



■ Jeder Schritt ist ein Sieg

■ Interview
mit Nilofar Niazi

■ Das Universum muss uns
mehr wert sein

■ Chaque pas est
une victoire

■ Entretien
avec Nilofar Niazi

■ Cette spécialité doit être
mieux reconnue!

■ Ogni passo
è una conquista

MAGAZIN CEREBRAL
MAGAZINE CEREBRAL
RIVISTA CEREBRAL

Ausgabe 4 | Dezember 2022



Foto: Karel Noppe/
shutterstock.com

4

4 Jeder Schritt ist ein Sieg

10 Interview mit Nilofar Niazi

14 Das Universum muss uns mehr wert sein

16 Sexualität und Cerebralparese
an der CerAdult-Tagung 2022

18 2023 steht vor der Tür: Möchten Sie Ihre Ferien
mit uns wieder im Ausland verbringen?

19 Hoch zu Ross!

20 News der Stiftung Cerebral



Photo: Katom/
shutterstock.com

6

6 Chaque pas est une victoire

12 Entretien avec Nilofar Niazi

15 Cette spécialité doit être mieux reconnue!

17 Sexualité et paralysie cérébrale
à la conférence CerAdult 2022

18 2023 approche, avez-vous à nouveau envie
de vacances à l'étranger?

19 En selle!

22 Nouvelles de la Fondation Cerebral



8

Foto:
UJ Alexander/
shutterstock.com

8 Ogni passo è una conquista

23 Notizie della Fondazione Cerebral

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Cerebralparese ist die häufigste neurologische Behinderung im Kindesalter. Aus dieser Erkenntnis wird klar, wie wichtig fein auf die Bedürfnisse abgestimmte Neurorehabilitation ist. Was erlebt eine Frau, der empfohlen wurde, ihre angeborene Fussfehlstellung operativ zu korrigieren, heutzutage im Spital? Im Hauptartikel berichtet Isabel Zwyssig von ihren Erfahrungen. Eindrücklich zeigt sie auf, wie verschiedenste Wissensgebiete zu ihrem Therapieerfolg beigetragen haben – und wie angepasste Hilfen ihr heutzutage den Alltag erleichtern. Dass zeitgemässe Therapien Spass machen und guttun, be-

stätigt auch Nilofar Niazi, die an bester Lage in der Stadt Zürich ein Studio für Neurorehabilitation nach neuesten Erkenntnissen eröffnet hat. Zum Beispiel dank Robotik können Betroffene Fortschritte erzielen, wie Frau Niazi dem Autoren Silvio Koelbing im Interview erklärt hat. Zum Abschluss erfahren wir, dass womöglich nicht alle populären Erklärungen für steigende Gesundheitskosten wirklich zutreffen. Das ist jedenfalls die feste Meinung des Schreibenden – aber lesen Sie selbst! Wir wünschen Ihnen angenehme Lektüre sowie frohe Festtage und ein gutes neues Jahr.

Chères lectrices et chers lecteurs,

La paralysie cérébrale est le handicap neurologique le plus répandu chez les enfants. D'où l'importance d'une neuroréadaptation très précisément adaptée aux besoins de chaque personne. Que vit aujourd'hui à l'hôpital une femme ayant une malformation congénitale du pied, à qui l'on a recommandé de corriger celle-ci chirurgicalement? Dans l'article principal de ce numéro, Isabel Zwyssig nous livre son témoignage. Elle explique comment différentes disciplines scientifiques ont contribué au succès de sa thérapie – et comment des aides adaptées lui facilitent aujourd'hui le quotidien. Nilofar Niazi a ouvert un cabinet de neuroréadaptation en plein cœur de

Zürich: elle nous confirme combien les thérapies modernes sont non seulement bénéfiques, mais aussi plaisantes. Les personnes concernées peuvent notamment progresser grâce à la robotique, comme l'a expliqué Mme Niazi dans l'interview accordé à Silvio Koelbing. Pour finir, nous découvrons que les raisons fréquemment invoquées pour expliquer l'augmentation des coûts de santé ne se vérifient pas nécessairement. C'est en tout cas l'avis de l'auteur – mais nous vous laissons le lire vous-même! Nous vous souhaitons une agréable lecture ainsi que de joyeuses fêtes et une bonne année 2023.

Gentili lettrici e lettori

La paralisi cerebrale è la disabilità neurologica più frequente nell'infanzia. Appare dunque chiaro quanto una neuroriabilitazione specificamente adattata alle esigenze di ciascun paziente sia estremamente importante. Cosa deve affrontare oggi in ospedale una donna a cui viene consigliato di correggere chirurgicamente una deformità congenita del piede? Nell'articolo principale, Isabel Zwyssig riferisce la propria esperienza. Dal suo racconto emerge la sorprendente varietà di ambiti specialistici che hanno contribuito al successo della terapia e quanto l'utilizzo degli ausili adeguati la aiuti oggi ad affrontare meglio la vita quotidiana. Che le terapie moderne siano diver-

tenti e facciamo bene lo conferma anche Nilofar Niazi, che ha aperto un ambulatorio di neuroriabilitazione all'avanguardia in uno dei migliori quartieri della città di Zurigo. Come spiega nell'intervista la signora Niazi all'autore Silvio Koelbing, oggi le persone colpite possono compiere progressi ad esempio grazie alla robotica. Infine scopriremo che non tutte le spiegazioni popolari dell'aumento dei costi della sanità sono effettivamente corrette. Questa è, in ogni caso, la convinta opinione che l'autore si è fatto – ma leggete voi stessi! Vi auguriamo una piacevole lettura, buone Feste e un felice Anno Nuovo.



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

Jeder Schritt ist ein Sieg



Die Autorin hat nach einem Eingriff im REHAB Basel, einer Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie, um ihre ersten Schritte gekämpft. Und ist beeindruckt von der Unterstützung, die sie auf ihrem Weg erhalten hat. Ein Erfahrungsbericht.

Niemals habe ich damit gerechnet, dass ich einmal Patientin in einer Klinik für Neurorehabilitation und Paraplegiologie sein werde. Zwar bin ich Arztbesuche, Operationen und Physiotherapie von klein auf gewohnt, denn ich lebe seit meiner Geburt in der 26. Schwangerschaftswoche mit einer cerebralen Bewegungsstörung. Aber dass ich während rund sechs Wochen gemeinsam mit Patientinnen und Patienten, deren Leben sich in vielen Fällen aufgrund eines Unfalls oder einer Erkrankung schlagartig verändert hat, darum kämpfen werde, wieder auf die Beine zu kommen? Daran hätte ich nicht geglaubt. «Das passiert anderen, nicht mir», war ich überzeugt. Schliesslich wusste ich, was es bedeutet, nach orthopädischen Eingriffen oder einem Beinbruch wieder gehen zu lernen. Die ersten Schritte rang ich meinem Körper unter Tränen ab. Egal, wie viele Rückschläge ich einstecken musste: Immer hatte ich es bisher mit ambulanter Physiotherapie geschafft. Bis zu jenem Zeitpunkt, als mein Arzt mir riet, mich bald operieren zu lassen, da mich eine Fehlstellung am rechten Fuss plagte.

Skeptisch und «gwindrig» liess ich mich auf den Reha-Aufenthalt ein. Standen mir die vielfältigen Therapien und die umfassende medizinische Betreuung wirklich zu? Ich war in der privilegierten Situation, nach einer Operation wieder gehen lernen zu dürfen. Mir war klar, dass ich aufstehen und Schritt für Schritt durch mein Leben gehen würde, wenn ich nur hart genug dafür trainierte. Ganz im Gegensatz zu jemandem, der nach einer Querschnittlähmung auf den Rollstuhl angewiesen war. Diese Diskrepanz auszuhalten, war schwer. Zugleich aber war sie mein Ansporn.

Ein Team für alle Fälle

Am meisten beeindruckt war ich von den Menschen, die ich am REHAB Basel traf. So sehr, dass ich als freie Journalistin unbedingt diesen Text schreiben wollte. Ich möchte zeigen, was es für den Heilungsprozess ausmacht, wenn man von einem Team umsorgt wird, das alles für einen gibt – selbst dann, wenn Zeit und Personal knapp sind. Irene Vicze, Fachverantwortliche Pflege auf «meiner» Station 4, wünscht sich in solchen Ausnahmesituationen von den Patienten Geduld und Verständnis. Ob Ärzteschaft, Pflege, Therapeuten oder Putzpersonal: Alle waren mit Herzblut bei der Sache. Ein Beispiel: die Raumpflegerin, die mir Mut zusprach, während sie das Zimmer reinigte. Bei den vielen unterschiedlichen Bedürfnissen und Umständen, die in einem Spital aufeinandertreffen, ist das keineswegs selbstverständlich. Dieser Beitrag ist meine Art, «Danke» zu sagen.

Meine erste Zeit am REHAB habe ich im Rollstuhl verbracht. Verlassen habe ich die Klinik an Krücken. Heute gehe ich wieder frei – und bin in der Lage, Dinge zu tun, die früher unmöglich gewesen wären. Entscheidend zu diesem Erfolg beigetragen haben die Physio-, Sport-, Ergo-, tiergestützte und medizinischen Trainingstherapien. Ebenso die aufmerksame ärztliche und pflegerische Betreuung, die ich auf der Station 4 erfahren durfte. Last, but not least: meine Mitpatientinnen und Mitpatienten, die sich entschieden haben, nicht aufzugeben auf ihrem Weg zurück ins Leben – egal, wie ausweglos die Lage scheinen mag. Sie sind Vorbilder.

Rehabilitation: ein «Chrampf», der sich lohnt

Physiotherapeutin Sarah Schrattenecker verlangte mir einiges ab. Das Training auf dem Laufband etwa war anstrengend, aber wunderschön. Es fühlte sich an wie Fliegen, je schneller es wurde. Treppensteigen an den Krücken hingegen trieb mich an den Rand der Verzweiflung. Beim Füttern der Meerschweinchen vergass ich, wie ich Gleichgewicht und Koordination schulte. Schrattenecker weiss, dass es einen Unterschied macht, wenn Patienten aktiv an den Therapien mitwirken. «Es sind die kleinen Glücksmomente, die im Kopf bleiben.» Dank eines muskelentspannenden Medikaments habe ich heute weniger Schmerzen. Mit 35 Jahren kann ich meine Muskeln zum ersten Mal kräftigen, ohne dass mir die Spastik in die Quere kommt. Ein Fitnessabo kaufen? Auf so einen Blödsinn wäre ich vorher nie gekommen. Mittlerweile habe ich eines und nutze es. Entspannter ist mein Alltag auch durch die Gadgets aus der Ergotherapie geworden. Etwa die Verdickungshilfen, die mir das Halten von Zahnbürste, Wimperntusche oder Kugelschreibern erleichtern.

Dr. med. Maria Alexandra Oprea ist Oberärztin auf der Station 4. Die Neurologin schätzt an ihrer Arbeit, dass sie eine persönliche Note einbringen, Prozesse gestalten kann. «Ich behandle sowohl die Erkrankung als auch das Individuum.» Neurologie ist ein Fachgebiet, das viele Rätsel aufgibt. Das fasziniert Oprea. So weiss man bis heute nicht, wie sich Schädigungen des Rückenmarks heilen lassen. Symptome müssen kombiniert werden, sodass sich gleichsam ein Gemälde ergibt, das gedeutet werden will. Die Medizinerin setzt auf ganzheitliche Behandlung. Ihr Ziel ist es, Patientinnen und Patienten zu grösstmöglicher Selbständigkeit zu verhelfen. «Ihre Geschichten müssen weitergehen.»



Isabel Zwyssig
Foto: Pino Corvino

Hinweis:

Dieser Text ist die abgewandelte Version eines Beitrags, der im November 2022 im REHAB Plus – Magazin des Fördervereins pro REHAB – veröffentlicht worden ist.

Chaque pas est une victoire



Après une intervention au REHAB Basel, une clinique spécialisée dans la réadaptation neurologique et paraplégique, l'auteure s'est battue pour ses premiers pas. Et elle est impressionnée par le soutien qu'elle a reçu tout au long de son parcours. Un témoignage.

Je ne m'attendais pas à devenir un jour patiente dans une clinique de réadaptation neurologique et de paraplégologie. Bien que, vivant depuis ma naissance à la 26^e semaine de grossesse avec un trouble moteur cérébral, je sois habituée aux visites médicales, aux interventions chirurgicales et à la physiothérapie, jamais je n'aurais cru que pendant environ six semaines, je me battrais pour me remettre sur pied aux côtés de patientes et de patients dont la vie a souvent changé à la suite d'un accident ou d'une maladie. «Cela arrive aux autres, pas à moi», étais-je persuadée. Finalement, je savais ce que c'était de réapprendre à marcher après une chirurgie orthopédique ou une fracture de la jambe. Pour mes premiers pas, j'ai arraché mon corps jusqu'à en pleurer. Peu importe le nombre de revers que j'ai dû endurer: jusqu'à présent, j'ai toujours eu recours à la physiothérapie ambulatoire. Jusqu'au jour où mon médecin m'a conseillé de me faire opérer rapidement, car j'avais une malformation au pied droit.

Sceptique et «docile», j'ai accepté le séjour dans le service de réadaptation. Avais-je vraiment droit aux nombreuses thérapies et aux soins médicaux complets dont j'ai bénéficié? J'avais le privilège de pouvoir réapprendre à marcher après une opération. J'ai réalisé que je me lèverais et que je traverserais ma vie pas à pas si je m'entraînais suffisamment. Contrairement à quelqu'un qui, suite à une paraplégie, dépend d'un fauteuil roulant pour se déplacer. Il a été difficile de supporter cette inégalité des sorts. Mais en même temps, elle m'a motivée.

Une équipe pour tous les cas

Ce qui m'a le plus impressionnée, ce sont les personnes que j'ai rencontrées au REHAB Basel. À tel point qu'en tant que journaliste libre, je voulais absolument écrire ce texte. Pour montrer à quel point il est important pour le processus de guérison d'être entouré-e par une équipe qui donne tout pour vous, même lorsque le temps et le personnel sont limités. Irene Vicze, responsable des soins dans «mon» service, le numéro 4, souhaite que les patients fassent preuve de patience et de compréhension dans de telles situations exceptionnelles. Qu'il s'agisse du corps médical soignant, des thérapeutes ou du personnel de nettoyage: tout le monde s'est donné à fond. Un exemple: la femme de ménage qui, avec ses paroles, m'a donné du courage pendant qu'elle nettoyait la chambre. Compte tenu de la diversité des besoins et circonstances qui se rencontrent dans un hôpital, cela n'est pas du tout évident. Rédiger cet article est ma façon de dire «merci».

J'ai passé les premiers temps au REHAB en fauteuil roulant et quitté la clinique avec des béquilles. Aujourd'hui, je marche de nouveau libre – et en mesure de faire des choses qui n'auraient pas été possibles auparavant. Les thérapies d'entraînement physiologiques, sportives, ergonomiques, assistées par l'animal et médicales ont contribué de manière décisive à ce succès. Il en va de même pour le suivi médical et infirmier attentif dont j'ai bénéficié dans le service 4. Dernier point, mais non des moindres: les autres patientes et patients autour de moi qui ont décidé de ne pas abandonner sur leur chemin de retour à la vie, peu importe que la situation semble sans issue. Ces personnes sont des modèles.

La réadaptation: un «mauvais moment à passer» qui en vaut la peine

La physiothérapeute Sarah Schrattenecker était exigeante envers moi. L'entraînement sur le tapis roulant était fatigant, mais magnifique. Plus le tapis se déroulait rapidement, plus le sentiment d'être à bord d'un avion grandissait. Monter les escaliers avec des béquilles, par contre, m'a conduit au bord du désespoir. En nourrissant les cochons d'Inde, j'ai oublié de faire travailler mon équilibre et ma coordination. S. Schrattenecker sait que lorsque les patients participent activement aux thérapies, cela fait une différence. «Ce sont les petits moments de bonheur qui restent gravés dans la mémoire.» Grâce à un décontractant musculaire, j'ai moins mal aujourd'hui. À 35 ans, je peux fortifier mes muscles pour la première fois sans être gênée par la spasticité. Prendre un abonnement de fitness? Je n'aurais jamais pensé à ce genre de bêtises avant. Maintenant, j'en ai un et je m'en sers. Mon quotidien est également plus détendu grâce aux gadgets de l'ergothérapie. Par exemple, les tubes d'adaptation qui m'aident à tenir ma brosse à dents, mon mascara ou un stylo bille.

La Dr méd. Maria Alexandra Oprea est cheffe de clinique dans le service 4. La neurologue apprécie de pouvoir apporter une touche personnelle et concevoir des processus. «Je m'occupe à la fois de la maladie et de l'individu.» La neurologie est une spécialité aux nombreuses énigmes. Et c'est ce qui fascine M. A. Oprea. On ne sait toujours pas aujourd'hui comment guérir les lésions de la moelle épinière. Les symptômes doivent être combinés pour donner un tableau qui puisse être interprété. La médecin mise sur un traitement global. Son objectif est d'aider les patientes et les patients à acquérir la plus grande autonomie possible. «Vos histoires doivent continuer.»

Isabel Zwysig



Remarque:

Ce texte est une version modifiée d'un article publié en novembre 2022 dans REHAB Plus, le magazine de l'association de soutien pro REHAB.



Ogni passo è una conquista

Dopo essersi sottoposta a un intervento chirurgico, l'autrice ha lottato con tutta se stessa per riprendere a camminare alla REHAB Basel, una clinica di neuroriabilitazione e paraplegiologia. Il supporto che ha ricevuto durante il suo percorso di recupero l'ha commossa profondamente. Un resoconto della sua esperienza.

Mai mi sarei aspettata di poter essere una paziente in una clinica di neuroriabilitazione e paraplegiologia. Sono abituata alle visite mediche, agli interventi chirurgici e alla fisioterapia fin dall'infanzia, dal momento che sono nata alla 26ª settimana di gravidanza con un disturbo motorio di origine cerebrale. Tuttavia, mai avrei creduto che per circa 6 settimane avrei lottato per rimettermi in piedi insieme a pazienti la cui vita è stata improvvisamente stravolta da un incidente o da una malattia. «Sono cose che capitano agli altri, di certo non a me», pensavo. Invece ho capito sulla mia pelle cosa significa imparare a camminare di nuovo dopo un intervento ortopedico o una frattura alla gamba. Ho mosso i primi passi con il viso rigato di lacrime. A dispetto di tutte le difficoltà che avevo già dovuto affrontare, fino a quel momento ero sempre riuscita a cavarmela con la fisioterapia ambulatoriale. Poi il mio medico mi ha consigliato di sottopormi in tempi rapidi a un intervento chirurgico per risolvere i disturbi che una posizione errata del mio piede destro mi causavano.

Combattuta tra scetticismo e aspettative, ho accettato di farmi ricoverare presso la clinica di riabilitazione. Avevo davvero diritto a tutte quelle terapie e a un'assistenza medica completa? Mi trovavo nella situazione privilegiata di poter imparare a camminare di nuovo dopo un'operazione. Sapevo che, se mi fossi allenata con sufficiente impegno, mi sarei rimessa in piedi e avrei vissuto la mia vita sulle mie gambe a differenza di una persona costretta su una sedia a rotelle dopo una lesione midollare. Venire a patti con questa ingiustizia è stato difficile. Ma mi ha anche dato la motivazione per non mollare.

Un team in ogni situazione

Sono state soprattutto le persone che ho incontrato alla REHAB Basel ad avere un forte impatto su di me. Tanto che, essendo una giornalista freelance, ho avvertito l'impellente bisogno di scrivere questo articolo. Volevo far capire quanto sia importante per il processo di guarigione

Ognuno svolge la propria mansione al meglio delle proprie capacità.
Foto: REHAB.

il fatto di essere assistiti da un team che dedica al paziente il massimo impegno – anche quando il tempo e il personale sono limitati. Irene Vicze, responsabile delle cure nel «mio» reparto 4, chiede ai pazienti pazienza e comprensione in queste situazioni eccezionali. Dal personale medico curante ai terapeuti, fino agli addetti alle pulizie, ognuno svolgeva la propria mansione al meglio delle proprie capacità. Un esempio è stata l'addetta alle pulizie che mi ha incoraggiato mentre puliva la stanza. Considerate le tante e diverse esigenze e situazioni che si incontrano in un ospedale, si tratta di un comportamento tutt'altro che scontato. Questo articolo è il mio modo per dire «grazie».

La prima parte del mio ricovero presso la clinica REHAB l'ho trascorsa su una sedia a rotelle. Ho lasciato l'ospedale con le stampelle. Oggi riesco di nuovo a camminare da sola – e sono in grado di fare cose che prima non sarebbero state possibili. A questo straordinario risultato hanno contribuito in modo decisivo la fisioterapia, la terapia sportiva, l'ergoterapia, le terapie assistite con animali e la terapia medica di allenamento. Parimenti importante è stata l'attenta assistenza medica e infermieristica che ho ricevuto al reparto 4. Infine, ma non meno importante, è stato condividere questa esperienza con altri pazienti che, insieme a me, hanno deciso di non arrendersi e di lottare per riprendersi la loro vita – indipendentemente dalla gravità della loro situazione. Per me sono stati dei veri e propri esempi.

Riabilitazione: un «dolore» che vale la pena sopportare

La fisioterapista Sarah Schrattenecker ha preteso molto da me. L'allenamento sul tapis roulant è stato estenuante, ma bellissimo. A mano a mano che la velocità aumentava, avevo la sensazione di volare. Salire le scale sulle stampelle, invece, mi ha spinto sull'orlo dello sconforto. Mentre davo da mangiare ai porcellini d'India, ho dimenticato l'equilibrio e la coordinazione. Schrattenecker sa che la partecipazione attiva dei pazienti alle terapie fa la differenza. «Sono i piccoli momenti di felicità che rimangono impressi nella mente.» Grazie a un farmaco miorellassante, oggi ho meno dolori. A 35 anni, per la prima volta sono in grado di rafforzare il mio apparato muscolare senza dover subire gli effetti della mia spasticità. Comprare un abbonamento alla palestra? Mai, prima d'ora, mi sarebbe venuta in mente una simile assurdità. Ora ne ho uno e lo utilizzo. La mia vita quotidiana è ora più comoda anche grazie agli ausili dell'ergoterapia. Ad esempio gli ispessimenti per le impugnature che mi rendono più facile impugnare lo spazzolino da denti, il mascara o le penne a sfera.


La Dr. med. Maria Alexandra Oprea è primario del reparto 4. Del suo lavoro, la neurologa apprezza la possibilità di conferire un tocco personale, plasmare i processi. «Curo sia la malattia sia l'individuo.» La neurologia è un campo punteggiato di enigmi. Questo affascina Oprea. Ancora oggi ad esempio non si sa come curare le lesioni del midollo spinale. I sintomi devono essere combinati in modo da ottenere un quadro d'insieme da poter interpretare. Il medico punta su un trattamento olistico. Il suo obiettivo è aiutare le pazienti e i pazienti a raggiungere la massima autonomia possibile. «Le vostre storie devono continuare.» Isabel Zwysig

Nota:

Questo testo è la versione modificata di un articolo pubblicato nel novembre 2022 su REHAB Plus – la rivista dell'associazione promotrice pro REHAB.



Il obiettivo è aiutare le pazienti a raggiungere la massima autonomia possibile.
Foto: REHAB

A portrait of Nilofar Niazi, a woman with long, wavy brown hair, smiling warmly. She is wearing a dark grey, short-sleeved, ribbed knit top and dark blue jeans. She is standing in a bright, modern office or therapy room with large windows in the background. A blue sign with the number '104' and a small icon is visible on the wall behind her. Her hands are clasped in front of her, and she is wearing a gold bangle on her left wrist.

Nilofar Niazi
in ihrer Praxis in Zürich.
www.nexttherapy.ch
Foto: z.V.g.

Interview mit Nilofar Niazi

Sie haben Nexttherapy in Zürich gegründet. Können Sie uns erzählen, warum Sie es gegründet haben?

Ich habe Nexttherapy in Zürich gegründet, da ich einen 13-jährigen Sohn, Nathaniel, habe, der mit einer schweren Behinderung lebt. Er kann weder sehen, gehen, sprechen, noch seine Hände benutzen. Und ich lernte von Wissenschaftlern, dass er sich am besten entwickeln kann durch intensive Rehabilitation mittels Robotik und Technologien verbunden mit anderen Methoden. Zudem war es mir wichtig, dass auch anderen Patientinnen und Patienten diese Therapien über die Grundversicherung zugänglich sind. Alle, die eine ärztliche Verordnung haben, sollen ohne Zusatzkosten von diesen fortschrittlichen Technologien profitieren können.

Welches sind Ihre Visionen für die Neurorehabilitation für Menschen mit Behinderungen in der Schweiz?

Mein Sohn hat eine Zwillingsschwester. Dadurch war mir immer bewusst, wie seine Lebenserfahrungen ohne Behinderungen hätten sein können. Und so schmerzhaft es war, zu sehen, wie er sich körperlich anders entwickelt als seine Schwester, war es schmerzhaft zu sehen, dass er an der Gesellschaft nicht gleich teilhaben konnte wie seine Schwester. Zum Beispiel finden die Aktivitäten der Schwester oft im Stadtzentrum statt, wo die Action und der Spass sind. Er ist dagegen immer ausserhalb der Innenstadt und nicht gleich einbezogen wie seine Schwester. Es war auch erschöpfend, Nathaniel immer zu seinen Arztterminen und Therapien fahren zu müssen. Deshalb wollte ich eine Erfahrung für die Patientinnen und Patienten sowie die Begleitpersonen schaffen, in der nicht nur die Therapien intensiv sind und von bestqualifizierten Neuro-Therapeutinnen und -Therapeuten geleitet werden, unterstützt von hochmodernen Robotern und Technologien. Zudem wollte ich sicherstellen, dass die Patientinnen und Patienten ins Zentrum der Gesellschaft geholt werden und Spass haben. Auch zu den Eltern oder Begleitpersonen möchten wir schauen. Deshalb befinden wir uns in der Nähe des Bahnhofs an der Uraniastrasse. Damit die Begleitpersonen oder Eltern versorgt sind, haben wir für sie Fitnessgeräte sowie Kaffee und Süssigkeiten. Es ist wichtig, dass wir uns um alle kümmern, sowie dass die Reha effektiv ist und Spass macht. In den kommenden Jahren planen wir in der Schweiz zu expandieren, auch in die Westschweiz. Zudem sollen die Therapien bei Nexttherapy für Patientinnen und Patienten mit einer ärztlichen Verordnung immer ohne Zusatzkosten (wie Zusatzversicherungen oder Mitgliedschaften) zugänglich sein.

Haben Sie einen Gedanken, den Sie zum Abschluss mit unseren Leserinnen und Lesern teilen möchten?

Ich setze mich leidenschaftlich dafür ein, die Rehabilitation für Neuro-Patienten voranzutreiben. Meine Schwester hat eine schwere MS und mein Sohn eine schwere CP. Das ist also eine sehr persönliche Angelegenheit für mich. Ich plane mit anderen Kliniken zusammenzuarbeiten, um Patientinnen und Patienten die Chance zu geben hocheffektive Therapien zu erhalten, die Spass machen und zentral gelegen sind. Die Patientinnen und Patienten sowie deren Begleitpersonen oder Eltern sollen Teil einer Gemeinschaft sein und eine positive Erfahrung machen, die Spass bereitet. Es braucht eine Gemeinschaft, um einen positiven Wandel herbeizuführen und ich glaube, dass Patientinnen und Patienten sowie deren Eltern diesen brauchen und verdient haben!

Silvio Koelbing



Nilofar Niazi dans son cabinet à Zurich.
www.nexttherapy.ch
Photo: privé

Entretien avec Nilofar Niazi

Vous avez fondé Nextherapy à Zurich. Pouvez-vous nous dire pourquoi?

J'ai fondé Nextherapy à Zurich car j'ai un fils de 13 ans, Nathaniel, qui vit avec un handicap grave. Il ne peut ni voir, ni marcher, ni parler, ni utiliser ses mains. Et j'ai appris des scientifiques que le meilleur moyen de développement pour lui est une rééducation intensive utilisant la robotique et les technologies associées à d'autres méthodes. De plus, il était important pour moi que d'autres patientes et patients aient également accès à ces thérapies par le biais de l'assurance de base. Toutes les personnes qui disposent d'une ordonnance médicale devraient pouvoir bénéficier de ces technologies avancées sans frais supplémentaires.

Quelles sont vos visions pour la neuroréhabilitation des personnes handicapées en Suisse?

Mon fils a une sœur jumelle. Ainsi, j'ai toujours su ce que ses expériences de vie auraient pu être sans handicap. Et même si c'était douloureux de le voir évoluer différemment de sa sœur, c'était douloureux de voir qu'il ne pouvait pas prendre part à la société comme elle. Par exemple, les activités de sa sœur se déroulent souvent au centre-ville, là où sont l'action et le plaisir. En revanche, Nathaniel est toujours en dehors du centre-ville et n'est pas aussi intégré qu'elle. C'était également épuisant de devoir toujours le conduire à ses rendez-vous médicaux et ses thérapies. C'est pourquoi j'ai voulu créer une expérience pour les patientes et patients ainsi que pour les personnes accompagnantes, dans laquelle les thérapies ne sont pas les seules à être intensives et qui sont dirigées par des neurothérapeutes les plus qualifiés, eux-mêmes soutenus par des robots et des technologies de pointe. Je voulais également m'assurer que les patientes et patients soient placés au cœur de la société et qu'ils prennent du plaisir. Nous voudrions également nous tourner vers les parents ou les personnes accompagnantes. C'est pourquoi nous nous trouvons à proximité de la gare sur l'Uraniastrasse. Pour que les personnes accompagnantes ou les parents soient pris en charge, nous mettons à leur disposition des appareils de fitness ainsi que du café et des sucreries. Il est important que nous prenions soin de tout le monde, et que la rééducation soit efficace et plaisante. Dans les années à venir, nous prévoyons de nous étendre en Suisse, y compris en Suisse romande. Par ailleurs, les thérapies chez Nextherapy doivent toujours être accessibles sans frais supplémentaires (tels que les assurances complémentaires ou les adhésions) pour les patientes et patients munis d'une ordonnance médicale.

Avez-vous une pensée à partager avec nos lectrices et lecteurs pour conclure?

Je suis passionné par la rééducation des patientes et patients vivant avec des troubles neurologiques. Ma sœur vit avec une SEP sévère et mon fils vit avec une PC sévère. C'est donc une affaire très personnelle pour moi. J'ai l'intention de travailler avec d'autres cliniques, afin de donner aux patientes et patients la chance de bénéficier de thérapies hautement efficaces, amusantes et centralisées. Les patientes et patients ainsi que leurs accompagnantes et accompagnants ou parents doivent faire partie d'une communauté et vivre une expérience positive et plaisante. Il faut une communauté pour apporter un changement positif et je crois que les patientes et patients et leurs parents en ont besoin et le méritent!

Silvio Koelbing

Das Universum muss uns mehr wert sein

Neurorehabilitation ist ein Zusammenspiel verschiedenster Disziplinen: Von der Neurologie über die Physio- und Ergotherapie bis zu Logopädie oder Hippotherapie. Der Autor kennt von klein auf insbesondere die Physiotherapie – und hält sie für weithin unterschätzt. Ein Plädoyer.



Der Autor mit Frau H.
im Balgrist in Zürich, 1968.
Foto: privat

Jeweils im Mai geht es los. Die Krankenkassenprämien steigen ab Januar, heisst es dann in den Radionachrichten – und dieses Jahr wurde wie so oft nachgeschoben, das sei u.a. wegen der vielen Physiotherapiestunden. Da muss ich jedes Mal leer schlucken. Alles in mir will sich wehren und protestieren. Denn ich nehme die Welt ganz anders wahr. Seit gut 50 Jahren habe ich im Schnitt wöchentlich eine Stunde Einzel-Physiotherapie. Ich erinnere mich spontan an etwa zehn Frauen und einen Mann, die mich behandelt haben. Sie kamen aus der Schweiz, Deutschland, Schweden und den Niederlanden. Sie haben mich über Jahre bei sich zu Hause oder in der Praxis empfangen, angeleitet, bewegt, an den Händen geführt, massiert und nicht selten getröstet. Und vor allem haben sie mir ganz am Anfang und nach drei Operationen jeweils buchstäblich auf die Beine geholfen.

Sie brauchen keine Erklärungen. Sie wissen, wie es mir geht, sobald ich im Wartezimmer vom Stuhl aufstehe oder spätestens, wenn sie mich berühren. Meine von der Tagesform abhängige Spastizität spricht zu ihnen deutlicher als zu mir selbst. Kein blauer Fleck entgeht ihnen, und viele Wehwehchen aus dem unberechenbaren Alltag mit Cerebralparese bringen sie mit sicherem Griff zum Verschwinden. Im Gegenzug erfahre ich viel von ihnen. Ich sehe und höre von zwölfstündigen Arbeitstagen und Pausen im Stehen. Von ständig zunehmendem administrativem Aufwand, vom zermürbenden Kampf um Anerkennung seitens der Kassen, der Ärzteschaft und der Patienten. Oder von der Schwierigkeit, Arbeit und Familie unter einen Hut zu bringen. Und leider auch davon, dass ein Hausverbot ausgesprochen werden musste, weil ein Patient im Behandlungszimmer übergriffig wurde. Es muss unglaublich anspruchsvoll sein, die körperliche Nähe zuzulassen, die für den Behandlungserfolg nötig ist und trotzdem darauf zu vertrauen, dass immer klar ist, wo die Grenzen sind, obwohl über die Zeit unbestreitbar eine Verbindung entsteht, die im besten Fall beiden Seiten guttut.

Die Physiotherapeutinnen und der Physiotherapeut, die ich erlebt habe, waren alle sehr vielseitig geschult, erfahren und haben sich ständig weitergebildet. In einer Praxis habe ich einmal etwa 20 Diplome gesehen. Ich hatte nie Zeit zu zählen. Aber ich profitiere jeden Tag von dem immensen Wissen, das bei diesen Fachpersonen quasi rund um die Uhr abrufbar ist. Es hat mir manchen Arztbesuch und womöglich die Psychotherapie erspart. Und deswegen bin ich immer wieder etwas ratlos, wenn ich auf der Rechnung der Krankenkasse sehe, dass mir dieses ganze Universum gemäss Tarif für 77 Franken pro Dreiviertelstunde zur Verfügung steht. Das soll zu viel sein? Nein, im Gegenteil: Kein Franken ist besser investiert, auch zwei oder mehr wären völlig in Ordnung. Mangels anderer Argumente wird in der Kostenfrage einfach auf jene gezeigt, die keine Lobby haben. Das sollte uns bekannt vorkommen und Auftrag sein.

Konrad Stokar

Cette spécialité doit être mieux reconnue!

La réadaptation neurologique est l'interaction de plusieurs disciplines: de la neurologie à la logopédie ou l'hippothérapie en passant par la physiothérapie et l'ergothérapie. Depuis sa plus tendre enfance, l'auteur connaît particulièrement bien la physiothérapie – et la considère comme largement sous-estimée. Un plaidoyer.

C'est toujours en mai que cela commence. Les primes d'assurance-maladie augmenteront à partir de janvier, peut-on entendre à la radio – une augmentation mise notamment, cette année encore sur le dos des nombreuses séances de physiothérapie. Cette affirmation fallacieuse me fait à chaque fois bouillir de colère. Tout en moi veut se défendre et protester. Parce que je vois le monde différemment. Depuis plus de 50 ans, j'ai en moyenne une séance de physiothérapie individuelle par semaine. Je me souviens des personnes qui m'ont soigné, une dizaine de femmes et un homme. Ils venaient de Suisse, d'Allemagne, de Suède et des Pays-Bas. Pendant des années, chez elles ou au cabinet, elles m'ont accueilli, guidé, fait bouger, pris par la main, massé et souvent réconforté. Et surtout, elles m'ont littéralement aidé à me remettre sur pied au début de ma vie ainsi qu'après trois opérations.

Elles n'ont pas besoin d'explications. Elles savent ce que je ressens dès que je me lève de ma chaise dans la salle d'attente ou au plus tard quand elles me touchent. Ma spasticité liée à ma forme du jour leur parle plus clairement qu'à moi-même. Aucun bleu ne leur échappe et elles font disparaître d'un geste sûr de nombreux maux liés au quotidien imprévisible des personnes en situation d'une paralysie cérébrale. En retour, j'en apprend beaucoup sur elles. Je vois et j'entends parler de journées de douze heures de travail et de pauses debout. De charges administratives toujours plus importantes, de la lutte épuisante pour la reconnaissance de la part des caisses, du corps médical et de la patientèle. Ou encore de la difficulté de concilier travail et famille. Et malheureusement aussi parfois de patients qui se sont mal conduits dans la salle de soins et où une interdiction d'accès a dû être prononcée. Permettre la proximité physique nécessaire à la réussite d'un traitement tout en s'assurant que les limites sont toujours claires est sûrement particulièrement exigeant même si, au fil du temps, il est incontestable qu'un lien dans le meilleur des cas bénéfique pour les deux parties se crée.

Les physiothérapeutes que j'ai vu·e·s étaient tou·te·s très polyvalent·e·s, expérimenté·e·s et assidu·e·s dans leurs formations continues. Dans un cabinet, j'ai vu une fois une vingtaine de diplômes. Je n'ai jamais eu le temps d'en faire le décompte exact. Mais je profite tous les jours de l'immense savoir que ces professionnel·le·s peuvent transmettre pratiquement 24 heures sur 24. Cela m'a épargné des visites chez le médecin et probablement une psychothérapie. C'est pourquoi je suis toujours un peu perplexe quand je vois sur la facture de la caisse-maladie que tout cet univers est à ma disposition, selon le tarif, pour 77 francs les trois quarts d'heure. C'est trop? Non, au contraire: aucun franc n'est mieux investi et quelques francs supplémentaires ne seraient absolument pas choquants. En l'absence d'autres arguments, on pointe volontiers du doigt, lorsqu'il s'agit des coûts, celles et ceux qui n'ont pas de lobby. La lutte contre ce problème, qui nous est malheureusement familier, devrait être notre mission.

Konrad Stokar

L'auteur avec M^{me} H.
au Balgrist à Zurich, 1968.
Photo: privé



Sexualität und Cerebralparese an der CerAdult-Tagung 2022

Am 5. November 2022 hat die traditionelle CerAdult-Tagung für erwachsene Menschen mit CP stattgefunden – dieses Jahr wieder vor Ort in Bern.

Unter dem Titel «Sexualität und Cerebralparese. Selbstbestimmt neue Perspektiven entdecken – Lust darauf?» diskutierten über 40 betroffene Personen und Interessierte das Thema der selbstbestimmten Sexualität.

Vielfältige Angebote, offene Diskussionen

Der Morgen begann mit einer Einführung von Vanessa Leuthold in die Angebote und Dienstleistungen der Vereinigung Cerebral Schweiz. Die Haltung der Vereinigung Cerebral Schweiz ist, dass jeder Mensch ein Recht auf eine selbstbestimmte Sexualität hat. Oberstes Gebot ist ein achtsamer und sensibler Umgang mit dem Thema. So hat die Vereinigung Cerebral Schweiz ein Sexualkonzept verfasst, in dem diese Grundhaltungen erklärt werden. Im Jahr 2022 wurde die neue Homepage Cerebral Love lanciert und es fanden Kursreihen sowie ein Fotoprojekt statt.

In der anschliessenden Podiumsdiskussion moderiert von Cornelia Maissen (von Selbstbestimmte Liebe) mit Catherine Agthe (Fachperson Sexualitätspädagogik), Sabina Maag (Sexualbegleiterin InSeBe), Dominique Mani (selbstbetroffene Mutter) und Daniel Wernli (Selbstbetroffener und Peerberater für Sexualbegleitung) brachten die Teilnehmenden ihre Perspektiven ein. Viel diskutiert wurde über die Themenbereiche der Elternschaft als Menschen mit Behinderungen und über die Sexualbegleitung. Im Bereich der Elternschaft mit Behinderung hat sich eindrücklich gezeigt, dass es noch viel zu tun gibt, sowohl auf gesellschaftlicher und medizinischer Ebene als auch bei der Unterstützung für Eltern mit Behinderungen. Die Diskussionen zur Sexualbegleitung gaben einen interessanten Einblick in diese Angebote.

Interessantes zu Online-Dating und Sextoys

Am Nachmittag fanden zwei Workshops statt, die Raum boten, die Themen Online-Dating und Sextoys zu vertiefen.

Im ersten Workshop tauschten sich die Teilnehmenden unter der Leitung von Vanessa Leuthold und Gion Jäggi über Online-Dating aus. Online-Dating hat Vorteile. Es ist gut zugänglich und es gibt viele Plattformen für verschiedene Bedürfnisse. Andererseits besteht die Gefahr von Abo-Fallen sowie von psychischem und anderem Missbrauch. Auch ist Online-Dating teilweise oberflächlich. Es geht mehr um das Aussehen als um die wirklichen Qualitäten von Personen. So ist es wichtig, das Dating im echten Leben nicht zu vergessen. Es gibt mittlerweile auch Plattformen, die dieses vereinfachen. Zum Abschluss wurde auch über den Umgang mit der Behinderung beim Dating gesprochen. Hier hilft oft ein offener Umgang mit dem Thema.

Im zweiten Workshop, geleitet von Alexandra Haas (specialmoments.ch), konnten die Teilnehmenden spielerisch in die Welt der Sextoys eintauchen. Diese Welt wird immer grösser, es gibt eine grosse Auswahl auch günstiger Toys, deren Qualität überzeugt. Wichtig ist, sich zu überlegen, was einen anspricht. Das Toy soll zu einem passen, nicht umgekehrt. Am Workshop konnten einige Toys in die Hand genommen werden, was allen eine erste Annäherung ermöglichte.

Die CerAdult-Tagung war einmal mehr sehr gut organisiert. Merci an das ganze Team, die engagierten Teilnehmenden, Referierenden, Workshopleitenden und Übersetzerinnen.

Silvio Koelbing



Foto/Photo: Vereinigung Cerebral Schweiz

Sexualité et paralysie cérébrale à la conférence CerAdult 2022

Le 5 novembre 2022 s'est tenue la traditionnelle conférence CerAdult pour les personnes adultes vivant avec une PC – cette année de nouveau sur place à Berne.

Sous le titre «Sexualité et paralysie cérébrale. Découvrir de nouvelles perspectives autodéterminées... et l'envie?», plus de 40 personnes concernées et intéressées ont discuté du thème de la sexualité autodéterminée.

Offres variées, discussions ouvertes

La matinée a débuté par une introduction de Vanessa Leuthold sur les offres et prestations de l'Association Cerebral Suisse. La position de l'Association Cerebral Suisse est la suivante: chaque personne a droit à une sexualité autodéterminée. Aborder le sujet avec attention et sensibilité est la priorité absolue. Ainsi, l'Association Cerebral Suisse a élaboré un concept sur la sexualité qui explique ces positions fondamentales. En 2022, le nouveau site Internet Cerebral Love a été lancé et des séries de cours ainsi qu'un projet photo ont été réalisés.

Lors de la table ronde animée par Cornelia Maissen (de Selbstbestimmte Liebe) qui a suivi, Catherine Agthe (experte en pédagogie sexuelle), Sabina Maag (assistante sexuelle InSeBe), Dominique Mani (mère concernée) et Daniel Wernli (personne concernée et conseiller-pair pour l'accompagnement sexuel) ont présenté leurs points de vue. Les thèmes de la parentalité en tant que personnes vivant avec un handicap et de l'accompagnement sexuel ont fait l'objet de nombreuses discussions. Dans le domaine de la parentalité des personnes vivant avec un handicap, il s'est avéré qu'il y a encore beaucoup à faire, tant sur le plan social et médical que sur le plan de l'aide aux parents concernés. Les discussions sur l'assistance sexuelle ont donné un aperçu des offres existantes.



Informations intéressantes sur les rencontres en ligne et les sextoys

Dans l'après-midi, deux ateliers ont eu lieu pour approfondir les thèmes des rencontres en ligne et des sextoys.

Dans le premier atelier, les participant·e·s ont échangé, sous la direction de Vanessa Leuthold et Gion Jäggi, sur les rencontres en ligne. Les rencontres en ligne ont des avantages. Elles sont facilement accessibles et il existe de nombreuses plates-formes pour différents besoins. Néanmoins, il existe des risques de pièges en matière d'abonnement ainsi que d'abus psychologiques et autres. En plus, les rencontres en ligne sont parfois superficielles. Il s'agit plus de l'apparence que des réelles qualités des personnes. Il est donc important de ne pas oublier les rencontres dans la vraie vie. Il existe aujourd'hui des plates-formes qui facilitent ce processus. Enfin, il a également été question de la gestion du handicap lors des rencontres. À cet égard, il est souvent utile d'aborder le sujet avec franchise.

Le second atelier, animé par Alexandra Haas (specialmoments.ch), a permis aux participant·e·s de s'immerger de manière ludique dans l'univers des sextoys. Ce monde ne cesse de se diversifier: il existe notamment un large choix de jouets bon marché et de qualité. L'important est de réfléchir à ce qui nous plaît. C'est le jouet qui doit convenir à la personne, non l'inverse. L'atelier a permis de prendre quelques jouets en main, offrant ainsi à toute l'assemblée une première approche.

Une fois de plus, on peut féliciter l'excellente organisation de la conférence. Merci au groupe de travail ainsi qu'aux participant·e·s, intervenant·e·s, animateur·trices d'ateliers et traducteur·trices pour leur engagement.

Silvio Koelbing



2023 steht vor der Tür:

Möchten Sie Ihre Ferien mit uns wieder im Ausland verbringen?

Haben wir Sie
neugierig
gemacht?

Wir beraten Sie gerne
und freuen uns über
Ihre Anmeldung.
Bitte beachten Sie, dass
je nach Reiseziel andere
Anmeldeschlüsse gelten.

Wir haben uns entschieden, im kommenden Jahr Ferien im Ausland und am Meer anzubieten.

Alle Informationen für Feriengäste und Assistenzpersonen sowie alle Reiseziele finden Sie ab
anfangs Dezember auf unserer Homepage:

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

Oder wollen Sie zusammen mit 3–8 Gästen als Kleingruppe zu ihrem eigenen Wunschziel in
der Schweiz oder im Ausland reisen? Informieren Sie sich unter:

[https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/ferienangebote/
kleingruppenferien](https://www.vereinigung-cerebral.ch/de/dienstleistungen/ferienangebote/kleingruppenferien)

Avons-nous
éveillé votre
curiosité?

Nous vous conseillons
volontiers et nous
réjouissons de votre
inscription – merci
d'avance de tenir compte
des différentes dates
limite d'inscription
selon le séjour choisi.

2023 approche:

Avez-vous à nouveau envie de vacances à l'étranger?

Alors regardez nos propositions de vacances à l'étranger et à la mer pour l'année prochaine!

Vous trouverez toutes les informations pour les vacanciers-ières et les assistant-e-s ainsi que
toutes les destinations proposées sur notre site internet à partir de début décembre :

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

Ou souhaitez-vous voyager en petit groupe de 3 à 8 personnes vers la destination de votre choix
en Suisse ou à l'étranger? Informez-vous sur notre site internet:

[https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/nos-offres-de-vacances/
vacances-en-petit-groupe/](https://www.vereinigung-cerebral.ch/fr/prestations/nos-offres-de-vacances/vacances-en-petit-groupe/)

Hoch zu Ross!

Endlich kann ich wieder einmal wöchentlich in die Hippotherapie! Schon als kleines Mädchen war ich mit meiner Familie auf unserem Schimmel ausreiten. Die Freiheit, draussen im Wald zu sein und sich mit dem Pferd als Eins zu fühlen, war schon damals das Grösste für mich. Später in der Schule wurden die Kosten für die Hippotherapie von den Krankenkassen noch bezahlt, was im Erwachsenenalter leider wegfiel. Immer wieder haben sich Leute für eine pferdegestützte Therapie eingesetzt und punktuell sass ich auf einem Pferd. Aber wie bei jeder anderen Therapieform ist das regelmässige Training für einen Erfolg wichtig. So bin ich froh, dass durch die Verhandlungen der Vereinigung und der Stiftung Cerebral mit dem BAG die Krankenkassen die Therapiekosten bei Erwachsenen Menschen mit CP oder Trisomie 21 übernehmen müssen.

Mit meinen fast 50 Jahren macht sich der Verschleiss meines Körpers mit CP im Alltag immer mehr bemerkbar und ich bin vermehrt auf Assistenz angewiesen. Durch die Hippotherapie werden meine Muskulatur und Gleichgewichtsorgane aktiviert und mein Wohlbefinden gesteigert. Die Hippotherapie verlangt hohe Konzentration und viel Muskularbeit von mir ab. Danach bin ich müde, vergleichbar wie nach einer Wanderung. Sie kann keine Wunder ermöglichen, hilft mir aber, dass mein körperlicher Abbau nicht so schnell verläuft. Und wie schön ist es, Therapie hoch zu Ross im Wald und dabei das Vertrauen zwischen Reiter und Pferd zu spüren!

Lilian Niklaus



Lilian Niklaus mit/avec Kjölür.
Foto/Photo: Silvia Bässler

En selle!

Je peux enfin me rendre à nouveau à l'hippothérapie une fois par semaine! Petite fille, je faisais déjà des promenades avec ma famille sur notre cheval blanc. La liberté d'être dehors en forêt et de ne faire qu'un avec le cheval était déjà le summum pour moi à l'époque. Plus tard, à l'école, les coûts de l'hippothérapie étaient encore payés par les caisses-maladie, ce qui n'a malheureusement plus été le cas à l'âge adulte. Des personnes se sont toujours engagées en faveur d'une thérapie faisant appel à un cheval et, ponctuellement, je faisais de l'équitation. Mais comme pour toute autre forme de thérapie, un entraînement régulier est essentiel pour obtenir des résultats. Je suis donc heureuse que, grâce aux négociations de l'Association et de la Fondation Cerebral avec l'OFSP, les caisses-maladie doivent prendre en charge les frais de thérapie pour les adultes atteints de PC ou de trisomie 21.

À presque 50 ans, l'usure de mon corps à cause de la PC se fait de plus en plus sentir au quotidien, et j'ai de plus en plus besoin d'aide. L'hippothérapie active ma musculature et mes organes de l'équilibre, et augmente mon bien-être. Cette thérapie exige une grande concentration et beaucoup de travail musculaire de ma part. À la fin, je suis fatiguée, comme après une randonnée. L'hippothérapie ne peut pas faire de miracles, mais elle m'aide à ralentir ma dégradation physique. Et quel plaisir de suivre une thérapie à cheval dans la forêt et de ressentir cette confiance entre cavalier et équidé!

Lilian Niklaus

Gemeinsam mit dem Dualski über die Piste flitzen

Skiferien mit der Familie, bei denen wirklich alle auf ihre Kosten kommen? Wir ermöglichen Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung und ihren Familien Skipass ohne Hindernisse: unser beliebtes Dualski-Angebot kann in Bellwald (VS), Sedrun (GR) und in Scuol (GR) genutzt werden. Beim Dualskifahren sitzt die behinderte Person bequem und warm eingepackt in einer Sitzschale und lässt sich entweder von einem speziell ausgebildeten Skilehrer oder einem Elternteil fahren. Das Pilotieren kann in einem Kurs vor Ort erlernt werden. Die Skilehrerinnen und Skilehrer der Schneesportschulen Scuol, Bellwald und Sedrun sind auf die Betreuung von behinderten Skifahrerinnen und Skifahrern und den Umgang mit dem Dualski sehr gut vorbereitet. Wir unterstützen Sie mit Beiträgen an die Kosten an allen drei Dualski-Destinationen.

Dualski-Testweekend in Bellwald

Das Dualski-Testweekend der kommenden Skisaison findet in Bellwald am Wochenende vom 14. und 15. Januar 2023 statt. Für die Miete, den Skiunterricht und die Sesselliftfahrten werden für eine Person mit Begleitperson für die zwei Tage nur CHF 80.– in Rechnung gestellt. Das Angebot richtet sich insbesondere an Familien, welche dem Skierlebnis zum ersten Mal begegnen möchten. Bitte melden Sie sich für die Teilnahme direkt bei Bruno Burgener (Koordinaten siehe Kontaktperson fürs Dualskifahren in Bellwald).

• Ihre Kontaktperson fürs Dualskifahren in Bellwald

Bruno Burgener, Tel. 079 653 13 49, b.burgener@sportho.ch

• rollstuhlgängige Unterkünfte in Bellwald

– Hotel Bellwald, Tel. 027 970 12 83, www.hotel-bellwald.ch



- Hotel Ambassador, Tel. 027 970 11 11, www.ambassador-bellwald.ch
- Haus zum Alpenblick, Tel. 044 687 84 91 www.haus-zum-alpenblick.ch
- Haus Arena, Tel. 079 446 27 29, www.arena-bellwald.ch
- The Onya Resort & Spa, Tel. 027 971 21 41, www.alte-gasse.ch
- **Kinderspitex Oberwallis**
Nordstrasse 30, 3900 Brig, Tel. 027 922 93 78, info.kinderspitex@smz-vs.ch, www.smzo.ch
Die Spitex vor Ort entlastet Sie, indem sie Ihr behindertes Kind (bis 18 Jahre) stundenweise pflegt und betreut.

• Ihre Kontaktperson fürs Dualskifahren in Sedrun

Andy Müller, Schulleiter Schneesport-schule Sedrun, Tel. 081 936 50 55, info@snowsport-sedrun.ch

• rollstuhlgängige Unterkünfte in Sedrun

- Hotel Soliva, Tel. 081 949 11 14, www.hotelsoliva.ch
- Reka-Feriendorf Disentis (7 km von der Talstation Bergbahnen Sedrun entfernt), Tel. 031 329 66 99, www.reka.ch/de/rekaferien/reka-feriendorf-disentis

• Ihre Kontaktperson fürs Dualskifahren in Scuol

Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair, Stephan Gmür, Stradun, 7550 Scuol, Tel. 081 861 88 18, s.gmuer@engadin.com

• rollstuhlgängige Unterkünfte in Scuol und Samnaun

- Hotel Arnica, Tel. 081 864 71 20, www.arnica-scuol.ch
- Jugendherberge Scuol, Tel. 081 862 31 31 www.youthhostel.ch/de/hostels/scuol/

- Apart Garni Motnaida Samnaun, Tel. 081 861 84 00, www.motnaida.ch
- Reka-Ferienanlage Scuol, San Jon, Tel. 081 864 07 77, www.reka.ch

Skikurse mit paralleler Skiführung

Auch diesen Winter finden Skikurse für Therapeuten und Skilehrer, für CP-Kinder und Jugendliche sowie für CP-Kinder mit einem Elternteil statt. Die Skimethode ermöglicht das Skifahren ohne Stemmbogen und wurde in intensiver Zusammenarbeit mit Ärzten, Physiotherapeuten und Skilehrern aus dem Wallis und dem Bündnerland entwickelt. Jede/r CP-Skifahrer/in erhält die nötige individuelle therapeutische Unterstützung, damit das Skifahren Freude bereitet und erfolgreich ausgeübt werden kann.

Information und Anmeldung:

Karin Hämmerli, Skiinstruktorin für CP-Skifahrer/innen, J+S Skileiterin, Rte de la Goille 62, 1741 Cottens, Tel. 079 351 35 86, yerly-haemmerli@bluewin.ch



Sicher unterwegs – und das auch auf winterlichen Strassen und Wegen

Der Winter steht vor der Türe und mit ihm Kälte und garstiges Wetter. Damit Menschen im Rollstuhl trotz Eis und Schnee sicher mobil sein können, unterstützen wir bei uns angemeldete Personen bei der Anschaffung von Wheelblades.

Die Wheelblades sind eine Art kleine Skier, die mit wenigen Handgriffen direkt an den Vorderrädern des Rollstuhls befestigt werden können. Sie erleichtern das Fortkommen auf winterlichem Terrain ungemein und sorgen so für mehr Bewegungsfreiheit bei den Betroffenen.

So können Personen, die bei unserer Stiftung angemeldet sind, vorgehen: Bestellung direkt bei der Nikon-Tec GmbH, Maienfeld, Tel. 078 898 74 11, info@wheelblades.ch

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

Mit dem Eisgleiter bequem auf die Kunsteisbahn

Möchten Sie gemeinsam mit Ihrer Familie eine Kunsteisbahn besuchen? Inzwischen verfügen 89 Anlagen in der ganzen Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein über einen Eisgleiter.

Unter www.cerebral.ch > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit > Eisgleiter > Liste der Kunsteisbahnen mit Cerebral-Eisgleitern finden sie eine detaillierte Liste, auf welchen Kunsteisbahnen unsere Eisgleiter diesen Winter zur Verfügung stehen. Sie können die Liste natürlich auch bei uns anfordern.

Erfragen Sie vor Ihrem Besuch bei der jeweiligen Kunsteisbahn unbedingt die Verfügbarkeit.

Ein herzliches Merci!

Diesen Sommer wurden an verschiedenen Anlässen fleissig Spenden für unsere Stiftung gesammelt. Egal ob zu Fuss unterwegs wie Xandi Furrer und seine Hündin Jessy, die gemeinsam quer durch die Schweiz gewandert sind, am Open Air oder beim Freilichttheater: Wir durften viele namhafte Spendenbeträge entgegennehmen und möchten unseren

Partnerinnen und Partnern herzlich für ihr riesiges Engagement danken. Gleichzeitig danken wir natürlich auch allen Spenderinnen und Spendern für ihre Solidarität.

Vorankündigung

SnowDream Day Madrisa

Im kommenden Winter wird auf der Madrisa bei Klosters wieder ein Snow Dream Day stattfinden. Gemeinsam mit der Stiftung Folsäure Schweiz und der Cosanum AG laden wir Kinder und Jugendliche mit cerebralen Bewegungsbeeinträchtigungen und spina bifida zu einem unvergesslichen Tag im Schnee ein. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können gemeinsam mit ihren Familien verschiedene Schneesportarten entdecken.

Weitere Details werden rechtzeitig unter www.snowdreammadrisa.ch bekanntgegeben. Dort kann man sich dann auch für eine Teilnahme anmelden.



Aktuell unterstützen wir folgende Projekte anderer Institutionen:

- Die Stiftung Brüttelenbad im Berner Seeland möchte ihre Räumlichkeiten um- und ausbauen sowie einen zusätzlichen Neubau erstellen. Dies, weil die jetzigen Gebäude den heutigen Anforderungen nicht mehr entsprechen. Wir leisten einen Beitrag von CHF 120 000.– an das neue Pflegebad und den neu geplanten Kulturraum.
- Das Centro Magliaso direkt am Lago Maggiore (TI) besteht seit 1946 und wird rege von Familien und Gruppen

genutzt. Das Ferienzentrum ist kein gewöhnliches Hotel. Ziel ist es, allen Menschen Ferien zu ermöglichen – auch Menschen mit Beeinträchtigungen. Für die dringend notwendige Sanierung des Hauses Saletta, das vor allem als Treffpunkt für Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen dient, leisten wir einen Beitrag von CHF 50 000.–.

- Der Verein Enjalumja aus Liebefeld (BE) setzt sich mit seinem Projekt Tabula Musica zum Ziel, Menschen mit Beeinträchtigungen den Zugang zu Musik und Kultur zu ermöglichen. Wir unterstützen dieses Bestreben und helfen bei der Finanzierung eines neuen Busses, dank dem Tabula Musica Kinder und Jugendliche in Institutionen besuchen und ihre vielen Instrumente mitbringen kann. Hierfür leisten wir einen Beitrag von CHF 60 000.–.

Aus den Briefen

Wir möchten uns bei Ihnen von Herzen für Ihre Hilfe beim Kauf unseres geländegängigen Rollstuhls Hippocampe für unsere Tochter Nadia bedanken. Dank diesem Rollstuhl können wir wieder lange Spaziergänge unternehmen, und das auch auf Kieswegen und Sand. Nadia ist jeweils sehr aufmerksam und interessiert. Ein wahres Glück für die ganze Familie!
Familie Castelnuovo, 2615 Sonvilier (BE)

Von ganzem Herzen danke ich Ihnen für die sehr grosse Unterstützung. Vielen Dank für den Beitrag an die Ferienkosten und für die grosse Unterstützung an die Schiebehilfe. Wir schätzen die Schiebehilfe privat und auch in der Institution sehr.
Edith Wüst, 9463 Oberriet (SG)

Ich möchte mich ganz herzlich für Ihre Unterstützung bedanken. Auto fahren zu können, bedeutet für mich Freiheit und Unabhängigkeit und dank Ihnen kann ich mich bestens auf die Fahrprüfung vorbereiten.

Nora Meister, 5600 Lenzburg (AG)

Partir au ski avec toute la famille

Des vacances au ski en famille où tout le monde trouve son compte? Très populaire, notre offre de dualski permet aux personnes en situation de handicap physique et à leurs familles de profiter de vacances au ski sans obstacles à Bellwald (VS), Sedrun (GR) et Scuol (GR). Le principe du dualski est le suivant: chaudement emmitouflée et confortablement assise dans sa coque, la personne handicapée se laisse conduire soit par un(e) moniteur/trice de ski spécialement formé(e), soit par l'un de ses parents. Le pilotage peut s'apprendre dans le cadre d'un cours dispensé sur place. Les monitrices et moniteurs de ski des écoles de sport d'hiver de Scuol, Bellwald et Sedrun sont parfaitement formés à l'encadrement de skieuses et skieurs handicapés ainsi qu'à la manipulation du dualski. Nous participons financièrement aux coûts pour les trois destinations de dualski.

Week-end d'essai du dualski à Bellwald

Le week-end d'essai du dualski de la prochaine saison de ski se déroulera à Bellwald les 14 et 15 janvier 2023. Pour ces deux jours de location, de cours de ski et de forfait pour les remontées mécaniques, il n'en coûtera que CHF 80.– pour une personne et son accompagnateur/trice.

L'offre s'adresse tout particulièrement aux familles ne connaissant pas encore le dualski. Merci de contacter Bruno Burgener si vous souhaitez participer (Coordonnées voir personne de contact pour le dualski à Bellwald).

• Votre interlocuteur pour le dualski à Bellwald

Bruno Burgener, tél. 079 653 13 49, b.burgener@sportho.ch

• Hébergements accessibles en fauteuil roulant

- Hôtel Bellwald, tél. 027 970 12 83, www.hotel-bellwald.ch
- Hôtel Ambassador, tél. 027 970 11 11, www.ambassador-bellwald.ch
- Haus zum Alpenblick, tél. 044 687 84 91, www.haus-zum-alpenblick.ch
- Haus Arena, tél. 079 446 27 29, www.arena-bellwald.ch

– The Onya Resort & Spa, tél. 027 971 21 41, www.alte-gasse.ch

- **Spitex pour enfants du Haut-Valais**
Nordstrasse 30, 3900 Brigue, tél. 027 922 93 78, info.kinderspitem@smz-vs.ch, www.smzo.ch

Le Spitex présent sur place vous soulage en assurant les soins et l'encadrement de votre enfant handicapé (jusqu'à 18 ans) pendant une ou plusieurs heures.

• Votre interlocuteur pour le dualski à Sedrun

Andy Müller, Directeur de l'école de sport de neige de Sedrun, tél. 081 936 50 55, info@snowsport-sedrun.ch

• Hébergement accessible en fauteuil roulant

- Hôtel Soliva, tél. 081 949 11 14, www.hotelsoliva.ch
- Village de vacances Reka de Disentis (situé à 7 km de la station inférieure des remontées mécaniques de Sedrun), tél. 031 329 66 99, <https://reka.ch/fr/vacancesreka/village-de-vacances-reka-disentis>

• Votre interlocuteur pour le dualski à Scuol

Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair, Stephan Gmür, Stradun, 7550 Scuol, tél. 081 861 88 18, s.gmuer@engadin.com

• Hébergement accessible en fauteuil roulant

- Hôtel Arnica, tél. 081 864 71 20, www.arnica-scuol.ch
- Jugendherberge Scuol, tél. 081 862 31 31, www.youthhostel.ch/de/hostels/scuol/



- Apart Garni Motnaida Samnaun, tél. 081 861 84 00, www.motnaida.ch
- Village de vacances Reka Scuol, San Jon, tél. 081 864 07 77, www.reka.ch

Cours de ski en trace parallèle

Des cours de ski en trace parallèle pour thérapeutes, moniteurs de ski et enfants et adolescents vivant avec une PC (accompagnés d'un parent ou non) seront à nouveau proposés cette année. Cette méthode de ski sans chasse-neige a été développée en étroite collaboration avec des médecins, des physiothérapeutes et des moniteurs de ski du Valais et des Grisons. Chaque skieur/euse vivant avec une PC reçoit le soutien thérapeutique individuel nécessaire pour que le ski soit un plaisir et fasse l'objet d'un entraînement couronné de succès.

Informations et inscriptions:

Karin Hämmerli, instructrice pour skieurs/euses vivant avec une PC, monitrice J+S, Rte de la Goille 62, 1741 Cottens, tél. 079 351 35 86, yerly-haemmerli@bluewin.ch

Patiner confortablement grâce aux plates-formes à patins

Aimeriez-vous aller en famille à la patinoire? Aujourd'hui, elles sont 89 en Suisse et dans la Principauté de Liechtenstein à proposer une plate-forme à patins. Sur www.cerebral.ch > Aides diverses > Détente & loisirs > Plates-formes à patins > Liste des patinoires dotées de plates-formes à patins, vous trouverez une liste détaillée des patinoires qui mettront à disposition nos plates-formes à patins cet hiver. Nous nous ferons également un plaisir de vous fournir la liste sur simple demande.

Avant de vous rendre à la patinoire de votre choix, renseignez-vous impérativement sur la disponibilité des plates-formes à patins.

In vacanza sugli sci con tutta la famiglia

Vacanze sugli sci per tutta la famiglia, con divertimento assicurato per tutti? Diamo alle persone portatrici di handicap fisico e alle loro famiglie la possibilità di divertirsi sugli sci senza barriere: la nostra apprezzata offerta Dualski può essere utilizzata a Bellwald (VS), Sedrun (GR) e Scuol (GR). Sciando sul dualski, la persona portatrice di handicap siede comodamente e al caldo in un apposito sedile e si fa guidare da un istruttore con formazione specifica o da un genitore. Si può imparare a pilotare il dualski frequentando un corso sul posto. Le istruttrici e gli istruttori delle scuole di sport invernali di Scuol, Bellwald e Sedrun sono ben preparati nell'assistenza alle sciatrici e agli sciatori portatori di handicap e nell'utilizzo del dualski. Noi contribuiamo ai costi per tutte le tre destinazioni Dualski.

Fine settimana di prova dualski a Bellwald

Il fine settimana di prova dualski della prossima stagione sciistica si terrà a Bellwald nei giorni 14 e 15 gennaio 2023. Per il noleggio, la lezione di sci e le corse in seggiovia, una persona con accompagnatore pagherà solo CHF 80.– per entrambe le giornate. L'offerta si rivolge in particolare alle famiglie che desiderano fare per la prima volta questa esperienza sugli sci. Per partecipare, contattate direttamente Bruno Burgener (Per le coordinate vedere il referente per il dualski a Bellwald).

• Il vostro referente per sciare sui dualski a Bellwald

Bruno Burgener, tel. 079 653 13 49, b.burgener@sportho.ch

• Alloggi accessibili alle sedie a rotelle a Bellwald

- Hotel Bellwald, tel. 027 970 12 83, www.hotel-bellwald.ch
- Hotel Ambassador, tel. 027 970 11 11, www.ambassador-bellwald.ch
- Haus zum Alpenblick, tel. 044 687 84 91, www.haus-zum-alpenblick.ch
- Haus Arena, tel. 079 446 27 29, www.arena-bellwald.ch
- The Onya Resort & Spa, tel. 027 971 21 41, www.alte-gasse.ch



• Kinderspitex Oberwallis

Nordstrasse 30, 3900 Brig, tel. 027 922 93 78, info.kinderspitex@smz-vs.ch, www.smzo.ch

L'organizzazione Spitex locale vi aiuterà curando e assistendo a ore il vostro figlio portatore di handicap (fino a 18 anni di età).

• Il vostro referente per sciare sui dualski a Sedrun

Andy Müller, Responsabile scuola di sci di Sedrun, tel. 081 936 50 55, info@snosport-sedrun.ch

• Alloggio accessibile alle sedie a rotelle a sedrun

- Hotel Soliva, tel. 081 949 11 14, www.hotelsoliva.ch
- Villaggio turistico Reka Disentis (7 km dalla stazione a valle delle ferrovie di montagna di Sedrun), tel. 031 329 66 99, <https://reka.ch/it/vacanzereka/villaggio-turistico-reka-disentis>

• Il vostro referente per sciare sui dualski a Scuol

Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair, Stephan Gmür, Stradun, 7550 Scuol, tel. 081 861 88 18, s.gmuere@engadin.com

• Alloggi accessibili alle sedie a rotelle a Scuol e a Samnaun

- Hotel Arnica, tel. 081 864 71 20, www.arnica-scuol.ch
- Jugendherberge Scuol, tel. 081 862 31 31, www.youthhostel.ch/de/hostels/scuol/
- Apart Garni Motnaida Samnaun, tel. 081 861 84 00, www.motnaida.ch
- Villaggio turistico Reka Scuol, San Jon, tel. 081 864 07 77, www.reka.ch

Corsi di tecnica a sci paralleli

Anche quest'inverno proponiamo corsi di sci per terapeuti e insegnanti di sci, per giovani e bambini affetti da CP e per bambini con CP accompagnati da un genitore. La nostra tecnica consente di sciare senza curvare con lo «spazzaneve» ed è stata elaborata in stretta collaborazione con medici, fisioterapisti e insegnanti di sci del Vallese e dei Grigioni. Ogni sciatrice e sciatore con CP riceve il necessario supporto terapeutico individuale, affinché lo sci possa essere praticato divertendosi e con successo.

Informazioni e iscrizione:

Karin Hämmerli, istruttrice di sci per sciatori e sciatrici con CP, monitrice G+S sci, Rte de la Goille 62, 1741 Cottens, tel. 079 351 35 86, yerly-haemmerli@bluewin.ch

Una comoda gita sulla pista di pattinaggio con i pattini speciali

Vi piacerebbe divertirvi su una pista di pattinaggio con la vostra famiglia? Oggi potete trovare i nostri pattini speciali presso 89 impianti in tutta la Svizzera e nel Principato del Liechtenstein. Su www.cerebral.ch > Offerte di assistenza > Riposo e tempo libero > Pattino speciale > Lista delle piste di pattinaggio dotate di pattini speciali Cerebral trovate un elenco dettagliato delle piste di pattinaggio che quest'inverno dispongono dei nostri pattini speciali. Naturalmente potete richiedere l'elenco anche presso la nostra Fondazione.

Prima di recarvi presso la pista di pattinaggio scelta, verificate la disponibilità.

Vorschau
avant-première
anteprima



Foto: Béatrice Dévènes

Zoom:
Behinderung
und Politik

Zoom:
Handicap
et politique

Zoom:
Disabilità
e politica

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: Kzenon/shutterstock.com

Übersetzungen | Traductions | Traduzioni

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

Redaktion | Rédaction | Redazione

Konrad Stokar

Druck | Impression | Stampa

Merkur Druck AG, Langenthal

Redaktionsschluss | Limite de la rédaction | Chiusa redazionale

20.1.2023

Auflage | Tirage | Tiratura

5500 Ex. (4x)/WEMF-begl. 5100 Ex.

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

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