



■ Zoom: Politische Assistenz

■ Rendez-vous mit Simone Leuenberger

■ Leben mit Assistenz: ein strategisches Ziel

■ Zoom: Assistance politique

■ Rendez-vous avec Simone Leuenberger

■ Vivre avec une assistance: un objectif stratégique

■ Zoom: Assistenza politica



Foto: Halfpoint/  
adobestock.com

- 3 Editorial
- 4 Zoom: Politische Assistenz ist eine Grundvoraussetzung für Partizipation
- 10 Rendez-vous mit Simone Leuenberger
- 14 Leben mit Assistenz: ein strategisches Ziel der Dachorganisation
- 16 «Five up»: Freiwilliges Engagement via App organisieren
- 18 Tagung «Leben mit Assistenz» in Zürich
- 19 Kolumne von Fabiana Gervasoni
- 20 News der Stiftung Cerebral



Photo: VadimGuzhva/  
adobestock.com

- 3 Éditorial
- 6 Zoom: Une assistance politique est indispensable à la participation
- 12 Rendez-vous avec Simone Leuenberger
- 15 Vivre avec une assistance: un objectif stratégique
- 17 «Five up»: l'application idéale pour organiser les engagements bénévoles
- 19 Colonne de Fabiana Gervasoni
- 22 Nouvelles de la Fondation Cerebral



Foto: zVg.

- 3 Editoriale
- 8 Zoom: L'assistenza per la carriera politica è un presupposto essenziale ai fini della partecipazione
- 23 Notizie della Fondazione Cerebral



Konrad Stokar

Geschäftsleiter Kommunikation und  
Interessenvertretung  
Vereinigung Cerebral Schweiz

Directeur de la communication  
et la défense des intérêts  
Association Cerebral Suisse

Direttore della comunicazione e  
la rappresentanza degli interessi  
Associazione Cerebral Svizzera



### **Liebe Leserin, lieber Leser**

Seit 2012 ist der Assistenzbeitrag eine Leistung der Invalidenversicherung wie etwa eine Rente oder ein Handrollstuhl. Er ermöglicht auch Menschen mit schweren Behinderungen das Leben in den eigenen vier Wänden. Rund 1500 Personen schweizweit beziehen ihn heute. Gemäss den Evaluationen, die das Bundesamt für Sozialversicherung durchführt, sind sie überwiegend sehr zufrieden damit. Im vorliegenden Magazin berichten zwei Betroffene, wie sie ihren Alltag mit Assistenz erleben. Islam Alijaj beschreibt, dass für ihn als politisch aktiven Menschen insbesondere Verbalassistenten wichtig ist, das heisst, jemand, der seine Sprachbehinderung ausgleicht. Zudem ist er der

Überzeugung, dass das Instrument der politischen Assistenz geschaffen werden muss, um die Untervertretung der Betroffenen in der Politik anzugehen. Simone Leuenberger beschreibt, dass das Leben mit Assistenz viel Flexibilität verlangt. Der Beitrag ist zu u.a. zu knapp bemessen und der administrative Aufwand enorm. Die Vereinfachung der Abläufe ist denn auch ein Hauptgrund dafür, dass die Vereinigung Cerebral Schweiz das Thema in ihre Strategie aufgenommen und die digitale Assistenzplattform CléA lanciert hat. Menschen, die mit Assistenz leben wollen, sollen das so einfach wie möglich tun können, denn dadurch wird Selbstbestimmung Realität.

### **Chère lectrice, cher lecteur,**

Depuis 2012, la contribution d'assistance est une prestation de l'assurance-invalidité, au même titre qu'une rente ou un fauteuil roulant manuel. Elle permet aux personnes en situation de handicap lourd d'habiter chez elles. Actuellement, environ 1500 personnes la perçoivent en Suisse. Selon les évaluations réalisées par l'Office fédéral des assurances sociales, elles en sont, pour la plupart, très satisfaites. Dans ce numéro du magazine, deux personnes concernées nous font découvrir comment elles vivent avec la contribution d'assistance. Islam Alijaj nous explique que, dans le cadre de son engagement politique, l'assistance verbale qui pallie son défaut d'élocution est particulièrement importante pour lui. Il est convaincu qu'il faut

créer un instrument d'assistance politique pour remédier à la sous-représentation des personnes concernées dans le monde politique. Simone Leuenberger témoigne de la grande flexibilité dont il faut faire preuve pour pouvoir vivre avec une assistance. Le montant de la contribution est calculé de manière trop juste et la charge administrative est conséquente. La simplification de la procédure constitue ainsi la principale raison pour laquelle l'Association Cerebral Suisse a intégré ce thème à sa stratégie et lancé la plateforme d'assistance CléA. Les personnes qui veulent vivre avec une assistance doivent pouvoir le faire le plus simplement possible, car grâce à cela, l'autodétermination devient réalité.

### **Cara lettrice, caro lettore**

Dal 2012 il contributo per l'assistenza è una prestazione dell'assicurazione per l'invalidità, come una rendita o una sedia a rotelle. Tale contributo permette anche alle persone con disabilità gravi di poter vivere entro le proprie mura domestiche. Oggi ne beneficiano circa 1500 persone in tutta la Svizzera e, secondo una valutazione effettuata dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali, la maggior parte di loro ne è molto soddisfatta. In questa rivista due persone colpite da disabilità ci raccontano come trascorrono la loro vita quotidiana grazie all'assistenza. Islam Alijaj spiega che per lui, in quanto persona politicamente attiva, è particolarmente importante l'assistenza verbale, ovvero qualcuno che compensi il suo handicap lin-

guistico. Inoltre è convinto che dovrebbe essere introdotto lo strumento dell'assistenza politica in modo da affrontare il problema della sottorappresentanza delle persone disabili in politica. Simone Leuenberger spiega che la vita con l'assistenza richiede una maggiore flessibilità. Il contributo è troppo limitato e le incombenze amministrative sono eccessive. La semplificazione delle procedure è uno dei motivi principali per cui l'Associazione Cerebral Svizzera ha accolto questa tematica nella sua strategia e per cui ha anche lanciato la piattaforma digitale per l'assistenza CléA. Le persone che vogliono vivere assistite, devono poterlo fare nel modo più semplice possibile: in questo modo l'autodeterminazione diventa realtà.

# Politische Assistenz ist eine Grundvoraussetzung für Partizipation

**Wenn sich mehr Betroffene politisch engagieren sollen als bisher, müssen wir die nötige Assistenz bereitstellen. Bei Menschen, denen behinderungsbedingt das Sprechen schwer fällt, kann es sich um Verbalassistenten handeln.**

Als 2012 der eidgenössische Assistenzbeitrag eingeführt wurde, war das ein grosser Erfolg. Bei genauerem Hinsehen erkennt man, dass er einige Lücken aufweist. Der Zugang für Betroffene mit einer psychischen Erkrankung oder einer Lernschwierigkeit ist oftmals verwehrt. Für Kinder mit Behinderung ist die Hürde extrem hoch. Dazu kommt das bestenfalls halbwegs taugliche Werkzeug für die Bedarfserhebung. Und wenn die Betroffenen auf die Idee kommen, sich politisch zu engagieren, sind sie bezüglich des heutigen Assistenzbeitrags bereits gestrandet. In diesem Artikel möchte ich die fehlenden Assistenzmöglichkeiten im Bereich der politischen Partizipation aufzeigen.

## **Reden können ist ein zentrales Element im Parlamentsbetrieb**

Was man unter einem kompetenten Politiker versteht, wissen wir. Entsprechende Personen sind geübt, die Bedürfnisse der Menschen zu erkennen, sie zu verstehen und mit den daraus abgeleiteten Massnahmen politische Veränderungen herbeizuführen. Politikerinnen und Politiker greifen auf die Ausbildung und Erfahrung, Dialoge und Erkenntnisse sowie eine kompetente Rhetorik zurück.

Wenn man nun mich anschaut, sieht man einen jungen Schweizer, der eine Cerebralparese hat. Diese ausgeprägte Muskelstörung erschwert in meinem Fall das verständliche Sprechen. Man kann sich zunächst kaum vorstellen, dass so jemand eine politische Karriere verfolgt.

## **Die Verbalassistenten unterstützen beim Verstanden werden**

Als ich mich 2016 entschieden habe in die Politik einzusteigen, hatte ich keine Ahnung, wie ich mich

in die Parteiarbeit einbringen könnte. Mir schien es wie ein Sprung in das kalte Wasser ohne Vorkehrungen. Diese Eigenschaft zeichnet mich irgendwie aus. Schon seit meiner Kindheit habe ich den Leitsatz «Learning by doing» verinnerlicht. Und obwohl ich dadurch viele Rückschläge hinnehmen musste, konnte ich mich immer weiterentwickeln.

Ich habe lange gebraucht, bis ich eine Möglichkeit gefunden habe, die meine Behinderung so ausgleicht, dass eine politische Karriere in Reichweite rückt. Konkret ist das die Verbalassistentin.

Warum ist eine Verbalassistentin für mich nun derart wichtig? Die Cerebralparese hat keinen Einfluss auf meine kognitiven Kompetenzen, schränkt allerdings meine Motorik und damit viele Ausdrucksmöglichkeiten wesentlich ein. Die Verbalassistentin interpretiert daher nicht meine Gedanken, sondern gibt ausschliesslich den von mir bereitgestellten Text wieder. Sie ergänzt mich mit dem, was mir in der Kommunikation fehlt: Eine klar verständliche Aussprache.

Um mein passives Wahlrecht auszuüben, hilft mir meine Verbalassistentin auch bei der Kontaktaufnahme zu Wählerinnen und Wählern sowie Standaktionen und Podiumsdiskussionen. Sie nimmt den Erstkontakt auf und stellt die Verbindung zu mir als Protagonisten her. Natürlich gebe ich zunächst etwas Eigenes von mir wieder. Anschliessend übernimmt sie die genaueren Ausführungen, die wir im Vorhinein einstudiert haben. Um auf spontane Fragen zu antworten, hält sie Rücksprache mit mir.

## **Gemeinsam unterwegs sein**

Ein weiteres Beispiel lässt sich bei der Mobilitätsfrage aufzeigen. Um von einem Ort zum anderen zu gelangen oder bei Steh-Aperos, wo ich meinen E-Scooter nicht einsetzen kann, stützt mich meine Assistentin.

Eine Assistentin, die teilweise das Sprechen übernimmt, ist für viele Politikerinnen und Politiker mit Behinderung die einzige Möglichkeit, eine politische Karriere zu starten. Da aber der Assistenzbei-

Der Autor (r.) mit seinem Assistenten. (Foto zVg.)



trag sich hauptsächlich auf die Bereiche Wohnen, Arbeit und Freizeit konzentriert und auf kantonaler Ebene kaum weitere Assistenzbudgets existieren, fehlt es chronisch an einer dauerhaften Finanzierung dieser Gleichstellungsmassnahme.

#### **Noch fehlen die Mittel**

Eine politische Assistenz kann sehr schnell ins Geld gehen, wenn es keine ehrenamtliche Arbeit ist. Seit gut zwei Jahren, als ich bei den letzten Stadtzürcher Parlamentswahlen begonnen habe, eine Verbalassistentin einzusetzen, musste ich fast für jede Aktion eine andere Person anfragen. Der Grund dafür ist klar; ich bin bis jetzt an einer dauerhaften Finanzierung gescheitert. Die Ursprungsidee der Verbalassistentin, dass wir unsere Zusammenarbeit durch Kontinuität vertiefen, konnte ich noch nicht umsetzen.

Mein langfristiges Ziel ist, dass der Einsatz der Verbalassistentin mit der Zeit immer geringer wird. Die Wechselwirkung zwischen der Übermittlung von wichtigen Informationen und der Gewöhnung an undeutliche Aussprache zu beobachten, ist sehr wichtig.

#### **Wissenschaftliche Grundlagen beschaffen**

Damit wir diese neuartige Gleichstellungsmassnahme auch wissenschaftlich untersuchen können, konnte ich meinen Wahlkampf für die derzeitigen Nationalratswahlen, in dem ich die Verbalassistentin intensiver einsetzen werde, als ein Praxisbeispiel in ein Forschungsprojekt einbringen. Gestartet hat es der Verein *Tatkraft – Die Personenbotschafter* – mit Unterstützung des Instituts für Erziehungswissenschaften der Universität

Zürich und des Zentrums für Sozialrecht der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Es soll der Frage nachgehen, welche Erfahrungen Menschen mit Behinderungen, die sich politisch engagieren (wollen), gemacht haben und machen.

Um politische Inklusion von Menschen mit Behinderung im Bereich des passiven Wahlrechts zu erreichen, müssen begünstigende Bedingungen geschaffen werden. In diesem Sinne fordert die UN-BRK, alle Möglichkeiten zur Beseitigung von Diskriminierung aufgrund von Behinderung durch private Organisationen und politische Parteien auszuschöpfen, sowie alle Massnahmen zu treffen, um die volle Verwirklichung der Gleichberechtigung bei der politischen Teilhabe zu erreichen.

In der Schweiz zeigen statistische Erhebungen ein unbefriedigendes Bild: Menschen mit Behinderungen sind in politischen Gremien stark untervertreten. Über die Gründe wurden bis jetzt keine wissenschaftlichen Untersuchungen durchgeführt.

Deshalb wird es sehr spannend sein zu erfahren, wie die politische Assistenz die politische Partizipation von Menschen mit Behinderung voran bringt. Daraus kann man dann Forderungen für die Weiterentwicklung des Assistenzbeitrags herleiten.

*Islam Alijaj*

# Une assistance politique est indispensable à la participation

Si l'on veut que plus de personnes en situation de handicap s'engagent en politique, il va falloir préparer l'assistance nécessaire. Il peut s'agir par exemple d'une assistance verbale pour les personnes qui ont des difficultés à s'exprimer en raison de leur handicap.

L'introduction de la contribution d'assistance en 2012 a suscité un réel engouement. En y regardant de plus près, on découvre cependant des lacunes. L'accès à cette contribution est souvent refusé aux personnes présentant une maladie psychique ou une difficulté d'apprentissage. Pour les enfants en situation de handicap, les obstacles sont immenses. À cela vient encore s'ajouter que l'outil servant à l'évaluation des besoins s'avère, dans le meilleur des cas, partiellement inadapté. Et si les personnes concernées envisagent de s'engager en politique, elles ont déjà échoué pour obtenir l'actuelle contribution d'assistance. Je souhaite, dans cet article, montrer que certaines possibilités d'assistance font encore défaut dans le domaine de la participation politique.

## Pouvoir parler est primordial au Parlement

Nous savons tou-te-s quelles sont les qualités requises pour être un-e bon-ne politicien-ne. Ces personnes sont capables d'identifier les besoins des gens, de les comprendre et savent déclencher des changements politiques par des mesures adaptées. Les politiciens et politiciennes mettent à profit leur formation, leur expérience, leurs discussions et leurs constats ainsi que leur sens aigu de la rhétorique.

En me regardant maintenant, on voit un jeune Suisse en situation de paralysie cérébrale. Ce trouble musculaire particulièrement prononcé affecte, dans mon cas justement, la capacité de m'exprimer oralement. Il est difficile de s'imaginer poursuivre une carrière politique avec un tel handicap.

## L'assistance verbale permet de se faire comprendre

Lorsque j'ai décidé en 2016 de me lancer dans la politique, je n'avais aucune idée de la manière de m'intégrer au sein d'un parti. Je me suis jeté à l'eau, sans trop réfléchir aux conséquences. Cela fait partie de ma personnalité. Enfant déjà, j'ai toujours privilégié l'apprentissage par la pratique. J'ai encaissé quelques coups, mais cela m'a permis d'avancer.

J'ai pris du temps pour trouver une solution me permettant de compenser mon handicap et d'ouvrir des portes en politique. Cette solution a été de faire appel à une assistante verbale.

Pourquoi l'assistance verbale est-elle si importante pour moi? La paralysie cérébrale n'entrave aucunement mes capacités cognitives, mais limite ma motricité et donc en grande partie mes facultés d'expression. L'assistante verbale n'est pas là pour interpréter ma pensée, mais pour répéter exclusivement le texte que j'ai préparé. Elle me complète en communiquant clairement mon message.

Afin que je puisse exercer mon droit de vote passif, mon assistante m'offre son soutien pour prendre contact avec les électrices et électeurs ainsi que pour participer à des actions sur des stands et à des tables rondes. C'est elle qui prend le premier contact et établit le lien entre moi et les autres protagonistes. Bien entendu, dans un deuxième temps, je donne aussi de ma personne. Au final, elle exécute les tâches exactes que nous avons fixées ensemble au préalable. Elle me demande mon avis avant de répondre aux questions spontanées.

## En route ensemble

La question de la mobilité est un autre exemple de l'utilité d'une assistance. Pour aller d'un endroit à un autre, ou pour participer à des apéritifs buffets où je ne peux pas utiliser mon e-scooter, mon assistante est là pour m'aider.

Avoir une assistante qui prend en charge une partie de la communication orale est pour bien des politi-

L'auteur au travail avec son frère. (Photo: privé.)



ciens en situation de handicap la seule possibilité d'entamer une carrière politique. Mais comme la contribution d'assistance ne concerne principalement que les domaines de l'habitat, du travail et des loisirs et qu'il n'existe que très peu de budget au niveau cantonal, un financement durable des mesures en faveur de l'égalité fait constamment défaut.

#### **Les moyens manquent encore**

Une assistance politique peut très vite coûter cher s'il ne s'agit pas d'une activité bénévole. Depuis deux bonnes années, lorsque j'ai engagé une assistante verbale pour les dernières élections législatives de la ville de Zurich, j'ai dû demander l'aide d'une personne différente pour presque chaque action. Ce qui s'explique clairement par le fait que je n'ai, jusqu'à présent, pas réussi à obtenir un financement durable. Je n'ai pas encore pu mettre en œuvre l'idée d'approfondir notre collaboration grâce à une assistance verbale régulière.

Mon objectif sur le long terme est de faire de moins en moins souvent appel à l'assistante verbale. Il me paraît très important d'observer les effets d'une alternance entre la communication d'informations importantes et l'accoutumance à des difficultés d'élocution.

#### **Obtenir des bases scientifiques**

Grâce à l'engagement régulier d'une assistante verbale durant la campagne électorale actuelle pour les élections au Conseil national, mon expérience pourra servir de cas pratique dans le cadre d'un projet de recherche et permettra une évaluation scien-

tifique de cette nouvelle mesure en faveur de l'égalité. L'association Tatkraft – Die Personenbotschafter a commencé cette étude avec le soutien de l'Institut des sciences de l'éducation de l'Université de Zurich et du Centre pour le droit social à la Haute école des sciences appliquées de Zurich (ZHAW). L'objectif est d'analyser les expériences concrètes des personnes en situation de handicap qui s'engagent ou veulent s'engager dans la politique.

Des mesures favorables à l'inclusion politique des personnes en situation de handicap dans le domaine du droit de vote passif doivent être mises en place. À cet effet, la CDPH ONU exige que les organisations privées et les partis politiques utilisent tous les moyens à disposition pour limiter la discrimination des personnes en situation de handicap et prennent toutes les mesures permettant d'obtenir pleinement l'égalité de droit dans la participation politique.

Les statistiques menées en Suisse ne sont pas satisfaisantes puisque les personnes en situation de handicap sont fortement sous-représentées dans les organes politiques. Pour l'instant, aucune étude scientifique n'a analysé les causes de ce constat.

Nous attendons donc avec impatience de voir les effets de l'assistance politique sur la participation politique des personnes en situation de handicap. Cela permettra ensuite de formuler des exigences pour obtenir une contribution d'assistance adaptée aux besoins.

*Islam Alijaj*

# L'assistenza per la carriera politica è un presupposto essenziale ai fini della partecipazione

**Per aumentare la rappresentanza delle persone portatrici di handicap nella politica, è necessario approntare un opportuno sistema di assistenza. Per gli individui colpiti da un handicap che pregiudica la capacità di parlare, può trattarsi di assistenza verbale.**

L'introduzione nel 2012 del contributo federale per l'assistenza è stata un enorme successo. A un'analisi più approfondita, non sfuggono tuttavia le lacune di questo strumento. Spesso infatti l'accesso a tale contributo rimane precluso a persone affette da patologie psichiche o disturbi dell'apprendimento. Per non parlare dei bimbi portatori di handicap, per i quali la sfida è estremamente dura. A tutto questo si aggiunge l'impiego di strumenti nel migliore dei casi solo vagamente idonei a un corretto rilevamento dei diversi bisogni. Quando poi gli interessati abbracciano l'idea di impegnarsi politicamente, il contributo per l'assistenza, così come concepito oggi, è già un primo scoglio. In questo articolo desidero portare all'attenzione di tutti la mancanza di opportunità di assistenza volte a favorire la partecipazione politica.

## **Sapersi esprimere verbalmente è fondamentale per l'esercizio delle funzioni parlamentari**

La definizione di politico competente è chiara a tutti. Si tratta di persone abituate a individuare e comprendere i bisogni altrui per trasformarli in provvedimenti atti a produrre, sul fronte della politica, i cambiamenti necessari. Gli uomini e le donne della politica possono contare sulla loro formazione ed esperienza, su dialoghi e conoscenze ma anche su una solida capacità oratoria.

Prendiamo il mio esempio: sono un giovane svizzero affetto da paresi cerebrale. Questo disturbo importante a carico dell'apparato muscolare colpisce nel mio caso proprio la capacità articolatoria. Che una persona con questo problema possa abbracciare la carriera politica, è quasi inimmaginabile.

## **L'assistenza verbale aiuta a farsi capire**

Quando nel 2016 ho deciso di entrare in politica non avevo idea di come avrei potuto inserirmi nelle attività del partito. Avevo l'impressione di fare un salto nel vuoto senza paracadute. Del resto è una caratteristica che in qualche modo mi contraddistingue. Già da bambino, il mio motto era: «Learning by doing». Certo, questo mi ha portato a cadere tante volte, eppure non ho mai smesso di progredire.

Ci ho messo un bel po' prima di trovare una soluzione che compensasse il mio handicap così efficacemente da consentirmi di guardare alla carriera politica come a qualcosa alla mia portata. Si tratta, in concreto, dell'assistente verbale.

Perché è così importante per me? La paresi cerebrale non influisce in alcun modo sulle mie facoltà cognitive, ma limita in maniera notevole le mie capacità motorie e quindi anche le abilità articolatorie. L'assistente verbale non deve quindi interpretare i miei pensieri, ma esclusivamente dare espressione a un testo da me già approntato. Integra la mia comunicazione con quello che le manca: una pronuncia perfettamente comprensibile.

Per consentirmi di esercitare il mio diritto di voto passivo, la mia assistente verbale mi supporta nel contattare elettrici ed elettori o nel sostenere dibattiti da un palco o negli stand informativi. Lei prende un primo contatto e crea la connessione con me come protagonista. Naturalmente per prima cosa racconto un po' di me. Subito dopo lei riporta le esatte argomentazioni che abbiamo preparato in precedenza. Per rispondere alle domande che mi vengono poste sul momento, si confronta prima con me.

## **Muoversi insieme**

Un ulteriore esempio è costituito dalla questione della mobilità. La mia assistente mi supporta quando devo spostarmi da un luogo a un altro o in occasione di aperitivi in piedi dove non posso utilizzare il mio e-scooter.



L'autore con il suo  
e-scooter.  
(Foto: privata).



Un'assistente in grado di assumersi in parte le facoltà verbali, è per molte donne e uomini portatori di handicap la sola possibilità di intraprendere una carriera in questo campo. Ma il contributo per l'assistenza è principalmente destinato all'ambito residenziale, professionale e del tempo libero e difficilmente esistono, a livello cantonale, ulteriori budget di questo tipo; ne deriva una mancanza cronica di finanziamenti permanenti per il supporto di questa misura di parità.

#### **Mancano ancora i mezzi**

L'assistenza per la carriera politica può presto rivelarsi molto costosa se non è svolta a titolo onorario. Da quando ho iniziato ad avvalermi di un'assistente verbale, oltre due anni fa in occasione delle ultime elezioni per il Parlamento della città di Zurigo, ho dovuto interpellare una persona diversa praticamente per ogni evento. La ragione si spiega da sé: i miei tentativi di accedere a un finanziamento permanente sono tutti falliti. L'idea originaria, ovvero consolidare la collaborazione con la mia assistente verbale grazie alla continuità, è risultata quindi inattuabile.

Il mio obiettivo a lungo termine è l'impiego via via sempre più ridotto dell'assistente verbale. Fondamentale a tal fine è l'interazione tra la comunicazione di informazioni basilari e l'abitudine a una pronuncia poco chiara.

#### **Acquisire i presupposti scientifici**

Per poter analizzare anche scientificamente questa soluzione inedita per una parità di diritti, ho deciso di trasformare la mia esperienza in occasione delle elezioni per il Consiglio nazionale, in cui mi avvarrò molto dell'assistente verbale, in un caso pratico da

inserire in un progetto di ricerca. Tale progetto è stato inaugurato dall'Associazione Tatkraft - Die Personenbotschafter con il supporto dell'Istituto di scienze dell'educazione dell'Università di Zurigo e del Zentrum für Sozialrecht (Centro per il diritto sociale) della Scuola universitaria di scienze applicate di Zurigo. L'idea è di illustrare le esperienze vissute dalle persone portatrici di handicap impegnate in politica (o desiderose di esserlo).

Per consentire un'inclusione politica dei portatori di handicap riconoscendo il loro diritto di voto passivo, è necessario creare condizioni favorevoli. A tal fine la CDPD-ONU si adopera perché siano sfruttate tutte le opportunità volte al superamento di ogni discriminazione a carico dei portatori di handicap da parte di enti privati e partiti politici e affinché siano adottate tutte le misure atte a una piena realizzazione della parità del diritto alla partecipazione politica.

Il quadro che emerge dalle statistiche condotte in Svizzera è sconcertante: le persone portatrici di handicap sono infatti molto sottorappresentate nelle organizzazioni politiche. Eppure nessuna ricerca scientifica si è fin qui data la pena di analizzare i motivi di tale condizione.

Sarà quindi davvero interessante scoprire come l'assistenza alla carriera politica potrà promuovere la partecipazione delle persone portatrici di handicap a tale settore. Questo consentirà anche di trarre le giuste conclusioni per un ulteriore sviluppo del concetto di contributo per l'assistenza.

*Islam Alijaj*

# Selbstbestimmung – immer wieder eine Entscheidung!

**Selbstbestimmt leben mit persönlicher Assistenz – DIE Ur-Forderung der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung! Seit 2012 ist dies auch in der Schweiz möglich – zumindest auf dem Papier. Allerdings nicht für alle. Und: Es bleibt ein täglicher Kampf. Aber, dies vorweg: Es lohnt sich!**

Ich bin volljährig, handlungsfähig, habe eine Hilflosenentschädigung der IV und lebe in der eigenen Wohnung. Damit erfülle ich also alle Anspruchsvoraussetzungen für den Bezug des Assistenzbeitrages. Auf der Gemeinde bin ich als Arbeitgeberin registriert, habe meine Assistentinnen mittels Arbeitsvertrags angestellt und bei den Sozialversicherungen angemeldet. Der IV stelle ich jeden Monat Rechnung und beziehe so meinen Assistenzbeitrag. Ich lebe also mit persönlicher Assistenz. Lebe ich aber auch selbstbestimmt? Die Antwort ist gar nicht so einfach. Wer entscheidet, wann ich aufstehe, ins Bett gehe, was ich wann esse? Wer, was wann wie für mich wäscht, putzt und aufräumt? Wer entscheidet darüber, was ich in meiner Freizeit mache?

Diese ganz selbstverständliche Selbstbestimmung müssen wir Menschen mit Behinderungen uns jeden Tag wieder erkämpfen. Der Assistenzbeitrag gibt uns die Möglichkeit dazu. Umsetzen müssen wir sie aber in jeder Situation selbst.

Dabei stehen wir in verschiedenen Verantwortungen: Mit dem Assistenzbeitrag muss ich haushalten. Die Assistenzstunden sind begrenzt. Will ich saubere Fenster, reicht es vielleicht nicht auch noch fürs Make-Up. Brauche ich Assistenz, um meine Katze zu füttern, verzichte ich dann halt auf einen Kinobesuch mit Assistenz.

## **Assistenz verlangt Flexibilität von beiden Seiten**

Auch als Chefin muss ich mich gegenüber meinen Angestellten an den Arbeitsvertrag halten. Gegenseitige Flexibilität erleichtert zwar das Leben meist für beide Seiten. Das heisst aber, dass auch ich flexibel sein muss. Muss meine Assistentin am Morgen einen Termin wahrnehmen, kann ich nicht beliebig lange ausschlafen. Hat sie am Abend noch ein Elterngespräch an der Schule ihres Kindes, kann sie mich erst nachher ins Bett bringen.

Ist nun die Selbstbestimmung auf der Strecke geblieben? Nein! Aber ich muss mich immer wieder ganz bewusst für diese Selbstbestimmung entscheiden und abwägen, was mir jetzt wichtig ist, wo ich den Riegel schiebe und wo mir keine Zacke aus der Krone fällt, wenn es nicht nach mir geht. Dank dem Assistenzbeitrag kann ich meine Hilfe selbst organisieren. Ich darf mir Leute suchen, die bereit sind auf meine Bedürfnisse einzugehen, die begriffen haben, was selbstbestimmt leben heisst, die meine Entscheidungen respektieren. Und ich darf auswählen, wofür ich nun meine Assistenzstunden einsetzen darf.

## **Die Richtung stimmt**

Dies ist ein grosser Schritt Richtung Inklusion und Teilhabe. Natürlich sind wir noch nicht am Ziel. Der Assistenzbeitrag ist noch viel zu knausrig, sowohl bezüglich Anzahl zugespochener Stunden als auch beim vergüteten Stundenansatz. Und der Assistenzbeitrag ist noch viel zu wenig bekannt, als dass ein Leben mit Assistenz zur Selbstverständlichkeit gehören würde. Aber wir sind auf dem Weg und es lohnt sich!

*Simone Leuenberger*



Die Autorin unterwegs.  
(Fotos: zVg.)



# Autodétermination: toujours une décision à prendre!

**Mener une vie autodéterminée avec une assistance personnelle, c'est LA revendication de base du Mouvement pour une vie autonome! Depuis 2012, c'est possible en Suisse aussi, du moins en théorie, puisque tout le monde n'y a pas encore accès. C'est un combat au quotidien, mais qui en vaut la peine !**

Je suis majeure, capable d'exercer mes droits civils, je reçois une allocation pour impotent de l'AI et vis dans mon propre logement. Je remplis donc tous les critères requis pour l'obtention d'une contribution d'assistance. Je suis inscrite en tant qu'employeur dans ma commune, j'ai signé un contrat de travail en bonne et due forme avec chacune de mes assistantes et je suis inscrite auprès des assurances sociales. J'envoie tous les mois une facture à l'AI et je reçois ainsi ma contribution d'assistance. Certes, je vis avec une assistance personnelle, mais mon mode de vie est-il autodéterminé? La réponse n'est pas si évidente. Qui décide de l'heure à laquelle je me lève, quand je me couche et quand je vais manger? Qui lave et range quoi et quand pour moi? Qui décide de ce que je fais pendant mon temps libre?

C'est pour cette autodétermination, qui semble pourtant couler de source, que nous, personnes en situation de handicap, devons lutter chaque jour. La contribution d'assistance nous en ouvre les portes. Mais c'est à nous de la mettre en pratique.

Pour cela, nous devons assumer certaines responsabilités: il nous faut tenir avec la contribution d'assistance allouée, car le nombre d'heures est limité. Par exemple, si je veux que les vitres de la maison soient propres, je ne suis pas certaine qu'il reste du temps pour mon maquillage. Et si je dois demander de l'assistance pour nourrir mon chat, il faudra renoncer à une sortie au cinéma accompagnée d'une assistante.

## **L'assistance demande de la flexibilité de la part des deux parties**

En tant qu'employeur, je dois m'en tenir aux termes du contrat avec mes employées. Une certaine flexibilité est toutefois de mise. Et le principe s'applique aussi bien à mon employée qu'à moi-même. Par exemple, si mon assistante a un rendez-vous à honorer le matin, je ne peux pas me lever à l'heure que je veux. Si elle a un entretien de parent d'élève le soir, elle ne pourra me coucher qu'après la réunion.

Peut-on parler ici d'autodétermination? Non! Mais je dois constamment et sciemment me décider en faveur de cette autodétermination. Je dois réfléchir à ce qui est vraiment important, à quoi je peux renoncer et à ce qui ne me manquera finalement pas si je ne l'ai pas. Grâce à la contribution d'assistance, j'organise ma vie moi-même. Je peux choisir les personnes qui savent écouter mes besoins et ce que signifie vivre de façon autodéterminée. Des personnes, qui respectent mes décisions. Et surtout, je décide seule comment j'utilise mes heures d'assistance.

## **Sur la bonne voie**

Un grand pas est fait en faveur de l'inclusion et de la participation. Mais il reste encore du chemin à parcourir. La contribution d'assistance est encore bien trop pingre, aussi bien au niveau du nombre d'heures allouées que du tarif horaire remboursé. Et bien trop de gens ignorent encore l'existence de cette contribution, comme si la vie avec assistance allait de soi. Malgré tout, nous sommes sur la bonne voie et cela en vaut la peine!

*Simone Leuenberger*

L'auteure avec ses collègues.  
(Photos: privé).





# Leben mit Assistenz: Ein strategisches Ziel der Dachorganisation

**An der Delegiertenversammlung 2018 hat die Vereinigung Cerebral Schweiz die neue Strategie für die Jahre 2019 bis 2023 verabschiedet. Diese bezieht sich auf die UN-BRK und richtet sich an Betroffene, also an Menschen mit einer cerebralen Bewegungsbehinderung. Ein Hauptziel ist das Fordern und Fördern des Lebens mit Assistenz.**

Die Vereinigung Cerebral Schweiz erklärt das Leben mit Assistenz zu einem ihrer zentralen Themen für die kommenden vier Jahre. Sie hat sich schon immer für die Einführung des Assistenzbeitrags als landesweite IV-Leistung eingesetzt und sich seither für dessen Weiterentwicklung stark gemacht. U.a. ist die Dachorganisation seit Jahren in der entsprechenden Arbeitsgruppe von Inclusion Handicap aktiv.

## **Zu kompliziert, zu wenig bekannt und zu aufwändig**

Das Potential bezüglich Assistenz in der Schweiz ist enorm. Es ist davon auszugehen, dass heute erst rund 4% der erwachsenen Menschen, die eine Hilflosenentschädigung der IV beziehen, mit Assistenz leben. Bei den Kindern ist der Prozentsatz ähnlich bescheiden. Dafür gibt es verschiedene Gründe: Der Assistenzbeitrag ist noch zu wenig bekannt und zu unflexibel ausgestaltet. Die Eintrittsschwelle ist zu hoch angelegt, d.h. viele Personen, die den Assistenzbeitrag haben könnten, erfüllen andere Bedingungen nicht oder lassen sich noch abhalten. Insbesondere zwei Hauptprobleme machen sich bemerkbar: Es ist schwierig, geeignete Assistenzpersonen zu finden. Zudem ist mit dem Assistenzbeitrag ein unverhältnismässiger administrativer Aufwand verbunden.

## **Digitale Plattform «CléA» vernetzt Interessierte und vereinfacht Abläufe**

Dieser Bedürfnisse hat sich die Vereinigung Cerebral angenommen und das Projekt der digitalen Assistenzplattform CléA, «Schlüssel zur Assis-

tenz», gestartet. CléA wird von der Stiftung Denk an mich als eines von zehn Jubiläumsprojekten mit CHF 50 000.– unterstützt. Die Plattform hat zum Ziel, das Suchen und Finden von geeigneten Assistenzpersonen zu erleichtern und die mit Assistenz lebenden Personen vom administrativen Aufwand zu entlasten, u.a. durch automatisierte Abrechnungen. Damit sich möglichst viele Interessierte und einschlägige Organisationen an CléA beteiligen können, wurde im März 2019 ein Förderverein gegründet. Ein zehnköpfiger Vorstand, der mehrheitlich aus Betroffenen zusammengesetzt ist, hat die Arbeit aufgenommen.

## **Kurse für Arbeitgebende mit Multiplikationswirkung**

Als Ergänzung zu den Aktivitäten von CléA hat die Vereinigung Cerebral Schweiz eine Kursreihe ins Leben gerufen, um Menschen, die bereits mit Assistenz leben, mit ihren Rechten und Pflichten als Arbeitgeber vertraut zu machen. Der erste Kurs wurde im Herbst 2018 in Olten gestartet, worauf im Frühling 2019 einer in Luzern folgte; für den Herbst ist eine Veranstaltungsreihe im Raum Zürich geplant. Die Kurse sind durchwegs sehr gut besucht und entsprechen einem grossen Bedürfnis. Inzwischen haben Selbstbetroffene die Leitung übernommen. Melden Sie sich jetzt an. Wir halten Sie gerne über die Entwicklung des strategischen Ziels «Leben mit Assistenz» auf dem Laufenden.

Weitere Informationen:

<https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/clea/>

*Konrad Stokar*



L'Assemblée constitutive de l'Association CléA a eu lieu le 8 mars 2019 à Bienne. (Photo: privé).

## Vivre avec une assistance: un objectif stratégique de l'organisation faîtière

Lors de son assemblée des délégués 2018, l'Association Cerebral Suisse a adopté sa nouvelle stratégie pour la période 2019-2023. Elle se rapporte à la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées (CDPH) et s'adresse aux personnes en situation de handicap moteur d'origine cérébrale. Son principal objectif est de revendiquer et d'encourager la vie avec une assistance.

Durant ces quatre prochaines années, l'Association Cerebral Suisse placera le thème de la vie avec une assistance au centre de ses priorités. Elle s'est toujours engagée en faveur de l'introduction de la contribution d'assistance en tant que prestation de l'AI généralisée au niveau national, et s'est depuis lors mobilisée sans compter en faveur de son développement. Depuis de nombreuses années, l'organisation faîtière est active au sein du groupe de travail correspondant d'Inclusion Handicap.

### **Trop compliquée, trop peu connue et trop lourde**

Le potentiel en matière d'assistance est énorme en Suisse. Il y a lieu de supposer que seulement 4% des adultes qui perçoivent aujourd'hui une allocation pour impotent de l'AI vivent avec une assistance. Chez les enfants, ce pourcentage est tout aussi faible. Il y a plusieurs raisons à cela: la contribution d'assistance est encore trop peu connue et manque de flexibilité dans sa conception. Le seuil d'accès est trop élevé, ce qui signifie que de nombreuses personnes qui pourraient toucher la contribution d'assistance ne remplissent pas certaines conditions ou se laissent dissuader. Deux problèmes majeurs sont notamment perceptibles; d'une part, il est difficile de trouver des assistant-e-s adéquat-e-s et, d'autre part, la contribution d'assistance entraîne un travail administratif disproportionné.

### **La plateforme numérique «CléA» permet aux personnes concernées d'entrer en contact et simplifie les procédures**

L'Association Cerebral a observé ces besoins et lancé le projet de plateforme d'assistance numérique CléA, «Clé à l'assistance». CléA bénéficie du soutien de la fondation Denk an mich à hauteur de CHF 50 000.– car elle figure parmi les dix projets que celle-ci entend encourager à l'occasion de son jubilé. La plateforme a pour but de faciliter la recherche d'assistant-e-s adéquat-e-s et de soulager les personnes vivant avec une assistance des tâches administratives, entre autres par l'automatisation de l'établissement des décomptes. Pour que le plus grand nombre possible de personnes concernées et d'organisations spécialisées puissent participer à CléA, une association de soutien a été créée en mars 2019. Son comité composé de dix membres, personnellement concerné-e-s pour la plupart, s'est déjà mis au travail.

### **L'effet multiplicateur des cours destinés aux employeurs**

Pour compléter les activités de CléA, l'Association Cerebral Suisse a mis sur pied une série de cours pour aider les personnes qui vivent déjà avec une assistance à mieux connaître leurs droits et leurs obligations d'employeur. Le premier cours a été dispensé à Olten à l'automne 2018, puis il y en a eu un deuxième à Lucerne au printemps 2019. Une session de formation est prévue pour cet automne dans la région de Zurich. Les cours enregistrent toujours une très bonne fréquentation. Ils répondent à un besoin important. Ils sont maintenant dispensés par des intervenant-e-s personnellement concerné-e-s. Nous nous ferons un plaisir de vous tenir au courant de l'évolution de l'objectif stratégique «Vivre avec une assistance».

Plus d'informations:

<https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/clea/>

*Konrad Stokar*

## «Five up»: Freiwilliges Engagement einfach über eine App organisieren

**Suchen Sie helfende Hände für einen Ausflug mit dem Schiff, zur Betreuung Ihres Enkels oder für ein Stadtfest? Oder möchten Sie sich selbst freiwillig engagieren? Dann ist die App «Five up» das Richtige für Sie.**

Die Vereinigung Cerebral Schweiz unterstützt das Bieler Start-up Five up Community AG dabei, freiwillige Assistenz und andere Engagements mittels der App «Five up» zu vereinfachen und Interessierte miteinander zu vernetzen. Ob für Angehörigenbetreuung, Fahrdienste oder das nächste Musikfestival: «Five up» lässt sich für jedes Bedürfnis einsetzen.

### **Von der Idee zum eigenen Unternehmen**

Entstanden ist die App aufgrund einer Idee der Initiatorin und heutigen CEO, Maximiliane Basile (36). Als vielseitig engagierte Mutter und Projektleiterin in der kantonalen Sportförderung stürzte sie sich an endlosen Chats, Listen und Formularen: «Gerade da, wo sich Menschen freiwillig engagieren, braucht es die besten und einfachsten technologischen Möglichkeiten, um sich zu organisieren.»

Das Projekt, freiwillige Engagements auf einer App zu bündeln, stiess neben der Vereinigung Cerebral Schweiz auch bei weiteren Organisationen auf offene Ohren. Mit dem Schweizerischen Roten Kreuz und der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft (SGG) stellten sich im vergangenen Jahr zwei grosse Partner hinter die Initiative und beteiligten sich zusammen mit anderen Investoren an der Gründung der Five up Community AG.

«Durch die Nutzung neuer Technologien entsteht mit «Five up» ein soziales Netzwerk, in dem sich Menschen gegenseitig unterstützen und ein Miteinander schaffen», sagt Markus Mader, Direktor des Roten Kreuzes, zum Engagement.

### **Getragen durch ein starkes Netzwerk**

In der Zwischenzeit ist rund um «Five up» ein beachtliches Netzwerk von nationalen, regionalen und lokalen Organisationen aus Sport, Kultur, Sozialem und Natur- & Umweltschutz entstanden. «Diese Community ist wertvoll für die Zukunft unserer Gesellschaft», sagt Maximiliane Basile. Die App ist ab sofort kostenlos in den gängigen App-Stores in den Sprachen DE, FR, IT und EN verfügbar.



Maximiliane Basile (r.) bei der Entwicklung der App. (Foto: zVg.)



## «Five up»: l'application idéale pour organiser les engagements bénévoles

Etes-vous régulièrement à la recherche de personnes prêtes à vous aider pour faire une excursion en bateau, pour garder votre petit-fils ou pour préparer la fête du village? Ou aimeriez-vous vous engager bénévolement vous-mêmes? Voilà pourquoi l'application «Five up» est idéale.

L'Association Cerebral Suisse soutient l'objectif de la start-up biennoise Five up Community SA qui est de simplifier la gestion et la mise en réseau de personnes intéressées aux engagements bénévoles. L'application «Five up» représente une solution innovante qui répond à toute sorte de besoins, par exemple prise en charge de proches, services de transports ou festival de musique.

### D'une idée simple à «Five up»

Cette idée avant-gardiste est née de l'initiatrice du projet et actuelle CEO de Five up Community SA, Maximiliane Basile (36 ans). En tant que mère polyvalente et responsable de projets dans le domaine de la promotion du sport, elle a fréquemment été freinée dans son élan par de longues discussions ou une foule de listes à gérer et de formulaires à compléter: «C'est précisément lorsque des personnes s'engagent bénévolement qu'il est nécessaire de travailler avec des outils technologiques de pointe et simples afin de pouvoir s'organiser efficacement.»

Cette idée qui vise à regrouper toute sorte d'engagements dans une seule et même application a suscité l'intérêt de l'Association Cerebral Suisse et de diverses organisations. La Croix-Rouge suisse et la Société suisse d'utilité publique (SSUP) sont deux partenaires majeurs qui ont soutenu, avec d'autres investisseurs, cette initiative au cours de l'année écoulée afin que Five up Community SA puisse voir le jour.

«Grâce aux nouvelles technologies, «Five up» permet de créer un réseau social regroupant des personnes qui se soutiennent mutuellement et collaborent ensemble», commente Markus Mader, directeur de la Croix-Rouge suisse, pour expliquer les raisons qui motivent l'engagement de son association.

### Soutenu par un solide réseau de partenaires

Entre-temps, un réseau fort d'organisations nationales, régionales et locales du sport, de la culture, du social et de la protection de l'environnement a vu le jour autour de cette idée simple. «Cette communauté est précieuse pour l'avenir de notre société», explique avec conviction Maximiliane Basile. L'application «Five up» est disponible en quatre langues (français, allemand, italien et anglais) et peut être téléchargée gratuitement dès à présent dans les App Stores.



Téléchargez maintenant et organisez de l'aide en toute simplicité.



Jetzt App herunterladen und Unterstützung einfach organisieren.

## Tagung «Leben mit Assistenz – Ein Privileg für Wenige oder ein Menschenrecht für Alle?»

Ein selbstbestimmtes Leben führen mit dem Assistenzbeitrag. Ist das für alle Menschen möglich? Der Verein «Leben wie du ich» widmet sich an der Tagung am 12. September 2019 dieser Frage.

In einer vierjährigen Pilotphase hat der Verein «Leben wie du und ich» ein Modell entwickelt, das aufzeigt, wie Menschen mit einer schweren Behinderung mit Hilfe von Assistenz leben und arbeiten können. Die Pilotphase wurde von der Fachhochschule Nordwestschweiz begleitet und evaluiert. Die Ergebnisse werden an der Tagung vorgestellt.

Die Tagung vom 12. September 2019 im Kulturpark in Zürich richtet sich an Menschen, die mit Assistenz leben (wollen) und deren Angehörige, an Fachpersonen sowie an Interessierte.

Kosten: CHF 200.– inkl. Verpflegung und Getränke, IV-Beziehende bezahlen CHF 80.– (Mitglieder unserer regionalen Vereinigungen können sich **bis am 31. Juli 2019** bei [konrad.stokar@vereinigung-cerebral.ch](mailto:konrad.stokar@vereinigung-cerebral.ch) melden, falls der Tagungsbeitrag einen Hinderungsgrund darstellen sollte). Anmeldeschluss ist der 9. August 2019. Die Platzzahl ist beschränkt.

Weitere Informationen: <https://www.lebenwieduundich.ch/de/Tagung-2019.37.html>

## Zum Gedenken an Aldo Eigenmann

Betroffen und traurig geben wir bekannt, dass unser geschätztes Redaktionsmitglied Aldo Eigenmann leider am 6. Mai 2019 verstorben ist. Er wurde von einer schweren Krankheit erlöst.

Aldo war eine wichtige Stimme in unserem Magazin. Er hat es immer wieder mit lesenswerten Texten und vielen schönen Bildern bereichert, zuletzt mit einer Reportage über eine Interrail-Reise im Magazin 4/2018. Wir werden ihn als lebensfrohen, interessierten und freundlichen Menschen in bester Erinnerung behalten.

Wir gedenken seiner in Dankbarkeit und sprechen seinen Angehörigen sowie seinen Freundinnen und Freunden unser Beileid aus.

*Das Redaktionsteam*



## Freiheit und Selbstbestimmung dank Assistenz

Seit meiner Geburt lebe ich mit einer Cerebralparese. Deshalb bin ich motorisch stark eingeschränkt und auf den Rollstuhl angewiesen. Auf meinem Körper sitzt ein klarer Kopf, der genau weiss, was er will. Nur sind meine Hände und Füsse nicht in der Lage, alle Projekte alleine umzusetzen.

Seit Herbst 2012 beziehe ich einen Assistenzbeitrag der IV. Dieser ermöglicht es mir, Personen anzustellen, die mich unterstützen, indem sie mir ihre Hände und Füsse zur Verfügung stellen. Sei dies bei der Körperpflege, selbstständigem Wohnen, abwechslungsreicher Freizeitgestaltung - und insbesondere im Studium. An der Universität Luzern haben mich in den letzten fünf Jahren Mitstudentinnen begleitet und verschiedene Assistenzaufgaben übernommen. Dank der Assistenz kann ich viele – manchmal auch etwas verrückte – Ideen endlich in die Tat umsetzen!

Für uns Menschen mit Behinderung ist Networking eine wichtige Fähigkeit, die wir früh lernen und intensiv pflegen sollten. Das hilft, wenn es darum geht, Assistenzpersonen zu finden, denn es braucht



Fabiana Gervasoni ist angehende Juristin. (Foto: zVg.)

Mut, sich ändern gegenüber zu öffnen und seine Bedürfnisse klar zu formulieren. Der Schritt in Richtung Selbstständigkeit ist ungewohnt und kann auch Angst bereiten.

Der Assistenzbeitrag erlaubt Betroffenen, ihr Leben selber in die *Hand* zu nehmen, sich zu zeigen und ihren *Standpunkt* für eine inklusive Gesellschaft zu vertreten – auch ohne funktionsfähige *Hände und Füsse* – das ist FREIHEIT und SELBSTBESTIMMUNG!

Fabiana Gervasoni

## L'assistance m'a donné la liberté et l'autodétermination

Je vis avec une paralysie cérébrale depuis ma naissance, ce qui implique un fort handicap moteur et que je me déplace en fauteuil roulant. Au-dessus de mon corps, ma tête a les idées claires et sait exactement ce qu'elle veut. Toutefois, mes mains et mes pieds ne me permettent pas de réaliser seule tous mes projets.

Depuis l'automne 2012, j'ai une contribution d'assistance de l'AI. Ainsi, je peux employer des personnes qui m'aident en mettant leurs mains et leurs pieds à ma disposition – pour ma toilette, pour habiter de manière autonome, l'organisation de mes loisirs et surtout pour mes études. Ces cinq dernières années, j'ai eu comme assistants plusieurs personnes qui étudiaient comme moi à l'université de Lucerne et ont assumé diverses tâches d'assistance. L'assistance me permet enfin de mettre en pratique mes idées, y compris certaines un peu folles!

Pour nous, personnes handicapées, le réseautage est une aptitude essentielle qu'il nous faudrait acquérir dès que possible et pratiquer intensément. Elle est utile dès qu'il s'agit de trouver des personnes pour nous assister, car il faut du courage pour s'ouvrir à autrui et formuler clairement ses besoins. Ce pas vers l'autonomie peut aussi faire peur dans la mesure où rien ne nous y a préparés.

La contribution d'assistance permet aux bénéficiaires de prendre leur vie en *main*, de s'affirmer et de faire valoir leur *position* en faveur d'une société inclusive, même sans *mains* ni *pieds* fonctionnels – c'est ça, la LIBERTÉ et L'AUTODÉTERMINATION!

Fabiana Gervasoni

## Ferien, Freizeit und Erholung

### Unbeschwerte Ausflüge in den Bergen

Gemeinsam mit der ganzen Familie in den Bergen unterwegs sein: Möglich machen dies JST-Multidrive Rollstühle, mit denen sogar steile Bergwege ganz locker überwunden werden können. Neben dem Stockhorn im Simmental (BE) konnten wir im vergangenen Jahr auch in Arosa (GR) und im liechtensteinischen Malbun JST-Multidrive stationieren. Diese können nun von Familien mit einem beeinträchtigten Familienmitglied ganz einfach gemietet werden. Mehr Informationen zu diesem Freizeitangebot finden Sie auf unserer Website unter [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) bei den Projekten.



### Mit dem Sportboot auf dem Wasser

Auch diesen Sommer unterstützen wir den Lakeride als Charity-Partnerin und



laden alle Familien mit einem cerebral bewegungsbehinderten Kind herzlich dazu ein, einen unbeschwerten Tag auf dem Wasser zu verbringen. Seien auch Sie dabei und nutzen Sie die Möglichkeit, am Sonntag, 25. August 2019 auf dem Zürichsee, dem Vierwaldstättersee und dem Lago di Lugano oder am Sonntag, 1. September, auf dem Zugersee einen Ausflug mit dem Sportboot zu unternehmen. Mehr Infos und Anmeldung direkt unter [www.lakeride.ch](http://www.lakeride.ch).

### Fahrschule für Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung

Seit vielen Jahren können Menschen mit einer körperlichen Behinderung auf unseren speziell umgebauten Autos Fahrstunden nehmen und die Fahrprüfung absolvieren. Dank einer Kooperation mit der Firma AMAG konnten wir im Jahr 2017 unsere gesamte Fahrzeugflotte erneuern und mit modernen VW Caddys ersetzen. Zudem haben wir rund 75 Fahrlehrer in der ganzen Schweiz für die Betreuung von beeinträchtigten Fahrschülern ausgebildet. Unsere Fahrschulautos können von den Fahrlehrern direkt bei ausgewählten AMAG Betrieben abgerufen und genutzt werden.

Je nach Bedarf helfen wir auch bei der Finanzierung der Fahrstunden. Eine Liste mit allen ausgebildeten Fahrlehrern kann direkt unter Telefon 031 308 15 15 angefordert werden.

### Gemütlich unterwegs mit dem Motorhome

Familien, welche bei der Stiftung Cerebral angemeldet sind, können unsere beiden Wohnmobile bis auf weiteres ganzjährig zum Vorzugspreis von CHF 500.– pro Woche (Kilometer unbeschränkt) mieten. Die Fiat-Camper sind für 4 Passagiere zugelassen und dürfen mit dem normalen



PW-Führerausweis gefahren werden. Sie sind mit Hydraulikliften ausgestattet, die eine einfache und sichere Beförderung der Rollstuhlbenutzer gewährleisten.

Unsere Wohnmobile können direkt bei Caravan Service Soltermann, Hindelbankstrasse 38, 3322 Schönbühl-Urtenen, Telefon 031 859 52 54, gemietet werden.

### Vergünstigte Lagerungshilfen für mehr Entspannung im Alltag

Seit über 10 Jahren können Familien dank unserer Unterstützung Lagerungshilfen und Kissen der Firma EMPFI med. AG in Auenstein (AG) günstiger beziehen. Dieses Angebot wird sehr geschätzt und gerne in Anspruch genommen.

Die Meditex-Produkte der EMPFI werden allesamt in der Schweiz hergestellt. Das Sortiment umfasst zusätzlich zu den Lagerungsinseln auch verschiedene Lagerungskissen wie zum Beispiel Rollen und Keile sowie zahlreiche Universalkissen. Die Füllung dieser Produkte aus Meditex besteht aus Polypropylen-Perlen. Diese passen sich dem Körper optimal an und verlieren ihre stützende Wirkung auch nach längerem Liegen bzw. Sitzen nicht.

Bestellen Sie bei Bedarf direkt bei der EMPFI med AG, Tel: 062 777 32 57, [www.empfi.ch](http://www.empfi.ch), [info@empfi.ch](mailto:info@empfi.ch).



Sie können uns anschliessend die Rechnung und einen Einzahlungsschein mit Ihrer IBAN-Nr. zusenden, wir erstatten Ihnen einen Teil des Kaufpreises.

## Ferien auf dem Campingplatz

Campingferien, bei denen Sie auf nichts verzichten müssen? Mit den Cerebral-Bungalows kein Problem! Erleben Sie erholsame Ferien in einem rollstuhlgängigen Bungalow am Brienzensee, am Vierwaldstättersee, am Rhein, an der Aare, am Sempachersee, und am Lago Maggiore. Die Bungalows sind komplett rollstuhlgängig ausgebaut und bieten Familien mit einem behinderten Angehörigen alles, was das Urlauberherz begehrt. Auf dem Campingplatz in Luzern steht ausserdem ein rollstuhlgängiger Wohnwagen für Sie bereit.

Unsere Angebote für Campingferien finden Sie auf [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) bei den Hilfsangeboten. Gerne stellen wir Ihnen eine Übersicht auch per Post zu.

## Schifffahrt Untersee und Rhein

Die Schifffahrt zwischen Kreuzlingen/Konstanz und Schaffhausen gilt zurecht als eine der schönsten Stromfahrten Europas. Klöster, Burgen und Schlösser in reicher Zahl zeugen vom geschichtlichen und kulturellen Werden dieser Kultur- und Naturlandschaft zwischen Bodensee und Rheinfall.

Gegen Vorweisen des Cerebral-Ausweises bezahlen bei uns angemeldete Familien an der Schiffskasse lediglich CHF 20.–. Mehr Infos zu diesem Ausflugsangebot gibts unter [www.urh.ch](http://www.urh.ch).

## Sommerzeit – Badezeit!

Unbeschwert planschen – damit dies möglich wird, bieten wir speziell gefertigte Badeshorts und -kleider mit Inkontinenzschutz für Kinder, Damen und Herren. Die Badekleider bestehen aus einem wasserfesten Innenteil aus Polyester mit verstellbaren Beinabschlüssen und einem Aussenteil aus Nylon. Vergünstigte Bestellung direkt bei der Stiftung Cerebral. Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

## Kajakfahren für alle

Jetzt wo es wieder wärmer wird, kann auch bald wieder unser Kajakprojekt genutzt werden! Unsere kippssicheren Doppelsitzkajaks mit spezieller Sitzvorrichtung erlauben es auch Menschen mit schlechter Körperstabilität, bequem und gut gesichert mitzufahren. Je nach Wunsch können Sie als Team selber Kajak fahren oder Sie überlassen das Pilotieren einem erfahrenen Kajaklehrer. Die Cerebralkajaks können direkt bei den jeweiligen Mietstationen unkompliziert und zu günstigen Konditionen gemietet werden. Betroffene respektive Familien, welche bei uns angemeldet sind, erhalten auf die Kajakmiete einen Rabatt von 20%.

- Bielersee: Globepaddler AG, Schlosstrasse 24, 2560 Nidau, Tel. 032 331 76 88
- Brienzensee: Hightide Kayak School GmbH, am Quai 1, 3806 Bönigen, Tel. 079 906 05 51
- Vierwaldstättersee: Kanuwelt Buochs, Seefeld 8, 6374 Buochs, Tel. 078 635 24 14
- NEU am Genfersee: Passion Nautique, pr. General Guisan, 1110 Morges, Tel. 079 898 17 05

## Autos und Kleinbusse einfach mieten

Dank unserem nationalen Autovermietungs-Projekt können Familien mit einem körperlich beeinträchtigten Familienmitglied und Institutionen einfach und günstig bedarfsgerechte Autos und Kleinbusse mieten.

Aktuell stehen die rollstuhlgängigen Mietfahrzeuge an 13 Europcar-Standorten rund um grosse Schweizer Städte für Institutionen, Familien, aber auch Hilfsorganisationen, Entlastungsdienste etc. bereit. Da die Stiftung Cerebral die behinderungsbedingten Mehrkosten für die Mietfahrzeuge übernimmt, entstehen den Nutzern keine höheren Mietkosten, als wenn sie ein normales Auto mieten würden.

Die Fahrzeuge können direkt bei Europcar gemietet werden:  
<https://www.europcar.ch/de/cerebral>

## Aktuelle Veranstaltungen

### • slowUp

Gemeinsamer Spass an der Bewegung, tolle Landschaften und viele kulinarische Highlights – auch dieses Jahr sind wir wieder als nationale Partnerin bei den slowUp mit dabei und sorgen mit unseren Spezialvelos und den rollstuhlgängigen Toiletten dafür, dass die slowUp auch für Menschen mit Behinderungen zugänglich sind.

Die mehrheitlich flachen Parcours sind für Teilnehmende mit einem Handicap bestens geeignet. Besuchen Sie einen der 17 Events diesen Sommer und mieten Sie dafür ein Spezialvelo über Rent a Bike. Dabei gilt: «Es hät, solangs hät».

Mehr Infos gibts unter [www.slowup.ch](http://www.slowup.ch)

### • Barrierefrei ans Open-Air

Gemeinsam unter freiem Himmel Musik geniessen und das mit freier Sicht auf die Bühne – wir engagieren uns seit vielen Jahren dafür, dass verschiedene Schweizer Open-Airs behindertengerechter werden. Nutzen Sie die Gelegenheit und geniessen Sie die vielen verschiedenen Konzerte hautnah und mitten im Geschehen. Wir unterstützen diesen Sommer folgende Open-Airs:

- Openair Frauenfeld vom 11. bis 13. Juli 2019, [www.openairfrauenfeld.ch](http://www.openairfrauenfeld.ch)
- Gurtenfestival vom 17. bis 20. Juli 2019, [www.gurtenfestival.ch](http://www.gurtenfestival.ch)
- Winterthurer Musikfestwochen vom 7. bis 18. August 2019, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)
- SummerDays Festival Arbon vom 23. bis 24. August 2019, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)
- Seaside Festival Spiez vom 23. bis 24. August 2019, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)

## Vacances, loisirs et repos

### Excursions à la montagne sans contraintes

Se promener en montagne avec toute la famille: c'est ce que permettent les fauteuils JST-Multidrive, avec lesquels on peut même gravir facilement des chemins pentus. L'année dernière, en plus du Stockhorn dans le Simmental (BE), nous avons pu équiper Arosa (GR) et Malbun (Liechtenstein) de fauteuils JST-Multidrive. Ils peuvent désormais être loués facilement par les familles comptant un membre handicapé. Retrouvez plus d'informations à propos de cette offre de loisirs sur [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch), rubrique Projets.

### À bord d'un bateau de plaisance



Cet été également, nous soutenons le Lakeride en tant que partenaire caritatif et invitons toutes les familles comptant un enfant handicapé moteur cérébral à passer une journée sans obstacle sur l'eau. Venez nous rejoindre et ne manquez pas l'occasion de profiter d'une excursion à bord d'un bateau de plaisance le dimanche 25 août 2019 sur les lacs de Zurich, des Quatre-Cantons et de Lugano, ou le dimanche 1<sup>er</sup> septembre sur le lac de Zoug. Plus d'infos et inscription directement sur [www.lakeride.ch](http://www.lakeride.ch).

### Auto-école pour personnes atteintes d'un handicap physique

Depuis de nombreuses années, les personnes atteintes d'un handicap physique peuvent bénéficier d'heures de conduite et passer le permis de conduire dans nos voitures spécialement adaptées. Une collaboration avec l'entreprise AMAG nous a permis de remplacer en 2017 l'intégralité de notre flotte de véhicules par des



VW Caddy modernes. Nous avons en outre formé 75 moniteurs de conduite dans toute la Suisse à l'accompagnement d'élèves handicapés. Nos voitures d'auto-école peuvent être réservées et utilisées par les moniteurs de conduite directement auprès d'établissements AMAG sélectionnés.

En cas de besoin, nous contribuons au financement des heures de conduite. Vous pouvez demander une liste des moniteurs formés en appelant le 031 308 15 15.

### Des auxiliaires de positionnement abordables pour plus de détente au quotidien

Depuis plus de 10 ans, grâce à notre soutien, les familles peuvent se procurer à moindre coût des auxiliaires de positionnement et des coussins de la société EMPFI med. AG à Auenstein (AG). Cette offre est très appréciée et utilisée.

Les produits Meditex d'EMPFI sont tous fabriqués en Suisse. Outre les coussins de relaxation, la gamme comprend divers coussins de positionnement, comme des rouleaux et des coins, ainsi que de nombreux coussins universels. Le garnissage de ces produits en Meditex est composé de perles en polypropylène, qui épousent parfaitement les formes du corps et ne perdent pas leur effet de soutien même après un long moment en position couchée ou assise.

En cas de besoin, veuillez passer commande directement auprès de EMPFI med. AG, tél.: 062 777 32 57, [www.empfi.ch](http://www.empfi.ch), [info@empfi.ch](mailto:info@empfi.ch). Vous pouvez ensuite nous envoyer la facture accompagnée d'un bulletin de versement avec votre IBAN pour que nous vous remboursions une partie du prix d'achat.

### Croisière sur le lac Inférieur et le Rhin

La croisière entre Kreuzlingen/Constance et Schaffhouse est réellement l'une des

plus belles d'Europe. Un grand nombre de monastères et de châteaux témoignent de l'évolution historique et culturelle de ce patrimoine naturel et culturel qui s'étire du lac de Constance aux chutes du Rhin. Sur présentation de l'attestation Cerebral, les familles inscrites chez nous ne paient que CHF 20.– à la caisse du bateau. Retrouvez plus d'informations sur cette excursion sur [www.urh.ch](http://www.urh.ch)

## Calendrier des manifestations

### • slowUp

Bouger ensemble, traverser de magnifiques paysages et profiter de nombreux événements culinaires – cette année encore, nous sommes partenaire national du slowUp et veillons, avec nos vélos spéciaux et des toilettes accessibles en fauteuil roulant, à ce que le slowUp soit aussi accessible aux personnes handicapées. Majoritairement plats, les parcours sont idéaux pour les participantes et participants atteints d'un handicap. Participez à l'un des 17 événements de cet été et louez pour cela un vélo spécial via Rent a Bike.

Le principe est le suivant: «Premier arrivé, premier servi!». Plus d'infos sur [www.slowup.ch](http://www.slowup.ch)

### • Sans obstacle à l'Open-Air

Profiter de la musique ensemble et en plein air avec une vue dégagée sur la scène – nous nous engageons depuis de nombreuses années pour que divers festivals en plein air suisses soient mieux adaptés aux personnes handicapées. Profitez de cette opportunité et vivez de nombreux concerts en plein cœur de l'action. Cet été, nous soutenons les Open-Air suivants:

- Openair Frauenfeld du 11 au 13 juillet 2019, [www.openairfrauenfeld.ch](http://www.openairfrauenfeld.ch)
- Gurtenfestival du 17 au 20 juillet 2019, [www.gurtenfestival.ch](http://www.gurtenfestival.ch)
- Winterthurer Musikfestwochen du 7 au 18 août 2019, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)
- SummerDays Festival Arbon, du 23 au 24 août 2019, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)
- Seaside Festival Spiez, du 23 au 24 août 2019, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)



## Vacanza, tempo libero e relax

### Gita in montagna senza pensieri

Una gita in montagna con tutta la famiglia: oggi è possibile grazie alle sedie a rotelle JST-Multidrive, che consentono di percorrere facilmente anche i sentieri più ripidi. Come già sullo Stockhorn e nella valle del Simmen (BE), lo scorso anno abbiamo potuto offrire delle JST-Multidrive anche ad Arosa (GR) e a Malbun, nel Liechtenstein. Le famiglie con un membro portatore di handicap possono ora noleggiarle in tutta semplicità. Ulteriori informazioni su questa offerta per il tempo libero sono disponibili sul nostro sito [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) alla voce Progetti.

### Con il motoscafo a pelo d'acqua

Anche quest'estate sosteniamo la Lakeride in qualità di Charity Partner e invitiamo caldamente tutte le famiglie con un bambino affetto da handicap motorio di origine cerebrale iscritto a Cerebral a passare una giornata spensierata sull'acqua. Partecipate anche voi e godetevi una gita in motoscafo domenica 25 agosto 2019 sul Lago di Zurigo, sul Lago dei Quattro Cantoni e sul Lago di Lugano, oppure domenica 1° settembre sul Lago di Zugo. Più informazioni e iscrizioni direttamente su [www.lakeride.ch](http://www.lakeride.ch).

### Scuola guida per persone portatrici di handicap fisici

Da molti anni le persone portatrici di handicap fisici possono prendere lezioni di guida sulle nostre automobili speciali e sostenere l'esame di guida. Grazie alla collaborazione con la ditta AMAG, abbiamo rinnovato nel 2017 il nostro intero parco veicoli dotandolo di moderni VW Caddy. Inoltre i nostri circa 75 istruttori di guida in tutta la Svizzera fanno come prendersi cura degli allievi portatori di handicap. Le nostre auto per scuola guida possono essere ritirate e utilizzate dai maestri di guida direttamente presso le filiali AMAG autorizzate.

Ove necessario, vi supportiamo anche per il finanziamento delle lezioni di guida.

È possibile richiedere una lista di tutti gli istruttori di guida abilitati direttamente al numero 031 308 15 15.

### Ausili di posizionamento a prezzi agevolati per maggior relax nella vita quotidiana

Da oltre 10 anni, grazie al nostro sostegno, le famiglie possono ricevere gli ausili di posizionamento e i cuscini dell'azienda EMPFI med. AG di Auenstein (AG) a prezzi più convenienti. Si tratta di un'offerta apprezzatissima di cui molti approfittano.

Tutti i prodotti in tessuto Meditex della EMPFI vengono realizzati in Svizzera. Oltre ai sacchi pouf, l'assortimento comprende diversi cuscini di posizionamento, ad esempio rulli e cunei, nonché numerosi cuscini universali. L'imbottitura dei prodotti in tessuto Meditex è composta da perle in polipropilene, che si adattano perfettamente ai contorni del corpo senza perdere il loro effetto di sostegno, anche dopo essere stati sdraiati o seduti a lungo.



In caso di necessità, per ordinare contattare direttamente EMPFI med. AG, tel: 062 777 32 57, [www.empfi.ch](http://www.empfi.ch), [info@empfi.ch](mailto:info@empfi.ch).

In seguito all'acquisto, potete inviarci la fattura e una ricevuta di versamento con il vostro numero IBAN: vi rimborseremo una parte del prezzo di acquisto.

### Calendario degli eventi

#### • slowUp

Il piacere di fare attività fisica in compagnia, splendidi paesaggi e molti highlight culinari – anche quest'anno siamo partner nazionale degli slowUp con le biciclette speciali e le toilette accessibili alle sedie a



rotelle e facciamo in modo che questi eventi siano accessibili anche alle persone portatrici di handicap. I percorsi, per lo più piani, sono perfettamente adatti anche alle persone portatrici di handicap. Partecipate a uno dei 17 eventi di quest'estate e noleggiate una bicicletta speciale mediante Rent a Bike. Vale il principio: «Fino a esaurimento scorte».

Più informazioni sono disponibili su [www.slowup.ch](http://www.slowup.ch)

#### • Senza barriere agli open air

Ascoltare insieme della bella musica all'aperto con una visuale perfetta sul palco – ci adoperiamo ormai da molti anni affinché diversi open air svizzeri siano facilmente accessibili alle persone portatrici di handicap. Cogliete questa opportunità e godetevi i numerosi concerti in prima persona e nel cuore degli eventi. Quest'estate sosteniamo i seguenti open air:

• Openair Frauenfeld, dal 11 al 13 luglio 2019, [www.openairfrauenfeld.ch](http://www.openairfrauenfeld.ch)

• Gurtenfestival, dal 17 al 20 luglio 2019, [www.gurtenfestival.ch](http://www.gurtenfestival.ch)

• Winterthurer Musikfestwochen, dal 7 al 18 agosto 2019, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)

• SummerDays Festival Arbon, dal 23 al 24 agosto 2019, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)

• Seaside Festival Spiez, dal 23 al 24 agosto 2019, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)

Vorschau | avant-première | anteprima



Foto: Olesia Bilkei/shutterstock.com

- Zoom: Frühförderung
- Zoom: Encouragement précoce spécialisé
- Zoom: Sostengo alla prima infanzia specializzato

#### Impressum

ISSN 1424-7828

63. Jahrgang | Mitgliederzeitschrift  
63<sup>e</sup> année | Journal pour membres  
63<sup>o</sup> anno | Rivista per associati

#### Herausgeberin | Editrice | Editore

Vereinigung Cerebral Schweiz  
Zuchwilerstr. 43 | 4500 Solothurn  
Association Cerebral Suisse  
Zuchwilerstr. 43 | 4500 Soleure  
Associazione Cerebral Svizzera  
Zuchwilerstrasse 43 | 4500 Soletta  
T +41 32 622 22 21

PC-Konto | Compte postale 45-2955-3  
[www.vereinigung-cerebral.ch](http://www.vereinigung-cerebral.ch)  
[www.association-cerebral.ch](http://www.association-cerebral.ch)  
[info@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info@vereinigung-cerebral.ch)  
[info@association-cerebral.ch](mailto:info@association-cerebral.ch)  
[facebook.com/associationcerebral.ch](https://facebook.com/associationcerebral.ch)

#### Titelbild | Photo de couverture | Foto di copertina

Elnur/adobestock.com

#### Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

Français: weiss traductions Genossenschaft,  
Zürich

[spellcheck.ch](http://spellcheck.ch), Bottmingen

Italiano: Apostroph Group AG Bern, Lausanne,  
Luzern, Zürich

#### Redaktion | Rédaction | Redazione

Konrad Stokar

#### Konzept | concept | concetto

divis, Solothurn

#### Druck | Impression | Stampa

Stämpfli AG, Bern

#### Redaktionsschluss | Limite de la rédaction

Chiusa redazionale

25.07.2019

#### Auflage | Tirage | Tiratura

5600 Ex. (4x)/WEMF-begl. 5490 Ex.

AZB  
4500 Solothurn

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

Vereinigung Cerebral Schweiz  
Zuchwilerstrasse 43  
4500 Solothurn  
T +41 32 622 22 21  
[info@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info@vereinigung-cerebral.ch)

Vereinigung Cerebral Schweiz | Association Cerebral Suisse | Associazione Cerebral Svizzera

Zuchwilerstrasse 43 | 4500 Solothurn | T +41 32 622 22 21 | [info@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info@vereinigung-cerebral.ch) | [www.vereinigung-cerebral.ch](http://www.vereinigung-cerebral.ch) | [www.facebook.com/associationcerebral.ch](http://www.facebook.com/associationcerebral.ch) | Postkonto 45-2955-3