



# ACTIVA

DIE ZEITSCHRIFT FÜR INTEGRATION



für Menschen  
mit Handicap

procap grischun



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](http://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 Crameri (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)

Armin Spescha (neu)

## Bündner Behinderten Sportler 2021

Walter Eberle wurde letztes Jahr zum Bündner Behindertensportler gewählt. Die Bündner Sportnacht musste wegen der COVID-19-Pandemie auch dieses Jahr leider abgesagt werden. Nichtsdestotrotz wollen wir auch dieses Jahr einen Bündner Behindertensportler oder eine Behindertensportlerin für die erbrachten Leistungen auszeichnen. Eine unabhängige Jury wird die nominierten Sportler beurteilen und die Wahl vornehmen. Im kleinen Rahmen wird der/die Bündner Behindertensportler/-in 2021 gewürdigt, ausgezeichnet sowie das Preisgeld in der Höhe von 5000 Franken übergeben.



# ACTIVA AUSGABE 2/21



*Informationen bekommen und verstehen ist für uns alle wichtig. In Zeiten der COVID-Pandemie ist es noch wichtiger, dass wir die erhaltenen Informationen auch verstehen. Die Kommunika-*

*tionsabteilung des Kantons Graubünden hat bezüglich COVID-19 einen Text in leichter Sprache zu den Themen «Testen und Impfen» verfasst. So sollen möglichst viele Menschen erreicht werden.*

*Die diesjährige Mitgliederversammlung haben wir aufgrund der COVID-Vorschriften zum zweiten Mal schriftlich durchgeführt. Wir hoffen, dass wir uns an der nächsten Mitgliederversammlung wieder persönlich treffen und austauschen können. Die Wahlresultate finden sie ab Seite 4.*

*Motiviert und zuversichtlich planen wir wieder interessante Veranstaltungen. Wir hoffen sehr, dass sich die COVID-Situation weiter entspannt und wir die geplanten Anlässe durchführen können. Ich wünsche Ihnen einen schönen Frühling und bleiben Sie gesund.*

**Philipp Ruckstuhl**



**Titelbild:** Bericht in leichter Sprache zu COVID-19  
Foto: Hakan Nural on Unsplash

**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 3/21, 30. Juli 2021

**Die nächste Activa (3/21) erscheint im August 2021.**

# MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2021

**Protokoll vom Montag, 19. April 2021, 17.15 Uhr, im Sitzungszimmer von Procap Grischun.**

Anwesend waren folgende Vorstandsmitglieder: Marco Haas (Finanzen), Ladina Caviezel. Weitere Personen: Philipp Ruckstuhl, Geschäftsführer, Protokoll und Stimmzähler, Petra Brühwiler, Sekretariat und Stimmzählerin.

Der Vorstand von Procap Grischun hat an der Vorstandssitzung vom 14. Januar 2021 beschlossen, die Mitgliederversammlung schriftlich abzuhalten. Der Versand der Unterlagen erfolgte am 11. März 2021, die Abstimmungsfrist dauerte bis am 16. April 2021. Die eingegangenen Stimmen wurden am 19. April 2021 in Anwesenheit der vorgenannten Personen ausgezählt. Dabei wurde die Rechtmässigkeit der schriftlichen Abstimmung und die Resultate zur Kenntnis genommen. Bereits das zweite Mal musste die Mitgliederversammlung infolge COVID-19 ohne Anwesenheit der Mitglieder stattfinden. Die Vorgaben der Politik, die dem Schutz der Bevölkerung dienen, haben Priorität. Wir hoffen, dass wir bald wieder zum gewohnten Alltag zurückkehren können.

**Folgende Traktanden standen zur Abstimmung:**

1. Genehmigung des Protokolls vom 05.08.2020
2. Abnahme des Jahresberichtes 2020 des Präsidenten und des Geschäftsführers
3. Genehmigung der Jahresrechnung 2020 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes
4. Entlastung des Vorstandes
5. Jahresbeitrag 2022
6. Wahl der Kontrollstelle 2021
7. Erneuerungswahlen für den Vorstand

**Die Auszählung ergab folgende Resultate:**

Stimmberechtigte Mitglieder	3'207
Eingegangene Stimmzettel	629
Ungültige	2
Gültige Stimmzettel	627
Stimmbeteiligung	19.6%

<b>1. Genehmigung Protokoll</b>		
	Ja-Stimmen	611
	Nein-Stimmen	1
	Enthaltungen	15
<b>Das Protokoll vom 5.8.2020 wurde genehmigt.</b>		

<b>2. Abnahme der Jahresberichte 2020 des Präsidenten und des Geschäftsführers</b>		
	Ja-Stimmen	613
	Nein-Stimmen	1
	Enthaltungen	13
<b>Jahresberichte 2020 von Präsident und Geschäftsführer wurden genehmigt.</b>		

<b>3. Genehmigung der Jahresrechnung 2020 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes.</b>		
	Ja-Stimmen	612
	Nein-Stimmen	1
	Enthaltungen	14
<b>Die Jahresrechnung 2020 unter Kenntnisnahme des Revisionsberichtes wurde genehmigt.</b>		

<b>4. Entlastung des Vorstandes</b>		
	Ja-Stimmen	614
	Nein-Stimmen	1
	Enthaltungen	12
<b>Dem Vorstand wurde Décharge erteilt.</b>		

<b>5. Festsetzung des Jahresbeitrages 2022</b>		
	Ja-Stimmen	616
	Nein-Stimmen	2
	Enthaltungen	9
<b>Die Stimmberechtigten wollen den Mitgliederbeitrag 2022 bei Fr. 50.- Aktiv-, Fr. 50.- Solidar- &amp; Fr. 100.- bei Kollektivmitglieder belassen.</b>		

<b>6. Wahl der Kontrollstelle 2021</b>		
	Ja-Stimmen	605
	Nein-Stimmen	2
	Enthaltungen	20
<b>Fiduciar Treuhand AG Chur wurde als Kontrollstelle gewählt.</b>		

<b>7. Ersatzwahl eines Vorstandsmitgliedes</b>		
Gültige Wahlzettel		627
leere Stimmzettel		3
Einzelne	keine	
<b>Gewählt sind:</b>		
Reto Crameri, Präsident, bisher		593
Daniel Weber, Vize Präsident, bisher		603
Marco Hass, bisher		602
Corsin Bühler, bisher		604
Alessandro Della Vedova, bisher		602
Erwin Graf, bisher		604
Corinne Aeberhard, bisher		599
Ladina Caviezel, bisher		607
Armin Spescha, neu		599

### **Der neue Vorstand ist gewählt!**

Für die Periode 2021-2023 sind der Präsident und alle vorgeschlagenen Vorstandsmitglieder im Amt bestätigt worden. Armin Spescha ist neu in den Vorstand gewählt worden. Armin Spescha ist Inhaber und Geschäftsführer der Firma communicaziun.ch in Ilanz und Chur. Die communicaziun.ch ist eine Manufaktur für Kommunikation und bietet in den Bereichen Marketing, Grafik, Digital, Druck und Werbetechnik kreative Umsetzungen an. Armin Spescha wird uns mit seinem Fachwissen und seinem Engagement unterstützen.

Allen Gewählten gratulieren wir zur erfolgreichen Wahl, wünschen Ihnen viel Freude im Amt und bedanken uns herzlich für ihr Engagement.

Vorstand Procap Grischun

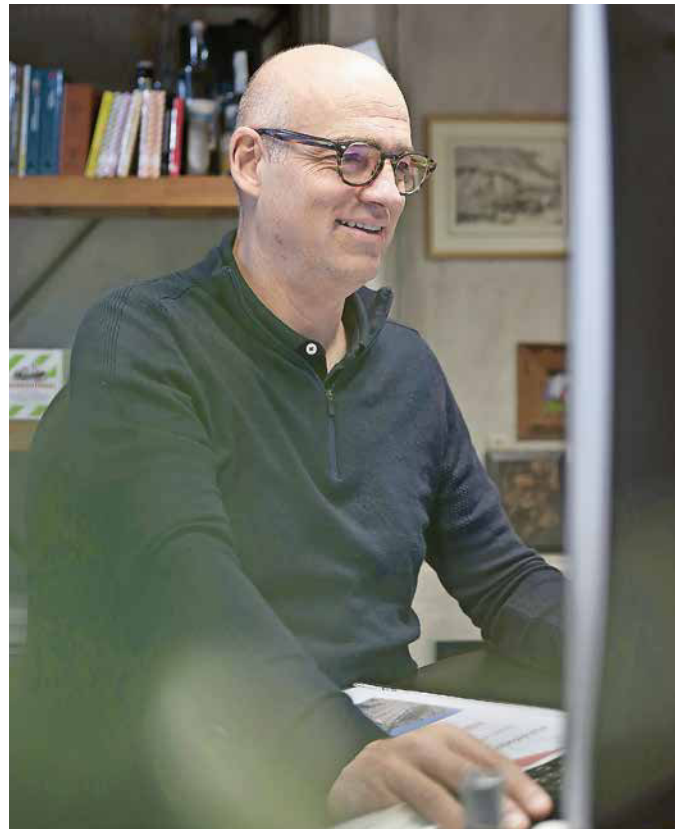


Foto: zVg

Neu im Vorstand: Armin Spescha

---

## **FRÜHJAHRSAKTION BEI DEGIACOMI SCHUHMODE & LAUFGUT DEGIACOMI**

---

Mitglieder von Procap Grischun profitieren seit dem letzten Jahr von der Partnerschaft mit Degiacomi Schuhmode & Laufgut Degiacomi. Das ganze Jahr können Mitglieder von attraktiven Einkaufsvergünstigungen profitieren. **Während der Frühjahrsaktion vom 10. bis 31. Mai 2021 erhalten Mitglieder 15 % Rabatt auf alle Einkäufe.** Bitte beachten Sie, dass ON Schuhe nur im Geschäft in Chur gekauft werden können. Es ist jedoch möglich, in allen anderen Filialen eine Bestellung aufzugeben und die Schuhe werden zur Anprobe in die entsprechende Filiale geliefert.

### ***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.

**DEGIACOMI**  
S C H U H M O D E  
— SEIT 1919 —

# COVID-19-INFORMATION IN LEICHTER SPRACHE



## **Was ist das Corona-Virus?**

Das Corona-Virus ist eine Krankheit. Es ist wie eine sehr starke Erkältung.

Mit dem Corona-Virus kann man schlecht atmen. Das Corona-Virus ist für alte Menschen sehr gefährlich.

Auch für kranke Menschen ist es gefährlich.

Das Corona-Virus ist sehr ansteckend.

Darum müssen die Menschen Abstand halten.

Sie dürfen sich nicht mehr die Hand geben.

Sie müssen auch eine Maske tragen.

## **Was nützt gegen das Corona-Virus?**

In Läden und Restaurants können die Menschen nicht gut Abstand halten.

Diese Orte sind und waren darum teilweise geschlossen.

Nicht alle Menschen spüren das Corona-Virus. Aber es gibt einen Test.

Dieser Test zeigt, welche Menschen das Corona-Virus haben.

Der Test ist ein Röhrchen mit Wasser drin.

Er funktioniert so: Man nimmt das Wasser in den Mund.

Man lässt das Wasser für eine Minute im Mund.

Dann spuckt man das Wasser in das Röhrchen.

Der Test geht dann in ein Labor.

Die Leute im Labor untersuchen das Wasser.

Sie sehen im Wasser, welche Menschen das Corona-Virus haben.

Schüler machen den Test in der Schule.

Arbeitnehmer machen den Test am Arbeitsort.

So findet man die Menschen mit dem Corona-Virus.

Menschen mit dem Corona-Virus dürfen nicht mehr aus dem Haus gehen.

Jetzt gibt es auch eine Impfung. Die Impfung ist neu. Sie ist in einer Spritze.

Ein Doktor in einem Spital sticht mit der Spritze in den Arm.

Mit der Impfung kriegt man kein Corona-Virus.

Zuerst kriegen alte Menschen die Impfung.

Auch kranke Menschen kriegen die Impfung.

Dann alle anderen. Am Schluss gibt es kein Corona-Virus mehr.

Dann dürfen sich die Menschen wieder die Hand geben.

Die Restaurants und Läden dürfen auch wieder öffnen.

Es braucht dann keine Masken mehr.

Fragen zum Thema Impfen und Testen werden telefonisch unter 081 254 16 00 beantwortet.

Quelle:

Kommunikationsstelle Coronavirus  
Kanton Graubünden

Mehr Informationen unter: [www.gr.ch/impfen](http://www.gr.ch/impfen)

# WER WIRD BÜNDNER BEHINDERTEN-SPORTLER/-IN?

Procap Grischun und der Bündner Verband für Sport verleihen zum achten Mal den Preis zum Bündner Behindertensportler/-in des Jahres. Ziel ist es, mit dieser Auszeichnung dem Behindertensport eine breite Plattform zu bieten.

Leider musste der Bündner Verband für Sport wegen der COVID-Pandemie auch dieses Jahr die Bündner Sportnacht absagen. Im kleinen Rahmen wird der/die Bündner Behindertensportler/-in gewürdigt, ausgezeichnet sowie das Preisgeld in der Höhe von 5000 Franken übergeben.

Unter anderem werden der Bündner Sportler 2021, der Newcomer 2021, der Trainer/Funktionär 2021 sowie der Verein des Jahres 2021 ausgezeichnet.

Procap Grischun als grösste Behindertenorganisation im Kanton Graubünden wird die Nominierungen und die Wahl des Behindertensportlers oder Behindertensportlerin 2021 vornehmen und auszeichnen. Nebst der Auszeichnung darf das Preisgeld in der Höhe von 5000 Franken überreicht werden, welches aus dem Sportfonds des Kantons Graubünden finanziert wird.

Wer wird Nachfolger von Walter Eberle, Bündner Behinderten Sportler 2020? Kennen Sie eine Persönlichkeit, welche im Behindertensport beachtenswerte Leistungen erbracht hat? Lassen Sie es uns wissen, wir freuen uns, den/die Sportler/-in einem breiten Publikum vorzustellen (Nominierungen unter [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch) oder an [info@procapgrischun.ch](mailto:info@procapgrischun.ch)).



Foto: Procap Archiv

Bündner Behindertensportler 2020 Walter Eberle

# ERGÄNZUNGSLEISTUNGEN: WICHTIGE GESETZESÄNDERUNG AB 2021

---

Die Ergänzungsleistungen sind eine wichtige Säule in der Finanzierung der Existenzsicherung von Menschen mit einer IV- oder einer AHV-Rente. Sie kommen dann zum Zug, wenn die bestehenden Rentenleistungen nicht zum Lebensunterhalt genügen. Fast die Hälfte der IV-Rentner in der Schweiz sind auf Ergänzungsleistungen angewiesen. Deshalb sind viele Menschen von dieser Änderung betroffen. Die Gesetzesrevision trat am 1. Januar 2021 in Kraft und bringt einige wichtige Änderungen.

## Hier die Wichtigsten in Kürze:

- Die Mietzinsmaxima (bisher für eine Einzelperson max. Fr. 1'100 pro Monat) werden erhöht. Allerdings gibt es neu in jedem Kanton drei Mietzinsregionen, die Höchstbeträge betragen Fr. 1'370/1'325/1'210. Es gibt dazu neue Grenzwerte für Familien (alle Personen in einer EL-Berechnung) und für Wohngemeinschaften (Menschen, die in einer Wohnung zusammenleben ohne gemeinsame EL-Berechnung).
- Die Rollstuhlpauschale wird von Fr. 300 auf Fr. 500 pro Monat erhöht.
- Der Lebensbedarf von Kindern unter elf Jahren wird stark nach unten korrigiert, dafür dürfen externe Betreuungskosten unter bestimmten Voraussetzungen angerechnet werden. Für Kinder über elf Jahren bleibt die alte Regel bestehen.
- Der Vermögensfreibetrag wird von Fr. 37'500 pro Jahr auf Fr. 30'000 gesenkt (für Alleinstehende), für Ehepaare von Fr. 60'000 auf Fr. 50'000. Dies ist der Betrag, den man ohne Vermögensanrechnung neben dem EL-Bezug haben darf.
- Neu ist eine Vermögensgrenze von Fr. 100'000. Erst wenn dieser Betrag unterschritten wird, hat man in Zukunft überhaupt Anspruch auf Ergänzungsleistungen.
- Die bisherigen Vermögensverzehr-Regelungen bleiben bestehen, werden aber ergänzt. So sind Schenkungen und Vorerbschaften bereits heute zwar jederzeit möglich, führen aber zu Anrechnungen (pro Jahr werden Fr. 10'000 angerechnet – dies ohne Frist).
- Neu werden auch Vermögensverbräuche angerechnet, wenn sie ein gewisses Mass übersteigen.
- Und ebenfalls neu erhält die Ausgleichskasse, die die EL ausbezahlt, die Möglichkeit, auf den Nachlass von verstorbenen EL-Bezüglern zuzugreifen (bis zu einer Höhe von Fr. 40'000, die nicht angetastet werden darf).
- Für drei Jahre, das heisst bis 31.12.2023, gelten sogenannte Übergangsfristen. Damit soll sichergestellt werden, dass niemand durch die EL-Revision kurzfristig schlechter gestellt wird. Es wird ein Besitzstand auf den heutigen EL-Beträgen gewährt, wenn die neue Regelung nachteiliger für die EL-Beziehenden wäre.

## **Beispiel für den Vermögensverzehr**

Das Ehepaar F, mittlerweile 78 und im Altersheim hat vor 20 Jahren ihre damalige Liegenschaft im Wert von Fr. 500'000 an ihre Kinder verschenkt.





Nun ist das Kapital aufgebraucht und die EL rechnet die Schenkung rückwirkend an. Pro Jahr seit der Schenkung wird Fr. 10'000 amortisiert, womit nach 20 Jahren Fr. 200'000 wegfallen. Das bedeutet aber, dass auch nach so langer Zeit noch Fr. 300'000 als Verzichtsvermögen in die EL-Berechnung kommen würden. Das wären bei einem Vermögensverzehr von 1/5 jährlich Fr. 60'000 pro Jahr, weshalb das Ehepaar sich ans Sozialamt wenden muss.

Dies und weitere Beispiele finden Sie in unserer Informationsbroschüre. Haben Sie Fragen zu den Gesetzesänderungen der Ergänzungsleistung?

Nehmen Sie Kontakt auf mit uns auf, wir beraten Sie gerne.

Martin Boltshouser, Rechtsanwalt und Leiter des Procap-Rechtsdiensts

Procap Schweiz hat eine ausführliche Informationsbroschüre zum Thema Ergänzungsleistungen erstellt. Diese Broschüre steht auf Deutsch und Französisch gratis online auf unserer Website zur Verfügung. Sie kann in gedruckter Form für einen Unkostenbeitrag von Fr. 5.– für Mitglieder sowie Fr. 8.– für Nichtmitglieder bestellt werden.

# AGENDA

Bitte beachten Sie, dass infolge der Schutzmassnahmen zur Eindämmung der Covid-Pandemie 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).

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.

## 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



Foto: Procap Grischun

von 18.30 bis 20.30 Uhr statt. Wir starten pünktlich um 18.30 Uhr und bitten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer frühzeitig vor Ort zu sein, damit wir die Bahnzuteilung um 18.30 Uhr vornehmen und dann mit dem gemeinsamen Bowling-Plausch beginnen können. Am Anlass können auch Mitglieder teilnehmen, welche nur einen geselligen 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 14. **Infos und Anmeldungen:**

[www.procapgrischun.ch](http://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 14. An- und Abmeldungen nimmt die Spielleiterin, Josefine Schmid, gerne entgegen (079 287 30 16).

## MONATLICHE RECHTS- SPRECHSTUNDE 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 14. **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).

## GEMEINSAM MIT COOP UND PROCAP GRISCHUN AM «TAG DER GUTEN TAT»

Der «Tag der guten Tat» soll eine positive Bewegung in der Schweiz auslösen. Gemeinsam möchten wir diesen Tag zu einem Gesellschaftsanlass machen, an dem die ganze Schweiz teilnehmen und mitmachen kann.

Am **Samstag, 29. Mai 2021** findet der «Tag der guten Tat» in den Coop-Filialen Oberengadin statt. Machen Sie mit und lassen Sie uns gemeinsam die Schweiz bewegen!

Die Coop-Läden in St. Moritz, Pontresina, Samedan und Zuoz offerieren an diesem Tag gratis Kaffee und Gipfeli für alle Kunden. Die Aktion dauert von 08.00-16.00 Uhr. Coop-Kunden haben die Möglichkeit, freiwillige Spenden für **Procap Grischun** zu tätigen. Wir bedanken uns herzlich bei den teilnehmenden Coop-Filialen und den Coop-Kunden für die Unterstützung.



## GRILLPARTY IN CHUR MIT VOLKSMUSIK

**Procap Grischun lädt zur Grillparty.**

Wir hoffen, die traditionelle und beliebte Grillparty wieder im gewohnten Rahmen durchführen zu können! Es würde uns sehr freuen, nach dem COVID-bedingten Verzicht sämtlicher Anlässe, unsere Mitglieder wieder persönlich begrüßen zu dürfen.

Die Grillparty findet am Dienstag, 8. Juni 2021 statt. Für stimmige Unterhaltung sorgt das Trio Bergfründa. Der Anlass findet bei jeder Witterung statt. Wir erwarten Sie im ARGO-Wohnheim an der Gartenstrasse 16 in Chur. Vom Bahnhof erreichen Sie das Wohnheim in wenigen Minuten zu Fuss. Autofahrer können in unmittelbarer Nähe des Wohnheims die öffentlichen Parkhäuser benützen. Der Anlass beginnt um 11.30 Uhr und dauert bis ca. 16.00 Uhr. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Wann:** Dienstag, 8. Juni 2021, 11.30-16.00 Uhr; **Wo:** ARGO-Wohnheim, Gartenstrasse 16, 7000 Chur; **Kosten:** Aktiv- und Solidarmitglieder gratis, Nichtmitglieder Fr. 20.-; **Anmeldung:**

bis 1. Juni 2021 Geschäftsstelle  
Chur oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).



Foto: Archiv Procap

## BADEPLAUSCH OVAVERVA

**Am Dienstag, 8. Juni 2021 findet der Badeplausch Ovaverva in St. Moritz statt.**

Machen Sie diesen Tag zu ihrer Quelle für Spass und Wohlbefinden. Im grosszügigen Wasser- und Sportzentrum OVAVERVA können Sie sportlich und gesundheitlich aus dem Vollen schöpfen! Die Teilnehmerzahl ist auf 60 Personen beschränkt, weshalb sich das Angebot primär an alle Aktivmitglieder, Helferinnen und Helfer sowie an weitere Menschen mit Handicap richtet. Es werden aber auch gerne die Anmeldungen von Solidarmitgliedern berücksichtigt, soweit es die Teilnehmerzahl zulässt.



Foto: zVg

### Programm:

**10:30 Uhr** Für Teilnehmer, welche mit der Bahn anreisen; Fahrt zum Badezentrum

**10:45 Uhr** Ankunft in der Ovaverva St. Moritz

**11:30 Uhr** Beginn des Badeplausches bzw. erste Gruppe Mittagessen

**11:30 Uhr** Mittagessen erste Gruppe mit musikalischer Unterhaltung

**13:30 Uhr** Mittagessen zweite Gruppe mit musikalischer Unterhaltung

**15:30 Uhr** Verabschiedung

**15:45 Uhr** Besammlung auf dem Parkplatz Ovaverva und Fahrt mit den Engadin-Bussen zum Bahnhof St. Moritz

**Wann:** Dienstag, 8. Juni 2021, 11.30-15.45 Uhr; **Wo:** Badezentrum St. Moritz; **Kosten:** Aktiv- und Solidarmitglieder gratis, Nichtmitglieder Fr. 20.-; **Informationen:** Tel. 081 253 07 88 oder per E-mail [davide.compagnoni@procapgrischun.ch](mailto:davide.compagnoni@procapgrischun.ch); **Anmeldung:** bis 26. Mai 2021 Procap Grischun, Südbünden oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

## BLUMENVORTRAG MIT DOMENIC GODLY, NATIONALPARKWÄCHTER

Parkwächter Domenic Godly hat sich intensiv mit der Flora

des schweizerischen Nationalparks (SNP) befasst. In seinem Vortrag stellt er botanische Perlen aus seinem reichen Fundus vor. Dies sind z.B. die seltene Alpen-Akelei, der Engadiner Enzian, die nur in den Unterengadiner Dolomiten wachsende Draba Ladina oder das Engadiner Hungerblümchen. Er nimmt sein Publikum mit auf die höchsten Berge und die verborgenen Winkel des Parks und lässt sie an seiner Faszination für die heimische Flora teilhaben. Zudem gibt er praktische Tipps, wie sich Blütenpflanzen einfach bestimmen lassen. Den Rahmen für den Vortrag gibt Ruedi Haller, Leiter Forschung und Geoinformation beim SNP. Er zeigt, welchen Wert solche Beobachtungen der Parkwächter für die Forschung im Nationalpark haben, wie weitere Vegetationsdaten mit modernen Methoden erfasst werden und welche Rückschlüsse sich daraus ziehen lassen.

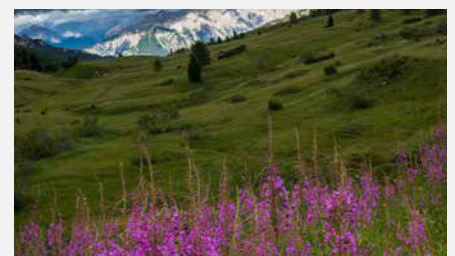


Foto:Ales Krivec, Unsplash

**Wann:** Samstag, 19. Juni 2021, 14.00-16.00 Uhr; **Wo:** Chesa Chavalus, Via dal Bagn 5, 7500 St. Moritz; **Kosten:** Aktiv- und

## ○ Veranstaltungen

Solidarmitglieder gratis, Nichtmitglieder Fr. 15.–; **Informationen:** Tel. 081 253 07 88, E-mail [davide.compagnoni@procap-grischun.ch](mailto:davide.compagnoni@procap-grischun.ch); **Anmeldung:** bis 10. Juni 2021 Procap Grischun, Südbünden oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

### SPAZIERGANG UND BESUCH DER GALERIE DES DAVOSER KÜNSTLERS RESLI A. MARUGG AM DAVOSERSEE

Nach der langen, COVID-bedingten Kontaktauszeit, hoffe ich sehr, dass wir uns am 12. Juni 2021 zu einer Davosersee-Umrandung treffen können. Bei Resli A. Marugg, einem Davoser Künstler (Drechsler und Bildhauer) machen wir einen Zwischenstop. Er wird uns seine Kunst vorstellen. Mehr Informationen dazu unter: [www.nostyle.ch](http://www.nostyle.ch). Anschliessend an die Führung werden wir mit Kaffee und Kuchen verwöhnt. Über eine rege Teilnehmerzahl würde ich mich sehr freuen. Bitte tragen Sie wetterfeste Kleidung, der Anlass findet auch bei leichtem Regen statt. Bei sehr schlechtem Wetter benutzen wir den Bus Richtung Davos Wolfgang und besuchen direkt die Galerie von Resli A. Marugg.

#### **Wichtig:**

Der Anlass ist mit einigen Einschränkungen auch für Personen im Rollstuhl geeignet. Betroffene werden gebeten, sich vor der Anmeldung bei der Regionalstelle Davos/Prättigau zu informieren.



Foto: zVg

**Wann:** Samstag, 12. Juni 2021, 13.15-17.00 Uhr; **Wo:** Parkplatz Davosersee; **Kosten:** Aktiv- Fr. 5.–, Solidarmitglieder Fr. 7.–, Nichtmitglieder Fr. 10.–; **Informationen:** Tel. 081 420 62 52 oder per E-mail [davos@procap-grischun.ch](mailto:davos@procap-grischun.ch); **Anmeldung:** bis 9. Juni 2021 Procap Grischun, Davos/Prättigau oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

### 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 Rechtssprechstunden 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 Covid-Pandemie 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

### Mai

29.Tag der guten Taten in den Coop-Filialen  
Oberengadin

### Juni

4. Bündner Sportnacht, Chur (abgesagt)  
8. Grillparty, Chur  
8. Badeplausch Ovaverva, St. Moritz  
10. Rechtssprechstunden, Chur  
12. Spaziergang und Galerie-Besuch, Davos  
19. Blumenvortrag, St. Moritz  
24. Spielnachmittag, Klosters

30. Bowling, Chur

### Juli

8. Rechtssprechstunden, Chur  
29. Spielnachmittag, Klosters

### August

17. Rechtssprechstunden, Chur  
25. Bowling, Chur  
26. Spielnachmittag, Klosters  
26. Kochen, Obersaxen  
28. Protrek - Kesch - Hütte 1  
29. Protrek - Kesch - Hütte 2  
29. Stra Lugano



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.

# KREUZWORTRÄTSEL AUSGABE 2/21

Düngemittel		Eiterherde		dem-nächst		Brief-anrede		Breit-bandan-schluss	Film mit Romy Schnei-der †		Ver-gnügen (engl.)	Teil der Fahr-bahn	Verband von Schif-fen		Tempel-ruinen-stätte in Angkor	Wild-form der Rinder Mz.
			1					Bündner Talschaft								
Forst-bestand		Einzel-spielerin (Musik)									kleines bäuerl. Anwesen		afrikan. Staaten-bündnis			
Berg-spitze (roman.)				Com-puter-taste				Nach-lassemp-fänger		Unter-kunft in den Bergen					4	
					laut jam-mern			Nahrung Aufneh-mender					wählerisch			Auf-nahme-taste
Fortbe-wegung zu Fuss		in gerader Richtung		Männer-kurz-name					10	Ereignis (engl.)		Geliebte des Leander				
weiss-schwar-zer Vogel							ge-schwind		Fluss bei Burgdorf				Plan-vorgabe			
				dän. Ostsee-insel		schwei-zerisch									8	
Opern-solo-gesang	schweiz. Filmre-gisseur † (Kurt)		leicht schwind-lig					Satz b. Tennis (engl.)				altägypt. Begriff f. Lebens-kraft				frz. Artikel
ergriffen, bewegt									2	Beläs-tigung, Defekt		Maurer-werk-zeug				
poet.: er-frischen						Zeichen-trickfigur (Biene)		Kantonshauptort (2 W.)								
			zweitei-lig. Ba-deanzug		Farbton											
Halb-metall		Schicht, Überzug								Körper-sprache						
völliger Ver-mögens-verlust					Land-wirt-schafts-gehilfe		Zch. f. Germa-nium									
Urlaubs-zeit	Teil der Woh-nung	Sommer-blume		Stamm-truppe des Heeres												
							dt. Partei									
schwe-len, an-brennen								österr. Winter-sportort								
					kohlen-säure-haltiges Wasser		sehr vie-le (ugs.)									
Ostdeut-scher (scherz-haft)			Film mit grünem Helden (2001)							Stil-richtung in der Kunst						
törichter Mensch, Dumm-kopf								ver-neinendes Wort		Ranken-gewächs						
	5		weibl. Prinzip (chines. Philos.)		schweiz. Maler † 1940 (Paul)											
Gross-mutter		US-Univer-sitäts-stadt								Abk.: Fuss-note						
Eidg. Departement d. Innern					emsiges Streben											6
Reif aus Metall						Anfän-gerin										

SR 47 raetsel.ch

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

## PREIS

Wir verlosen einen Gutschein für 4 Personen mit Eintritt ins Bahnmuseum Albula und Mittagessen im museumseigenen Restaurant «Büfët», offeriert vom Bahnmuseum Albula in Bergün.

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: Cora Bielitz, Davos und Daniela Frei, Seewis-Pardisla. Lösungswort: EDELMETALL (Activa 1/2021).





NEVER  
NOT  
ON.

Procap Aktionswochen 10. - 31. Mai 2021

## On Schuhe bei Laufgut Degiacomi in Chur

Laufgut Degiacomi bietet in der Region Südostschweiz die grösste Auswahl an On Schuhen für Freizeit, Sport und Outdoor.

**In On Schuhen hast du ein unglaublich leichtes Geh- und Laufgefühl. Anders gesagt: Laufen wie auf Wolken.**

Wenn du mit einem On-Schuh auf dem Boden auftrittst, federn äusserst adaptive Cloud-Elemente vertikale und horizontale Kräfte ab. So landest du weich und kannst direkt weiterlaufen. CloudTec® ist das erste System, das nicht nur bei der Landung für Dämpfung sorgt. Sobald du auf dem Boden aufkommst, bilden die Cloud-Elemente eine solide Basis für einen natürlichen, kraftvollen Abstoss. On wurde von den Schweizer Alpen inspiriert und aus der Liebe zur Natur kreiert. Wir wollen Menschen helfen, nach draussen zu gehen und mehr von der Welt zu sehen. Unseren ökologischen Fussabdruck zu reduzieren ist der Kern unserer Aufgabe. Unsere Produkte stellen wir bereits vermehrt aus recycelten Materialien her. Wir wissen, diese Schritte sind wichtig. Aber wir wissen auch, dass viele weitere folgen müssen.

ON Schuhe - dein täglicher Begleiter für Freizeit-Arbeit und Sport.

Entdecke die grosse Modellauswahl der ON Schuhe für Sie und Ihn bei Laufgut Degiacomi.



527-39-0001



526-53-0001



526-57-0002



527-42-0001



257-34-0009



527-80-0003



527-54-0001



526-57-0001



527-80-0002



526-21-0001



526-81-0003



527-22-0001



Besuchen Sie unseren Onlineshop unter [www.degiacomischuhe.ch](http://www.degiacomischuhe.ch) und stöbern Sie sich ganz bequem von zu Hause aus durch unser Angebot. [www.degiacomischuhe.ch](http://www.degiacomischuhe.ch)

 **Laufgut® Degiacomi**  
GUTE SCHUHE · GESUNDE FÜSSE

Ihr Spezialist für gutes Laufen  
Schuhtechnik / Schuhservice

Grabenstrasse 44 · 7000 Chur · Tel 0812 500 500  
[www.laufgut-degiacomis.ch](http://www.laufgut-degiacomis.ch)