



# ACTIVA

DIE ZEITSCHRIFT FÜR INTEGRATION





Philipp  
Ruckstuhl



Petra  
Brühwiler



Monika  
Padrutt



Karin  
Wüthrich



Katja Arquint-  
Degelmann



Davide  
Compagnoni



Rebecka  
Kesseli

## Geschäfts- und Beratungsstelle Chur

Alexanderstrasse 8, 7000 Chur  
Telefon 081 253 07 07  
Fax 081 253 07 06

---

Philipp Ruckstuhl, Geschäftsführer  
philipp.ruckstuhl@procapgrischun.ch  
Telefon 081 253 07 90  
Mo–Do: 8.00–11.30 / 13.30–17.00

---

Petra Brühwiler, Sekretariat  
petra.bruehwiler@procapgrischun.ch  
Telefon 081 253 07 91  
Mo: 8.00–11.30 / 13.30–17.00  
Di: 8.00–11.30 / 13.30–17.00  
Mi: 8.00–11.30

---

Monika Padrutt, Beratung  
monika.padrutt@procapgrischun.ch  
Telefon 081 253 07 92  
Mo, Di, Do: 8.00–11.30 / 13.30–17.00

---

Karin Wüthrich, Rechtsanwältin  
Kontakt via Beratungsstellen

Wir sind auch im Internet für Sie da:

[www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch)  
[www.handicap-gr.ch](http://www.handicap-gr.ch)

## Beratungsstelle Surselva

Plazza Cumin 9, 7130 Ilanz

---

Katja Arquint-Degelmann  
surselva@procapgrischun.ch  
Telefon 081 941 25 32  
Öffnungszeiten:  
Mo, Do: 9.00–12.00 / 14.00–16.00

## Beratungsstelle Südbünden

Chesa Ruppanner, Quadratscha 1,  
7503 Samedan

---

Davide Compagnoni  
davide.compagnoni@procapgrischun.ch  
Telefon 081 253 07 88  
Do: 8.00–11.30 / 13.30–17.00

## Beratungsstelle Davos / Prättigau

Promenade 43, 7270 Davos Platz

---

Rebecka Kesseli  
davos@procapgrischun.ch  
Telefon 081 420 62 52  
Öffnungszeiten:  
Di, Do: 8.00–11.30 / 13.30–17.00

## Vorstand

---

Reto Cramer (seit 2018)  
Präsident, Personelles

---

Daniel Weber (seit 1998)  
Vizepräsident, Mittelbeschaffung

---

Marco Haas (seit 2006)  
Finanzen

---

Corsin Bühler (seit 2010)  
Mitgliederanlässe, Kurse

---

Corinne Aeberhard (seit 2017)  
Delegierte Behindertenkonferenz

---

Alessandro Della Vedova (seit 2015)

---

Erwin Graf (seit 2015)

---

Martina Tomaschett (seit 2018)

Ausblick

## PROCAP ELTERNFORUM ALS LIVE STREAM

Besuchen Sie unser 4. Procap Elternforum  
im Live Stream

5. September 2020 10 – 12 Uhr auf  
[www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch)





# ACTIVA

## AUSGABE 2/20



*In der Activa finden Sie drei Berichte von Persönlichkeiten, welche sich für Menschen mit Behinderung einsetzen. Alle haben einen unterschiedlichen Zugang zum Thema. Eine Beeinträchtigung von Geburt an, oder durch einen Unfall oder über die freiwillige Arbeit. Allen gemeinsam ist, dass sie sich für Menschen mit einer Behinderung mit grossem Engagement einsetzen. Lesen sie dazu die Beiträge. Die Mitgliederversammlung wurde am 5. August 2020 ordentlich abgehalten. Aufgrund der Corona-Pandemie hat der Vorstand von Procap Grischun entschieden, die Versammlung schriftlich abzuhalten. Die Resultate finden Sie auf Seite 4. Die MS-Gesellschaft Graubünden wird 40-jährig. Den Gastbeitrag dazu finden sie auf Seite 15. Ich wünsche Ihnen noch schöne Sommertage und beste Gesundheit.*

**Philipp Ruckstuhl**



Mitgliederversammlung 2020



Procap Elternforum



Bündner Behindertensportler

**Bild: Titelblatt**

Walter Eberle, Bündner Behindertensportler 2020  
Foto: zVg

**Impressum:**

**Herausgeberin:** Procap Grischun, Alexanderstrasse 8, 7000 Chur.

**Redaktion:** Philipp Ruckstuhl (pr).

**Layout:** Druckerei Landquart AG.

**Erscheinungshäufigkeit:** Die Activa erscheint viermal pro Jahr und ist die Mitgliederzeitschrift von Procap Grischun.

**Abopreis:** Fr. 6.00 des Mitgliederbeitrages

**Auflage:** 3500

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:** Activa 4/20, 17. Oktober 2020

**Die nächste Activa (4/20) erscheint im November 2020.**

# MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2020

---

## **Protokoll:**

**Protokoll der Mitgliederversammlung der Procap Grischun vom Mittwoch, 5. August 2020, 16.00 Uhr im Sitzungszimmer von Procap Grischun, Alexanderstrasse 8, 7000 Chur.**

Anwesend waren folgende Vorstandsmitglieder: Präsident Reto Cramer (Vorsitz), Marco Haas (Finanzen), Alessandro Della Vedova (Beisitzer). Weitere Personen: Philipp Ruckstuhl, Geschäftsführer, Protokoll und Stimmenzähler, sowie Katja Arquint, Regionalleiterin Surselva und Stimmenzählerin.

Der Vorstand von Procap Grischun hat an der Vorstandssitzung vom 25. Juni 2020 beschlossen, die Mitgliederversammlung schriftlich abzuhalten. Der Versand der Unterlagen fand am 10. Juli 2020 statt. Unsere 3233 Mitglieder konnten bis am 31. Juli 2020 schriftlich zu allen Traktanden Stellung nehmen. Die eingegangenen Stimmen wurden am 5. August 2020 in Anwesenheit der vorgenannten Personen ausgezählt. Dabei wurde die Rechtmässigkeit der schriftlichen Abstimmung festgestellt und die Resultate zur Kenntnis genommen.

Einleitend stellte Reto Cramer, Präsident, fest, dass erstmals in der Geschichte der Procap Grischun eine Mitgliederversammlung ohne Anwesenheit der Mitglieder stattfand. Die COVID-Verordnung des Bundes lässt indessen für Vereine eine schriftliche Mitgliederversammlung zu. Der

Vorstand von Procap Grischun hat sich anlässlich seiner Sitzung vom 25. Juni 2020 dazu entschlossen, eine schriftliche Mitgliederversammlung durchzuführen, um insbesondere unsere Mitglieder zu schützen, welche zur Risikogruppe gehören. Wir hoffen, dass wir alle bald wieder zum gewohnten Alltag zurückkehren können.

**«Erstmals in der Geschichte der Procap Grischun fand eine Mitgliederversammlung ohne die Anwesenheit der Mitglieder statt.»**

*Reto Cramer, Präsident*

## **Folgende Traktanden standen zur Abstimmung:**

1. Genehmigung des Protokolls vom 29.03 2019
2. Abnahme der Jahresberichte 2019 des Präsidenten und des Geschäftsführers.
3. Genehmigung der Jahresrechnung 2019 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes.
4. Entlastung des Vorstandes
5. Festsetzung der Jahresbeiträge
6. Ersatzwahl für den Vorstand

## Die Auszählung ergab folgende Resultate:

	Stand: 5.8.2020
Stimmberechtigte Mitglieder	3'233
Eingegangene Stimmzettel	527
Ungültige	50
Gültige Stimmzettel	477
Stimmbeteiligung	16.3%

<b>1. Genehmigung Protokoll</b>	
Ja-Stimmen	467
Nein-Stimmen	2
Enthaltungen	8
Das Protokoll vom 29.03.2019 wurde genehmigt.	

<b>2. Abnahme der Jahresberichte 2019 des Präsidenten und des Geschäftsführers</b>	
Ja-Stimmen	466
Nein-Stimmen	3
Enthaltungen	8
Jahresberichte 2019 von Präsident und Geschäftsführer wurden genehmigt.	

<b>3. Genehmigung der Jahresrechnung 2019 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes.</b>	
Ja-Stimmen	468
Nein-Stimmen	2
Enthaltungen	7
Die Jahresrechnung 2019 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes wurde genehmigt.	

<b>4. Entlastung des Vorstandes</b>		
Ja-Stimmen	467	
Nein-Stimmen	2	
Enthaltungen	8	
Dem Vorstand wurde Décharge erteilt.		

<b>5. Festsetzung des Jahresbeitrages 2021</b>		
Ja-Stimmen	470	
Nein-Stimmen	0	
Enthaltungen	7	
Die Stimmberechtigten wollen den Mitgliederbeitrag 2021 bei Fr. 50.- Aktivmitglieder, Fr. 50.- Solidarmitglieder, Fr. 100.- Kollektivmitglieder belassen.		

<b>6. Ersatzwahl eines Vorstandsmitgliedes</b>	
Gültige Wahlzettel	477
leere Stimmzettel	87
Ladina Caviezel	389
Einzelne	1
Ladina Caviezel wird neu in den Vorstand gewählt.	

### **Ladina Caviezel ist neues Mitglied im Vorstand von Procap Grischun.**

Neu wurde Ladina Caviezel, 1979, aufgewachsen in Paspels, in den Vorstand gewählt. Sie hat eine kaufmännische Ausbildung und nach einigen Jahren Berufserfahrung eine weitere Ausbildung zur Physiotherapeutin absolviert. Heute ist Ladina Caviezel mit ihrer Familie in Chur wohnhaft, Mutter von drei Kindern, wovon eines aufgrund einer seltenen Stoffwechselerkrankung mehrfach beeinträchtigt ist. Nebst dem Familienalltag ist Frau Caviezel in einem Teilzeitpensum in einer Physiotherapiepraxis tätig, engagiert sich in Elterngruppen und in einem weiteren Vorstand einer kantonalen Behindertenorganisation. Die Erfahrung im Alltag mit einem beeinträchtigten Kind und das Wissen, wie wichtig professionelle Unterstützung, Beratung, Begleitung und Vernetzung sind, haben Frau Caviezel motiviert, sich auch im Vorstand von Procap Grischun zu engagieren. Wir gratulieren Ladina Caviezel zur erfolgreichen Wahl.

Vorstand Procap Grischun



Foto: zVG



## 4. PROCAP ELTERNFORUM «ENTLASTUNG»



**Mit Live-Stream auf [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).**

Belastungen sind vielfältig, individuell und doch weithin bekannt. Entlastungen hingegen sind, obwohl genauso vielfältig, oftmals schwer zugänglich, bringen unerwünschte Nebenwirkungen mit sich oder sind (noch) unbekannt. Grund genug, sich diesen Begriff und seine praktische Umsetzung genauer zu betrachten. Was muss denn überhaupt gegeben sein, damit Entlastung die gewünschte Wirkung erzielen kann? Wie funktioniert Entlastung? Und was vermag Entlastung zu bewirken? Diese und weitere Fragen sollen beantwortet werden und für Familien mit Angehörigen mit einer Beeinträchtigung «Entlastung» bringen. Zu diesem Thema findet ein Inputreferat und eine Podiumsdiskussion statt. Interessierten wird im Anschluss an die Veranstaltung

eine Informationsmappe abgegeben mit den Partner-Organisationen des diesjährigen Elternforums.

**Termin:** Samstag, 5. September 2020 **Zeit:** 10.00–12.00 Uhr **Wo:** Schulheim Chur, Kompetenzzentrum für Sonderpädagogik, Masanserstrasse 205. Zur Bekämpfung der Corona-Pandemie wird auf den Kinderhort und den Vernetzungsapéro verzichtet. Für Interessierte wird ein **Live-Stream:** [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch) eingerichtet. Das Forum kann auch zu einem späteren Zeitpunkt auf dem YouTube Kanal von Procap Grischun angeschaut werden. **Infos:** Geschäftsstelle Procap Grischun Chur. **Anmeldung:** [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch) oder [info@procapgrischun.ch](mailto:info@procapgrischun.ch). Die Platzzahl ist limitiert. **Kosten:** Eintritt frei



Foto: Alexander Dummer, Unsplash

# INTERVIEW MIT ALESSANDRO DELLA VEDOVA

## MITGLIED DES VORSTANDES VON PROCAP GRISCHUN

---

**Du bist seit bald einem Jahr höchster Bündner in der Funktion als Landespräsident. Deine Amtszeit endet in der August-Session 2020. Was für Eindrücke werden Dir bleiben?**

Der immer freundliche Empfang bei den besuchten Veranstaltungen oder bei offiziellen Treffen in den verschiedenen Regionen unseres Kantons, nicht zuletzt während der Coronakrise, wird mir besonders in Erinnerung bleiben.

**Als Landespräsident hast Du an den Eröffnungsansprachen des Grossen Rates Menschen im Fokus, welche für Ihre Anliegen kämpfen müssen. Was für Reaktionen hast Du erlebt?**

Von Seiten der öffentlichen oder privaten Institutionen, die unseren Alltag prägen und ich während meiner Eröffnungsansprachen direkt angesprochen habe, konnte ich ein gewisses Unbehagen spüren. Dies wurde aber von der grossen Unterstützung von Seiten der in Schutz genommenen Personen- oder Interessenkreise weitestgehend kompensiert, die manchmal ihre Wertschätzung für meine Worte sogar durch öffentliche Leserbriefe bekundeten.

**Gibt es Erlebnisse, an die Du Dich gerne als Landespräsident erinnerst?**

Ja, ich denke z. B. an die positive Überraschung der kontaktierten Unternehmen, Vereine oder Organisationen im ganzen Kanton, als ich während der Coronakrise spontan anrief und sagte, ich würde gerne vorbeikommen. Dies, um mir

persönlich ein Bild davon zu machen, wie es ihnen in dieser schwierigen Phase ging und mich im Namen der Institutionen für die Aufrechterhaltung ihres so wichtigen Einsatzes zu Gunsten unseres Alltags ganz herzlich zu bedanken.

**Du bist Mitglied im Vorstand von Procap Grischun und seit Juli 2019 hast Du eine neue Aufgabe als Geschäftsleiter der Caritas Graubünden. Gibt es Parallelen zwischen den beiden Organisationen?**

Beide Vereine kümmern sich um Personen, die in unserer Gesellschaft oft kämpfen müssen, um ein würdiges Leben verbringen zu können. Erfreulicherweise darf man sagen, dass in den letzten Jahren viel erreicht wurde. Nichtsdestotrotz schaue ich mit einer gewissen Besorgnis in die Zukunft. Der Populismus und der Hass gegenüber Menschen, die aus Sicht einiger Kreise der normalen «Gesellschaft» als «Kostenverursacher» oder «Parasiten» betrachtet werden, nimmt schleichend zu. Wir müssen solche Dynamiken bekämpfen, und zwar indem wir die breite Bevölkerung weiterhin sensibilisieren und persönlich ansprechen. Wenn wir vermitteln können, dass sich hinter gewissen Ausdrücken kein anonymes Wesen steckt, sondern oft, wenn man sich kurz Zeit zum Reflektieren nimmt, auch Personen in unserem Bekannten- oder sogar Beziehungskreis, die einen Namen und Vornamen haben, dann taucht die gute und vernünftige Seite auf, die in jedem von uns steckt. Diese Seite des Menschen müssen wir ansprechen.

**Was möchtest Du verändern als Geschäftsleiter von Caritas Graubünden?**

Verändern eigentlich nichts. Die Caritas Graubünden macht viel Gutes. In diesem Sinne muss sie ihr Hilfsangebot konsolidieren und optimieren, dort wo es nötig ist. Was hingegen zu verstärken ist, ist die Präsenz in den Regionen unseres Kantons. Die Infrastruktur der Caritas Graubünden befindet sich vor allem in Chur. Die Armut ist aber leider im ganzen Graubünden ein Thema. Derzeit arbeiten wir an diesem Thema.

**Procap Grischun ist seit bald 90 Jahren tätig. Braucht es solche Organisationen noch in Zukunft?**

Auf jeden Fall. Die reinen Fortschritte der modernen Medizin können leider nicht alle Probleme



lösen und hilfsbedürftige Leute wird es somit immer geben. Und auch wenn nur eine Person vom Angebot von Procap Grischun Gebrauch machen würde. Dies würde das Dasein von Procap Grischun selbst rechtfertigen.

**Durch die Ratifizierung der Uno-Behindertenrechtskonvention (UNO-BRK) hat sich die Schweiz dazu verpflichtet, die volle und selbstbestimmte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen am gesellschaftlichen Leben zu gewährleisten. Die Umsetzung der UNO-BRK weist jedoch noch Mängel auf. Wo siehst du noch Verbesserungspotential im speziellen für den Kanton Graubünden?**

Die Schweiz verfügt mit der Verfassung, dem Sozialversicherungsrecht sowie dem Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) über gute Grundlagen. Auf der Ebene des Kantons muss darauf geachtet werden, dass Menschen mit Behinderung nicht benachteiligt werden. Menschen mit Behinderung sind auf dem Arbeitsmarkt benachteiligt. Ihr Anteil auf dem Gesamtarbeitsmarkt gemessen an der Gesamtbevölkerung ist sehr klein. Es müssen Anreize für Unternehmen geschaffen werden, Menschen mit Behinderung anzustellen.

**Was wünschst Du Dir für Procap Grischun in Zukunft?**

Weiterhin ein sicheres und stabiles Dasein, mit wachsender Mitgliederzahl. Je breiter abgestützt, desto wirksamer sind die Tätigkeit an der Front und der Einfluss auf politische Entscheide jedes Vereins.

Vielen Dank für das Gespräch

Philipp Ruckstuhl



# EINLADUNG ZUR INFORMATIONSVERANSTALTUNG ZUM THEMA: SOZIALVERSICHERUNG IN DER ZUKUNFT?

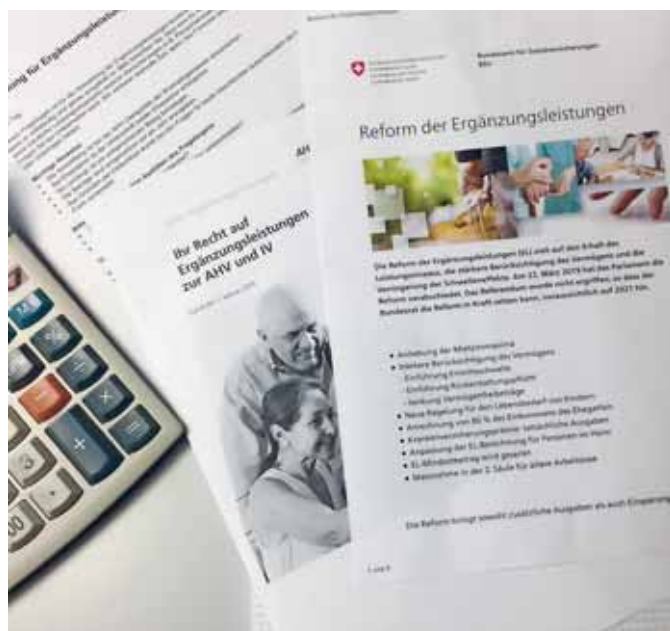
## «WAS ÄNDERT SICH DURCH DIE GESETZESREVISION BEI DER ERGÄNZUNGSLEISTUNG (EL)?»

*Die Reform der Ergänzungsleistungen (EL) tritt per 1. Januar 2021 in Kraft. Bereits heute zeigt sich, dass unsere Mitglieder viele Fragen zu den Änderungen und Neuerungen haben. Procap Grischun und Procap Schweiz gehen davon aus, dass in den kommenden Monaten zu diesem Thema ein verstärkter Informationsbedarf bei den Beratungsstellen entsteht. Aus diesem Grund organisieren Procap Grischun und Procap Sargans-Werdenberg am Donnerstag, den 17. Dezember 2020 eine öffentliche Informationsveranstaltung zum Thema «Was ändert sich durch die Gesetzesrevision bei den Ergänzungsleistungen», im Calvensaal, in Chur.*

Martin Boltshauser, Rechtsanwalt und Mitglied der Geschäftsleitung von Procap Schweiz gibt einen Überblick über die EL und die zusätzlichen kantonalen Regelungen. Dort, wo durch die Gesetzesrevision Änderungen erfolgen, wird jeweils ergänzend zur aktuellen Regelung die zu erwartende neue Handhabung erklärt.

Welche Neuerungen kommen durch die Gesetzesrevision auf uns zu? Wann habe ich Anspruch auf EL? Welche Einnahmen und Ausgaben werden angerechnet? Was zahlt die EL zu Hause und was im Heim? Wie werden Krankheitskosten über die EL abgerechnet? Dies sind nur einige Fragen, auf die an der Veranstaltung eingegangen wird.

Foto: pr



**Datum:** Donnerstag, 17. Dezember 2020

**Zeit:** 19.00 Uhr – ca. 20.30 Uhr

**Wo:** Calvensaal, Chur

**Kosten:** Mitglieder Fr. 10.–  
Nichtmitglieder Fr. 20.–

**Anmeldung:** [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch),  
[info@procapgrischun.ch](mailto:info@procapgrischun.ch) oder  
081 253 07 07

**Verantwortung für  
Organisation/Kontaktdaten:**  
Procap Grischun,  
Geschäftsstelle Chur

# INTERVIEW MIT CORINNE AEBERHARD

## MITGLIED DES VORSTANDES VON PROCAP GRISCHUN

**Corinne, du bist seit 2017 im Vorstand von Procap Grischun. Wie erlebst du diese Organisation?**

Als Organisation, die auch in schwierigen Zeiten durch die Beratungsstellen mit den Fachpersonen das Möglichste für Menschen mit einer Einschränkung macht. Was leider im Moment pandemiebedingt fehlt, sind die Freizeitaktivitäten für die Mitglieder und der persönliche Austausch.

**Du hast eine Sehbehinderung. Wie wirkt sich dies bei Dir im Alltag aus?**

Ich habe die Sehbehinderung seit Geburt und lebe schon sehr lange damit. Ich bin meinen Eltern sehr dankbar, dass ich genau das Gleiche machen oder ausprobieren konnte, wie meine gutsehende Schwester. Somit konnte ich sehr viel lernen und auch profitieren.

In meinem Alltag heute schränkt es mich insofern ein, dass ich auf Distanz wenig sehe und den Weg in die Nähe machen muss, soweit dies möglich ist. Grosse und gut lesbare Schriften sowie gutes Licht und Kontrast schätze ich sehr. Je nachdem benötige ich mehr Zeit und ermüde schneller.

**Kannst Du dich heute auf technische Hilfsmittel verlassen?**

Heute gibt es viele technische Hilfsmittel, wovon es in meiner Jugend noch sehr wenige gab.

Mit der Elektronik ist viel dazu gekommen, beim E-Book Reader kann die Schriftgrösse angepasst werden, das Smartphone verfügt über eine Lupe

oder das Foto kann vergrössert werden. Sprechende Programme auf dem Handy oder PC sind ebenfalls gute Hilfsmittel.

**Was wünschst Du dir als Mensch mit einer Sehbehinderung im Alltag?**

Dass jeder Mensch so akzeptiert wird wie er ist und wenn ich eine Frage stelle, auch eine anständige Antwort bekomme.



Foto: zVg



**Neben der Vorstandstätigkeit arbeitest Du in der Behindertenkonferenz (BK) mit. Was hast Du für eine Funktion und was macht die BK?**

Ich habe das Ressort Organisation und Koordination. Die BK ist ein Verein, welchem verschiedene Behinderten-Organisationen angegliedert sind. Sie setzt sich zum Wohl der Menschen mit einer Einschränkung ein und sorgt für deren Vernetzung.

Foto: zVg



**Kürzlich hast Du die Ausbildung als Behindertensport-Leiterin abgeschlossen, herzliche Gratulation. Welche Sportarten kannst Du jetzt leiten?**

Ich habe die Ausbildung im polysportiven Bereich gemacht, in der Turnhalle und auf dem Sportplatz, was eine sehr grosse Spannweite an Sportarten abdeckt.

**Du bist sehr sportlich unterwegs. Was betreibst Du für Sportarten?**

Im Sommer Wandern, Walken, Klettern und im Winter Langlaufen, Skifahren und Schneeschuhwandern.

**Was ich gern sagen möchte.**

Ganz herzlichen Dank all den Menschen, die ihre Zeit und Energie den Menschen mit einer Einschränkung freiwillig zur Verfügung stellen! Man denke da an die Sportklubs oder an die Ferienangebote!

Corinne, vielen Dank für das Gespräch und dein Engagement.

Philipp Ruckstuhl





# INTERVIEW MIT WALTER EBERLE

## BÜNDNER-BEHINDERTENSSPORTLER 2020



Foto: zVg

**Walter Eberle, der 58-jährige Bündner-Behindertensportler 2020. Ein Sportler, der immer neue Herausforderungen sucht!**

Obwohl die neunte Bündner Sportnacht 2020 aufgrund der Coronakrise abgesagt werden musste, wurden die verdienten Sportlerinnen und Sportler geehrt. Die Auszeichnungen wurden vom BVS (Bündner Verband für Sport) im Fernseh-Studio der Südostschweiz am Freitag, 6. Juni 2020 im kleinen Rahmen durchgeführt.

Der 58-jährige Walter Eberle ist von der Jury von Procap Grischun als Bündner Behindertensportler 2020 ausgezeichnet worden. Er tritt die Nachfolge von Reto «Rey» Keller an.

Erwin Graf hat mit seinem langjährigen Freund gesprochen.

Bis zur 4. Klasse ist Walter Eberle auf einem Bauernhof im Hinterthurgau aufgewachsen, bevor die Familie nach Romanshorn zog. Seinen gelernten Beruf als Bäcker-Konditor musste er früh wegen einer Mehlallergie aufgeben. Anschliessend hat er unter anderem 6 Jahre lang eine Denner-Filiale in Savognin geleitet, bevor sie verkauft wurde. Seit 1994 wohnt er im Fürstentum Liechtenstein und war während 20 Jahren Leiter des Bestellwesens bei der Migros. Seit sechs Jahren arbeitet er nun halbtags für den Liechtensteiner Behindertenverband und organisiert den Fahr-

dienst für Menschen mit eingeschränkter Mobilität im Land.

Sein Leben lang hat er draussen sehr viel Sport getrieben (Skifahren, Biken, Wandern, Gleitschirm, Schwimmen usw.) und seinen Beruf rundherum organisiert. So sportlich wie jetzt sei er aber nicht gewesen. Im Jahr 1998 ist er dann trotz 10-jähriger Erfahrung bei einem Gleitschirm-Flug in Seewis abgestürzt. Als er dank super Aufwind 1000 Höhenmeter über dem Startplatz in Triesenberg ankam, entschied er sich spontan, weiter nach Davos zu fliegen. Leider hat ihn ein plötzlicher heftiger Abwind gestoppt. Beim Unfall erlitt er eine inkomplette Querschnittlähmung (L1), so dass er lange hoffte, wieder gehen zu können. Nach der Reha in Zürich hat er intensiv geübt, mit Gehstöcken zu laufen und mit einem Spezialvelo zu fahren. Als er nach 3–4 Monaten sah, dass er keine Fortschritte machte und die Kraft nach 20 Minuten jeweils nachliess, hat er dieses Ziel aufgegeben. Zum Glück sind seine Bauchmuskeln noch intakt.

Wie schon so oft musste er sein Leben neu erfinden. Er hat sofort Kontakt mit Andi Schmid vom Rollstuhlclub Chur aufgenommen und mit ihm ein halbes Jahr Tennis gespielt. Danach begann er Vorspann-Bike zu fahren. Bereits nach 10 Minuten seien seine Arme ermüdet, was bei anderen Sportarten nicht vorkam. Zuerst dachte er deshalb, dass dies gar kein Sport für ihn sei. Seiner Art entsprechend gab er nicht so rasch auf und versuchte es erneut, da dieses Sportgerät ein ideales Fortbewegungsmittel für den Arbeitsweg war. Tatsächlich klappte es besser, rasch waren

30–40 Kilometer am Stück möglich und er nahm mit seinem Vorspann-Bike an Rennen teil. Seine Kollegen ermunterten ihn, ein richtiges Handbike zu kaufen. Es dauerte aber lange, bis er ein neues ideales Modell fand, es war ein Prashberger–Langsitz–Bike. Da dieses Bike in sein Auto passen musste, kürzte Herr Prashberger es kurzerhand für ihn und er konnte es für 5000 Franken erwerben. Nun startete seine Karriere.

Er kam ins Schweizer Nationalteam, da es im Liechtenstein keine anderen Handbiker gab. Fünf bis sechs Jahre war er in der «Nationalen Technischen Kommission Handbike» aktiv und dort zuständig für die Rennen. Er hat den Schweizer Cup mitgegründet und neue Rennen, angehängt an bestehende Volksläufe und Bikerennen, organisiert (Diessenhofen, Marbach, Mels, Felsberg, Steinen, Kaltbrunn) sowie die Handbiker an Swiss–Cycling angehängt. Aktuell wird das Handbike zum ersten Mal in einer Rennvelo–Weltmeisterschaft integriert.

Auch ich erlebte Walter Eberle an gemeinsamen Rennen, privaten Sportaktivitäten, Trainings und der Zusammenarbeit im Vorstand des Rollstuhlclubs Chur stets als sehr positiven Menschen.

10 Jahre lang hat er intensiv Wettkämpfe bestritten, dann brauchte er wie so oft eine neue Herausforderung. Er widmete sich nun den Langstrecken. In Schweden nahm er an einem 300 und in Norwegen einem 540 Kilometer Rennen teil. Da Triathlon damals für Handbiker nicht existierte, nahm er 8 Mal an Gigathlons und 5 Mal an der Tortour teil. Auch Hilfsprojekte unterstützte er,

## Interview

als er mit dem Handbike von London nach Nottwil fuhr, um ein neues Paraplegikerzentrum in Haiti zu unterstützen oder «Wings for life» für die Rückenmarksforschung. Daneben ist er auch privat ständig unterwegs und macht jedes Jahr mit seinem Patenkind eine einwöchige Tour von der Schweiz aus nach München, Stuttgart, Verona...

Foto: zVg



Einzig der Gleitschirm ist kein Thema mehr, da es zu viel fremde Hilfe braucht und Walter Eberle unabhängig sein will.

Dank seiner Art, bei Problemen nicht zu hadern, sondern neue Möglichkeiten zu testen, bezeichnet er sich als voll integriert und fühlt sich nicht behindert. Dieses Jahr wurde über Walter Eberle während dem Swiss-Ultra (zehn Tage hinterein-

### Sportliche Höhepunkte von Walter Eberle

- Nationalkader CH (Handbike)
- 5 WM-Teilnahmen
- 10 EM-Teilnahmen
- 2010 Gesamtwertung Europacup
- 2013 Wahl Liechtensteiner Sportler
- viele Handbikerennen CH & International
- 5 Mal Tortour (1 x Sechserteam, 2 x zu viert und 2 x zu zweit)
- 8 Mal Gigathlon
- 2 Mal Swiss Ultra
- 2020 Bündner Behindertensportler

ander jeden Tag 3.8 km Schwimmen, 180 km Handbike- und 42.2 km Rennrollstuhlfahren) ein sehr eindrücklicher Film gedreht, der hoffentlich demnächst im Fernsehen zu sehen sein wird. Halten sie also Ausschau nach dem Film «Grenzenlos», dann können sie diesen eindrücklichen, stets zufriedenen Menschen näher kennenlernen.

Erwin Graf



Foto: zVg

Erwin Graf (rechts) und Walter Eberle (links)



Druckerei Landquart

Wir sind  
bereit.

Schulstrasse

19

Drucken

D

Ausrüsten

A

Medien

M



Druckerei Landquart AG  
Schulstrasse 19 | 7302 Landquart  
T 081 300 03 60 | [www.drucki.ch](http://www.drucki.ch)

**DRUCKEREI  
LANDQUART**  
verlag bezirks-amtsblatt

## ACTIVA per E-Mail

... die papierlose Lösung per E-Mail für Ihre Activa

Für Mitglieder, welche die Activa künftig papierlos haben möchten; wir versenden die Activa neu auch als PDF an Ihre E-Mailadresse!

Bestellung der papierlosen Activa als pdf an:  
[info@procapgrischun.ch](mailto:info@procapgrischun.ch)



# AUSFLUG TIPP

## WENN JEMAND EINE REISE TUT, SO KANN ER WAS ERZÄHLEN!

### *Ein Reisevorschlag mit dem Rollstuhl und dem Swiss-Trac auf den Bischolapass*

Wenn jemand eine Reise tut, so kann er was erzählen! So erging es Emerita Scherrer und Röbi Stoffel, als sie sich auf den Weg machten, um den Bischolapass zu erklimmen. Als eingespieltes Team haben sie zusammen die Strecke bewältigt. Die Mühen wurden belohnt mit einer wunderbaren Aussicht ins Safiental und Domleschg. Für die Activa haben sie für Nachahmer eine Wegbeschreibung zusammengestellt.

### **Wegbeschreibung:**

Gesamtstrecke: ca. 18 km / Höhenunterschied: ca. 800 Hm / Restaurant in der Alp Bischola / Anfahrt und Rückfahrt: Chur – Thusis mit der RhB / Thusis – Flerden Dorf mit dem Postauto. Ab Flerden bis «Ober-Rascheins» ist die Strasse asphaltiert, ab dort bis zur «Alp Lüscher» handelt es sich um eine gute Naturstrasse. Von der «Alp Lüscher»

bis zur Bischola-Hütte ist der Weg manchmal etwas steiler und ruppig, aber mit einer guten Swiss-Trac-Batterie und Begleiter-Unterstützung machbar. Die Wanderung ist geeignet für erfahrene Swiss-Trac-Fahrer.



# GASTBEITRAG MS GESELLSCHAFT CHUR

## 40 JAHRE MS-REGIONALGRUPPE GRAUBÜNDEN

Am 8. November 1980 trafen sich 15 Personen zur Gründung der neuen MS (Multisklerose) Regionalgruppe Graubünden im Hotel Stern in Chur. Neun davon waren Betroffene, zwei Helferinnen, zwei von der SMSG Zürich und zwei von Pro Infirmis GR. Ein Vorstand mit fünf Mitgliedern wurde gebildet und Andreas Danuser zum Präsidenten gewählt. Am 2. Mai 1981 fand die erste Zusammenkunft in der Casa Florentini in Chur statt, wo sich bereits 14 Betroffene einfanden, mit 2 Entschuldigungen und 4 Angehörigen sowie 3 HelferInnen. Die Gruppe wuchs von Jahr zu Jahr und heute zählt die Regionalgruppe 82 Mitglieder und 52 Helferinnen und Helfer. An den monatlichen Zusammenkünften beteiligen sich jeweils zwischen 28 bis 45 Personen, meist mehr Betroffene als HelferInnen.

Unser monatliches Angebot der Zusammenkünfte umfasst Diavorträge, Austauschtreffen, Vorträge bezüglich Hilfeleistungen in allen Sparten, gemeinsame Grillparty, Raclette- und Adventsessen mit Darbietungen und Spielnachmittage. Jedes Jahr ist eine Reise mit dem behindertengerechten Car geplant, der uns meist ausserhalb des Kantons führt. Die Zusammenkünfte wurden zu einem wichtigen Erlebnis für unsere Betroffenen, die zum Teil mit Kleinbussen im Domleschg, im Prättigau und im Oberland abgeholt werden. An diesem Samstag werden sie aus ihrer täglichen Umgebung herausgeholt und können sich mit ihresgleichen unterhalten bei Kaffee und Kuchen. An den Treffs wird rege diskutiert, Erfahrungen

werden ausgetauscht und nach drei Stunden trennt man sich wieder für einen Monat, meist erfüllt und zufrieden von guten Begegnungen. Es ist ein Geben und Nehmen zwischen Betroffenen und BetreuerInnen sowie den Fahrern. In den 40 Jahren hat sich vieles verändert, meistens zum Guten, und wir hoffen, dass unsere Selbsthilfegruppen wie das Schwimmen und die Hippotherapie noch lange Fortbestand haben. Ein sehr wichtiger Bestandteil des Angebotes unserer Regionalgruppe. Unsere heutige Präsidentin, Martina Tomaschett, lenkt unser Schiff mit sicherer Hand und ihr sei an dieser Stelle unser wärmster Dank ausgesprochen für ihr grosses Engagement. Im Dank eingeschlossen ist auch der ganze Vorstand, ohne ihn wäre die MS Regionalgruppe GR heute nicht das, was sie uns allen bietet.

Therese Spinaz



Foto: zVg



# AGENDA

Bitte beachten Sie, dass infolge der Schutzmassnahmen zur Eindämmung der Corona- Epidemie die Veranstaltungen unter Vorbehalt geplant werden. Bei Unsicherheiten kontaktieren Sie uns direkt in der Geschäftsstelle oder bei einer Regionalstelle. Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf unserer Homepage [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

## SPIELNACHMITTAG CHUR

Für alle, die gerne spielen und mit anderen Mitspielern ein paar gemütliche Stunden verbringen möchten, bietet sich unser Spielnachmittag an. Dieser findet in der ARGO in Chur statt. Wir spielen verschiedene einfache Gesellschaftsspiele. Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind herzlich willkommen! Falls wir Ihre Spielfreude geweckt haben, freuen wir uns, Sie kennen zu lernen.

**Wann:** jeweils Mittwoch-Nach-

mittag, die genauen Daten finden Sie auf Seite 20. **Zeit:** von 13:45 bis ca. 16:30 Uhr; **Wo:** ARGO Chur, Gartenstrasse 10, 7000 Chur; **Infos:** Geschäftsstelle Procap Grischun Chur.

## MONATLICHER BOWLING-TREFF

**Procap Grischun organisiert jeden Monat einen Bowling-Abend im Bowling-Center Chur (BCC) im neuen Einkaufscenter City West.**

Der Bowling-Abend findet am letzten Mittwoch des Monats von 18.30 bis 20.30 Uhr statt. Wir starten pünktlich um 18.30 Uhr und bitten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer vor Ort zu sein, damit wir die Bahnzuweisung um 18.30 Uhr vornehmen und dann mit dem gemeinsamen Bowling-Plausch beginnen können. Am Anlass können auch Mitglieder teilnehmen, welche nur einen geselli-

gen Abend verbringen möchten. Die Kosten für die Bowling-Bahn übernimmt für alle Aktiv- und Solidarmitglieder Procap Grischun. Die Getränke bezahlt jeder selbst. Die Leitung des Treffs liegt bei Corinne Aeberhard, welche von verschiedenen weiteren ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern unterstützt wird. Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung erforderlich. Die genauen Daten finden sie auf Seite 20. **Infos und Anmeldungen:** [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch) oder Geschäftsstelle Procap Grischun Chur.

Foto: Michal Parzuchowski, Unsplash

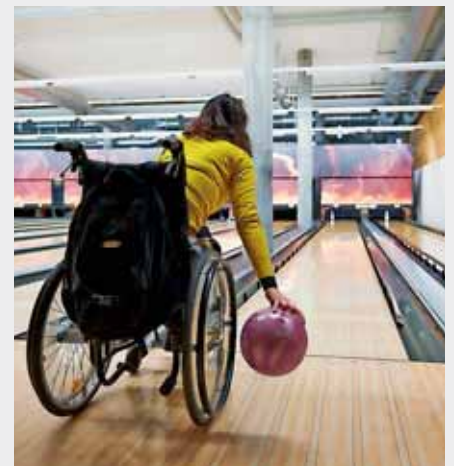


Foto: Procap Grischun

## SPIELTREFF IN KLOSTERS PLATZ

*Die Regionalstelle Davos Prättigau organisiert neu einen Spieltreff in Klosters Platz.*

In Klosters Platz findet ein monatlicher Spieltreff statt. Alle Aktiv- und Solidarmitglieder und natürlich auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen. Eine regelmässige Teilnahme an den Spieltreffs ist erwünscht. Die Leitung des Spieltreffs übernimmt Josefine Schmid. **Ort:** Restaurant Sportzentrum Klosters Platz (Eisbahn); **Zeit:** 14.00 – 17.00 Uhr; **Wann:** jeweils am letzten Donnerstag im Monat. Die genauen Daten finden Sie auf Seite 20. An- und Abmeldungen nimmt die Spielleiterin, Josefine Schmid, gerne entgegen (079 287 30 16).

## MONATLICHE RECHTSSPRECHSTUNDE IN SOZIALVERSICHERUNGSFRAGEN

*Procap Grischun organisiert jeden Monat eine Rechtssprechstunde in Sozialversicherungsfragen.*

Die Rechtsauskünfte betreffen folgende Themen: Invalidenver-



Foto: Procap Grischun

sicherung, Obligatorische Unfallversicherung (UVG), Berufliche Vorsorge (BVG), Obligatorische Krankenversicherung (KVG), Ergänzungsleistungen (EL), Militärversicherung (MV). Die Rechtssprechstunden werden von der Rechtsanwältin von Procap Schweiz, Karin Wüthrich, geleitet.

**Rechtssprechstunde:** Die genauen Daten finden Sie auf Seite 20. **Kosten:** Eine Teilnahme an der Rechtssprechstunde ist für Aktivmitglieder unentgeltlich. **Anmeldung:** Wenden Sie sich bitte für einen Termin an die Geschäftsstelle von Procap Grischun Chur (081 253 07 92).

## TREFF SAMEDAN

*Die Regionalstelle Südbünden organisiert einen monatlichen Treff.*

Wir treffen uns um 14 Uhr in der Cafeteria im Parterre des Altersheims Promulins 7/9, 7503 Samedan, zum monatlichen Procap-Treff Samedan. Die Cafeteria ist rollstuhlgängig. **Datum:** jeweils am zweiten Mittwoch des Monats, die genauen Daten finden Sie auf Seite 20. **Zeit:** 14.00 – 16.00 Uhr. **Ort:** Cafeteria im Parterre des Altersheims. **Kosten:** jeder zahlt für sich. **Anmeldung:** keine. Ziel unserer Treffen ist es, den Aktiv- und Solidarmitgliedern sowie auch externen Interessierten Gelegenheit zu geben, sich regelmässig zu treffen und die Geselligkeit zu pflegen. Referenten oder einheimische Künstlerinnen und Künstler sollen ebenfalls ihren Platz haben, um ihre Werke präsentieren zu können. Freunde und Bekannte sind herzlich willkommen, je mehr mitmachen, desto abwechslungsreicher wird's. **Infos:** Regionalstelle Südbünden.

## KINDER- UND FAMILIENANLASS ZWERGENWEG IN KOSTERS

Procap Grischun lädt am Freitag, 23. Oktober 2020 alle Kinder mit ihren Eltern zu einem abenteuerlichen Kinder- und Familienanlass ein. Zusammen entdecken wir eine Teilstrecke des bekannten Zwergenweges in Klosters und erfahren viel Spannendes über die Zwergenwelt.

Wir treffen uns um 10.00 Uhr beim Bahnhof in Klosters Platz. Die Anreise erfolgt selbständig. 10.00 Uhr Treffpunkt Bahnhof Klosters Platz

10.35 Uhr Start Spaziergang auf dem Zwergenweg (ca. 20 Min.)

11.00 Uhr Geschichte vom Zwerg Purzel, Zwergenhütten und Zwerge bauen, Feuer machen

12.00 Uhr Mittagessen (bräteln)

13.00 Uhr Zwergenhütten und Zwerge bauen, Spaziergang zur Kugelibahn (ca. 10 Min.)

14.45 Uhr Aufbruch zurück zur Bushaltestelle

15.30 Uhr Ankunft Bahnhof Klosters Platz

Jeder nimmt selbst etwas zum Grillieren mit. Procap Grischun offeriert die Getränke sowie Chips. Ebenso wird ein Schlangenbrotteig zur Verfügung ge-

stellt und Marshmallows zum Dessert. Der Fertiggkaffee für die Erwachsenen steht auch bereit. Wir freuen uns sehr auf dich und auf Sie liebe Eltern, Freunde und Bekannte!



Fotos: Karin Prader

**Wann:** Freitag, 23. Oktober 2020; **Zeit:** 10.00–16.00 Uhr;

**Wo:** Bahnhof in Klosters Platz

**Anmeldung und Information:**

Regionalstelle Davos/Prättigau oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch);

Nach erfolgter Anmeldung werden wir uns telefonisch mit Ihnen in Verbindung setzen, da-

mit die individuellen Bedürfnisse

der Kinder in die Planung mit einbezogen werden können. Es ist möglich, mit dem Rollstuhl einen anderen Weg zur Feuerstelle zu nehmen.

**Kosten:** Fr. 2.00 pro Person; **Anmeldeschluss:** 12. Oktober 2020.

## EIGENES KUNSTWERK GESTALTEN

Die Regionalstelle Davos/Prättigau organisiert einen kreativen Nachmittag in Davos Dorf. Uschi Corner leitet den Kurs mit dem Ziel, dass jeder Teilnehmer sein eigenes kleines Kunstwerk nach Hause nehmen kann. **Datum:** Mittwoch, 14. Oktober 2020; **Zeit:** 14.00–17.00 Uhr; **Treffpunkt:** 14.00 Uhr, Promenade 98, Davos Platz; **Kosten:** Aktivmitglieder Fr. 10.00, Solidaritätmitglieder Fr. 15.00; **Anmeldung:** Regionalstelle Prättigau/Davos, 081 420 62 52 oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch); **Anmeldeschluss:** 1. Oktober 2020.





# FINANZBERATUNG FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

***In Zusammenarbeit mit der Graubündner Kantonalbank bietet Procap Grischun kostenlos eine erstklassige Finanzberatung für Menschen mit Behinderung.***

Die Finanzberatung deckt alle wesentlichen Aspekte in Geld- und Vermögensfragen ab.

Menschen mit Behinderung und deren Angehörige sind besonders gefordert, wenn es um finanzielle Fragen geht. So spielt beispielsweise bei der Berechnung von Ergänzungsleistungen zur AHV-/IV-Rente die Einkommens- und Vermögensplanung eine bedeutende Rolle. Aber auch beim Erben und Vererben stellen sich gerade bei Eltern

mit einem behinderten Kind viele Fragen. Darüber hinaus werden im Rahmen der Finanzberatung alle Bereiche rund um die Themen Einkommens-/Vermögensplanung, Steueroptimierung, Fragen zu Risiko- und Lebensversicherungen und zum Eigenheim professionell beantwortet.

Die Finanzberatung wird ähnlich wie die monatlich stattfindenden Rechtsprechstunden von Procap organisiert. Die Beratungen, welche auf der Geschäftsstelle von Procap Grischun stattfinden, sind für alle Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen kostenlos und unverbindlich. Eine Anmeldung auf der Geschäftsstelle von Procap Grischun ist erforderlich (Tel. 081 253 07 07).



Bitte beachten Sie, dass infolge der Schutzmassnahmen zur Eindämmung der Corona-Epidemie die Veranstaltungen unter Vorbehalt geplant werden. Bei Unsicherheiten kontaktieren Sie uns direkt in der Geschäftsstelle oder bei einer Regionalstelle. Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf unserer Homepage. [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

## AGENDA

### September

- 5. 4. Elternforum, Chur
- 22. Rechtssprechstunden, Chur
- 24. Spielnachmittag, Klosters
- 30. Bowling, Chur

### Oktober

- 14. Spielnachmittag, Chur
- 14. Kreativer Herbst, Davos
- 15. Rechtssprechstunden, Chur
- 19. Vortrag EL 2021, Chur
- 23. Kinderanlass Zwergenweg, Davos
- 28. Bowling, Chur

- 29. Spielnachmittag, Klosters
- 30. Tag der Betreuenden Angehörigen

### November

- 25. Bowling, Chur
- 26. Spielnachmittag, Klosters

### Dezember

- 3. Tag der Menschen mit Behinderung
- 5. Jahresessen Südbünden
- 9. Spielnachmittag, Chur (Abschluss)
- 12. Adventsessen Davos
- 13. Arosa Humorfestival
- 16. Bowling (Abschluss), Chur
- 17. 2. Vortrag EL 2021, Chur
- 17. Rechtssprechstunden, Chur

Die Anmeldung zu Anlässen von Procap Grischun erfolgt am einfachsten via Anmeldeformular auf unserer Website [www.procapgrischun.ch/veranstaltungen](http://www.procapgrischun.ch/veranstaltungen), telefonisch oder mit diesem Anmeldeformular.


Ich / wir melde(n) mich / uns zu folgenden Anlässen an:

Vorname	Name
Strasse	PLZ/Wohnort
Telefon	Mail
Geburtsdatum	Anlass
Bemerkungen	

Einsenden an: Procap Grischun, Alexanderstrasse 8, 7000 Chur, Telefon 081 253 07 07, [info@procapgrischun.ch](mailto:info@procapgrischun.ch)  
Bitte beachten Sie: Es folgt keine Anmeldebestätigung.







Nachhaltig  
Zeichen setzen  
für die Zukunft.

#gknb2020

Gemeinsam wachsen.

Jetzt erleben.  
[gkb2020.ch](https://gkb2020.ch)



Graubündner  
Kantonalbank