



Vereinigung Cerebral Schweiz
Association Cerebral Suisse
Associazione Cerebral Svizzera

A photograph showing the back of a person with brown hair and glasses, wearing a green cable-knit sweater, sitting in a room. In the background, another person in a wheelchair is visible, along with other people standing or sitting. The scene suggests a professional or community gathering.

Gemeinsam die Zukunft planen

Die Persönliche Zukunftsplanung

CerAdult-Tagung 2022

Ensemble facilitons l'avenir

Le Plan d'Avenir Personnalisé

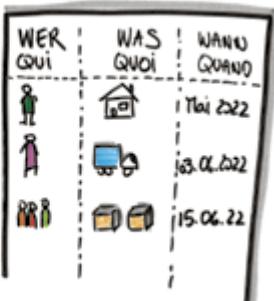
Conférence CerAdult 2022

Insieme facilitiamo il futuro

MAGAZIN CEREBRAL
MAGAZINE CEREBRAL
RIVISTA CEREBRAL

Ausgabe 3 | September 2022

Aktionsplan Plan d'action



4

Illustration:
Vereinigung Cerebral
Schweiz.

4 Gemeinsam die Zukunft planen

10 Die Persönliche Zukunftsplanung: eine Dienstleistung der Vereinigung Cerebral Schweiz

14 Einige konkrete Erfahrungen mit
Persönlicher Zukunftsplanung

16 CerAdult-Tagung 2022: «Sexualität und
Cerebralparese, selbstbestimmt neue
Perspektiven entdecken – Lust darauf?»

18 Ratifizierung des UN-BRK-Zusatzprotokolls

19 Zukunftsplanung im Netzwerk

20 News der Stiftung Cerebral

6 Ensemble facilitons l'avenir

12 Le Plan d'Avenir Personnalisé: une prestation de
l'Association Cerebral Suisse

15 Quelques expériences concrètes de PAP

17 Conférence CerAdult 2022: «Sexualité et
paralysie cérébrale, découvrir de nouvelles
perspectives autodéterminées ... et l'envie?»

18 Ratification du Protocole facultatif de la CDPH

19 Plan d'avenir personnalisé en réseau

22 Nouvelles de la Fondation Cerebral

6

Illustration: Association
Cerebral Suisse.



8

Illustrazione:
Associazione
Cerebral Svizzera.

8 Insieme facilitiamo il futuro

23 Notizie della Fondazione Cerebral

Liebe Leserin, lieber Leser

Persönliche Zukunftsplanung? PZP? Was ist das? Hinter diesen etwas merkwürdigen Bezeichnungen steckt eine vielfältige, stärkende und oft bewährte Methode, um Menschen, die sich in Übergangssituationen befinden, dabei zu unterstützen, herauszufinden, was sie wirklich wollen, können und wovon sie träumen. Das können Menschen mit Behinderungen sein, PZP eignet sich aber auch bestens für Menschen ohne Behinderungen oder Institutionen. Die Vereinigung Cerebral Schweiz engagiert sich schon seit bald 10 Jahren für PZP. Wir haben viele Menschen mit Cerebralparese beim Erkennen und Umsetzen ihres Potenzials unterstützt und verdanken sogar unsere aktuelle Strategie einem legendären Workshop

zu Ehren des sechzigsten Geburtstags der Dachorganisation. Im einführenden Artikel erfahren Sie, wie PZP funktioniert, wie Planungen ablaufen und was es mit dem Unterstützerkreis und dem Nordstern auf sich hat. Bei der Dachorganisation und in verschiedenen regionalen Vereinigungen in allen Landesteilen gibt es ausgebildete Moderatorinnen und Moderatoren, die Planungen professionell anleiten. Diese Personen stellen wir Ihnen auf den Seiten 10–13 vor. Und schliesslich erzählen zwei Frauen mit Behinderungen und ein Mann davon, wie sie ihre eigene Zukunftsplanung erlebt haben. Haben Sie Fragen zu Persönlicher Zukunftsplanung? Wovon träumen Sie? Melden Sie sich bei uns, wir freuen uns auf Sie.



Konrad Stokar

Geschäftsleiter Kommunikation und Interessenvertretung Vereinigung Cerebral Schweiz

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

Direttore della comunicazione e la rappresentanza degli interessi Associazione Cerebral Svizzera

U. Stokar

Chères lectrices et chers lecteurs,

Plan d'avenir personnalisé? PAP? De quoi s'agit-il? Derrière ce terme un peu «barbare» se cache une méthode variée, stimulante et éprouvée, qui aide les personnes qui se trouvent dans des situations de transition à découvrir ce qu'elles veulent vraiment, ce dont elles sont capables et ce dont elles rêvent. Le PAP convient tout aussi bien aux personnes avec ou sans handicap ou aux institutions. Cela fait bientôt 10 ans que l'Association Cerebral Suisse s'engage en faveur du PAP. Au fil des ans, nous avons aidé de nombreuses personnes vivant avec une paralysie cérébrale à identifier et déployer leur potentiel. D'ailleurs, notre stratégie actuelle découle d'un atelier PAP organisé pour les soixante ans de l'or-

ganisation faîtière. Dans l'article d'introduction, vous découvrirez le fonctionnement du PAP, le déroulement des planifications et le lien qui existe entre le cercle de soutien et l'étoile polaire. Au sein de l'organisation faîtière et de différentes associations régionales réparties aux quatre coins du pays, des modérateurs et modératrices formés sont présents pour guider les planifications de manière professionnelle. Nous vous présentons ces personnes dans les pages 10 à 13. Enfin, deux femmes en situation de handicap et un homme nous racontent leur propre plan d'avenir personnalisé. Vous avez des questions? De quoi rêvez-vous? N'hésitez pas à nous contacter.

Gentili lettrici e lettori

Pianificazione personale del futuro? PPF? Che cos'è? Dietro questo nome un po' singolare si nasconde un metodo ricco di sfaccettature e spesso efficace che, donando forza, aiuta le persone in situazioni transitorie a capire ciò che vogliono, possono e sognano realmente. Possono essere persone con una disabilità, ma la PPF è adatta anche alle persone senza disabilità e alle istituzioni. L'Associazione Cerebral Svizzera si impegna già da quasi 10 anni per la PPF. Abbiamo aiutato molte persone con paralisi cerebrale a riconoscere il loro potenziale e a metterlo in atto; la nostra attuale strategia è infatti frutto di un workshop leggendario, creato per celebrare il 60° anniversario dell'Associazione Cerebral Sviz-

zera. Nell'articolo di apertura potete scoprire come funziona la PPF, come avviene il processo di pianificazione e cosa sono la cerchia di sostegno e la Stella Polare. Presso l'organizzazione mantello e presso diverse associazioni regionali in tutto il Paese sono presenti moderatrici e moderatori qualificati che guidano il processo di pianificazione a livello professionale. Vi presentiamo queste persone alle pagine 10-13. E infine, due donne con disabilità e un uomo vi raccontano come hanno vissuto la loro personale pianificazione del futuro. Avete domande sulla pianificazione personale del futuro? Cosa sognate? Rivolgetevi a noi, saremo lieti di aiutarvi.



Gemeinsam die Zukunft planen

Die persönliche Zukunftsplanung PZP¹ ist eine vielfältige Methode, um zusammen mit anderen Personen über die Zukunft nachzudenken und Träume etappenweise in die Realität umzusetzen. PZP geht von einer inklusiven Gesellschaft aus, in der jede Person anerkannt, geschätzt und wahrgenommen wird, ungeachtet ihres Lebenswegs oder ihrer Besonderheiten.

Persönliche Zukunftsplanung – was ist das?

Wir beginnen mit einem Gespräch zwischen zwei Personen, um zu erklären, was die persönliche Zukunftsplanung (PZP) ist. Der Begriff mag auf den ersten Blick etwas seltsam erscheinen.

Hör mal zu, ich habe einen Traum. Ich möchte mich beruflich verändern und etwas anderes machen. Aber ich weiß nicht, wie ich das anstellen soll. Und zudem zögere ich zwischen zwei, drei verschiedenen Berufsfeldern.

He, das ist eine tolle Idee! Ich kenne etwas, das dir helfen könnte!

Tatsächlich?
Erzähle mir mehr davon!

Die Methode heißt «Persönliche Zukunftsplanung» oder PZP. Ich erkläre dir kurz, worum es geht. Zuerst triffst du dich mit einem Moderator. Dieser wird mit dir in einem oder zwei Treffen deine Bedürfnisse klären. Später, während eines halben oder eines ganzen Tages, wirst du zusammen mit Menschen aus deinem Umfeld besprechen, was dein Traum oder deine Träume sind. Daraufhin wirst du Etappenziele festlegen, um deinen Traum nach und nach umzusetzen. Und es funktioniert. Freunde von mir haben eine Zukunftsplanung gemacht und konnten dank PZP das erreichen, was sie sich vorgenommen hatten.

Das interessiert mich.
Wo finde ich weitere Informationen und Kontakte?

Ich sende dir eine E-Mail mit einem Link:
[https://www.vereinigung-cerebral.ch/
de/dienstleistungen/
persoenliche-zukunftsplanung](https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/persoenliche-zukunftsplanung)

¹ Englisch: person centred planning – PCP /
Deutsch: Persönliche Zukunftsplanung – PZP

Wozu eine Planung?

Persönliche Zukunftsplanung (PZP) eignet sich insbesondere für Übergangsphasen im Leben. Sie dient Menschen mit oder ohne Behinderungen oder auch Institutionen bei der Umsetzung von Projekten. PZP stützt sich auf verschiedene Werkzeuge. Diese kommen je nach Bedürfnis der Person zum Einsatz. Der Traum ist deren verbindendes Element, den wir als den «Polarstern» bezeichnen. Ebenso wichtig ist der «Unterstützerkreis». Die betroffene Person – also jene, die ihre Zukunftsplanung macht, steht im Zentrum mit ihren Kenntnissen und Fähigkeiten – mit ihren Träumen und Vorlieben, ihren Visionen und Zielen, ihren Bedürfnissen sowie dem Bedarf nach Unterstützung oder Assistenz. Um die Person kennen zu lernen, kommen verschiedene Mittel zum Einsatz. Wer ist sie? Wo lebt sie? Was ist ihr wichtig? Wer ist ihr wichtig? Welche Interessen hat sie? Über welches soziales Netz verfügt sie? Was passt zu ihr? Was weniger? Wie kann sie bestmöglich unterstützt werden?

Wie? Gemeinsam die Zukunft planen!

Ganz am Anfang geht es darum zu träumen, offen und uneingeschränkt über seine Zukunft nachzudenken. Während dieser Etappe entscheidet sich die Person für einen oder mehrere Träume.

Mit Hilfe des Unterstützerkreises und mit Blick auf die Kenntnisse und Fähigkeiten der Person werden Lösungen gesucht, damit die Person ihren Traum umsetzen kann. Der Unterstützerkreis besteht aus verschiedenen Personen aus dem familiären und dem beruflichen oder sozialen Umfeld sowie aus dem Freundeskreis. Schritt für Schritt wird ein Aktionsplan erstellt, der aus konkreten und umsetzbaren Etappen besteht. Es ist wichtig, sich klare Etappenziele zu setzen, um die Vision Tatsache werden zu lassen. Die Person sieht sich bestärkt, motiviert und ermutigt, die nächsten Etappen zu erreichen. Diese werden gemeinsam mit der Person und den Mitgliedern des Unterstützerkreises festgelegt. Die Person wird darin unterstützt, ihre Ziele zu erreichen. Die gebotene Hilfestellung und Unterstützung orientieren sich an den Bedürfnissen der Person.

Die Stärke der Persönlichen Zukunftsplanung beruht auf der versammelten Kompetenz der Mitglieder im Unterstützerkreis. Alle bringen ihre Fähigkeiten ein und stellen ihr Netzwerk der Person im Mittelpunkt zur Verfügung. Es geht darum, von den Ideen ins Handeln zu kommen. Gemeinsam wird eine positive Zukunft möglich.

Woher kommt die Persönliche Zukunftsplanung?

Das Fundament der Methode ist die UNBRK – die Behindertenrechtskonvention der UNO. Die UNBRK hat im Frühling dieses Jahres in der Schweiz Schlagzeilen gemacht. Die UNO hat untersucht, wie weit die Schweiz mit deren Umsetzung ist und dazu einen sehr kritischen Bericht² verfasst.

Das Grundprinzip der UNBRK ist die Selbstbestimmung der Person. Sie entscheidet darüber, wie sie ihre Zukunft gestaltet sowie über ihre Inklusion. Jede Person hat das Recht selbst zu entscheiden, wo und wie sie lebt, welche Arbeit sie machen oder welche Aktivitäten sie ausüben will etc.

Persönliche Zukunftsplanung wurde Ende der Achtzigerjahre in den USA von verschiedenen Personen entwickelt wie z. B. John O' Brien, Beth Mount, Jack Peapoint, Marsha Forest et Judith Snow. Anschliessend hat sich PZP nach Deutschland und von da in die weiteren deutschsprachigen Länder ausgebreitet. Vorreiter von PZP sind insbesondere Stefan Doose, Susanne Göbel, Carolin Emrich, Oliver Koenig, Tobias Zahn, Wiebke Kühl, Ines Boban et Andreas Hinz.

In der Schweiz wurde 2012 der Verein WINklusion gegründet. Dieser bietet seither regelmässig Weiterbildungen auf Deutsch zum Moderator, Illustrator oder Botschafter an. Darüber hinaus hat 2019/2020 in Lausanne erstmal eine französischsprachige Ausbildung stattgefunden. Auf Italienisch hat unsere regionale Vereinigung atgabbes 2020/2021 im Tessin ebenfalls eine Ausbildung durchgeführt. Die Vereinigung Cerebral Schweiz hat im Rahmen eines Projekts mit dem Verein WINklusion und atgabbes Ausbildungen mit Stipendien unterstützt. Das Projektziel war, PZP unseren Mitgliedern als Dienstleistung anzubieten. Wir freuen uns, dass wir dieses Ziel nun erreicht haben!

² <https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/schwerpunkte/behindertenpolitik/uno-brk>

Weitere Informationen und Links:

Internetseite von der Vereinigung Cerebral Schweiz:
<https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/persoenliche-zukunftsplanung>

Internetseite von WINklusion – Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung Schweiz:
www.winklusion.ch

Internetseite des deutschsprachigen Netzwerks Persönliche Zukunftsplanung:
www.persoenliche-zukunftsplanung.eu

**«I want my dream!» Persönliche Zukunftsplanung – weiter gedacht, Stefan Doose.
Als Buch oder pdf: www.persoenliche-zukunftsplanung.eu/materialien/bestellmoeglichkeiten/material-bestellung.html**

**Viele der Materialien zum Thema «Person Centred Planning» kommen von Inclusion Press:
www.inclusion.com**



Ensemble facilitons l'avenir

Le Plan d'Avenir Personnalisé – PAP¹ est une façon vivante de réfléchir à son propre avenir, avec d'autres personnes et de transformer ses rêves en étapes réalisables pas à pas. L'approche se base sur une société inclusive où chacun est reconnu, estimé et considéré, indépendamment de son parcours de vie ou de ses particularités.

Le Plan d'Avenir Personnalisé, qu'est-ce que c'est?

Commençons par une discussion entre deux personnes pour expliquer ce qu'est le Plan d'Avenir Personnalisé. Un terme qui peut paraître «étrange» au premier abord.

Dis, j'ai un rêve. J'aimerais changer de travail et faire autre chose. Mais, je ne sais pas comment. Et en plus, j'hésite entre deux ou trois métiers.

Et, c'est chouette comme idée! Je connais quelque chose qui peut d'aider!

Vraiment, dis-m'en plus!

Cela s'appelle «Plan d'Avenir Personnalisé» ou PAP. Je t'explique en deux mots. Tu vas d'abord rencontrer un modérateur. Celui-ci va clarifier ta demande lors d'une à deux rencontres. Puis, lors d'une demi-journée ou journée, tu vas avec différentes personnes de ton entourage définir quel est ton rêve (ou tes rêves). Ensuite, tu vas mettre en place des étapes pour le réaliser. Et cela marche. J'ai des amis qui ont fait un PAP et qui grâce à cette méthode ont pu réaliser ce qu'ils voulaient faire!

Cela m'intéresse. Je trouve où des informations, des contacts?

Je t'envoie un lien par email:
[https://www.vereinigung-cerebral.ch/
fr/prestations/
plan-davenir-personnalise](https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/plan-davenir-personnalise)

¹ en anglais: person centred planning – PCP /
en allemand: Persönliche Zukunftsplanung – PZP

Un plan, pourquoi?

Cette méthode peut s'appliquer pour tout changement de vie. Elle peut être utilisée par des personnes avec ou sans handicap ou accompagner une institution dans la réalisation d'un projet. Elle a différents outils. Ceux-ci peuvent être utilisés suivant les demandes de la personne. Ils ont notamment en commun le rêve qui est appelé «l'Etoile polaire» et le «Cercle de soutien». La personne concernée – à savoir celle pour qui le Plan d'Avenir Personnalisé est fait – est au centre avec ces compétences et ces capacités, ces rêves et ces envies, ces buts et ces objectifs, ce dont elle a besoin et aussi ces besoins d'aide et d'assistance. Pour cela, différents moyens sont utilisés afin de connaître la personne. Qui est-elle? Où vit-elle? Qu'est-ce qui est important? Qu'est ce qui a de l'importance pour elle? Quels sont ses intérêts? Quel est son réseau social? Qu'est-ce qui va bien pour elle? Et ce qui va moins bien? Comment peut-elle être soutenue au mieux?

Comment? Ensemble facilitons l'avenir!

Tout d'abord, il s'agit de rêver et de penser de manière ouverte et grande à son avenir. Lors de cette étape, on détermine quel est le rêve ou les rêves de la personne.

Ensuite, avec l'aide du cercle de soutien et en se basant sur les capacités et les compétences de la personne, on cherche des solutions pour que la personne puisse réaliser son rêve. Le cercle de soutien est composé de différentes personnes de l'entourage familial, professionnel, amical, social. Pas à pas, un plan d'action est établi avec des étapes concrètes et réalisables. Il s'agit de mettre en place des étapes pour atteindre son but. La personne est ainsi renforcée, motivée et encouragée à passer aux étapes suivantes. Ces étapes sont planifiées ensemble avec la personne concernée au centre et avec les personnes du cercle de soutien. La personne concernée est ensuite accompagnée dans les étapes projets à venir. L'aide et le soutien sont orientés vers les besoins de la personne.

La force de cette méthode réside dans l'intelligence collective du cercle de soutien. Chaque personne apporte une contribution et met aussi à disposition son réseau afin de soutenir la personne dans sa démarche. Il s'agit de passer de la pensée à l'action! Ensemble, un avenir positif est possible.

D'où vient le Plan d'Avenir Personnalisé?

Les fondements de la méthode sont dans la CDPH – «LA» Convention des Droits des Personnes Handicapées de l'ONU. Cette convention était par ailleurs un thème d'actualité ce printemps en Suisse. L'ONU a examiné comment la Suisse a mis en place la CDPH et émis un rapport² très critique à l'égard des autorités suisses.

Les principes clés sont l'autodétermination de la personne à décider elle-même de son avenir ainsi que l'inclusion. Chaque personne a le droit de décider par elle-même où et comment elle veut vivre, quel travail et quelles activités elle souhaite faire, etc.

La méthode a été développée aux Etats-Unis à la fin des années quatre-vingt par différentes personnes dont John O'Brian, Beth Mount, Jack Peapoint, Marsha Forest et Judith Snow. Puis, elle s'est répandue depuis l'Allemagne dans les différents pays et régions germanophones. Les précurseurs de cette méthode en Allemagne sont notamment Stefan Doose, Susanne Göbel, Carolin Emrich, Oliver Koenig, Tobias Zahn, Wiebke Kühl, Ines Boban et Andreas Hinz.

En Suisse, l'association WINklusion a été fondée en 2012. Elle propose depuis régulièrement des formations en allemand pour devenir modérateur, illustrateur ou ambassadeur. Par ailleurs, la première formation francophone a lieu en 2019/2020 à Lausanne, en italien en 2020/2021 au Tessin qui a été organisée par notre association régionale atgabbes. L'Association Cerebral Suisse a dans le cadre d'un projet avec l'association WINklusion et atgabbes soutenu la formation de personnes par l'octroi de bourses. Le but du projet était de pouvoir proposer le Plan d'Avenir personne comme prestation à nos membres. Nous nous réjouissons maintenant que le PAP soit une de nos prestations!

Liens à mentionner:

Sur le site internet de l'Association Cerebral Suisse:
<https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/plan-davenir-personnalise>

Site internet de WINklusion – réseau suisse du Plan de l'Avenir Personnalisé:
www.winklusion.ch

Site internet du réseau germanophone du Plan de l'Avenir Personnalisé:
www.persoenliche-zukunftsplanung.eu

«I want my dream!», livre de Stefan Doose (en allemand):
<https://www.persoenliche-zukunftsplanung.eu/materialien/bestellmoeglichkeiten/material-bestellung.html>

De nombreux documents et informations sur le thème «Person Centred Planning» viennent du site internet:
www.inclusion.com

² Plus d'informations sur disponibles sur notre site internet: <https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/informations/politique-de-lhandicap/cdph>



Insieme facilitiamo il futuro

La Pianificazione personale del futuro (PPF)¹ è un modo dinamico di pensare al proprio futuro insieme ad altre persone e di trasformare i propri sogni in tappe realizzabili passo dopo passo. L'approccio si basa sull'idea di una società inclusiva in cui ogni persona è riconosciuta, stimata e apprezzata, indipendentemente dal suo percorso di vita o dalle sue peculiarità.

Cosa significa Pianificazione personale del futuro?

Iniziamo con un incontro tra due persone per spiegare cos'è la Pianificazione personale del futuro. Un termine che, di primo acchito, può sembrare «strano».

Mi interessa.
Dove posso trovare
informazioni,
contatti?

Davvero,
dimmi di più!

Ti mando un link via e-mail:
[https://www.atgabbes.ch/it/
sostegno-e-consulenze/consulenze/
pianificazione-personale-del-futuro](https://www.atgabbes.ch/it/sostegno-e-consulenze/consulenze/pianificazione-personale-del-futuro)

Senti, ho un sogno.
Vorrei cambiare lavoro e fare
qualcos'altro. Ma non so come.
E poi, sono indeciso tra due o
tre mestieri.

È una bella idea!
Ho in mente qualcosa
che può aiutarti!

Si chiama «Pianificazione personale del futuro» o PPF.
Te lo spiego in due parole. Innanzitutto incontrerai un facilitatore.
Quest'ultimo chiarirà la tua richiesta in uno o due incontri.
Poi, ti presenterai con diverse persone del tuo entourage per
definire, nel giro di mezza giornata o di un'intera giornata,
qual è il tuo sogno (o i tuoi sogni). Poi dovrai mettere in atto dei
passi per realizzarlo/i. E funziona. Ho degli amici che hanno svolto
una PPF e che, grazie a questo metodo, sono riusciti
a realizzare quello che volevano fare!

¹ in inglese: person centred planning – PCP /
in tedesco: Persönliche Zukunftsplanung – PZP

Una pianificazione, perché?

Questo metodo può essere applicato a qualsiasi cambiamento di vita. Può essere utilizzato da persone con o senza disabilità o può sostenere un'istituzione nella realizzazione di un progetto. Questo metodo prevede l'uso di diversi strumenti che possono essere utilizzati secondo le richieste della persona. In particolare, hanno in comune il sogno chiamato «Stella polare» e il «Gruppo di sostegno». La persona interessata – cioè la persona per la quale si effettua la Pianificazione personale del futuro – è posta al centro con le sue competenze e le sue capacità, i suoi sogni e i suoi desideri, i suoi obiettivi e le sue necessità, nonché le sue esigenze di aiuto e assistenza. A tal fine, vengono utilizzati diversi mezzi per conoscere la persona. Chi è? Dove vive? Cos'è importante per lei? Cosa ritiene importante per se stessa? Quali sono i suoi interessi? Qual è il suo contesto sociale? Cosa funziona per lei? E cosa non funziona? Come può essere sostenuta al meglio?

In che modo? Insieme facilitiamo il futuro!

In primo luogo, si tratta di immaginare e pensare al proprio futuro in modo aperto e positivo. In questa fase, si determina quale o quali sono i sogni della persona.

Poi, con l'aiuto del gruppo di sostegno e sulla base delle capacità e delle competenze della persona, si cercano soluzioni per fare in modo che la persona possa realizzare il proprio sogno. Il gruppo di sostegno è composto da diverse persone (familiari, colleghi di lavoro, amici, conoscenti). Passo dopo passo, viene elaborato un piano d'azione con tappe concrete e realizzabili. Si tratta di mettere in atto dei passi per raggiungere l'obiettivo prefissato. In questo modo la persona viene rafforzata, motivata e incoraggiata a compiere i passi successivi. Queste fasi sono pianificate di concerto con la persona interessata che resta sempre al centro della pianificazione e con le persone del gruppo di sostegno. La persona interessata viene poi accompagnata nelle fasi successive del progetto. L'aiuto e il sostegno sono orientati ai bisogni della persona.

La forza di questo metodo risiede nell'intelligenza collettiva del gruppo di sostegno. Ognuno fornisce un contributo e mette a disposizione la propria rete sociale per sostenere la persona nel suo percorso. Si tratta di passare dal pensiero all'azione! Insieme, un futuro positivo è possibile.

Da dove viene la Pianificazione personale del futuro?

Il metodo è basato sulla Convenzione ONU per i diritti delle persone con disabilità (CDPD). D'altra parte, la citata Convenzione è stata un tema d'attualità molto dibattuto in Svizzera la scorsa primavera. L'ONU ha esaminato il modo in cui la Svizzera ha attuato la CDPD e ha pubblicato un rapporto² molto critico nei confronti delle autorità svizzere.

I principi fondamentali della CDPD sono l'autodeterminazione della persona che decide autonomamente del proprio futuro e l'inclusione. Ogni individuo ha il diritto di decidere da solo dove e come vuole vivere, quale lavoro e quali attività desidera svolgere, ecc.

Il metodo è stato sviluppato negli Stati Uniti alla fine degli anni ottanta da diverse persone tra cui John O'Brian, Beth Mount, Jack Peapoint, Marsha Forest e Judith Snow. In seguito, si è diffuso dalla Germania nei diversi paesi e regioni di lingua tedesca. In Germania, i precursori di questo metodo sono stati in particolare Stefan Doose, Susanne Göbel, Carolin Emrich, Oliver Koenig, Tobias Zahn, Wiebke Kühl, Ines Boban e Andreas Hinz.

In Svizzera, l'associazione WINklusion è stata fondata nel 2012. Da allora offre regolarmente corsi di formazione in tedesco per diventare facilitatore, illustratore o ambasciatore. Inoltre, la prima formazione in francese si è svolta nel 2019/2020 a Losanna, mentre quella in italiano ha avuto luogo nel 2020/2021 in Ticino, organizzata dalla nostra associazione regionale atgabbes. L'Associazione Cerebral Svizzera, nell'ambito di un progetto con l'associazione WINklusion e atgabbes, ha sostenuto la formazione delle persone attraverso la concessione di un importante sostegno finanziario. Lo scopo del progetto era quello di poter offrire la Pianificazione personale del futuro come prestazione a sostegno dei nostri membri. Siamo lieti che la PPF sia una delle nostre prestazioni!

Link da menzionare:

Il sito web d'atgabbes:
<https://www.atgabbes.ch/it/sostegno-e-consulenze/consulenze/pianificazione-personale-del-futuro>

² Ulteriori informazioni sono disponibili sul nostro sito web: <https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/informations/politique-de-lhandicap/cdph>



Die Persönliche Zukunftsplanung:

eine Dienstleistung der Vereinigung Cerebral Schweiz

Selbstbestimmung und Inklusion von Menschen mit Behinderungen sind uns wichtig. Dies sind Werte, die wir verteidigen, einfordern und fördern. Deshalb übernehmen wir für unsere Mitglieder einen Teil der Kosten für eine Planung.

von links nach rechts:

Silvia Bässler, Nikolaus Beyersdorf, Karin Furrer

Sabine Finkbohner, Andrea Gasser.

Fotos: privat

Wir verfügen auch über ein Team von Moderatorinnen und Moderatoren, Illustratorinnen und Illustratoren und Botschafterinnen und Botschaftern, die in Persönlicher Zukunftsplanung geschult sind. Im Folgenden stellen wir Ihnen einige von ihnen vor. Ein Portrait der Personen finden Sie auch auf unserer Website:

<https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/persoenliche-zukunftsplanung/moderationsteam>

Innerhalb der Vereinigung Cerebral Schweiz wird die Koordination in der Deutschschweiz von Silvia Bässler, in der Romandie von Muriel Schüpbach wahrgenommen. Sie können sie über die Geschäftsstelle der Vereinigung Cerebral Schweiz in Solothurn erreichen: 032 622 22 21 oder muriel.schuepbach@verenigung-cerebral.ch. Im Tessin wird die Koordination von der Vereinigung atgabbes übernommen – kontaktieren Sie Ludovica oder Donatella unter 091 972 88 78 oder per E-Mail pianificazionedelfuturo@atgabbes.ch.

Moderation und Botschafter-Pool in ihrer Region

In unserem Moderations- und Botschafter-Pool sind dabei: Silvia Bässler – Nikolaus Beyersdorf – Andrea Gasser – Sabine Finkbohner – Karin Furrer – Kristin Metzner – Christina Stadelmann.

Weiter arbeiten wir mit dem Verein WINklusion zusammen. Dieser bietet regelmässig Weiterbildungen an und hat auch Moderatoren.

Wir arbeiten auch mit Personen zusammen, die nicht im Internet oder im Magazin erwähnt werden möchten. Kontaktieren Sie uns und wir vermitteln Ihnen jemanden aus Ihrer Region!



Illustration:
Vereinigung Cerebral
Schweiz.



Le Plan d'Avenir Personnalisé:

une prestation de l'Association Cerebral Suisse

Le Plan d'Avenir Personnalisé est maintenant une prestation de l'Association Cerebral Suisse.

L'autodétermination et l'inclusion des personnes vivant avec un handicap nous sont importantes. Ce sont des valeurs que nous défendons, revendiquons et promouvons. C'est pourquoi, nous subventionnons pour nos membres une partie des frais d'une planification.

de gauche à droite:

Marceline Adjeran, Fabien Barelli, Francine Fivaz,
Amaelle Kägi, Valentine Lugrin, Anne Masson Crettaz,
Marie Pochon, Muriel Schüpbach.

Photos: privé

Nous disposons aussi d'une équipe de modérateurs-trices, illustrateurs-trices et ambassadeurs-trices formés au Plan d'Avenir Personnalisé. Nous vous en présentons ci-dessous quelques un-e-s. Vous trouvez également une présentation des personnes sur notre site internet.

Au sein de l'Association Cerebral Suisse, la coordination est réalisée en Suisse-allemande par Silvia Bässler, en Suisse romande par Muriel Schüpbach. Vous pouvez les joindre par l'intermédiaire du bureau de l'Association Cerebral Suisse à Soleure:

032 622 22 21 ou muriel.schuepbach@verenigung-cerebral.ch. Au Tessin, la coordination est réalisée par l'association atgabbes – contactez Ludovica ou Donatella au 091 972 88 78 ou par email pianificacionedelfuturo@atgabbes.ch.

Modérateurs-trices et/ou illustrateurs-trices et/ou Ambassadeurs-trices dans votre région

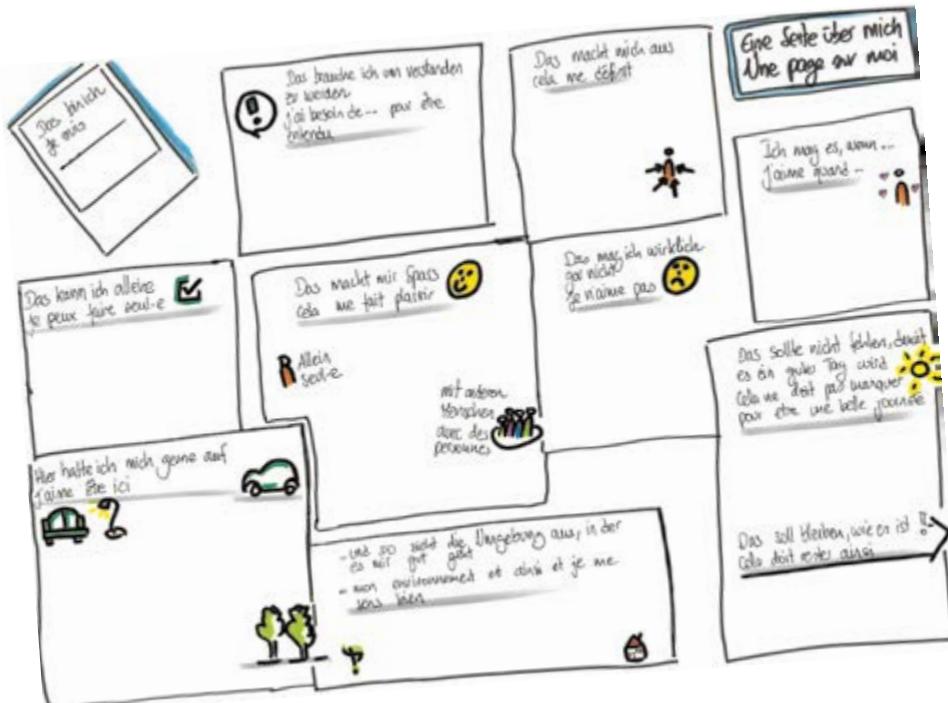
En Suisse romande, nous collaborons avec le réseau romand «Plan d'Avenir personnalisé». Ce réseau dispose du Jura au Valais en passant par le canton de Neuchâtel et de Vaud des personnes formées au PAP pouvant faire des planifications ou des conférences. Contactez-les par email à pap@winklusion.ch.

Réseau romand «Plan d'Avenir personnalisé»

Marceline Adjeran – Fabien Barelli – Francine Fivaz – Amaelle Kägi – Valentine Lugrin – Anne Masson Crettaz – Marie Pochon – Muriel Schüpbach

Adresse e-Mail: pap@winklusion.ch

Nous avons également des personnes qui ne souhaitent pas être mentionnées sur internet ou dans le magazine, mais avec lesquelles nous collaborons. Contactez-nous et nous vous mettrons en contact avec quelqu'un habitant votre région!



Illustrations:
Association Cerebral
Suisse.

Einige konkrete Erfahrungen mit Persönlicher Zukunftsplanung

Wir möchten euch die Erfahrungen von Caroline, Vanessa und Silvio näherbringen, die eine Persönliche Zukunftsplanung gemacht haben. Wie haben sie das erlebt? Was hat es ihnen gebracht? Wie sind sie vorangekommen auf ihrem Lebensweg?

Eine persönliche Zukunftsplanung ist ein echtes Geschenk: Rückblick von Caroline Short, Auszug aus dem Magazin «Fleur de Parole» der Vereinigung für gestützte Kommunikation der Romandie.

Eine Zukunftsplanung zu erhalten, ist wie Weihnachten. Es gibt Momente der Vorfreude, der Beklommenheit, das aufwändige Auspacken und schliesslich die Geschenke, die von den Liebenden und Geliebten sorgfältig ausgewählt wurden. Es geht um das Zusammenleben, die Wärme, die Zeit, die geschenkt und empfangen wird.

Francine und meine Freundinnen bei mir zu Hause zu empfangen, um die Planung auf Papier zu bringen, war wie ein grosses Geschenk voller kleiner Überraschungen: Die Überraschung, sich auf einem Weg zu begeben, dessen Ziel man noch nicht kennt. Die Überraschung, wie die Konzepte, Gedanken und Pläne in mir, in den anderen und auf dem Papier Gestalt annehmen. Die Überraschung, sich von der Begeisterung des Unterstützerkreises anstecken zu lassen. Die Planung war auch stärkend, wie die heisse Schokolade am Cheminée. Die Freunde, ihre Unterstützung, ihren Elan so nah um sich zu haben, war beglückend. Und dann geht man am nächsten Tag voller Mut an die Umsetzung der guten Vorsätze.

Caroline Short

Lass uns träumen!

Meine persönliche Zukunftsplanung (PZP) hat sich um meine berufliche Zukunft gedreht. Bei der Vorbereitung habe ich zusammen mit meiner PZP-Moderatorin ungehindert träumen und den Nordstern erarbeiten können.

Am Samstag 30. Januar 2021 habe ich mich dann mit meinem Unterstützerkreis getroffen. Der Unterstützerkreis bestand aus lauter lieben Menschen, mit denen ich an meiner beruflichen Zukunft arbeiten konnte. Die PZP war für mich sehr emotional; die Beteiligten äusserten sich zu meinen Stärken und Talenten. Sie machten viele Vorschläge und dachten aktiv mit. Ich habe es einerseits als inspirierend, aber auch als anstrengend empfunden. Abschliessend haben wir nächste Schritte festgelegt, u.a. das Reinschnuppern in neue Berufsfelder.

Die Zukunftsplanung war sehr erhellend, motivierend und strukturgebend. Aus dem diffusen Berufswunsch sind konkrete Chancen entstanden. Heute kann ich in mehreren Berufsfeldern arbeiten wie z. B. im Bereich Coaching oder Projektmanagement und bin sehr glücklich darüber. Vanessa Leuthold

Link

Den Podcast über Persönliche Zukunftsplanung «Gute Nachricht zur Inklusion» hören:
entweder auf
Spotify <https://open.spotify.com/episode/6MI9QN5vgmEK5HC6PHp22X>
oder auf
<https://igelmedia.com/>
hören.

Meine Persönliche Zukunftsplanung

Im Rahmen meines Praktikums auf der Geschäftsstelle der Vereinigung Cerebral Schweiz konnte ich eine Persönliche Zukunftsplanung (kurz PZP) machen. Im Folgenden berichte ich von meinen Erfahrungen. Thema meiner PZP war meine berufliche Zukunft. Ich wusste bereits vor der PZP, dass ich weiter im Behindertenwesen arbeiten möchte. So hatten die meisten Gäste einen direkten Bezug dazu.

Ich fand den Austausch mit dem Unterstützerkreis hilfreich und ansprechend. Ich erhielt zu diversen Bereichen interessante Denkanstösse. Unter anderem zu meinen Kompetenzen, möglichen Visionen und konkreten Möglichkeiten. So zeigte sich, dass es für mich viele spannende Optionen gibt. Etwa wäre eine Tätigkeit als wissenschaftlicher Mitarbeiter interessant, auch gibt es zunehmend Gleichstellungsstellen in der öffentlichen Verwaltung und bei Unternehmen. Alternativ gäbe es auch die Möglichkeit an der Universität ein Doktorat zu machen.

Die Planung der nächsten Schritte fand ich hilfreich, aber etwas anstrengend. Gerade, wenn es viele gute Optionen gibt, ist es nicht einfach, zu entscheiden, womit man sich als erstes befassen soll. Letztlich fanden wir aber gute Herangehensweisen. Nun freue ich mich sehr auf die weitere Planung meiner Zukunft und deren Umsetzung.

Silvio Koelbing

Quelques expériences concrètes de PAP

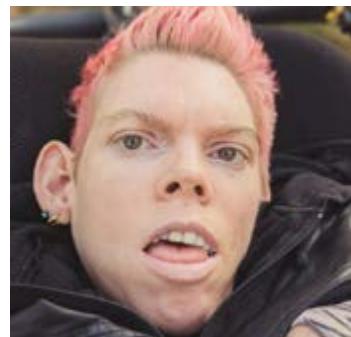
Nous souhaitons vous partager l'expérience de Caroline, Vanessa et Silvio qui ont fait un PAP. Comment l'ont-ils vécu? Qu'est-ce que cela leur a apporté? Ont-ils pu avancer dans leur chemin de vie?

Vivre le PAP, un vrai cadeau: retour sur le PAP de Caroline Short, extrait du magazine «Fleur de Parole» de l'Association CF-Romandie.

Recevoir une planification de l'avenir c'est comme Noël. Il y a la réjouissance du moment, l'apprehension des contenus, les déballages laborieux et finalement les présents, choisis soigneusement par les aimants et les aimés. Il y a le vivre ensemble, la chaleur, le temps qui est donné et reçu.

Accueillir chez moi Francine et mes amies pour poser sur papier le plan, c'était comme un grand cadeau rempli de petites surprises: surprise de se laisser porter sur un chemin dont on ne connaît pas vraiment la destination. Surprise de voir les concepts, pensées, projets, se dessiner en moi, dans les autres et sur le papier. Surprise de se laisser cueillir par l'enthousiasme du cercle. C'était reconfortant aussi, comme le chocolat chaud au coin du feu. Sentir ses amis si proches, leurs soutiens, leurs élans, était euphorisant. Et puis le lendemain, on part plein de courage vers les bonnes résolutions!

Caroline Short



Rêvons!

Mon Plan d'avenir personnalisé (PAP) était axée sur mon avenir professionnel. Lors de la préparation, j'ai pu donner libre cours à mon imagination avec ma modératrice PAP et construire des châteaux en Espagne.

Le samedi 30 janvier 2021, j'ai réfléchi à mon avenir professionnel avec mon cercle de soutien, composé de personnes très bienveillantes avec qui j'ai pu travailler à mon avenir professionnel. Mon PAP a été un moment très émouvant pour moi; les personnes participantes se sont exprimées sur mes points forts et mes talents. Elles ont fait beaucoup de propositions et ont participé activement à la réflexion. J'ai trouvé cela à la fois inspirant et épaisant. Enfin, nous avons défini les prochaines étapes à aborder, notamment m'informer sur de nouveaux domaines professionnels.

La planification de l'avenir a été très éclairante, motivante et structurante. Des opportunités concrètes ont émergé de désirs professionnels initialement confus. Aujourd'hui, je peux travailler dans plusieurs domaines professionnels, par exemple dans le domaine du coaching ou de la gestion de projet et c'est un grand bonheur pour moi.

Vanessa Leuthold

Mon Plan de l'avenir personnalisé, PAP

Dans le cadre de mon stage au secrétariat de l'Association Cerebral Suisse, j'ai pu réaliser un Plan d'avenir personnalisé (PAP). Je vais vous faire part de mon expérience. Mon PAP portait sur mon avenir professionnel. Je savais déjà auparavant que je voulais continuer à travailler dans le domaine du handicap. La plupart des participants avaient donc un lien direct avec ce domaine.

J'ai trouvé les échanges avec mon cercle de soutien utiles et pertinents. J'ai reçu des pistes de réflexion intéressantes dans différents domaines, notamment mes compétences, des perspectives possibles et des opportunités concrètes. Ces réflexions m'ont permis de prendre conscience qu'il existe de nombreuses options intéressantes pour moi. Je pourrais par exemple travailler comme chercheur, et il existe par ailleurs de plus en plus d'instances dédiées à l'égalité au sein de l'administration publique et des entreprises privées. Une autre possibilité serait d'obtenir un doctorat à l'université.

La planification des prochaines étapes m'a été utile, mais ce processus est assez fatigant. Lorsqu'il y a beaucoup de bonnes options, il n'est pas facile de décider de la première chose à faire. En fin de compte, nous avons trouvé de bonnes approches. Je me réjouis de planifier mon avenir concrètement et de le mettre en œuvre.

Silvio Koelbing

**v.o.n.u.
Caroline Short, Vanessa
Leuthold, Silvio Koelbing**

CerAdult-Tagung 2022: «Sexualität und Cerebralparese, selbstbestimmt neue Perspektiven entdecken – Lust darauf?»

Wie 2013 ist das Thema der Tagung die Sexualität. Alle Menschen haben ein Recht auf eine selbstbestimmte Sexualität. Damit dieses Recht auch für Menschen mit Cerebralparese Tatsache wird, ist es ein Strategiethema der Vereinigung Cerebral Schweiz. An der Tagung werden wir die selbstbestimmte Sexualität aus verschiedenen Blickwinkeln beleuchten.

Wann?
Samstag,
5. November 2022

Wo?
UNIA, Zentralsekretariat,
Weltpoststrasse 20,
CH-3000 Bern 15

Am Morgen findet eine Podiumsdiskussion statt. Unter der Moderation von Cornelia Maissen lernen Sie die Perspektiven von Selbstbetroffenen, Eltern, Dienstleistungsanbietenden und Fachpersonen der sexuellen Gesundheit kennen. Was bedeutet es konkret, eine selbstbestimmte Sexualität zu haben? Diese und andere Fragen werden wir diskutieren.

Am Nachmittag finden zwei Workshops statt.

Linda Halter und Gion Jäggi stellen in ihrem Workshop Datingplattformen vor und zeigen auf, wie diese funktionieren und genutzt werden können. Ebenso zeigen sie Tipps und Tricks zur Anwendung und worauf bei der Anmeldung geachtet werden soll.

Tauschen Sie sich am Workshop mit Alexandra Haas (von Special Moments) über Sexspielzeuge aus und lernen Sie diese kennen.

Gerne treten alle Beteiligten mit Ihnen in den Austausch. Nehmen Sie daher Ihre Fragen mit und profitieren Sie von den Antworten und Erfahrungen anderer.

Wir hoffen, die Tagung dieses Jahr vor Ort in Bern durchführen zu können und freuen uns, Sie dort zahlreich zu begrüssen.

Die Anmeldung ist über unsere Homepage möglich:
<https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/kurse-und-tagungen/ceradult>
Für mehr Informationen können Sie uns unter 032 622 22 21 oder info@vereinigung-cerebral.ch kontaktieren.



Foto: Hitzigraphy.

Conférence CerAdult 2022: «Sexualité et paralysie cérébrale, découvrir de nouvelles perspectives autodéterminées ... et l'envie?»

Comme en 2013, le thème de la conférence sera la sexualité. Toutes les personnes ont le droit d'avoir une sexualité autodéterminée. Pour que ce droit devienne également une réalité pour les personnes vivant avec une paralysie cérébrale, la sexualité est l'un des thèmes stratégiques de l'Association Cerebral Suisse. Lors de la conférence, nous aborderons la sexualité autodéterminée sous différents angles.



Le matin, une table ronde avec différent-e-s intervenant-e-s aura lieu. Sous la modération de Cornelia Maissen, vous découvrirez les points de vue de personnes concernées, de parents, de prestataires de services et de spécialistes en santé sexuelle. Que signifie concrètement le fait d'avoir une sexualité autodéterminée? Nous discuterons de ces questions et d'autres.

L'après-midi, deux ateliers pratiques seront organisés.

La thématique du premier atelier sera les sites de rencontre sur internet. Linda Halter et Gion Jäggi montreront comment ils fonctionnent et comment on les utilise. Ils donneront également des trucs et des astuces sur leur utilisation et qu'est-ce qu'il important de tenir en compte lors d'une inscription.

Le deuxième aura pour thème les sex-toys. Alexandra Haas (de Special Moments) présentera différents sex-toys. Peut-être découvrez-vous quelque chose pour vous!

Cette année, nous espérons que la conférence pourra avoir lieu sur place et espérons vous accueillir nombreuses et nombreux à Berne.

Les inscriptions sont ouvertes sur notre site internet:

<https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/cours-et-conferences/ceradult>

Pour plus d'informations, vous pouvez nous contacter au 032 622 22 21 ou

info@vereiniung-cerebral.ch

Quand?

Samedi 5 novembre 2022

Où?

**UNIA, Secrétariat Central,
Weltpoststrasse 20,
CH-3000 Bern 15**

Petition an den Bundesrat:

Ratifizierung des UN-BRK-Zusatzprotokolls

**Scannen Sie den
QR-Code und
unterschreiben Sie
die Petition!**



Die Schweiz ist noch weit weg von gleichen Rechten für Menschen mit Behinderungen. Die UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) ist nur mangelhaft umgesetzt, wie dies Inclusion Handicap in seinem Schattenbericht ausführlich aufzeigt. Und nicht nur das: Die Schweiz hat auch das UN-BRK-Fakultativprotokoll noch nicht ratifiziert. Trotz der Behindertenrechtskonvention haben Menschen mit Behinderungen in der Schweiz also nicht die Möglichkeit, bei allfälligen Verletzungen ihrer Rechte zum UN-Ausschuss zu gelangen.

Wir fordern den Bundesrat deshalb auf, die Ratifizierung des Fakultativprotokolls zur UN-BRK unverzüglich in die Wege zu leiten.

**Scannez le code QR
et signez la pétition!**



Pétition au Conseil fédéral:

Ratification du Protocole facultatif CDPH

La Suisse est encore loin de l'égalité des droits pour les personnes en situation de handicap. La Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées (CDPH) n'est mise en œuvre que de manière lacunaire, comme le démontre Inclusion Handicap dans son Rapport alternatif détaillé. Qui plus est: la Suisse n'a pas encore ratifié le Protocole facultatif se rapportant à la CDPH.

C'est pourquoi nous demandons au Conseil fédéral de lancer sans plus tarder la procédure de ratification du Protocole facultatif se rapportant à la CDPH.

Zukunftsplanung im Netzwerk

Kurz nach Abschluss meiner Weiterbildung zum Botschafter/Moderator für Persönliche Zukunftsplanung im Januar 2019, wurde ich angefragt, für den Koordinationskreis (erweiterter Vorstand) des Vereins Persönliche Zukunftsplanung e. V. zu kandidieren. Als Vertreter der Schweiz wurde ich im Herbst 2019 gewählt. Im Netzwerk haben sich die deutschsprachigen Länder und Südtirol zusammengeschlossen. Aktuell setzt sich der Koordinationskreis von Vertretern aus Deutschland und der Schweiz zusammen.

Als Schweizer Vertreter ist es interessant zu sehen, wie sich die Mitglieder mit Persönlicher Zukunftsplanung und Inklusion auseinandersetzen. Da sich beide Themen ergänzen, ist eine Trennung weder immer möglich noch sinnvoll. Welche Ansätze und Möglichkeiten lohnen sich verfolgt zu werden? Zu welchen Zielen können sie führen? Wie können gute Ansätze für die Schweiz übernommen und angepasst werden?

Sehr interessant zu beobachten ist, dass immer mehr deutsche Bundesländer und Kommunen, vor allem im Norden, das Potenzial der Persönlichen Zukunftsplanung erkennen und die Finanzierung von Planungen übernehmen. Vorausgesetzt wird eine Ausbildung zum Moderator. In der Schweiz gibt es vereinzelt Institutionen, die das Potenzial der Persönlichen Zukunftsplanung erkennen und anwenden. Dabei spielen die persönlichen Erfahrungen von Institutionsleitung und Betreuung eine wichtige Rolle. Ich wünsche mir, dass auch in der Schweiz das Potenzial der Persönlichen Zukunftsplanung erkannt und vermehrt genutzt wird.

Nikolaus Beyersdorf

<https://persoenliche-zukunftsplanung.eu>



Nikolaus Beyersdorf

Plan d'avenir personnalisé en réseau

Peu après la fin, en janvier 2019, de ma formation continue comme ambassadeur/modérateur pour Plan d'avenir personnalisé, j'ai été invité à poser ma candidature au cercle de coordination (comité élargi) de l'association Persönliche Zukunftsplanung (Plan d'avenir personnalisé) e. V. Le réseau regroupe les pays germanophones et le Tyrol du Sud. Actuellement, le cercle de coordination est composé de représentants de l'Allemagne et de la Suisse. En tant que représentant de la Suisse, je trouve intéressant de voir comment les membres abordent le Plan d'avenir personnalisé et l'inclusion. Ces deux thèmes étant complémentaires, il n'est pas toujours possible ni judicieux de les traiter séparément. Quelles sont les approches et les opportunités valant la peine d'être poursuivies? A quels objectifs peuvent-elles aboutir? Comment adopter et adapter de bonnes approches en Suisse?

Il est très intéressant de constater que de plus en plus de communes et de Länder allemands, en particulier dans le nord du pays, reconnaissent le potentiel du Plan d'avenir personnalisé (PAP) et prennent en charge le financement de certaines planifications. Une formation de modérateur est requise.

En Suisse, un petit nombre d'institutions reconnaissent et appliquent le potentiel du PAP. L'expérience personnelle de la direction et de l'encadrement de l'institution joue un rôle important à cet égard. J'aimerais qu'en Suisse également, le potentiel du Plan d'avenir personnalisé soit davantage reconnu et exploité.

Nikolaus Beyersdorf

<https://persoenliche-zukunftsplanung.eu>

Stiftung Cerebral News

Aus dem Jahresbericht der Stiftung Cerebral

2021 war für unsere Stiftung ein besonderes Jahr, nicht nur bedingt durch die Pandemie-Situation, sondern auch, weil wir unser 60-jähriges Jubiläum feiern durften. Wir nutzten unser Jubiläumsjahr in erster Linie dafür, um die bei uns angemeldeten Einzelpersonen und Familien zu entlasten und ihnen nützliche Hilfsmittel abzugeben. Zudem haben wir betroffenen Jugendlichen und Erwachsenen, die in Institutionen leben, Transportgutscheine für Fahrten mit dem Behindertenfahrdienst geschenkt. Damit sich die Familien während der Coronazeit erholen und neue Kraft tanken konnten, haben wir unser Angebot für Erholungsaufenthalte mit einem zusätzlichen Sonderrabatt vergünstigt. Die vergangenen Monate zeigen es eindrücklich: Gerade in Krisensituationen ist eine Stiftung wie die unsrige von ganz besonderer Bedeutung, und dieser Verantwortung sind wir uns durchaus bewusst. Die vielen herzlichen, positiven Rückmeldungen der Familien zeigen uns, dass wir der Situation gut gewachsen sind.

Unsere Stiftung war auch im Jahr 2021 eine zuverlässige Partnerin und leistete unbürokratische, rasche Hilfe dort, wo diese am nötigsten gebraucht wurde. Dank der grossen Solidarität unserer treuen Spenderinnen und Spender dürfen wir trotz der angespannten Lage auf ein solides Spendenjahr 2021 zurück schauen, und dafür sind wir sehr dankbar.

Unser detaillierter Jahresbericht kann auf unserer Website unter www.cerebral.ch > Publikationen > Jahresbericht und Jahresrechnung heruntergeladen werden.

Der Prix Cerebral 2022 geht nach Genf

Ein Engagement von Menschen für Menschen – Der Verein HackaHealth hat es sich zum Ziel gesetzt, Menschen mit einer Beeinträchtigung massgeschneiderte Lösungen für alltägliche Probleme zu vermitteln. Inzwischen konnten bereits zahlreiche Projekte umgesetzt werden, und für dieses Engagement erhält der Verein den Prix Cerebral 2022.



Der Verein HackaHealth wurde 2018 von einer Gruppe Studierenden der École Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL) und des Campus Biotech in Genf gegründet. Der erste Hackathon fand 2018 in Genf statt und war ein voller Erfolg. Bei dieser Veranstaltung nehmen sich angehende junge Ingenieure, Designer und Entwickler der Problemstellungen an, mit denen Menschen mit Beeinträchtigungen tagtäglich konfrontiert sind, suchen mit den Betroffenen gemeinsam nach neuen Ideen und entwerfen Prototypen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entwickelten in den 48 Stunden, die der Hackathon dauerte, verschiedene vielversprechende Lösungsansätze. Auch für die beeinträchtigten Menschen, die am Wettbewerb teilnahmen, war der Hackathon ein ganz besonderes Erlebnis: Ihre Anliegen und Probleme wurden sehr ernst genommen und die Studierenden suchten gemeinsam mit ihnen nach neuen Ideen.

Der Verein HackaHealth hat es sich zum Ziel gesetzt, schweizweit tätig zu werden: Im Jahr 2021 wurde erstmals auf dem ETH Campus in Zürich ein Hackathon durchgeführt, auch dort war das Echo überwältigend. Die Einführung eines neuen Masterkurses an der EPFL ermöglichte es Studierenden zudem, direkt an verschiedenen Projekten mit Menschen mit Beeinträchtigungen zu arbeiten. Die Stiftung Cerebral unterstützt den Verein HackaHealth seit 2020. In diesem Jahr durften wir auch den Hackathon begleiten und uns mit eigenen Augen ein Bild dieses vielversprechenden Projektes machen. Das riesige Engagement und die Dynamik, die daraus entstand, hat uns sehr beeindruckt und wir freuen uns sehr, dass wir dieses mit einem Prix Cerebral ehren dürfen.

Infoveranstaltung der Stiftung Cerebral in Biel/Bienne

Ende Juni konnten wir nach drei Jahren pandemiebedingter Pause wieder unsere beliebte Infoveranstaltung durchführen. Insgesamt besuchten rund 420 Einzelpersonen und Familien die zweitägige Veranstaltung im Kongresshaus in Biel/Bienne und nutzten die einmalige Gelegenheit, unsere Dienstleistungen und auch die verschiedenen Angebote und Hilfsmittel unserer Partner näher kennenzulernen. Man konnte zum Beispiel mit dem geländegängigen Elektrorollstuhl



einen Parcours bewältigen, ein Elektro-mountainbike mit Anhänger ausprobieren, den Cerebral-Camper sowie unsere verschiedenen Kleinbusse und ein umgebautes Fahrschulauto entdecken oder auch einfach nur im gemütlichen Beizli zusammensitzen und sich mit den anderen Familien austauschen. Verschiedene Stände boten wertvolles Informationsmaterial und die anwesenden Vertreter nahmen sich viel Zeit für die Fragen und Anliegen der Besucherinnen und Besucher.

Das gesamte Team unserer Geschäftsstelle war an beiden Tagen vor Ort und wir nutzten die Gelegenheit, um mit den bei uns angemeldeten Einzelpersonen und Familien ins Gespräch zu kommen, offene Fragen zu klären und wichtige Informationen weiterzugeben. Wir möchten uns bei allen Besucherinnen und Besuchern herzlich für ihr Vertrauen bedanken. Natürlich gilt unser Dank auch unseren Partnerinnen und Partnern, die vor Ort waren und mit viel Engagement und Herzblut dafür gesorgt haben, dass unsere Informationsveranstaltung für alle Beteiligten zu einem unvergesslichen und höchst informativen Erlebnis geworden ist.

Erholung und Freizeit

Poollifte

Damit Menschen mit einer Beeinträchtigung bequem ins Wasser und wieder hinausgelangen können, helfen wir bei der Finanzierung von Poolliften in Hallen- und Freibädern mit. Diese automatische Einstiegshilfe erleichtert den Betroffenen den Besuch eines öffentlichen Bades enorm. Inzwischen konnten wir schon viele verschiedene Schwimmbäder in der ganzen Schweiz mit Poolliften ausstatten, und die Liste wird immer länger.

Unter www.cerebral.ch > Hilfsangebote > Erholung & Freizeit > Hilfsmittel Freizeit > Poollift findet sich eine



detaillierte Liste mit allen Hallen- und Freibädern, die über einen Poollift verfügen.

Neue JST-Mietstationen

Inzwischen können bereits an elf verschiedenen Destinationen geländegängige Elektrorollstühle ausgeliehen werden, um damit barrierefreie Ausflüge zu unternehmen. Um der grossen Nachfrage gerecht zu werden, möchten wir unser JST-Angebot weiter ausbauen. Dieses Jahr kommen drei neue Stationen hinzu: Der Jurapark Aargau (AG), das Val-de-Travers (NE) und der Stoos (SZ) werden mit je einem JST Mountain Drive ausgestattet. Wir freuen uns, dass wir so Einzelpersonen und Familien noch mehr unbeschwertere Ausflüge ermöglichen können.

Mehr Infos zu unserem JST-Mietnetz gibts unter www.cerebral.ch/de/jst

Rabatte beim Kleiderkauf

Bonprix und amiamo

Bei den Kleiderlieferanten Bonprix und amiamo erhalten Personen, die bei unserer Stiftung angemeldet sind,

Einkaufsvergünstigungen auf Kleider ab Stange und Sonderanfertigungen. Möchten Sie Kleider bei Bonprix bestellen? Gerne stellen wir Ihnen den Flyer mit den notwendigen Bestellinformationen zu. Anfragen bei amiamo können direkt unter www.kleidungamiamo.ch getätigt werden. Sie können uns anschliessend die Rechnung und einen Einzahlungsschein mit Ihrer IBAN Nr. zusenden, wir erstatten Ihnen einen Teil des Kaufpreises.

Aus den Briefen an die Stiftung Cerebral

Für Ihre grosszügige Spende an die neue Schiebehilfe von Jimy bedanken wir uns ganz herzlich. Wir sind viel damit unterwegs in der Natur und geniessen die neue Freiheit, die uns der Motor schenkt, sehr. Sobald es wärmer wird, wollen wir die Schiebehilfe dann auch als Veloanhänger benutzen und so den Radius unserer Ausflüge nochmals vergrössern.

Familie Bachmann, 8495 Schmidrüti

Ich möchte mich herzlich für Ihren Beitrag an meinem Excel-Kurs bedanken. Dieser Kurs bringt mir sehr viel. Er hilft mir, meinen beruflichen Alltag zu meistern. Ich kann dort sehr viel lernen. Dann möchte ich mich noch herzlich für Ihren Beitrag an die Taxifahrten bedanken. Es ist für mich viel angenehmer, mit dem Taxi zum Kurs zu gehen, weil ich Mühe habe mit der Orientierung.

Joel Patrias, 8925 Ebertswil

Im Namen meiner Tochter Maria-Elena möchte ich mich von Herzen für den grosszügigen Beitrag an die Maltherapie bei MaloBolo bedanken. Maria-Elena freut sich riesig, dass sie weiterhin zu Frau Eisenhut ins Malen darf.

Familie Nägeli Roth, 3860 Meiringen



Fondation Cerebral

Extrait du rapport annuel de la Fondation Cerebral

Pour notre Fondation, 2021 a été une année particulière, non seulement en raison de la pandémie, mais aussi parce que nous fêtons notre 60e anniversaire. Ce dernier a principalement été l'occasion de distribuer des moyens auxiliaires utiles aux personnes et familles inscrites chez nous, ainsi que des bons pour des trajets avec des services de transport pour personnes handicapées à des jeunes et à des adultes concernés vivant en institution. Pour aider les familles à se reposer et à reprendre des forces pendant la pandémie de Covid, nous avons appliqué une remise supplémentaire aux tarifs de nos séjours de détente. Ces derniers mois le montrent très nettement: c'est notamment en cas de crise que le rôle d'une fondation comme la nôtre s'avère essentiel, et nous sommes pleinement conscients de cette responsabilité. Les nombreux et chaleureux retours des familles nous montrent que nous avons été à la hauteur de la situation.

En 2021, notre Fondation a été une partenaire fiable pour les personnes concernées, apportant une aide rapide et non bureaucratique là où elle était le plus nécessaire. Grâce à l'immense solidarité de nos fidèles donateurs et donatrices, nous sommes très reconnaissants de faire, malgré la situation tendue, état d'un exercice 2021 solide.

Notre rapport annuel détaillé peut être consulté sur notre site Internet www.cerebral.ch > Publications > Rapport annuel et comptes annuels.



Le Prix Cerebral 2022 va à Genève

Un engagement d'humain à humain – L'association HackaHealth s'est fixé pour objectif de fournir à des personnes en situation de handicap des solutions sur mesure pour améliorer leur vie quotidienne. Elle a déjà mis en œuvre de nombreux projets, et c'est pour cet engagement qu'elle s'est vu décerner le Prix Cerebral 2022.

L'association HackaHealth a été fondée en 2018 par un groupe d'étudiantes et d'étudiants de l'École Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL) et du Campus Biotech à Genève. Le premier hackathon a eu lieu à Genève en 2018, et ce fut un véritable succès. Durant cette manifestation, de jeunes ingénieurs, designers et développeurs ont pour mission de se pencher pendant 48 heures sur certains des problèmes auxquels les personnes en situation de handicap sont confrontées au quotidien, de chercher de nouvelles idées et de concevoir des prototypes. Au cours de ces deux jours, les participantes et participants ont développé toutes sortes de solutions prometteuses. Pour les personnes handicapées qui ont participé au concours, le hackathon a également été une expérience inédite: quelle occasion unique de voir leurs problèmes et préoccupations pris au sérieux, et de chercher avec des étudiantes et étudiants de nouvelles idées!

L'association HackaHealth s'est fixé pour objectif de développer ses activités à l'échelle nationale et en 2021, un premier hackathon a été organisé sur le campus de l'EPF de Zurich – là encore avec un succès fulgurant. Le lancement d'un cours de Master à l'EPFL a en outre permis aux étudiantes et étudiants de travailler sur différents projets aux côtés de personnes vivant avec un handicap.

La Fondation Cerebral soutient l'association HackaHealth depuis 2020. Cette année, nous avons également accompagné le hackathon et pu ainsi voir par nous-mêmes le potentiel de ce fantastique projet. Ce considérable engagement et la dynamique qu'il a générée nous ont fortement impressionnés. Aussi sommes-nous très heureux de pouvoir lui rendre hommage à travers ce Prix Cerebral.

Vacances, loisirs et repos

Extension du réseau de location de fauteuils roulants électriques tout-terrain JST Mountain Drive

Aujourd'hui, onze destinations proposent déjà la location de fauteuils roulants électriques tout-terrain pour des excursions sans obstacles. Pour répondre à la forte demande, nous avons décidé de développer cette offre. Cet été, le réseau s'enrichira donc de trois nouvelles stations: le Parc du Jura argovien (AG), le Val-de-Travers (NE) et Stoos (SZ) seront équipés d'un JST Mountain Drive. Nous nous réjouissons de pouvoir ainsi offrir à encore plus d'individus et de familles la possibilité de faire des excursions sans contraintes.

Plus d'infos sur notre réseau de location JST à la page www.cerebral.ch/fr/jst

Rabais sur l'achat de vêtements

Bonprix et amiamo

Vous bénéficiez de rabais sur l'achat de vêtements de série ou de modèles spéciaux auprès de nos fournisseurs de vêtements Bonprix et amiamo. Voici comment les personnes inscrites auprès de notre fondation peuvent procéder: pour les commandes chez Bonprix, veuillez nous contacter directement, c'est avec plaisir que nous vous expliquerons en détail le processus de commande et vous enverrons de plus amples informations. Les demandes chez amiamo peuvent être passées directement sur www.kleidungamiamo.ch. Vous pouvez ensuite nous envoyer la facture et un bulletin de versement avec votre IBAN, nous vous rembourserons une partie du prix d'achat.

Dal rapporto annuale della Fondazione Cerebral

Il 2021 è stato un anno particolare per la nostra Fondazione, non solo a causa della pandemia, ma anche perché abbiamo potuto festeggiare il nostro 60° anniversario. Abbiamo sfruttato quest'evento innanzitutto per dare sollievo alle persone iscritte presso di noi e alle loro famiglie, ma anche per consegnare loro mezzi ausiliari utili. Inoltre, abbiamo regalato ai giovani e agli adulti interessati che vivono in istituzioni buoni per tragitti con il servizio di trasporto per portatori di handicap. Per permettere alle famiglie di concedersi una pausa e far scorta di energie durante questo periodo di pandemia, abbiamo reso la nostra offerta di soggiorni di riposo ancora più accessibile con un ulteriore sconto speciale. I mesi appena trascorsi hanno dimostrato senza ombra di dubbio che, soprattutto nelle situazioni di crisi, una Fondazione come la nostra è estremamente importante, e noi siamo pienamente consapevoli di questa responsabilità. I tantissimi riscontri positivi e pieni di gratitudine che ci sono pervenuti dalle famiglie confermano che siamo riusciti a gestire bene la situazione. Anche nel 2021 la nostra Fondazione si è dimostrata un partner affidabile e ha fornito aiuto rapido e privo di vincoli burocratici là dove serviva con maggiore urgenza. Grazie alla grande solidarietà delle nostre fedeli donatrici e dei nostri donatori, nonostante la difficile situazione nel 2021 abbiamo potuto contare su un solido afflusso di donazioni e per questo desideriamo esprimere il nostro più sentito ringraziamento.

Il nostro dettagliato rapporto annuale può essere scaricato dal nostro sito al percorso www.cerebral.ch > Pubblicazioni > Rapporto annuale e conto annuale.



Il Premio Cerebral 2022 va a Ginevra

Personne che si impegnano per altre persone – L'associazione HackaHealth si è prefissa l'obiettivo di mettere a disposizione delle persone affette da disabilità soluzioni personalizzate per i problemi quotidiani. L'associazione è già riuscita a realizzare numerosi progetti e per questo impegno riceve il Premio Cerebral 2022. L'associazione HackaHealth è stata fondata nel 2018 da un gruppo di studenti dell'École Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL) e del Campus Biotech di Ginevra. Il primo Hackathon si è tenuto a Ginevra nel 2018 ed è stato un grande successo. Durante questa manifestazione giovani ingegneri, designer e sviluppatori tirocinanti prendono in esame le problematiche con cui le persone portatrici di handicap devono confrontarsi quotidianamente, cercano nuove idee insieme alle persone colpite e progettano prototipi. Nelle 48 ore di durata dell'evento, i partecipanti hanno sviluppato diversi approcci risolutivi promettenti. Anche per le persone portatrici di handicap che hanno partecipato al concorso, l'Hackathon è stata un'esperienza davvero speciale: le loro esigenze e i loro problemi sono stati presi molto seriamente e gli studenti hanno cercato insieme a loro nuove idee.

L'associazione HackaHealth si è prefissa l'obiettivo di estendere il proprio raggio d'azione a livello nazionale: nel 2021, un'edizione dell'Hackathon è stata organizzata per la prima volta presso l'ETH Campus a Zurigo e, anche in quest'occasione, la risonanza dell'evento è stata enorme. L'attivazione di un nuovo corso di master all'EPFL ha permesso inoltre agli studenti di partecipare a diversi progetti, collaborando direttamente con persone affette da disabilità. La Fondazione Cerebral sostiene l'associazione HackaHealth dal 2020. Nell'ultimo anno abbiamo avuto anche la possibilità di fornire assistenza per l'Hackathon e farci direttamente un'idea di questo progetto così promettente. L'enorme impegno e il dinamismo che ne sono scaturiti ci hanno profondamente colpiti e siamo molto felici che questo lavoro possa essere celebrato con un Premio Cerebral.

Vacanza, tempo libero e relax

La rete per il noleggio di sedie a rotelle elettriche da sterrato JST Mountain Drive sarà ampliata ulteriormente

Nel frattempo è già possibile noleggiare le sedie a rotelle elettriche da sterrato in undici diverse destinazioni e fare delle escursioni senza ostacoli. Per soddisfare la grande richiesta, vogliamo ampliare l'offerta delle nostre JST. Quest'estate si aggiungono tre nuove stazioni: il Parco Jura Argovia (AG), la Val-de-Travers (NE) e Stoos (SZ) saranno dotati di una JST Mountain Drive. Siamo felici di poter offrire ad ancor più persone e famiglie la possibilità di fare una gita senza pensieri.

Maggiori informazioni sulla nostra rete di JST all'indirizzo www.cerebral.ch/it/jst

Sconti sull'acquisto di vestiti

Bonprix e amiamo

Presso i nostri fornitori di abbigliamento Bonprix e amiamo beneficate di sconti sull'acquisto di vestiti preconfezionati e realizzati su misura.

Ecco come devono procedere gli iscritti alla nostra fondazione: per ordini di articoli Bonprix vi preghiamo di contattarci direttamente – saremo lieti di spiegarvi in dettaglio la procedura di ordinazione e di inviarvi ulteriori informazioni.

Gli ordini di articoli amiamo possono essere effettuati direttamente su www.kleidungamiamo.ch. In seguito all'acquisto, potete inviarci la fattura e una ricevuta di versamento con il vostro numero IBAN: vi rimborsieremo una parte del prezzo di acquisto.

Vorschau avant-première anteprima



Foto: Africa Studios/
shutterstock.com

Zoom: Neurorehabilitation

Zoom: Réhabilitation neurologique

Zoom: Neuroriabilitazione

Impressum

ISSN 1424-7828

66. Jahrgang | Mitgliederzeitschrift ■ 66^e année | Journal pour membres
66^o 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: Vereinigung Cerebral Schweiz

Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

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

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

Redaktion | Rédition | Redazione

Konrad Stokar

Druck | Impression | Stampa

Merkur Druck AG, Langenthal

Redaktionsschluss | Limite de la rédaction | Chiusa redazionale

21.10.2022

Auflage | Tirage | Tiratura

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

AZB
4500 Solothurn

Post CH AG

Adressänderungen und Retouren an:

Changes d'adresse et renvois:

Cambiamenti d'indirizzo e rinvii a:

Vereinigung Cerebral Schweiz

Zuchwilerstrasse 41

4500 Solothurn

T +41 32 622 22 21

info@vereinigung-cerebral.ch