans. Aujourd'hui, à 25 ans, il est persuadé d'être psychologiquement fort et résistant aussi longtemps qu'il peut imposer sa volonté, cela souvent au détriment

des besoins des autres personnes. Il va de soi que ces dernières années, cela a continuellement attisé les tensions et provoqué des escalades. D'un autre côté, il existe bien sûr des personnes en situation de handicap qui disposent d'une résistance psychique et qui empruntent des chemins de vie étonnants. Je pense, par exemple, au psychologue et écrivain Georg Fraberger, qui a récemment participé à l'émission télévisée «Talk Täglich» sur la chaîne régionale Tele Zurich. Georg Fraberger est né sans jambes ni bras; il a cependant achevé avec succès des études supérieures et travaille aujourd'hui comme psychologue. Il est également marié et père de quatre enfants.

Existe-t-il des formes de handicap qui rendent les personnes concernées spécialement vulnérables? Qu'en est-il du handicap moteur cérébral?

Ce n'est pas en première ligne une forme de handicap qui génère spécifiquement une plus grande vulnérabilité et qui mène à une prédisposition à développer des troubles psychiques au cours de la vie. Il s'agit toujours d'une accumulation de facteurs individuels de risque et de protection qui explique l'apparition de troubles psychiques.

Outre le handicap, les facteurs de risque importants sont, par exemple, une relation perturbée entre l'enfant et ses parents, les conflits fréquents entre les parents, les violences au sein de la famille ou un comportement éducatif inadéquat tel l'ignorance, le rejet ou la surprotection. A l'inverse, les facteurs de protection sont le tempérament positif de l'enfant, la stabilité psychique des parents, le niveau de formation, des personnes de confiance dans l'environnement proche, la confiance en ses propres aptitudes et ses compétences relationnelles.

Comment les personnes souffrant de troubles neurologiques, donc d'une maladie au niveau du système nerveux, gèrent-elles le stress?

En règle générale, la capacité de résistance des personnes souffrant de troubles neurologiques est diminuée. Elles réagissent plus rapidement par la fatigue et l'épuisement face à de fortes sollicitations



Dre Christine Ochsner-Grimm lors du Congrès du groupe CerAdult de l'Association Cerebral Suisse. Dans l'interview, elle parle de son travail psychothérapeutique et de ses expériences avec les personnes en situation de handicap. (photo: bja)

et donc à plus forte raison, face au stress. Outre ce fait, les personnes atteintes d'une blessure au niveau du lobe frontal ont de grandes difficultés dans la régulation des émotions. Ces personnes réagissent facilement de manière incontrôlée, par des crises violentes, des colères et par la perturbation du contrôle des impulsions.

Les personnes à mobilité réduite ont-elles davantage de problèmes psychiques?

La mobilité contribue fortement au développement d'un sentiment d'indépendance, d'autodétermination et d'autonomie, ce qui, à son tour, soutient une bonne santé psychique. Une meilleure mobilité augmente également la possibilité de participer à la vie sociale. Une certaine mobilité est donc un facteur de protection important. Cependant, les personnes à mobilité réduite peuvent elles aussi acquérir une étonnante mobilité. Je connais une éducatrice en pédagogie spécialisée, elle-même assise dans un fauteuil roulant, qui est en route quotidiennement avec sa voiture spécialement aménagée. Et Georg Fraberger, que j'ai déjà évoqué, roule en voiture; de même, le jeune homme tétraplégique, dont nous avons déjà parlé, est souvent en route avec les transports publics et ne se laisse pas entraver dans la mobilité qui lui est due.

Comment les personnes en situation de handicap abordent-elles les problèmes psychiques?

Pas autrement que les personnes non handicapées. Certain-e-s patient-e-s sont extrêmement sensibles face à leurs problèmes émotionnels ou sociaux et y réfléchissent beaucoup. D'autres, par contre, les refoulent et les banalisent. Là aussi, cela dépend fortement de la personne, des problèmes qu'elle apporte dans la thérapie ainsi que de son histoire personnelle, de son entourage et de son individualité.

Quel rôle joue la communication verbale et non verbale dans la thérapie et quels moyens auxiliaires sont parfois nécessaires pour s'exprimer?

D'une manière générale, on peut affirmer que la probabilité de résoudre un problème va de pair

avec l'amélioration des capacités de communication. C'est pourquoi l'encouragement des compétences communicatives tient une place centrale au niveau de la thérapie. Pour mieux comprendre le problème décrit on peut avoir recours aux moyens non verbaux tels la peinture, la danse ou la thérapie musicale, tout comme aux moyens verbaux tels l'entretien, les jeux de rôle et les questions ciblées.

Selon votre expérience, la collaboration des personnes en situation de handicap avec un-e psychologue ou un-e psychiatre est-elle ouverte ou plutôt sur la défensive?

Il est possible que dans le cadre des différentes maladies neuropsychiatriques telles que les délires, certain-e-s patient-e-s refusent la collaboration. Dans mon parcours professionnel personnel, je n'ai jamais rencontré de refus de la part de personnes en situation de handicap concernant la collaboration thérapeutique. Au contraire, une relation thérapeute/client-e ouverte, solide et de confiance s'est toujours rapidement établie, basée sur le respect mutuel et la rencontre sur un pied d'égalité.

Interview: Isabel Zwysig

Informations & liens:

- Rendez-vous avec Yvonne Luginbühl qui vit avec un handicap moteur cérébral et qui travaille en tant que conseillère psychologique (page 11).
- La brochure «Les troubles psychiques chez les personnes souffrant de handicaps multiples» de l'Association Cerebral Suisse est disponible électroniquement à partir de fin avril.
- Campagne Pro Menta Sana: www.comment-vas-tu.ch
- Campagne Pro infirmis: www.proinfirmis.ch/JeSuisVide
- Handicap psychique: thème de l'édition de novembre 2014 du Magazine INSOS: www.insos.ch/publications/magazine-infos-insos-fr
- Si vous recherchez un cabinet médical ou de psychothérapie adapté aux personnes en situation de handicap, renseignez-vous auprès de votre association régionale de l'Association Cerebral Suisse sous: www.vereinigung-cerebral.ch/fr/home.html > [lien rapide associations régionales](#)

«L'isolamento provoca problemi psichici»

Le persone affette da handicap motorio di origine cerebrale accusano problemi psichici più di frequente rispetto alle persone senza handicap? Abbiamo approfondito questa tematica. La neuropsicologa Christine Ochsner-Grimm vanta un ampio spettro di esperienze nel suo lavoro psicoterapeutico con persone affette da handicap motorio di origine cerebrale e da altri tipi di lesioni cerebrali.

Signora Christine Ochsner-Grimm, le persone portatrici di handicap accusano problemi psichici più di frequente rispetto alle persone senza handicap?

Il rischio di sviluppare un disturbo psichico tra i bambini e i giovani con un handicap congenito è superiore rispetto ai bambini il cui sviluppo non è compromesso da un handicap fisico. Uno studio di Mc Dermott et al. (1996), in cui sono stati esaminati esclusivamente bambini con paresi cerebrale, ha dimostrato che la frequenza di problemi psichici nel loro caso era cinque volte superiore rispetto ai bambini senza handicap. Bisogna tuttavia essere consapevoli, che non è tanto la disabilità in sé a provocare problemi psichici, quanto piuttosto la discriminazione dell'ambiente circostante, l'esclusione, il non poter partecipare a determinati eventi, gli stereotipi e i pregiudizi in cui si incorre in quanto persone direttamente colpite.

Incontra anche persone con handicap psichicamente più resistenti, in quanto in grado di valutare con maggiore attenzione i propri limiti e le proprie possibilità?

Dipende molto dalla persona. Conosco per esempio un giovane uomo che convive, dall'età di 7 anni, con una tetraparesi provocata da un incidente. Oggi ha 25 anni ed è convinto di essere psichicamente forte e resistente fin tanto che riesce a fare quello che vuole; le esigenze degli altri vengono spesso messe in ombra. Negli ultimi anni questa situazione naturalmente ha creato in continuazione tensioni ed escalation. Ma ci sono ovviamente anche disabili fisici con gran-

de resistenza psichica che vantano incredibili percorsi di vita. Penso per esempio allo psicologo e scrittore Georg Fraberger, che poco tempo fa ha partecipato alla trasmissione Talk Täglich del canale regionale Tele Zürich. Georg Fraberger è nato senza braccia né gambe, tuttavia si è laureato con successo e ora lavora come psicologo. Inoltre è sposato e padre di 4 figli.

Esiste un particolare tipo di handicap che rende le persone particolarmente vulnerabili sul piano psichico? Come si colloca la paresi cerebrale?

Innanzitutto non è il tipo di handicap in sé che genera una maggiore vulnerabilità e una maggiore predisposizione a sviluppare disturbi psichici nel corso della vita. C'è sempre un insieme di fattori di protezione e di rischio individuali che spiegano l'insorgere dei problemi psichici. Importanti fattori di rischio, insieme all'handicap, sono un legame disturbato tra figlio e genitori, frequenti conflitti tra genitori, violenza tra le mura domestiche o un comportamento educativo inappropriato, come la disattenzione, il rifiuto o l'eccessiva protezione. Fattori protettivi sono invece un positivo temperamento del bambino, la stabilità psichica dei genitori, l'istruzione, persone di riferimento affidabili nel contesto circostante, fiducia nelle proprie capacità e competenze nella gestione dei rapporti.

Come gestiscono lo stress le e i pazienti neurologici, ovvero le e i pazienti con un sistema nervoso compromesso?

Di norma le e i pazienti neurologici hanno una capacità di carico ridotta e reagiscono più velocemente alle sollecitazioni, e quindi allo stress, con la stanchezza e la spossatezza. Indipendentemente da questo, soprattutto le e i pazienti con lesioni nella parte frontale del cervello hanno grandi difficoltà a dominare le emozioni e perdono facilmente la calma, faticano a controllare gli impulsi e hanno spesso sfoghi incontenibili.

Le persone con mobilità limitata tendono ad avere problemi psichici?

La mobilità contribuisce molto alla sensazione di indipendenza, autodeterminazione e autonomia e

Dr. Christine Ochsner-Grimm durante il congresso del gruppo CerAdult dell'Associazione Cerebral Svizzera. Nel interview parla del suo lavoro psicoterapeutico e delle sue esperienze con le persone affette da handicap. (foto: bja)



autosufficienza, aspetti che a loro volta favoriscono la salute psichica. Inoltre, una migliore mobilità accresce anche la possibilità di partecipare alla vita sociale. Una certa mobilità è pertanto un importante fattore di protezione. Anche le persone dalla mobilità limitata possono raggiungere una mobilità in parte sorprendente. Conosco un'insegnante di una scuola speciale in sedia a rotelle che, ogni giorno, si muove a bordo di un'automobile adattata alle sue esigenze. Anche Georg Fraberger, di cui ho parlato prima, guida l'automobile e il giovane uomo con la tetraparesi si sposta molto con i mezzi pubblici e non si ferma davanti alla sua mobilità limitata.

Come affrontano le persone affette da handicap i problemi psichici?

Non diversamente dalle persone senza handicap. Alcune e alcuni pazienti sono estremamente sensibili ai loro problemi emotivi o sociali e lo dimostrano molto, altri invece tendono a sdrammatizzarli. Anche qui dipende molto dalla persona, ovvero da quali problemi questa porta con sé in terapia, e dalla storia privata, dal contesto sociale e dall'unicità di ogni paziente.

Quale ruolo riveste in tutto ciò la comunicazione verbale e non verbale e di quali strumenti hanno bisogno, se del caso, per esprimersi?

In generale va detto che con la crescita delle capacità comunicative, aumenta anche la probabilità di risolvere i problemi. Pertanto anche il supporto delle competenze comunicative durante la terapia riveste un'importanza centrale. Per comprendere meglio il problema illustrato, ci si avvale sia di strumenti non verbali, come la pittura, la danza o la musicoterapia, sia di strumenti verbali, come la conversazione, i giochi di ruolo, le domande mirate e le controdomande.

Le persone portatrici di handicap si dimostrano aperte o piuttosto restie a collaborare con uno psicologo o uno psichiatra?

Nella mia esperienza professionale non mi sono mai imbattuta in un rifiuto da parte di persone portatrici di handicap a livello di collaborazione tera-

peutica. Al contrario, si è sempre instaurato rapidamente un rapporto paziente-terapista aperto, sostenibile e improntato sulla fiducia, oltre che basato sul rispetto reciproco e da pari. Tuttavia, nell'ambito delle più diverse malattie neuropsichiatriche, come nei disturbi paranoici, può succedere che le e i pazienti rifiutino la collaborazione.

Intervista: Isabel Zwysig

Consigli e link:

- Rendez-vous con Yvonne Luginbüh, che convive con un handicap motorio di origine cerebrale e lavora come consulente psicologica (in tedesco pagina 10, in francese pagina 11).
 - L'opuscolo rivista «I disturbi mentali nelle persone con disabilità multiple» dell'Associazione Cerebral Svizzera è disponibile in formato elettronico dalla fine di aprile.
 - La campagna di Pro Mente Sana: www.wie-gehts-dir.ch (tedesco), www.comment-vas-tu.ch (in francese).
 - La campagna di Pro infirmis: www.proinfirmis.ch/MiSentoVuoto
 - I disturbi psichici sono il tema dell'edizione di novembre (2014) della rivista INSOS: www.insos.ch/publikationen/insos-magazin
 - Twitter: in novembre 2014 Jana Seelig ha voluto sfogarsi a proposito di un commento sulla sua depressione. È nato [#NotJustSad](https://twitter.com/NotJustSad), su cui, nel frattempo, a migliaia stanno twittando.
 - Accertamenti, trattamento e consulenza interdisciplinari per gli adulti con handicap psichico o altri disturbi dello sviluppo neuronale sono offerti dai servizi psichiatrici Psychiatrische Dienste Aargau (su prescrizione del vostro medico di famiglia): www.pdag.ch
 - Chi è alla ricerca di studi medici e di psicoterapia adatti ai portatori di handicap, cerchi la sede regionale dell'Associazione Cerebral Svizzera su: www.vereinigung-cerebral.ch/it
- > **Elenco quick link Associazioni regionali**



Yvonne Luginbühl während ihres kurzen Referates im Rahmen einer Tagung der Vereinigung Cerebral Schweiz. (Foto: bja)

«Ich möchte Menschen ermutigen»

Yvonne Luginbühl weiss, worauf es ankommt, wenn es darum geht, psychische Herausforderungen zu meistern. Ihre Erfahrungen helfen der individualpsychologischen Beraterin, die aufgrund ihrer cerebralen Bewegungsbehinderung seit Geburt auf den Rollstuhl angewiesen ist, auch in der Arbeit mit Ratsuchenden.

An einem kalten Nachmittag besuche ich Yvonne Luginbühl in ihrer 1-Zimmer-Wohnung in Zürich. Sie legt viel Wert auf ihre Unabhängigkeit. Seit kurzem besitzt die knapp 50-Jährige, die neben ihrer beratenden Tätigkeit in der Kartenproduktion einer geschützten Einrichtung arbeitet, einen neuen E-Rollstuhl. Weil der Sitz im Winkel und in der Höhe verstellbar ist, fühlt sie sich damit sicherer. «Ich möchte vermehrt Gruppenkurse und Einzelgespräche anbieten. Aus diesem Grund habe ich der IV mitgeteilt, wie wichtig es ist, dass ich meinen Aktionsradius erweitern und sicher unterwegs sein kann», meint sie augenzwinkernd. Vor 2 Jahren hat die Zürcherin die Ausbildung zur individualpsychologischen Beraterin am Alfred-Adler-Institut abgeschlossen. «Es war mein Traum, beruflich mit Menschen zu arbeiten», erklärt sie.

Sie weiss, warum es sich lohnt, für die eigenen Ziele zu kämpfen. Nachdem sie die Handelsschule beendet hatte, arbeitete sie im Sekretariat eines sozialpsychiatrischen Wohnheims. Schon damals hatte sie den Kontakt zu den unterschiedlichsten Menschen bereichert. Als engagierte Frau verstand sie es stets, sich für ihre Anliegen einzusetzen. Sie wünschte sich, selbständiger, direkter am und mit dem Menschen zu arbeiten. Umso mehr freute sie sich, als ihr ein Psychologie-Studium ermöglicht wurde. Erst in der Auseinandersetzung mit dem Adler'schen Menschenbild gelang es ihr, die Selbstzweifel, die seit frühester Kindheit an ihr nagten, zu überwinden. Vor allem ihre Mutter liess sie oft ihre Überforderung spüren, wenn es etwa darum ging, der Tochter bei Toilettengängen be-

hilflich zu sein. Yvonne Luginbühl hatte als junge Frau das Gefühl, aufgrund ihrer Behinderung keine Lebensberechtigung zu haben. Auch jahrelange Traumata nach C.G. Jung, der die Auffassung vertrat, dass der Mensch sich der bösen Anteile seiner Persönlichkeit bewusst werden müsse, um innerlich frei zu werden, vermochte nichts an der negativen Grundstimmung zu ändern.

Die entscheidende Wende brachte ein Prinzip der Individualpsychologie: Yvonne Luginbühl lernte den Menschen in seiner Ganzheitlichkeit und Kooperationsfähigkeit zu betrachten. Laut Alfred Adlers Lehre ist der Mensch von Natur aus gut und sozial veranlagt. Solche ermutigenden Gedanken nutzt Yvonne Luginbühl nicht nur für sich selbst, indem sie versucht, aktiv am sozialen Leben teilzunehmen. Regelmässig schaut sie sich im Kino Filme an oder frönt ihrer Leidenschaft, dem Schreiben. «Wer kreativ ist, gewinnt», ist sie überzeugt. Diese Erfahrung macht sie in der Alltagsbewältigung. Auch die Menschen, die zu ihr in die Beratung kommen, möchte sie ermutigen. Es sind Personen mit und ohne Handicap, meist haben sie Beziehungs- oder Gesundheitsprobleme. In Gesprächen und Kursen, die Yvonne Luginbühl zu Themen wie Inklusion durchführt, möchte sie den Klienten eines vermitteln: Es kommt nicht darauf an mit welchen Voraussetzungen man einer Situation begegnet. Was zählt ist die Strategie, wie man damit umgeht. Oft müssen Betroffene den Mut haben, neue Wege zu gehen und alte Verhaltensmuster zu überwinden. Diese positive Haltung scheint abzufärben: Begegnen die Ratsuchenden Yvonne Luginbühl anfänglich wegen ihrer Körperbehinderung etwas skeptisch, verflüchtigen sich die Zweifel meist nach einer gewissen Zeit und sie fassen Vertrauen. Ein Patentrezept für die Bewältigung aller Lebenslagen gibt es freilich nicht. Was Yvonne Luginbühl jedoch hilft, ist ihre Selbstironie. «Wer die Fähigkeit besitzt, über sich selbst zu lachen, dabei aber auch Empfindungen wie Bitterkeit oder Trauer zulässt, kann auf plötzliche Veränderungen widerstandsfähiger reagieren.»

Isabel Zwyzsig

«J'aimerais encourager les personnes»

Yvonne Luginbühl sait ce qui importe réellement lorsqu'il s'agit de relever et de gérer les défis psychiques. Ses propres expériences aident la conseillère en psychologie individuelle, handicapée moteur cérébral, dans son travail avec les personnes qui la consultent.

Je rends visite à Yvonne Luginbühl (50 ans) dans son studio à Zurich. Son indépendance lui est précieuse. Depuis peu, Yvonne Luginbühl, qui outre son activité de conseillère travaille à la production de cartes dans un atelier protégé, possède un nouveau fauteuil roulant électrique. Elle se sent plus en sécurité grâce à ce fauteuil qui est équipé d'un siège dont l'angle et la hauteur sont réglables. «J'aimerais offrir davantage de cours collectifs et d'entretiens individuels. C'est pourquoi j'ai communiqué à l'AI l'importance pour moi de pouvoir étendre le champ de mes activités et d'être en mesure de me déplacer en toute sécurité», révèle-t-elle avec un clin d'œil. Il y a deux ans, la Zurichoise a terminé sa formation de conseillère en psychologie individuelle à l'Institut Alfred Adler. «C'était mon rêve d'exercer un métier où le relationnel est au centre de mon activité», explique-t-elle. Elle sait pourquoi cela vaut la peine de lutter pour atteindre ses propres objectifs. Après avoir achevé sa formation commerciale, elle a travaillé au secrétariat d'une résidence socio-psychiatrique. Déjà à cette époque, le contact avec des personnes de tout genre l'avait enrichie. Elle a donc souhaité travailler de manière plus autonome et directement avec les gens. Ce n'est qu'après une confrontation avec l'image de l'être humain selon Adler qu'elle a réussi à surmonter ses sentiments d'infériorité, sentiments qui la rongeaient depuis sa plus tendre enfance. Surtout sa mère lui faisait souvent ressentir ses difficultés à gérer la situation lorsqu'elle devait, par exemple, accompagner et aider sa fille aux toilettes. En raison de son handicap, Yvonne Luginbühl ressentait, lorsqu'elle était encore jeune femme, l'impression de n'avoir aucun droit légi-



Yvonne Luginbühl. (photo: bja)

time à la vie. Elle ne parvenait pas à modifier ce sentiment négatif profond même après les longues années d'analyse des rêves selon C. G. Jung. Celui-ci estimait que l'individu doit devenir conscient des aspects négatifs de sa personnalité afin de se libérer intérieurement. Un principe de la psychologie individuelle a permis à Yvonne Luginbühl de prendre le tournant décisif: elle a appris à considérer l'être humain dans sa globalité et en tenant compte de ses capacités de coopération. D'après l'enseignement d'Alfred Adler, chaque individu est naturellement bon et social. Yvonne Luginbühl se sert de ces pensées encourageantes pas seulement pour elle-même, en participant activement à la vie sociale. Elle va régulièrement au cinéma ou s'adonne à sa passion, l'écriture. Elle est absolument persuadée que: «La personne créative sort gagnante». Elle désire également donner du courage aux personnes qui la consultent. Ce sont des personnes avec ou sans handicap et qui ont généralement des problèmes de relation ou de santé. Dans les cours et les entretiens sur des thèmes tels l'inclusion ou l'état de dépendance, Yvonne Luginbühl veut faire comprendre à ses client-e-s que peu importe à quelles situations elles sont confronté-e-s; ce qui compte, c'est la stratégie avec laquelle on gère ces situations. Souvent les personnes concernées doivent avoir le courage d'emprunter de nouvelles voies et de se détacher d'anciens modèles de comportements. Cette attitude positive semble déteindre; si les personnes qui viennent la consulter se montrent parfois sceptiques lors de leurs premières rencontres avec Yvonne Luginbühl en raison de son handicap physique, leurs doutes s'évaporent généralement après un certain temps et elles prennent confiance. Il est clair qu'il n'existe pas de recette miracle permettant la gestion de toutes les situations de vie. Ce qui aide Yvonne Luginbühl, c'est son humour et son autodérision: «La personne qui possède l'aptitude de rire d'elle-même et qui, en même temps, accepte de ressentir des sentiments tels que l'amertume ou le chagrin, a une plus grande résistance face à des changements soudains.»

Isabel Zwysig

Der junge Feinschmecker und Geniesser wird flügge

«Flügge werden»: Dies ist derzeit das grosse Thema bei Michel Baumgartner. Der junge Erwachsene aus Neftenbach, der mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung lebt, zieht diesen Sommer um: von zu Hause aus in die Stiftung Steinegg in Wiesendangen.

Michel Baumgartner wünscht sich ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu führen. Heute reist er gerne mit den öffentlichen Verkehrsmitteln ins nahe Winterthur, um einen Stadtbummel zu unternehmen oder auszugehen oder um einen Jugendgottesdienst zu besuchen. «Dank meinem E-Rollstuhl und dem Sprechcomputer ist dies möglich, ich habe es auch schon ausprobiert», erklärt er. Im August wagt er einen weiteren, grossen Schritt: Der bald 19-Jährige zieht aus dem Elternhaus in Neftenbach aus. Sein neues Zuhause wird die Stiftung Steinegg im rund 10 Kilometer entfernten Wiesendangen.

Traumberuf Koch

In diese Institution, die auf diesen Sommer hin ausgebaut wird, konnte er bereits beruflich «reinschnuppern». Auf der einen Seite stimme ihn der Auszug von zu Hause traurig, auf der anderen Seite blicke er positiv seinem neuen Lebensabschnitt entgegen. «Ich freue mich auf mein zukünftiges Zimmer, das ich neu einrichten darf. Ich möchte eine eigene Kaffeemaschine im Zimmer haben.» Er sei ein Feinschmecker und Geniesser, verrät er, «und ohne einen Kaffee geht gar nichts». Koch zu werden ist sein Traum. «Das Kochen ist eine vielseitige, interessante und kreative Beschäftigung, und das Ergebnis erfreut Augen und Gaumen», begründet der Zürcher. Schon heute hilft er seiner Mutter in der Küche. Kürbissuppe und Schoggimousse seien seine Lieblingsspeisen. «Und ich mag verschiedene Gewürze und allgemein scharfes Essen mit Chili. Seit letztem Sommer ernähre ich mich vegetarisch, obwohl mir Fleisch eigentlich immer noch schmecken würde.» Aufgrund seiner eingeschränk-

ten Motorik dürfte es für Michel Baumgartner schwierig werden, seinen gewünschten Beruf zu erlernen. «Hauptsache ich kann mit Lebensmitteln arbeiten», hat er deshalb in der Steinegg schon mal deponiert», verrät Mutter Sandra. Ihr Sohn ergänzt: «In der Steinegg wird es diesen Sommer eine öffentliche Cafeteria geben. Da besteht die Möglichkeit Gerichte herzustellen. Rüsten, schneiden, hacken, mahlen, kneten, mixen – da kann ich gut mithelfen. Salatsaucen zubereiten macht mir ebenfalls Spass.» Eine Alternative wären die Arbeitsangebote in den neuen Ateliers. «Mit Blumen und Pflanzen oder mit Holz würde ich auch gerne arbeiten.» Seine zukünftige Tätigkeit sei noch nicht genau definiert.

CD-Sammlung und Fotoalben müssen mit

Danach befragt, was er denn als Glücksbringer oder Souvenir von zu Hause mitnehme in sein neues Zuhause, antwortet Michel Baumgartner: «Meine komplette CD-Sammlung. Ich höre leidenschaftlich gerne Rockmusik. Nickelback, Skillet und Gotthard sind meine Favoriten, aber auch christliche Lobpreislieder gehören dazu. Ausserdem müssen all meine Familienalben mit vielen Fotos mit.»

Michel Baumgartner kam als Zweitgeborener von Vierlingen mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung zur Welt. Früher habe er mit seinen Geschwistern vieles gemeinsam erlebt, «obwohl ich nicht bei allem mithalten konnte. Heute geht jeder von uns mehr oder weniger seinen eigenen Weg. Geprägt durch meine Behinderung habe ich andere Interessen und Kontakte.» Nach wie vor gut ist seine Beziehung zu seinen Eltern. «Sie sind mir eine wichtige Stütze im Alltag. Ich erwarte, dass auch nach meinem Auszug der gute Kontakt bleibt. Ich freue mich, wenn sie mit mir telefonieren, SMS oder Mails schreiben oder mich dann besuchen in der Steinegg. Doch ich freue mich auf ein eigenständigeres Leben.»

Edith Loosli-Bussard

Nickelback & Co: Seine geliebte Rockmusik darf nicht fehlen. Diese nimmt Michel Baumgartner von zu Hause mit, wenn er im August in die Stiftung Steinegg umzieht. (Foto: Adriana Marzan)





Faire les courses – lire la recette – et réaliser le gâteau de carotte: Michel Baumgartner aime travailler avec la nourriture. (photos: Adriana Marzan)



Le jeune gourmet quitte le nid familial

«**Quitter le nid familial**» est actuellement la pré-occupation principale de Michel Baumgartner. Cet été le jeune adulte de Neftenbach, qui vit avec un handicap moteur cérébral, va partir de la maison familiale pour s'installer à la Fondation Steinegg à Wiesendringen.

Michel Baumgartner souhaite vivre de manière aussi autonome que possible. Aujourd'hui, il aime se rendre en transports publics à Winterthour pour y flâner ou pour sortir le soir ou encore afin d'y assister à un office religieux pour les jeunes. «Cela est possible grâce à mon fauteuil électrique et à mon ordinateur parlant; j'ai déjà essayé», explique-t-il. En août, il se lancera pour faire un nouveau grand pas en avant. A presque 19 ans, Michel Baumgartner quittera la maison familiale de Neftenbach. Son nouveau domicile sera la Fondation Steinegg à environ 10 kilomètres de Wiesendringen.

Sa profession de rêve: cuisinier

Michel a déjà eu l'occasion de jeter un coup d'œil dans l'institution dont l'agrandissement sera terminé cet été; il a pu examiner les possibilités de formation professionnelle. D'un côté, quitter la maison familiale le rend triste mais d'un autre côté, il envisage cette nouvelle étape de vie positivement et avec confiance. «Je me réjouis d'aménager ma future chambre à mon goût. J'aimerais une machine à café dans ma chambre.» Il précise qu'il est un gourmet et un gourmand; «et sans mon café rien ne va». Son grand rêve est de devenir cuisinier. «Cuisiner est une occupation variée, intéressante et créative et le résultat un plaisir pour les yeux et pour le palais», explique le zurichois.

Aujourd'hui déjà, Michel Baumgartner aide sa mère à la cuisine. La soupe à la courge et la mousse au chocolat sont ses plats préférés. «J'aime les différentes épices et de manière générale, les plats très épicés au chili. Depuis l'été dernier, je suis végétarien, bien que j'apprécie encore le goût de la viande.» Mais en raison de sa motricité réduite, une

formation de cuisinier risque d'être difficile à réaliser. Il a déjà annoncé à la Fondation Steinegg que l'important pour lui c'est de pouvoir travailler avec des aliments, nous confie sa mère Sandra. Son fils ajoute: «A partir de cet été, la Fondation Steinegg aura une cafétéria publique et offrira différents plats. Laver, peler, couper, hacher, moulin, pétrir, mélanger – là, je peux très bien apporter ma contribution. J'aime aussi préparer les sauces à salade.» Il voit aussi une alternative dans les possibilités de travail offertes par les nouveaux ateliers. «J'aurais également du plaisir à travailler avec les fleurs et les plantes ou avec le bois.» Ses activités futures ne sont donc pas encore clairement définies.

Les albums de photos déménagent avec lui

Lorsque je demande à Michel Baumgartner quels souvenirs ou quels porte-bonheur il désire emporter dans son nouveau chez-soi, il répond sans hésiter: «Ma collection complète de CD. J'adore la musique rock. Nickelback, Skillet et Gotthard sont mes favoris, mais j'apprécie également les chants de louanges chrétiens. J'emmène aussi tous mes albums de famille avec beaucoup de photos.»

Michel Baumgartner est né comme deuxième enfant de quadruplés, avec un handicap moteur cérébral. «Dans le passé, j'ai vécu beaucoup de choses en commun avec mes frères et sœurs, bien que je n'arrivais pas toujours à tenir le rythme. Aujourd'hui, chacun d'entre nous va plus ou moins son propre chemin. En raison de mon handicap, j'ai d'autres intérêts et d'autres contacts.» Mais Michel a toujours une excellente relation avec ses parents. «Ils sont un soutien important dans ma vie quotidienne. Je pense que le bon contact se poursuivra aussi après mon départ. Je me réjouis déjà de recevoir leurs appels téléphoniques, leurs SMS ou des courriels ainsi que leurs visites à la Fondation Steinegg. Cependant, je me réjouis aussi de mener ma vie de manière autonome.»

Edith Loosli-Bussard



Mitglieder einer regionalen Vereinigung der Vereinigung Cerebral Schweiz erhalten die DVD des Films «Vielen Dank für nichts» zu einem Vorzugspreis von 20 Franken.

«Vielen Dank für nichts»: DVD-Aktion für Mitglieder

Am 20. Februar erschien die Komödie «Vielen Dank für nichts», welche letzten Sommer in den Deutschschweizer Kinos lief, auf DVD. Interessierte Mitglieder können die DVD zu einem Vorzugspreis von 20 Franken (inkl. Porto und Verpackung, exkl. MwSt) bei ihrer regionalen Vereinigung beziehen. Auf der DVD ist der Film in deutsch zu sehen, es gibt Untertitel in französisch und italienisch. Als Zusatzmaterial figurieren der Trailer und ein 26minütiges «Making of» auf der DVD.

Hauptdarsteller ist der Schweizer Schauspieler Joel Basman, die zwei wichtigsten Nebenrollen haben Bastian Wurbs und Nikki Rappl, welche mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung in Mannheim le-

ben, inne. «Es muss möglich sein, dass Behinderte auch in Zukunft Rollen in Filmen kriegen», sagt Joel Basman heute. In einem Gespräch blickt er zurück auf die Dreharbeiten und verrät, was er über das Leben von Menschen mit Behinderung gelernt hat. Und wie der Kontakt zu Bastian Wurbs und Nikki Rappl heute aussieht. Michael Küng, der mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung im Zentrum zeka in Baden/Dättwil unter der Woche lebt und arbeitet, hat Joel Basman im Auftrag der Redaktion dieses Magazins getroffen und in einer Zürcher Kantine das Gespräch geführt, sozusagen in der Anonymität des Grossstadttreibens. Das gesamte Interview ist als News vom 28. Januar zu finden unter www.vereinigung-cerebral.ch > Aktuelles. elo

Referat in Bern: UNO-BRK und Folgen für die Schweiz

Auf Anregung der Vereinigung Cerebral Schweiz findet an der Seniorenuniversität in Bern am Freitag, 29. Mai ein Referat mit anschliessender Diskussion statt: CVP-Nationalrat Christian Lohr spricht über die UNO-Behindertenrechtskonvention (UNO-BRK) und ihre Folgen für die Schweiz.

Die Vereinigung Cerebral Schweiz kann kostenlos 36 Plätze für interessierte Mitglieder – 6 Rollstuhlfahrer/-innen und 30 Sitzplätze – reservieren. Interessierte Mitglieder können sich bei ihrer regionalen

Vereinigung bis Ende April anmelden. Der Anlass beginnt am Freitag, 29. Mai um 14.15 Uhr in der Aula (2. Stock) des Hauptgebäudes der Universität Bern (Hochschulstrasse 4, 3012 Bern/Zugang für Rollstuhlfahrer/innen via Eingang Nord). Das Hauptgebäude kann vom SBB-Bahnhof Bern mit dem Lift direkt aus dem Bahnhof (hinten in der Unterführung, bis Halt «Grosse Schanze») oder mit dem Bus Nummer 12 Richtung Länggasse (Haltestelle Universität) erreicht werden. Der Vortragsraum ist mit dem Lift erreichbar, das Gebäude ist rollstuhlgängig. elo

Haben Sie schon von «salidu» gehört?

Am 1. Mai startet «salidu» – die neue Schweizer Online-Plattform für Menschen mit cerebraler Bewegungsbehinderung. Sie ist als Treffpunkt im Web gedacht, um Freunde zu treffen, sich auszutauschen, Rat und Gehör zu finden – und zwar zu Themen, die im Alltag beschäftigen. Hinter dem Projekt steckt die Stiftung Roger Kessler, die die Plattform mit Unterstützung der Vereinigung Cerebral Schweiz umsetzt und zum Leben erweckt. Der Projektkoordinator und das Redaktionsteam, alle mit einem Bezug zu cerebraler Bewegungsbehinderung, arbeiten an der Lancierung des Portals. Ab 1. Mai ist «salidu» online – es lohnt sich, die Seite anzuschauen! www.salidu.ch elo



Das Portal www.salidu.ch von Menschen mit cerebraler Bewegungsbehinderung für Betroffene und Angehörige geht diesen Frühling online.

DVD à prix réduit pour les membres

Le 20 février, la comédie «Vielen Dank für nichts» (Merci pour rien) a paru sur DVD, avec Joel Basman dans le rôle principal et, dans les rôles secondaires, les deux acteurs handicapés moteur cérébral vivant en Allemagne, Bastian Wurbs et Nikki Rapp. Grâce à une coopération du distributeur de DVD et de films suisses avec l'Association Cerebral Suisse, les membres peuvent obtenir le DVD au prix réduit de CHF 20.– (frais de port et d'emballage inclus, hors TVA), auprès de leur association régionale. Le DVD est en allemand avec sous-titrage en français et en italien. Le DVD contient en bonus le générique ainsi qu'une revue du tournage de 26 minutes. Le film du suisse Olivier Paulus et de l'allemand Stefan Hillebrand thématise de manière peu convention-

nelle et sous forme de comédie à la fois amusante et sérieuse, la vie quotidienne de trois adolescents, deux d'entre eux avec un handicap congénital et le troisième avec une paralysie médullaire.

Notre membre Michael Küng, qui vit et travaille pendant la semaine au centre zeka à Baden/Dättwil, a interviewé l'acteur principal, Joel Basman, dans une cantine à Zurich, pour ainsi dire dans «l'anonymat de la grande ville». «A l'avenir, les personnes handicapées devraient pouvoir, elles aussi, obtenir un rôle dans un film», a dit Joel Basman pendant le rendez-vous. Vous trouvez tout le texte sur notre site internet www.association-cerebral.ch > *Actualités* (article du 28 janvier). *elo*

Exposé: La Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées et ses conséquences pour la Suisse

Sur l'initiative de l'Association Cerebral Suisse, un exposé sera donné à l'Université des Aînés à Berne le vendredi 29 mai à 14h15. Il sera suivi d'une discussion; le Conseiller national Christian Lohr (PDC) parlera de la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées et de ses conséquences pour la Suisse.

L'Association Cerebral Suisse peut réserver 36 places gratuites pour les membres intéressés, dont 6 places pour fauteuils roulants et 30 places assises. Les membres intéressés peuvent s'inscrire auprès

de leur association régionale jusqu'à fin avril. L'événement se déroulera à l'aula de l'Université de Berne dans le bâtiment principal (deuxième étage), Hochschulstrasse 4, 3012 Berne (accès pour les fauteuils roulants par l'entrée nord). Le bâtiment est atteignable directement depuis la gare CFF de Berne avec l'ascenseur (au fond du passage souterrain, jusqu'à l'arrêt «Grosse Schanze») ou avec le bus numéro 12 direction Länggasse (arrêt Université). La salle de conférence est accessible par ascenseur; le bâtiment est accessible aux fauteuils roulants. *elo*

Déjà entendu parler de saluttoi.ch?

Le 1er mai, la nouvelle plate-forme d'échange en ligne pour les personnes atteintes d'un handicap moteur cérébral sera mise en service. Il s'agit d'un lieu d'échange sur le Web permettant de se faire des amis, de dialoguer et de trouver écoute et conseil sur toutes les questions du quotidien. L'initiatrice de ce projet est la Fondation Roger Kessler, qui met en œuvre et donne la vie à cette plate-forme Web avec le soutien de l'Association Cerebral Suisse. Le coordinateur du projet ainsi que les bloggeuses et les bloggeurs, toutes et tous concernés par un handicap moteur cérébral, forme une équipe qui travaille au lancement du projet à partir du

1er mai. Saluttoi est en ligne à partir du 1er mai; cela vaut la peine de le visiter!

www.saluttoi.ch

elo



Barrierefreier öffentlicher Verkehr: Bundesrat macht Druck

Bei der Umsetzung des Barrierefreien öffentlichen Verkehrs in der Schweiz hapert es, wie der Bundesrat nach der Halbzeit der 20-jährigen Umsetzungsfrist feststellt. Die Arbeiten zur Anpassung der Anlagen müssten beschleunigt werden, schreibt er zu einer

Interpellation von Nationalrat Christian Lohr (CVP/TG). Insbesondere müssen die Bahnunternehmen Konzepte vorlegen, wie sie die geforderten Anpassungen bis 2024 realisieren wollen. *sda/elo*

PID: Abstimmung am 14. Juni

Am 14. Juni wird das Schweizer Volk über Artikel 119 der Bundesverfassung abstimmen. Dieser Artikel regelt die Grundsätze betreffend der medizinisch unterstützten Fortpflanzung. Bisher galt der Grundsatz, dass nur so viele menschliche Eizellen ausserhalb des Körpers der Frau zu Embryonen entwickelt werden dürfen, als ihr sofort eingepflanzt werden können (in der Regel 3). Neu sollen so viele menschliche Eizellen ausserhalb des Körpers der Frau zu Embryonen entwickelt werden als «für die medizinisch unterstützte Fortpflanzung notwendig sind.» Das Parlament hat das Fortpflanzungsmedizinengesetz angepasst, dass

künftig die Präimplantationsdiagnostik (PID) erlaubt wird. Die Untersuchung des Erbguts von Keimzellen und deren Auswahl soll nicht nur zulässig sein, wenn die Gefahr besteht, dass die Veranlagung für eine schwere Erbkrankheit übertragen wird, sondern generell zur «Erkennung chromosomaler Eigenschaften, die die Entwicklungsfähigkeit des zu zeugenden Embryos beeinträchtigen können.» Mehrere Organisationen der privaten Behindertenhilfe befürchten, dass der Erwartungsdruck auf die Eltern steigt, alles zu unternehmen, um «gesunde» Kinder zur Welt zu bringen und behinderte Kinder zu verhindern. *InHa*

DPI: Votation a lieu le 14 juin

Le peuple sera appelé à se prononcer le 14 juin sur l'article 119 de la Constitution fédérale. Cet article régit au niveau constitutionnel les principes régissant la procréation médicalement assistée. Jusqu'ici, le principe applicable était que «ne peuvent être développés hors du corps de la femme jusqu'au stade d'embryon que le nombre d'ovules humains pouvant être immédiatement implantés» (3 en général). La nouvelle disposition stipule que «ne peuvent être développés hors du corps de la femme jusqu'au stade d'embryon que le nombre d'ovules humains nécessaire à la procréation médicalement assistée». Le Parlement a adapté la loi sur la procréation médicalement assistée

pour permettre à l'avenir le diagnostic préimplantaire (DPI). L'analyse du patrimoine génétique de gamètes et leur sélection n'est pas admissible uniquement lorsqu'il y a un risque de transmission d'une prédisposition à une maladie grave, mais d'une manière générale pour déceler des propriétés chromosomiques qui pourraient porter préjudice à la capacité de développement de l'embryon. Plusieurs organisations de l'aide privée aux handicapés estiment que les parents ne sont soumis à une pression croissante pour qu'ils fassent tout leur possible pour mettre au monde des enfants «sains», et donc pour empêcher des enfants handicapés. *Intégration Handicap*

Transports publics: Le Conseil fédéral fait de la pression

Dans la mise en œuvre des transports publics répondant aux besoins des voyageurs/voyageuses en situation de handicap le bât blesse, c'est le constat du Conseil fédéral après l'écoulement de la moitié du délai imparti de 20 ans. Les travaux d'adaptation des constructions et des installations doivent être accélérés

écrit-il dans sa réponse à la motion du Conseiller national Christian Lohr (PDC/TG). Les chemins de fer doivent présenter des concepts déterminant la manière dont ils vont réaliser les adaptations requises jusqu'en 2024. *ats/elo*

Wenn ich meiner Psyche begegne

Kolumne von
Christian Lohr, Nationalrat CVP

«Du musst psychisch stark sein, wenn du dich mit dieser Behinderung so gut im Leben zurechtfindest.» Wie oft bekomme ich diesen Satz zu hören. Meine Umwelt geht davon aus, dass ich, wenn auch nicht alles, dennoch aber sehr vieles, bestens im Griff habe. Ich empfinde dies als Kompliment und tägliche Ermunterung zugleich.

Doch ist dem wirklich so? Komme ich tatsächlich bestens zurecht? Manchmal befällt auch mich eine beissende Unsicherheit, ja, Angst oder selbst Zweifel, wenn ich meiner eigenen Psyche begegne. Werde ich immer derart offen und überzeugt kämpfen können, für andere aber auch für mich? Will ich das überhaupt, stets an eigentlichen Grenzlinien gehen zu müssen?

Ich versuche, meinen Lebensweg mit viel positiver Energie zu bestreiten. Um immer genügend Kraft zu haben, den herausfordernden Voraussetzungen standzuhalten, bin ich auf viel unterstützende Hilfe angewiesen. Das Gefühl des gemeinsamen Tragens ist ein gutes. Es lässt einen spüren, gleichwertig zu sein.



Christian Lohr.

Lorsque je rencontre ma psyché

La colonne de
Christian Lohr, conseiller national PDC

«Tu dois avoir une très forte psyché, pour si bien gérer ton handicap dans ta vie». Combien de fois ais-je déjà entendu cette remarque. Mon entourage est persuadé que je gère parfaitement ma vie, ou presque. Je prends cela comme un compliment et aussi comme un encouragement au quotidien.

Mais, est-ce vraiment le cas? Est-ce que je gère vraiment tout parfaitement? Parfois, je suis moi aussi rongé d'incertitude, oui, j'ai peur et je doute de moi lorsque je croise ma propre psyché.

Vais-je toujours pouvoir me battre aussi ouvertement et énergiquement pour les autres mais aussi

pour moi-même? Est-ce que je veux vraiment aller continuellement jusqu'à mes limites?

J'essaye de vivre mon parcours de vie avec beaucoup d'énergie positive. Afin d'avoir toujours assez de force pour tenir le coup face aux conditions difficiles et aux défis exigeants, je suis dépendant de beaucoup de soutien. Le sentiment de porter tous ces fardeaux ensemble est un sentiment agréable. Il te fait sentir que tu es sur pied d'égalité.

Freizeit

Miete Wohnmobil

Die Camping-Saison 2015 startet mit einem neuen Wohnmobil! Wir freuen uns, Ihnen ab Frühling 2015 ein neues Fahrzeug zur Verfügung stellen zu können. Unsere Fiat-Camper sind für 4 Passagiere zugelassen und dürfen mit dem normalen PW-Führerausweis gefahren werden. Beide sind mit Hydraulikliften ausgestattet, die eine einfache und sichere Beförderung der Rollstuhlbenutzer gewährleisten. Besuchen Sie einen unserer Camper am **28. März 2015** an der **Rollivision in Nottwil**, der grössten Schweizer Fachmesse für Mobilität, Aktivität und Unabhängigkeit für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer.

Nationale Velovermietung

Damit bewegungsbehinderte Kinder und Erwachsene zusammen mit Angehörigen und Betreuenden an schönen Orten in der Schweiz Ausflüge unternehmen können, bieten wir in der ganzen Schweiz Mietstationen an, bei denen die Spezialvelos gemietet werden können.

Rufen Sie unbedingt vor Ihrer Velotour die gewünschte Mietstation an, fragen Sie nach den Öffnungszeiten und welche Velos zur Verfügung stehen:

Baar

Bikecorner, Neuhofstrasse 21c,
Tel. 041 763 00 60

Basel

Reha mobil GmbH, Feierabendstrasse 47,
Tel. 061 283 44 44

Biel

Schlössli Biel, Zentrum für Langzeitpflege,
Mühlestrasse 11,
Tel. 032 344 08 08



Ab Frühling kann die Stiftung Cerebral ein neues Wohnmobil zur Verfügung stellen.

Chur

Velocenter Imholz, Wiesentalstrasse 135,
Tel. 081 353 62 00

Cugy

Fondation Echaud, chemin des Esserts,
Tel. 021 731 01 01

Eglisau

Sportegge, Untergass 13,
Tel. 079 315 55 85

Gampel

Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4,
Tel. 027 932 28 43

Hausen

Crameri Velos & Bike, Hauptstrasse 16,
Tel. 056 441 10 44

Hitzkirch

A-Team Achermann GmbH, Richensee 4,
Tel. 041 917 05 79

Lenk

Sportanlage TEC, Oberriedstrasse 15,
Tel. 033 733 22 04

Le Sentier

Centre Sportif de la Vallée de Joux, Rue
de l'Orbe 8,
Tel. 021 845 17 76

Lyss

Tandem Seeland, Unterfeldweg 9,
Tel. 079 563 32 52

Murten

Bahnhof, Rent a Bike,
Tel. 026 670 31 61

Noiraigue

Bahnhof, Rent a Bike,
Tel. 032 864 90 64

Olten

Velo Center Reber, Wilerweg 65,
Tel. 062 296 43 26

Romanshorn

Bahnhof, Rent a Bike,
Tel. 051 228 33 55

Schaffhausen

Lindli Huus, Fischerhäuserstrasse 47,
Tel. 052 632 01 10

Stans

Atlantis-WBG,
Tel. 041 610 47 67

Ganzer Tag: CHF 42.-;
halber Tag: CHF 30.-.
Bei Rent a Bike ganzer Tag: CHF 50.-;
halber Tag: CHF 37.-.

Unter Vorweisung des «Cerebral-Ausweises» erhalten Sie einen Rabatt von 50% auf dem Mietpreis. Der Rabatt wird direkt vor Ort abgezogen.

Camping

Erleben Sie die grosse Freiheit auf dem Campingplatz. Barrierefreie Bungalows am Brienersee, in Hinterkappelen nahe Bern, am Sempachersee und am Lago Maggiore:

– Camping Aaregg, Seestrasse 28a,
3855 Brienz, Tel. 033 951 18 43,
mail@aaregg.ch

- TCS Camping Bern-Eymatt, Wohlenstrasse 62C, 3032 Hinterkapelen nahe Bern, Tel. 031 901 10 07
- TCS Camping Seeland, Seelandstrasse, 6204 Sempach, Tel. 041 460 14 66
- Camping Campofelice, via alle Brere 7, 6598 Tenero, Tel. 091 745 14 17, info@campofelice.ch

Rollstuhlgängiger Wohnwagen am Vierwaldstättersee:

- Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Luzern, Tel. 041 370 21 46, luzern@camping-international.ch

Entlastung und Ferien

Die Betreuung eines Familienangehörigen mit einer Behinderung ist anstrengend. Jeder Mensch braucht ab und zu eine wohlverdiente Pause, um neue Kräfte zu mobilisieren. Die Stiftung Cerebral unterstützt oder schafft Entlastungsangebote:

Kur- und Erholungsaufenthalte für Eltern

Zusammen mit 35 ausgewählten Hotels und Kurhäusern in der Schweiz bietet die Stiftung Cerebral speziell günstige Aufenthalte an. **Dieses Angebot wurde für Eltern respektive Elternteile geschaffen**, damit sich diese von der aufwendigen Pflege und Betreuung erholen und neue Kräfte sammeln können. **Zu beachten ist, dass die Hotels und Kurhäuser nicht zwingend barrierefrei ausgestattet sind.**

Betreute Ferien

Mit dem Projekt Betreute Ferien ermöglicht die Stiftung Cerebral **für alle Familienmitglieder erholsame Ferien weg von Zuhause. Behinderte Familienangehörige werden durch Fachpersonen stundenweise am Ferienort betreut.** Somit erhalten Eltern die Möglichkeit, auch einmal für sich alleine oder mit den nicht behinderten Kindern zusammen etwas zu unternehmen. Die Stiftung Cerebral vermittelt die Betreuung vor Ort und finanziert Mehrkosten mit.

Ausgewählte Unterkünfte:

- Hotels Belvédère und Belvoir, Scuol
- Parkhotel Brenscino, Brissago



Die nächste Informationsveranstaltung der Stiftung Cerebral findet am 4./5. September statt.

- Casa Lucomagno, Olivone
- Hotels Bellwald und Ambassador sowie Ferienwohnungen, Bellwald
- Hotel Spinne, Grindelwald

Dienstleistungen

Einzelhilfe und Pflegeartikel

Haben Sie behinderungsbedingte Herausforderungen, die nicht oder nur teilweise von anderen Leistungserbringern übernommen werden (IV, Krankenkasse, andere)? Zögern Sie nicht und nehmen Sie mit unserer Einzelhilfe Kontakt auf. Tel.: 031 308 15 15. Wir beraten Sie gerne und unterstützen Sie im Rahmen unserer Möglichkeiten.

Für Ihre Fragen rund um Pflegeartikel steht Ihnen Frau H. Haas, **Tel. 031 308 15 23, wie immer montags bis freitags von 10.00–12.00 Uhr (ausser Mittwoch)** zur Verfügung.

Bestellen Sie **Pflegeartikel** wenn möglich über Internet. Haben Sie noch nie über Internet bestellt, verlangen Sie bei uns die entsprechenden Unterlagen, Tel. 031 308 15 23.

Wir nehmen **keine** telefonischen Bestellungen entgegen, sondern **nur schriftliche**.

Informationsveranstaltung der Stiftung Cerebral

Alle zwei Jahre findet in der BERNEXPO jeweils die Informationsveranstaltung statt, an welcher zahlreiche Partner der Stiftung Cerebral ihre Produkte vorstellen.

Besucherinnen und Besucher können sich über neue Hilfsmittel zur Erleichterung des Alltags, der Pflege, der Freizeitgestaltung und der Mobilität informieren und diese auch gleich selber ausprobieren. Die nächste Informationsveranstaltung der Stiftung Cerebral findet am **4. und 5. September 2015** statt. Merken Sie sich das Datum schon mal vor. Die Details zur Veranstaltung werden wir Ihnen frühzeitig zustellen. Weitere Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website www.cerebral.ch unter [Die Stiftung > Veranstaltungen/Fachtagungen](#).

Mitteinsatz – zwei Beispiele

Stiftung Weidli, Stans

An den Neubau der Tagesstätte der Stiftung Weidli, insbesondere an die Errichtung der Pflegeräume, gewährt die Stiftung Cerebral einen à fonds perdu Beitrag von **CHF 100 000.–**.

Stiftung RGZ, Zürich

Die Stiftung Cerebral beteiligt sich finanziell am Erweiterungsbau für die Werkstätte «Rauti» der Stiftung RGZ mit einem à fonds perdu Beitrag von **CHF 70 000.–**.

Echo

Im Namen unserer Bewohnerinnen und Bewohner, unseres Mitarbeiterteams und auch unseres Stiftungsrats danken wir Ihnen für Ihre bisherige regelmässige und so vielfältige Unterstützung. Angefangen bei den Hygieneartikeln bis zur Mitfinanzierung unseres Wohnheim-Busses. Auch die Faltrampe und das Lagerungskissen sind rege in Betrieb – und nicht zu vergessen: den Zustupf zu unseren Ferienlagern. Herzlichen Dank! Stiftung Lerchenhof, Ursula Brunet, Geschäftsführerin

Mit so einer erfreulichen und zugleich unerwarteten Überraschung haben wir nicht gerechnet. Gerade richtig auf unsere zweite Ferienwoche wurden wir von Ihrer Stiftung beschenkt. Es hat uns riesig gefreut, dass wir nicht aus Mitleid, sondern für unsere Pflegeleistung an Cyril bedacht wurden. Wir werden die Fix-Moltons in «Ehren» halten. Familie Bögli, Rafz



Loisirs

Location d'un camping-car

La saison du camping 2015 démarre avec un nouveau camping-car! Nous sommes ravis de pouvoir mettre un nouveau véhicule à votre disposition à partir du printemps 2015. Nos véhicules de la marque Fiat peuvent accueillir 4 passagers et être conduits avec le permis voiture. Les deux camping-cars sont équipés de lifts hydrauliques, qui garantissent un transport simple et sûr des personnes en fauteuil roulant. Visitez l'un de nos camping-cars le **28 mars 2015** au salon **Rollvision à Nottwil**, le plus grand salon suisse spécialisé dans la mobilité, l'activité et l'autonomie des personnes en fauteuil roulant.

Location nationale de vélos

Pour permettre à des enfants et des adultes atteints d'un handicap moteur cérébral de faire des excursions avec leurs proches et assistants dans de beaux endroits de Suisse, nous mettons à leur disposition un service de location de vélos spéciaux, qu'ils peuvent récupérer aux quatre coins de Suisse (cf. liste dans le texte allemand). Vous bénéficiez d'un rabais de 50% sur le prix de la location sur présentation de l'«attestation Cerebral». La remise est octroyée directement sur place.

Camping

Faites l'expérience de la grande liberté que procure le camping. Bungalows sans barrières sur les rives du Lac de Brienz, à Hinterkappelen près de Berne, au bord du Lac de Sempach et au bord du Lac Majeur:

- Camping Aaregg, Seestrasse 28a, 3855 Brienz, tél. 033 951 18 43, mail@aaregg.ch
- TCS Camping Bern-Eymatt, Wohlenstrasse 62C, 3032 Hinterkappelen près de Berne, tél. 031 901 10 07
- TCS Camping Seeland, Seelandstrasse, 6204 Sempach, tél. 041 460 14 66
- Camping Campofelice, via alle Brere 7, 6598 Tenero, tél. 091 745 14 17, info@campofelice.ch



Bungalow au bord du Lac de Sempach

Caravane accessible en fauteuil roulant au bord du Lac des Quatre-Cantons:

- Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Lucerne, tél. 041 370 21 46, luzern@camping-international.ch

Prestations de services

Service d'aide individuelle et articles de soins

Vous subissez des dépenses supplémentaires liées au handicap qui ne sont pas – ou en partie seulement – prises en charge par d'autres prestataires (AI, caisse-maladie, autres)? N'hésitez pas à contacter notre service d'aide individuelle. Tél.: 031 308 15 15. Nous vous conseillons volontiers et vous aidons dans la mesure de nos possibilités.

Pour toute question autour des articles de soins, Madame H. Haas reste à votre entière disposition au **031 308 15 23, comme toujours du lundi au vendredi de 10h00 à 12h00 (excepté le mercredi)**.

Commandez **les articles de soins** si possible par Internet. Si vous n'avez encore jamais passé commande par Internet, demandez-nous les documents correspondants en appelant le 031 308 15 23. Nous n'enregistrons **aucune** commande par téléphone, **uniquement par écrit**.

Réunion d'information de la Fondation Cerebral

La réunion d'information, lors de laquelle de nombreux partenaires de la Fondation Cerebral présentent leurs produits, se déroule tous les deux ans à la BERNEXPO. Les visiteurs peuvent s'y renseigner sur de nouveaux moyens auxiliaires facilitant le quotidien, les soins, l'organisation des loisirs et la mobilité, et également tester tout cela eux-mêmes.

La prochaine réunion d'information de la Fondation Cerebral aura lieu le **4 et 5 septembre 2015**. Notez d'ores et déjà cette date. Nous vous ferons parvenir les détails de la réunion en dû temps. Vous trouverez d'autres manifestations sur notre site Web www.cerebral.ch sous la rubrique **La Fondation > Evénements/ Colloques**.

Echo

La Fondation Cerebral a eu la gentillesse et la grande générosité d'offrir à notre fille Lilie, âgée de 8 ans, le coussin de positionnement EMPFI. Je tiens à saluer votre geste et à vous exprimer mes sincères remerciements. Lilie se sent à l'aise et a beaucoup de plaisir à y rester de longs moments tant ce coussin lui permet de très nombreuses positions confortables et répond à son besoin de confinement. Ce coussin lui permet de se détendre lorsqu'elle écoute de la musique. Famille Gandon, Carouge



Tempo libero

Noleggino camper

La stagione dei campeggi 2015 inizia con un nuovo camper! Siamo lieti di potervi mettere a disposizione, dalla primavera 2015, un nuovo veicolo. I nostri camper Fiat sono omologati per 4 passeggeri e possono essere guidati con la normale licenza di condurre per autovetture. Entrambi i camper sono dotati di sollevatori idraulici che garantiscono un trasporto semplice e sicuro degli utilizzatori di sedia a rotelle. Visitate uno dei nostri camper il **28 marzo 2015 alla Rollivision di Nottwil**, la principale fiera specialistica della Svizzera per la mobilità, l'attività e l'autonomia delle persone in sedia a rotelle.

Noleggino nazionale di biciclette

Per consentire ai bambini e agli adulti con handicap motori di poter fare insieme ai famigliari e agli assistenti delle escursioni nelle belle località della Svizzera, offriamo in tutta la Svizzera delle stazioni di noleggio in cui possono essere noleggiate delle biciclette speciali.

Quindi, prima del vostro tour in bicicletta, telefonate assolutamente alla stazione di noleggio desiderata, chiedete degli orari di apertura e quali biciclette sono disponibili (vedi elenco nel testo tedesco).

I prezzi di noleggio per le biciclette speciali sono i seguenti:

intera giornata: CHF 42.-;
mezza giornata: CHF 30.-.

Rent a Bike: intera giornata: CHF 50.-;
mezza giornata: CHF 37.-.

Esibendo il «tesserino Cerebral» vi sarà accordato uno sconto del 50% sul prezzo di noleggio. Lo sconto sarà detratto direttamente sul posto.

Campeggio

Fate anche voi l'esperienza di libertà offerta dal campeggio. Bungalow senza barriere sul Lago di Brienz, a Hinterkappelen nei pressi di Berna, sul Lago di Sempach e sul Lago Maggiore:

- Camping Aaregg, Seestrasse 28a, 3855 Brienz, tel. 033 951 18 43, mail@aaregg.ch
- TCS Camping Bern-Eymatt, Wohlenstrasse 62C, 3032 Hinterkappelen nei pressi di Berna, tel. 031 901 10 07
- TCS Camping Seeland, Seelandstrasse, 6204 Sempach, tel. 041 460 14 66
- Camping Campofelice, via alle Brere 7, 6598 Tenero, tel. 091 745 14 17, info@campofelice.ch

Roulottes accessibili in sedia a rotelle sul Lago dei Quattro Cantoni:

- Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Luzern, tel. 041 370 21 46, luzern@camping-international.ch

Servizi

Aiuto individuale e articoli di cura

Dovete affrontare ulteriori spese dovute all'handicap, non coperte o solo in parte coperte da altri fornitori di prestazioni (AI, cassa malati o altri)? Non esitate a mettervi in contatto con il nostro aiuto individuale telefonando allo 031 308 15 15. Saremo lieti di consigliarvi e assistervi per quanto possibile.

Per qualsiasi domanda sugli articoli per la cura, la signora H. Haas è a vostra disposizione al **numero 031 308 15 23, come sempre da lunedì a venerdì dalle ore 10.00 alle 12.00 (ad eccezione del mercoledì).**

Ordinate **articoli per la cura** se possibile su Internet. Se finora non avete mai ordinato su Internet, richiedeteci la documentazione telefonando allo 031 308 15 23. **Non** raccogliamo ordini telefonici, bensì **solo scritti.**

Manifestazione informativa della Fondazione Cerebral

Ogni due anni durante la BERNEXPO si tiene un evento informativo nel corso del quale numerosi partner della Fondazione Cerebral presentano i loro prodotti. Le visitatrici e i visitatori possono informarsi e provare in prima persona i nuovi mezzi ausiliari pensati per facilitare la vita quotidiana, la cura, il tempo libero e la mobilità.

La prossima manifestazione informativa della Fondazione Cerebral si svolgerà il **4 e 5 settembre 2015**. Annotatevi sin d'ora la data. I dettagli sull'evento vi saranno messi a disposizione per tempo.

Altri eventi sono riportati sul nostro sito web www.cerebral.ch alla voce [La Fondazione > Manifestazioni/Convegni specialistici](#).



Prossima manifestazione informativa: 4 e 5 settembre 2015.

Vorschau | avant-première | anteprima



© andreas stix - pixelio.de

- Zoom: Kunst und Behinderung
- Zoom: Arts et handicap
- Zoom: Arte e disabilità

Impressum

ISSN 1424-7828

59. Jahrgang | Mitgliederzeitschrift

59^e année | Journal pour membres

59^o anno | Rivista per associati

Herausgeberin | Editrice | Editore

Vereinigung Cerebral Schweiz

Zuchwilerstr. 43 | Postfach 810 | 4501 Solothurn

Association Cerebral Suisse

Zuchwilerstr. 43 | c.p. 810 | 4501 Soleure

Associazione Cerebral Svizzera

Zuchwilerstrasse 43 | c.p. 810 | 4501 Soletta

T +41 32 622 22 21 | F +41 32 623 72 76

PC-Konto | Compte postale 45-2955-3

www.vereinigung-cerebral.ch

www.association-cerebral.ch

info@vereinigung-cerebral.ch

info@association-cerebral.ch

facebook.com/associationcerebral.ch

Titelbild | Couvrir | Coprire

Michel Baumgartner (Foto/photo: Adriana Marzan)

Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

Français: Rosmarie Koller

Italiano: TranScript Übersetzergruppe GmbH

Redaktion & Layout | Rédaction & Mise en page

Redazione & Impaginazione

Edith Loosli-Bussard

Konzept | concept | concetto

divis, Solothurn

Druck | Impression | Stampa

Stämpfli AG, Bern

Redaktionsschluss | Limite de la rédaction

Chiusa redazionale

30.04.2015

Auflage | Tirage | Tiratura

6300 Ex. (4x)/WEMF-beglaubigt 6104 Ex.

AZB
4501 Solothurn

Adressänderungen und Retouren an:
Changements d'adresse et renvois à:
Cambiamento d'indirizzo e rinvii a:

Vereinigung Cerebral Schweiz

Zuchwilerstrasse 43

Postfach 810 | 4501 Solothurn

T +41 32 622 22 21

info@vereinigung-cerebral.ch

Vereinigung Cerebral Schweiz | Association Cerebral Suisse | Associazione Cerebral Svizzera

Zuchwilerstrasse 43 | Postfach 810 | 4501 Solothurn | T +41 32 622 22 21 | F +41 32 623 72 76

info@vereinigung-cerebral.ch | www.vereinigung-cerebral.ch | [www.facebook.com/associationcerebral.ch](https://facebook.com/associationcerebral.ch) | Postkonto 45-2955-3