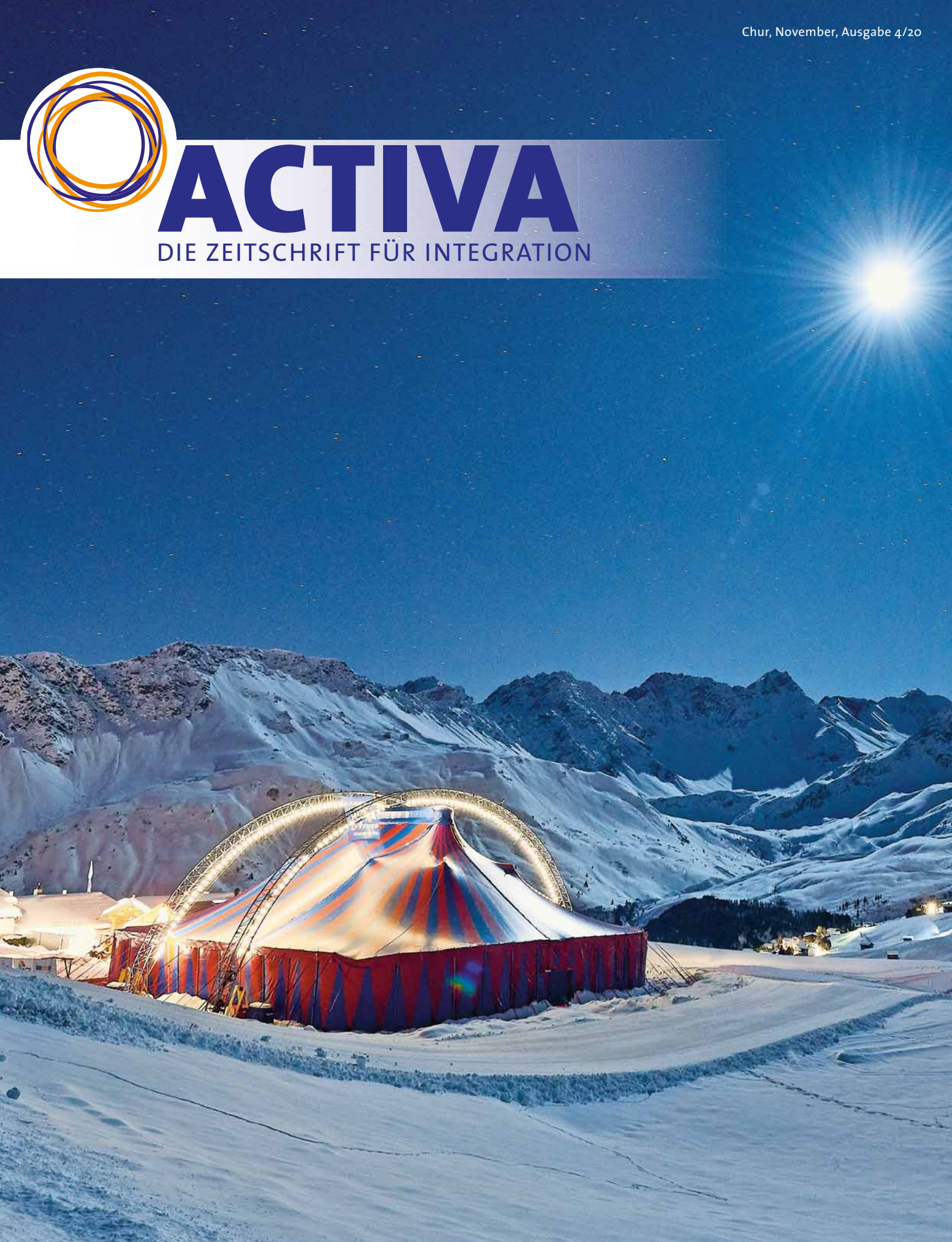




ACTIVA

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: 13.30–17.00
Di: 8.00–11.30 / 13.30–17.00
Mi: 8.00–11.30 / 13.30–17.00

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

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)

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



ACTIVA

AUSGABE 4/20



Die Zeiten haben sich geändert, wir sind immer wieder gefordert, uns an die aktuellen Situationen anzupassen und die «neue Normalität» zu finden. Das Virus hat uns noch fest im Griff und trotz-

dem wollen wir den Blick nach vorne richten. In dieser Ausgabe finden Sie verschiedene Informationen zu Dienstleistungen, Ausbildungs- und Freizeitangeboten sowie einige Gastbeiträge von verschiedenen Autoren. Zudem dürfen wir Ihnen mit «Degiacomi Schuhmode» und «Degiacomi Laufgut» eine neue Partnerschaft vorstellen: als Procap-Mitglied können Sie künftig von Einkaufsrabatten profitieren. Auf Seite 5 stellen wir Ihnen die neue Zusammenarbeit vor. Ich freue mich, Sie bei der einen oder anderen Veranstaltung zu treffen und wünsche Ihnen alles Gute.

Philipp Ruckstuhl



Bild: Arosa Humorfestival

Foto: Copyright: Arosa Tourismus / Nina Mattli

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 1/21, 14. Januar 2021

Die nächste Activa (1/21) erscheint im Februar 2021.

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.

Procap Schweiz hat eine ausführliche Informationsbroschüre zum Thema Ergänzungsleistungen erstellt. Diese Broschüre steht auf Deutsch gratis online zur Verfügung. Sie kann zudem für einen Unkostenbeitrag in gedruckter Form bestellt werden.

In einem weiteren Schritt bedient der Rechtsdienst von Procap Schweiz ab 1. Oktober bis vorerst Ende 2020 eine Beratungs-Hotline. Unter der Nummer 062 206 88 00 steht von Montag bis Donnerstag jeweils von 14 Uhr bis 16 Uhr eine Fachperson des Procap Rechtsdienstes kostenlos für allgemeine Fragen zur EL-Reform zur Verfügung. Diese Dienstleistung ist für alle zugänglich.

Veranstaltungen mit 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.

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,
info@procapgrischun.ch oder
081 253 07 07

**Verantwortung für
Organisation/Kontakt Daten:**
Procap Grischun,
Geschäftsstelle Chur

Weitere Veranstaltung:

1. Februar 2021, Casa Cumin, Ilanz, ab 19.00 Uhr

Foto: zVg



«DEGIACOMI SCHUHMODE» & «LAUFGUT DEGIACOMI» SIND NEU PARTNER VON PROCAP GRISCHUN

Die beiden Partner konnten eine gegenseitige Vereinbarung unterzeichnen. Mitglieder von Procap Grischun profitieren bei einem Einkauf bei «Degiacomi Schuhmode» und «Laufgut Degiacomi» von einer Vergünstigung.

Das hochwertige Sortiment von «Degiacomi Schuhmode» umfasst eine schöne Auswahl und ist breit gefächert. Von modernen und bequemen Schuhen für Damen sowie Herren über Outdoorschuhe oder Schuhmodelle speziell für den Sport bis hin zu Bequemschuhen – für jeden Geschmack und jedes Bedürfnis ist etwas vorhanden! Trendige Taschen, Accessoires und natürlich auch Zubehör wie Schuheinlagen oder Pflege- und Reinigungsprodukte.

«Laufgut Degiacomi»

Im Geschäft «Laufgut Degiacomi» in Chur geht es um bequemes, schnelles und sportliches, immer aber um gesundes Laufen. Ein Thema, das immer mehr an Bedeutung gewinnt, gekoppelt an ein Sortiment, das fachkundige Beratung genauso benötigt wie guten Service, eine vielfältige Auswahl und eine attraktive Präsentation.

Weitere Angebote:

- Spezialschuhe
- Fussanalyse – Fussanalyse mit unserer Laufgut-Beratungsstation
- Schuhe für Diabetiker

- Fussvermessung - digitale Fussvermessung
- Schuhreparatur – fachgerecht bei der Schuhreparatur
- Fussweiten – wenn es trotz passender Schuhgrösse nicht passt

Standorte von «Degiacomi Schuhmode» und «Laufgut Degiacomi»: Bonaduz, Chur, Thusis, Davos, Flims oder im Online-Shop unter www.degiacomischuhe.ch.

Mitglieder von Procap Grischun profitieren

Beim Einkauf bei «Degiacomi Schuhmode» und «Laufgut Degiacomi» erhalten Mitglieder beim Vorweisen des Mitgliederausweises 10 % auf das gesamte Sortiment. Während der Aktionswochen gewährt «Degiacomi Schuhmode» und «Laufgut Degiacomi» 15 % auf das gesamte Sortiment.

Klein gedrucktes GROSS geschrieben!

Beim erstmaligen Einkauf wird die Kunden-Registrierung vorgenommen. Familienmitglieder im selben Haushalt profitieren ebenfalls von den Einkaufsvergünstigungen. Ausgenommen von den Einkaufsvergünstigungen sind Geschenkkarten, Miete, Service und Reparaturen. Nicht kumulierbar mit anderen Rabatten.

SECHSMAL BESTE BERATUNG

DEGIACOMI
SCHUHMODE
— SEIT 1919 —

eigene filialen

Von Davos bis Flims und von Chur bis Thusis erstreckt sich das Filialnetz von Degiacomi Schuhmode. Dabei hat jede Filiale aber auch einen ganz eigenen Charakter entwickelt und kann damit die Kundinnen und Kunden der Region optimal bedienen



DAVOS

Ob Kongress oder Ferien - Jahr für Jahr wird die höchstgelegene Stadt Europas zum Mekka für die Schönen und Reichen. Dieses internationale Flair spürt man in der grosszügigen Filiale von Degiacomi an der Promenade 79. Mit 200 Quadratmetern bietet sie seit 2016 zusätzlich zur Fachberatung zwei Shops im Shop an - von ECCO und Paul Green. Seit 21 Jahren ist Sivilia Grunder hier Filialleitung und achtet darauf, dass das Team die aktuellen Modetrends kennt. Und weil die Gäste hier neue Winter- und Wanderschuhe sofort haben möchten, kann man mit dem 360°-Modul von Lowa die grösste Auswahl dieses Herstellers in Graubünden präsentieren.

BONADUZ

Es ist das Hauptgeschäft von Degiacomi - seit 1919. Hier trifft man auch vorwiegend Hildegard und Peter Degiacomi an. Ein breites Angebot von modischen Markenschuhen, Arbeitsschuhen und Schuhen für alle Outdooraktivitäten bildet den Kern des Angebotes, das Frau Gabi Birchler und ihr Team hier präsentieren. Auch Bequemschuhe und Schuhe für Problemfüsse gibt es hier seit jeher und in der hauseigenen Orthopädiwerkstatt werden Einlagen und Massschuhe hergestellt, sowie Reparaturen an Schuhen und Lederwaren ausgeführt.

CHUR

Das Team rund um Filialleiterin Saskia Weber lebt an der Grabenstrasse in Chur seit 2018 nach dem Motto «Gute Schuhe - gesunde Füsse». Das Angebot umfasst Bequemschuhe auch für besonders schmale oder breite Füsse, aber auch modische Schuhe für Sie und Ihn. Weiter finden Sie die grösste Auswahl an ON Schuhen in der Südostschweiz und für alle Freizeitaktivitäten in der Natur ist im Untergeschoss eine Outdoorabteilung eingerichtet. Zudem ist das Geschäft die erste Anlaufstelle für Schuhtechnik und Schuhzurichtungen.

FLIMS

«Flims ist gemütlich und heimelig», sagt Filialleiterin Angela Seglias. Die gelernte Fachverkäuferin aus Domat/Ems ist bereits seit 15 Jahren in Flims tätig. Gerade in den Sommer- und Herbstmonaten ist im Tourismusort das Angebot bei den Wanderschuhen gross. Im Winter sind es Sport-, Freizeit- und Winterschuhe, die von Einheimischen, Gästen und Ferienhausbesitzern gleichermaßen nachgefragt werden.

THUSIS

Für Annina Färber, welche die Filiale Thusis seit mehr als 12 Jahren leitet, ist ihre Ausbildung als Detailhandelskauffrau Mode- und Sportartikel die Basis für die tägliche Arbeit. So bekommen im Ort an der A13 die Einwohnerinnen und Einwohner der Region in Sachen Mode und Schuhe eine Top-Beratung. Sowohl Touristen wie Einheimische - darunter viele junge Familien, die den Heinzenberg und das Domleschg für sich entdecken - lassen sich beim Einkaufsbummel an Neudorfstrasse inspirieren. Schwerpunkte sind modische Casualschuhe für Sie und Ihn, sowie Outdoor- und Berufsschuhe.

ONLINESHOP

Stöbern Sie ganz bequem von zu Hause aus! Entdecken Sie die ganze Palette unserer Schuhe die Wir auch in unseren Filialen führen in unseren Onlineshop: www.degiacomischuhe.ch Falls Sie fragen zu Modellen und Grössen haben sollten, kommen Sie aber am besten in Ihrer Lieblings-Filiale vorbei! Ebenfalls können Sie uns auch Telefonisch erreichen.



DEGIACOMI SCHUHTECHNIK BRINGT SIE WEITER

EIN TUNING-TEAM FÜR ALLE SCHUHE UND FÜSSE

„Im Dienste Ihrer Füsse“ - so lautet das Motto der Schuhtechniker von Degiacomi. Die Orthopädie-Werkstatt unter Leitung von Peter Degiacomi mit Werkstattleiter Flurin Zarn, kann die Schuhe so anpassen, dass sie perfekt zu den Füssen passen.

SCHUHANPASSUNG SCHUHE NACH MASS

Lebensqualität beginnt bei den Füssen darum passen die Schuhtechniker von Degiacomi Laufgut die Schuhe an die Bedürfnisse der Füsse an. Dabei reicht das Spektrum von orthopädischen Fuss-Einlagen, Schuhzurichtungen und Änderungen, bis zur Herstellung und Anpassung von Orthesen und Prothesen. Auch im orthopädischen Bereich gibt es Serienschuhe, welche bei Degiacomi Laufgut verkauft und angepasst werden, zudem werden Massschuhe hergestellt. Die Kosten der erwähnten Hilfsmittel, ausgenommen Einlagen, werden durch die IV, SUVA und private Versicherer unter Abzug eines kleinen Selbstbehaltes übernommen. Degiacomi Schuhtechnik unterstützt Sie bei der Anmeldung an die Versicherung und klärt alle Details kostenlos ab

SCHUHSERVICE BRINGT'S

Ist ein Schuh erst einmal richtig eingelaufen, passt er perfekt zum Fuss, so dass man sich nie mehr davon trennen möchte. Das gilt für alle Schuhe, ganz besonders aber natürlich für Wanderschuhe oder Sportschuhe. Doch mit der Zeit nutzt sich das Leder ab oder das Profil ist abgenutzt. In all diesen Fällen lohnt es sich, die Schuhe professionell zu reparieren. Die Abklärung, ob sich eine Reparatur lohnt, geschieht bei der Inspektion, die der Schuhmacher gratis ausführt.

GUTE SCHUHE – GESUNDE FÜSSE

Kein Fuss ist perfekt, aber Ihr Schuhwerk kann es werden! Besuchen Sie unsere Laufgut Filiale in Chur oder unsere Filialen in Bonaduz, Davos, Flims und Thusis und geben Sie unliebsamen Fussbeschwerden erst gar keine Chance. Unsere Mitarbeiter/innen nehmen sich Zeit, beraten Sie gerne umfangreich und finden mit Ihnen das passende Schuhmodell.



- Wohlfühlschuhe
- Passformgerechte Schuhe von schlank bis weit
- Schuhe für Einlagen
- Outdoor- und Bergschuhe

- Schuhtechnik
- Digitale Fussvermessung
- Diabetikerversorgung
- Schuhe nach Mass
- Schuhreparaturen



DEGIACOMI
SCHUHMODE
— SEIT 1919 —

Versamerstrasse 32 | 7402 Bonaduz
Tel 081 630 20 70 | www.degiacomi.ch

Weitere Filialen in:

DAVOS 081 420 00 10
FLIMS 081 911 55 55
THUSIS 081 630 00 20
CHUR 081 250 05 00

Besuchen Sie unseren Onlineshop unter www.degiacomi-schuhe.ch

Stöbern Sie von zu Hause aus ganz bequem durch unser breites Angebot.



Ihr Spezialist für gutes Laufen, Schuhtechnik & Schuhservice.

Grabenstrasse 44 | 7000 Chur | T: 081 250 05 00
www.laufgut-degiacomi.ch

OPENSUNDAY LANDQUART – OFFEN FÜR KINDER MIT UND OHNE HANDICAP

Foto: zVg



Die Stiftung IdéeSport nimmt die Öffnung des OpenSundays für Kinder mit Behinderungen in den Fokus. Die gleichberechtigte Teilhabe an einem gemeinsamen Angebot für alle Kinder im Freizeit- und Sportbereich soll dadurch möglich werden.

Die niederschweligen Rahmenbedingungen des OpenSundays bieten das ideale Setting: Dank dem vielfältigen und polysportiven Spielprogramm, welches die Kinder aktiv mitgestalten, können verschiedene Bedürfnisse und Fähigkeiten berücksichtigt und im gemeinsamen Spiel einbezogen werden. Jedem Kind ist es möglich, basierend auf seinen individuellen Stärken mitzuspielen und sich zu bewegen. Am Sonntagnachmittag öffnet die Stiftung IdéeSport für Kinder im Primarschulalter die sowieso leerstehende Turnhalle in einer Gemeinde und bietet ihnen einen Ort, wo sie sich im Winter austoben können – kostenlos und ohne Anmeldung. In der Turnhalle Ried in Landquart besteht dieses Angebot bereits seit 3 Jahren. Zum ersten Mal in der kommenden Wintersaison können Kinder mit und

ohne Handicap sich regelmässig bewegen und gemeinsam in Kontakt treten, wobei die gemeinsame Bewegung und das freie Spiel im Zentrum stehen. So kann wichtige und frühzeitige Sensibilisierung stattfinden.

Mit Unterstützung von Procap, dem grössten Mitgliederverband von und für Menschen mit Behinderung in der Schweiz, schult IdéeSport das Hallenteam in Bezug auf den Umgang mit Kindern mit körperlichen, geistigen, psychischen oder Sinnesbehinderungen. Das «OpenSunday» setzt dabei erfolgreich auf jugendliche Brückenbauer.

Das OpenSunday Landquart findet jeden Sonntag von 1. November bis zum 21. März 2021 zwischen 13:30 und 16:30 Uhr in der Turnhalle Ried in Landquart statt.

1999-2019: 20 Jahre Stiftung IdéeSport

Die Stiftung IdéeSport setzt sich für Kinder und Jugendliche ein und nutzt Sport als Mittel der Suchtprävention, Förderung von Gesundheit und Chancengleichheit sowie der gesellschaftlichen Integration. Sie öffnet schweizweit leerstehende Räume, damit Kinder und Jugendliche ihre Freizeit an den Wochenenden mit Sport und Bewegung verbringen können. Die kostenlosen Projekte bieten Raum für Begegnungen über kulturelle und gesellschaftliche Grenzen hinweg und leisten einen wichtigen Beitrag zu einer solidarischen Schweiz.

Für weitere Informationen: Anes Gracic, Projektmanager IdéeSport, Tel. 062 296 10 38, anes.gracic@ideesport.ch, www.ideesport.ch

HUMORFESTIVAL AROSA

Foto: Copyright: Arosa Tourismus / Nina Mattli



In Zusammenarbeit mit dem Kiwanis Club Arosa lädt Procap Grischun ihre Mitglieder zum 18. Mal an das Humorfestival nach Arosa ein. Auch dieses Jahr wartet wieder ein tolles Programm auf unsere Mitglieder.

Der Comedy-Gipfel des Jahres – Top-Unterhaltung mit Männer-Comedy-Power pur!

Der Comedy-Gipfel bietet einen bunten Querschnitt durch das heimische Humor- und Comedy-Schaffen – unfassbar lustig und nichts für schwache Lach-Nerven. Folgende 5 Lachgaranten werden dafür sorgen, dass kein Auge trocken bleibt: Cony Sutter, Tom Davis Marcel Weber, Freddy Schär und Sergio Sardella.

Programm:

Sonntag, 13. Dezember 2020

- 09.45 Besammlung Bahnhofplatz Chur bei der Arosabahn
- 10.08 Fahrt mit der RhB nach Arosa / Arosa Express
- 11.09 Ankunft Bahnhof Arosa / Fahrt mit der Weisshornbahn zur Mittelstation
- 12.00 Mittagessen

- 13.00 Verschiebung zum Zirkuszelt Humorfestival
- 14.00 Vorstellung «Comedy-Gipfel des Jahres»
- 15.40 Ende der Vorstellung
- 17.48 Abfahrt RhB nach Chur
- 18.51 Ankunft in Chur

Schutzmassnahmen:

Alle Teilnehmer sind gebeten, die Abstands- und Hygieneregeln des BAG einzuhalten. Im Zug, in der Weisshornbahn sowie auf dem Veranstaltungsgelände gilt eine Maskenpflicht. Zur Optimierung der Luftzirkulation im Zelt werden drei Lüftungen eingebaut. Alle Teilnehmenden werden zwecks Contact Tracing registriert.

Wichtig:

Der Anlass ist mit einigen Einschränkungen auch für Personen im Rollstuhl geeignet. Betroffene werden gebeten, sich vor der Anmeldung bei der Geschäftsstelle Chur zu informieren. Bitte teilen Sie uns mit, ob Sie ein GA, BüGA oder Halbtax besitzen.

Wann: Sonntag 13. Dezember 2020; **Zeit:** 09.45 Uhr bis 18.51 Uhr; **Wo:** Besammlung Bahnhofplatz Chur bei der Arosabahn; **Kosten:** Aktivmitglieder: Fr. 30.–; Solidarmitglieder: Fr. 50.–; Nichtmitglieder: Fr. 100.–. Im Unkostenbeitrag sind die Fahrt Chur-Arosa-Chur, die Fahrt mit der Weisshornbahn, das gemeinsame Mittagessen und die Eintrittskarten inbegriffen. Das Inkasso der Unkostenbeiträge erfolgt direkt im Zug; **Anmeldung:** info@procapgrischun.ch, unter www.procapgrischun.ch oder per Telefon 081 253 07 07 **Infos:** Geschäftsstelle Chur; **Anmeldeschluss:** 4.12.2020

BEZIEHUNG & KOMMUNIKATION MIT MENSCHEN MIT EINSCHRÄNKUNGEN

WENN KOMMUNIKATION GELINGT, KÖNNEN BEZIEHUNGEN WACHSEN UND FÜR ALLE ENTLASTEND WIRKEN.

Jeder Mensch möchte gehört und verstanden werden und sich angenommen fühlen.

Menschen mit Einschränkungen können nur begrenzt für das eigene Wohlbefinden und die damit eigene gute Lebensqualität sorgen. Sie brauchen Unterstützung von den Menschen, die sie begleiten. Die Beziehungsgestaltung in Pflegeeinrichtungen und auch im häuslichen Umfeld verlangt ein hohes Mass an Sensibilität.

«Selber Persönlichkeit sein» - der Austausch mit anderen Menschen, sich einer Gruppe zugehörig fühlen und die Anerkennung der eigenen Geschichte führen zu einer höheren Lebensqualität der Betroffenen. Fachmann Markus Proskes will dafür sensibilisieren. Wichtig ist ihm dabei, dass «Wissen» die zentrale Basis ist. Denn «Wissen hilft Pflegen». Dann können die Menschen im Umfeld bestehende und fortschreitende Einschränkungen verstehen, Verhaltensweisen besser einordnen und Prozesse respektvoll, wertschätzend und für beide Seiten entlastend begleiten.

Perspektivenwechsel können dabei helfen. Beziehung darf sich verändern und wachsen, wenn es gelingt, die eigene Aufmerksamkeit weniger auf Defizite zu lenken, sondern viel mehr Ressourcen wahrzunehmen und zu stärken.

Stärken stärken ist deutlich nachhaltiger und wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden aus. Miteinander leben, füreinander sorgen heisst, einander mitunter jeden Tag neu zu verstehen lernen – gerade dann, wenn kognitive Einschränkungen zunehmen und das Verhalten sich ändert.

Weiterbildungsangebot im November für Schnellentschlossene im Umfeld von Menschen mit Einschränkungen jeden Alters

Der Referent Markus Proske, Humorthérapeut, Demenzberater und Buchautor wird in den beiden Kursen praxisnah, kurzweilig und verständlich die Themen «Beziehungsgestaltung» und «Kommunikation» aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchten, Lösungen und Handlungsalternativen aufzeigen.

Viele Beispiele und Anekdoten aus seiner langjährigen Arbeit bereichern die Weiterbildung. Fragen der Teilnehmenden sind willkommen und werden beantwortet.

Ein halber Kurstag mit Mehrwert für Fachpersonen, Betreuende Angehörige, Betroffene und Freiwillige.

Foto: zVg



Chur, BGS: Di/Do/Fr, 10./12./13. Nov. 2020

WEITERBILDUNG: BEZIEHUNG & KOMMUNIKATION
MIT MENSCHEN MIT EINSCHRÄNKUNGEN

Mit Markus Proske für betreuende Angehörige, Betroffene, Freiwillige und Fachpersonen

Kurs 1 Eine gute Beziehung als Basis im Umgang mit zu pflegenden Menschen

Kurs 2 Kommunikation mit Betroffenen – Schwierig? Einfach? Immer!

Online anmelden www.curvita.ch

CURVITA
Umwelt und soziale Kompetenz
Lernen durch Erfahrung
Lernprozesse für einen Wandel

alzheimer procap grischun

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE ZEIGEN TÄGLICH STÄRKE. MACHEN WIR UNS STARK FÜR SIE.

Tag der pflegenden und
betreuenden Angehörigen,
jährlich am 30. Oktober



Hier fehlt der «Kompass Graubünden».
Kein Problem, er ist analog und digital erhältlich.



Zum Tag der pflegenden und betreuenden Angehörigen vom 30. Okt. 2020 gibt Curvita das Magazin «DU&ICH – Betreuende und Betreute in Graubünden» heraus. Es versammelt journalistische Beiträge, Reportagen, Porträts und Interviews. Der «Kompass Graubünden» liegt dem Magazin bei.

Analog und digital
zu beziehen unter
www.duundich-gr.ch



CURVITA

Der Verein für pflegende Angehörige
L'associaziun per parents tgirants
L'associazione per parenti curanti

DER BERG RUFT!

STEPHAN GMÜR, PRODUKTMANAGER BARRIEREFREI, ROLLSTUHLFAHRER

Foto: zVg



Oder besser gesagt, das Unterengadin freut sich auf deinen Besuch. Speziell im Winter ist das Angebot für Menschen im Rollstuhl größer als man annehmen würde.

«Der Berg ruft» – ja, aber wie sieht es denn im «Base-Camp» aus? Unter engadin.com/barrierefrei kannst du dir bestens ein Bild davon machen. Du findest verschiedene Unterkünfte, die getestet wurden. So kannst du deine Ferien unbesorgt in einer Ferienwohnung, der Jugendherberge oder einem Hotel mit Anschluss an das Bogn Engiadina verbringen.

Das eigentliche Abenteuer beginnt am Fusse der Bergbahn. Im Büro der Schweizer Skischule Scuol-Ftan warten ausgebildete Skilehrer nur darauf, den Tag mit dir auf dem Berg zu verbringen. Die Schule ist bereit, ganz auf deine Bedürfnisse einzugehen. Egal ob du dich das erste Mal in einen der zwei Dualskibobs setzen möchtest oder bereits mit dem eigenen Monoski Kurven ziehst.

Die Skilehrer helfen dir, dich einfach sorglos im Skigebiet zu bewegen.

Für das leibliche Wohl auf dem Berg ist mit zwei voll zugänglichen Restaurants und einer EuroKey-Toilette auch gesorgt.

Nach dem grossen Abenteuer auf dem Berg hat man sich eine Erholung verdient. Im Bogn Engiadina kannst du deine Batterien auftanken und deinen Körper entspannen. Das Bad verfügt über diverse Hilfsmittel wie Leihrollstühle oder einem Poollift. Auch die moderne Garderobe wurde so gestaltet, dass du jetzt keinen Höhentransfer mehr machen musst. Haben wir dich neugierig gemacht?

Wir freuen uns auf deinen Besuch.

 **Nationalparkregion**
Gesundheitsregion

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.

Schutzmassnahmen: Alle Teilnehmer sind gebeten, die Abstands- und Hygieneregeln des BAG einzuhalten. Es gilt die Maskentragepflicht in allen öffentlich zugänglichen Innenräumen. Alle Teilnehmer unserer Anlässe werden zwecks Contact Tracing registriert.

SPIELNACHMITTAG CHUR – FINDET WIEDER STATT!

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-Nachmittag, die genauen Daten finden Sie auf Seite 18. **Zeit:** von 13.45 bis ca. 16.30 Uhr; **Wo:** ARGO Chur, Gartenstrasse 10, 7000 Chur; **Infos:** Geschäftsstelle Procap Grischun Chur.

MONATLICHER BOWLING-TREFF – FINDET WIEDER STATT!

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



Foto: Procap Grischun

zu sein, damit wir die Bahnzu- teilung um 18.30 Uhr vorneh- men und dann mit dem ge- meinsamen Bowling-Plausch beginnen können. Am Anlass können auch Mitglieder teilneh- men, welche nur einen geselli- gen Abend verbringen möch- ten. Die Kosten für die Bowling-Bahn übernimmt für alle Aktiv- und Solidarmitglie- der Procap Grischun. Die Ge- tränke bezahlt jeder selbst. Die Leitung des Treffs liegt bei Co- rinne Aeberhard, welche von



Veranstaltungen

verschiedenen weiteren ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern unterstützt wird. Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung erforderlich. Die genauen Daten finden sie auf Seite 18. **Infos und Anmeldungen:** www.procapgrischun.ch oder Geschäftsstelle Procap Grischun Chur.

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 18. An- und Abmeldungen nimmt die Spielleiterin, Josefine Schmid, gerne entgegen (079 287 30 16).



Foto: Procap Grischun

MONATLICHE RECHTSSPRECHSTUNDE IN SOZIALVERSICHERUNGSFRAGEN

Procap Grischun organisiert jeden Monat eine Rechtssprechstunde in Sozialversicherungsfragen.

Die Rechtsauskünfte betreffen folgende Themen: Invalidenversicherung, 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 18. **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 18. **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.

DIE REGIONALSTELLE DAVOS LÄDT ZUM ADVENTSESSEN EIN

Wiedersehen nach langer Auszeit

Liebe Mitglieder von Procap Grischun; das Jahr 2020 war in Bezug auf die Geselligkeit untereinander ein trübes Jahr. Das Miteinander und die Freude an gemeinsamen Erlebnissen kam zu kurz. Umso mehr hoffe ich,



Foto: zVg

dass wir uns am Adventsessen in Davos wiedersehen und uns in einer gemütlichen Runde bei Speis, Trank und Spiel austauschen können. Die Spielfreudigen sind gebeten, die eigenen Spiele mitzunehmen (Jasskarten, UNO, Eili mit Weili, etc.). Nach dem Mittagessen haben wir Zeit für das gemeinsame Spiel. Ich würde mich riesig freuen, wenn ich zum Jahresabschluss viele Teilnehmer im Restaurant Cioccolino begrüßen darf.

Schutzmassnahmen: Alle Teilnehmer sind gebeten, die Abstands- und Hygieneregeln des BAG einzuhalten. Im öffentlichen Raum besteht eine Maskenpflicht und alle Teilnehmer werden zwecks Contact Tracing registriert.

Mitnehmen: eigene Spiele; **Wann:** Samstag, 12. Dezember 2020; **Zeit:** 11.30 Uhr bis 15.30 Uhr; **Wo:** Restaurant Cioccolino, Davos Platz; **Kosten:** Aktivmitglieder Fr. 10.–, Solidarmitglieder Fr. 20.–, Nichtmitglieder Fr. 30.–, das Essen und Mineralwasser sind im Preis inbegriffen; **Anmeldung:** davos@procapgrischun.ch oder unter www.procapgrischun.ch oder per Telefon 081 420 62 52; **Infos:** Regionalstelle Davos/Prättigau; **Anmeldeschluss:** 27. November 2020.

JAHRESESSEN IM HOTEL/RESTAURANT LAUDINELLA IN ST. MORITZ

Die Regionalstelle Südbünden lädt zum traditionellen Jahresessen ein.

Das Jahresessen findet dieses Jahr im Hotel/Restaurant Laudinella in St. Moritz statt. Nach dem Mittagessen spielen wir gemeinsam Lotto. Um die Spieler ein wenig zu motivieren, organisiert jeder Teilnehmer im Voraus ein selbstgemachtes Geschenk, das als Lotteriepries zur Verfügung gestellt wird. Dadurch wird die Lotterie mit schönen Preisen bereichert.

Schutzmassnahmen: Alle Teilnehmer sind gebeten, die Abstands- und Hygieneregeln des BAG einzuhalten. Im öffentlichen Raum besteht eine Maskenpflicht und alle Teilnehmer werden zwecks Contact Tracing registriert. **Datum:** Samstag, 5. Dezember 2020; **Zeit:** 11.30 – ca. 15.00 Uhr; **Ort:** Hotel/Restaurant Laudinella in St. Moritz; **Kosten:** Aktivmitglieder Fr. 10.–; Solidarmitglieder Fr. 30.–; Nichtmitglieder Fr. 50.–; **Anmeldeschluss:** 3. Dezember 2020; **Anmeldung und Infos:** Regionalstelle Südbünden per Telefon 081 253 07 88 oder www.procapgrischun.ch

MALEN MIT MUSEUMSBESUCH IM JANUAR

Besuch der Jahresausstellung der Bündner Kunstschaffenden

Am Samstag, 30. Januar 2021 besuchen wir die Jahresausstellung der Bündner Kunstschaffenden. An dieser Ausstellung gibt es immer wieder überraschende Kunstwerke zu entdecken. Es sind aktuelle Arbeiten von Kunstschaffenden in und aus Graubünden. Die Werke werden von einer Jury ausgewählt. Nicht immer ist es einfach zu verstehen, was ein Bild, eine Skulptur oder eine Installation zeigen will. Die Kunstvermittlerin Alexa Giger führt uns durch die Ausstellung und unterstützt die Kursteilnehmenden

bei der Suche nach einem Zugang zu den Werken.

Inspiziert vom Rundgang im Museum setzen wir am Nachmittag im Malatelier mit Ruth-Nunzia Preisig und Sara Adzayin Ideen mit Stift, Pinsel oder Schwamm, mit Roller oder Spachtel nach eigenen Wünschen und Vorstellungen in Bilder um.

Wann: Samstag 30. Januar 2021; **Zeit:** 10.00 bis 16.30 Uhr; 12.30 Uhr Mittagessen im Romantik Hotel Stern, Chur; **Wo:** Treffpunkt beim Eingang des neuen Kunstmuseums. Der Workshop am Nachmittag findet im Malatelier von Ruth-Nunzia Preisig, Steinbruchstrasse 16, in Chur statt. Museum und Atelier sind rollstuhlgängig.

Schutzmassnahmen: Alle Teilnehmer sind gebeten, die Abstands- und Hygieneregeln des BAG einzuhalten. Im Museum besteht eine Maskenpflicht und alle Teilnehmenden werden zwecks Contact Tracing registriert. **Leitungsteam:** Alexa Giger (Bündner Kunstmuseum), Ruth-Nunzia Preisig und Sara Adzayin (Malatelier); **Kosten:** Aktivmitglieder sind kostenlos, Solidarmitglieder Fr. 30.–, Nichtmitglieder Fr. 50.–. Das gemeinsame Mittagessen und die Kursmaterialien sind inbegriffen. **Anmeldung/Infos:** www.procapgrischun.ch

**Die Anzahl der
TeilnehmerInnen im
Malatelier ist auf
8 Personen beschränkt.**



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.

AGENDA

November

24. Rechtssprechstunden, Chur

25. Bowling, Chur

26. Spielnachmittag, Klosters

Dezember

5. Jahresessen Südbünden

9. Spielnachmittag, Chur (Abschluss)

9. Treff, Samedan

12. Adventsessen Davos

13. Arosa Humorfestival

16. Bowling (Abschluss), Chur

17. 2. Vortrag EL 2021, Chur

17. Rechtssprechstunden, Chur

Januar

13. Spielnachmittag, Chur

13. Treff, Samedan

21. Rechtssprechstunden, Chur

27. Bowling, Chur

28. Spielnachmittag, Klosters

30. Malkurs mit Museumsbesuch, Chur

Februar

1. EL Vortrag M. Boltshauser, Ilanz

10. Spielnachmittag, Chur

10. Treff, Samedan

16. Rechtssprechstunden, Chur

24. Bowling, Chur

25. Spielnachmittag, Klosters

Die Anmeldung zu Anlässen von Procap Grischun erfolgt am einfachsten via Anmeldeformular auf unserer Website 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
Bitte beachten Sie: Es folgt keine Anmeldebestätigung.

KREUZWORTRÄTSEL AUSGABE 4/20

Bierproduktionsbetrieb			dt. Nebenfluss d. Rheins	fleissige Insekten	ausführen, machen	Übung (Theater)			Superheld: ...man		ironisch-witzige Darstellung	Durchfuhr	St. Galler Messe		Palm-lilien	ind. Bundesstaat
									türk. Stadt a. Mittelmeer							
CH-Organisation (2 W.)			Festung in Schaffhausen						sportl. Wettkämpfer		Bruder von Romulus					
						schichten, aufstapeln			Oper von Verdi				Abk.: Automobilclub der Schweiz			
tadeln			oval		Vorname d. Abenteurers Piccard									fäm. Barock-Maler † 1640		
versessen, erpicht		Ost-europäer				Lebensgemeinschaft					Hauptstadt v. Bulgarien		Arbeitspeicher (Kw.)			
								Baumwollstoff		Winkel-funktion						Fluss durch München
					Finte			Sammelstelle					Mutter-schwein		engl. Artikel	
unrund rollen, wackeln	Unter-kunft	Früchte der Buchen		Hinter-lassen-schaft						Säure-gehalt-wert		Sätze beim Tennis (engl.)				
Treibstoff									bibl. Prophet		kleiner süd-am. Raub-fisch					
Flüssigkristall-anzeige				Kurort am Meer		eh. CH-Hoch-springer (Roland)										
Ach guck: ... da!			Edelstein-imitation													
						dt. Vorsilbe										Glace
schriftl. Mit-teilung							Bestie			Würdi-gung, Laudatio						
			asiat. Buckel-rind		Vorn. v. Bundesrat Maurer											
internat. Autoren-verband	Aufstel-lung der pädag. Ziele	ohne Gebiss														
Gesangsstück					Hühner-vogel mit Feder-rad				Abk. engl.: vor Christus							
Bus-lenkerin		Zier-strauch		kleines Reise-flug-zeug												
Abfall bei Holz-arbeiten			südost-frz. Départ-ement							Holz-gewächs						
					eh. DDR-Partei				engl. Abschieds-gruss							
Arbeit d. Senns			Öl-pflanze													aktuell
Miss-gunst						Hoch-schule (Kw.)										
						Comic-Verfilmg. (2000, 2 W.)										

PREIS

Wir verlosen 2x2 Eintritte ins Bogn Engadina Scuol offeriert von Tourismus Engadin Scuol Samnaun Val Müstair AG.

Bitte senden Sie das Lösungswort an Procap Grischun, Alexanderstrasse 8, 7000 Chur oder via E-Mail an: info@procapgrischun.ch.

Die GewinnerInnen des letzten Kreuzworträtsels heissen: Helga Ilgner, Andreas Compagnoni, Peter Burkhart, Annaliese Calonder und Monika Cadruvi-Aberhard. Lösungswort: BALUSTRAD (Activa 3/2020).

Bogn Engiadina 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



MIT DIESER SCHUHMODE SIND SIE PERFEKT GERÜSTET!



354-80-0001
Stylischer Schuh von Fretz Men mit griffiger, weichgängiger Sohle und zweifarbig genähtem Oberleder.



257-00-3064
Handgefertigter Schweizer Schuh der Firma Ammann. Wie immer in gewohnter Top Qualität und frechem Design.



353-00-8328
Robuster aber leichter knöchelhoher Schnürschuh von Fretz Men. Aus Leder mit Gore-Tex Membrane. Da bleiben die Füße trocken und sehen gut aus.



280-39-0002
Das legendäre Modell Malix von Ammann Schuhe. Traditions meets Fashion. Warmes Lammfellfutter gutes Leder und eine griffige Sohle vollenden diesen Winterschuh.



350-00-8022
Herrenbottine von Panama Jack zum Schnüren mit Lammfellfutter und guter Sohle.



282-00-8026
Leichte Bottine von Panama Jack mit Lammfellfutter und guter Gummisohle. Perfekter Begleiter für kalte Tage in der Stadt.



280-42-0001
Handgemacht in der Schweiz, der Winterboot von Kandahar. Mit Lammfellfutter und Gummiprofilsohle.



343-34-0001
Knöchelhohe Herrenschnürbottine von Andiamo mit Warmfutter.



636-31-0001
On Schuhe: Laufen wie auf Wolken. Die Clouds dämpfen die vertikalen Kräfte ab die horizontalen Kräfte ab. Super leichtes Laufgefühl.



280-39-0002
Robuster Boot von Darkwood mit modischer Farbkombination. Gut isoliert dank fester Sohle.



351-00-8010
Handgemachter Schweizer Schuh von Kandahar zum Schnüren mit Reißverschluss auf der Innenseite. Lammfellfutter & eine leichte Wintersohle mit Korkzwischensohle, die gut isoliert.



281-80-2007
Leichter knöchelhoher Schnürschuh mit Reißverschluss von Legero mit Warmfutter und Gore-Tex. Ideal für nassen Alltag.



280-37-0002
Schnürbottine von Paul Green, ideal für kalte Herbsttage und leichtes Winterwetter. Dank der Thermo-Decksohle isoliert der Schuh perfekt.



350-34-0006
Schweizer Handwerk in Perfektion. Stabiler Herrenboot von Kandahar in hochwertigem Nubukleder mit Lammfellfütterung.



280-53-0005
Praktischer Damenwinter Schuh von Panama Jack in Bordeauxrot. Warmgefüllt, dank Lammfell und gute Profisohle.

BIRKENSTOCK Gabor ecco MJUS paul green münchen KANDAHAR Calpierre SEIT 1954 TIMBERLAND FRETZ men

DEGIACOMI
SCHUHMODE
— SEIT 1919 —

BONADUZ
Versamerstrasse 32
7402 Bonaduz
Tel.: 081 630 20 70
www.degiacom.ch

Weitere Filialen in:
BONADUZ 081 630 20 70
DAVOS 081 420 00 10
FLIMS 081 911 55 55
THUSIS 081 630 00 20
CHUR 081 250 05 00

BESUCHEN SIE AUCH UNSEREN ONLINE SHOP: WWW.DEGIACOMI-SCHUHE.CH