



«Man kann nicht nicht kommunizieren»

Mit einem Talker kommunizieren

Petition:  
Eine Stimme für Menschen ohne Lautsprache

«On ne peut pas ne pas communiquer»

Communiquer avec un appareil de communication

Pétition:  
Une voix pour les personnes privées de l'usage de la parole

«È impossibile non comunicare»

MAGAZIN CEREBRAL  
MAGAZINE CEREBRAL  
RIVISTA CEREBRAL

Ausgabe 2 | Juni 2022



4

Foto: Schweizer Paraplegiker-Stiftung

4 «Man kann nicht nicht kommunizieren»  
Unterstützte Kommunikation näher betrachtet

10 Mit einem Talker kommunizieren

14 Petition zu Unterstützter Kommunikation (UK):  
Eine Stimme für Menschen ohne Lautsprache

16 UNBRK: Der UNO-Ausschuss stellt der Schweiz  
ein schlechtes Zeugnis aus

18 Ihre Meinung zählt!

19 Die Krux mit dem Kräfte-Management

20 News der Stiftung Cerebral



Photo: A\_B\_C/  
shutterstock.com

6

6 «On ne peut pas ne pas communiquer»  
Zoom sur la communication améliorée  
et alternative

12 Communiquer avec un appareil  
de communication

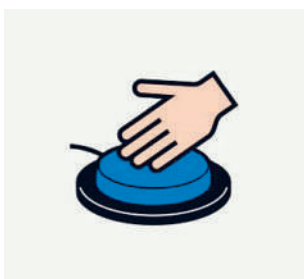
15 Pétition en faveur de la communication  
alternative et améliorée: Une voix pour les  
personnes privées de l'usage de la parole

17 CDPH: Le Comité de l'ONU donne une mauvaise  
note à la Suisse

18 Votre avis compte!

19 Le casse-tête de la gestion des forces

22 Nouvelles de la Fondation Cerebral



8

Illustrazione:  
UK-Schweiz.ch

8 «È impossibile non comunicare»  
Focus sulla comunicazione assistita

23 Notizie della Fondazione Cerebral

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

Im aktuellen Magazin befassen wir uns mit Unterstützter Kommunikation. Welche Wege, Möglichkeiten und technischen Geräte bieten sich Menschen mit Behinderungen, denen die Lautsprache eventuell nicht oder nur eingeschränkt zur Verfügung steht? Im einführenden Artikel geht die Autorin Eva Zurlinden dieser Frage nach. Egal, ob ein Sprachcomputer (Talker) zum Einsatz kommt, ob es um Gebärden, Piktogramme oder nonverbale Signale geht: Immer müssen die Bedürfnisse und Ressourcen der Personen mit Behinderungen im Zentrum stehen. Das bedingt u.a. sorgfältige Abklärungen. Diese Beobachtungen bestätigt Julien-Clément Waeber, ein selbstbetroffener Politiker und Aktivist aus der Waadt.

Zwar kann er sich dank seines Talkers heute viel schneller und präziser zum Beispiel an politischen Debatten beteiligen als früher. Dennoch hat er auch schon festgestellt, dass sich die Menschen häufig mehr für den Talker interessieren als dafür, was er zu sagen hat. Unbestritten ist, dass Unterstützte Kommunikation in der Schweiz heute noch nicht die Aufmerksamkeit bekommt, die sie verdient. Bitte unterschreiben Sie deshalb die Petition auf Seite 14, die von der Vereinigung Cerebral Schweiz unterstützt wird. Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre und freuen uns, wenn Sie uns auch gleich Ihre Meinung sagen in der Umfrage zur Qualität unserer Medien und Publikationen auf S. 18. Besten Dank im Voraus.



**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

*K. Stokar*

### **Chères lectrices et chers lecteurs,**

Ce nouveau numéro de notre magazine est consacré à la communication améliorée et assistée (CAA). Quelles sont les voies, les possibilités et les moyens techniques s'offrant aux personnes qui n'ont pas accès au langage parlé ou seulement de manière limitée? Dans l'article d'introduction, l'auteure Eva Zurlinden se penche sur cette question. Qu'il s'agisse d'utiliser un appareil de communication par exemple, ou des signes, des pictogrammes et des signaux non verbaux, les besoins et les ressources des personnes en situation de handicap doivent toujours être au centre des préoccupations. Cela nécessite entre autres des explications détaillées. Ces observations sont confirmées par Julien-Clément Waeber, un politi-

cien et militant vaudois concerné par la question. Certes, grâce à son appareil de communication, il peut aujourd'hui intervenir beaucoup plus rapidement et plus précisément qu'auparavant aux débats politiques par exemple. Cependant, il a également constaté que les gens s'intéressent souvent bien plus à son appareil qu'à ce qu'il a à dire. Il est indéniable que la CAA ne reçoit aujourd'hui pas encore l'attention qu'elle mérite en Suisse. C'est pourquoi nous vous invitons à signer la pétition en page 15, soutenue par l'Association Cerebral Suisse. Nous vous souhaitons une agréable lecture et serions heureux de connaître votre avis sur la qualité de nos médias et publications dans le sondage en page 18. Merci d'avance.

### **Gentili lettrici e lettori**

In questa rivista ci occupiamo di comunicazione aumentativa e alternativa. Quali sono i modi, le possibilità e i dispositivi tecnici a disposizione delle persone con disabilità che possono avere un accesso limitato o nullo al linguaggio parlato? Nell'articolo introduttivo, l'autrice Eva Zurlinden esplora questa domanda. Indipendentemente dal fatto che si utilizzi un computer dotato di sintetizzatore vocale che si tratti di segni, pittogrammi o segnali non verbali: le esigenze e le risorse delle persone con disabilità devono sempre essere al centro. Ciò richiede, tra l'altro, un'attenta chiarificazione. Queste osservazioni sono confermate da Julien-Clément Waeber, politico e attivista vodese. È vero che, grazie al

computer dotato di sintetizzatore vocale, oggi può partecipare a dibattiti politici, ad esempio, in modo molto più rapido e preciso che in passato. Tuttavia, ha già notato che spesso le persone sono più interessate al suo computer che a ciò che ha da dire. È indubbio che oggi l'AAC in Svizzera non riceve ancora l'attenzione che merita. Pertanto, vi invitiamo a firmare la petizione a pagina 15, sostenuta dall'Associazione Cerebral Svizzera. Speriamo che la lettura di questo numero sia di vostro gradimento e vi saremmo grati se poteste esprimere la vostra opinione nel sondaggio sulla qualità dei nostri media a pagina 18. Vi ringraziamo in anticipo.



# «Man kann nicht nicht kommunizieren»

Unterstützte Kommunikation näher betrachtet

Ein Satz von Paul Watzlawick, Kommunikationswissenschaftler aus dem letzten Jahrhundert, der heute noch seine Gültigkeit hat – auch bei Menschen mit Behinderung.

Gehen wir davon aus, dass jeder oder jede ständig kommuniziert, ist es oft nicht nur die Sprache, mit der wir kommunizieren. Wir nutzen die Augen, die Hände, den ganzen Körper. Die Sprache ist aber trotzdem oft das Mass aller Dinge, wenn wir uns fragen, ob jemand kommunizieren kann oder nicht. Wieso das so ist? Wenn wir sprechen, muss unser Gegenüber uns weder kennen noch beobachten. Möglicherweise müssen wir uns dabei nicht mal anschauen und verstehen uns blind. Über die Sprache können wir uns jederzeit mitteilen und gehen davon aus, dass wir verstanden werden.

## **Kommunizieren ist mehr als Sprechen**

Aber Achtung! Manchmal kann Sprache sehr missverständlich sein. Stellen wir uns zum Beispiel vor, wir sprechen mit jemandem, der sich in einem anderen Raum befindet. Wir haben das Gefühl, wir haben uns klar ausgedrückt und kurze Zeit später merken wir, dass unsere Worte gar nicht angekommen sind. Wir rufen z.B. das Kind zum Essen, es antwortet mit «ja» – und kommt trotzdem nicht. Es hat also ein Missverständnis gegeben, das Gesagte ist anders angekommen als gedacht. Wollen wir erfolgreich mit jemandem kommunizieren, brauchen wir aber mehr als nur die Sprache, damit unsere Botschaften ankommen. Das betrifft Menschen mit und ohne Behinderung gleichermaßen. Wie machen wir das allerdings, wenn die Sprache eventuell nur eingeschränkt oder gar nicht zur Verfügung steht?

## **Beim Menschen anfangen**

Wichtig ist, dass wir unser Gegenüber wahrnehmen und versuchen zwischen den Zeilen zu lesen. Dafür müssen wir auf unser Gegenüber einlassen und es beobachten. Genau hier beginnt Unterstützte Kommunikation. Ich habe selbst wenig Erfahrung mit unterstützenden Gebärdensprachen, Piktogrammen, Sprachcomputern oder anderen Methoden zur Unterstützten Kommunikation. In den letzten 20 Berufsjahren und im Privatleben konnte ich aber trotz aller technischer Fortschritte beobachten, dass die Methoden – egal welche – zwar durchaus gut funktionieren, aber nur dann, wenn sie auch zu den Menschen passen, die sie verwenden.

Unterstützte Kommunikation bedingt, dass die Bedürfnisse und Ressourcen der betroffenen Person im Zentrum stehen.  
Foto: Schweizer Paraplegiker-Stiftung.

Damit sie den Betroffenen und der Umwelt etwas bringt, muss Unterstützte Kommunikation also zwingend beim Menschen mit Behinderung anfangen. Zum Beispiel mit der Frage: «Was kann sie oder er bereits?». Hier entsteht die erste Herausforderung. Oft wird zuerst beurteilt, was er oder sie nicht kann und in welche Richtung die Therapien gehen sollten. So wird teilweise übersehen, was die Betroffenen wirklich brauchen, um am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Im Fall meiner Tochter wurde beispielsweise Logopädie verordnet, anstatt ihre Kontaktversuche im Alltag zu unterstützen. Viele Menschen wissen gar nicht, wie wichtig Blickrichtung und Körperhaltung in der Kommunikation sind. Wenn ein Mensch Mühe hat den Kopf zu heben oder autistische Züge aufweist, braucht er oder sie jemanden an der Seite, den ihn oder sie dabei unterstützt, Kontakte herzustellen und diese Fähigkeiten mit ihm trainiert. Das ist bereits Unterstützte Kommunikation. Die Sprache an sich und was eigentlich ausgedrückt werden will, kommt an zweiter Stelle. Zuerst muss sichergestellt werden, dass der Mensch mit Behinderung wahrgenommen wird. Das gelingt häufig bereits mit der Veränderung der Körperhaltung. Andernfalls können zum Beispiel Assistenzpersonen die Brücke zum Gegenüber schlagen. Etwa so: Ein Mensch mit Behinderung sagt jemandem etwas und die Assistenzperson merkt, dass die Botschaft nicht ankommt. Die Assistenzperson kann den oder die Angesprochene\*n aufmerksam machen, indem sie das Gesagte wiederholt oder sagt «hast du gehört... hat dir etwas gesagt.»

Wird entschieden, dass Hilfsmittel zur Unterstützten Kommunikation zum Einsatz kommen, gilt auch da zuerst zu schauen, über welche Ressourcen die Betroffenen verfügen. Ich beobachte immer wieder, dass zum Beispiel an Schulen bestimmte Piktogramme oder Gebärden zum Einsatz kommen und die Kinder sich an diese Vorgaben anpassen müssen. Es ist mir klar, es ist einfacher für die Unterstützterpersonen, wenn sie nur eine «Sprache» lernen müssen. Den Fähigkeiten des Kindes wird so jedoch nicht immer mit Rechnung getragen. Das kann dazu führen, dass das Kind die Motivation am Lernen verliert und sein Potenzial nicht entfalten kann. Unterstützte Kommunikation ist so wichtig für die Teilhabe von Menschen mit Behinderung. Von Nutzen ist sie nur dann, wenn sie gut auf die Betroffenen angepasst ist und nicht auf ihre Unterstützter. Bei einer Prothese würde kein Mensch auf die Idee kommen, die Prothese der Betroffenen an die Lehr- oder Betreuungsperson anzupassen.

### **Nonverbale Signale wahrnehmen**

Wichtige kommunikative Botschaften gehen daneben auch von der nonverbalen Kommunikation aus, also dem Austausch ohne Worte. Sie erweitert die Möglichkeiten der verbalen Sprache ebenfalls. Astrid Steinmetz, Psychotherapeutin und Sozialpädagogin, bildet Menschen darin aus, weil sie entdeckt hat, wie wichtig die nonverbale Kommunikation besonders für und mit Menschen mit Behinderung ist. Sie schreibt: «Indem die im Alltagsgebrauch fokussierte verbale Kommunikation durch nonverbale Formen bewusst erweitert oder ganz ersetzt wird, kann eine gemeinsame Ebene eröffnet werden und können interpersonelle Beziehungen aufrechterhalten werden.» ([www.kommunikation-ohne-worte.de](http://www.kommunikation-ohne-worte.de))

### **Die Inklusion als Ziel**

Für Menschen mit Behinderung und ihre Unterstützterpersonen ist es also wichtig, die Bedeutung von verbaler und nonverbaler Kommunikation zu verstehen und zu nutzen. Denn wer auf die eine oder andere Weise kommunizieren kann, ist fähig, in Kontakt mit anderen zu treten. Wenn dies gelingt, ist Inklusion möglich. Umgekehrt ist unglaublich wichtig, herauszufinden, weshalb Inklusion im Einzelfall scheitert. Meine Tochter beispielsweise liebt es mit anderen Kindern zu spielen und erzählt grundsätzlich allen gern, was sie im Leben so bewegt. Trotzdem hören wir Eltern oft, sie kann nicht richtig kommunizieren und kommt nicht in Kontakt mit anderen Kindern im Kindergarten. Was ist denn das Problem? Unsere Tochter hat Mühe, ihren Kopf aufrecht zu halten und ihre Gesprächspartner anzuschauen. Bei Menschen mit Cerebralparese ist das nicht selten der Fall. Bekommt meine Tochter aber die richtige Unterstützung bei der Kommunikation, geht alles viel einfacher. Genau dann gelingt Unterstützte Kommunikation. Das ist ein lohnendes Ziel.

Eva Zurlinden, Sozialpädagogin, Gartentherapeutin,  
Marte Meo Supervisorin [www.gartenfabrik.ch](http://www.gartenfabrik.ch)

## Weitere Informationen und Links:

<https://buk.ch/>  
[https://www.paraplegie.ch/  
activecommunication/de/  
ueber-uns/be-active/  
daniels-blog/](https://www.paraplegie.ch/activecommunication/de/ueber-uns/be-active/daniels-blog/)

A photograph showing two hands, one from the left and one from the right, positioned over a dense field of green leaves. The fingers of both hands are spread out, and their tips meet at the center, forming a heart shape. The background is a lush, green field of small, oval-shaped leaves. A semi-transparent blue square is overlaid on the top left corner of the image.

# «On ne peut pas ne pas communiquer»

Zoom sur la communication améliorée et alternative

Cette phrase de Paul Watzlawick, chercheur en communication ayant vécu au siècle dernier, est encore valable aujourd'hui, et pour les personnes en situation de handicap également.

Si nous partons du principe que tout le monde communique en permanence, la communication ne se limite souvent pas à la langue: nous utilisons également les yeux, les mains et le corps tout entier. Mais la langue reste souvent le critère de référence lorsqu'on se demande si quelqu'un peut communiquer ou non. Pourquoi en est-il ainsi? Lorsque nous parlons, notre interlocuteur n'a pas besoin de nous connaître, ni de nous observer. Sans même se regarder, il est possible de parfaitement se comprendre. À tout moment, nous pouvons communiquer par le biais de la parole et nous partons du principe que nous sommes compris.

### **La communication va bien au-delà de la parole**

Mais attention! Le langage parlé peut parfois être très mal compris. Ainsi, lorsque nous parlons à quelqu'un qui se trouve dans une autre pièce, nous avons l'impression d'avoir été clairs mais nous prenons par la suite conscience que nos paroles n'ont pas du tout été entendues. Par exemple, nous appelons un enfant pour manger, il répond «oui» mais ne vient pas. Il y a donc un malentendu, ce que nous avons dit n'a pas été compris comme prévu. Si nous voulons communiquer efficacement avec quelqu'un, nous devons aller au-delà de la parole pour faire entendre notre message. Cela concerne aussi bien les personnes en situation de handicap que les autres. Mais comment faire lorsque la capacité de parole est limitée ou absente?

### **Il faut se concentrer sur la personne**

Il est important de percevoir notre interlocuteur et d'essayer de lire entre les lignes. Pour cela, nous devons nous mettre réellement à son écoute et l'observer. C'est précisément là qu'intervient la communication améliorée et alternative. J'ai moi-même peu d'expérience avec les gestes d'assistance, les pictogrammes, les ordinateurs vocaux ou autres méthodes de communication assistée. Mais au cours des vingt dernières années de ma carrière professionnelle, ainsi que dans ma vie privée, j'ai pu observer que malgré tous les progrès techniques, les méthodes quelles qu'elles soient fonctionnent certes très bien, mais uniquement si elles conviennent également aux personnes qui les utilisent.

Pour être utile aux personnes concernées et à leur entourage, la communication améliorée et alternative doit donc impérativement se concentrer en premier lieu sur la personne en situation de handicap. Par exemple, il est important de se poser la question suivante: «que sait-il ou elle déjà faire?». C'est là que surgit la première difficulté. Car souvent, on commence par évaluer ce que la personne ne peut pas faire et dans quelle direction les thérapies doivent aller. Ainsi, on oublie parfois ce dont les personnes concernées ont réellement besoin pour pouvoir participer à la vie sociale. Dans le cas de ma fille, on lui a par exemple prescrit des séances d'orthophonie au lieu de l'accompagner dans ses tentatives de contact au quotidien. Beaucoup de gens ne savent pas à quel point la direction du regard et la position du corps sont importantes dans la communication. Si une personne a du mal à lever la tête ou présente des traits autistiques, elle a besoin de quelqu'un à ses côtés pour l'aider à établir des contacts et exercer ces compétences avec elle. Ceci est déjà de la communication améliorée et alternative. Le langage en lui-même et ce qui doit être exprimé ne viennent qu'ensuite. Il faut d'abord s'assurer que la personne en situation de handicap est bien prise en compte. Pour cela, il suffit souvent de changer de position du corps. Sinon, les assistants peuvent faire le lien avec l'interlocuteur, par exemple: une personne handicapée dit quelque chose à quelqu'un et la personne assistante remarque que le message ne passe pas. La personne assistante peut alors attirer l'attention du ou des destinataires en répétant ce qui a été dit ou en demandant «As-tu entendu? Il ou elle t'a dit quelque chose.»

Si on décide d'utiliser des moyens auxiliaires pour la communication améliorée et alternative, il faut là aussi d'abord voir de quelles ressources disposent déjà les personnes concernées. J'observe régulièrement que dans les écoles par exemple, certains pictogrammes ou signes sont utilisés et que les enfants doivent s'adapter à ces consignes. Je comprends qu'il soit plus facile pour les assistants de n'apprendre qu'un seul «langage». Cependant, les capacités de l'enfant ne sont pas toujours prises en compte. Cela peut lui faire perdre sa motivation à apprendre et l'empêcher de développer son potentiel.

La communication améliorée et alternative est capitale pour la participation des personnes en situation de handicap. Elle n'est cependant utile que si elle est adaptée aux personnes concernées et non à leurs personnes assistantes. Nul n'aurait l'idée d'adapter la prothèse d'un patient au membre de son enseignant ou soignant par exemple.

### Percevoir les signaux non verbaux

D'importants messages émanent par ailleurs de la communication non verbale, c'est-à-dire de l'échange sans paroles. Astrid Steinmetz, psychothérapeute et pédagogue sociale, forme des personnes à la communication non verbale, dont elle a découvert l'importance en particulier pour et avec les personnes handicapées. Selon elle, «en élargissant consciemment ou en remplaçant complètement la communication verbale, focalisée dans l'usage quotidien, par des formes non verbales, il est possible d'instaurer un espace commun et de maintenir des relations interpersonnelles». ([www.kommunikation-ohne-worte.de](http://www.kommunikation-ohne-worte.de))

### L'inclusion comme objectif

Pour les personnes en situation de handicap et leurs personnes assistantes, il est donc important de comprendre l'importance des communications verbales et non verbales et de les utiliser. Car toute personne qui peut communiquer d'une quelconque manière est capable d'entrer en contact avec les autres. Si elle y parvient, l'inclusion est alors possible. À l'inverse, il est extrêmement important de chercher pourquoi l'inclusion échoue dans certains cas. Ma fille, par exemple, adore jouer avec les autres enfants et aime raconter à tout le monde ce qui la touche dans la vie. Pourtant, nous ses parents entendons souvent dire qu'elle ne sait pas communiquer correctement et qu'elle n'entre pas en contact avec les autres enfants de son école maternelle. Où se situe donc le problème? Notre fille a du mal à tenir sa tête droite et à regarder ses interlocuteurs, ce qui n'est pas rare chez les personnes atteintes de paralysie cérébrale. Mais si elle bénéficie d'un soutien adéquat pour communiquer, tout devient beaucoup plus facile. C'est précisément là que la communication améliorée et alternative fonctionne. C'est un objectif qui en vaut la peine.

Eva Zurlinden, pédagogue sociale, hortithérapeute, superviseuse Marte Meo [www.gartenfabrik.ch](http://www.gartenfabrik.ch)



L'auteure:  
Eva Zurlinden.

Photo: privé

Plus  
d'informations:

<https://www.paraplegie.ch/activecommunication/fr/>



# «È impossibile non comunicare»

Focus sulla comunicazione assistita

Questa frase è di Paul Watzlawick, studioso della comunicazione del secolo scorso, ed è ancora oggi attuale – anche per le persone con disabilità.

Partendo dal presupposto che ognuno di noi comunica continuamente, spesso la lingua non è il solo mezzo di cui ci avvaliamo per farlo, bensì anche gli occhi, le mani e il corpo nella sua totalità. Tuttavia, il linguaggio verbale è spesso la misura di tutte le cose quando ci chiediamo se qualcuno è in grado di comunicare o meno. Perché è così? Quando parliamo, non occorre che il nostro interlocutore ci conosca, né che ci osservi. Probabilmente ci capiremo al volo senza il bisogno di guardarci. Grazie alla lingua possiamo comunicare in qualsiasi momento, partendo dal presupposto di essere capiti.

### **Comunicare oltre le parole**

Attenzione però! A volte la lingua può essere molto fuorviante. Poniamo l'esempio di parlare con qualcuno che si trovi in un'altra stanza e di essere sicuri di esserci espressi chiaramente; poco più tardi ci rendiamo invece conto che le nostre parole non sono state affatto recepite. Per esempio, chiamiamo nostro figlio o nostra figlia per avvisare che il pranzo è pronto: ci risponde «sì», ma non arriva. In tal caso siamo di fronte a un'incomprensione, perché quanto è stato detto viene recepito diversamente da ciò che si pensava. Per comunicare bene con qualcuno, non bastano le parole per veicolare un messaggio. Questo riguarda tutte le persone indistintamente, con o senza disabilità. Ma come possiamo farlo se il linguaggio verbale è disponibile solo in misura limitata o se è assente?

### **Iniziare dalla persona**

È importante accorgerci di chi abbiamo di fronte e cercare di leggere tra le righe. Per farlo, dobbiamo interfacciarci con questa persona e osservarla. La comunicazione assistita inizia proprio qui. Io stessa ho poca dimestichezza con la lingua dei segni, pittogrammi, computer dotati di sintetizzatore vocale o altri metodi per la comunicazione assistita. Negli ultimi 20 anni di esperienza lavorativa e personale, ho però potuto osservare che, nonostante tutti i progressi tecnologici, i metodi utilizzati – indipendentemente da quello scelto – funzionano bene solo se adattati alla persona che li utilizza.



Affinché possa portare beneficio agli interessati e all'ambiente circostante, la comunicazione assistita deve quindi iniziare con le persone con disabilità, ponendosi per esempio la domanda: «Che cosa è già in grado di fare?». Questa è la prima sfida. Spesso si tende prima a stabilire che cosa una persona non sia in grado di fare e come orientarne le terapie, con il rischio di ignorare in parte ciò di cui ha veramente bisogno per poter partecipare alla vita sociale. Nel caso di mia figlia, per esempio, è stata prescritta la logopedia invece di supportare i suoi tentativi di contatto nella vita di tutti i giorni. Sono in molti a non sapere quanto siano importanti la direzione dello sguardo e la postura ai fini della comunicazione. Quando una persona ha difficoltà a sollevare la testa o presenta tratti autistici, ha bisogno di qualcuno al suo fianco che la supporti a stabilire contatti e ad allenare queste abilità. Questa è già comunicazione assistita. Il linguaggio verbale e ciò che si intende esprimere effettivamente passa in secondo piano. Innanzitutto occorre sintonizzarsi con la persona con disabilità, il che spesso è possibile già solo cambiando postura. In alternativa, gli assistenti possono colmare il divario nei confronti dell'interlocutore. Per esempio, può capitare che una persona con disabilità dica qualcosa a qualcuno e che l'assistente si accorga che il messaggio non è stato recepito. In tal caso, l'assistente può farlo notare alla persona interessata ripetendo quanto detto o aggiungendo: «Hai sentito... ti ha detto qualcosa».

Se poi si dovesse decidere di ricorrere ad ausili per la comunicazione assistita, la prima cosa da fare è stabilire quali risorse hanno a disposizione le persone interessate. Io continuo a osservare che nelle scuole, per esempio, si utilizzano determinati pittogrammi o segni a cui i bambini devono adattarsi. Mi è chiaro che per una persona di sostegno sia più facile imparare un solo «linguaggio», tuttavia così le capacità del bambino non vengono prese in considerazione. Ciò può far sì che quest'ultimo perda la motivazione all'apprendimento e non possa sviluppare il proprio potenziale.

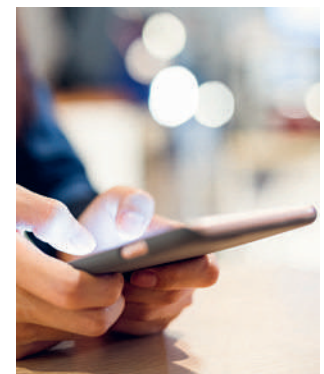
La comunicazione assistita è fondamentale per la partecipazione delle persone con disabilità ed è utile solo se ben si adatta a queste ultime e non a chi le supporta. Nel caso di una protesi, non verrebbe mai in mente di adattare la protesi della persona interessata al suo docente o al suo assistente.

### Scorgere i segnali non verbali

Messaggi importanti provengono anche dalla comunicazione non verbale, ossia dallo scambio senza parole che espande le possibilità del linguaggio verbale. Astrid Steinmetz, psicoterapeuta ed esperta di pedagogia sociale, forma le persone in tal senso dopo aver scoperto l'importanza della comunicazione non verbale, soprattutto per e con le persone con disabilità. Scrive così: «Espandendo in modo consapevole o sostituendo completamente la comunicazione verbale mirata nell'uso quotidiano con forme non verbali, è possibile creare un livello comune e mantenere relazioni interpersonali». ([www.kommunikation-ohne-worte.de](http://www.kommunikation-ohne-worte.de))

### L'inclusione come obiettivo

Per le persone con disabilità e chi le supporta è quindi importante comprendere e sfruttare il significato di comunicazione verbale e non verbale, perché saper comunicare in un modo o nell'altro significa essere in grado di entrare in contatto con l'altro. Quando ciò riesce, l'inclusione è possibile. Viceversa, è fondamentale capire perché l'inclusione fallisca nel caso specifico. Per esempio, mia figlia ama giocare con gli altri bambini e, in genere, racconta a tutti che cosa le piace fare. Tuttavia noi genitori ci sentiamo spesso dire che lei non è in grado di comunicare correttamente e che non entra in contatto con gli altri bambini della scuola materna. Qual è dunque il problema? Nostra figlia ha difficoltà a tenere la testa sollevata e a guardare il suo interlocutore, il che non è raro per le persone con paralisi cerebrale. Ma se riceve il giusto sostegno con la comunicazione, risulta tutto molto più semplice. Questo è il momento in cui la comunicazione assistita riesce, un obiettivo che vale la pena perseguire.



Eva Zurlinden, esperta di pedagogia sociale, ortoterapeuta e supervisore del metodo Marte Meo, [www.gartenfabrik.ch](http://www.gartenfabrik.ch)

Foto: leungchopan/shutterstock.com


A close-up photograph of a hand with the index finger pointing at a smartphone screen. The background is blurred, showing what appears to be a desk with a pen and some papers.

# Mit einem Talker kommunizieren



**Autor:**  
Julien-Clément  
Waeber

Foto: privat




Ich hatte schon in jungen Jahren einen Talker. Damals steuerte ich ihn mit einem Joystick am Fuss und einem Kontaktgeber am Kopf. Um einen Satz zu schreiben, brauchte ich jedoch mindestens einige Minuten, was eher unpraktisch war. Ausserdem wurde ich in der Schule von den Fachleuten dazu gedrängt, das Gerät im Übermass zu benutzen. Und das war manchmal etwas absurd! Die Fachpersonen sahen das Kommunikationsgerät als das Ziel an, obwohl eigentlich die Kommunikation das Ziel und das Gerät das Mittel dazu wäre.

Seit einigen Jahren nutze ich ein neues Kommunikationsgerät, das ich mit meinem Blick steuern kann. Dieses ist viel schneller als früher. Ich schreibe einen oder zwei Sätze in weniger als einer Minute, was im Vergleich zu früher geradezu revolutionär schnell ist. Das einzige Problem ist die Helligkeit. Manchmal muss ich alle stören, um an einen Platz zu gelangen, an dem die Lichtverhältnisse es mir erlauben, mein Kommunikationsgerät optimal zu nutzen. Ausserdem kann ich es nicht draussen verwenden, da dort die Lichtverhältnisse ebenso wenig geeignet sind. Obwohl ich etwas langsamer bin als die anderen, konnte ich mich dank des Talkers bei Sitzungen und Besprechungen vermehrt einbringen. So wurden längere und präzisere Redebeiträge möglich. Was das Verfassen von Texten angeht, so haben auch diese an Qualität gewonnen, auch wenn diese nicht immer top ist. Das Verfassen von Texten mag ich am wenigsten. Manchmal gelingt mir das besser, manchmal weniger gut. So fällt es mir an einem Tag leicht, einen Text zu schreiben, der am Ende sehr gut aussieht, während es am nächsten Tag schwierig ist und mir das Endergebnis nicht gefällt.

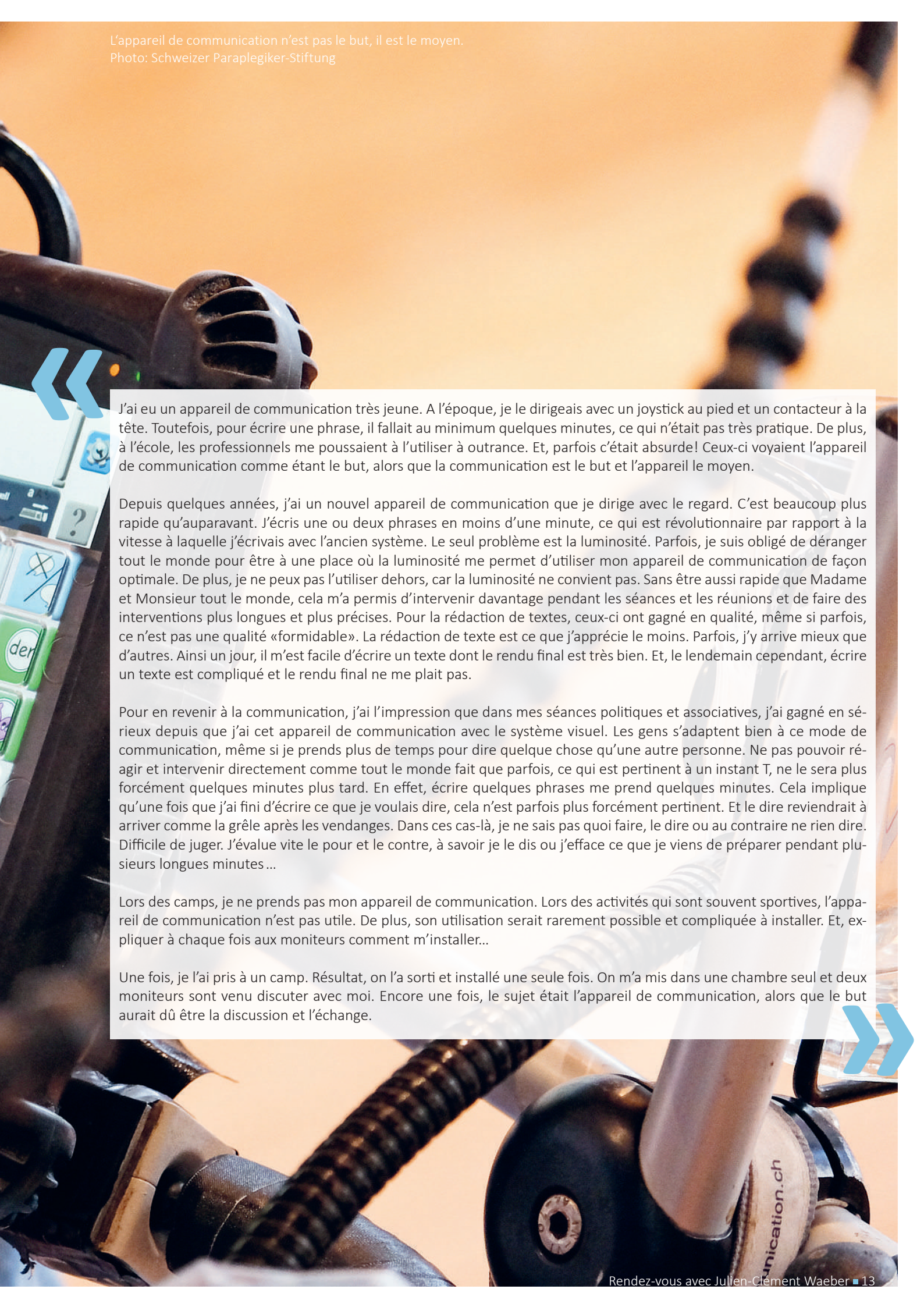
Um auf die Kommunikation zurückzukommen: Ich habe den Eindruck, dass ich mich während politischen und anderen Sitzungen besser einbringen kann, seit ich den Talker mit dem visuellen System einsetze. Die Leute können sich gut auf diese Art der Kommunikation einstellen, obwohl ich länger brauche als andere, um etwas zu sagen. Da ich aber nicht immer spontan und zeitgerecht eingreifen kann, führt das manchmal dazu, dass das, was ich sagen will, eventuell schon wieder nicht mehr relevant ist oder zum Thema passt. In der Tat brauche ich es einige Minuten, um ein paar Sätze zu schreiben. Und dann könnte es sein, dass das Geschriebene unpassend ist oder keinen Sinn mehr macht. In solchen Fällen weiss ich nicht, was ich tun soll, ob ich es tatsächlich sagen soll oder lieber nicht. Es ist schwierig, hier zu entscheiden. Ich wäge schnell die Vor- und Nachteile ab, d. h. ich sage es wirklich oder ich lösche das, was ich gerade während mehrerer Minuten vorbereitet habe.

Zu Aktivitäten bringe ich den Talker nicht mit. Bei Sportkursen ist er mir nicht von Nutzen. Ausserdem könnte ich ihn selten gebrauchen und die Installation wäre kompliziert. Und ich müsste den Assistenzpersonen jedes Mal erklären, wie sie mich bereit machen sollen. Einmal habe ich den Talker an einen Kurs mitgenommen. Das Ergebnis war, dass er nur einmal hervorgeholt und eingerichtet wurde. Ich wurde in ein Einzelzimmer gesteckt und zwei Assistenzpersonen kamen, um mit mir zu reden. Wieder einmal war das Thema der Talker, obwohl das Ziel eigentlich hätte sein sollen, dass wir diskutieren und uns austauschen.





# Communiquer avec un appareil de communication



J'ai eu un appareil de communication très jeune. A l'époque, je le dirigeais avec un joystick au pied et un contacteur à la tête. Toutefois, pour écrire une phrase, il fallait au minimum quelques minutes, ce qui n'était pas très pratique. De plus, à l'école, les professionnels me poussaient à l'utiliser à outrance. Et, parfois c'était absurde! Ceux-ci voyaient l'appareil de communication comme étant le but, alors que la communication est le but et l'appareil le moyen.

Depuis quelques années, j'ai un nouvel appareil de communication que je dirige avec le regard. C'est beaucoup plus rapide qu'auparavant. J'écris une ou deux phrases en moins d'une minute, ce qui est révolutionnaire par rapport à la vitesse à laquelle j'écrivais avec l'ancien système. Le seul problème est la luminosité. Parfois, je suis obligé de déranger tout le monde pour être à une place où la luminosité me permet d'utiliser mon appareil de communication de façon optimale. De plus, je ne peux pas l'utiliser dehors, car la luminosité ne convient pas. Sans être aussi rapide que Madame et Monsieur tout le monde, cela m'a permis d'intervenir davantage pendant les séances et les réunions et de faire des interventions plus longues et plus précises. Pour la rédaction de textes, ceux-ci ont gagné en qualité, même si parfois, ce n'est pas une qualité «formidable». La rédaction de texte est ce que j'apprécie le moins. Parfois, j'y arrive mieux que d'autres. Ainsi un jour, il m'est facile d'écrire un texte dont le rendu final est très bien. Et, le lendemain cependant, écrire un texte est compliqué et le rendu final ne me plait pas.

Pour en revenir à la communication, j'ai l'impression que dans mes séances politiques et associatives, j'ai gagné en sérieux depuis que j'ai cet appareil de communication avec le système visuel. Les gens s'adaptent bien à ce mode de communication, même si je prends plus de temps pour dire quelque chose qu'une autre personne. Ne pas pouvoir réagir et intervenir directement comme tout le monde fait que parfois, ce qui est pertinent à un instant T, ne le sera plus forcément quelques minutes plus tard. En effet, écrire quelques phrases me prend quelques minutes. Cela implique qu'une fois que j'ai fini d'écrire ce que je voulais dire, cela n'est parfois plus forcément pertinent. Et le dire reviendrait à arriver comme la grêle après les vendanges. Dans ces cas-là, je ne sais pas quoi faire, le dire ou au contraire ne rien dire. Difficile de juger. J'évalue vite le pour et le contre, à savoir je le dis ou j'efface ce que je viens de préparer pendant plusieurs longues minutes...

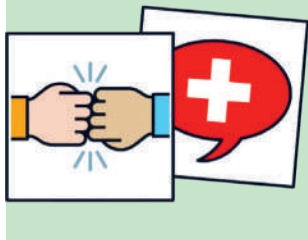
Lors des camps, je ne prends pas mon appareil de communication. Lors des activités qui sont souvent sportives, l'appareil de communication n'est pas utile. De plus, son utilisation serait rarement possible et compliquée à installer. Et, expliquer à chaque fois aux moniteurs comment m'installer...

Une fois, je l'ai pris à un camp. Résultat, on l'a sorti et installé une seule fois. On m'a mis dans une chambre seul et deux moniteurs sont venu discuter avec moi. Encore une fois, le sujet était l'appareil de communication, alors que le but aurait dû être la discussion et l'échange.

# Petition zu Unterstützter Kommunikation (UK): Eine Stimme für Menschen ohne Lautsprache

In der Schweiz leben Tausende von Menschen mit eingeschränkter oder fehlender Lautsprache. Sie wurden mit einer Beeinträchtigung geboren oder verloren ihre sprachlichen Fähigkeiten durch einen Unfall oder eine Krankheit. Verschiedene Formen der Unterstützten Kommunikation (UK) helfen diesen Menschen, sich mitzuteilen. Allerdings erhalten die Betroffenen je nach Umfeld wenig Unterstützung und müssen mitunter jahrelang auf ein geeignetes Hilfsmittel warten. Dabei wären eine frühe und kontinuierliche Versorgung und Förderung nötig, um ihre Lebensqualität zu erhöhen.

Wir fordern  
deshalb vom  
Bundesrat:



Graphik:  
UK-Schweiz.ch

- UK muss ein fester Bestandteil der Ausbildung von Personen sein, welche mit Menschen mit Behinderung arbeiten.
  - Der Bundesrat sorgt auf nationaler Ebene dafür, dass die betroffenen Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen in allen Regionen der Schweiz die notwendige Unterstützung in der Kommunikation erhalten.
  - Die kantonalen Behörden
    - entwickeln und fördern mit den Leistungserbringenden Projekte, um die UK-Versorgung individuell und nachhaltig zu gewährleisten. Ein besonderes Augenmerk ist dabei dem Übertritt von der Schule in eine Institution für Erwachsene sowie dem Wechsel zwischen verschiedenen institutionellen Angeboten zu widmen.
    - fördern und sichern die hohe Qualität der UK-Versorgung durch die involvierten Leistungserbringenden.
    - stellen sicher, dass der individuelle Bedarf an UK-Versorgung in den kantonalen Bedarfserfassungsinstrumenten und bei der Abklärung des Assistenzbeitrages in adäquater Form abgebildet wird. Weiter stellen sie sicher, dass die Leistungsfinanzierung ausreichend Mittel für die UK-Versorgung vorsieht.
    - Betroffene, Angehörige und Betreuende
    - erhalten rasche Unterstützung bei der Versorgung mit und der Anwendung von Hilfsmitteln und Methoden der UK.
    - profitieren von einem Case-Management. Nur eine langfristige und kontinuierliche Unterstützung garantiert eine möglichst effiziente Hilfsmittelversorgung und den Aufbau von Kommunikationskompetenz.
  - Die Petition wurde lanciert durch die Gruppe Geballte Power für UK Schweiz. Die Vereinigung Cerebral Schweiz unterstützt die Petition.
- Unterschreiben Sie online hier: <https://uk-schweiz.ch/petition/>

# Pétition en faveur de la communication alternative et améliorée: Une voix pour les personnes privées de l'usage de la parole

Des milliers de personnes partiellement ou totalement incapables de parler vivent en Suisse. Les difficultés peuvent être déjà présentes chez le très jeune enfant (paralysie cérébrale, polyhandicap, maladie génétique, troubles du spectre autistique ou neurodéveloppementaux, surdité, déficit visuel...) ou survenir au cours de la vie, conséquence d'une maladie ou d'un accident (accident vasculaire cérébral ou traumatismes crâniens sévères, maladies neuro-dégénératives...). La communication alternative et améliorée (CAA) met à disposition de toute personne ayant des difficultés complexes de communication, des solutions pour s'exprimer, comprendre, et se faire comprendre. Malheureusement, selon l'entourage, les personnes concernées ne reçoivent pas le soutien nécessaire ou bien doivent attendre pendant des années un moyen de communication adapté. Pour augmenter la qualit  de vie, tout être humain doit être reconnu dans ses capacités, ses démarches de communication et bénéficier d'un accompagnement à la communication qui lui correspond.

- La communication alternative et améliorée (CAA) doit être un élément obligatoire dans la formation des professionnels travaillant avec des personnes en situation de handicap.
- Le conseil fédéral s'occupe au niveau national, que les enfants, adolescents et adultes concernés reçoivent le support nécessaire pour la CAA dans tous les cantons.
- Les autorités cantonales:
  - développent et encouragent des projets avec les prestataires, pour assurer des solutions individuelles en CAA de manière durable. Une attention spéciale doit être portée à la transition de l' cole à l'institution pour adultes tout comme au changement entre les différentes institutions.
  - encouragent et assurent la qualit  des prestations de la CAA fournies par les prestataires en question.
  - veillent à ce que les besoins individuels en matière de CAA soient pris en compte de manière adéquate dans les instruments cantonaux de recensement des besoins et lors de l'évaluation de la contribution d'assistance. De plus, les autorités cantonales s'assurent que le financement individuel prévoit des moyens suffisants pour la mise en place de la CAA.
- Les premiers concernés, leur entourage et les professionnels:
  - reçoivent du soutien rapide concernant la remise des moyens auxiliaires et des méthodes en CAA.
  - profitent d'un «Case Management». Pour pouvoir créer les capacités nécessaires à la communication, il est impératif de garantir un soutien continu et à long terme, tout comme un approvisionnement efficace en moyen auxiliaires de CAA.
- L'Association Cerebral Suisse soutient la pétition, qui a été lancée par le groupe Geballte Power für UK Schweiz.

Nous  
demandons ainsi  
au conseil  
fédéral:

■ Signez ici: <https://uk-schweiz.ch/petition/>

# UNBRK: Der UNO-Ausschuss stellt der Schweiz ein schlechtes Zeugnis aus

Der UNO-Ausschuss für die Rechte von Menschen mit Behinderungen (BRK-Ausschuss) hat der Schweiz nach eingehender Prüfung seine abschliessenden Bemerkungen unterbreitet. Das Ergebnis ist ernüchternd: Die Schweiz verletzt in vieler Hinsicht die Rechte der 1.7 Mio. Menschen mit Behinderungen. Die von der Behindertenrechtskonvention (BRK) geforderte Inklusion wird auf allen Staatsebenen und in der Gesellschaft noch zu wenig gelebt.

## Weitere Informationen zur UNBRK

finden Sie auch auf unserer Homepage: <https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/schwerpunkte/behindertenpolitik/uno-brk>

Die UNO ist besorgt über die fehlende Umsetzung der BRK in sämtlichen Lebensbereichen. Seit der Ratifizierung der Konvention 2014 ist die Gesetzgebung auf Bundes- und kantonaler Ebene kaum im Sinne der BRK geändert worden. Deshalb demonstrieren am 9. März 2022 mehr als Tausend Betroffene, Unterstützerinnen und Unterstützer in Bern, um die Schweizer Politik aufzuwecken. Bund und Kantone stehen jetzt in der Pflicht, diese Empfehlungen mit der nötigen Ernsthaftigkeit und Geschwindigkeit umzusetzen. Die Behindertenverbände fordern in einer Petition zudem den Bundesrat dazu auf, die Ratifikation des Zusatzprotokolls zur BRK unverzüglich in die Wege zu leiten. Mit dem Zusatzprotokoll können Menschen mit Behinderungen ihre Rechte direkt vor dem BRK-Ausschuss geltend machen, falls ihre Beschwerde durch Schweizer Gerichte letztendlich abgelehnt wurde.

### Fehlende Gesamtstrategie

Der Ausschuss kritisiert die Schweiz für das Fehlen einer umfassenden Strategie zur Umsetzung der BRK. Wichtig ist nun, dass Bund und Kantone mit dem auf Ende 2022 in Aussicht gestellten Bericht zur Behindertenpolitik zusammen mit den Behindertenorganisationen einen Aktionsplan aufstellen, welcher die Prioritäten, die Zuständigkeiten, einen Zeitplan sowie das nötige Budget festhält. Bestehende Gesetze auf allen Staatsebenen sollen systematisch im Lichte der BRK überprüft werden. Die Umsetzung muss schliesslich von einer unabhängigen Stelle regelmässig überprüft werden.

Die Empfehlungen des UNO-Ausschusses sagen es unmissverständlich: Es ist Zeit zu handeln! Menschen mit Behinderungen sind nicht mehr bereit länger zu warten, um gleichberechtigt und autonom am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.



Foto: Vereinigung Cerebral Schweiz

Quelle: Inclusion Handicap



# CDPH: Le Comité de l'ONU donne une mauvaise note à la Suisse

Après un examen approfondi, le Comité des droits des personnes handicapées de l'ONU (Comité CDPH) a soumis ses observations finales à la Suisse. Le constat est grave: la Suisse viole à bien des égards les droits des 1,8 million de personnes handicapées. L'inclusion exigée par la Convention relative aux droits des personnes handicapées (CDPH) est encore trop peu vécue à tous les niveaux de l'Etat et dans la société.



L'ONU s'inquiète du manque de mise en œuvre de la CDPH dans tous les domaines de la vie. «Les recommandations du Comité montrent un très grand besoin de rattrapage en Suisse, dans de nombreux domaines et de manière fondamentale», déclare Markus Schefer, professeur de droit public à l'Université de Bâle et membre du Comité CDPH. Depuis la ratification de la Convention en 2014, la législation au niveau fédéral et cantonal n'a guère été modifiée dans le sens de la CDPH. C'est pourquoi, le 9 mars dernier, plus d'un million de personnes avec et sans handicaps étaient présentes à Berne pour réveiller la politique suisse de son sommeil. La Confédération et les cantons ont désormais l'obligation de mettre en œuvre ces recommandations avec le sérieux et la rapidité nécessaires. Dans une pétition, les associations de personnes handicapées demandent en outre au Conseil fédéral de ratifier sans délai le protocole additionnel à la CDPH. Grâce à celui-ci, les personnes handicapées pourraient faire valoir leurs droits devant le Comité CDPH, après que leur plainte ait été rejetée en dernière instance par les tribunaux suisses.

## Absence de stratégie globale

Le Comité critique la Suisse pour l'absence d'une stratégie globale de mise en œuvre de la CDPH. A l'occasion du rapport sur la politique du handicap prévu pour fin 2022, il est indispensable que la Confédération et les cantons établissent, avec les organisations de personnes handicapées, un plan d'action qui fixe les priorités, les compétences, un calendrier ainsi que le budget nécessaire. Les lois existantes à tous les niveaux de l'État doivent être systématiquement examinées à la lumière de la CDPH. Enfin, la mise en œuvre doit être régulièrement contrôlée par un organisme indépendant.

Les recommandations du comité de l'ONU le disent sans ambiguïté: il est temps d'agir! Les personnes handicapées ne sont plus disposées à attendre davantage pour participer à la vie en société de manière égale et autonome.

Pour plus d'informations sur la CDPH

veuillez visiter notre site internet:  
<https://www.vereniging-cerebral.ch/fr/informations/politique-de-handicap/cdph>

Source: Inclusion Handicap

# Ihre Meinung zählt!



Liebe Leserinnen und Leser

Wir sind bestrebt, die Qualität unserer Medien und Publikationen stetig zu verbessern. Dazu führen wir regelmässig Umfragen durch.

Wir bitten Sie freundlich, den Fragebogen bis Ende Juni 2022 auszufüllen, falls nötig mit Hilfe einer Drittperson. Scannen Sie dazu einfach den QR-Code. Damit helfen Sie uns, unsere Angebote stetig weiter zu entwickeln und diese laufend Ihren Bedürfnissen anzupassen.

Wir danken Ihnen für Ihr Mitwirken!

# Votre avis compte!



Chères lectrices, chers lecteurs

Nous nous efforçons d'améliorer en permanence la qualité de nos médias et de nos publications. Pour ce faire, nous réalisons régulièrement des enquêtes.

Nous vous prions aimablement de bien vouloir remplir le questionnaire jusqu'à fin juin 2022, si nécessaire avec l'aide d'une tierce personne. Pour ce faire, il vous suffit de scanner le code QR. Vous nous aiderez ainsi à développer nos offres et à les adapter en permanence à vos besoins.

Nous vous remercions de votre participation!

# Die Krux mit dem Kräfte-Management

In letzter Zeit habe ich ein gespaltenes Verhältnis zu Sitzbänken. Nicht etwa, weil ich einer Pause in der Frühlingssonne grundsätzlich abgeneigt wäre. Keineswegs! Aber ich muss mich erst daran gewöhnen, dass mich mein Körper nach einer Operation immer wieder dazu zwingt, innezuhalten. Bevor ich irgendwohin aufbreche, ertappe ich mich regelmässig dabei, wie ich die geplante Route nach Sitzgelegenheiten absuche. Um für den Fall, dass mich unterwegs die Kräfte verlassen oder Schmerzen überfallen, gerüstet zu sein. Für eine Bewegungsfanatikerin wie mich ist das eine ungewohnte Situation. Dabei genieße ich Ruhephasen im Alltag durchaus. Der US-amerikanische Schriftsteller John Steinbeck pflegte zu sagen: «Die Kunst des Ausruhens ist ein Teil der Kunst des Arbeitens.»

Wo er Recht hat, hat er Recht. Der Körper braucht Erholung, damit er sich regenerieren und gesund bleiben kann. Nur wer ausgeruht ist, verfügt über volle Leistungsfähigkeit. Diese an sich logische Erkenntnis hat in einer Zeit, wo alles schneller und grösser werden will, jedoch einen schweren Stand. Und sie impliziert, dass wir unsere Grenzen kennen sollten. Aber was ist, wenn man Warnsignale des Körpers überhört oder missdeutet? Sie ahnen, liebe Leserinnen und Leser, was dann folgt: eine «Busse» in Form von Überlastungsanzeichen. Deshalb: Machen Sie mal einen Punkt. Das erlaube ich mir jetzt nämlich auch.

## Le casse-tête de la gestion des forces

Depuis quelques temps, j'entretiens une relation ambiguë avec les bancs. Non pas que je sois fondamentalement opposée à une pause sous le soleil printanier, pas du tout! Mais je dois d'abord m'habituer au fait que mon corps a subi une opération et me force toujours à m'arrêter. Avant d'aller quelque part, je me surprends régulièrement à inspecter l'itinéraire prévu à la recherche de sièges. Pour être prête au cas où les forces viendraient à me manquer en cours de route, ou si des douleurs devaient se manifester. Pour une fanatique de l'exercice physique comme moi, cette situation est plutôt inhabituelle. J'apprécie pourtant les phases de repos au quotidien. L'écrivain américain John Steinbeck avait l'habitude de dire: «L'art de se reposer fait partie de l'art de travailler».

Et il avait bien raison. Le corps a besoin de se reposer pour pouvoir se régénérer et rester en bonne santé. Seules les personnes reposées sont pleinement efficaces. Ce constat plutôt logique a toutefois du mal à s'imposer à une époque où tout veut aller plus vite et plus loin. Il implique en outre que nous devrions connaître nos limites. Mais que se passe-t-il si on n'entend pas ou si on interprète mal les signaux d'alarme que notre corps nous donne? Vous devinez, chères lectrices et chers lecteurs, ce qui pourrait s'ensuivre: une «amende» sous forme de signes de surmenage. Alors, prenez le temps de faire une pause! C'est ce que je me permets de faire moi aussi.



**Isabel Zwysig**

ist Korrektorin und freie Journalistin.

est correctrice et journaliste indépendante.

Foto: privat/Photo: privé

## Ferien, Freizeit und Erholung

### Familienausflüge mit dem Spezialvelo

Gemeinsam den Sommer in vollen Zügen geniessen und dies mitten in der Natur? Unternehmen Sie mit Ihrer Familie einen gemütlichen Veloausflug und lernen Sie ganz neue Gegenden kennen! Inzwischen können Sie an insgesamt 19 Mietstationen in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein unkompliziert und günstig unsere behindertengerechten Spezialvelos mieten. Die Fahrräder verfügen allesamt über Elektromotoren und können mit wenigen Handgriffen für fast jede Beeinträchtigung individuell angepasst werden.

- 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
- Cugy, Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01
- Gampel, Verein Tandem 91, Kirchstrasse 73, 027 932 28 43
- Genf, Genève-roule, Place Montbrillant 17, 022 740 14 15
- Grenchen, Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48
- Herzogenbuchsee, RAZ, Oberholzweg 14, 062 956 50 60
- Hitzkirch, A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79
- 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
- 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 33
- Stans, XtraMOBIL AG, Schmiedgasse 27a, 044 867 15 25
- Thun, Velomobil Hofer, Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12
- Travers, Mines d'Asphalte, Site de la Presta, 032 864 90 64
- Vaduz, Liechtenstein Center, Städtle 39, +423 239 63 63

Miete 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.

**Rufen Sie unbedingt vor Ihrer Velotour die gewünschte Mietstation an, fragen Sie nach den Öffnungszeiten und welche Velos zur Verfügung stehen. Auf unserer Website [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit finden Sie einen Flyer zum Herunterladen. Alle Stationen finden sich auch auf der Cerebral-MAP.**

### Unkompliziert Autos und Kleinbusse mieten

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

Die Fahrzeuge erfüllen die Sicherheitsaspekte nach heutigem Stand der Technik sowie die geltenden Normen und Gesetze für das Mitführen von Personen im Hand- oder Elektrorollstuhl.



Aktuell stehen die rollstuhlgängigen Mietfahrzeuge an 13 Europcar-Standorten rund um grosse Schweizer Städte bereit. Da wir die behinderungsbedingten Mehrkosten für die Mietfahrzeuge übernehmen, entstehen den Nutzern keine höheren Mietkosten, als wenn sie ein normales Auto mieten würden.

**Die Fahrzeuge können direkt bei Europcar gemietet werden: [www.europcar.ch](http://www.europcar.ch) > Angebote > Spezialflotte > Barrierefreie Mobilität. Vgl. auch [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Hilfsangebote > Mobilität oder via Cerebral-MAP.**

### Sommerzeit – Zeit für einen Badeplausch!

Unbeschwert planschen – damit dies möglich wird, bieten wir speziell gefertigte Badeshorts und -kleider mit Inkontinenzschutz für Kinder, Damen und Herren an. 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.**

### Barrierefreie Wanderausflüge

In folgenden Regionen stehen unsere geländegängigen JST-Multidrive-Rollstühle zum Befahren von gekennzeichneten Wegen für Sie bereit: Auf dem Stockhorn im Simmental (BE), im Freilichtmuseum Ballenberg bei Brienz (BE), in Bellwald (VS), in Arosa (GR), in Scuol im Unterengadin (GR) und im liechtensteinischen Malbun. Letzten Sommer sind Stationen

im botanischen Baumgarten L'Arboretum in Aubonne (VD), auf der Madrisa in Klosters (GR), auf der Rigi in der Zentralschweiz, im Naturpark Diemtigtal im Berner Simmental und im Reka-Feriedorf Sörenberg (LU) hinzugekommen. Zudem besteht eine Mietmöglichkeit bei Rundum Ortho und Reha bei Bern.

**Mehr Informationen zu diesem Freizeitangebot finden Sie auf unserer Website [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit oder via Cerebral-MAP.**

### **Unsere praktischen Hilfsmittel für den Sommer**

Ideal für den Badestrand: Wir leisten finanzielle Unterstützung beim Kauf eines Badewagens. Der Badewagen ist ein Liegestuhl mit Rädern, mit dem man über unebenen oder sandigen Boden bis ins Wasser fahren kann. Er eignet sich ideal für Ferien am Meer und Besuche im Schwimmbad. Der Badewagen ist zusammenklappbar und leicht zu transportieren. Wertvolle Dienste leistet auch der Rollschirm: Er kann am Badewagen oder am Rollstuhl befestigt werden, sein Durchmesser beträgt 1,05 m.

**Beide Artikel – Badewagen und auch Rollschirm – können direkt bei uns bestellt werden: Der Badewagen zum Preis von CHF 100.– und der Rollschirm zum Preis von CHF 30.–.**

### **Gemütlich unterwegs mit dem Motorhome**

Seit vielen Jahren vermieten wir behindertengerechte Motorhomes für Familien. Die Wohnmobile können günstig und unkompliziert für eine oder sogar zwei Wochen ausgeliehen werden. Sie sind rollstuhlgängig ausgebaut und bieten bis zu vier Personen Platz zum Reisen, Essen und Schlafen. Unsere Wohnmobile können direkt bei Caravan Service Soltermann, Hindelbankstrasse 38, 3322 Schönbühl-Urtenen, Telefon 031 859 52 54, gemietet werden.

**Mehr Infos zur Motorhome-Vermietung gibts unter [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit > Motorhomes.**

### **Ferien auf dem Campingplatz**

Unkomplizierte Campingferien mit der ganzen Familie und trotzdem bestens versorgt? Erleben Sie erholsame Ferien in einem rollstuhlgängigen Bungalow am Vierwaldstättersee, am Rhein, an der Aare, am Sempachersee, am Lago Maggiore und am Brienersee. Die Bungalows der Stiftung Cerebral 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 auf einem festen Standplatz für Sie bereit.

**Unsere Angebote für Campingferien finden Sie unter [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit > Bungalows/Campingferien. Dort findet sich auch ein PDF mit allen Adressen der Campingplätze.**

### **Kajakfahren für alle auf fünf Schweizer Seen**

Die Stiftung Cerebral bietet Ihnen die Mietmöglichkeit für speziell gefertigte Doppelsitz-Kajaks an fünf verschiedenen Seen in der Schweiz. Je nach Wunsch können Sie selbst Kajak fahren oder sich von einem erfahrenen Kajaklehrer pilotieren lassen. Die Kajaks können direkt bei den jeweiligen Mietstationen unkompliziert und zu günstigen Konditionen gemietet werden. Wichtig ist, vorgängig zu reservieren. Betroffene respektive Familien, welche bei der Stiftung Cerebral angemeldet sind, erhalten auf die Kajakmiete einen Rabatt von 20%.

– **Bielersee:** Kanucenter Bielersee, Barkenhafen, 2560 Nidau, Tel. 079 195 57 28

- **Brienersee:** Hightide Kayak School GmbH, Strandbad Bönigen, Lütschinenstrasse 24, 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
- **Ober- und Zürichsee:** Kanuclub Rapperswil-Jona, Lidoplatz 20, Bootshaus, 8640 Rapperswil, [kajakfahrenfueralle@kcrj.ch](mailto:kajakfahrenfueralle@kcrj.ch)

### **Ungehinderter Musikgenuss an verschiedenen Schweizer Open-Airs**



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:

- **Surtenfestival, vom 13. bis 16. Juli 2022, [www.surtenfestival.ch](http://www.surtenfestival.ch)**
- **Winterthurer Musikfestwochen, vom 10. bis 21. August 2022, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)**
- **SummerDays Festival Arbon, 26. und 27. August 2022, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)**
- **Lakelive Festival Biel, vom 29. Juli bis 6. August 2022, [www.lakelive.ch](http://www.lakelive.ch)**
- **Seaside Festival Spiez, 26. und 27. August 2022, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)**

## Vacances, loisirs et repos

### Le printemps est la saison des excursions!

Envie de sortir tous ensemble et de profiter à fond de la douceur de l'air? Offrez-vous le plaisir d'une agréable excursion à vélo en famille et découvrez de nouveaux endroits! 19 stations réparties dans toute la Suisse ainsi que dans la Principauté de Liechtenstein vous permettent désormais de louer facilement et à moindre coût nos vélos adaptés aux personnes handicapées. Tous sont équipés d'un moteur électrique et se règlent facilement pour s'adapter à (presque) tous les types de handicap.

- 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
- Cugy, Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01
- Gampel, Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4, 027 932 28 43
- Genève, Genèveveroule, Place Montbrillant 17, 022 740 14 15
- Granges, Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48
- Herzogenbuchsee, RAZ, Oberholzweg 14, 062 956 50 60
- Hitzkirch, A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79
- 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
- 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 33
- Stans, XtraMOBIL AG, Schmiedgasse 27a, 044 867 15 25
- Thoune Velomobil Hofer, Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12
- Travers, Mines d'Asphalte, Site de la Presta, 032 864 90 64
- Vaduz, Liechtenstein Center, Städtle 39, +423 239 63 63

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.

**Appelez impérativement avant votre balade à vélo la station à laquelle vous souhaitez vous rendre afin de vous renseigner sur les horaires d'ouverture et les vélos disponibles. Téléchargez notre brochure sur [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Aides diverses > Détente et loisirs. Retrouvez également toutes les stations sur la Cerebral MAP.**

### Louer facilement des voitures et des minibus

Grâce à notre offre nationale de location de voitures, proposée en collaboration avec Europcar, les familles comptant un membre handicapé physique et les institutions peuvent louer facilement et à moindres coûts des voitures et des minibus adaptés.

Les véhicules sont conformes aux exigences de sécurité selon l'état actuel de la technique ainsi qu'aux normes et lois applicables pour le transport de personnes en fauteuil roulant manuel ou électrique. Actuellement, ces véhicules sont disponibles sur 13 sites Europcar autour de grandes villes de Suisse. Comme nous prenons en charge le surcoût lié au handicap, le prix pour les utilisateurs de ces véhicules est le même que pour la location d'une voiture conventionnelle.

**Les véhicules peuvent être loués auprès d'Europcar: [www.europcar.ch](http://www.europcar.ch) > Toutes les offres > Flotte spéciale > Liberté. Voir également [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Aides diverses > Mobilité, ou sur la Cerebral MAP.**

### Randonner sans obstacle

Les destinations suivantes mettent à votre disposition nos fauteuils roulants tout-terrain JST Multidrive permettant de parcourir des chemins balisés: le Stockhorn dans le Simmental (BE), le Musée suisse en plein air Ballenberg près de Brienz (BE), Bellwald (VS), Arosa (GR),

Scul en Basse-Engadine (GR), ainsi que Malbun au Liechtenstein. Depuis l'été dernier, nos JST Multidrive sont également disponibles au parc botanique L'Arboretum du Vallon de l'Aubonne (VD), sur la Madrisa à Klosters (GR), sur le Rigi en Suisse centrale (LU/SZ), au parc naturel Diemtigtal dans le Simmental bernois (BE), et au village de vacances Reka Sörenberg (LU). On peut en outre les louer à Berne chez Rundum Ortho und Reha.

**Plus d'informations concernant cette offre de loisirs sur notre site [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Aides diverses > Détente et loisirs, ou sur la Cerebral MAP.**

### Des concerts en plein air – et sans obstacle!



Nous nous engageons depuis des années pour rendre divers open air suisses plus accessibles aux personnes handicapées. Alors profitez-en pour venir écouter au plus près de nombreux concerts en plein air. Cet été, nous soutenons ces événements en plein air:

- **Le Gurtenfestival, du 13 au 16 juillet 2022, [www.gurtenfestival.ch](http://www.gurtenfestival.ch)**
- **Les Semaines de la musique à Winterthur, du 10 au 21 août 2022, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)**
- **Le SummerDays Festival d'Arbon, 26 et 27 août 2022, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)**
- **Le Lakelive Festival de Bienne, du 29 juillet au 6 août 2022, [www.lakelive.ch](http://www.lakelive.ch)**
- **Le Seaside Festival de Spiez, 26 et 27 août 2022, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)**

## Vacanza, tempo libero e relax

### Primavera: tempo di escursioni!

Desiderate stare insieme all'aria aperta e godervi piacevoli giornate di sole? Organizzate una comoda escursione in bicicletta con la vostra famiglia e andate alla scoperta di posti nuovi! Oggi potete noleggiare in modo semplice e conveniente le nostre biciclette speciali adatte a portatori di handicap presso 19 punti di noleggio in Svizzera e nel Principato del Liechtenstein. Le biciclette sono tutte dotate di motori elettrici e possono essere adattate in poche mosse alle esigenze individuali di quasi ogni handicap.

- 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
- Cugy, Fondation Echaud, chemin des Esserts, 021 731 01 01
- Gampel, Verein Tandem 91, Zur Alten Post 4, 027 932 28 43
- Genf, Genèveroule, Place Montbrillant 17, 022 740 14 15
- Grenchen, Rodania, Stiftung für Schwerbehinderte, Riedernstrasse 8, 032 654 22 48
- Herzogenbuchsee, RAZ, Oberholzweg 14, 062 956 50 60
- Hitzkirch, A-Team Achermann GmbH, Richensee 4, 041 917 05 79
- 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
- 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 33
- Stans, XtraMOBIL AG, Schmiedgasse 27a, 044 867 15 25
- Thun, Velomobil Hofer, Frutigenstrasse 68c, 033 557 80 12
- Travers, Mines d'Asphalte, Site de La Presta, 032 864 90 64
- Vaduz, Liechtenstein Center, Städtle 39, +423 239 63 63

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.

**Prima della vostra escursione in bicicletta, contattate sempre la stazione di noleggio desiderata per informazioni sugli orari e sulle biciclette disponibili. Sul nostro sito web [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Offerte di assistenza > Riposo e tempo libero, potete trovare un opuscolo da scaricare. Tutte le stazioni di noleggio sono indicate anche sulla mappa Cerebral.**

### Noleggio semplice di auto e minibus



Grazie alla nostra offerta nazionale di autonoleggio in collaborazione con Europcar, le famiglie con un membro portatore di handicap fisico e le istituzioni possono noleggiare in maniera semplice e vantaggiosa auto e minibus adatti a portatori di handicap. Gli autoveicoli sono equipaggiati con dotazioni di sicurezza in linea con l'attuale stato della tecnica e sono conformi alle norme e alle leggi vigenti per il trasporto di persone su sedia a rotelle manuale o elettrica. Attualmente è possibile noleggiare i veicoli accessibili alle sedie a rotelle presso 13 agenzie Europcar nelle maggiori città svizzere. Poiché siamo noi a sostenere i maggiori costi necessari per rendere i veicoli a noleggio accessibili ai portatori di handicap, non sussistono costi aggiuntivi per gli utilizzatori rispetto al noleggio di un veicolo normale.

**I veicoli possono essere noleggiati direttamente presso Europcar: [www.europcar.ch](http://www.europcar.ch) > Tutte le offerte > Flotta speciale > Mobilità per tutti.**

**Confronta anche [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Offerte di assistenza > Mobilità o consultando la mappa Cerebral.**

### Escursioni senza ostacoli

Nelle seguenti regioni sono disponibili le nostre sedie a rotelle da sterrato JST-Multidrive per percorrere i sentieri segnalati: sullo Stockhorn nella valle della Simme (BE), presso il Museo all'aperto di Ballenberg vicino a Brienz (BE), a Bellwald (VS), ad Arosa (GR), a Scuol nella Bassa Engadina (GR) e a Malbun, nel Liechtenstein. La scorsa estate, alle stazioni di noleggio esistenti si sono aggiunte le stazioni nel giardino botanico L'Arboretum di Aubonne (VD), nel comprensorio Madrisa di Klosters (GR), sul Rigi nella Svizzera centrale, nel Parco naturale Diemtigtal nella valle della Simme bernese e presso il villaggio turistico Reka di Sörenberg (LU). Un'altra possibilità di noleggio è disponibile presso Rundum Ortho und Reha, a Berna.

**Maggiori informazioni su questa offerta per il tempo libero sono disponibili sul nostro sito web [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch) > Offerte di assistenza > Riposo e tempo libero o consultando la mappa Cerebral.**

### Senza barriere agli open air

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:

- **Gurtenfestival, dal 13 al 16 luglio 2022, [www.gurtenfestival.ch](http://www.gurtenfestival.ch)**
- **Settimane musicali di Winterthur, dal 10 al 21 agosto 2022, [www.musikfestwochen.ch](http://www.musikfestwochen.ch)**
- **SummerDays Festival Arbon, 26 e 27 agosto 2022, [www.summerdays.ch](http://www.summerdays.ch)**
- **Lakelive Festival Biel, dal 29 luglio al 6 agosto 2022, [www.lakelive.ch](http://www.lakelive.ch)**
- **Seaside Festival Spiez, 26 e 27 agosto 2022, [www.seaside.ch](http://www.seaside.ch)**

Vorschau  
avant-première  
anteprima

Zoom:  
Persönliche Zu-  
kunftsplanung PZP

Zoom:  
Plan d'avenir  
personnalisé PAP

Zoom:  
Pianificazione  
personale del  
futuro PPF



Illustration:  
Muriel Schuepbach,  
Vereinigung Cerebral Schweiz

AZB  
4500 Solothurn

Post CH AG

Adressänderungen und Retouren an:  
Changements d'adresse et renvois:  
Cambiamento d'indirizzo e rinvii a:  
Vereinigung Cerebral Schweiz  
Zuchwilerstrasse 41  
4500 Solothurn  
T +41 32 622 22 21  
info@vereinigung-cerebral.ch

## Impressum

ISSN 1424-7828

66. Jahrgang | Mitgliederzeitschrift ■ 66<sup>e</sup> année | Journal pour membres  
66<sup>o</sup> anno | Rivista per associati

## Herausgeberin | Editrice | Editore

Vereinigung Cerebral Schweiz | Zuchwilerstrasse 41 | 4500 Solothurn  
Association Cerebral Suisse | Zuchwilerstrasse 41 | 4500 Soleure  
Associazione Cerebral Svizzera | Zuchwilerstrasse 41 | 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: Schweizer Paraplegiker-Stiftung

## Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

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

## Redaktion | Rédaction | Redazione

Konrad Stokar

## Druck | Impression | Stampa

Merkur Druck AG, Langenthal

## Redaktionsschluss | Limite de la rédaction | Chiusa redazionale

21.4.2022

## Auflage | Tirage | Tiratura

5500 Ex. (4x)/WEMF-begl. 5205 Ex.

**Vereinigung Cerebral Schweiz | Association Cerebral Suisse | Associazione Cerebral Svizzera**

Zuchwilerstrasse 41 | 4500 Solothurn | T +41 32 622 22 21 | info@vereinigung-cerebral.ch

www.vereinigung-cerebral.ch | Postkonto 45-2955-3