

Sonja Wenger

Jeder Mensch wie er kann und will – ohne Wenn und Aber

Durch vielseitige inklusive Freizeitangebote zur grösstmöglichen Wahlfreiheit und Chancengleichheit

Zusammenfassung

Ein aktives Leben bedeutet für viele Menschen die Möglichkeit, sich bewegen zu können und bei Sport, Kultur oder Reisen anderen Personen zu begegnen. Entsprechend sind angepasste Freizeitangebote ein wichtiges Mittel, um die Selbstständigkeit und Inklusion von Menschen mit Behinderungen, unabhängig von ihrer Behinderungsform, zu fördern. Behindertenorganisationen übernehmen in diesem Bereich eine wichtige Vermittlungsfunktion. So verfügt Procap Schweiz, die grösste Selbsthilfeorganisation von und für Menschen mit Behinderung in der Schweiz, zum einen über ein breites Angebot zur gezielten Förderung der Gesundheit. Zum anderen bieten die rund dreissig Procap-Sportgruppen und das Procap-Reisebüro verschiedenste Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung.

Résumé

Pour beaucoup d'entre nous, avoir une vie active signifie pouvoir se déplacer et rencontrer d'autres personnes par le biais du sport, de la culture ou de voyages. Les offres de loisir adaptées sont en conséquence un moyen important pour promouvoir l'autonomie et l'inclusion des personnes en situation de handicap, quel qu'il soit. Les organisations actives dans le domaine du handicap jouent ici un rôle de médiation majeur. Ainsi, Procap Suisse, la plus grande organisation d'entraide de et pour les personnes en situation de handicap en Suisse, dispose d'un large panel d'offres pour un soutien ciblé en matière de santé. Par ailleurs, les quelques trente groupes sportifs de Procap et l'agence de voyage Procap proposent toutes sortes de possibilités en matière d'activités de loisir.

Permalink: www.szh-csps.ch/z2019-05-01

Die Bergwelt zugänglich machen

Wandern über Stock und Stein, die Schweizer Bergwelt geniessen und übernachten in einem Massenschlag einer rustikalen Berghütte sind nicht Freizeitaktivitäten, die einem Mensch im Rollstuhl als Erstes in den Sinn kommen. Dennoch buchen jedes Jahr rund ein Dutzend Personen dieses spezielle Reiseerlebnis, das vom Reisebüro der Behindertenorganisation *Procap Schweiz* seit einigen Jahren unter dem Titel «Der Berg ruft» angeboten wird. Das Angebot steht allen Menschen mit einer Mobilitätsbehinderung offen.

Sebastian Büttiker ist einer von ihnen. Er arbeitet seit 2017 für Procap Reisen und

nutzte letztes Jahr die Gelegenheit, seinen Kundinnen und Kunden aus erster Hand von einer Reise erzählen zu können. Der 29-jährige Oltner ist aufgrund der Krankheit *Spina bifida*, die sich durch die Deformation der Wirbelsäule äussert, seit seiner Geburt im Rollstuhl. Er ist ein sportlicher Mann, der sich bewusst fit hält, um nicht nur seine Mobilität zu bewahren, sondern auch seine Selbstständigkeit und Gesundheit.

Gerade wegen seiner hohen Autonomie im Alltag war die Teilnahme an der zweitägigen Bergtour für Sebastian Büttiker zu Beginn eine grosse Herausforderung. Damit die Bergwelt Menschen mit einer Mobilitätsbehinderung zugänglich ge-

macht werden kann, braucht es einen speziell konstruierten Trekkingrollstuhl. Auf diesem sogenannten *Protrek* wird die Person mit einer Körperbehinderung festgeschnallt und dann von jeweils vier Personen gerollt und getragen.

«Das muss man sich als totalen Kontrollverlust vorstellen», erzählt Sebastian Büttiker im Interview mit der Autorin. «Man hat je eine Person vorne und hinten sowie rechts und links, kann aber selbst nichts tun oder beitragen. Man muss sein Leben quasi in andere Hände geben. Und da braucht es erst einmal ein grosses Vertrauen in den Protrek und in die Helferinnen und Helfer.»

Ein exemplarischer Spezialfall

Was danach folgt, kann Sebastian Büttiker jedoch nur mit einem grossen Glücksgefühl beschreiben. «Alle an der Reise Beteiligten werden zusammengeschweisst. Man wird Teil eines Teams und empfindet eine grosse Zufriedenheit; die Teilnehmenden, weil sie etwas Aussergewöhnliches erleben dürfen, was einem sonst versagt bleibt, und die Helfenden, weil sie es uns mit ihrer Kraft ermöglichen.»

«Der Berg ruft» ist ein Reiseerlebnis, das von allen Beteiligten als enorm bereichernd und sinnspendend wahrgenommen wird. Aufgrund der logistischen Voraussetzungen ist es jedoch ein stark limitiertes Angebot und kann durchaus als Spezialfall bezeichnet werden. Gerade deshalb lässt sich daran exemplarisch aufzeigen, wieviel Planung teilweise notwendig ist, um Menschen mit Behinderungen an einer Freizeitaktivität teilhaben zu lassen, die für viele Menschen in der Wandernation Schweiz eine Selbstverständlichkeit ist.

So braucht es für jede der maximal drei Personen, die an der Bergtour teilnehmen können, acht Freiwillige, die sich beim Tra-

gen in den Viererteams abwechseln. Hinzu kommen die Reiseleitung sowie unter Umständen weitere Begleitpersonen, die beispielsweise Material wie die Alltagsrollstühle tragen oder mit einem Auto so weit wie möglich in die Berghütte transportieren.

Dies ergibt schnell eine grosse Gruppe – und einen entsprechend enormen organisatorischen Aufwand, sei es für die Koordination der Freiwilligen und Mitarbeitenden des Schweizerischen Alpenclubs (SAC), für den Transport des Versorgungsmaterials in die Berghütten und für die nötige Finanzierung, denn die Helferinnen und Helfer erhalten von Procap Schweiz eine Spesenentschädigung für ihre Mitarbeit.

Glücklicherweise sind längst nicht alle inklusiven Freizeitangebote so aufwendig. Um Inklusion zu erreichen, genügt oft bereits die Partizipation am gesellschaftlichen Leben, denn Inklusion zielt laut Hendrik Trescher «nicht pauschal auf Gleichbehandlung, sondern auf die Schaffung von gemeinsamen lebensweltlichen Erlebnis- und Erfahrungsräumen» (Trescher, 2015, S. 39ff.). Und diese benötigt wiederum in erster Linie den Willen aller Beteiligten, entsprechende Angebote zu schaffen und zu nutzen.

Um Inklusion zu erreichen, genügt oft bereits die Partizipation am gesellschaftlichen Leben.

Partizipatorische Prozesse brauchen Zeit

Procap Schweiz – die grösste Selbsthilfe- und Mitgliederorganisation von und für Menschen mit Behinderung in der Schweiz – hat sich unter anderem diese Inklusion zum Ziel gesetzt. Sie wurde 1930 als Schweizerischer Invalidenverband gegründet und zählt heute gut 20 000 Mitglieder in über

40 regionalen Sektionen und 30 Sportgruppen.

In der Schweiz lebten im Jahr 2017 rund 1,8 Millionen Personen mit Behinderungen¹. Procap setzt sich dafür ein, dass diese Menschen selbstständig und gleichberechtigt leben können. Dafür bietet sie ihren Mitgliedern nicht nur Beratungen in den Bereichen Sozialversicherungsrecht oder hindernisfreies Bauen und Wohnen an, sondern verfügt auch über ein spezialisiertes Reisebüro und erschliesst mit ihren Aktivitäten Menschen mit Behinderungen den Zugang zu Sport, Freizeit, Kultur und damit zur Gesellschaft.

Laut dem Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG), das 2004 in der Schweiz eingeführt wurde, sollen Benachteiligungen verhindert, verringert oder beseitigt werden, denen Menschen mit Behinderungen ausgesetzt sind. Zudem enthält das Gesetz Vorgaben, die es Menschen mit Behinderungen erleichtern sollen, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Die Sensibilisierung ist dafür ein wichtiges Mittel zum Zweck. Denn um das Bewusstsein der Menschen zu schärfen, das gesellschaftliche Umdenken zu fördern und nachhaltige partizipatorische Prozesse einzuführen, braucht es in erster Linie Zeit.

Noch immer ist die Gesellschaft weit entfernt von einem Punkt, an dem die Inklusion von Menschen mit Behinderungen eine Selbstverständlichkeit ist. Dennoch ist in den fünfzehn Jahren seit der Einführung des BehiG viel erreicht worden, das bestätigt

auch Sebastian Büttiker: «Als ich jünger war, gab es noch kein so vielfältiges Freizeitangebot wie heute, da hat sich einiges getan.»

Heute finde er für fast jedes seiner Bedürfnisse im Internet ein Angebot. «Und dort, wo die Informationen nicht sofort ersichtlich sind, frage ich einfach direkt nach.» Wichtig sei jedoch, dass man wisse, was man will und was man kann – und dass man gewisse Dinge auch einfach mit etwas mehr Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit einfordert. «Ich habe beispielsweise kein Problem damit, mich an reguläre Freizeitangebote anzuhängen, denn ich bin es gewohnt, im Alltag kreative Lösungen finden zu müssen.»

«Procap bewegt»

als Mittel der Inklusion

Ein wichtiges Element, mit dem Procap Schweiz die Selbstständigkeit und Inklusion von Menschen mit Behinderungen fördert, ist «Procap bewegt». Mit dem 2009 ins Leben gerufenen Programm zur Gesundheitsförderung von Menschen mit Handicap – verstanden als soziale, gesellschaftliche und berufliche Integration im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe – wird über verschiedene Ansätze angestrebt, für Menschen mit Behinderungen die Voraussetzungen für den Zugang zu Gesundheit zu verbessern.

Vor der Lancierung von «Procap bewegt» wurden in vielen Programmen und Angeboten der Gesundheitsförderung Menschen mit Behinderungen nicht spezifisch berücksichtigt. Lange wurde davon ausgegangen, dass für diese Gruppe keine besonderen Anpassungen benötigt werden. Menschen mit Behinderungen sind jedoch mit unterschiedlichen Zugangsbarrieren – finanziellen, kognitiven, infrastrukturellen – konfrontiert.

¹ Diese Zahl stammt vom Bundesamt für Statistik und umfasst sämtliche Behinderungsformen. www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/wirtschaftliche-soziale-situation-bevoelkerung/gleichstellung-menschen-behinderungen/behinderungen.html [Zugriff am 04.04.2019].

«Procap bewegt» hat durch gezielte Informationskampagnen, Projekte und Publikationen mitgeholfen, den Zugang zu Gesundheit und die Nutzung von Synergien für diese heterogene Zielgruppe zu verbessern. «Neben der Sensibilisierung, Motivation und Weiterbildung aller Beteiligten sowie den Aufbau von Bewegungs- und Freizeitangeboten in den Sektionen gehört dazu auch, dass bereits bestehende Angebote barrierefrei gestaltet und dadurch geöffnet werden können», sagt Susanne Lizano, Projektleiterin «Procap bewegt» bei Procap Schweiz, im Gespräch mit der Autorin.

Jüngstes Beispiel dafür ist die Zusammenarbeit zwischen der Stiftung *IdéeSport* und Procap Schweiz beim Programm «OpenSunday». Seit bald zwanzig Jahren werden dank diesem Programm während der kalten und nassen Wintermonate in der ganzen Schweiz lokale Sporthallen für Kinder im Primarschulalter geöffnet. Anfang 2019 wurde das Angebot nun ausgeweitet mit dem Pilotprojekt «OpenSunday Inklusion», bei dem der Fokus auf die gemeinsame Teilnahme von Kindern mit und ohne Behinderungen gerichtet ist. Die Kinder lernen sich und ihre individuellen Fähigkeiten gegenseitig kennen und erkennen dadurch Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Dies baut Berührungsängste ab und fördert die gegenseitige Akzeptanz.

Als Kooperationspartnerin berät Procap Schweiz *IdéeSport* in der Projektentwicklung und in allen fachlichen Belangen. Sie übernimmt zudem die Schulung und Sensibilisierung der Hallenteams vor Ort. Dadurch können die Projektleiterinnen und -leiter in der Turnhalle die verschiedenen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Kinder mit Behinderungen berücksichtigen und diese in das gemeinsame Spiel einbezie-

hen. Erste Auswertungen haben gezeigt, dass das Angebot bereits rege genutzt wird.

Sport hat in der Freizeitgestaltung einen hohen Stellenwert.

Darum verfügen die Procap-Sportgruppen über ein vielfältiges Angebot.

Sport und gemeinsame Freizeitaktivitäten

Die Begegnung von Menschen mit und ohne Behinderungen war auch das Ziel der sogenannten Power-Tandems im Rahmen des Procap-Projekts «Let's go». Dabei werden Menschen mit Behinderungen für Freizeitaktivitäten mit Freiwilligen aus der Region zusammengebracht. Die Aktivitäten der Tandems umfassen zum Beispiel regelmäßige Trainings im Fitnesscenter, den Besuch einer Party, einen gemeinsamen Waldspaziergang oder Kochabend, aber auch individuell definierte Unterstützung. Das Pilotprojekt wurde 2018 abgeschlossen und befindet sich derzeit in der Auswertung.

Sport hat in der Freizeitgestaltung vieler Menschen einen hohen Stellenwert. Entsprechend ist es für Procap Schweiz ein wichtiges Anliegen, ihren Mitgliedern ein vielfältiges Angebot und möglichst ausführliche Informationen zur Verfügung zu stellen, bei dem die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen am besten abgedeckt werden können. Neben den rund dreissig Sportgruppen, die in der ganzen Schweiz Sport- und Bewegungskurse sowie ein reges Vereinsleben anbieten, gibt es auch die Programme «goswim» und «gofit». Hierbei werden Schwimmbäder und Fitnesscenter bezüglich ihrer Zugänglichkeit und Angebote unter die Lupe genommen, wenn möglich die Angestellten geschult und die Informa-

tionen für alle Interessierten zugänglich gemacht.

Und nicht zuletzt finden jeweils Ende August die Procap Bewegungs- und Begegnungstage statt, abwechselnd in Olten und Tenero. Aus allen Regionen der Schweiz kommen dort Sportgruppen, Mitglieder von Sektionen und Partnerorganisationen, Angehörige, Freiwillige, Ehrenamtliche und Angestellte zusammen, um sich gemeinsam in Sportwettkämpfen zu messen, Workshops zu besuchen und Neues aus der Welt der Gesundheit und der aktiven Freizeitgestaltung zu erfahren. Die Sporttage bilden einen idealen Rahmen für den Abbau von Berührungsängsten und den sozialen Austausch zwischen Menschen mit und ohne Behinderungen. So werden die Posten und Spiele dieses Jahr von fast achtzig Schülerinnen und Schülern der 7. bis 9. Oberstufe in Olten unterstützt, die zuvor von Procap im Umgang mit Personen, die mit einer Behinderung leben, geschult werden.

Menschen mit Behinderungen fühlen sich beim Besuch von Klubs und Bars oft diskriminiert.

Tanzen in angenehmer Atmosphäre

Während bauliche Barrieren eher Personen mit einer Mobilitäts- und Sehbehinderung betreffen, können soziale Hindernisse Menschen unabhängig ihrer Behinderungsart den Zugang zu Bewegungs- und Freizeitaktivitäten verwehren. Gerade beim Tanzen und beim Besuch von Musikveranstaltungen fühlen sich viele Menschen mit Behinderungen in lokalen Klubs und Bars diskriminiert. Oft ist die Barrierefreiheit nicht gegeben und Menschen mit Behinderungen werden noch zu oft etwa aufgrund «Sicherheitsbedenken» vor der Tür des Lokals abgewiesen.

Hinzu kommt, dass sich die meisten Menschen unwohl fühlen, wenn sie von anderen Partybesucherinnen und -besuchern von oben bis unten gemustert werden.

Für alle, die trotzdem in einer ungewohnten und vorurteilsfreien Atmosphäre tanzen, Musik hören wollen oder den Kontakt mit anderen suchen, wurde 2009 LaVIVA ins Leben gerufen. Unter dem Label LaVIVA werden Partys für Menschen mit und ohne Behinderungen in der ganzen Schweiz durchgeführt. Die Ausgangslage von LaVIVA war es, Partys zu organisieren, die nicht in Gemeinschaftszentren oder kirchlichen Institutionen, sondern in populären Clubs stattfinden. Deshalb finden die Partys in Trendlokalen und Hotspots am Freitag- und Samstagabend statt. Sie bieten eine Begegnungsplattform ausserhalb der alltäglichen geschützten Strukturen der Institutionen und tragen so aktiv zur Normalisierung der Freizeit bei.

Für LaVIVA-Partys wird die gesamte Infrastruktur eines Lokals zugänglich gemacht. Um Bedürfnissen von Menschen mit Epilepsie gerecht zu werden, wird auf den Einsatz von Stroboskopen verzichtet und die Geschwindigkeit von *Moving Heads* und *Scannern* reduziert. Zudem wird nach Möglichkeit eine lichtruhige Zone geschaffen. Viele Gäste schätzen auch den Zeitrahmen von 19 bis 23 Uhr. So bleibt genügend Zeit, um mit den öffentlichen Verkehrsmitteln nach Hause zu kommen. Das Angebot erfreut sich seit Jahren einer grossen Beliebtheit und wird konstant ausgebaut. Auf einer eigenen Website finden Interessierte ständig aktualisierte Termine.

Massgeschneiderte Reiseangebote

«Reisen ist die Sehnsucht nach dem Leben», sagte einst Kurt Tucholsky. Entsprechend gehört das Reisen mit zu den beliebtesten

Freizeitaktivitäten der Schweizer Bevölkerung. Wenig überrascht deshalb, dass mit der zunehmenden gesellschaftlichen Inklusion von Menschen mit Behinderungen auch die Nachfrage nach speziell konzipierten Reiseangeboten zunimmt.

Seit bald 25 Jahren bietet Procap Reisen Fachberatungen an und stellt Menschen mit Behinderungen präzise auf ihre Bedürfnisse zugeschnittene Angebote zur Verfügung. Hierfür testen die Reisefachleute von Procap die Barrierefreiheit der Hotels und Zimmer und überprüfen, ob etwa der Zugang zu Poolanlagen oder zum Meer gewährleistet ist. So wird sichergestellt, dass die Reisenden ihren Aufenthalt unbeschwert geniessen können, ohne zuerst aufwendig abklären zu müssen, ob ein Hotel, ein Zug oder ein Schiff zugänglich ist.

Ob Aktiv- oder Erholungsferien, ob Sprachaufenthalt oder Städtetour, ob lieber alleine oder in einer Gruppe unterwegs: Im Angebot von Procap Reisen findet sich für jeden Bedarf etwas. Besonders beliebt sind betreute Gruppenreisen, an denen Personen mit verschiedensten Behinderungen als geschlossene Gruppen teilnehmen und die neben der Reiseleitung auch von freiwilligen Helferinnen und Helfern begleitet werden. Diese Begleitpersonen stehen den Gruppenmitgliedern für allgemeine Hilfeleistungen zur Verfügung. Ohne ihr Engagement, das 2018 bei insgesamt 539 Einsätzen rund 63 000 Stunden umfasste, wäre dieses Angebot nicht möglich.

Diese Reisen sind für alle Menschen mit Behinderungen offen. Zusätzlich bietet Procap Reisen aber auch Ferien für bestimmte Zielgruppen an, wie seit kurzem in der Deutschschweiz betreute Gruppenreisen für Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung. Das Angebot wird stetig analysiert, angepasst und ausgebaut.

Bei Bedarf kann zudem eine persönliche Ferienassistenz gebucht werden. Hierfür vermittelt Procap Reisen sorgfältig ausgewählte und geschulte Personen, die Individualreisende mit Behinderungen während der gesamten Reise begleiten.

Inklusion kann nur mit Geduld und mit vielen kleinen Schritten erreicht werden.

Spannung zwischen separativen, integrativen und inklusiven Angeboten

Grundsätzlich ist das Streben nach Inklusion eine Haltung, die Procap Schweiz auf allen Ebenen ihrer Organisation vertritt und Teil der Strategie des Gesamtverbands ist. Inklusion kann aber nur mit Geduld und mit vielen kleinen Schritten erreicht werden. Entsprechend ist es das Ziel von Procap Schweiz, so viele inklusive Angebote wie möglich zu schaffen, um Menschen mit Behinderungen die grösstmögliche Wahlfreiheit zu bieten.

Hierfür finden auf Organisationsebene eine konstante Evaluation und Anpassung der Angebote statt. Bei bereits bestehenden Angeboten soll der Zugang geschaffen oder verbessert werden, sei es durch bauliche Anpassungen bei infrastrukturellen Hürden, aber auch durch Übersetzungsleistungen im Sinne der Informationsvermittlung, durch Sensibilisierungsprogramme oder die Koordination von freiwilligen Helferinnen und Helfern, die Menschen mit Behinderungen bei ihren Freizeitaktivitäten begleiten. Zudem werden stets neue Partnerschaften mit anderen Interessensorganisationen oder Anbietern von Freizeitangeboten gesucht und aufgebaut.

Bei diesem Prozess befinden sich alle Behindertenorganisationen in einem Spannungsfeld zwischen dem Ziel, mehr Integration und Inklusion zu erreichen und dem systembedingten Widerspruch, gerade dadurch die Separation zu fördern. Auch Procap Schweiz wird sich künftig mit der Frage auseinandersetzen, ob die heute bestehenden inklusiven Freizeitangebote stärker und gezielt auch für Menschen ohne Behinderungen geöffnet werden sollen – und zwar so lange, bis diese Frage keine Rolle mehr spielt.

(Weiterführende) Literatur

- Bigler, H. & Lizano, S. (2016). *Gesundheitsförderung für Menschen mit Behinderung – Über die Chancengleichheit zu mehr Bewegung und gesunder Ernährung*. Procap: Olten.
- Bundesgesetz über die Beseitigung der Benachteiligungen von Menschen mit Behinderungen (Behindertengleichstellungsgesetz, BehiG) vom 13. Dezember 2002, in Kraft seit dem 01. Januar 2004, SR 151.3.
- Procap Schweiz (2013). *Gesund leben mit Behinderung – Gesundheitsförderung durch Bewegung und Ernährung*. Procap: Olten.
- Trescher, H. (2015). Zielperspektive Inklusion – Freizeit von Menschen mit geistiger Behinderung. *Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik*, 21 (9), 39–45.
- Zihlmann, I., Bigler, H., Häusermann, S. & Lizano, S. (2009). *Gesundheitliche Chancengleichheit für Menschen mit Behinderung – das Programm «Procap bewegt*. Procap: Olten.

Sonja Wenger
 Journalistin / Verantwortliche
 Verbandskommunikation und
 Medien Procap Schweiz
 Frohburgstrasse 4
 4600 Olten
sonja.wenger@procap.ch
www.procap.ch

