

Procap

01/25

Das Magazin
für Menschen
mit Behinderungen

Mit «treffpunkt»
von Procap
St. Gallen-
Appenzell

Freiwilligenarbeit

Engagement, das den Unterschied macht

Seite 6



procap

treffpunkt

Procap St. Gallen-Appenzell



Zeitschrift für Menschen mit und ohne Behinderungen

45. Jahrgang

Auflage: 2700 Exemplare

Abonnement: Fr. 24.-/Jahr

Herausgeber: Procap St. Gallen-Appenzell Nr. 1-2025

Geschäftsleitung, Präsidium

Wir mussten verhandeln – neben dem Tagesgeschäft

«Verhandelt wird über einen kontroversen Sachverhalt, der durch gegensätzliche Interessen der Parteien gekennzeichnet ist und einen Interessenausgleich zum Ziel hat.» So definiert es «Wikipedia». Das Verhandeln beschäftigte uns im letzten Jahr immer wieder: Mit den Kantonen Appenzell Ausserrhoden und St. Gallen, um eine Leistungsvereinbarung abzuschliessen. Mit dem Kanton St. Gallen ausserdem für ein gutes Gesetz über die Sicherung und Integration von Menschen mit Behinderung (BehG). Anzumerken ist: Während und nach diesen Verhandlungen lief selbstverständlich auch unser Alltagsgeschäft in gewohntem Mass weiter – der ständige Einsatz für unsere Mitglieder in der Sozialberatung, die Bauberatung oder unsere Gesellschaftsanlässe.



HANSUELI SALZMANN,
ROLAND GOSSWEILER



Erfreulicherweise konnten wir mit dem Kanton Appenzell Ausserrhoden bereits im vergangenen Jahr eine Einigung erzielen. Nachdem der Lotteriefonds uns mitteilte, dass keine Beiträge mehr an unseren Verband ausgerichtet werden können, suchten wir den Kontakt zum Amt für Soziales.

Im Gespräch mit dem Amtsleiter konnte rasch eine Einigung gefunden werden, und wir handelten nun nicht nur eine zweijährige Leistungsvereinbarung aus, sondern erzielten auch eine Erhöhung des eigentlichen Beitrags.

Verhandlungen in St. Gallen nicht abgeschlossen – Beitragserhöhung nötig

Ich äusserte mich an dieser Stelle schon oft über die Schwierigkeiten der Mittelbeschaffung – und ich werde Sie dieses Jahr mit meinen Klagen verschonen.

Auf der Suche nach zusätzlichen Beiträgen setzten wir daher auch im Kanton St. Gallen auf Verhandlungen mit dem Amt für Soziales. Im Sommer 2024 er suchten wir um eine Erneuerung der Leistungsvereinbarung und im selben Atemzug auch um eine Erhöhung des Beitrags an unseren Verband.

Da es mit der Revision des Gesetzes über die Sicherung und Integration von Menschen mit Behinde-

rung (BehG) zu veränderten Finanzflüssen kommen wird, war es wichtig, dies bei einer neuen Leistungsvereinbarung zu berücksichtigen. Dies ausserdem auch deshalb, weil in den vergangenen über zwanzig Jahren unser Beratungsaufwand um ein Mehrfaches stieg, die Bundesbeiträge jedoch stets auf demselben Niveau verblieben.

Es musste ausgehandelt werden, für welche Leistungen der Kanton St. Gallen Gelder sprechen würde, wie wir diese Leistungen ausweisen könnten sowie welche Grundlage zur Berechnung des Beitrags angenommen werden könnte.

Bis jetzt sind die Verhandlungen noch nicht abgeschlossen, aber ich bin zuversichtlich, dass wir bis zur Veröffentlichung dieses Jahresberichts eine Einigung erzielt haben.

Gesetzesrevision ist noch nicht unter Dach und Fach

Ebenfalls noch offen sind die Ergebnisse unserer Verhandlungen im Rahmen der Revision des im Vorspann genannten «BehG». Angestossen wurde die Revision ursprünglich im Rahmen des Sparpakets «Haushaltsgleichgewicht 2022plus». Es sollte ein reines Finanzierungsgesetz bleiben und Einsparungen von zehn Millionen Franken bewirken.

Uns war klar, dass eine solche Revision nicht ohne Procap St. Gallen-Appenzell erfolgen durfte, und wir aktivierten ein Netzwerk von Leistungsanbietenden,

die im ersten Schritt darüber verhandelten, wie der Einbezug von Menschen mit Behinderungen, aber auch Fachorganisationen erfolgen soll. Das Ergebnis wurde wiederum mit dem Kanton verhandelt, und die erste Einigung konnte erzielt werden. Der Kanton verfasste ein Partizipationskonzept, in dem geregelt wurde, wie die verschiedenen Akteure in die Revision einbezogen werden.

Unser Präsident Roland Gossweiler und ich als Geschäftsleiter nahmen in der Folge an verschiedenen Netzwerktreffen teil und hatten auch Einsitz in der Begleitgruppe, wo Inputs direkt ans Projektteam gegeben wurden.

Wir verhandelten über den Geltungsbereich oder wie die UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) im Gesetz verankert werden soll.

Tarife für Leistungen wurden ebenso diskutiert wie die Frage, wer künftig als Leistungserbringende zugelassen werden soll. Alle Themen und Artikel zu erläutern, die wir prüften, verwarfen oder einforderten, würde den Rahmen dieses Berichts sprengen.

Aktuell befinden sich der Gesetzesentwurf und die Botschaft in der Vernehmlassung. Wir werden dabei sehr genau prüfen, wo wir eine Einigung erkennen – respektive wo aus unserer Sicht noch nachverhandelt werden muss.

Verhandlungen auch auf Bundesebene

Unsere Sektion war auch auf eidgenössischer Ebene politisch aktiv. Gemeinsam mit unseren Mitgliedern sammelten wir Unterschriften für die Inklusionsini-

tiative. Am 5. September 2024 war es so weit, und wir reisten nach Bern, um die Initiative lautstark bei der Bundeskanzlei einzureichen. Zudem fanden im Mai und Juni 2024 die Nationalen Aktionstage UN-BRK, also UN-Behindertenrechtskonvention, statt.

Mit über 80 Ereignissen wurde in den Kantonen St. Gallen und Appenzell Inner- und Ausserrhoden auf die Rechte von Menschen mit Behinderungen aufmerksam gemacht. Bei vielen Veranstaltungen wirkten Mitglieder von uns mit. Einige Anlässe wurden auf unsere Initiative hin umgesetzt.

Aktuell wird auch das Behindertengleichstellungsgesetz («BehiG») teilweise überarbeitet. Der erste Entwurf geht deutlich zu wenig weit. Procap Schweiz fordert in seiner Stellungnahme wichtige substanzielle Anpassungen.

Eine Revision ist nötig, die alle Themen und Instrumente breit umfasst. Nur unter Einbezug von Organisationen von Menschen mit Behinderungen kann ein solch komplexes Unterfangen gelingen.

Die Geschäftsstelle handelt – bei der Sozialberatung

Natürlich ist und bleibt unser Kerngeschäft auf der Geschäftsstelle die Beratung unserer Mitglieder in Sozialversicherungsberatungen. 1246 Stunden wurden in Kurzberatungen investiert. Hier handelt es sich um Auskünfte, die meist telefonisch oder bei uns auf der Geschäftsstelle persönlich erteilt werden. Kurzberatungen dauern in der Regel maximal eine halbe Stunde und werden nicht im Detail erfasst.



Seit über 30 Jahren Ihr Spezialist für Handicap-Fahrzeuge und Umbauten aller Art

**Unterstützung bei Abklärungen
mit STV-Ämtern, IV-Stellen
oder anderen Kostenträgerstellen**

**mobil
center** von rotz

mobilcenter von rotz gmbh
Tanneggerstrasse 5a, 8374 Dussnang
T 071 977 21 19, www.mobilcentergmbh.ch

Profitieren Sie von unserer Unterstützung

Anders sieht es bei den längeren Beratungen aus. Hier wird ein Beratungsfall erstellt, es werden Entscheide geprüft. Hernach wird wenn nötig Rücksprache mit dem Rechtsdienst getroffen, und es werden den Procap-Mitgliedern die möglichen Vorgehensweisen erläutert. Insgesamt wurden 1134 Personen durch unsere Fachberaterinnen beraten und begleitet – teils über Monate hinweg. Insgesamt wendeten wir 5917 Stunden für die Beratung unserer Mitglieder auf.

Wirksame Anlässe und Webinare

Viel Kreativität zeigten die Regionalleiterinnen bei den Anlässen. Neben den Klassikern wie Brunch und Adventsfeiern organisierten sie im vergangenen Jahr spannende Reisen und Bastelnachmittage. Es wurde auch gemeinsam gekocht, gebacken oder grilliert.

Aber auch der Besuch einer Küferei gehörte dazu, wo ein altes Handwerk kennengelernt wurde. Für die Organisation und Durchführung wurden 1308 Stunden

aufgewendet. Mit verschiedenen Webinaren betreten wir Neuland. Die Rückmeldungen waren durchwegs positiv.

Unsere Mitglieder schätzten es, den spannenden Veranstaltungen von zu Hause aus beizuwohnen. Daher werden wir auch im neuen Geschäftsjahr lehrreiche Webinare zu vielen weiteren spannenden Themen anbieten.

Alle Anlässe und Webinare finden Sie auf unserer Homepage unter <https://procap-sga.ch/agenda>

50 Mitarbeitende leisten bei Procap SGA einen unglaublichen Einsatz

Es war ein mehr als ereignisreiches Jahr, und ich danke dem Vorstand, allen Mitarbeitenden und Freiwilligen, die uns mit riesiger Tatkraft durchs Jahr 2024 begleiteten. Lesen Sie im Folgenden noch, was erst recht unsere Regionalleiterinnen, die Sportgruppen und die Bauberatung im vergangenen Jahr leisteten.

Bauberatung

Wenn Märchen nicht wahr werden und wenn die Gesetze nicht umgesetzt werden

2004 trat das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) in Kraft. Unter anderem regelt es, dass innert 20 Jahren der öffentliche Verkehr für Menschen mit Behinderungen autonom zugänglich sein muss. Ebenfalls muss der Zugang zu öffentlichen Gebäuden oder grösseren Wohnanlagen barrierefrei erschlossen sein: 2024 waren die 20 Übergangsjahre vergangen – aber von einem autonomen Zugang zum ÖV sind wir noch weit entfernt. Und auch ein barrierefreier Zugang zu Gebäuden und öffentlichen Räumen ist noch nicht zur Selbstverständlichkeit geworden.



HANSUELI SALZMANN

Unsere Bauberatung ist täglich gefordert, ein genaues Auge auf die geplanten Projekte zu werfen. Es gilt zu prüfen, ob die Vorgaben der SIA Norm 500 eingehalten werden und ob die Baupläne den Ansprüchen der hindernisfreien Architektur entsprechen.

Einsatz der Beratungsstelle von Procap SGA ist ungebrochen hoch

Im vergangenen Jahr wurden 388 Objekte geprüft und entsprechende Stellungnahmen verfasst. Dabei handelte es sich um 243 Neu- und 145 Umbauprojekte. Für die Prüfung und das Verfassen der Stellungnahmen wurden 2160 Stunden aufgewendet.

In Arbeitsgruppen und Kommissionen sensibilisierten unsere Bauberaterinnen und Bauberater während über 100 Stunden Fachpersonen und Behörden

für das hindernisfreie Bauen. Für die individuelle Beratung von 11 betroffenen Personen wurden knapp 340 Stunden aufgewendet.

Nicht alle sind vor dem Gesetz und den Behörden gleich

Markant getrübt wurden die Fortschritte, die wir durch unsere Beratungen und die Zusammenarbeit mit Bauherrschaften und Gemeinden erzielen konnten. Dies dadurch, dass das «BehiG», das den barrierefreien Zugang im öffentlichen Raum und im öffentlichen Verkehr vorschreibt, immer noch nicht eingehalten wurde.

Es war schon jahrelang absehbar, dass diese Ziele nicht erreicht werden können. Aber es bleibt doch festzustellen und immer wieder zu sagen: Vor dem Gesetz, in der Politik und bei den Behörden sind nicht alle gleich. Es sind Entscheide auf allen Ebenen, die letztlich dazu führen, dass klare Gesetzesvorschriften

für Menschen mit Handicap, die zu den Schwächsten der Gesellschaft zählen, einfach nicht eingehalten und missachtet werden. Unsere Lobby ist nach wie vor zu klein – im Unterschied zu anderen Lobbies in unserem Land, wo dies nicht der Fall ist.

Gesetze müssen eingehalten werden

Auch wenn das Märchen eines hindernisfreien Zugangs für alle – und zu allem – noch lange nicht wahr ist beziehungsweise das Gesetz nach wie vor nicht eingehalten wird, arbeitet das Team der Bauberater und Bauberaterinnen von Procap St. Gallen-Appenzell unentwegt daran, diesem Ziel Schritt für Schritt näher zu kommen. Es ist ein Engagement, für das ich mich beim allen Bauberaterinnen und Bauberatern ganz herzlich bedanke.

PHILIPP KOLLER



Das Jahr 2024 war für die Bauberatung von Procap St. Gallen-Appenzell wiederum ein herausforderndes Jahr. Der gestiegene Beratungsbedarf stellte unser Team vor grosse Aufgaben. Dies vor allem, wie wir mit unseren Ressourcen umgehen. Besonders bemerkenswert war der Anstieg an Anfragen für kurze Beratungsleistungen und Auskünfte, die eine effiziente und präzise Antwort erforderten.

procap

**St. Gallen-
Appenzell**

Wir helfen Ihnen weiter

Procap St. Gallen-Appenzell:

Hansueli Salzmann (Geschäftsleitung); Nadine Brander (Stv. Geschäftsleitung/Leitung Administration); Ilona Dübendorfer (Beratungsleiterin); Gisela Imoberdorf und Sabrina Kobelt (Fachberaterinnen); Margrith Bischof (Administration); Erika Jochum (Sekretariat).
Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St. Gallen,
Telefon 071 222 44 33, sga@procap.ch. Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Montag bis Freitag, 8.30 bis 11.30 Uhr, oder nach telefonischer Vereinbarung.

Region St. Gallen und Gaiserwald: Nicole Schiess, 071 228 08 76. **Region Rorschach und Umgebung:** Manuela Kobler, 071 766 25 65.

Dies führte dazu, dass unsere Kapazitäten zunehmend beansprucht wurden und das Personal regelmässig an seine Grenzen stiess.

Noch stärkeres Interesse der Planerinnen und der Architekten

Positiv hervorzuheben ist jedoch, dass immer mehr Planerinnen und Architekten sich zunehmend für die vorzeitige Prüfung ihrer Projekte interessieren. Diese Sensibilisierung in der Baubranche zeigt, dass das Thema hindernisfreies Bauen verstärkt an Bedeutung gewinnt.

Viele Planerinnen und Planer streben eine frühzeitige Beratung an, um Planungs- und Kostensicherheit zu bekommen – ein Schritt, den wir ausdrücklich unterstützen und fördern.

Hochwertige Bauberatung auch 2025

Trotz der Herausforderungen blicken wir mit Zuversicht auf das Jahr 2025. Wir sind bestrebt, unser Team weiter zu stärken und unsere Beratungsleistungen noch zielgerichteter anzubieten, um auch in Zukunft eine qualitativ hochwertige Beratung sicherzustellen. Die zunehmende Sensibilisierung in der Branche lässt uns optimistisch in die Zukunft blicken – zusammen können wir einen wichtigen Beitrag zu einer inklusiven und barrierefreien Bauwelt leisten.

Procap St. Gallen-Appenzell bedankt sich bei allen Partnern und Planern für die vertrauensvolle Zusammenarbeit und freut sich auf das Jahr 2025.

Region Appenzell: Barbara Willborn, 071 340 04 08.

Region Rheintal: Manuela Kobler, 071 766 25 65.

Region Fürstenland: Barbara Willborn, 071 340 04 08.

Region Toggenburg: Naomi Schapira, 071 770 02 12.

Region Gaster und See: March-Höfe, 055 420 39 70.

Jugendgruppe: Corinna Keller, 079 416 72 81.

Impressum «Treffpunkt»

Redaktion: Michael Walther, Buelstrasse 58, 9630 Wattwil, Tel. 071 393 89 88, m-walther@bluewin.ch.
Redaktionsschluss Nr. 2/2025: 4. April 2025.
Erscheint 4 Mal jährlich, Auflage 2700 Exemplare.

Toggenburg

Mit der Inklusion geht es voran



NAOMI SCHAPIRA

Am 5. September 2024 wurde zum ersten Mal in der Schweiz eine Volksinitiative auf barrierefreie Weise eingereicht: Die Mitglieder von Procap St. Gallen-Appenzell, die an diesem denkwürdigen Tag in Bern auf dem Bundesplatz zugegen waren, füllten einen Car.

Selbstbestimmung für das Fünftel der Bevölkerung mit Handicap

Mit dem Inklusionsgesetz fordert das Initiativkomitee ein, dass die rund 1,7 Millionen Menschen mit Behinderungen in der Schweiz selbst bestimmen können wie, mit wem und wo sie leben möchten.

Das geltende Recht weist grosse Lücken und noch immer ein hohes Mass an Diskriminierung von Menschen auf, die mit einer Einschränkung leben.

Das Inklusionsgesetz ist bestimmt nicht die endgültige Lösung aller Ungerechtigkeiten. Dafür benötigt es ein sorgfältiges Aufdecken der grossen und kleinen Lebensbereiche, in denen Menschen mit Behinderungen eingeschränkt oder von der Teilhabe

ausgeschlossen sind. Daher ist die Inklusionsinitiative der konkrete Schritt in die Richtung, rechtliche und tatsächliche Grundlagen zu schaffen, so dass die Gleichstellung in allen Lebensbereichen verwirklicht werden kann.

Gegenvorschlag anerkennt die Berechtigung des Anliegens

Kurz vor Weihnachten kündigte der Bundesrat einen Gegenvorschlag zu unserer Initiative an. Das bedeutet, dass der Bundesrat den dringenden Handlungsbedarf erkannt hat und bereit ist, ein neues Gesetz beziehungsweise Gesetzesänderungen einzuführen.

In welcher Form bleibt noch offen. Klar ist, dass der Wandel hin zur selbstverständlichen und tatsächlichen Selbstbestimmung, Eigenverantwortung und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen noch lange nicht abgeschlossen ist.

Offen ist auch, ob das Komitee die eigene Initiative zurückziehen wird. Noch hängt dies vom Gegenvorschlag ab – und wie weit er die Anliegen der Behindertenorganisationen und -verbände, nicht zuletzt auch von Procap, tatsächlich berücksichtigen wird.

Appenzell, Fürstenland

Schon elf Jahre bei Procap St. Gallen-Appenzell



BARBARA WILLBORN

Als ich meine Arbeitsstelle bei Procap St. Gallen-Appenzell 2015 antrat, musste ich oft an den folgenden Spruch denken: «Im tiefen Wasser lernt man schwimmen.» Welche Herausforderungen auf mich zukämen und wie ich diese bewältigen konnte, erlernte ich mit der Zeit.

Fachberatung bot Unterstützung

Aller Anfang ist schwer. Doch mit der Unterstützung der Fachberaterinnen unserer Geschäftsstelle konnte ich vieles lernen, und dies erleichterte mir die Arbeit.

Während der elf Jahre änderte sich einiges bei den Sozialversicherungen, etwa im Bereich der Ergänzungsleistungen sowie der IV. In internen Weiterbildungen wurden wir geschult, die Änderungen im Alltag korrekt anzuwenden.

Eine grosse Herausforderung für alle war sicher Covid. In dieser Zeit konnten keine Anlässe durchge-

führt werden. Der persönliche Kontakt mit unseren Mitgliedern beschränkte sich aufs Telefon und den Computer.

Diese Zeit veränderte viele Dinge, und dies ist bis jetzt spürbar. Zum Beispiel sind wir alle etwas dünnhäutiger. Wir spüren aber auch die Dankbarkeit der Mitglieder, nach der langen Isolation wieder an den Höcks und Anlässen teilzunehmen.

Die persönlichen Begegnungen zählen

Wenn ich an die vergangene, nun schon lange Zeit bei Procap St. Gallen-Appenzell zurückdenke, sind mir viele schöne Anlässe und Begegnungen mit unseren Mitgliedern in Erinnerung geblieben. Vor allem der direkte Kontakt zählt.

Für das Jahr 2025 wünsche ich allen unseren Mitgliedern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern alles Gute. Ich hoffe, dass es für alle ein spannendes und vor allem in gesundheitlicher Hinsicht gutes Jahr werden wird.

Rheintal, Rorschach und Umgebung

Die Generalversammlung 2024, ihre Organisation – und die Bedeutung des Anlasses für Procap SGA



MANUELA KOBLER

Stets eine besondere Bedeutung für unseren Verband hat die Generalversammlung. Sie fand am 23. März 2024 zum 70. Mal statt, und zwar in meiner Region, dem Rheintal, im Restaurant Sonne in Altstätten.

Die GV wird jedes Jahr in einer anderen Region durchgeführt. Die jeweilige Regionalleiterin ist federführend bei der Organisation des bedeutendsten Anlasses im Jahr von Procap St. Gallen-Appenzell.

Trotz misslichen Wetterbedingungen füllte sich der «Sonnen»-Saal in Altstätten erfreulich. Der Stadtpräsident Ruedi Mattle richtete einige Worte an unsere Mitglieder, und auch Regierungsrätin Laura Bucher überbrachte die besten Wünsche der Regierung und informierte über die Schwerpunkte zu Behindertenfragen in ihrem Departement. Im Anschluss wurden die ordentlichen Geschäfte bearbeitet und genehmigt.

Wichtige Bedeutung für unsere Gemeinschaft

Beim feinen Mittagessen kamen die gesellschaftlichen Kontakte nicht zu kurz. Dann war es an der Zeit, die Bühne für die «Sun Singers» freizugeben.

Auf ihrer musikalischen Reise begeisterten sie alle mit einer geballten Ladung Freude, Energie und Charme. Geführt wurde der Chor von Christina Frei. Kaum jemanden hielt es lange auf den Sitzen.

Jahrzehntelanger Einsatz für unsere Mitglieder

Schweren Herzens mussten wir auch Abschied von langjährigen Mitarbeitenden wie Claudia Jost und Martin Boltshauser nehmen, die in den Ruhestand traten. Jahre-, wenn nicht jahrzehntelang setzten sie sich ein für die Rechte von Menschen mit einer Beeinträchtigung und prägten und trieben dabei auch den Verband Procap St. Gallen-Appenzell voran. Ihnen wünschen wir für den neuen Lebensabschnitt alles Gute.

Ein feines Dessert dufte nicht fehlen. Dankbar und zufrieden verabschiedeten sich die Mitglieder. Mit einem Päckli «Rheintaler Ribel» als Geschenk machten sie sich auf den Heimweg.

Regionale Sponsoren

Marco Kengelbacher, Migros Bäckerei Buchs; Backstube Widnau; Stiftung Charles North; Ortsgemeinde Goldach.

St. Gallen & Gaiserwald

Mein Start bei Procap St. Gallen-Appenzell



NICOLE SCHIESS

Nach vielen Jahren, in denen ich im Verkauf tätig war, durfte ich im April 2024 die neue Stelle als Regionalleiterin bei Procap St. Gallen-Appenzell antreten. Diese Gelegenheit stellte nicht nur einen weiteren Schritt in meiner Karriere dar, sondern auch den Beginn einer neuen Reise, und diese trat ich mit viel Vorfremde an.

Leidenschaft und Engagement sind offensichtlich

Ich war gespannt, was mich erwarten würde – bestimmt neue Herausforderungen, mehr Verantwortung und vor allem ein neues Team.

Ich wurde herzlich empfangen, und man stellte mir alle Teammitglieder vor. Es war offensichtlich, dass jeder seine Arbeit mit viel Leidenschaft und Engagement ausübt.

Erfolg ist stets eine Teamsache

In den Wochen nach meinem Eintritt erhielt ich die Gelegenheit, nicht nur meine Kolleginnen und Kollegen, sondern auch manche Procap-Mitglieder besser kennenzulernen.

Die Gespräche mit diesen inspirierenden Persönlichkeiten gewährten mir nicht nur einen tieferen Einblick in unsere wertvolle Arbeit. Sie steigerten auch meine Motivation zusätzlich, mich für die Belange unserer Mitglieder einzusetzen. Der persönliche Kontakt und die Geschichten der Menschen bereicherten meine Sichtweise.

Ich bedanke mich an dieser Stelle herzlich bei allen, die mich in der ersten Zeit so liebevoll aufnahmen und unterstützten. Ich weiss, dass der Erfolg einer Organisation stets auf der Stärke ihrer Mitglieder beruht. Ich fühle mich geehrt, Teil eines so talentierten und engagierten Teams zu sein.

Jugendgruppe

Die schönen Anlässe waren gut besucht



MAYA SCHAFFLÜTZEL

Wir besuchten im März die sehr schöne Generalversammlung. Auch unsere eigene Hauptversammlung vom April verlief sehr gut. Ausserdem unterstützte uns Ilona Dübendorfer auf das Beste.

Im Mai genossen wir den Brunch im «Hotel 66» und tauschten uns aus. Der Stoos SZ, den wir im Juni besuchten, bietet viele Gelegenheiten zum Laufen. Im See konnten sich unsere Füsse erholen. Wir assen im Restaurant. Der Ort ist empfehlenswert.

Leider fehlt im Hotel Hof, Appenzell, die Kegelbahn. Doch wir assen dort im August und betrachteten

das Dorf. Auch in St. Gallen kehrten wir noch ein – auf eine Glacé.

Unser Septembertreffen führte uns nach Stein am Rhein. Wir genossen mittags einen Spaghettiplausch. Auf dem Schiff nach Kreuzlingen gab's dann das feine Dessert.

Ein erfolgreiches Jahr der Jugendgruppe

In «Rohners Kafi Mühlegg» genossen wir Kaffee und Dessert. Wir plauderten über alte Zeiten. Auch das Wetter spielte mit und trug bei zum guten Tag.

Wir beschlossen das Jahr im «Fondue-Beizli». So dürfen wir auf ein schönes, erfolgreiches Jahr unserer Jugendgruppe zurückblicken.

Sportgruppe Nesslau

Viel Aktivität inner- und ausserhalb der Turnhallen



VRENI SCHARRER

Und wieder liegt ein spannendes und ereignisreiches Jahr hinter uns. Nebst vielen schönen und erfolgreichen Turnstunden waren wir auch ausserhalb der Turnhalle aktiv.

Bei sehr windigen Wetterverhältnissen verkauften wir am Ostersonntag selbstverschönerte Ostereier und manches mehr.

Einige unserer Sportskanonen nahmen im Mai am Kreuzegglauf teil, bei dem 900 Meter zu bewältigen waren. Mit strahlendem Gesicht liefen alle über die Ziellinie und freuten sich sehr übers Geschenkset.

Grillabend wieder im Schutz der Kapelle

Ein weiterer sehr schöner Anlass war unser traditioneller Grillabend mit beiden Gruppen. Aufgrund der Wetterverhältnisse fand dieser wie 2023 ohne Grill in der Klosterkapelle des Johanneums statt.

Im September stand der Procap-Sporttag in Sargans auf dem Programm – ein super Event mit Bewegungs-, Spiel- und Plauschangeboten. Mit viel Elan und Spass gaben alle alles. Wieder war die Freude über die Geschenke gross.

Unser Stand am Johanneum-Weihnachtsmarkt war auch dieses Jahr erfolgreich. Wir hatten fleissig gebastelt. Hohen Besuch gab's im Dezember von Samichlaus und Schmutzli. Einige SportlerInnen musizierten und trugen Samichlausverse vor.

Einmal monatlich leitet unser Inklusionspartner Nesslau Sharks das Turnen. Diese Stunden erfreuen sich grosser Beliebtheit, und wir sind schon richtige Unihockeycracks. Wir freuen uns, das Projekt auch in diesem Jahr weiterführen zu dürfen.

Highlight: neue Tenüs

Dank grosszügigen Spenden unter anderem der Raiffeisenbank konnten wir unser Projekt der neuen Tenüs inklusive eines Sport-T-Shirts und einer Trainingsjacke realisieren. Wir freuen uns alle sehr über die neue, einheitliche Vereinsbekleidung. Sie führte sogar zu einem Artikel in der «Procap-Zeitung».

Aus diversen Gründen verliessen uns einige Sportlerinnen und Sportler. Im Gegenzug durften wir neue Aktive in unserer Individualistenpowerfamilie begrüessen. Sie alle integrierten sich in kurzer Zeit gut in ihre jeweilige Gruppe.

Es wuchs auch unser tolles Leiterteam: Wir heissen Christoph Lieberherr und Albert Brunner herzlich willkommen. Tamara Good besuchte im Hinblick auf ihre Leiterausbildung erfolgreich den Assistentenkurs. Sie und Nicole Tobler werden 2025 die Leiterinnenausbildung absolvieren. Für die Zukunft ist also gesorgt. Ich selbst besuchte mit Erfolg den Weiterbildungskurs und erneuerte somit meinen Ausweis.

Ein weiteres Dankeschön geht auch an das «Leiterteam inklusive» der Nesslau Sharks für ihren super Einsatz während des ganzen Jahres!

Sportgruppe Bütschwil

Erfolg beim Turnen, viel Freude und Freundschaft



PETRA BACHMANN

Unsere Sportgruppe war wieder aktiv unterwegs – mit vielen tollen Erlebnissen: Im Februar kamen einige verkleidet ins Turnen. Dies war eine besonders lustige Turnstunde.

Der obligatorische Anlass mit der Schulklasse von Mara Holenstein führt ebenfalls immer zu einer tollen Turnstunde, auf die sich alle sehr freuen.

Ein Freundeabend voller Überraschungen

Im April konnten alle Turnerinnen und Turner jemanden einladen. Dieser Freundeabend war dieses Mal mit einer Überraschung verbunden: Die Gast-sportlerinnen und -sportler erhielten im voraus ein Ticket, dass sie für den Freundeabend eingeladen sind.

Am 24. April füllte sich dann die Turnhalle. Man spürte die Spannung bei allen. Zuerst wurden fleissig die Postenläufe besucht. Als das Chörli Mosnang die Turnhalle betrat, wurde es zuerst still. Danach wurde aufgeregt durcheinandergeredet.

Alle Turner konnten sich mit ihren Freunden auf ein Bänkli setzen. Dazu gab es Popcorn. Das Konzert des Chörli's – der Auftritt wurde von Anita Bühler

gesponsert – umfasste vier Lieder. Alle hörten gespannt zu. Danach gab es für alle noch ein Getränk. So ging eine spannende Turnstunde zu Ende.

Nicht vergessen gehen darf der alljährliche «Kreuzegg Classic»-Lauf vom 18. Mai. Die startenden Sportlerinnen und Sportler zeigten vollen Einsatz, und sie erzielten auch super Ergebnisse. Über die gesponserten Preise der Firma Kindlimann aus Tägerwilten freuten sich alle.

Drei neue TurnerInnen nach den Ferien

Im Juni fand der Ausflug von Procap statt. Auch dort waren einige unserer Turnenden anzutreffen. Kurz vor den Sommerferien wurde als Abschluss nach dem Turnen traditionsgemäss eine feine Glacé genossen.

Nach den Sommerferien waren alle wieder hoch motiviert in der Halle anwesend. Dazu konnten wir drei neue Turnende aufnehmen. Sie bekamen beim Schnuppern Spass am gemeinsamen aktiven Bewegen und blieben bei uns.

Besuch und Mitwirkung des STV Brunnadern

Jetzt hiess es für den Turnerabend in Ebnat-Kappel fleissig zu üben. Trotz dem Training vergassen wir den Spass nicht. Am 16. November war es soweit. Die Vorstellung wurde toll und bereitete allen Freude.

Wir hatten vom STV Brunnadern die Anfrage erhalten, ob sie uns an zwei Turnstunden besuchen und mithelfen dürfen. Natürlich freute uns das.

So kam es, dass im September an zwei Mittwochabenden zwei bis vier Turnerinnen und Turner des Sportvereins mitwirkten. Dies werden wir 2025 wiederholen.

Chlausanlass zum Abschluss

Am 4. Dezember besuchten uns Samichlaus und Schmutzli. Das Chlaussäckli enthielt Socken mit Weihnachtsmotiven und natürlich etwas zum Naschen. So gingen ein gemütlicher Abend sowie ein erfreuliches, spannendes Jahr zu Ende. Ich danke dem Leiterteam für den immer vollen Einsatz. Ohne euch würde es nicht gehen.



**Ihr Sanitätshaus
für mehr
Lebensqualität.**

**Wo Sie als Mensch im Mittelpunkt stehen.
Mit Herz und Kompetenz begleiten wir Sie
auf Ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden.**

Besuchen Sie unser Sanitätshaus
im Shopping Silberturm in St.Gallen.
Wir freuen uns auf Sie!



Jahresrechnung 2024 mit Anhang

<u>Bilanz</u>	Anmerkungen	31.12.2024	31.12.2023
Aktiven			
Kassa, Post, Bank		815'636.01	835'848.48
Forderungen aus Lieferungen und Leistungen		106'497.74	100'508.75
Vorräte Verkaufs- und Handelswaren		800.00	1'000.00
Aktive Rechnungsabgrenzung		23'111.55	28'656.05
Raiffeisenfonds		117'002.00	108'129.00
Total Umlaufvermögen		1'063'047.30	1'074'142.28
Büroeinrichtungen		11'500.00	14'700.00
Total Anlagevermögen		11'500.00	14'700.00
TOTAL AKTIVEN		1'074'547.30	1'088'842.28
Passiven			
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen		55'139.35	46'212.69
Obhutsgelder		16'100.00	16'300.00
Passive Rechnungsabgrenzung		148'528.20	190'593.55
Spezialfonds *)	1	114'613.20	114'613.20
Total Fremdkapital und Spezialfonds		334'380.75	367'719.44
Grundkapital		100'000.00	100'000.00
Freies Kapital	2	333'613.49	330'866.88
Zweckgebundenes Eigenkapital Regionen	3	216'553.06	220'255.96
Zweckgebundenes Eigenkapital Geschäftsstelle	4	90'000.00	70'000.00
Total Eigenkapital		740'166.55	721'122.84
TOTAL PASSIVEN		1'074'547.30	1'088'842.28
Nachweis Eigenkapital			
Grundkapital		100'000.00	100'000.00
Freies Kapital 01.01.		330'866.88	406'082.13
Jahresergebnis		2'746.61	-75'215.25
Freies Kapital 31.12.		333'613.49	330'866.88
Grundkapital und freies Kapital 31.12.		433'613.49	430'866.88
Zweckgebundenes Eigenkapital		306'553.06	290'255.96
Total Eigenkapital 31.12.		740'166.55	721'122.84
*) Spezialfonds			
Anfangsbestände		114'613.20	182'757.20
Entnahme aus Fonds Ausgleich Mehrzeiten	1	0.00	-68'144.00
Endbestände		114'613.20	114'613.20
Jugendgruppe			
Vermögen per 31.12.		8'313.11	8'630.61

Die Beiträge der Kantone und Gemeinden

Beiträge Kantone: Appenzell Innerrhoden; Appenzell Ausserrhoden; St.Gallen.

Politische Gemeinden SG: Altstätten; Amden; Andwil; Au; Balgach; Benken; Berg SG; Berneck; Bütschwil-Ganterschwil; Degersheim; Diepoldsau; Ebnet-Kappel; Eggersriet; Eichberg; Eschenbach mit St. Gallenkappel und Goldingen; Flawil; Gaiserwald; Goldach; Gommiswald mit Ernetschwil und Rieden; Gossau; Häggenschwil; Jonschwil; Kaltbrunn; Kirchberg; Lichtensteig; Lütisburg; Marbach; Mosnang; Mörschwil; Muolen; Neckertal; Nessler-Krummenau-Stein; Niederbüren; Niederhelfenschwil; Oberbüren; Oberriet; Oberuzwil; Rapperswil-Jona; Rebstein; Rheineck; Rorschach; Rüthi; Schänis; Schmerikon; Steinach; Stadt St. Gallen; St. Margrethen; Thal; Tübach; Untereggen; Uznach; Uzwil; Waldkirch; Wattwil; Weesen; Widnau; Wil mit Bronschhofen; Wildhaus-Alt St. Johann; Wittenbach; Zuzwil. **Politische Gemeinden AR:** Bühler; Gais; Grub AR; Heiden; Herisau; Hundwil; Lutzenberg; Reute AR; Schönggrund; Speicher; Stein; Teufen; Trogen; Urnäsch, Walzenhausen. **Bezirke Innerrhoden:** Appenzell; Gonten; Oberegg; Schwende-Rüte; Schlatt-Haslen. **Ortsgemeinden:** Balgach; Goldach; Grub SG; Marbach; Rapperswil-Jona; Rheineck; Widnau; Wildhaus.

Betriebsresrechnung	Anmerkungen	2024	2023
Sektionserträge			
Anteil an eidg. Procap-Spendensammlungen		15'323.65	12'963.00
Mittelbeschaffung Regionen		13'996.00	14'069.95
Zueignungen (Beiträge und Spenden)	5	33'169.81	65'574.26
Aktivmitgliederbeiträge		231'728.71	225'581.90
Passivmitgliederbeiträge		2'200.00	2'365.00
Solidarmitglieder		9'675.00	9'980.00
Sportmitgliederbeiträge		1'550.00	1'487.50
Beiträge Bund		460'422.00	458'871.00
Beiträge Kantone SG, AR und AI		74'150.00	73'200.00
Beiträge Gemeinden		70'670.30	73'303.75
Beiträge für Dienstleistungen	6	329'993.19	295'490.06
Finanzertrag		3'107.50	1'520.00
Gesamtertrag		1'245'986.16	1'234'406.42
Sektionsaufwände			
Löhne und Gehälter	7	759'859.20	818'883.25
Sozialleistungen		136'948.75	132'152.10
Übriger Personalaufwand		10'358.75	19'149.30
Honorare Leistungen Dritter	8	2'216.10	16'920.96
Aufwandminderung Unfalltaggelder		0.00	-2'412.75
Aufwandminderung Krankentaggelder		-1'393.20	-4'773.00
Aufwandminderung Mutter-/Vaterschaftsentschädigung		0.00	-4'123.25
Total Personalaufwand		(907'989.60)	(975'796.61)
Raumaufwand		35'526.15	35'705.75
Unterhalt und Reparaturen		2'023.80	2'268.57
Sachversicherung, Abgaben, Gebühren		774.60	6'091.75
Verwaltungsaufwand	9	138'032.96	121'567.81
Verbandsaufwand		22'763.00	32'312.30
Informations- und Öffentlichkeitsaufwand		12'715.48	23'797.25
Projektaufwand Dienstleistungen		15'203.36	12'725.30
Beratung und Betreuung		100'754.50	75'325.10
Finanzerfolg		-8'873.00	-3'629.00
Übriger Betriebsaufwand	10	5'200.00	6'559.18
Gesamtaufwand		1'232'110.45	1'288'520.62
Betriebsergebnis ohne Ausgleich Fonds und Eigenkapital		13'875.71	-54'114.20
Entnahme aus Fonds Ausgleich Mehrzeiten	1	0.00	25'000.00
Betriebsergebnis nach Fondsbewegungen		13'875.71	-29'114.20
Zuweisung an EK Geschäftsstelle Angebotsentwicklung	4	-10'000.00	-16'856.00
Zuweisung an EK Geschäftsstelle Informatik	4	-10'000.00	-10'000.00
Zuweisung zweckgebundenes Kapital Regionen	3	-3'919.75	-19'245.05
Entnahme EK Sportgruppe Toggenburg	3	12'790.65	0.00
Betriebsergebnis zugewiesen an Freies Kapital		2'746.61	-75'215.25
Nicht bilanzierte Verbindlichkeiten			
Fester Mietvertrag bis 31.10.2027		62'664.00	93'793.20
Aufwandstruktur gemäss ZEW- Richtlinie			
Projekt- und Dienstleistungsaufwand	11	985'688.00	992'488.00
Mittelbeschaffung	11	12'321.00	12'724.00
Administrativer Aufwand	11	234'101.45	283'308.62
Total Aufwand		1'232'110.45	1'288'520.62

Mitgliederspiegel 2024

Aktivmitglieder		Passivmitglieder		Solidarmitglieder	
Ende 2024	2587	Ende 2024	39	Ende 2024	106
Ende 2023	2520	Ende 2023	43	Ende 2023	113



Das Finanzsystem im Wandel

Die Rechnungslegung entspricht den Kriterien, welche die ZEWÖ, Zentralstelle für Wohlfahrtsunternehmen, von den angeschlossenen Organisationen verlangt, und erfolgt in Übereinstimmung mit den Fachempfehlungen zur Rechnungslegung Swiss GAAP FER 21, die ein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage vermittelt. Als kleine Organisation macht der Verein von der Möglichkeit Gebrauch, auf die Erstellung einer Geldflussrechnung zu verzichten.

Anzahl Vollzeitstellen

Im Berichtsjahr sowie im Vorjahr wurden die Aufgaben im Jahresdurchschnitt mit weniger als 10 Vollzeitstellen erledigt. Einschliesslich eines Geschäftsleiters, der die Geschäftsstelle führt und ebenfalls einen Lohn bezieht. Auf eine Offenlegung der Geschäftsleitervergütung wird verzichtet, da mit der Geschäftsleitung lediglich eine Person betraut ist. Der Vorstand und das Präsidium arbeiten ehrenamtlich.

Das eigentliche Betriebsergebnis (Betriebsergebnis ohne Ausgleich Fonds und Eigenkapital) schlägt dieses Jahr mit einem Plus von Fr. 13'875.71 zu Buche. Nach Ausgleich durch das zweckgebundene Eigenkapital schliesst die Jahresrechnung mit einem Betriebsergebnis von Plus Fr. 2'746.61 ab.

Anmerkung 1: Um die Anforderungen von GAAP FER 21 zu erfüllen, mussten einzelne Reserven, die wir in Fonds geäuft haben, in den vergangenen Jahren aufgelöst werden. Weitere Fondsbewegungen gab es im Betriebsjahr nicht.

Anmerkung 2: Die sorgsame und langjährige Finanzplanung hat sich auszahlt, und wir konnten deshalb dem Freien Kapital einen Ertrag von Fr. 2'746.61 zuweisen.

Anmerkung 3: Im Betriebsergebnis nicht enthalten sind die gewöhnlichen Bewegungen des zweckgebundenen Eigenkapitals. Jede Betreuungsregion und Sportgruppe hat eine eigene «Kasse», über welche die Regional- und Sportleiterin verfügen kann. Gleichwohl sind diese Bestandteile der Erfolgsrechnung, werden aber auch in der Bilanz aufgeführt. Die zweckgebundenen Einnahmen und Ausgaben werden am Schluss der Jahresrechnung aufgeführt.

Anmerkung 4: Unsere Sektion ist verpflichtet die gesamtschweizerische Verbands-EDV zwingend zu nutzen. Aus diesem Grund wurden dem zweckgebundenen Eigenkapital Geschäftsstelle Informatik erneut Fr. 10'000.- zugewiesen.

Mit der geplanten Subjektfinanzierung ab 2027 im Kanton St. Gallen wird das Finanzierungssystem im Kanton grundlegend verändert. Um für die Beratung unserer Mitglieder in der Übergangszeit die nötigen

Mittel zu haben, wurden dem Eigenkapital Geschäftsstelle Angebotsentwicklung Fr. 10'000 zugewiesen.

Anmerkung 5: Die Weltlage im Geschäftsjahr war schwierig und drückte auf die Spendenbereitschaft. Im Berichtsjahr gingen im Gegensatz zum Vorjahr keine zweckgebundenen Zuwendungen ein.

Anmerkung 6: Die Dienstleistungen unserer Sektion werden geschätzt. Dank einzelnen Tarifierpassungen und konsequenter Verrechnung unserer Leistungen an Dritte konnten wir diesen Ertrag im Vergleich zum Vorjahr erneut um rund Fr. 34'500.- steigern.

Anmerkung 7: Auch in diesem Jahr wurden Mehrzeiten geleistet, um dem wachsenden Bedürfnis nach Beratung gerecht zu werden. Vorausschauend wurden bereits im letzten Jahr entsprechende Rückstellungen vorgenommen.

Anmerkung 8: Um den Personalaufwand möglichst tief zu halten, wurden nur die dringendsten Aufträge auf Honorarbasis extern erteilt. So konnten rund Fr. 15'000.- eingespart werden.

Anmerkung 9: Die Sektionen müssen sich seit 2024 anteilmässig an den EDV-Kosten der gesamtschweizerischen Verbandslösung beteiligen. Für das Rechnungsjahr lag der Anteil bei rund Fr. 11'000.-.

Anmerkung 10: Die Abschreibungssätze für Informatikmittel sind 40%, für Büromobiliar und Telefonanlage 25%. Gänzliche Abschreibung erfolgt bei geringem Restwert.

Anmerkung 11: Gemäss ZEWÖ-Richtlinien wird der gesamte Aufwand anhand der dafür eingesetzten Stunden in die drei Kategorien eingeteilt: Mittelbeschaffung (1%), Projektleistungen, Dienstleistungen (80%) und Administrativer Aufwand (19%).

Revisionsbericht und die Rechnung im Detail

Der Bericht der Revisionsstelle sgt controlling ag über die eingeschränkte Revision ist in Übereinstimmung mit SWISS GAAP FER 21 ohne Einschränkungen oder Hinweise erfolgt. Der ausführliche Revisionsbericht und die vollständige, revidierte Jahresrechnung sind unter <https://www.procap-sga.ch/ueber-uns/publikationen> einsehbar.

Hansueli Salzmann, Geschäftsleiter



Höcks und Aktivitäten

Alle Regionen

Samstag, 29. März 2025

Generalversammlung,
Einladung liegt bei.

Donnerstag, 13. Mai 2025

Webinar «Arbeit neben IV-Rente».
Alle Infos auf unserer Homepage.

Donnerstag, 22. Mai 2025

Webinar «Die Kunst».
Alle Infos auf unserer Homepage.

Donnerstag, 2. September 2025

Webinar, Thema folgt.
Alle Infos auf unserer Homepage.

Donnerstag, 4. September 2025

Lotto- / Bingomatch,
Einladung folgt.

St. Gallen + Gaiserwald

Freitag, 9. Mai 2025

Ausflug Botanischer Garten.
Einladung folgt.

Freitag, 13. Juni 2025

Besichtigung Spiess + Kühne
St. Gallen.
Einladung folgt.

Freitag, 15. August 2025

Glaceplausch.
Einladung folgt.

Appenzell AR + AI

Montag, 14. April 2025

Höck, Restaurant Park Heinrichsbad,
Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Montag, 12. Mai 2025

Höck, Restaurant Park Heinrichsbad,
Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Montag, 2. Juni 2025

Höck, Restaurant Park Heinrichsbad,
Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Montag, 7. Juli 2025

Höck, Restaurant Park Heinrichsbad,
Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Samstag, 30. August 2025

Brunch,
Einladung folgt.

Rheintal / Rorschach und Umgebung

Donnerstag, 13. März 2025

Höck, Restaurant Hecht,
Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Donnerstag, 3. April 2025

Höck, Restaurant Hecht,
Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Mittwoch, 9. April 2025

Kochabend «Bella Italia»,
Landwirtschaftliches Zentrum
Salez, 17 bis 21 Uhr.
Einladung bereits verschickt.

Donnerstag, 8. Mai 2025

Höck, Restaurant Hecht,
Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Dienstag, 20. Mai 2025

Besuch Naturmuseum
St. Gallen, 14 bis 17 Uhr.
Einladung bereits verschickt.

Donnerstag, 12. Juni 2025

Höck, Restaurant Hecht,
Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Mittwoch 16. Juli 2025

Glaceplausch,
Einladung folgt.

Samstag, 30. August 2025

Brunch,
Einladung folgt.

Fürstenland

Donnerstag, 24. April 2025

Höck, Hotel Uzwil, Uzwil,
14 bis 16.30 Uhr.

Donnerstag, 8. Mai 2025

Höck, Hotel Uzwil, Uzwil,
14 bis 16.30 Uhr.

Donnerstag, 12. Juni 2025

Höck, Hotel Uzwil, Uzwil,
14 bis 16.30 Uhr.

Donnerstag, 17. Juli 2025

Höck, Hotel Uzwil, Uzwil,
14 bis 16.30 Uhr.

Samstag, 30. August 2025

Brunch,
Einladung folgt.

Toggenburg

Donnerstag, 20. März 2025

Höck, Madlens Cafe
Wattwil, 16 bis 18 Uhr.

Samstag, 5. April 2025

Osterbacken, Wattwil,
Einladung bereits verschickt.

Mittwoch, 21. Mai 2025

Höck, Cafe Abderhalden,
Wattwil, 16 bis 18 Uhr.

Samstag, 14. Juni 2025

Glaceplausch, Wattwil,
Einladung folgt.

Samstag, 12. Juli 2025

Höck und Minigolf,
Wattwil, Rietwiesstrasse 14a,
16 bis 18 Uhr.

Gaster-See

Mittwoch, 12. März 2025

Höck, Restaurant Seehof,
Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

Mittwoch, 9. April 2025

Höck, Restaurant Seehof,
Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

Samstag, 3. Mai 2025

Maibummel,
Anmeldung über March-Höfe.

Mittwoch, 14. Mai 2025

Höck, Restaurant Seehof,
Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

Mittwoch, 11. Juni 2025

Höck, Restaurant Seehof,
Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

Turnen

Bütschwil

Mittwochabend, in der Dorfturn-
halle Bütschwil, 19 bis 20 Uhr
(ausgenommen in den Schulferien).

Nesslau

Mittwochabend,
Turnhalle Johanneum Nesslau,
18 bis 19 Uhr und 19 bis 20 Uhr
(ausgenommen in den Schulferien).

Ihre Mobilität ist unsere Aufgabe mit Handicap mobil sein

Wir passen Ihr Fahrzeug Ihren Bedürfnissen an



Gaspedal links, Rollstuhllifter,
Handbetätigung Gas/Bremse,
Rollstuhlgängiges Auto,
Schwenksitze, Fusslenkung,
Joysteer, Fahrschulpedalen,
Individuelle Lösungen

Umgebaute Miet-
und Ersatzfahrzeuge

Trütsch-Fahrzeug-Umbauten AG
Steinackerstrasse 55
8302 Kloten

Tel, Whatsapp Threema:
044 320 01 53
www.truetsch-ag.ch
info@truetsch-ag.ch



Wir unterstützen Sie bei der Arbeit.

Seit 40 Jahren Experten im Hilfsmittel-Bereich.

Die Aktivstehrollstühle von LEVO bieten mit ihrem innovativen Stehsystem vollste Flexibilität beim Arbeiten und Ihrer Freizeit.

Gerne beraten wir Sie vor Ort in unserem 90m² Showroom oder bequem bei Ihnen zuhause.



Kontaktieren Sie uns: 044 933 23 90
rehatech@iwaz.ch, iwaz.ch/rehatech





Editorial

In dieser Ausgabe stellen wir die Geschichten und Erfahrungen unserer Freiwilligen in den Vordergrund. Freiwillige schenken ihre Zeit und Tatkraft. Sie ermöglichen Menschen mit Behinderungen, selbstbestimmt Ferien zu machen oder einen Sport auszuüben. Dieses positive Erleben und die Freude färben auf die Freiwilligen ab, die so selbst viel von ihren Einsätzen mitnehmen.

Dank der Zeit, der Energie und der Leidenschaft von rund 1000 freiwilligen Helfer*innen ist es Procap möglich, jedes Jahr vielfältige Aktivitäten und Angebote für Menschen mit Behinderungen anzubieten. Die Zusammenarbeit besteht oft schon seit vielen Jahren. Wir danken all jenen von ganzem Herzen, die sich freiwillig engagieren. Ihre Unterstützung ist unermesslich wertvoll und inspiriert uns alle, weiterzumachen.

Gemeinsam können wir eine inklusive und unterstützende Gesellschaft schaffen, in der jeder Mensch die Chance hat, sein volles Potenzial zu entfalten. Denn nur zusammen erreichen wir Grosses. Lassen Sie sich von den Geschichten inspirieren und erfahren Sie, wie Procap auch dank der Freiwilligenarbeit jederzeit und ohne Wenn und Aber handelt.

Sabina Schwyter-Küffer
Co-Geschäftsleiterin Procap Schweiz

Inhalt

- 4 Notizen**
- 6 Über den Wert der unbezahlten Arbeit**
- 9 Was bedeutet Freiwilligenarbeit bei Procap?**
- 10 Eine Hommage an unsere Engagierten**
- 12 «Wir sind Procap»**
Max Tröhler
- 15 Ratgeber Recht**
Ich möchte mich von einer Spitexorganisation für die Pflege meines Kindes anstellen lassen.
Was muss ich beachten?
- 16 Reisen ohne Hürden:
30 Jahre gelebte Inklusion**
- 18 Rätsel**
- 19 Entdecken Sie das Kursprogramm 2025 von Procap**
- 20 LaVIVA-Party-Crowdfunding**
Drei Protagonist*innen, ein Herzensprojekt:
Barrierefreie Partys
- 22 Carte blanche**



Neue Leitung Sozialpolitik

Anna Pestalozzi, ehemalige stellvertretende Leiterin Sozialpolitik, ist neu die Leiterin Sozialpolitik von Procap Schweiz. Sie trat die Nachfolge des ehemaligen Bereichsleiters Alex Fischer per 1. März 2025 an. Anna Pestalozzi arbeitet bereits seit 2020 im Bereich Sozialpolitik von Procap Schweiz und kennt den Verband, seine Partnerorganisationen sowie die politische Landschaft der Schweiz sehr gut.

In den letzten Jahren prägte sie politische Erfolge von Procap mit: Konkrete Verbesserungen konnten beispielsweise im Bereich der Invaliditätsbemessung erzielt werden. Zudem bewegt sich dank dem Engagement von Procap auch in der familienergänzenden Betreuung für Kinder mit Behinderungen viel. Weiter begleitete Anna Pestalozzi die Procap Denkfabrik – ein politisches Partizipationsgefäss für Menschen mit Behinderungen. Procap freut sich sehr, die Position mit der sehr erfahrenen und geschätzten Kollegin neu besetzen zu können, und ist überzeugt, dass sie diese verantwortungsvolle Aufgabe mit hoher Fach- und Sozialkompetenz erfüllen wird. Viel Freude und Erfolg bei den zukünftigen Aufgaben! Procap bedankt sich herzlich bei Alex Fischer für sein langjähriges hohes Engagement mit sehr vielen politischen Erfolgen zum Wohle von Menschen mit Behinderungen in der Schweiz. Wir wünschen Alex Fischer für seine berufliche wie private Zukunft alles Gute!



World Winter Games Turin 2025

Die Special Olympics World Winter Games Turin 2025 finden vom 8. bis zum 15. März statt. Es ist das weltweit grösste Wintersportereignis für Menschen mit einer geistigen Behinderung. Mehr als 1500 Athlet*innen aus 102 Ländern treten in acht Disziplinen an: Ski alpin, Snowboard, Langlauf, Schneeschuhlauf, Unihockey, Eiskunstlauf, Shorttrack und Tanz.

In diesem Jahr wird Procap im Ski alpin stolz von Roman Simonin und Thomas Verga vertreten, zwei jungen Talenten der Procap-Skigruppe, die von Nicole Guélat trainiert werden. Im Schneeschuhlauf starteten Quentin Givel, Christophe Matthey, Loriane Raemy und Tony Siegenthaler. Diese Talente werden von Corinne Finger und Frank Studer betreut. Ihr Ziel: eine Medaille zu gewinnen und die Fahne der Schweiz und des persönlichen Erfolgs hochzuhalten. Wir drücken allen 39 Athlet*innen des Schweizer Teams die Daumen!

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.teamswitzerland2025.ch



Tickets für die UEFA Women's EURO 2025

Vom 2. bis 27. Juli 2025 findet die UEFA Women's EURO 2025 – die Fussball-Europameisterschaft der Frauen – in diversen Schweizer Städten statt. Für Menschen mit Behinderungen werden verschiedene barrierefreie Tickets zum Preis der günstigsten Kategorie des jeweiligen Spiels angeboten. Zudem kann zusätzlich ein kostenloser Platz für eine Begleitperson angefragt werden. Erhältlich sind Rollstuhlfahrer*innen-Tickets und Eintrittskarten für leicht zugängliche Plätze. Beim Kauf eines Tickets kann auch angegeben werden, ob ein Parkausweis benötigt wird.

Wie und unter welchen Bedingungen die Tickets gekauft werden können, ist auf der Website der UEFA zu erfahren: www.tinyurl.com/2p98w2kz

Titelbild

Anfänger*innen und Fortgeschrittene mit Kraft und Mut verbrachten die traditionelle Procap-Kletterwoche zusammen mit einem erfahrenen SAC-Team. 1:1 begleitet, wurden die Kletterwände der Hornfluh im Saanenland bestiegen.



Filmtournee mit dem Kleintheater Luzern

Im Jahr 2025 geht Procap Zentralschweiz zusammen mit dem Kleintheater Luzern mit dem Film «Alle inklusive – ein Kleintheater will mehr» auf Tournee. Der Dokumentarfilm zeigt, wo das Kleintheater in Bezug auf Inklusion steht, was es für mehr Inklusion im Kulturbetrieb braucht und wo die Herausforderungen liegen. Anschliessend an den Film findet jeweils eine kurze Podiumsdiskussion statt.

Zu den Tourdaten und weiteren Informationen:
procap-zentralschweiz.ch/veranstaltungen
 sowie kleintheater.ch



Über den Wert der unbezahlten Arbeit

Vereinssterben, unbesetzte Vorstandsposten, sinkendes Engagement – die Schlagzeilen zeichnen in Sachen Freiwilligenarbeit in der Regel ein düsteres Bild. Aber stimmt das wirklich?

Schliesslich engagieren sich bei Procap seit vielen Jahren rund 1000 freiwillige Helfer*innen auf vielfältige Weise ohne Entgelt oder mit einer Spesenentschädigung – wengleich es auch hier offene Posten gibt, die nur schwer zu besetzen sind. Andreas Müller, Leiter Themenschwerpunkt «Freiwilligenarbeit» bei der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft, hat mögliche Erklärungen für die Situation.

Text Cynthia Mira **Illustration** Midjourney **Foto** Andreas Müller

Geld regiert die Welt – ausser man leistet Freiwilligenarbeit. Schliesslich umfasst das Ehrenamt alle unbezahlten Tätigkeiten für Organisationen oder öffentliche Institutionen. Zudem fällt die Hilfeleistung für Personen, die nicht im gleichen Haushalt leben, darunter. 2020 haben laut Bundesamt für Statistik 41 Prozent der Schweizer Bevölkerung Freiwilligenarbeit geleistet, was etwa drei Millionen Menschen entspricht. Im Durchschnitt arbeiteten sie ohne Bezahlung 4,1 Stunden pro Woche.

Die Schweizerische Gemeinnützige Gesellschaft (SGG) erfasst diese Zahlen regelmässig. Seit 2007 veröffentlicht sie den Freiwilligen-

Monitor, der den Zustand des Engagements im Land aufzeigt. Besonders spannend: Die Daten sind bis in die kleinsten Bereiche aufgeteilt, sodass die Studie auch wertvolle Einblicke in die konkrete Freiwilligenarbeit für Menschen mit Behinderungen gibt. So zeigte sich in der letzten Studie, dass rund 20 Prozent der Bevölkerung Care-Arbeit leisten. Mit Care-Arbeit ist das freiwillige Engagement für Angehörige und Verwandte ausserhalb des eigenen Haushalts gemeint. Rund 1 Prozent gab an, 4,3 Stunden pro Woche für Menschen mit Behinderungen tätig zu sein, wobei 70 Prozent Frauen diese Arbeit übernehmen.



Andreas Müller, Leiter Themenschwerpunkt «Freiwilligenarbeit», bei der Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft (SGG).

Wandel statt Rückgang

Ein Vergleich der letzten beiden Erhebungen offenbart: Das Engagement in der Freiwilligenarbeit ist nicht per se rückläufig, sondern es verändert sich. «2020 nahm die Freiwilligenarbeit beispielsweise im Sportbereich ab, während sie im sozialen Bereich zunahm», sagt Andreas Müller. Er ist Leiter des Themenschwerpunktes «Freiwilligenarbeit» bei der SGG und betont die Wichtigkeit des Ehrenamtes für die direkte Demokratie. «Freiwilligenarbeit ist Ausdruck des sozialen Kitts – des Zusammenhalts in einer Gesellschaft.» Es stärke das soziale Kapital eines Landes, fördere Vertrauen und bekämpfe die Vereinsamung. «Studien zeigen, dass Menschen, die sich engagieren, anderen Menschen mehr vertrauen und sich weniger allein fühlen», so Müller.

Die Zahlen des letzten Freiwilligen-Monitors sind schon etwas älter, aber in diesem Jahr erscheint eine neue Ausgabe. Fest steht: Traditionelle Engagements wie Vorstandsämter verlieren an Attraktivität, während projektbezogene, zeitlich begrenzte Aufgaben zunehmend gefragt sind. Ein Hindernis für langfristiges Engagement ist somit die zeitliche Bindung. «Der Zeitgeist fordert Flexibilität und Freiheit, aber das Bedürfnis zu helfen ist weiterhin stark», so Müller. «Man hat Familie, Beruf, Hobbys und möchte eine gewisse Freiheit behalten. Diese Veränderung trifft nicht nur auf jüngere Generationen zu, wie es gerne heisst, sondern auch auf ältere Menschen.»

Warum engagieren sich Menschen freiwillig?

Das Potenzial der Freiwilligenarbeit ist insbesondere im sozialen Bereich noch gross. 40 Prozent der Befragten ohne früheres Engagement gaben an, in einer sozialen, karitativen, gemeinnützigen Organisation tätig sein zu wollen. Für 43 Prozent, die bereits ehrenamtlich tätig waren, galt dieser Wunsch ebenfalls. Rund 5000 Teilnehmer*innen füllten damals den Fragebogen der SGG vollständig aus. Der Freiwilligen-Monitor 2020 zeigt auch, dass vor allem der Beweggrund «Anderen helfen» bei der Care-Arbeit überwiegt. Zudem steht der Spass im Vordergrund.

Freiwilligenarbeit lässt sich generell in zwei Formen unterteilen: Formelle Freiwilligenarbeit findet in Organisationen oder gemeinnützigen Einrichtungen, wie etwa in sozialen Projekten oder im Sport statt. Informelle Freiwilligenarbeit schliesst die persönliche Hilfe, etwa Nachbarschaftshilfe oder die Betreuung von Angehörigen, mit ein. Hier ist besonders die Altersgruppe zwischen 60 und 74 Jahren aktiv. Die Motivation ist sozial orientiert, während bei der formellen Freiwilligenarbeit der Spass im Vordergrund steht. Bei beiden Formen liegt es den Engagierten aber am Herzen, anderen zu helfen oder etwas zurückzugeben. Ohne die wertvolle Hilfe dieser Personen wäre auch die Arbeit bei Procap nicht zu stemmen.

Der Freiwilligen-Monitor 2025 wird gerade für die Zeit während und nach der Pandemie weitere Erkenntnisse bringen, doch eines steht fest: Freiwilligenarbeit bleibt ein unverzichtbarer Bestandteil des gesellschaftlichen Zusammenhalts in der Schweiz.

Was bedeutet Freiwilligenarbeit bei Procap?

Text Cynthia Mira Foto Procap Schweiz

Sich neben Beruf und Familie unentgeltlich zu engagieren, hat in der Schweiz Tradition. Doch was bedeutet Freiwilligenarbeit bei Procap? Beim grössten Mitgliederverband für Menschen mit Behinderungen in der Schweiz können sich Einzelpersonen, Firmen oder Vereine auf vielfältige Weise engagieren. Das sind die Highlights:

- Reisebegleitungen (mit einer Spesenentschädigung)
- Sportliche Mithilfe in den Sektionen und Sportgruppen
- Firmenbasiertes Engagement (Corporate Volunteering)
- Freizeitbegleitungen und Mithilfe in den Sektionen
- Vorstandsmitglied in der Deutsch- und Westschweiz
- Freiwilliges Engagement in Form von Spenden

Ferienbegleiter*in bei Procap Reisen – Ferien mit Herz und Vielfalt

Seit 30 Jahren ermöglicht Procap Reisen Menschen mit Behinderungen unvergessliche Ferienerlebnisse. Das Angebot ist so vielfältig wie die Reisenden selbst: von abenteuerlichen Aktivferien über erholsame Badeferien und Städtereisen bis hin zu massgeschneiderten Traumreisen. All das wäre ohne freiwillige Helfer*innen gar nicht möglich. Zahlreiche betreute Ferienangebote werden jährlich mit viel Engagement und Herzblut organisiert. Dabei steht nicht nur das Reiseziel im Mittelpunkt, sondern auch das Gemeinschaftserlebnis und die individuellen Bedürfnisse der Gäste.

Unterstützt von erfahrenen Reiseleiter*innen und engagierten Ferienbegleiter*innen, die von Procap selbst geschult werden, geniessen die Reisenden unbeschwerte Tage voller neuer Eindrücke.

Procap sucht auch stets engagierte Freiwillige, die auf Basis einer Spesenentschädigung die Gäste während der Ferien unterstützen – von der Abreise bis zur Rückkehr. Ob für ein Wochenende oder eine Woche – der wertvolle Einsatz schenkt den Reisenden Erlebnisse, die sie nie vergessen werden. Ein Beispiel, wie diese Art der Freiwilligenarbeit aussieht, lesen Sie auch im Interview «Wir sind Procap» in diesem Magazin (Seite 12 und 13).

Dank euch: Gemeinsam stark seit vielen Jahren



«Liebe Engagierte

Mit eurem unermüdlichen Einsatz, eurer Zeit und eurer Leidenschaft bewirkt ihr Grosses. Ob an Sportanlässen, auf Reisen, in der Freizeit oder bei Projekten – ihr seid Vorbilder für Solidarität und Engagement. Besonders beeindruckend ist, dass viele von euch bereits seit Jahren dabei sind. Eure Ausdauer und Hingabe verdienen höchsten Respekt. Ihr zeigt, dass Freiwilligenarbeit nicht nur hilft, sondern auch verbindet, inspiriert und Spass bereitet. Im Namen aller, die von eurem Einsatz profitieren, und im Namen von Procap sagen wir: DANKE! Ihr macht den Unterschied – heute und jeden Tag.»

Helena Bigler, Leiterin Reisen und Sport

Eine Hommage an unsere Engagierten

Text Cynthia Mira Fotos Anja Galli, Lea Schacher, Micha Zeier

Lea Schacher (31)

Reiseleiterin bei Procap Reisen und Sport

Tätigkeit

«Ich habe 2016 angefangen, als Reiseleiterin zu arbeiten, und war bisher neunmal für Gruppenangebote in der Schweiz im Einsatz.»

Motivation

«Ich finde es schön, neue Menschen kennenzulernen und schöne Erinnerungen zu schaffen. Der Alltag der Teilnehmer*innen ist oft fremdbestimmt, und ihre Möglichkeiten sind häufig eingeschränkt. Es bereitet mir Freude, ihnen eine Auszeit zu ermöglichen, ein individuelles Programm zu bieten und zu sehen, wie sie im Verlauf der Reise aufblühen. Ich nehme jedes Mal einen Koffer voller spannender Gespräche und unvergesslicher Erlebnisse mit nach Hause.»

Erfahrung/Anekdote

«Einmal durfte ich eine Frau auf einer Reise begrüßen, die bisher kaum ein Gruppenangebot bis zum Ende besuchen konnte. Es war mir wichtig, ihr eine positive Erfahrung zu ermöglichen. Dank Gesprächen und schönen, aber auch schwierigen Momenten entstand ein gegenseitiges Vertrauen. Am letzten Abend haben wir bei einem Getränk gequatscht, Billard gespielt und sie strahlte über beide Ohren. Genau darum geht es doch! Später bekam ich eine Karte von ihr und ihren Eltern voller Dankbarkeit und Freude – einfach nur schön!»



Micha Zeier (39)

Reiseleiter bei
Procap Reisen und Sport

Tätigkeit

«Ich bin seit 2013 bei Procap Reisen aktiv. Zuerst ein Jahr als Begleitperson, anschliessend als Reiseleiter. Mittlerweile habe ich über zehn Reisen geleitet. Die meisten Reisen waren in der Schweiz, einige in anderen europäischen Ländern. Besonders gerne plane ich Wanderwochen, denn beim Wandern ist für alle etwas dabei: beeindruckende Natur, sportliche Herausforderungen, geselliges Beisammensein und tiefgründige Gespräche.»

Motivation

«Ich schätze es sehr, mit unterschiedlichen Menschen unterwegs zu sein, Orte zu entdecken und einander kennenzulernen. Es beeindruckt mich immer wieder, wie Menschen, die sich vorher nicht kannten, innerhalb einer Woche zu einer Gemeinschaft zusammenwachsen. Procap Reisen gibt uns Reiseleiter*innen viel Raum für eigene Ideen und Kreativität – das schätze ich sehr.»

Erfahrung/Anekdote

«Die schönsten Momente entstehen oft spontan. Einmal kehrten wir in einer Berghütte ein. Wir waren allein, und jemand aus der Gruppe begann plötzlich, zur Musik aus dem Radio zu tanzen. Es war so ansteckend, dass am Ende fast die ganze Gruppe mitgemacht, getanzt und gelacht hat. Solche Momente bleiben in lebhafter Erinnerung!»



Anja Galli (49)

Sportgruppe Procap Sport
Burgdorf (Vorstandsmitglied
und ehemalige Präsidentin)

Tätigkeit

«Ich bin seit fast 25 Jahren dabei, pro Jahr sind es rund 48 Lektionen. Highlights sind die Wettkämpfe und Anlässe wie die Procap-Bewegungstage in Tenero. Offiziell bin ich seit 2000 Mitglied, damals im Alter von 25 Jahren. Da meine Mutter Leiterin war, hatte ich schon als Kind Kontakt zur Gruppe und half bei Anlässen mit. 2001 habe ich die Ausbildung zur Sportleiterin im Schwimmen abgeschlossen, 2011 folgte das Polysport-Modul. Unser Leiterteam besteht aus vier Leiter*innen, zwei Assistent*innen und drei Helfer*innen. Ich leite das Turnen mit 27 Teilnehmer*innen und das Schwimmen mit 20.»

Motivation

«Die Sportgruppe bedeutet für mich Spass, Freude und Abschalten. Es ist wie eine heile Welt ohne Kräfteressen oder Schubladendenken. Obwohl ich viel Zeit investiere, bekomme ich immer mehr zurück. Es ist eine Herzensaufgabe.»

Erfahrung/Anekdote

«Ein schönes Erlebnis ist, wenn ich nach den Ferien die Turnhalle betrete und alle spontan klatschen, weil sie sich so freuen, mich wiederzusehen. Das macht mich einfach glücklich!»





WIR SIND PROCAP

«Willst du Dankbarkeit erleben, dann reise mit Procap»

Max Tröhler

(*1961) lebt dort, wo sich Fuchs und Hase für gewöhnlich Gute Nacht sagen – auf einem idyllischen Bauernhof in Oberwangen BE. Gemeinsam mit seiner Frau hat er drei Töchter, die mittlerweile erwachsen sind. Wenn er sich nicht gerade um Tausende Hühner, Ackerbau oder seinen Wald kümmert, liebt er das Reisen. Sein Hobby brachte ihn auf die Idee der Freiwilligenarbeit als Reisebegleiter bei Procap.

Interview Cynthia Mira **Fotos** Markus Schneeberger, Procap Schweiz

Procap: Max, weisst du ungefähr, wie viele Reisen du schon für Procap begleitet hast?

Max Tröhler: Ich bin vor etwa zwölf Jahren beim Verband eingestiegen. Pro Jahr begleite ich zwei bis drei Reisen. Insgesamt dürften es inzwischen rund zwanzig Reisen sein.

Warum fiel damals deine Wahl auf Procap? Was hat dich überzeugt?

Ich hatte damals beruflich und privat mehr Freizeit und wollte etwas Neues machen, etwas im Bereich Reisen und Begleitung. Durch Zufall bin ich im Internet auf Procap gestossen und dachte, das ist genau das, was ich will. Meine erste Reise habe ich dann in der Schweiz unternommen.

Reist du auch privat, oder machst du hauptsächlich die Procap-Reisen?

Ich reise auch privat oft. Dieses Jahr war ich beispielsweise mit alten Schulkollegen in Kuba, dann mit meiner Frau in Albanien und dreimal in Spanien. Reisen bedeutet mir generell sehr viel. Ich muss es aber auch nicht auf die Spitze treiben.

Was motiviert dich, freiwillig zu arbeiten?

Es ist die Kombination aus Reisen, Menschen und Gemeinschaft. Ich bin ein absoluter Gruppenmensch. Wir geben immer Gas, und mir ist es wichtig, dass sich die Gäste wohlfühlen. Sie zahlen viel Geld für ihre Ferien; es sollen nie 08/15-Ferien werden. Deshalb müssen die Reisen gut organisiert sein und Spass machen. Kommunikation, Humor und Menschlichkeit sind dabei essenziell.

Gibt es ein besonderes Erlebnis, das dir in Erinnerung geblieben ist?

Oh, davon gibt es sehr viele. Gerade letztes Jahr in Antalya waren wir eine sehr gemischte Gruppe mit Menschen in Rollstühlen und auch einer Person mit einer Sehbehinderung. An einem Abend war Disco angesagt, und ich habe die Leute auf die Tanzfläche motiviert. Am Ende waren alle am Tanzen, der Blindenstock wurde in einer Ecke deponiert. Mein Kollege fragte mich, wie ich das gemacht hätte. Ich glaube, es geht darum, direkt auf die Menschen zuzugehen und sie so zu begeistern, dass sie sich mitreissen lassen.



Einzigartige Erlebnisse in weiter Ferne – dank den organisierten Gruppenreisen von Procap ist dies seit 30 Jahren möglich. Hier im Bild ging es für Max Tröhler (Vierter von rechts) und die Reisefans beispielsweise nach Südafrika.

Ist das eine Fähigkeit, die du schon immer hattest, oder hast du das durch die Freiwilligenarbeit gelernt?

Beides. Man lernt ständig dazu, vor allem im Umgang mit neuen Situationen und unterschiedlichen Menschen. Ich sage immer, jede Reise mit Procap ist ein Abenteuer, weil man nie genau weiss, wie die Gruppe zusammengesetzt ist und was einen erwartet.

Gab es auch schon herausfordernde Situationen?

Klar. Zum Beispiel hatten wir mal einen Gast mit epileptischen Anfällen. Auf einer anderen Reise kam es zu Ähnlichem, weil die Institutionen manchmal falsche Einschätzungen abgeben. Das kann für das Team herausfordernd sein, besonders wenn jemand viel mehr Betreuung braucht, als angegeben wurde. Solche Situationen erfordern Flexibilität und Teamarbeit.

Hast du vor Procap schon Erfahrungen in der Begleitung von Menschen mit Behinderungen gesammelt?

Auf unserem Hof lebte und arbeitete jahrelang ein Mann mit einer Beeinträchtigung. Er konnte vieles, aber manches fiel ihm schwer. Er war über 60 Jahre lang mit uns zusammen und lebt mittlerweile in einem Altersheim. Durch ihn habe ich viel gelernt. Ich begegne aber generell allen Menschen unvoreingenommen, ob mit oder ohne Einschränkungen.

Und wie nimmst du Procap wahr?

Procap leistet seit Jahren eine tolle Arbeit im Reisebereich. Das erfordert viel Organisation und Know-how. Ich denke aber, dass ein Angebot in

dieser Form nur in einem wohlhabenden Land wie der Schweiz möglich ist. Als Freiwilliger verdiene ich zwar unter dem Strich nichts, das ist auch nicht der Sinn. Für mich ist die Reise mit dem Spesenbeitrag in der Regel ein Nullsummenspiel. Aber der Aufwand für die organisierten Reisen ist nicht zu unterschätzen.

Wie hat diese Freiwilligenarbeit dein Leben bereichert?

Es bringt Flexibilität und Weitsicht. Zudem erlebt man von den Gästen eine Dankbarkeit, die sonst selten ist. Die Menschen kommen aus ihrem Alltag heraus, erleben Neues und schätzen das sehr.

Gibt es ein Reiseziel, das du unbedingt noch sehen willst?

Südamerika wäre spannend, vor allem wegen der Landschaft. Ich mag es, Neues zu entdecken. Ich bin keiner, der jedes Jahr ins gleiche Hotel oder an den gleichen Ort fährt.

Was würdest du Menschen raten, die sich für diese Freiwilligenarbeit interessieren?

Man sollte Offenheit mitbringen, auch zurückstehen können und Freude daran haben, mit Menschen unterwegs zu sein. Eine gewisse Flexibilität ist zwingend, um sich auf unvorhersehbare Situationen einzulassen.

Gibt es ein abschliessendes Zitat, das deine Erfahrung zusammenfasst?

Wenn du Dankbarkeit erleben willst, dann reise mit Procap. Die Gäste sind unheimlich dankbar, weil sie Dinge erleben, die für sie nicht selbstverständlich sind. Das macht diese Arbeit so besonders.

RotoBed®

Wir haben den Dreh raus

Ermöglicht vereinfachtes und/oder selbständiges Aufstehen



HEIMELIG
BETTEN

Das Pflegebett für daheim



heimelig betten AG

Einfangstrasse 9 · CH-8575 Bürglen · T 071 672 70 80
heimelig.ch · info@heimelig.ch

HÖGG
LIFTSYSTEME

ST. GALLEN

☎ 071 987 66 80

LAUSANNE

☎ 021 800 06 91

BERN

☎ 033 439 41 41

TREPPENLIFTE

ROLLSTUHLLIFTE
SITZLIFTE
AUFZÜGE



www.hoegglift.ch

*Die Lift-
Experten*

5 JAHRE GARANTIE

Nilmo
Zip and go



 **BILLY**

**Funktional
und stylisch
ZIP-SCHUHE**

- Mühelos anziehen
- Für Kinder und Erwachsene
- Mit und ohne Hilfsmittel geeignet
- Verschiedene Weiten verfügbar
- Ab Schweizer Lager



www.nilmo.ch

+41 76 720 00 47



 **rigert**
EBNET DEN WEG

*Freunde können nicht immer da sein, um zu helfen.
Ein Plattformlift von Rigert hingegen schon.*



Kostenlose Beratung

☎ **041 854 20 10**

oder siehe www.rigert.ch

Testen Sie unsere Treppen- & Plattformlifte in unserem Showroom in Küsnacht am Rigi oder in Oensingen (SAHB)



Jodok
Strittmatter
Jurist

Ich möchte mich von einer Spitexorganisation für die Pflege meines Kindes anstellen lassen. Was muss ich beachten?

Die Pflege von Angehörigen hat in den letzten Jahren einige Veränderungen – vor allem Verbesserungen – erfahren. Die Anstellung von Angehörigen bei der Spitex kann für pflegebedürftige Erwachsene und Kinder eine gute Option sein. Nun hat das Bundesgericht in einem wegweisenden Entscheid weitere Verbesserungen eingeführt.

Die Finanzierung der Pflege und Betreuung ist in der Schweiz in mehreren Gesetzen geregelt und dadurch eine Herausforderung. In der Pflege wird zwischen Behandlungs- und Grundpflege unterschieden. Die Behandlungspflege wird auf ärztliche Anordnung durch Pflegefachleute erbracht. Als Grundpflege gelten hingegen einfachere pflegerische Tätigkeiten, die der grundlegenden Versorgung dienen.

Wer nicht über eine pflegerische Ausbildung verfügt, kann nur für die Grundpflege entschädigt werden. Mit dem Lohn der Spitexorganisation sind Sie sozialversicherungsrechtlich abgesichert (AHV, IV, EO, ALV) und erhalten ab acht Wochenstunden Arbeitszeit auch eine Unfallversicherung. Die Lohnkosten werden über die Krankenkasse abgerechnet. Der Lohn ist als Einkommen zu versteuern.

Auswirkungen auf IV-Leistungen

Die Abrechnung der Pflegekosten der Grundpflege erfolgt über die

Krankenkasse. Dies hat aber Auswirkungen auf die Leistungen der IV.

Eine Anstellung von Angehörigen durch Spitexorganisationen reduziert die folgenden Leistungen der IV:

- Die von Angehörigen mit professioneller Pflegeausbildung erbrachten Behandlungspflegeleistungen werden in der Berechnung des Mehraufwands für den Intensivpflegezusatz (IPZ) abgezogen. Es muss mit einer Herabstufung gerechnet werden, allenfalls fällt dadurch der Zugang zum Assistenzbeitrag weg. Die Grundpflegeleistungen sollten beim IPZ nicht abgezogen werden.
- Die vergütete Zeit für die Grundpflege wird vom Assistenzbeitrag abgezogen.

Im Oktober 2024 hat das Bundesgericht entschieden, dass der Lohn, den die Krankenkasse bezahlt, nicht mehr um einen Anteil der Hilflosenentschädigung gekürzt werden darf.

Eine Anstellung bei einer Spitexorganisation für die Pflege einer angehörigen Person muss der IV selbstständig mitgeteilt werden (Meldepflicht). Bedenken Sie vor einer Anstellung auch, dass eine externe Pflege emotionale und zeitliche Entlastung bedeuten kann, die verloren geht.

Beratung notwendig

Ob die Vor- oder Nachteile einer Anstellung überwiegen, muss auch nach dem Bundesgerichtsurteil vom Oktober 2024 noch im Einzelfall abgeklärt und abgewogen werden. Wir raten Ihnen daher, vor einer Anstellung eine Beratung in Anspruch zu nehmen, um die Risiken und Chancen abzuklären.

Lesen Sie auch die Merkblätter auf der Procap-Webseite, insbesondere zum Leben zu Hause:
procap.ch/publikationen/lebenzuhaus

Reisen ohne Hürden: 30 Jahre gelebte Inklusion

Seit drei Jahrzehnten organisiert Procap Reisen barrierefreie Ferienangebote im In- und Ausland – ein Meilenstein, der mit einer bewegenden Jubiläumsfeier in Olten gefeiert wurde. Freiwillige, Spender*innen und das Procap-Team blickten dabei nicht nur auf Erfolge, sondern auch auf die kommenden Herausforderungen. Für beste Unterhaltung sorgte der Weltenbummler Andreas Pröve, der seit Jahren im Rollstuhl die Grenzen des Machbaren verschiebt.

Text Cynthia Mira Foto Markus Schneeberger



Weltenbummler Andreas Pröve hat eine Vorrichtung für seinen Rollstuhl erfunden, um auf Reisen die Reifen schneller auszuwechseln.

In der Schützi begeisterte Pröve mit spektakulären Bildern und lustigen Anekdoten aus seinem Abenteuerleben. Während rund anderthalb Stunden zeigte er, wie er in seinem Rollstuhl die Welt erobert – oft auf Wegen, die selbst ohne Einschränkungen mutig sind. Auch seine Sherpas, die ihn über unwegsames Gelände begleiteten, konnten nicht glauben, zu welchen Höchstleistungen er sie brachte.

Besonders eindrucksvoll berichtete Pröve von Myanmar, wo er bewegende Momente der Menschlichkeit und Hilfsbereitschaft erlebte. Auch kulinarisch kennt der Lebenskünstler, der in Deutschland lebt, keine Grenzen. Das bewies er etwa mit dem Verzehr einer frittierten Vogelspinne. Sein Auftritt wurde mit lang anhaltendem Applaus gewürdigt.

«Seine Erlebnisse zeigen, was Selbstbestimmung auf Reisen wirklich bedeutet», sagte Sabina Schwyter-Küffer, Geschäftsführerin von Procap, gerührt. Und: Sie freue sich, diesen Abend mit so vielen engagierten Menschen teilen zu dürfen. Procap-Präsident Laurent Duvanel betonte in seiner Rede die immense Bedeutung der Freiwilligenarbeit und sorgte mit seinen Hosenträgern in Form zweier Krawatten für Erheiterung.

Das 30-jährige Bestehen von Procap Reisen ist mehr als nur ein Grund zum Feiern. Die Abteilung hat sich in der Schweiz zur gefragtesten Anlaufstelle für barrierefreies Reisen entwickelt – die Nachfrage übersteigt mittlerweile das Angebot. Helena Bigler leitet das Angebot seit Anbeginn und dankte dem Team für seinen unermüdlichen Einsatz: «Ohne unsere Mitarbeitenden wäre dieser Weg nicht möglich gewesen.» Mit Blick auf Andreas Pröve ergänzte sie: «Er hat uns gezeigt, wie wir mit Hilfsmitteln und Mut barrierefreies Reisen weiter vorantreiben können.» Das alles, was Procap mit den begleitenden Reisen leiste, sei gelebte Inklusion.

Lebensqualität dank Mobilität.

Ein Fahrzeug muss sich an Sie und Ihre Bedürfnisse anpassen – nicht umgekehrt. Unsere Umbauten nach Mass werden seit 1978 in unserer Werkstatt in Bergdietikon gefertigt.



Rollstuhlverladehilfe

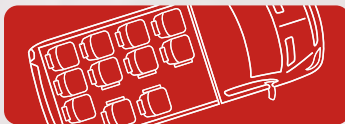


Ein- und Aussteigehilfen



UMBAU FÜR
DIVERSE
AUTOMARKEN
MÖGLICH

FAHRZEUGAUSBAU
WALDSPURGER



BEWÄHRT UND INNOVATIV

Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen. Wir beraten Sie gern.

044 743 80 40 • waldspurger.ch

RolliPro™

Die clevere Lösung für Menschen mit Mobilitätseinschränkung.

Fernweh? Lust auf Reisen oder Sehnsucht nach Ferien?



Das Team von Procap Reisen und Sport: Seit 30 Jahren spezialisiert auf barrierefreie Ferien, Sport- und Freizeitangebote.



Wir beraten Sie gerne.
www.procap-reisen.ch
062 206 88 30

procap
Für Menschen mit Handicap.
Ohne Wenn und Aber.

Stannah



Ihr Zuhause, Ihre Freiheit.

Stannah hat die ideale Liftlösung, um jeden Teil Ihres Zuhauses zu erreichen. Unsere Treppenlifte, Homelifte, Plattformlifte und Badewannenlifte bieten Sicherheit und Vertrauen.

99 % unserer Kunden haben ihr Leben dank Stannah verändert. Vertrauen Sie uns, wenn es darum geht, wieder Gemütlichkeit in Ihr Zuhause zu bringen.

Rufen Sie Stannah noch heute an, um eine kostenlose Offerte zu erhalten.

Deutsch
044 512 52 27

sales@stannah.ch
www.stannah.com

Italienisch
091 210 72 44

Französisch
021 510 78 90



Stannah, verändert Ihr Leben.

Hirnstoff

histor. Gebäude in Náfels	getrocknete Traube	ugs. sowieso	Albernheiten	helles engl. Bier	Hautverfärbung	schweiz. Buchfigur (2 W.)	Salzbrühe zum Pökeln	Medikamente gg. Bakterien	Band: The Rolling ...	berühmt. Persönlichkeit	süßes Gebäck	Vorfahr, Stammvater	Spielfeld b. Hornussen
→	↻ 3	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↻ 2	↘
↘				Wasservogel, Teichhühner		frz.: lange Hose						ugs. für Scherz, Jux	
Hülsenfrucht		letzter Aztekenkönig		Schriftleiter, Journalist	↻ 1					langhaariges Lama d. Anden	pro Einheit		
Nachbildung, Fälschung	↘					besitzanzeig. Fürwort (1. Pers.)				einer der 3 Musketiere			
frz. Verneinung	↘			frz. Artikel		regional. Sprachvariante	frz.: schön (weibl.)				schweiz. Moderatorin (Steffi)		rügend erinnern
↘	↻ 5		Waadtländer Wintersportort		Marderart					Ziergrasfläche	Knallgeräusch i. Comic		
weil	Geheimgerichte		eh. Tennisspieler (Ivan)	↻ 4			grosse Siedlung	schweiz. Schokoladeriegel		↻ 6			
den Boden schrubben	↘				verbrauchte Luft		gebrat. Fleischstück				engl.: Katze	lat.: ich	
Abk.: Einzelzimmer	↘		Wellnesseinrichtung		schweiz. Zirkus		↻ 8		Gegenstände, Dinge				
Erfordernis, Zwang	↘				kurz für: in dem	↻ 7	künstl. Nacktdarstellungen				Wasserlebewesen Ez.		
brit. Weltreich (Kw.)	↘					CH-Ministerium			Staatsvolk				
oriental. Brot	↘			nicht hier, weg				1	2	3	4	5	6
												7	8

Sudoku

Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun 3x3-Blöcke nur ein Mal vorkommen.

Einfach

				8	2	9	5	
2	1		9				3	
9				3	6			
1		9					7	
8		7				2		3
	4					6		1
			4	2				5
	8				1		2	4
	2	3	8	5				

Mittel

			3					
4	9						2	
			8	7	9			1
1	4				8	3		
	6							5
		2	6				7	1
	2		7	1	3			
		1					6	3
					6			

Alle Lösungen finden Sie auf Seite 23.

Entdecken Sie das Kursprogramm 2025 von Procap

Text Ariane Tripet Bild Procap Schweiz

Wir freuen uns, Ihnen das neue Kursangebot 2025 vorzustellen. Die vielfältigen Schulungen verfolgen alle dasselbe Ziel: Menschen mit Behinderungen dabei zu unterstützen, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln und selbstständiger zu werden. 2024 waren unsere Kurse in der Deutschschweiz ein grosser Erfolg. In diesem Jahr hoffen wir, noch mehr Teilnehmende in der Romandie begrüßen zu dürfen.

Kurse, die auf Sie zugeschnitten sind

Bei Procap legen wir Wert darauf, dass sich jede und jeder willkommen und wohl fühlt – unabhängig vom individuellen Hintergrund. Wir wissen, dass jede Person einzigartig ist, und gestalten unsere Kurse so, dass sie auf spezifische Bedürfnisse eingehen.

Eine kostenlose Chance für alle Mitglieder

Die Kurse sind für Mitglieder, Mitarbeitende, Freiwillige der Sektionen und für Personen, die an Sensibilisierungsprojekten mitwirken, kostenlos. Entdecken Sie die Schulungen, die Ihnen helfen, in einer beitragenden und inklusiven Umgebung zu lernen und zu wachsen!

Erfahrungsbericht einer Teilnehmerin

«Dieser Kurs hat mir viel gebracht. Ich habe gelernt, vor Publikum aufzutreten, und habe Tipps bekommen, um Stress zu reduzieren. Ich weiss jetzt, wie ich innert Kürze eine Rede vorbereiten kann, und fokussiere mich dabei nur noch auf das Wesentliche. Jetzt spreche ich ohne Stottern und mit mehr Selbstbewusstsein vor anderen Menschen. Ich habe mein Vertrauen und meine innere Ruhe wiedergefunden. Vielen Dank!»

Adèle Siniremera, aktives Mitglied, Teilnehmerin des Kurses «Rhetorik und Auftrittskompetenz»



Kursprogramm
Procap Schweiz 2025

procap
Für Menschen mit Handicap.
Ohne Wenn und Aber.

Kursprogramm 2025 für aktive Procap-Mitglieder und Menschen mit Behinderungen

- Anti-Bias-Bildung (zweiteilig), 25. März 2025 und 15. April 2025
- Die Kunst des Feedbacks, 24. April 2025
- Rhetorik und Auftrittskompetenz, 13. Mai 2025
- Verhandlungsführung, 20. Mai 2025
- Selbstbestimmt leben: Empowerment für Menschen mit Behinderungen, 04. September 2025 und 30. Oktober 2025
- Wie kommuniziere ich, 11. September 2025
- Grenzen und Übergriffe, 22. September 2025

Reservieren Sie jetzt Ihren Platz unter www.procap.ch/kurse2025 oder kontaktieren Sie uns unter 032 322 84 86.

Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Kursen willkommen zu heissen!
Procap Bildung und Sensibilisierung

Olivia Roth, Jhon Wirz und Patrizia Hirschi hatten Spass am Set: Das Video für das Crowdfunding wurde mit ihnen als Freiwillige umgesetzt.



Drei Protagonist*innen, ein Herzensprojekt: Barrierefreie Partys

Procap unterstützt seit Jahren die Organisation von barrierefreien LaVIVA-Partys in bekannten Schweizer Clubs. Ein Crowdfunding-Projekt soll diese Events nun noch in weiteren Veranstaltungsorten ermöglichen. Das bewegende Kampagnenvideo dazu zeigt: Hier geht es um weit mehr als Partys – nämlich um Inklusion, Begegnung und Lebensfreude. Ein Blick hinter die Kulissen.

Text Cynthia Mira **Fotos** Fundpark, Jan Hürzeler

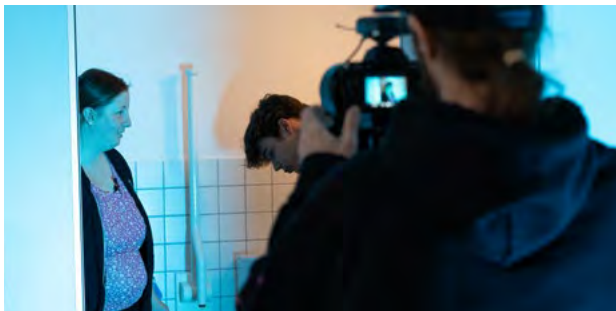
Eine ausgelassene Party, bei der alle mitfeiern können – das klingt selbstverständlich, ist es aber für viele Menschen mit Behinderungen nicht. Zu oft scheitert der Zugang bereits an Treppenstufen, zu schmalen Türen oder einer fehlenden barrierefreien Toilette. Solche Überraschungen gibt es an den LaVIVA-Partys, die zum Beispiel im Labor5 in Zürich oder im Südpol in Luzern regelmässig stattfinden, nicht.

Ob im Rollstuhl, mit Gehhilfen oder mit sensorischen Einschränkungen – die Gäste können feiern, ohne sich Gedanken über Barrieren zu machen. Die gesamte Infrastruktur ist rollstuhlgängig, und auch die Lichtshow wird den besonderen Bedürfnissen der LaVIVA-Partybesucher*innen angepasst.

Emotionale Einblicke:

Das Crowdfunding-Video

Um dieses Angebot auszuweiten, startete Procap im Februar mit einem Crowdfunding-Projekt. Für die Kampagne wurde ein Video mit drei Freiwilligen gedreht, die die LaVIVA-Partys gerne als Gäste besuchen. Die Idee ist, mit dem gesammelten Geld neue Veranstaltungsorte zu erschliessen und die Events so zu planen, dass sie noch mehr Menschen zugänglich gemacht werden können. So wird Inklusion gefördert, denn die Partys ermöglichen es Menschen mit und ohne Behinderungen, gemeinsam zu tanzen und das Leben zu feiern.



Die Firma Fundpark übernahm unter anderem für Procap den Dreh. Das Team aus Olten ist auf die Umsetzung von Crowdfunding-Projekten spezialisiert.

Das sagen die drei Protagonist*innen, die im Video zu sehen sind, über die LaVIVA-Partys:

Jhon Wirz (27): «LaVIVA bedeutet für mich nicht nur einfach Party und Tanzen, sondern auch, Menschen mit Behinderungen in die Gesellschaft zu integrieren und sie spüren zu lassen, dass wir alle im gleichen Boot sitzen.»

Patrizia Hirschi (35): «Ich freue mich immer, an den LaVIVA-Partys Freunde zu treffen, die ich schon lange nicht mehr gesehen habe.»

Olivia Roth (26): «Ich kann an diesen Events Spass haben und neue Menschen kennenlernen, das ist super.»



René Sittig (47) aus Kriens LU begleitet die Partys als Dj Threnie seit vielen Jahren.

Jetzt unterstützen und Teil der Bewegung werden

Machen Sie jetzt mit! Unterstützen Sie unser Crowdfunding für die LaVIVA-Partys – jeder Beitrag zählt! Teilen Sie den Link oder den QR-Code gerne mit Ihren Freunden und Bekannten und helfen Sie so mit, dass das Crowdfunding ein Erfolg wird. Unterstützen Sie die Kampagne mit einer Geldspende und erhalten Sie im Gegenzug je nach Höhe der Spende eine kleine Belohnung.

Das sind die Goodies:

Virtuelles Cheers – CHF 10.-

Symbolisches Anstossen mit einem virtuellen Getränk

Der Stimmungsmacher – CHF 50.-

Eine Grusskarte als Dankeschön

LaVIVA Groove Master – CHF 100.-

Ein stilvoller LaVIVA-Button

Dancing Star – CHF 250.-

Hochwertige Ehrenurkunde mit der Aufschrift «LaVIVA Dancing Star»

LaVIVA Legend – CHF 500.-

Ultimative Anerkennung: Discokugel mit Ihrem Namen



Lob der Freiwilligenarbeit



Laurent Duvanel
Präsident Procap Schweiz

In jedem Alter – ob mit 20, 40, 60 oder 80 Jahren – drängt die menschliche Natur uns instinktiv zur Zusammenarbeit. Diese universelle Tendenz ist der Kitt unserer Gesellschaft: Sie gibt Impulse, schafft Bindungen und stärkt gemeinsame Projekte. Nehmen wir ein lebenswichtiges Bedürfnis: das Essen. Hinter einem einfachen Stück Brot verbirgt sich eine Kette der Zusammenarbeit zwischen Bauer, Müller und Bäcker. Kurz gesagt: Es lohnt sich, im Team zu arbeiten. Die Freiwilligenarbeit ist eine uneigennützigte Zusammenarbeit, eine Solidarität, die aus Mitgefühl entsteht. Bei Procap sprechen wir von Hilfe zur Selbsthilfe. Dieser Pfeiler unserer Organisation stützt sich auf die Fähigkeiten, die Erfahrung und das Engagement unserer Freiwilligen. Natürlich beschäftigen wir auch Mitarbeiter*innen mit Fachwissen in Bereichen wie Reisen, Recht, IT oder Finanzen, aber wir brauchen auch die unschätzbare und unersetzliche Kraft, die Energie der Freiwilligen. Sie sind es, die den Charakter des Systems der Selbsthilfe ausmachen. Ob bei Ausflügen, Reisen, Sportveranstaltungen oder auch bei Sitzungen und Versammlungen: Freiwillige sind der unverzichtbare Bestandteil, der die Aktivitäten von Procap wachsen und gedeihen lässt. Und dank ihnen kann Procap die Unterstützung für Menschen mit Behinderungen weiter verbessern. An alle Freiwilligen ein riesiges Dankeschön für die Zeit, die ihr so grosszügig schenkt.

Mit dieser Hommage an den guten Willen unserer Freiwilligen unterschreibe ich meine letzte Kolumne. Das Magazin entwickelt sich weiter, und ich überlasse anderen Stimmen von Procap das Wort!

Jeder Franken zählt: Sie können Procap auch mit einer Spende unterstützen.

Impressum

Herausgeberin Procap Schweiz **Auflage** 25 800 (total), 21 100 (deutsch), erscheint vierteljährlich **Verlag und Redaktion** Procap Magazin, Froburgstrasse 4, 4600 Olten, Tel. 062 206 88 88, info@procap.ch, www.procap.ch **Spendenkonto** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Projektleitung** Markus Spielmann, Corinne Vonaesch **Redaktion** Miriam Hürlimann, Cynthia Mira, Ariane Tripet **Mitarbeit in dieser Nummer** Laurent Duvanel, Jan Hürzeler, Markus Schneeberger, Sabina Schwyter-Küffer, Jodok Strittmatter **Titelbild** Procap Schweiz **Konzept und Layout** Corinne Vonaesch **Korrektorat** db Korrektorat, Bern **Inseratverwaltung** Procap Schweiz Anzeigenmarketing, Larissa Spielmann, Telefon 062 206 88 04, E-Mail: larissa.spielmann@procap.ch **Druck und Versand** Stämpfli AG, Bern **Adressänderungen** bitte Ihrer Sektion melden oder an Procap in Olten, Telefon 062 206 88 88 **Abonnemente** Jahresabonnement für Nichtmitglieder Schweiz CHF 20.-, Ausland CHF 40.-, ISSN 1664-4603 **Redaktionsschluss** für Nr. 2/2025: 7. April 2025, erscheint am 2. Juni 2025.

Jetzt mit TWINT spenden!

 QR-Code mit der TWINT App scannen

 Betrag und Spende bestätigen





Swiss-Trac Kurs: 10.5.2025

1. Swiss-Trac Tour: 28.6.2025

2. Swiss-Trac Tour: 30.8.2025

Anmeldung: spv.ch



Schneller unterwegs mit dem Modell SWT-1S.



SWISS-TRAC®

Händler finden und Probefahren: www.swisstrac.ch

Auflösung von Hirnstoff

Der Rätselaufgaben von Seite 18.

■ ■ ■ ■ A ■ ■ ■ P ■ ■ ■ S ■ ■ A ■ ■
 F R E U L E R P A L A S T ■ T H U R
 B O H N E ■ O ■ P A N T A L O N ■ I
 ■ S ■ S ■ R E D A K T O R ■ R ■ J E
 ■ I M I T A T ■ M E I N ■ A T H O S
 ■ N O N ■ L E ■ O ■ B E L L E ■ K ■
 D E N N ■ L ■ I L T I S ■ P ■ B U M
 ■ ■ T ■ L E N D L ■ O ■ R A G U S A
 ■ F E G E N ■ I ■ S T E A K ■ C ■ H
 ■ E Z ■ Y ■ M O N T I ■ S A C H E N
 ■ M U S S ■ I M ■ A K T E ■ A L G E
 ■ E M P I R E ■ E D A ■ N A T I O N
 ■ N A A N ■ F O R T

EHRENAMT

Sudoku

3	7	4	1	8	2	9	5	6
2	1	6	9	4	5	8	3	7
9	5	8	7	3	6	4	1	2
1	3	9	2	6	4	5	7	8
8	6	7	5	1	9	2	4	3
5	4	2	3	7	8	6	9	1
6	9	1	4	2	3	7	8	5
7	8	5	6	9	1	3	2	4
4	2	3	8	5	7	1	6	9

7	1	6	3	4	2	5	8	9
4	9	8	5	6	1	2	3	7
2	5	3	8	7	9	6	1	4
1	4	7	2	5	8	3	9	6
8	6	9	1	3	7	4	5	2
5	3	2	6	9	4	8	7	1
6	2	5	7	1	3	9	4	8
9	8	1	4	2	5	7	6	3
3	7	4	9	8	6	1	2	5

FERIENTESTER*IN GESUCHT!

Die Schweizer Jugendherbergen sind bekannt für Nachhaltigkeit, Begegnungen und unvergessliche Erlebnisse. Von insgesamt 50 Hostels sind 25 hindernisfrei und 9 weitere bedingt hindernisfrei.

Als Procap-Mitglied hast du die Chance, eine davon zu testen - bewirb dich für einen kostenfreien Ferientest!



**HIER GEHT ES ZU
DEN DETAILS UND
ZUR ANMELDUNG**

Anmeldeschluss: 30. April 2025



Mehr erfahren über
hindernisfreie Unterkünfte