

# Informationsblatt

1/2023



**Vereinigung Cerebral Bern**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Editorial</b>	<b>1</b>
<b>Ein Meilenstein ist geschafft!</b>	<b>3</b>
<b>Powerchairhockey</b>	<b>5</b>
<b>Erfahrungsbericht über die Reittherapie</b>	<b>8</b>
<b>Marktplatz</b>	<b>10</b>
<b>Erfolg mit Glück</b>	<b>11</b>
<b>Solbad Schönbühl mit Pizzaessen</b>	<b>12</b>
<b>«mitenand – fürenand»</b>	<b>13</b>
<b>Die aktuelle Frage</b>	<b>16</b>
<b>Stiftung Cerebral</b>	<b>17</b>
<b>Wichtige Daten</b>	<b>18</b>
<b>Adressen Vereinigung Cerebral Bern</b>	<b>19</b>
<b>Fotonachweis</b>	<b>21</b>
<b>Impressum</b>	<b>21</b>

# Editorial

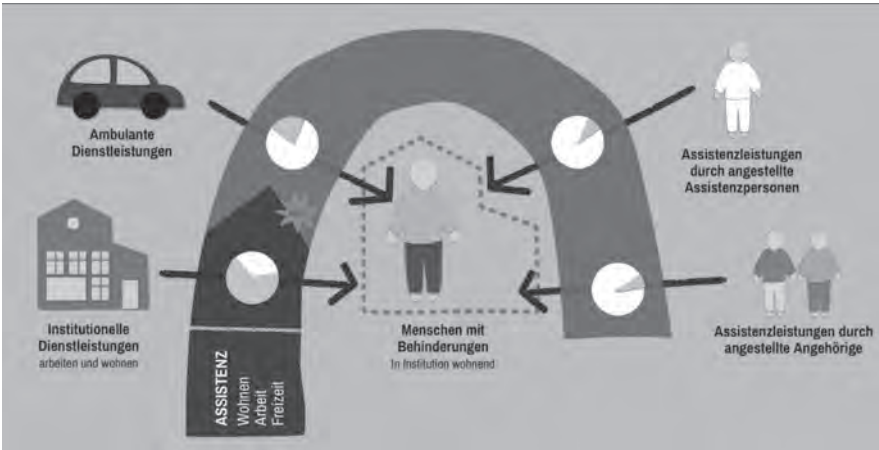
Haben Sie auch gewählt? Sie werden sich sagen, was soll diese Frage? Keine Angst dies soll keine Umfrage über Ihr Wahlverhalten werden. Nein, dieses Jahr 2023 ist ein ganz besonderes in der nationalen Behindertenpolitik. Auf Einladung von Nationalratspräsident Martin Candinas findet am 24. März 2023 die erste Be-



hindertensession im Bundeshaus in Bern statt. Pro Infirmis Schweiz hat auf ihrer Website alle Informationen dazu aufgeschaltet. Auf dieser Plattform konnte ich meine Stimme bis am 21. Januar 2023 abgeben. Es gab über 200 Kandidaten und Kandidatinnen, die sich für eine Teilnahme bewarben. Es können 44 Personen an der Behindertensession teilnehmen. Silvio Koelbing, Mitglied des Vorstands unserer Vereinigung hat sich auch zur Wahl gestellt. Wir gratulieren Silvio, dass er für die Teilnahme gewählt wurde!

Ein Nachmittag lang diskutieren und verabschieden Menschen mit Behinderungen im Nationalratssaal im Bundeshaus über eine Resolution, die mehr Teilhabe am gesellschaftlichen- und politischen Leben fordert. Die Behindertenkommission bestehend aus aktiven Politikerinnen und Politikern mit Behinderungen auf Gemeinde-, Kantons- und Bundesebene bereitet diese Resolution vor, präsidiert wird die Kommission von Herrn Nationalrat Christian Lohr. Nun hoffe ich, dass dieses Jahr zum Jahr 2023 der Inklusion wird. Es ist an der Zeit, dass wir als Menschen mit Behinderungen und unsere Angehörigen zu Wort kommen und uns Gehör verschaffen! Erwar-

tungsvoll blicke ich auf die erste Behindertensession im März und werde an dieser Stelle gerne wieder darüber berichten. Einmal mehr erwartet Sie in dieser ersten Ausgabe des Infohefts des Jahres 2023 ein bunter Strauss von Beiträgen. So nimmt uns Michelle Kiener mit auf den Reiterhof und Fabian Berger lässt uns an seinen Erfahrungen im Plus Sport Lager in Fiesch teilnehmen. Irène Müller besuchte ein Training des Powerchairhockey und kann begeistert berichten. Ich selbst erlebte am 7. Dezember 2022 gelebte Politik. Gespannt verfolgte ich die 1. Lesung des Behindertenleistungsgesetz im Grossen Rat im Rathaus der Stadt Bern.



In diesem Sinne gilt mein besonderer Dank allen, die diese erste Ausgabe 2023 unseres Infohefts zum Leben erweckt haben.  
Herzlichst Ihre

Simone Hostettler  
Präsidentin

# Ein Meilenstein ist geschafft!

**Aus aktuellem Anlass berichte ich an dieser Stelle nochmals über das Behindertenleistungsgesetz (BLG).**

Am 7. Dezember 2022 standen nicht nur die Bundesratswahlen auf dem Programm. Nein, im Rathaus der Stadt Bern fand exakt an diesem Datum auch die 1. Lesung zum neuen Behindertenleistungsgesetz im Grossen Rat statt. Dieses Ereignis durfte ich nicht verpassen. Der Erfolg oder Misserfolg dieses Gesetzes hat konkrete Auswirkung auf die Lebenssituation von Menschen mit Behinderungen und ihr persönliches Umfeld. Das BLG soll Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen. So soll es mir möglich sein, meine Wohnform selbst zu wählen und meinen Unterstützungsbedarf selbst zu bestimmen. Dies ist eine Umstellung der bisherigen Praxis. Es gibt keine Pauschalabgeltung von Institutionen mehr. Mein individueller Unterstützungsbedarf wird nun durch ein individuelles Abklärungsverfahren bestimmt. Dies als kurze Zusammenfassung worüber der Grosse Rat debattierte.

Eine kleine Geduldsprobe war es schon, mit dem Treppenlift Stufe für Stufe die Treppen des Rathauses emporzuklimmen. Da die Zuschauertribüne für Menschen im Rollstuhl nicht barrierefrei ist, wurde ich direkt in den Ratssaal geleitet. Im Rathaussaal gibt es nicht genügend Raum, um alle Rollstuhlfahrenden zu platzieren. So wurde in der Eingangshalle des Rathauses zusätzlich eine Leinwand installiert, damit alle Interessierten die 1. Lesung des BLG auch mitverfolgen konnten. Zu meiner Freude kamen zahlreiche Menschen mit Behinderungen, um sich die Beratung über das Behindertenleistungsgesetzes an Ort und Stelle anzuhören.

3

Gespannt und hochemotional hörte ich der Debatte zu. Durchs Band versicherten alle Redner\*innen, dass dieses Gesetz über alle Parteigrenzen hinweg begrüsst werde und unbestritten sei. Der Kanton Bern beschreite mit diesem Systemwechsel von der Objekt- zur Subjektfinanzierung mit dem vorliegenden Behindertenleistungsgesetz einen neuen Weg und spiele so schweizweit eine Vorreiterrolle. Die ausgezeichnete Vorbereitung seitens der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion und der Gesundheits- und Sozialkommission des Grossen Rats dieser Vorlage wurde gewürdigt. Der Ratspräsident begann Artikel um Artikel, Satz für Satz zu verlesen. Manchmal wurde um jedes einzelne Wort gerungen, Änderungsanträge gestellt und nach meinem persönlichen Empfinden zu oft abgelehnt! Gelebte Demokratie kann anstrengend sein. Es zeigte sich, dass sich alle in der Stossrichtung des Gesetzes zwar einig waren,

im Detail unterschieden sich die Meinungen stark. Die Mehrheits-/Minderheitsverhältnisse im Saal wurden sichtbar. Erstaunt war ich immer wieder, wie wenig gewisse Sprecher\*innen über die Lebensrealität von Menschen mit Behinderungen wussten. Wie weit, soll die Unterstützung von erwachsenen Menschen mit Behinderungen denn nun tatsächlich gehen? Sollen Eltern von Kindern- und Jugendlichen ebenfalls Unterstützung über das BLG beziehen können? Die Mehrheit des Grossen Rats sprach sich gegen diesen Änderungsantrag aus.

Ebenfalls wurde eine Obergrenze des Leistungsbezugs (Stundenbeschränkung) befürwortet. Dies schränkt die Wahlfreiheit von Menschen mit erhöhtem Unterstützungsbedarf ein. Immerhin kann dies im Einzelfall bei der Bedarfsabklärung nochmals angeschaut werden. Eine Entschädigung für Angehörige wurde befürwortet.

Einige Punkte des Gesetzes konnten dennoch nochmals zur Überarbeitung in die Kommission zurückgewiesen werden. Wer weiss, vielleicht findet die Gesundheits- und Sozialkommission des Grossen Rats doch noch im einen oder anderen strittigen Punkt einen Kompromiss.

### **Meine Einschätzung der Debatte**

Ich bin froh, dass dieses Gesetz über alle Parteigrenzen hinweg unbestritten ist. Dennoch hätte ich mir gewünscht, dass mehr Änderungsanträge der Kommissionsminderheit der Gesundheits- und Sozialkommission im Grossen Rat angenommen würden.

Die zweite Lesung über das BLG ist für die Sommersession 2023 geplant. Das neue Behindertenleistungsgesetz soll am 1. Januar 2024 in Kraft treten.

Ein Wechselbad der Gefühle habe ich während dieser Beratung des Behindertenleistungsgesetzes erlebt! Genugtuung dass die Lebenssituation von Menschen mit Behinderungen für einmal im Zentrum stand, aber auch Ärger und Erstaunen haben mein Gemütszustand bewegt und manchmal in Wallung gebracht!

In diesem Sinne schaue ich gespannt auf die 2. Lesung. Ich kann nur sagen, Fortsetzung folgt.

Herzlichst Ihre

Simone Hostettler

# Powerchairhockey

## Stiftung Rossfeld Bern 14. Dezember 2022

Seit ich vom Powerchair Hockey gehört habe, war es mein Wunsch, dieses Spiel einmal live zu erleben. Das Team der Rolling Thunder Bern erlaubte mir ein Training von ihnen in der Stiftung Rossfeld in Bern zu besuchen. Ich war sehr gespannt, was mich erwarten würde!

Der Trainer Daniel Pulver erwartete mich bereits, während dem sich die Mannschaft am Einwärmen war. Er erklärte mir kurz das Spiel und einige Regeln. Isabelle Pulver, die zweite Trainerin stiess etwas später zu uns und sie erklärte mir dann noch weiter wie alles vor sich geht.

### **Hier ein paar wichtige Infos zu dieser Sportart**

Powerchair Hockey wird in gemischten Teams (Frauen & Männer) altersunabhängig gespielt. Mitspielen dürfen körperbehinderte Menschen, welche im Alltag auf einen Elektrorulli angewiesen sind und aufgrund der starken Beeinträchtigung keine andere Behindertensportart (Teamsportart) ausüben können. Ein Team besteht aus vier Feldspielern und einem Torhüter. Die Spieler sitzen in Sportelektrorollis oder im Alltagsrolli. Je nach Behinderung wird mit einem normalen Unihockeyschläger gespielt oder mit einer am Elektrorollstuhl befestigten Schaufel (Festschläger). Pro Team müssen immer mindestens zwei Spieler (der Torhüter und ein Feldspieler) mit einem Festschläger auf dem Spielfeld sein. Ein Spiel in den unteren Ligen (NLB und 1. Liga) geht 2x10 Minuten, in der obersten Liga (NLA) 2x20 Minuten. Das Spielfeld ist mit Banden begrenzt und es gibt einen Torraum, der nur vom Torhüter genutzt werden darf. Natürlich gibt es auch hier Schiedsrichter, welche das Spiel überwachen. Die Bälle müssen flach gespielt werden und das Ziel ist es, den Ball ins Tor zu befördern.

Damit die Teams fair aufgestellt sind, gibt es ein Punktesystem je nach Grad der körperlichen Beeinträchtigung. Die schwächsten Spieler haben 0,5 Punkte, die stärksten Spieler 4,5 Punkte, ein Team darf aber maximal 12 Spieler-Punkte auf dem Feld haben.

Ich war also mit den wichtigsten Regeln vertraut und so konnte es losgehen. Die neun anwesenden Spieler wurden in Teams eingeteilt inkl. Torhüter. Der Schiedsrichter gab den Ball zum Anspiel und die Rolling Thunder legten los und wie. Sie flihten mit ihren Elektrorollis übers Spielfeld und versuchten einander der Ball abzu-

jagen. Gekonnt wurden Spieler gedeckt und andere spielten sich frei. Die Torhüter versuchten «ihren» Kasten dicht zu halten, aber es ging trotzdem nicht allzu lange und der Ball zappelte im Netz. Ich war erstaunt, dass es bei dem Tempo fast keine «Rempler» gab, geschweige denn Zusammenstöße.

Mir war sofort aufgefallen, dass Simone Leuenberger mit der Nummer 14, sich als einzige Frau bei den Männern behauptete. Sie tat dies mit ihrem Festschläger auf eindruckliche Art und versteckte sich nicht. Im Gegenteil, die Männer waren über ihre gekonnte Deckungsarbeit nicht immer sehr erfreut, da musste ich schon schmunzeln.

Natürlich habe ich auch festgestellt, dass einige Spieler schon sehr viel Erfahrung haben und andere weniger, aber mich hat der Teamspirit beeindruckt so nach dem Motto: Einer für alle, alle für einen!

In einer Pause durfte ich dann mit Simone Leuenberger und Daniel Rolli noch ein kurzes Interview machen und sie über «ihren» Sport befragen. Daniel Rolli mit der Nummer 80 hat im 2013 mit dem Powerchair Hockey begonnen. Er war Teammitglied der Nationalmannschaft beim Gewinn der WM-Bronzemedaille in diesem Jahr. Nun hat er sich entschieden, die Nationalmannschaft zu verlassen. Simone Leuenberger spielt seit 2016. Der Sport tut einem gut, da sind sich Simone und Daniel einig, aber es zehrt trotzdem an den Kräften. Nach einem langen Tag braucht es manchmal schon Über-



windung noch ins Training zu gehen, aber kaum ist man in der Halle ist die Vorfreude gross. Natürlich freut man sich auch immer die Spielerkollegen zu treffen und sich auszutauschen. Simone konnte früher nie einen Teamsport ausüben, deshalb kannte sie das gar nicht. Seit sie bei den Rolling-Thunder ist, hat sich das geändert. Sie hat nun auch für ihre Schüler, welche Teamsportarten betreiben, mehr Verständnis.

Simone und Daniel versichern mir auch, dass sich das Power-



chair Hockey in den letzten Jahren stark entwickelt hat. Die Hilfsmittel und Möglichkeiten sind für alle besser geworden und solche, die früher nie gedacht hätten, dass sie so etwas mal spielen, sind heute dabei!

Ich danke Simone und Daniel für die Eindrücke, welche sie mit mir geteilt haben! Nun müssen sie aber wieder los und ich lasse sie fahren.



Ich hatte an diesem Abend viel Spass beim Zuschauen und möchte den Rolling Thunder ganz herzlich danken, dass ich vorbeikommen durfte.

Sehr gerne werde ich mir einmal ein Spiel dieser tollen Mannschaft anschauen und ich kann allen nur empfehlen, sich diese Sportart mal anzuschauen. Vielleicht packt es ja den einen oder anderen von Ihnen auch mitzumachen. Die Rolling Thunder würden sich über weitere Teammitglieder freuen!

Irène Müller

7



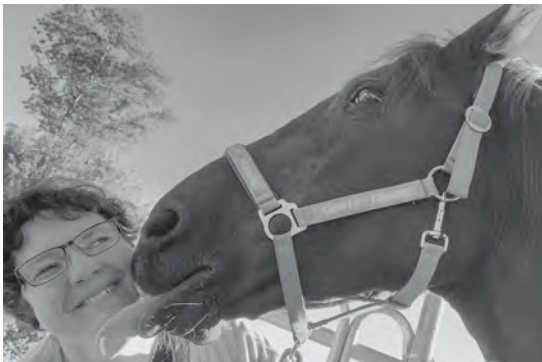
# Erfahrungsbericht über die Reittherapie

Seit meiner Geburt habe ich eine cerebrale Bewegungsstörung (auch Hemiparese genannt) auf der rechten Körperseite. Das heisst, ich kann mit meiner rechten Hand nicht greifen, sondern sie nur für grobe Bewegungen einsetzen. Ich spüre auf der ganzen rechten Seite weniger und anders als auf der linken Körperseite. Durch eine anderswertige Körperwahrnehmung ist mein Gleichgewicht eingeschränkter als bei anderen Menschen. Alltägliche Tätigkeiten habe ich mir mit einer Hand angeeignet und gelernt. Unterstützt und begleitet bin ich durch meine langjährige Ergotherapeutin.



Bereits als Kind hat mich das Tier Pferd als Wesen in allen Facetten fasziniert und ich bin dadurch ein richtiger Pferdefan geworden.

Im Jahre 1998 habe ich mit Hippotherapie (Physio mit dem Pferd) auf dem Therapiehof Schwand in Münsingen angefangen. Organisiert hat es mein Grossvater. Die Hippotherapie habe ich drei Jahre lang gemacht. In dieser Zeit habe ich grosse Fortschritte gemacht, so dass ich dann zum Therapeutischen Reiten habe wechseln können. Ich gehe regelmässig einmal in der Woche in die Reittherapie, denn es trägt zum seelischen und körperlichen Wohlbefinden bei.



Die Reittherapie beinhaltet pädagogische, psychologische, psychotherapeutische und sozial-integrative Aspekte und Massnahmen. Die Pflege und der Umgang mit dem Tier, sowie das Reiten spricht den Menschen ganzheitlich und über alle Sinne an.

Das Zusammensein mit dem Pferd ermöglicht immer wieder Erfahrungen, welche die Grundstimmung des Menschen positiv beeinflussen und unmittelbar auch sein Bedürfnis nach Zuwendung und «Angenommensein» befriedigen. Im Zentrum steht nicht das Erwerben reiterlichen Könnens, sondern eine positive Beeinflussung des Verhaltens und des Befindens, wie der Aufbau einer Beziehung zum Pferd. Beim Therapeutischen Reiten zählt der Kontakt, das Gefühl und die Bewegung durch und mit dem Pferd.

### **Die Reithherapie führt bei mir zu folgenden positiven psychischen Aspekten:**

- Ich lerne mich beim Pferd durchzusetzen – das Selbstbewusstsein wird gestärkt ohne Leistungsdruck.
- Ich kann das Pferd als selbstständig denkendes Wesen wahrnehmen.
- Das Pferd wertet mich nicht und nimmt mich so an wie ich bin.
- Ich kann eine Beziehung zum Pferd aufbauen.
- Das Pferd spürt, wenn es mir nicht gut geht – es hilft mehr mit.
- Ich habe ein Naturerlebnis mit dem Pferd.
- Ich fühle mich nach der Reithherapie ausgeglichener und verspüre eine gewisse innere Stärke.
- Ich kann vom alltäglichen beruflichen sowie privaten Stress abschalten und meine Aufmerksamkeit voll und ganz dem Pferd widmen.

### **Die Reithherapie führt bei mir zu folgenden positiven physischen Aspekten:**

- Das Gleichgewicht wird geschult.
- Hüftgelenk und Beine sind in einer geraden Linie.
- Die Körperwahrnehmung wird geschult.
- Das Räumliche Vorstellungsvermögen wird beim Reiten auf dem Reitplatz gefördert.
- Ich kann meine Hilfeleistungen dem Pferd mit der rechten Hand und rechten Bein geben (Zügel/Schenkeldruck) – eingeschränkte Körperseite wird integriert.



Ich nehme die Reittherapie nicht als «Therapie» wahr, sondern als Hobby mit ausgebildeten Pferden und der nötigen Betreuung durch die Reittherapeutin.

Das Glück dieser Erde liegt auf dem Rücken der Pferde!

Michelle Kiener



10

## Marktplatz

An dieser Stelle können Sie Ihre Occasions-Artikel allen Mitgliedern kostenlos anbieten.

Schicken Sie eine E-Mail mit Ihrem Text, Tel.-Nr. und Foto an [info.be@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info.be@vereinigung-cerebral.ch) oder brieflich an die Geschäftsstelle.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 5. Mai 2023.

# Erfolg mit Glück

Die Geschichte die ich heute erzähle ist wahr und hat eine Entwicklung von zwei Jahren. An einem Mal-Nachmittag von Petra Stockar, lernte ich die junge Künstlerin *Jeanne Jacob* kennen. Wir zeigten uns gegenseitig Fotos unserer Bilder und beschlossen ein gemeinsames Projekt zu starten. Als erstes malten wir im Winter drei Wochen lang in meinem Atelier. Wir setzten uns mit dem Thema Glück auseinander. Mit den beiden Bildserien planten wir eine gemeinsame Ausstellung, die aber nicht realisiert wurde. Stattdessen vertiefte sich unsere Freundschaft als Frauen aber auch auf der künstlerischen Ebene. Also machten wir uns wieder an die Arbeit.

Eine Multimedia Performance entstand, die wir im Mai 2022 in Biel uraufführten. Viele Stunden – in denen wir draussen Texte schrieben, strichen, ergänzten und um jedes Wort und den richtigen Ausdruck rangen – Geräusche für den Sound, Foto- und Filmaufnahmen machten, sortierten, auswählten, wieder verwarfen und von Vorne begannen – lagen hinter uns. Die fertige Performance machte es möglich ein Gefühl für die Qualität unserer Arbeit zu bekommen.

Der Hafer stach uns. Wir wollten es wissen, uns mit anderen vergleichen. So meldeten wir unsere *Performance* «*Lauter beste Schlusssätze*» bei der *Swiss Performance Art Awards* an und wurden tatsächlich aus über 100 Eingaben mit sechs anderen Schweizer Produktionen für den Preis nominiert. Den Preis erhielten Latefa Wiersch und Claudia Grimm. Trotzdem war es ein fulminanter Start als unbekannte Künstlerinnen gleich zu den besten sieben zu gehören, denn die Qualität war hoch. Der 12. November 2022 war ein sehr glücklicher Tag und hat bereits Auswirkungen im noch jungen 2023, denn ich arbeite bereits an einem neuen Performance-Projekt.



Um was geht es denn? «spielen und wir Spielens Willen, wer profitiert wer gewinnt daran?»

# Solbad Schönbühl mit Pizzaessen



Unser diesjähriger Herbstausflug führte uns ins *Solbad* in Schönbühl. Am 19. November 2022 trafen wir uns um 9.30 Uhr beim Eingang. 33 Personen waren angemeldet und die Vorfreude war gross. Nachdem wir die Batches gelöst hatten, begaben wir uns alle zum Umziehen.

Später trafen wir uns im Wasser wieder. Einige zogen es vor, drin zu bleiben, andere begaben sich sofort durch die Schleuse nach draussen. Es war ein schöner Tag, die Sonne schien vom blauen Himmel und die Luft war angenehm frisch. Wir sprudelten uns durch die verschiedenen Becken und die verschiedenen Anlagen. Es war für jedermann/jederfrau etwas dabei. Es war schön zu sehen, wie sich die Menschen, welche an Land auf einen Rollstuhl angewiesen sind, sich im Wasser fast frei bewegen konnten. Überall waren strahlende Gesichter zu sehen, was will man mehr?

Langsam aber sicher bekamen wir Hunger! Es war abgemacht, dass wir uns um 12.30 Uhr in der Pizzeria zum Mittagessen treffen. So verliessen wir, einer nach dem anderen, das wohlige warme Wasser und machten uns auf zur Umkleide.

In der Pizzeria angekommen brauchten wir alle dringend etwas Flüssiges! Und nachdem der erste Durst gestillt war, schauten wir uns die Speisekarte an. Die Auswahl war gross und so fand jeder etwas, das er gerne mochte. Da wir eine grosse Truppe waren, dauert es etwas, bis jeder sein Essen auch geniessen konnte. Es wurde aber niemandem langweilig, denn die angeregten Gespräche liessen die Zeit nur so verfliegen.

Es war ein wunderbarer Anlass, den wir sehr genossen haben! Nun freuen wir uns bereits auf die Anlässe 2023 und hoffen, wir dürfen einige von euch begrüssen.

# «mitenand – fürenand»

## wenn Inklusion keine Worthülse – sondern Realität

**Letzten Herbst verbrachten 120 Jugendliche mit und ohne Behinderung eine Sportwoche in Fiesch. Ein Erfahrungsbericht.**

Vom 16. Oktober 2022 bis am 22. Oktober 2022 verbrachte ich eine ereignisreiche Woche im Sport Resort in Fiesch, wo ich ein sehr vielfältiges Programm mit Kolleg\*innen mit einer Beeinträchtigung und mit Konfirmand\*innen nutzen konnte. Bei der Anmeldung waren aus sechs Sportarten drei zu wählen und in eine von diesen, wurde man für den Vormittag eingeteilt. Ich machte im Sportfach Judo mit, des Weiteren gabs die Fächer Ballsport, Sportmix, Schwimmen, Klettern und Tanzen.

### **Sonntag, 16.10.2022 – Anreise**

Gemeinsam mit Konfirmand\*innen aus dem Raum Zürich und Thurgau reiste ich ab Bern mit Zug und Bus ins Resort. Bereits im Zug herrschte viel Rummel bei rund 120 Teilnehmern und 36 Leitenden.



13

Lager in dieser Grösse waren mir bis zu diesem Zeitpunkt unbekannt. In Brig angekommen, gabs ein bisschen Aufregung, weil der Zug ins Goms keine Niederflurwagen führte und die Bahn dem Leiterteam zu sagen unterliess, dass für uns Bahnersatzbusse vorgesehen waren wegen Bauarbeiten mit reduziertem Zugsangebot. Nach Ankunft und Zimmerbezug – jedem Zimmer war ein Tier zugeordnet – gab es auf dem Gelände des Resorts ein Kennenlern-

Postenlauf. Zu zweit führte man sich mit verbundenen Augen durch den Skatepark. Eine weitere Aktivität in der Gruppe war, einen möglichst hohen Turm aus Holzklötzen zu bauen.

## Fischer-Lagerleben

Am ersten «richtigen» Lagertag erhielt ich den Keikogi, den Trainingsanzug fürs Judo, und dann ging es nach Informationen zum Umgang miteinander zu den ersten Judo-Würfen. Die Judo-Stunden waren stets schweisstreibend, denn mit dem Keikogi aus dickem



Baumwollstoff wurde einem schon ohne grosse Anstrengung warm.

Nachmittags gab es ein Programm mit verschiedenen Aktivitäten zur Verfü- gung. Einerseits waren es dieselben wie am Vormittag,

damit auch Teilnehmer\*innen eine Chance erhielten, die nicht im Wunschfach eingeteilt waren. Weiter standen zur Wahl: Minigolf, Internet, Spiel und Spass in der Halle, Gold waschen, Basteln oder an der «Tagesschau», unserem Tagesrückblick, mitarbeiten.

Das Abendprogramm war genauso vielfältig wie das Nachmittagsprogramm. Die Teilnehmenden, die noch nicht genug Sport betrieben hatten, konnten sich in der Turnhalle erneut austoben oder sich im Kegeln versuchen. Für diejenigen die es etwas ruhiger mochten, stand ein Tipi auf dem Gelände bereit, um über «Gott und die Welt» zu reden. Im Aufenthaltsraum ging es lauter zu und her: Jeden Abend von 20 bis 21 Uhr gab es Disco mit Bar und im Anschluss





«Just Dance» ehe 21:50 wieder Tagesschau-Zeit (eher 10 vor 10-Zeit) war.

Jeden Tag wurde fleissig vom Kamerateam fotografiert und gefilmt, damit genügend Material für die «Tagesschau» zur Verfügung stand. Die «Tagesschau» dauerte rund 15 Minuten, Logos, Intro bzw. Outro inklusive. Im Tagesrückblick wurden die Sieger der «Challenge of the day» präsentiert. Beispiele: Zimmertür passend zum Tier mit Motto versehen, kreatives Betten oder Pin-Suche im Gebäude.

Teil der «Tagesschau» war auch ein Werbeblock, der die Aktivitäten des Folgetages vorstellte (zusätzlich zur mündlichen Vorstellung nach der Siesta). Am Schluss enthielt die «Tagesschau» zudem auch noch die Wetterprognose. Die Professionalität war gut, sie stand der offiziellen «Tagesschau» in kaum etwas nach. Nur schade, dass die Plätze für die Mitarbeit bereits belegt waren als mich die Neugier packte!

### **Mittwoch, 19.10.2022 – Die Wanderung**

Das Highlight des Camps war der Ausflug mit der grossen Schar dem Flüsschen Wysswasser entlang nach Fieschertal. Wir bekamen den Auftrag, ein Naturmandala zu erstellen. Nicht bei allen Teilnehmenden kam das gut an, einzelne Konfirmand\*innen machten nur mürrisch mit. Irgendwie klang das einfach zu stark nach Unterricht. Ob mir das zu meiner Konfirmanden-Zeit auch so ergangen wäre?



## **Freitag, 21.10.2022 – Olympiade und Abschlussabend**

Am letzten ganzen Lagertag stand am Nachmittag eine Olympiade auf dem Programm: Es gab eine Huckepack- bzw. Rollstuhlstaffette, den Bau eines Turms aus Jenga-Hölzchen auf Zeit, Balancieren auf der Langbank oder ein Quiz über Fiesch und Umgebung.

Nach dieser schon recht anspruchsvollen Olympiade wurden wir nochmals herausgefordert: Wer baut den höchsten Turm nur mit Klebeband und Kartonrollen? Wer kann die meisten Kleider innerhalb der vorgegebenen Zeit überziehen?

Danach freuten sich alle auf die Schluss-Disco, die etwas länger dauerte.

## **Samstag, 22.10.2022 – Heimreise**

Nach einer tollen Woche mit vielen neuen Kontakten fuhren wir gemeinsam mit Bus und Bahn wieder an die Einstiegsbahnhöfe Bern resp. Zürich. Bis zum Wiedersehen am Fototreff vom 13.11.2022 in Winterthur dauerte es ja nicht lange.

Sämtlichen Konfirmand\*innen kann ich nur ein Kränzchen winden, denn sie lernten schnell, auf Menschen mit besonderen Bedürfnissen zuzugehen.

Ich habe mir das Lager von Mitte Oktober 2023 bereits vorgemerkt und freue mich, nach Möglichkeit wieder dabei zu sein und mitzumachen!

Fabian Berger

16

## **Die aktuelle Frage**

In dieser Rubrik sollen Ihre Fragen und Anliegen Platz haben. Senden Sie uns Ihre Anliegen an

**[info.be@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info.be@vereinigung-cerebral.ch)**

oder brieflich an die Geschäftsstelle.



## Die Stiftung Cerebral macht vieles möglich

Unser Ziel ist die Früherfassung, Förderung, Ausbildung, Pflege und soziale Betreuung von Menschen mit cerebralen Bewegungsstörungen, spina bifida oder Muskeldystrophie mit Wohnsitz in der Schweiz.

Die Tätigkeit der Stiftung Cerebral umfasst verschiedene Dienstleistungen für Betroffene und ihre Angehörigen, die zu mehr Selbstständigkeit und mehr Lebensqualität verhelfen.

Dazu gehören insbesondere:

- Anpassung des privaten Wohnbereichs
- Beratung und finanzielle Unterstützung für ungedeckte behinderungsbedingte Mehrkosten
- Elektrobetten
- Entlastungsangebote
- Mobilitätshilfe
- Pflegeartikel
- Therapie
- Transporte

17

Sie wissen ja, wir helfen rasch und unbürokratisch. Wenden Sie sich einfach schriftlich oder telefonisch an:

**Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind**

**Erlachstrasse 14**

**Postfach**

**3001 Bern**

**Telefon** 031 308 15 15

**E-Mail** [cerebral@cerebral.ch](mailto:cerebral@cerebral.ch)

**Website** [www.cerebral.ch](http://www.cerebral.ch)

# Wichtige Daten

## **Kursdaten Halliwick Schwimmkurs im Rossfeld**

25. Februar 2023  
11. und 25. März 2023  
22. April 2023  
06. Mai 2023  
03. und 17. Juni 2023  
01. Juli 2023

## **Kursdaten Halliwick Schwimmkurs in Gwatt**

04. und 18. Februar 2023  
04. und 18. März 2023  
01. und 29. April 2023  
13. Mai 2023  
10. und 24. Juni 2023

## **Kursdaten Pferdegestützte Therapie**

11. und 25. Februar 2023  
11. und 25. März 2023  
22. April 2023  
06. Mai 2023  
03. und 17. Juni 2023

## **Disco 2023**

03. März  
05. Mai  
15. September  
10. November

## **Vorstandssitzungen 2023**

15. März  
31. Mai  
06. September  
15. November

## **Freizeit und Info 2023**

18. März Besuch Museum für Kommunikation

# Adressen Vereinigung Cerebral Bern

## Präsidentin

Simone Hostettler, Höhweg 3c, 3053 Münchenbuchsee,  
031 862 16 08, simonah@bluewin.ch

## Vizepräsident/-in

vakant

## Geschäftsstelle

Irène Müller, Fendingen 323, 3178 Böisingen, 031 505 10 49,  
info.be@vereinigung-cerebral.ch, www.cerebral-bern.ch

## Informationsblatt, Jahresbericht, Redaktion

Kurt Heller, Bogengässli 25, 3172 Niederwangen,  
079 202 94 84, hellerlindt@sunrise.ch

## Politik

Ueli Egger, Stationsstrasse 17, 3626 Hünibach,  
033 243 47 31, ueli.egger@sunrise.ch

## Freizeit + Info

Michelle Kiener, Schützenweg 11, 3123 Belp  
079 575 01 06, michelle.kiener1@gmail.com

## Diverses

Silvio Koelbing, Hiltystrasse 34, 3074 Muri b. Bern  
079 586 96 35, s.koelbing@bluewin.ch

Fabian Berger, Dornackerstrasse 8, 3322 Urtenen-Schönbühl,  
041 610 96 68, 09fabian@gmail.com

## **Behindertenkonferenz Stadt Bern/Region**

Simone Hostettler, Höhenweg 3c, 3053 Münchenbuchsee,  
031 862 16 08, simonah@bluewin.ch

## **Versand**

Lukas Schneeberger, inklusia, Dorfstrasse 6,  
3368 Bleienbach, 062 562 85 13 (direkt) oder 062 562 85 00  
l.schneeberger@inklusia.ch

---

## **Revisorinnen**

Ingrid Bürgy Fasel, Waldweg 1, 3184 Wünnewil, 026 496 02 34  
Marlis Caputo, Erikaweg 2, 3072 Ostermundigen, 078 632 87 37

## **Ersatzrevisor**

Riccardo Grigioni, Marzilistrasse 24, 3005 Bern, 031 762 02 25

---

## **Zentralsekretariat**

Vereinigung Cerebral Schweiz, Zuchwilerstrasse 43,  
4500 Solothurn, 032 622 22 21, Fax 032 623 72 76,  
PC-Konto: 45-2955-3,  
info@vereinigung-cerebral.ch, www.vereinigung-cerebral.ch

## **Delegierte für unsere Region**

Simone Hostettler, Höhenweg 3c, 3053 Münchenbuchsee,  
031 862 16 08, simonah@bluewin.ch

## **CP Stiftung**

Schw. Stiftung für das cerebral gelähmte Kind, Erlachstrasse 14,  
Postfach 8262, 3001 Bern, 031 308 15 15, Fax 031 301 36 85,  
PC-Konto: 80-48-4, cerebral@cerebral.ch, www.cerebral.ch

# Fotonachweis

Irène Müller	Titelseite, Seiten 5, 6
Kurt Heller	Rückseite
Tamara Leuenberger	Seiten 8, 9, 10
participia.ch	Seite 2
mitenand.ch	Seiten 13, 14, 15
dreamstimefree	Seite 13
Swiss Performance Art Awards	Seite 11
pro infirmis	Seite 1

Nicht in allen Fällen war es uns möglich, den Rechteinhaber der Bilder ausfindig zu machen. Berechtigte Ansprüche werden im Rahmen der üblichen Vereinbarungen abgegolten.

## Impressum

Dieses Informationsblatt erscheint 3mal jährlich. Beiträge, Kurse, Daten usw. die veröffentlicht werden sollen, bitte an die Geschäftsstelle senden.

### **Geschäftsstelle Vereinigung Cerebral Bern**

Irène Müller, Fendingen 323  
3178 Böisingen, Tel. 031 505 10 49  
E-Mail [info.be@vereinigung-cerebral.ch](mailto:info.be@vereinigung-cerebral.ch)  
PC-Konto 30-2152-2

**Gestaltung:** Kurt Heller-Lindt, Bogengässli 25  
3172 Niederwangen, 079 202 94 84  
[hellerlindt@sunrise.ch](mailto:hellerlindt@sunrise.ch)

**Druck:** Iseli Druck, Niesenweg 6  
3073 Gümligen, Tel. 031 951 50 08

**Auflage:** 550 Exemplare

