



■ Zoom: Bilder im Kopf verhindern Liebe

■ Rendez-vous mit Atala

■ Über die Elternliebe zur Partnerliebe

■ Zoom: Des images bien ancrées qui empêchent l'amour

■ Rendez-vous avec Atala

■ De l'amour parental à l'amour amoureux

■ Zoom: Le immagini mentali ostacolano l'amore



Foto: Andreas Hermsdorf/
pixelio.de

- 3 Editorial
- 4 Zoom: Bilder im Kopf verhindern Liebe
- 10 Was man im Museum über die Liebe lernen kann
- 14 Über die Elternliebe zur Partnerliebe
- 16 Zwei Tage im Zeichen der Cerebralparese aus medizinischer Sicht
- 18 Sämtliche IV-Begriffe sollen überprüft werden
- 19 Kolumne von Eva Zurlinden
- 20 News der Stiftung Cerebral



Photo: Gänseblümchen/
pixelio.de

- 3 Éditorial
- 6 Zoom: Des images bien ancrées qui empêchent l'amour
- 12 Ce qu'on peut apprendre au musée sur l'amour
- 15 De l'amour parental à l'amour amoureux
- 17 Deux jours consacrés à la paralysie cérébrale du point de vue médical
- 19 Colonne d'Eva Zurlinden
- 22 Nouvelles de la Fondation Cerebral



Foto: Günther Gumhold/
pixelio.de

- 3 Editoriale
- 8 Zoom: Le immagini mentali ostacolano l'amore
- 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

Mit dem erwachenden Frühling, so heisst es, seien jeweils bestimmte Empfindungen verbunden, die üblicherweise mit «Liebe» und Ähnlichem umschrieben werden. Das vorliegende Magazin möchte sich dem Thema, das die Menschen seit jeher beschäftigt wie kaum ein zweites, von verschiedenen Seiten nähern. Im Hauptartikel beschreibt Yvonne Luginbühl ihre ganz persönlichen Erfahrungen: Von den Anfängen als Teenager im Kino lesen wir bis zu sehr intimen, schönen und schmerzlichen Momenten als Frau im Spannungsfeld zwischen Partnerschaft und Selbstbestimmung. Und sind beeindruckt von ihrer Offenheit und Zuversicht, rund um die Liebe den Mut nicht zu verlieren.

Islam Alijaj hat über Gemeinsamkeiten und Unterschiede nachgedacht bezüglich der Liebe von Eltern für ihre Kinder bzw. der Liebe, die Partnerschaften begründet. Beide Gefühle sind stark, beflügelnd und überaus wichtig, aber dennoch grundverschieden. Im dritten Artikel zeigt sich, dass Weisheiten zur Frage, was die Liebe sei, überall zu finden sind. Nötigenfalls sogar in einem weltberühmten Museum. Nämlich dann, wenn die richtige Person darüber spricht, warum ein bestimmtes Gemälde, das dort hängt, ihr Lieblingsbild ist.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre.

Chère lectrice, cher lecteur,

Le printemps qui s'éveille peu à peu apporte, paraît-il, avec lui certains sentiments que l'on décrit généralement sous le terme d'«amour». Ce magazine souhaite aborder sous différents angles ce sujet qui, depuis toujours, préoccupe l'humanité comme aucun autre. Dans l'article principal, Yvonne Luginbühl nous raconte son expérience très personnelle – des débuts adolescents au cinéma aux moments très intimes, beaux et douloureux vécus en tant que femme, oscillant entre envie d'être ensemble et autodétermination. Nous ne pouvons qu'être impressionnés par son ouverture et sa volonté de ne jamais perdre courage face à l'amour.

Islam Alijaj s'est interrogé sur les similitudes et les différences entre l'amour des parents pour leurs enfants et l'amour qui forge les couples. Ce sont deux sentiments très forts, stimulants et extrêmement importants, mais tellement différents. Et notre troisième angle démontre que la question de savoir ce qu'est l'amour suscite de nombreuses réponses qui se cachent un peu partout. On en découvre même dans un musée de renommée mondiale, lorsque l'on trouve la bonne personne qui raconte pourquoi un tableau en particulier est celui qu'elle préfère.

Nous vous souhaitons une agréable lecture.

Cara lettrice, caro lettore

Al risveglio della primavera si dice sarebbero collegati particolari sentimenti solitamente descritti come «amore» ed emozioni simili. La presente rivista intende trattare più da vicino e da diverse prospettive questo tema che da molto tempo occupa più che mai le persone. Nell'articolo principale, Yvonne Luginbühl descrive la sua esperienza personale: dai primi periodi come teenager al cinema fino ai momenti più intimi, belli e dolorosi in quanto donna, sempre in conflitto tra la vita di coppia e la propria indipendenza. Siamo colpiti dalla sua sincerità e fiducia nel non perdere la speranza nell'amore.

Islam Alijaj ha riflettuto su similitudini e differenze tra l'amore dei genitori nei confronti dei figli e l'amore su cui si fonda una coppia. Entrambi i sentimenti sono forti, stimolanti ed estremamente importanti, ma totalmente diversi. Il terzo articolo mostra come la saggia risposta su cosa sia l'amore si possa trovare ovunque. Se necessario addirittura in un museo di fama mondiale. Vale a dire quando la persona giusta spiega perché un determinato dipinto appesa tra le sue sale è l'immagine che ama di più.

Vi auguriamo una piacevole lettura!

Bilder im Kopf verhindern Liebe

Der Film «Behinderte Liebe» schaffte es in den 1970er Jahren in die Schweizer Kinos. Ich sehe eine der Schlüsselszenen noch vor meinem inneren Auge. Ursula Eggli, schwer muskelkrank, lag erwartungsvoll im Bett. Sie wollte von ihrem Freund sexuell begehrt werden. Diese Erwartung setzte ihn so unter Druck, dass er sie nicht einmal in die Arme nahm.

Ich war 13 Jahre alt, als ich diesen Film zum ersten Mal sah. Ursula Eggli war in der Schweiz eine führende Aktivistin der Menschen mit Behinderungen. Im Film «Behinderte Liebe» versuchte sie die Bevölkerung aufzurütteln. «In die Arme genommen zu werden, ist ein hoher Anspruch», sagte meine Mutter. Meine Schwester, rund drei Jahre älter als ich, pflichtete ihr bei. Beide hatten mich ins Kino begleitet. Ursula Eggli ordnete die Situation anders ein. «Mein Mund ist wegen der Muskelkrankheit schief geworden. Ich bin nicht hübsch.» Obwohl ich mit cerebralen Bewegungsbehinderungen lebe, wurde Ursula Eggli mein Vorbild.

Schmerzliche Folgerungen

Auch ich zog für mich ein radikales Register: Wenn mir keine Liebe zusteht, habe ich kein Recht auf das Leben.

Ich sass wie Ursula Eggli im Rollstuhl. Immer wieder passierte es in meiner Jugend, dass die Menschen meine Mutter ansprachen statt mit mir Kontakt aufzunehmen, wenn es meine Bedürfnisse betraf. Meine Mutter war so feinfühlig, nie für mich zu antworten. Sicher wollte sie mich auch unterstützen, indem sie mir das Buch «Weder Küsse noch Karriere» von der Bibliothek nach Hause brachte. Sie konnte nicht ahnen, dass diese Portraits, in denen Frauen mit Behinderung erzählten, wie sie von der Gesellschaft keine Chancen bekamen, mein Gefühl untermauerten, keine Lebensberechtigung zu haben. Ich nahm nämlich die verhängnisvolle Spur auf und kaufte mir das Buch: «Schluss mit Lust und Liebe». Aber ich las die Be-

richte nie fertig, die beleuchteten, dass auch bei Querschnittlähmung das Leben perspektivenlos war. Was war geschehen?

Über die Leidenschaft zur Zuversicht

Inzwischen erwachsen geworden, war ich dank Freunden 2005 auf die Idee gekommen, das Lebensbejahende zu suchen. Ich beschloss, mir Gutes zu tun und suchte im Rollstuhl Sonntag für Sonntag das Kino auf. Ein ganzes halbes Jahr. Ich betrieb eine Art Selbstliebe, indem ich mir Beziehungsfilme anschaute. Die Liebe stand oft im Zentrum. Gleichzeitig betete ich im Gedanken den Satz herunter: Ich habe ein Recht auf mein Leben. So trainierte ich das tiefsitzende Gefühl ab, keine Lebensberechtigung zu haben. Diese Zuversicht, lebensberechtigt zu sein, blieb mir bis heute erhalten, doch ist aus mir eine leidenschaftliche Kinogängerin geworden. Ich trieb es sogar noch weiter. Ich fand mein Gefühl wieder, das mich als Jugendliche gefesselt hatte: Trotz Behinderung wollte ich den Weg begehen, die Liebe auszuprobieren!

Als ich 2018 wieder einmal im Kino sass, lagen ein paar Freundschaften mit Männern hinter mir. «Ich akzeptiere alles bei meiner Partnerin, ausser sie teilt das Fliegen nicht mit mir!» sagte die Hauptfigur im südamerikanischen Film «Die dunkle Seite des Mondes». Und die Frauen stürzten zu Boden, weil sie nicht mit dem Mann durch die Luft fliegen konnten. Immer wieder. Der Mann blieb beharrlich: «Auf Partnersuche schmerzt es, nicht die passende Partnerin zu finden, aber der Schmerz zeigt dir immerhin, dass du nicht tot bist», erklärte er gelassen. Genau das wollte ich mir zu Herzen nehmen.

Der Mut wird belohnt

Der Film hatte mir neuen Mut gegeben. Nicht nur der Mann im Film fand eine Frau, die mit ihm durch die Gegend flog, sondern auch mir begegnete bald darauf der Mann. Ich nenne ihn Urs. Er scheute sich nicht, mich in der Öffentlichkeit zu küssen. Ich musste zuerst damit umgehen lernen, dass ich so begehrt wurde. Urs seinerseits erschütterte es,

Von der Liebe zu träumen steht allen Menschen zu. (Photo: FlowerLover/pixelio.de)



dass ich im Rollstuhl nicht angesprochen wurde, sondern nur er als Begleitperson. Und das im Jahre 2018!

Welche Rollen wurden uns als Paar zugestanden? Urs beklagte sich oft, dass er als Held oder gar als Heiliger angesehen werde, weil er sich auf eine Frau im Rollstuhl eingelassen hatte. Er wehrte sich entschieden gegen diese überhöhten Rollen.

Ich fand Urs einen schönen Mann. Urs fand mich eine schöne Frau. Er übersah grosszügig meine Narben, die von orthopädischen Operationen stammen. Das tat mir gut und stärkte mein Selbstvertrauen. Wir berührten uns. Schritt für Schritt führte er mich in die Sexualität ein, langsam und behutsam.

Meinen Hausarzt sprach ich auf die Themen Verhütung und AIDS an. Er reagierte überrascht, aber aufgeschlossen. Ich war bereit.

Im Interesse der Selbstbestimmung ein Ende finden

Urs bekam es plötzlich mit der Angst zu tun, ihm könnte nachgesagt werden, sich an mir vergriffen zu haben. Schliesslich war er im Sozialbereich tätig. Er entschied, dass er mich nie mehr anfassen werde. Damit ich meine Selbstbestimmung behalten konnte, beendete ich die Beziehung. Ich wollte weiterhin als ganze Frau wahrgenommen werden.

Viele Fragen blieben offen. Wieder suchte ich in Büchern Rat. Die Klassiker «Make Love» und «Make more Love», die in berührenden Fotos zu lebenslanger Liebe ermutigen, waren und bleiben wertvolle Begleiter.

Im Sommer 2019 sass ich im Kino und schaute mir die Literaturverfilmung «Der grüne Heinrich» an. Ich wusste nicht im Voraus, dass der Film voller Erotikszenen steckt. Viele Zuschauer verliessen den Kinosaal frühzeitig. In der anschliessenden Diskussion empörten sich viele über den Filmemacher. Erschüttert fragte ich mich: Wie offen sind wir wirklich der Sexualität gegenüber?

Niemand muss auf Liebe verzichten

Verständlicherweise hatte sich Urs zunehmend überfordert gefühlt. Die lebensfeindlichen Bilder, was man tut und was nicht, sitzen noch zu hartnäckig im Kopf. Noch ist es fast eine Heldentat, dass ich ohne Begleitung das Kino besuche. Selten treffe ich andere Rollstuhlfahrende. Dass mich Urs aber in die Sexualität einführte, ist für mich von unschätzbarem Wert. Seither weiss ich, dass sie gepflegt werden kann wie die Zähne. Ich ertappe mich dabei, wie ich wieder Partnerinserate studiere. Ich zweifle keine Sekunde: Es steht auch uns Menschen mit Behinderung zu, uns die Liebe zu holen!

Yvonne Luginbühl

Des images bien ancrées qui empêchent l'amour

Le film «Behinderte Liebe» («L'amour handicapé») est sorti dans les salles suisses dans les années 70. Je revois encore l'une des scènes clés. Ursula Eggli, atteinte d'une maladie musculaire grave, est allongée sur son lit, pleine d'espoir. Elle veut être désirable pour son ami. Cette attente inflige une telle pression à ce dernier qu'il ne parvient même pas à la prendre dans ses bras.

J'avais 13 ans lorsque j'ai vu ce film pour la première fois. Ursula Eggli était alors l'une des militantes les plus actives en Suisse en faveur des personnes en situation de handicap. Avec le film «Behinderte Liebe», elle a tenté de faire réagir les gens. «Être pris dans les bras, c'est une exigence forte», a affirmé ma mère. Ma sœur, de près de trois ans mon aînée, était d'accord avec elle. Elles m'avaient toutes les deux accompagnée au cinéma. Ursula Eggli analysait la situation différemment: «Ma maladie musculaire a rendu ma bouche tordue. Je ne suis pas jolie.» Bien que je vive avec une paralysie cérébrale, Ursula Eggli est devenue mon modèle.

De douloureuses conséquences

J'ai moi aussi opté pour un registre radical: si l'on ne m'accorde pas d'amour, je n'ai pas droit à la vie.

Comme Ursula Eggli, j'étais en fauteuil roulant. Lorsque j'étais jeune, les gens s'adressaient souvent à ma mère plutôt que de parler avec moi pour évoquer mes besoins. Ma mère avait la délicatesse de ne jamais répondre pour moi. Bien entendu, elle voulait aussi me soutenir. C'est dans ce contexte qu'elle a emprunté pour moi le livre «Weder Küsse noch Karriere» (Ni baisers, ni carrière) à la bibliothèque. Elle ne se doutait pas alors que ces portraits, dans lesquels des femmes en situation de handicap racontaient comment la société ne leur avait donné aucune chance, viendraient renforcer mon sentiment de n'avoir pas le droit de vivre. J'ai en effet poursuivi sur ma lancée pessimiste, et me

suis acheté le livre «Schluss mit Lust und Liebe?» (En est-ce fini du désir et de l'amour?), mais je n'ai jamais terminé de lire les articles qui montraient qu'aussi en cas de paraplégie, la vie manquait de perspectives. Que s'était-il passé?

Quand la passion pave la voie de la confiance en soi

Entre-temps devenue adulte, j'ai décidé en 2005, grâce à des amis, de partir en quête de bonheur. Résolue à me faire plaisir, je me rendais au cinéma tous les dimanches, en fauteuil roulant. Pendant pas moins de six mois. Je cultivais une sorte d'amour de moi-même en regardant des films axés sur les relations entre les personnes. L'amour en était souvent le thème principal. Et pendant ce temps, je me répétais la phrase suivante, comme une prière: j'ai le droit de vivre ma vie. C'est ainsi que je me suis déshabituée de cette pensée si profondément ancrée en moi: n'avoir pas le droit de vivre. Cette confiance en soi, qui nous pousse à revendiquer son droit à vivre, je l'ai encore aujourd'hui – et je suis devenue une cinéphile passionnée. Je suis même allée encore plus loin dans ma transformation. J'ai retrouvé le sentiment qui m'avait fasciné pendant ma jeunesse: malgré le handicap, je voulais suivre le chemin qui mène à l'amour!

En 2018, je me trouvais une nouvelle fois au cinéma, et j'avais déjà eu quelques relations amicales avec des hommes à ce stade. «J'accepte tout de ma copine, sauf qu'elle ne puisse pas voler avec moi!» déclarait le personnage principal du film sud-américain «La face cachée de la Lune». Et les femmes tombaient au sol, car elles ne pouvaient pas s'élever dans les airs avec cet homme. Encore et encore. Mais il s'entêtait: «Lorsque tu recherches quelqu'un, c'est douloureux de ne pas trouver la bonne personne, mais cette douleur te rappelle que tu n'es pas mort,» expliquait-il calmement. C'est exactement cela que j'ai voulu prendre à cœur.

Il appartient à nous d'aller chercher l'amour.
(Photo: Katharina Wieland Müller/pixelio.de)



Le courage récompensé

Le film m'avait donné du courage. L'homme du film n'avait pas été le seul à trouver quelqu'un avec qui il pouvait voler: moi aussi, j'ai bientôt trouvé un compagnon. Je l'appelle Urs. Il n'hésitait pas à m'embrasser en public. J'ai d'abord dû m'habituer à ce que l'on me chérisse ainsi. De son côté, Urs était très perturbé que l'on ne me parle pas parce que j'étais en fauteuil, et qu'on ne s'adresse qu'à lui. Et cela, en 2018!

Quels rôles nous étions octroyés en tant que couple? Urs se plaignait souvent d'être perçu comme un héros, voire un saint, parce qu'il avait accepté de fréquenter une femme en fauteuil roulant. Il rejetait vigoureusement ces préjugés.

Je trouvais qu'Urs était un bel homme. Il trouvait que j'étais une belle femme. Il occultait magnifiquement les cicatrices causées par mes opérations orthopédiques. Cela m'a fait du bien, et renforcé ma confiance en moi. Nous nous touchions. Pas à pas, il m'a initiée à la sexualité, avec douceur et délicatesse.

J'ai parlé à mon médecin de la question de la contraception et du SIDA. Quoiqu'un peu surpris, il a réagi en étant très ouvert. J'étais prête.

Rompre pour conserver son autodétermination

Urs a pris subitement peur qu'on puisse dire de lui qu'il abusait de moi. Car il travaillait dans le social. Il décida alors de ne plus jamais me toucher. Pour conserver mon autodétermination, j'ai décidé de mettre fin à notre relation: je voulais continuer d'être perçue comme une femme à part entière.

Mais j'avais encore de nombreuses questions. Et de nouveau, j'ai recherché des réponses dans les livres. Les classiques «Make Love» et «Make more Love», dont les touchantes photos encourageant à l'amour toute une vie durant, ont été et sont encore de précieux compagnons.

Pendant l'été 2019, je suis allée au cinéma pour voir l'adaptation du roman «Henri le vert». J'ignorais alors que le film était rempli de scènes érotiques. De nombreux spectateurs ont quitté la salle avant la fin et lors du débat qui a suivi, beaucoup de personnes se sont indignées des choix du réalisateur. Assez remuée, je me demandai: dans quelle mesure sommes-nous réellement ouverts à la sexualité?

Personne ne doit renoncer à l'amour

Chose bien compréhensible, Urs s'était senti de plus en plus dépassé. Les images négatives de ce qui se fait et ce qui ne se fait pas sont encore trop bien ancrées dans les esprits. Et me rendre seule au cinéma relève encore d'un acte héroïque. Je rencontre rarement d'autres personnes en fauteuil. Mais Urs m'a ouvert les portes de la sexualité, ce qui m'est extrêmement précieux. Je sais désormais qu'elle doit être entretenue, tout comme l'on brosse ses dents. Je me surprends à consulter régulièrement les petites annonces dédiées aux rencontres. Je n'hésite pas une seconde: il nous appartient, à nous autres personnes en situation de handicap, d'aller chercher l'amour!

Yvonne Luginbühl

Le immagini mentali ostacolano l'amore

Il film «Amore impedito» («Behinderte Liebe») è arrivato nei cinema svizzeri negli anni '70. Ancora oggi ho in mente una delle scene clou della pellicola: Ursula Eggli, affetta da una grave patologia muscolare, è distesa sul letto, speranzosa. Vuole che il suo compagno la desideri sessualmente. Questa aspettativa mette il ragazzo talmente sotto pressione che lui non riesce nemmeno a prenderla fra le braccia.

Avevo 13 anni quando ho visto questo film per la prima volta. In Svizzera, Ursula Eggli era una delle maggiori attiviste in nome delle persone con disabilità. Nel film «Amore impedito» ha cercato di smuovere le coscienze dell'opinione pubblica. «Essere presa fra le braccia è una grande ambizione», diceva mia madre. Mia sorella, di circa tre anni più grande di me, concordava. Entrambe mi avevano accompagnata al cinema. Ursula Eggli inquadrava la situazione in modo diverso. «La mia bocca è diventata storta a causa della malattia muscolare. Non sono bella.» Nonostante io sia affetta da una paralisi cerebrale, Ursula Eggli è diventata il mio modello.

Conclusioni dolorose

Anch'io sono arrivata a una conclusione radicale: se non ho diritto all'amore, non ho diritto alla vita.

Come Ursula Eggli, anch'io ero sulla sedia a rotelle. Tante volte, da ragazza, è capitato che le persone si rivolgessero a mia madre anziché cercare un contatto con me quando si trattava delle mie esigenze. Mia madre ha avuto la sensibilità di non rispondere mai al posto mio. Di certo la sua intenzione era quella di aiutarmi quando mi ha portato a casa dalla biblioteca il libro «Weder Küsse noch Karriere» (Né baci, né carriera). Non poteva immaginare che questi ritratti, in cui donne disabili raccontavano come la società non offrisse loro alcuna chance, non facevano che rafforzare la mia convinzione di

non avere alcun diritto alla vita. Seguendo questo ragionamento disfattista, mi sono quindi comprata il libro «Schluss mit Lust und Liebe» (Basta con il desiderio e l'amore). Ma non ho mai finito di leggere i resoconti che illustravano come persino in caso di paraplegia la vita fosse priva di prospettive. Cos'era successo?

Oltre la passione, la certezza

Divenuta nel frattempo adulta, grazie ad alcuni amici nel 2005 mi è venuta l'idea di cercare dei motivi per cui valesse la pena vivere. Ho deciso di farmi del bene e, domenica dopo domenica, andavo al cinema sulla mia sedia a rotelle. L'ho fatto per sei lunghi mesi. Curavo una sorta di amor proprio guardando film sulle relazioni interpersonali. Spesso il tema centrale era l'amore. Al contempo, dentro di me ripetevo la frase: ho diritto alla mia vita. Così facendo ho scalzato la radicata sensazione di non avere alcun diritto alla vita. La certezza di avere il diritto di vivere mi accompagna ancora oggi, e per di più ha fatto di me un'appassionata cinefila. Mi sono addirittura spinta oltre. Ho ritrovato quel desiderio che tanto avevo coltivato da ragazza: nonostante l'handicap volevo provare cosa fosse l'amore!

Nel 2018, mentre sedevo di nuovo al cinema, avevo alle mie spalle un paio di amicizie maschili. «Accetto tutto della mia partner, tranne il fatto che non condivida il volo con me!», diceva il protagonista nel film sudamericano «Die dunkle Seite des Mondes» («Il lato oscuro della luna»). E le donne cadevano a terra perché non potevano volare insieme all'uomo. Di nuovo. L'uomo insisteva: «Quando si cerca un partner fa male non trovare la persona giusta, ma il dolore ti dimostra in ogni caso che non sei morto», ha spiegato con tranquillità. Questo era esattamente ciò di cui volevo far tesoro.

Il coraggio viene premiato

Il film mi ha ridato coraggio. Non solo l'uomo nel film ha trovato una donna che volasse con lui, ma poco dopo anch'io ho incontrato l'uomo per me. Lo chiamerò Urs. Lui non si vergognava a baciarmi in

Nessuno deve rinunciare all'amore. (Foto: Thomas Max Müller/pixelio.de (sotto.) Berglöwe/pixelio.de (destra).



pubblico. All'inizio ho dovuto imparare a gestire la sensazione di essere così desiderata. Da parte sua, Urs non si capacitava del fatto che a me, poichè sulla sedia a rotelle, non venisse rivolta la parola, ma solo a lui in quanto accompagnatore. E questo nel 2018!

Quali ruoli ci venivano assegnati in quanto coppia? Urs si lamentava spesso di essere considerato un eroe o addirittura un santo per il fatto di essersi messo con una donna sulla sedia a rotelle. Rifiutava con decisione questi ruoli così fuori luogo.

Per me, Urs era un bell'uomo. Per Urs, io ero una bella donna. Se ne infischia delle mie cicatrici causate dagli interventi ortopedici. Questo mi faceva bene e rafforzava la mia autostima. Ci toccavamo. Un po' per volta, mi ha fatto scoprire la sessualità, lentamente e dolcemente.

Mi sono rivolta al mio medico di base per avere informazioni sulla prevenzione e sull'AIDS. Ha reagito con sorpresa, ma senza preconcetti. Ero pronta.

Dire basta per salvaguardare l'autodeterminazione

Ad Urs è venuta improvvisamente la paura che qualcuno potesse accusarlo di avermi abusata. In fin dei conti, lavorava nel sociale. Ha quindi deciso che non mi avrebbe più toccata. Per preservare la mia capacità di autodeterminazione, ho troncato la relazione. Volevo continuare ad essere considerata una donna completa.

Molte erano le domande ancora in sospeso. Di nuovo, ho cercato risposte nei libri. I classici «Make Love» e «Make more Love» che, con fotografie coinvolgenti, incoraggiano all'amore ad ogni età, erano e sono tutt'ora preziosi punti di riferimento.

Nell'estate 2019 ero al cinema a vedere il film «Enrico il Verde», tratto dall'omonimo capolavoro letterario. Non avevo idea che il film fosse pieno di scene erotiche. Molti spettatori hanno lasciato la sala prima della fine. Dopo la proiezione, sono stati molti i commenti indignati contro il regista. Incredula, mi sono chiesta: quanto siamo realmente aperti alla sessualità?

Nessuno deve rinunciare all'amore

Urs si era comprensibilmente sentito sempre più sotto pressione. Le immagini ostili alla vita, ciò che si fa e ciò che non si fa, sono ancora troppo radicate nella mente. Quasi eroico è ancora il fatto che io vada al cinema senza essere accompagnata. Raramente incontro altre persone in sedia a rotelle. Tuttavia, il fatto che Urs mi abbia introdotta alla sessualità ha per me un valore inestimabile. Ora so che la sessualità è qualcosa di cui ci si può prendere cura, proprio come i denti. Mi sorprende ad analizzare di nuovo gli annunci per cuori solitari. Non ho il minimo dubbio: anche noi persone disabili abbiamo il diritto di trovare l'amore!

Yvonne Luginbühl

Was man im Museum über die Liebe lernen kann

Wenn wir über die Liebe reden, gibt es schnell sehr viele Fragen. Nicht einmal Google hilft weiter. «Liebe», «Amour» und «Amore» bringen je rund 400 Millionen Hinweise, «Love» gar 19 Milliarden. Aber halt, sagt die Erinnerung, da war doch vor vielen Jahren mal ein überaus dramatisches Bild – und ein wunderbarer Text dazu.

Atala hatte sie also geheissen. Sie war eine Figur aus einer Novelle von François-René de Chateaubriand. Nonne wollte sie werden und hatte den Schwur bereits geleistet. Sie beschloss, ihrem Leben ein Ende zu setzen, als sie merkte, dass sie sich in René verliebt hatte, der zuvor lange und leidenschaftlich um sie geworben hatte. Er aber musste nun vollkommen schmerz erfüllt dabei helfen, sie zu Grabe zu tragen, weil sie nicht auf ihre Entscheidung zurückkommen wollte.

Unvergessliches über das Wesen der Liebe

Zutiefst getroffen und berührt hatten mich dieses Bild und fast noch mehr die Worte dazu. Einen Artikel der Journalistin Anuschka Roshani hatte ich darüber gelesen, im Magazin des Tagesanzeigers, vor vielleicht zehn Jahren, wie ich meinte. Sechs Menschen aus aller Welt, die in Museen arbeiteten, hatten ihr jeweiliges Lieblingsbild beschrieben. Das alles wusste ich noch bis heute, aber leider nicht mehr, wie das Bild heisst und wo es hängt.

Glücksgriff in die Datenbank

Zwei Sätze der Frau, die darüber sprach, habe ich seither aber nie mehr vergessen: «Und für mich ist es der Beweis, dass es die ewige Liebe gibt. Was nicht unbedingt eine gute Nachricht ist, denn das heisst, dass man unter Umständen – wenn man diese Liebe nicht erleben darf – ein Leben lang unglücklich sein kann.» So knapp gefasst steht das da. Und auch heute, da ich den Artikel und das Bild wiedergefunden habe – es hatte ein einziges E-Mail an die Journalistin gebraucht, die ihn aus einer Mediendatenbank hervorzauberte – bekomme ich

deswegen Gänsehaut. Kann man das Glück und das Drama der Liebe irgendwie treffender beschreiben? Im Louvre in Paris arbeitete die Dame, die das gesagt hat, und das Bild, das sie in den Bann zog, heisst «Atala au tombeau» (Wie Atala zu Grabe getragen wird) von Anne-Louis Girodet-Trioson, einem französischen Historienmaler des frühen 19. Jahrhunderts. Sie müsse es sich jeden Tag ansehen und es habe sie noch nie gelangweilt. Aber fürchterlich traurig sei es – und man traue sich ja gar nicht mehr zu lieben nach diesem Bild.

Fragen an Mona Lisa

Sie habe auch noch zwei andere Lieblingsbilder vor Ort, aber die Mona Lisa gehöre nicht dazu. Gerade neulich sei sie ihr wieder einmal zugeteilt worden und ihr acht Stunden lang gegenübergestanden. Da habe sie zu Mona Lisa gesagt, «warum kommen eigentlich immer alle zu dir, so schön bist du doch gar nicht ...»

Solche Weisheiten hat diese Dame ausgesprochen, man hätte ihr noch stundenlang zuhören können. Wie schön, hat die Journalistin uns diese Worte zugänglich gemacht. Es zeigt sich einmal mehr: Antworten auf die Frage, was die Liebe sei, lassen sich überall finden. Wir müssen nur die Augen, die Ohren und die Herzen dafür öffnen. Und manchmal liegen die schönsten Antworten darauf nicht zehn, sondern ganze siebzehn Jahre zurück.

Konrad Stokar

Tipp:

■ Anuschka Roshani: *Schöne Liebe*. Das Magazin, Zürich, 8. März 2003.



Atala au tombeau. Gemälde von Anne-Louis Girodet De Roussy-Trioson (1767–1824). Musée du Louvre, Paris.
Photo (C): RMN-Grand Palais Musée du Louvre, René-Gabriel Ojéda.

Ce qu'on peut apprendre au musée sur l'amour

Quand on parle d'amour, le sujet déclenche immédiatement une foule de questions. Même Google n'est alors d'aucune aide. Pour «Liebe», «amour» ou «amore», on recense environ 400 millions de résultats; pour «love», on en dénombre même 19 milliards. Mais attends – ma mémoire se manifeste soudain –, tu te souviens de ce tableau spectaculaire, vu il y a de nombreuses années de cela, et du superbe texte qui l'accompagnait?

Elle s'appelait Atala. Personnage issu d'un roman de François-René de Chateaubriand, elle voulait devenir religieuse et avait déjà prêté serment. Lorsqu'elle s'était rendu compte qu'elle était amoureuse de René, un homme qui lui avait fait une cour longue et passionnée, elle avait alors décidé de mettre fin à ses jours. Accablé de douleur, il n'était plus resté à René que de porter en terre celle qui n'avait pas voulu revenir sur sa décision.

Des paroles inoubliables sur la nature de l'amour

Ce tableau et, plus encore, le texte qui l'accompagnait m'avaient profondément ému et touché. J'avais lu à ce sujet un article rédigé par la journaliste Anuschka Roshani dans le magazine du Tagesanzeiger, il y a peut-être une dizaine d'années. Six personnes originaires de différentes régions du monde, travaillant chacune dans un musée, ont décrit leur tableau préféré. Ça, je m'en souvenais bien, mais j'avais malheureusement oublié le titre du tableau et le musée dans lequel il se trouvait.

Bonne pioche dans une base de données

Depuis lors, deux phrases de la femme qui avait mentionné ce tableau ne m'étaient plus jamais sorties de l'esprit: «Et pour moi, c'est la preuve que l'amour éternel existe. Ce qui n'est pas nécessairement une bonne nouvelle, car cela signifie que le cas échéant – si l'on ne parvient pas à vivre cet amour –, on peut rester malheureux toute sa vie durant.» Bref et percutant. Même si, aujourd'hui,

j'ai retrouvé l'article et le tableau – pour cela, il a suffi que j'envoie un e-mail à la journaliste en question, qui les a débusqués dans une banque de données destinée aux médias –, ces paroles continuent à me donner la chair de poule. Existe-t-il façon plus pertinente de décrire la félicité et le drame de l'amour? C'est au Louvre, à Paris, que travaillait la dame qui a prononcé ces mots. Le tableau qui la captivait, œuvre d'un peintre de scènes historiques du début du XIXe siècle, Anne-Louis Girodet-Trioson, s'intitule «Atala au tombeau». Bien qu'elle l'ait vu chaque jour, elle ne s'en lassait jamais, disait-elle, mais il était terriblement triste. Après avoir vu un tel tableau, oser aimer devenait impossible.

Des questions pour Mona Lisa

Elle avait encore deux autres tableaux préférés au musée du Louvre, mais Mona Lisa n'en faisait pas partie. Peu de temps auparavant, la Joconde lui avait de nouveau été attribuée. Elle avait alors passé huit heures d'affilée en tête-à-tête avec elle, et lui avait demandé: «Pourquoi tous les visiteurs viennent-ils toujours te voir, toi? Tu n'es pourtant pas si belle que ça...»

Cette dame énonçait ce genre de pensées nourries de sagesse, et on aurait pu l'écouter pendant des heures. Quelle chance que la journaliste nous ait transmis ses paroles! Cette anecdote montre une fois de plus que l'on peut trouver partout des réponses à la question «Qu'est-ce que l'amour?». Il suffit pour cela d'ouvrir les yeux, les oreilles et le cœur. Parfois, les plus belles réponses remontent non à une dizaine d'années, mais à pas moins de dix-sept ans.

Konrad Stokar



Le tableau «Atala au tombeau» se trouve au musée du Louvre à Paris. (Photo: Mondzart Hohenlohe/pixelio.de).

Über die Elternliebe zur Partnerliebe

Liebe zeigt sich in verschiedenster Weise. Zum Beispiel in der Art, wie unsere Eltern uns lieben, aber auch darin, wie wir im Lebensverlauf die Partnerliebe kennen lernen. Da gibt es Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Eine Spurensuche.

Begegnungen mit der Liebe beginnen nicht immer in der gleichen Altersklasse. Manche machen bewusst oder unbewusst früher oder später ihre Erfahrungen auf diesem Gebiet. Die Schulzeit spielt häufig eine grosse Rolle dabei zu erfahren, was Liebe für einen bedeutet bzw. bei der Entdeckung der Sexualität.

Was ist aber, wenn Kinder und Jugendliche in der Schulzeit häufig unter Beobachtung durch Betreuungspersonal stehen? Wenn Klassenspännli im ganzen Kanton zu Hause sind und sich nur in der Schule treffen? Ja, dann können Entdeckungen und Experimente mit Liebe und Sexualität Schiffbruch erleiden, bevor sie richtig begonnen haben.

Weil alle nur das Beste wollen, können Erfahrungen auf der Strecke bleiben

Jugendliche mit Behinderungen sind mit verschiedenen Anspruchsgruppen konfrontiert, was ihr Leben betrifft. Da sind einmal die Eltern, die sich nur das Beste für ihre Kinder wünschen. Ihr Anspruch an das Leben ist so fokussiert auf die Qualität, dass sie den natürlichen Prozess der kindlichen Unabhängigkeit aushebeln. Dadurch kann die eigene Selbstständigkeit Schaden nehmen, was natürlich auch die Sexualität beeinflusst. Andere Anspruchsgruppen wie Behörden, Ärztinnen und Ärzte, Therapeutinnen und Therapeuten und Lehrpersonen legen den Fokus ebenfalls auf Qualität. Als ob wir Menschen mit Behinderungen auf Teufel komm raus ein hochqualitatives Leben führen müssten.

Die Liebe der Eltern ist alles und doch nicht

Kommen wir wieder auf das Thema Liebe zurück. Auch wenn sie für die eigene Selbstständigkeit mitunter hinderlich sein kann, ist die elterliche Liebe ein Segen. Sie gibt uns Geborgenheit, Stabili-



Eltern wünschen sich das Beste für ihre Kinder.
(Foto: realpeople/shutterstock.com)

tät und wärmt uns. Obwohl ich lange meine Behinderung nicht akzeptieren wollte, war ich doch ein glückliches Kind. Das habe ich der elterlichen Liebe zu verdanken. Als ich erwachsen wurde, habe ich trotzdem immer mehr eine Leere in mir gespürt. Mit der Zeit wurde mir bewusst, dass diese Leere nur durch das Feuer der wahren Liebe ausgefüllt werden könnte.

Vielleicht fragen Sie sich jetzt, weshalb das so ist. Denn dank der elterlichen Liebe habe ich die wahre Liebe doch schon erfahren dürfen, könnte man meinen. Ich sehe das anders.

In der Partnerliebe offenbart sich das Glück

Die elterliche Liebe unterscheidet sich fundamental von der Partnerliebe, wie ich sie nenne. In der Partnerliebe kann das Paar die Persönlichkeiten, die Liebe und die Sexualität entdecken wie oben beschrieben. Das heisse Feuer entfacht sich aber erst, wenn sich zwei Liebende vereinen. Und dieses Feuer setzt so eine gewaltige Energie frei, dass es sogar Behinderungen ausgleichen kann.

Bei mir hat die Entdeckung der Partnerliebe alles auf den Kopf gestellt. Ich hätte mich ohne das Feuer nicht in der Art weiterentwickeln können, wie ich es tue, obwohl ich eine liebende Familie hatte. Wie ist das bei Ihnen? Es lohnt sich, darüber nachzudenken.

Islam Alijaj

De l'amour parental à l'amour amoureux

L'amour se présente sous des formes très diverses. Par exemple, sous celle de l'amour que nous portent nos parents, mais aussi à travers la façon dont nous le découvrons au cours de notre vie. Ces différentes formes présentent des points communs et des différences. Partons à leur découverte.

Tout le monde ne rencontre pas l'amour au même âge. Il est fréquent que l'école joue un rôle important dans l'expérimentation de ce que chacun entend par «amour», ainsi que dans la découverte de la sexualité.

Mais qu'en est-il lorsque certains jeunes élèves sont surveillés de près par le personnel d'encadrement de leur établissement scolaire? Ou lorsqu'ils ne peuvent se retrouver qu'à l'école parce qu'ils viennent des quatre coins du canton? Dans ce cas, la découverte de l'amour et de la sexualité peut se trouver entravée avant même d'avoir vraiment commencé.

Même si tous veulent faire pour le mieux, certaines expériences peuvent se trouver contrariées

Les adolescents atteints de handicaps sont confrontés à différentes parties prenantes de leur existence. Tout d'abord, il y a les parents qui veulent le meilleur pour leurs enfants. Ils tiennent tellement



L'amour amoureux peut tout bouleverser.
(Photo; Nejron Photo/shutterstock.com).

à ce que ceux-ci aient une bonne qualité de vie qu'ils anéantissent le processus naturel de prise d'indépendance de l'enfant. Son autonomie peut en pâtir, ce qui influe bien sûr aussi sur sa sexualité. D'autres groupes concernés, qu'il s'agisse d'administrations, de médecins, de thérapeutes ou de membres du corps enseignant, mettent également l'accent sur la qualité de vie comme si nous, les personnes atteintes de handicaps, devions à tout prix mener une existence de top niveau.

L'amour des parents est primordial – mais il ne fait pas tout

Revenons à notre sujet: l'amour. Même si l'amour de nos parents constitue parfois une entrave à notre autonomie, il n'en reste pas moins une bénédiction. Il nous enveloppe de sécurité, de stabilité et de chaleur. Bien que j'aie longtemps refusé d'admettre mon handicap, j'ai eu une enfance heureuse. Et ça, je le dois à l'amour de mes parents. Mais en devenant adulte, j'ai senti un vide grandir en moi. Avec le temps, j'ai compris que ce vide ne pouvait être comblé que par le feu d'un véritable amour.

Vous vous demandez peut-être pourquoi. En effet, on pourrait penser que l'amour de mes parents m'avait déjà permis de connaître le véritable amour. Je ne vois pas les choses comme ça.

C'est dans l'amour amoureux que le bonheur se dévoile

L'amour parental se différencie fondamentalement de ce que j'appelle l'amour amoureux. Comme je l'évoquais plus haut, dans l'amour amoureux, le couple peut découvrir la personnalité de chacun, l'amour et la sexualité. Le feu de l'amour ne se met à brûler que lorsque deux amoureux s'unissent. Et ce feu libère alors une énergie d'une telle intensité qu'il peut même compenser des handicaps. Pour moi, la découverte de l'amour amoureux a tout bouleversé. Sans ce feu, je n'aurais pas pu progresser dans ma vie comme je le fais, et ce, bien que j'aie eu une famille aimante. Qu'en est-il pour vous? Ce sujet vaut la peine qu'on y réfléchisse.

Islam Alijaj

Zwei Tage im Zeichen der Cerebralparese aus medizinischer Sicht

(KS) Am 24. und 25. Januar 2020 hat im REHAB in Basel die D-A-CH Inklusiv Medizin Konferenz stattgefunden. Rund 100 Ärztinnen und Ärzte, Fachleute, Betroffene und Interessierte aus deutschsprachigen Ländern diskutierten über Neues rund um die Cerebralparese.

Aus Betroffenenperspektive ist die Konferenz als grosser Erfolg zu bezeichnen. Zum einen war es ermutigend zu sehen, dass das Thema eine grosse Zahl von hochqualifizierten medizinischen Fachpersonen beschäftigt, die es über zwei Tage mit Engagement und Herzblut von verschiedensten Seiten beleuchteten. Besonders eindrücklich war die Einigkeit, dass Diagnose und Therapie der CP vom ersten Tag bis ans Lebensende eine eminent interdisziplinäre Aufgabe darstellen, da wir es u.a. mit unterschiedlichen Schweregraden sowie mit einer Vielzahl von Begleiterkrankungen zu tun haben. Verschiedenste Kompetenzen müssen zusammenkommen, um die Diagnosen sowie die sich verändernden Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen möglichst optimal zu erfassen.

Beim besten Willen nicht noch mehr leisten können

Ebenso klar wurde, dass ein Mangel an Fachleuten besteht, die insbesondere erwachsene Personen mit CP behandeln. Dieser ist nicht nur auf zum Teil fehlendes Fachwissen zurückzuführen bzw. darauf, dass die Fachleute per se in zu geringer Zahl vorhanden sind. Der Mangel erklärt sich vor allem daraus, dass in Frage kommende Ärztinnen und Ärzte aufgrund ihrer Arbeitsbelastung nicht noch weitere Patientinnen und Patienten aufnehmen können. Eindringliche Äusserungen an der Konferenz zeigten, dass viele Fachpersonen an der Grenze ihrer physischen und psychischen Belastung angelangt sind, was sich durch den Kostendruck und die vorgeschriebenenermassen zu kurzen Behandlungszeiten weiter verschärft.

Betroffene und Fachpersonen müssen sich zusammentun

Wir als Betroffene und Angehörige sollten daraus lernen, nicht immer nur für unsere Situation Kompetenz, Aufmerksamkeit und Empathie einzufordern,

Take home message

- Kinder/Jugendliche mit Cerebralparese betreuen und fördern ist eine interdisziplinäre Aufgabe
- Im Zentrum steht der Patient mit CP und seine Teilhabe
- Die Komorbiditäten und deren Behandlung bestimmen massgeblich die Lebensqualität
- Entwicklungsabhängig verändern sich die Schwerpunkte der Therapieziele
- Das CP Registry wird uns die vielen offenen Fragen beantworten helfen

Ostschweizer Kinderspital



Schlussfolgerungen aus dem Referat von Dr. med. Christoph Künzle (St. Gallen): CP im Kindesalter und deren Komorbiditäten. (Foto: z.V.g.)

den, obwohl niemand bestreitet, dass der Alltag mit CP oftmals überaus schwierig ist. Vielmehr sollten wir alles dafür tun, uns gemeinsam mit den medizinischen Fachpersonen für eine Verbesserung auch derer Rahmenbedingungen einsetzen. Das könnte zum Beispiel heissen, dass wir uns an den Universitäten als Auskunftspersonen zur Verfügung halten oder in den Krankenhäusern Selbsthilfegruppen bilden, die Bedürfnisse aufnehmen und gemeinsam mit den Fachpersonen Lösungen entwickeln.

Gute Stimmung, perfekter Rahmen

Konferenzen wie jene in Basel sind hervorragende Gelegenheiten, um Wissen zu teilen, Fragen zu klären und gegenseitige Berührungsängste abzubauen. Wie Teilnehmende berichten, herrsche an den D-A-CH Konferenzen jeweils eine ganz andere Stimmung als an anderen medizinischen Kongressen: Offene, wertschätzende und sehr persönliche Beiträge würden einen willkommenen Kontrast bilden zu akademischem Konkurrenzgehabe andernorts. Dazu beigetragen haben bestimmt die reibungslose Organisation sowie der gediegene Rahmen am Dreiländereck. Den Verantwortlichen, insbesondere Dr. Felix Brem (Weinfelden) ist dazu herzlich zu gratulieren und zu danken.

(Link-)Tipp:

- <http://www.d-a-ch-inklusivemedizin.org/ts/Tagung-2020-in-Basel>

Deux jours consacrés à la paralysie cérébrale du point de vue médical

(KS) Les 24 et 25 janvier 2020 s'est tenu au REHAB, à Bâle, le congrès annuel de l'association D-A-CH-Inklusive Medizin. Une centaine de médecins, professionnels, personnes concernées et intéressées venant des pays germanophones (D-A-CH) se sont réunis pour évoquer les dernières nouveautés concernant la paralysie cérébrale.

Du point de vue des personnes concernées, ce congrès est incontestablement un grand succès. D'une part, il est encourageant de voir qu'un grand nombre de spécialistes de la santé s'intéressent à ce sujet, et l'ont abordé deux jours durant avec engagement et passion sous d'innombrables facettes. Il a été particulièrement impressionnant de constater avec quelle unanimité tous considèrent que le diagnostic comme le traitement de la PC constituent, du premier jour jusqu'à la fin de vie, un sujet éminemment interdisciplinaire en raison des différents degrés de sévérité qu'elle peut présenter ainsi que de la multiplicité de ses comorbidités. Aussi est-il nécessaire, pour pouvoir établir au plus près les diagnostics et prendre en compte l'évolution des besoins des personnes concernées comme de leurs proches, d'associer un vaste éventail de compétences.

Impossible de faire plus — même avec la meilleure volonté du monde

Le congrès a également fait le constat du manque patent de professionnels dans ce domaine, notamment en ce qui concerne les adultes atteints de PC. Ce manque ne résulte pas uniquement d'un déficit de connaissances spécialisées ni du fait qu'il y ait en soi un nombre trop faible de médecins spécialistes, mais s'explique principalement par le fait que ces derniers croulent déjà tellement sous le travail qu'ils n'ont plus la capacité d'accepter de nouveaux patients et patientes. Durant le congrès, certaines interventions ont montré avec force que beaucoup de professionnels ont atteint leurs limites physiques et psychiques, et que cet état des choses ne fait qu'empirer en raison de la pression sur les coûts et de la réduction imposée des délais de traitement.

Les personnes concernées et les professionnels doivent agir main dans la main

Nous, les personnes concernées et leurs proches, devons en tirer l'enseignement que nous ne pouvons pas toujours exiger des professionnels de santé qu'ils abordent notre situation avec compétence, attention et empathie, même si nul ne conteste que vivre avec une PC complique souvent fortement la vie quotidienne. Nous devrions plutôt nous engager à leurs côtés en faveur d'une amélioration de leurs conditions de travail. Nous pourrions par exemple nous tenir à la disposition des universités en tant que personnes-ressources, ou créer dans les hôpitaux des groupes d'entraide recensant les besoins et recherchant des solutions en collaboration avec les professionnels.

Une bonne ambiance et un cadre idéal

Les conférences comme celle qui s'est tenue à Bâle en janvier constituent d'excellentes occasions de partager les connaissances, de résoudre certaines questions, ainsi que de surmonter les appréhensions mutuelles. Des participants ont expliqué que lors des congrès D-A-CH, l'ambiance était bien différente de celle qui règne dans d'autres congrès médicaux et que l'ouverture d'esprit, le respect et l'engagement personnel transparaissant dans les interventions formaient un contraste bienvenu avec les postures concurrentielles affichées ailleurs. Nul doute que l'organisation parfaite et le cadre prestigieux sur le triangle rhénan ont également joué un rôle positif. Un grand bravo et un grand merci à ce propos aux responsables du congrès, et tout particulièrement au Dr Felix Brem (Weinfelden).

Sämtliche IV-Begriffe sollen überprüft werden – Inclusion Handicap begrüsst den Beschluss

Die Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit (SGK-S) hat sich mit der letzten Differenz der IV-Weiterentwicklung beschäftigt: Sie bleibt einstimmig dabei, dass der Begriff «Kinderrente» nicht wie vom Nationalrat gefordert in «Zusatzrente für Eltern» umbenannt werden soll. Die SGK-S will mittels Postulat jedoch sämtliche Begriffe in der Sozialversicherungsgesetzgebung überprüfen lassen. Inclusion Handicap begrüsst beide Entscheide.

Denn die Änderung des Begriffes «Kinderrente» bringt hohen administrativen Aufwand und somit hohe Mehrkosten mit sich, ohne dass sich substantiell etwas ändern würde. Wenn schon Begrifflichkeiten angepasst werden, muss die gesamte Gesetzgebung überprüft werden. Viele Ausdrücke haben einen abwertenden Charakter, wie schon das Invalidenversicherungsgesetz an und für sich: Der Wortstamm «invalid» bedeutet «wertlos». Diese Benennung ist wie viele andere Begriffe für Menschen mit Behinderungen abwertend. Es ist erfreulich, dass nun der Bundesrat prüfen soll, wie die Gesetzgebung geändert werden kann.



Blick in den Nationalratssaal. (Foto: parlament.ch)

Die Umbenennung der Kinderrente ist noch die letzte Differenz aus der IV-Weiterentwicklung. Sie dürfte in der Frühjahrssession behandelt werden.

(Quelle: Inclusion Handicap)

Tous les termes de l'AI doivent être vérifiés – Inclusion Handicap salue cette décision

La Commission de la sécurité sociale et de la santé publique du Conseil des États (CSSS-E) s'est penchée sur la dernière divergence en matière de développement continu de l'AI. Elle reste unanime sur le fait que le terme «rente pour enfant» ne doit pas être substitué par celui de «complément de rente pour les parents», comme le demandait le Conseil national. Par postulat, la CSSS-E veut toutefois faire vérifier tous les termes dans la législation sur les assurances sociales. Inclusion Handicap salue ces décisions.

En effet, le remplacement du terme «rente pour enfant» entraîne une charge administrative importante et donc des coûts supplémentaires, sans qu'un changement substantiel n'en découle. Si certaines notions doivent être modifiées, alors c'est

toute la législation qui doit être examinée. De nombreuses expressions ont un caractère péjoratif, à commencer par le nom même de la loi sur l'assurance-invalidité: la racine du mot «invalidé» signifie «sans valeur». Cette désignation, comme de nombreuses autres notions, est péjorative pour les personnes frappées par un handicap. Il est réjouissant que le Conseil fédéral doive maintenant examiner comment la législation peut être modifiée.

La dénomination de la rente pour enfant est la dernière divergence dans le développement continu de l'AI. Cet objet devrait être traité à la session de printemps, et adopté si possible à cette occasion.

(Source: Inclusion Handicap)

Lieben wir uns selbst!?

Wenn wir über Liebe reden, geht es zuerst um Selbstliebe. Wie sonst können wir andere lieben oder von anderen geliebt werden? Selbstliebe heisst, dass wir schön sind, ohne dringend schön sein zu müssen – von innen heraus.

Selbstliebe ist wohl etwas vom Schwierigsten im Leben eines Menschen mit CP. Es ist eine Frage der Perspektive. Verändere ich den Blickwinkel, werden meine Langsamkeit zu Achtsamkeit und meine Spastik von Hand und Bein zu mentaler Stärke, weil ich trotzdem greifen kann. Und plötzlich beneiden mich Menschen in der schnelllebigen Welt um meine behinderungsbedingten Fähigkeiten. Wir sind Meister im Beobachten, im Nachdenken und können besser mit kleinen Problemen umgehen, weil wir tagtäglich grosse Hürden überwinden müssen. Wie oft beklagen sich Menschen darüber, wie schlimm es ist, wenn sie eine Hand im Gips haben. Dann möchte ich am liebsten laut loslachen, weil ich nichts anderes kenne als nur eine Hand richtig benutzen zu können.

Wo sind Ihre Stärken, was können Sie als betroffene Person besser als viele Menschen ohne Behinderung auf dieser Welt? Wenn Sie Ihre Fähigkeiten



Eva Zurlinden, Sozialpädagogin, Marte Meo Supervisorin, Mutter von 4 Kindern und Hemiparetikerin

erkennen, können Sie selbstbewusst dafür einstehen und sich auf die Schultern klopfen – das ist Selbstliebe. Ihre Persönlichkeit ist so wunderbar und wichtig. Damit können wir (fast) alles erreichen, was wir uns erträumen und wir sind Vorbild, in dem wir zeigen, dass wir an uns glauben – trotz allem oder gerade deswegen!

Aimons-nous nous-mêmes!?

Lorsque nous parlons d'amour, il s'agit tout d'abord de s'aimer soi-même. Sinon, comment aimer ou être aimé(e) des autres? S'aimer soi-même signifie que nous sommes beaux, sans avoir impérativement à être beaux – de l'intérieur.

S'aimer soi-même est l'une des choses les plus difficiles dans la vie d'une personne atteinte de PC. C'est une question de perspective. Lorsque je change de point de vue, ma lenteur se transforme en attention, et la spasticité de ma main et de ma jambe en force mentale, parce que je peux quand même attraper des choses. Et soudain, les gens dans ce monde où tout va très vite envient mes capacités liées au handicap. Nous sommes passés maîtres dans l'art d'observer, de réfléchir, et savons mieux gérer les petits problèmes parce que nous avons chaque jour de gros obstacles à surmonter. Combien de fois les gens se plaignent lorsqu'ils ont une main dans le plâtre... J'ai alors envie de hurler

de rire, parce que c'est mon quotidien de ne pouvoir utiliser qu'une main correctement.

Où sont vos forces, que savez-vous faire mieux en tant que personne handicapée que de nombreuses personnes sans handicap sur cette Terre? Si vous reconnaissez vos capacités, vous pouvez les assumer en toute conscience et vous donner vous-même une tape dans le dos – c'est de l'amour-propre. Votre personnalité est si merveilleuse et importante. Nous pouvons ainsi faire (presque) tout ce dont nous rêvons, et nous donnons l'exemple en montrant que nous croyons en nous – malgré tout cela ou justement à cause de tout cela!

Eva Zurlinden, éducatrice sociale, superviseuse Marte Meo, maman de quatre enfants et hémiparétique

Ferien, Freizeit und Erholung

Unbeschwerte Ausflüge mit dem geländegängigen Rollstuhl

Gemeinsam fernab von Asphaltstrassen wandern und die schöne Schweizer Bergwelt hautnah erleben: Mit dem JST-Mountain Drive können nicht nur holperige Wanderwege, sondern auch starke Steigungen problemlos bewältigt werden!

Wir haben in einem ersten Schritt im Sommer 2017 am Stockhorn im Simmental den Einsatz von vier JST-Multidrive-Rollstühlen ermöglicht. Diese Rollstühle können bei der Mittelstation Chrindi ausgeliehen werden und erfreuen sich sehr grosser Beliebtheit bei den Betroffenen. Im Jahr 2018 ist mit dem liechtensteinischen Malbun eine weitere Bergregion zum JST-Angebot hinzugekommen. Beim Schluchertreff beim Ortseingang von Malbun stehen seither zwei JST-Multidrive zur Miete bereit.

Seit dem Frühling 2019 können zudem in Arosa zwei Mountain Drive Rollstühle für Bergwanderungen ausgeliehen werden, und auch das Freilichtmuseum Ballenberg wurde mit einem JST ausgestattet. Inzwischen kamen auch die Standorte Scuol im Unterengadin, das Reka-Feriendorf in der Toskana und Bellwald im Oberwallis dazu.

Mehr Infos unter <https://www.cerebral.ch/de/hilfsangebote/betroffene/erholung-freizeit>

Jetzt buchen: 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 Brienersee, 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 Camping Lido in Luzern steht ausserdem ein rollstuhlgängiger Wohnwagen für Sie bereit.

Unsere Angebote für Campingferien finden Sie auf www.cerebral.ch bei den Hilfsangeboten. Gerne stellen wir Ihnen die Übersicht auch per Post zu.

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.



Für Mietanfragen nehmen Sie am besten direkt mit Caravan Service Soltermann Kontakt auf: Tel. 031 859 52 54, Tel. 079 519 37 90, Adresse: Hindelbankstrasse 38, 3322 Urtenen-Schönbühl

Mehr Infos gibts unter www.cerebral.ch

Nationale Velovermietung

Seit über zehn Jahren gibt es unsere nationale Velovermietung. An insgesamt 20 Mietstationen in der ganzen Schweiz können Sie unkompliziert und günstig unsere behindertengerechten Spezialvelos mieten. Nutzen Sie dieses Angebot und geniessen Sie gemeinsam mit Ihren Lieben einen schönen Frühlingsausflug!

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

Baar: Sonnenberg, Landhausstrasse 20, 041 767 78 33

Bellinzona BikePort Sagl:

Viale Stazione 36b, 091 243 09 78

Bellwald: Dualski-Bellwald, Holzer-Sport, 079 653 13 49

Biel: Schlössli Biel, Zentrum für Langzeitpflege, Mühlestrasse 11, 032 344 08 08

Buttes: Goût & Region, Val-de-Travers, Creux du Van, 032 864 90 64

Cugy: Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01

Gampel: Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4, 027 932 28 43

Grenchen: Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48

Hitzkirch: A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79

Hombrechtikon: e-motion e-Bike Welt, Im Zentrum 16, 043 888 04 80

Lenk: Sportanlage TEC, Oberriedstrasse 15, 033 733 22 04

Le Sentier: Centre Sportif de la Vallée de Joux, Rue de l'Orbe 8, 021 845 17 76

Murten: Bahnhof, Rent a Bike,
026 670 31 61
Neuchâtel: Neuchâtelroule,
Station du Port, 032 717 77 68
Noiraigue: Bahnhof, Rent a Bike,
032 864 90 64
Romanshorn: Bahnhof, Rent a Bike,
071 461 14 58
Schaffhausen: Lindli Huus, Fischerhäuser-
strasse 47, 052 632 01 10
Solothurn: Discherheim,
Dürnbachstrasse 34, 032 624 50 29
Stans: Atlantis-WBG, 079 426 81 12
Thun: Velomobil Hofer,
Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12

Ganzer Tag: CHF 42.–;
halber Tag: CHF 30.–.

Bei Rent a Bike ganzer Tag: CHF 55.–;
halber Tag: CHF 40.–.

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

Kajakfahren für alle



Jetzt wo es wieder wärmer wird, kann auch bald wieder unser Kajakprojekt genutzt werden! Unsere kippstabilen 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 Mietkajaks stehen auf vier Schweizer Seen zur Verfügung. Sie 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,
Schlossstrasse 24, 2560 Nidau,
Tel. 032 331 76 88
- Brienersee: 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
- Genfersee: Passion Nautique,
pr. General Guisan, 1110 Morges,
Tel. 079 898 17 05

Ungehinderter Musikgenuss an verschiedenen Schweizer Open-Airs

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.

Wir sorgen beispielsweise dafür, dass die betroffenen Besucherinnen und Besucher Rollstuhltribünen und behindertengerechte Toiletten vorfinden und sich auch sonst möglichst frei auf dem jeweiligen Festivalgelände bewegen können.

Nutzen Sie die Gelegenheit und geniessen Sie die vielen verschiedenen Konzerte hautnah und mitten im Geschehen.

Folgende Open-Airs sind in diesem Sommer besonders barrierefrei und behindertengerecht:

- Gurtenfestival vom 15. bis 18. Juli 2020
www.gurtenfestival.ch
- Winterthurer Musikfestwochen vom 5. bis 16. August 2020
www.musikfestwochen.ch
- SummerDays Festival Arbon vom 28. bis 29. August 2020
www.summerdays.ch
- Seaside Festival Spiez vom 28. bis 29. August 2020
www.seasidefestival.ch

Bedarfsgerechte Autos günstig und unkompliziert mieten

Bis jetzt war es in der Schweiz eine schwierige Angelegenheit, stunden- oder tageweise ein Auto zu mieten, in dem auch Menschen im Rollstuhl mitgeführt werden können. Dank einem nationalen Autovermietungs-Projekt in Zusammen-

arbeit mit Europcar können Familien mit einem körperbehinderten 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, Entlastungsdiensten 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>

Dankesbriefe

Nur dank Ihrer Mithilfe war es uns möglich, Celines Ferienwunsch zu erfüllen. Sie und ihre Geschwister hatten riesige Freude. Auch wir Eltern konnten den Urlaub geniessen, auch wenn Celines Pflege in den Ferien nicht weniger anstrengend ist. Zu sehen, wie Celine sich freute, hat uns geholfen, die Arbeiten problemlos zu erledigen.

Familie Alameda, 4600 Olten

Herzlichen Dank für Ihren Zustupf an unseren rollstuhlgängigen Wagen für Fahrgäste mit einem Handicap. Im Sommer konnten wir diesen Spezialwagen dem regulären Fahrbetrieb übergeben. Immer wieder besuchen uns Bahnfreunde mit einem Handicap, deren Transport wir nun dank Ihrer Hilfe ohne grossen Aufwand und Umsteigen ermöglichen können.

Hansueli Birchmeier, Steiner Liliputbahn-Verein, 8222 Beringen

Vielen herzlichen Dank für den Zustupf an unser neues Tandem Pinho. Mit Ihrem Beitrag haben Sie mir und meinen Eltern einen grossen, lange gehegten Wunsch erfüllt. Es ist so schön, nun endlich auch grössere Velotouren zu unternehmen und die Natur geniessen zu können.

Delia Odermatt, 8507 Hörhausen

Vacances, loisirs et repos

Fauteuil roulant tout-terrain JST Multidrive

Se promener ensemble à l'écart des routes goudronnées et découvrir au plus près la beauté des montagnes suisses: le JST-Mountain Drive permet d'affronter sans problème les sentiers de randonnée accidentés, mais aussi les fortes pentes!



Dans un premier temps nous avons rendu possible l'utilisation de quatre fauteuils roulants JST-Multidrive sur le Stockhorn, dans le Simmental. Ils peuvent être loués à la station intermédiaire de Chrindi et remportent un franc succès auprès des personnes concernées. En 2018, l'offre JST a été étendue à une autre région montagneuse: Malbun, au Liechtenstein. Depuis le printemps 2019, deux autres fauteuils Mountain Drive peuvent être loués à Arosa pour les randonnées en montagne, et le musée en plein air Ballenberg a également été équipé d'un JST. Trois nouveaux sites se sont ajoutés à Scuol en Basse-Engadine, le village de vacances Reka en Toscane et Bellwald dans le Haut-Valais. Permettre aux personnes handicapées de randonner en famille et de se rendre dans la nature répond à un important besoin.

Retrouvez plus d'informations à propos de cette offre de loisirs sur www.cerebral.ch, rubrique Aides diverses

Réservez dès maintenant vos vacances au camping

Des vacances au camping sans se priver de rien? Bien sûr! Les bungalows Cerebral, accessibles en fauteuil roulant, sont à votre disposition pour des vacances reposantes au bord des lacs de Brienz, des Quatre-Cantons, de Sempach ou du Lac Majeur, ou encore le long du Rhin ou

de l'Aar. Les bungalows sont entièrement accessibles en fauteuil roulant et offrent aux familles comptant un proche handicapé tout ce qui fait battre le cœur des vacanciers. Au camping de Lucerne, une caravane accessible en fauteuil roulant est en outre disponible.

Retrouvez nos offres de vacances au camping sur www.cerebral.ch, rubrique Aides diverses. Nous vous faisons aussi volontiers parvenir la vue d'ensemble par courrier.

Location nationale de vélos

Nos vélos de location sont équipés de moteurs électriques et peuvent être réglés facilement pour s'adapter à presque tous les types de handicaps. Appelez impérativement avant votre balade à vélo la station de location souhaitée afin de vous renseigner sur les horaires d'ouverture et les vélos disponibles:

Baar: Sonnenberg, Landhausstrasse 20, 041 767 78 33

Bellinzona: BikePort Sagl, Viale Stazione 36b, 091 243 09 78

Bellwald: Dualski-Bellwald, Holzer-Sport, 079 653 13 49

Bienne: Schlössli Biel-Bienne, Centre pour malades chroniques, Mühlestrasse 11, 032 344 08 08

Buttes: Goût & Region, Val-de-Travers, Creux du Van, 032 864 90 64

Cugy: Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01

Gampel: Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4, 027 932 28 43

Granges: Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48

Hitzkirch: A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79

Hombrechtikon: e-motion e-Bike Welt, Im Zentrum 16, 043 888 04 80

Lenk: Sportanlage TEC, Oberriedstrasse 15, 033 733 22 04



Le Sentier: Centre Sportif de la Vallée de Joux, Rue de l'Orbe 8, 021 845 17 76
Morat: Gare, Rent a Bike, 026 670 31 61
Neuchâtel: Neuchâtelroule, Station du Port, 032 717 77 68
Noiraigue: Gare, Rent a Bike, 032 864 90 64
Romanshorn: Bahnhof, Rent a Bike, 071 461 14 58
Schaffhouse: Lindli Huus, Fischerhäuserstrasse 47, 052 632 01 10
Soleure: Discherheim, Dürrbachstrasse 34, 032 624 50 29
Stans: Atlantis-WBG, 079 426 81 12
Thoune: Velomobil Hofer, Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12

Journée entière: CHF 42.-;
demi-journée: CHF 30.-.
Chez Rent a Bike, journée entière: CHF 55.-; demi-journée: CHF 40.-.

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.

Kayak pour tous

La chaleur va bientôt revenir, notre projet de kayak va donc lui aussi refaire surface! Nos kayaks biplaces ne peuvent pas se renverser et sont équipés d'un dispositif d'assise spécial permettant aux personnes manquant de stabilité corporelle d'être confortablement assises dans le kayak et de participer à la balade en étant bien sécurisées. Vous pouvez au choix piloter vous-même le kayak en équipe ou vous laisser conduire par un moniteur expérimenté. Ces kayaks peuvent être loués sur quatre lacs suisses directement auprès des stations de location, facilement et à des prix avantageux. Toutes les personnes inscrites chez nous bénéficient d'une remise de 20% sur la location de kayaks.

- Lac de Bienne: Globepaddler AG, Schlosstrasse 24, 2560 Nidau, Tél. 032 331 76 88
- Lac de Brienz: Hightide Kayak School GmbH, am Quai 1, 3806 Bönigen, Tél. 079 906 05 51
- Lac des Quatre-Cantons: Kanuwelt Buochs, Seefeld 8, 6374 Buochs, Tél. 078 635 24 14
- Lac Léman: Passion Nautique, pr. General Guisan, 1110 Morges, Tél. 079 898 17 05

Vacanza, tempo libero e relax

Sedia a rotelle da sterrato JST Multidrive

Andarsene tutti insieme lontano dalle strade asfaltate per godersi in prima persona le fantastiche montagne svizzere: con la JST-Mountain Drive è possibile affrontare senza problemi non solo sentieri accidentati, ma anche forti pendenze! In una prima fase abbiamo reso disponibili quattro sedie a rotelle JST-Multidrive sullo Stockhorn, nella valle della Simme. Queste sedie a rotelle possono essere noleggiate presso la stazione intermedia di Chrindi e sono molto apprezzate dalle persone con disabilità. Dal 2018 fa parte della nostra offerta di noleggio sedie JST anche un'altra regione alpina, quella di Malbun nel Liechtenstein.

Dalla primavera del 2019 sono inoltre disponibili al noleggio per le escursioni alpine due sedie a rotelle Mountain Drive anche presso Arosa, e anche il Museo all'aperto di Ballenberg è stato dotato di una JST. Si sono aggiunte anche le località di Scuol nella Bassa Engadina, il villaggio turistico Reka in Toscana e Bellwald nell'Alto vallese. Poter fare delle escursioni in famiglia in mezzo alla natura cui possano accedere anche persone portatrici di handicap, significa soddisfare un bisogno importante.

Ulteriori informazioni su questa offerta per il tempo libero sono disponibili sul nostro sito www.cerebral.ch alla voce Offerte di assistenza



Prenotare ora: vacanze in campeggio

Desiderate delle vacanze in campeggio senza dover rinunciare a nulla? Con i bungalow di Cerebral non è un problema! Trascorrete delle vacanze riposanti in un bungalow accessibile in sedia a rotelle sul Lago di Brienz, sul Lago dei Quattro Cantoni, sul Reno, sull'Aare, sul Lago di Sempach e sul lago Maggiore. I bungalow sono completamente accessibili alle sedie a rotelle e offrono alle famiglie con un componente portatore di handicap tutto ciò che desiderano. Nel campeggio di Lucerna è inoltre disponibile una roulotte accessibile in sedia a rotelle.

Le nostre offerte per le vacanze in campeggio sono riportate sul sito www.cerebral.ch tra le offerte di assistenza. Saremo lieti di inviarvi la panoramica anche per posta.

Noleggio nazionale di biciclette

Le biciclette a noleggio sono tutte dotate di motori elettrici e possono essere adattate in poche mosse alle esigenze individuali di quasi ogni handicap. Prima dell'escursione in bicicletta, contattate sempre la stazione di noleggio desiderata per informazioni sugli orari e sulle biciclette disponibili.

Baar: Sonnenberg, Landhausstrasse 20, 041 767 78 33

Bellinzona: BikePort Sagl, Viale Stazione 36b, 091 243 09 78

Bellwald: Dualski-Bellwald, Holzer-Sport, 079 653 13 49

Biel: Schlössli Biel, Zentrum für Langzeitpflege, Mühlestrasse 11, 032 344 08 08

Buttes: Goût & Region, Val-de-Travers, Creux du Van, 032 864 90 64

Cugy: Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01

Gampel: Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4, 027 932 28 43

Grenchen: Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48

Hitzkirch: A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79

Hombrechtikon: e-motion e-Bike Welt, Im Zentrum 16, 043 888 04 80

Lenk: Sportanlage TEC, Oberriedstrasse 15, 033 733 22 04

Le Sentier: Centre Sportif de la Vallée de Joux, Rue de l'Orbe 8, 021 845 17 76

Murten: Bahnhof, Rent a Bike, 026 670 31 61

Neuchâtel: Neuchâtelroule, Station du Port, 032 717 77 68

Noiraigue: Bahnhof, Rent a Bike, 032 864 90 64

Romanshorn: Bahnhof, Rent a Bike, 071 461 14 58

Schaffhausen: Lindli Huus, Fischerhäuserstrasse 47, 052 632 01 10

Solothurn: Discherheim, Dürrbachstrasse 34, 032 624 50 29

Stans: Atlantis-WBG, 079 426 81 12

Thun: Velomobil Hofer, Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12

Giornata intera: CHF 42.–;
mezza giornata: CHF 30.–.

Presso Rent a Bike,
giornata intera: CHF 55.–;
mezza giornata: CHF 40.–.

Presentando la «tessera Cerebral» riceverete uno sconto del 50% sul prezzo del noleggio. Lo sconto viene detratto direttamente sul posto.

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». Riservate già ora la data per la 10° edizione di slowUp Ticino: domenica 19 aprile 2020, non mancate!

Più informazioni sono disponibili su www.slowup.ch

Vorschau | avant-première | anteprima

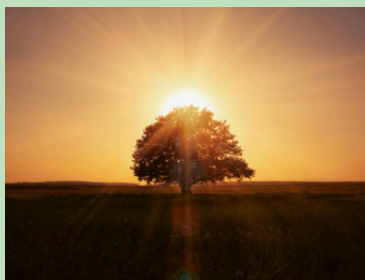


Foto: Ivan Kruk/shutterstock.com

- Zoom: Spiritualität
- Zoom: Spiritualité
- Zoom: Spiritualità

Impressum

ISSN 1424-7828

64. Jahrgang | Mitgliederzeitschrift
64^e année | Journal pour membres
64^o 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
www.association-cerebral.ch
info@vereinigung-cerebral.ch
info@association-cerebral.ch
facebook.com/associationcerebral.ch

Titelbild | Photo de couverture | Foto di copertina

(Foto: Xidong Luo/Shutterstock.com)

Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

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

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

24.04.2020

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