## Treffpunkt für Behinderte und Nichtbehinderte

# Seite 1

Inhalt

[Treffpunkt für Behinderte und Nichtbehinderte 1](#_Toc34415851)

[Seite 1 1](#_Toc34415852)

[Geschäftsleitung, Präsidium Freude herrscht... nicht für alle gleich 2](#_Toc34415853)

[Editorial: Hansueli Salzmann / Roland Gossweiler 2](#_Toc34415854)

[Bild: Porträt von Hansueli Salzmann / Porträt von Roland Gossweiler 2](#_Toc34415855)

[Vier KundInnen, zwölf Beratungsstunden: täglich 2](#_Toc34415856)

[Unterflur-Abfallentsorgung: nicht hindernisfrei 3](#_Toc34415857)

[Einladung für unsere Gönner, Spender, Solidar- und Passivmitglieder: 3](#_Toc34415858)

[Generalversammlung 2020 von Procap St. Gallen-Appenzell, 3](#_Toc34415859)

[Entschädigung für Hilfspersonen: zu gering 3](#_Toc34415860)

[Rappenspalten angesagt: beim Bund, bei der Assistenz-entschädigung, bei der EL-Versicherung und bei der kantonalen SVA 3](#_Toc34415861)

[Zeichnung: Jürg Schällibaum, Wattwil. Comic-Bild, ein Mann spaltet mit einer Axt ein 20 Rappenstück. Vielen Dank! procap. 3](#_Toc34415862)

[**Dank an das Team** 3](#_Toc34415863)

[Bei mir kommt nun Freude auf, denn ich nähere mich dem Ende des Berichts – und darf mich an dieser Stelle bedanken: Bei allen, die uns im vergangenen Jahr unterstützten. Bei den Mitarbeitenden in der Sozialversicherungs- und Bauberatung. Bei der Administration. Den Regional- und Sportgruppenleiterinnen. Den Rolltaxifahrern. Dem «Treffpunkt»-Redaktor. Den guten Seelen, die den «Treffpunkt» versandfertig verpacken. Bei unserem unsichtbaren Heinzelmännchen (es ist eine Frau), das für saubere Büros sorgt. Bei unserem Vorstand. Unseren Aktiv- und Solidarmitgliedern. Den vielen SpenderInnen! Und allen, die ich vergessen habe – und die trotzdem den Dank verdienen. 3](#_Toc34415864)

[«Treffpunkt» 4](#_Toc34415865)

[Wir helfen Ihnen weiter 4](#_Toc34415866)

[Procap St. Gallen-Appenzell: 4](#_Toc34415867)

[Reklame von mobil Center 4](#_Toc34415868)

[Bild 1: Eine Begleitperson hilft einer behinderten Frau aus einem umgebauten Fahrzeug zum Transfer in den Rollstuhl. 4](#_Toc34415869)

[Bild 2: Eine Begleitperson schiebt eine Rollstuhlfahrerin über eine Rampe in das umgebaute Fahrzeug. 4](#_Toc34415870)

[Reklame: Spiess und Kühne Ihr Sanitätshaus. Mobil sein und neue Ziele erobern. 4](#_Toc34415871)

[Bild: Ein Rentnerpaar spaziert gemeinsam in einem Park. Der Mann spaziert mit einem Rollator. 4](#_Toc34415872)

[Bauberatung Professionell und erfolgreich 4](#_Toc34415873)

[Editorial und Bilder: Porträt von Markus Alder, Porträt von Rolf Giezendanner, Porträt von Christian Meier, Porträt von Philipp Koller 4](#_Toc34415874)

[Gute Kontakte mit Städten und Gemeinden 4](#_Toc34415875)

[SVA verzögert Gesuche 4](#_Toc34415876)

[2000 Beratungsstunden 4](#_Toc34415877)

[Gute Kooperation mit Planern 5](#_Toc34415878)

[Einsatz für Grossbauprojekte 5](#_Toc34415879)

[Verhältnismässigkeit gewahrt 5](#_Toc34415880)

[Team rasch neu gebildet 5](#_Toc34415881)

[Reklame: Reklame Sanitätshaus Schildknecht 5](#_Toc34415882)

[Seite 3 5](#_Toc34415883)

[Rheintal, Rorschach und Umgebung Die Höcks sind wichtig 5](#_Toc34415884)

[Editorial: Bernadette Zimmermann 5](#_Toc34415885)

[Bild: Porträt von Bernadette Zimmermann 5](#_Toc34415886)

[Keine Schiffsreise nach Lindau 5](#_Toc34415887)

[Regionale Sponsoren 5](#_Toc34415888)

[Sport Toggenburg, Team Nesslau Wir sind gewachsen 5](#_Toc34415889)

[Editorial: VRENI SCHARRER 5](#_Toc34415890)

[Bild: Porträt von Vreni Scharrer 5](#_Toc34415891)

[Regionale Sponsoren Katholische Kirchgemeinde Wattwil; Frauenverein Ennetbühl. 6](#_Toc34415892)

[Bei der Regelung der letzten Dinge… 6](#_Toc34415893)

[Bild: Eine Unterschrift auf einem Dokument und das Bild von einem Füllfederhalter 6](#_Toc34415894)

[Sport Toggenburg, Team Bütschwil Der gemeinsame Sport integriert 6](#_Toc34415895)

[Editorial: Heidi Brunner 6](#_Toc34415896)

[Bild: Porträt von Heidi Brunner 6](#_Toc34415897)

[Turnstunde mit Schulklasse 6](#_Toc34415898)

[Gute Ränge in Sargans 6](#_Toc34415899)

[Lob – auch von Samichlaus und Schmutzli 6](#_Toc34415900)

[Appenzell, Fürstenland Marktstände – mehr als Mittelbeschaffung Will 6](#_Toc34415901)

[Bild: Porträt von Barbara Willborn 6](#_Toc34415902)

[Aufwendige Organisation 6](#_Toc34415903)

[Regionale Sponsorin Cecila Hauser, Uzwil. 6](#_Toc34415904)

[Denken Sie bitte an Procap 6](#_Toc34415905)

[Bild: Ähnlich einer Todesanzeige, links ein schwarzes Kreuz, mit Aufschrift: Denken Sie bitte an Procap….in einem schwarzen Rahmen. 7](#_Toc34415906)

[Seite 4 7](#_Toc34415907)

[Infos Höcks und Aktivitäten 7](#_Toc34415908)

[Für alle Regionen 7](#_Toc34415909)

[St. Gallen 7](#_Toc34415910)

[Rorschach/Umgebung, St. Gallen Nord + Gaiserwald 7](#_Toc34415911)

[Appenzell AR + AI 7](#_Toc34415912)

[Rheintal 7](#_Toc34415913)

[Fürstenland 7](#_Toc34415914)

[Toggenburg 8](#_Toc34415915)

[Gaster/See 8](#_Toc34415916)

[Jugendgruppe 8](#_Toc34415917)

[Zirkus Knie lädt 8](#_Toc34415918)

[Procap-Elternforum 2020 8](#_Toc34415919)

[St. Gallen Auf psychische Krisen antworten 8](#_Toc34415920)

[Bild: Porträt von Marlis Dürr 8](#_Toc34415921)

[Bei seelischer Not überfordert 9](#_Toc34415922)

[Wenn die Angst zu gross wird 9](#_Toc34415923)

[Zu professioneller Hilfe ermutigen 9](#_Toc34415924)

[Regionale Sponsoren 9](#_Toc34415925)

[Jugendgruppe Eure tolle Beteiligung 9](#_Toc34415926)

[Editorial: Maya Schafflützel 9](#_Toc34415927)

[Bild: Porträt von Maya Schafflützel 9](#_Toc34415928)

[**Hauptausflug nach Baden** 9](#_Toc34415929)

[Mehr auf procap-sga.ch 9](#_Toc34415930)

[Toggenburg Umfassend Unterstützung bieten. 9](#_Toc34415931)

[Editorial: Sylvie Hinterberger 9](#_Toc34415932)

[Bild: Porträt Sylvie Hinterberger 9](#_Toc34415933)

[Administrative Hilfe bei der Arbeitsintegration... 9](#_Toc34415934)

[... und beim Einstellen der eigenen Assistenten 9](#_Toc34415935)

[Zeit für einen Neustart? 9](#_Toc34415936)

## Geschäftsleitung, Präsidium Freude herrscht... nicht für alle gleich

Neue Errungenschaften halten Einzug. Nicht immer zur Freude der Menschen mit einem Handicap. An sie wird immer mal wieder zu wenig gedacht – stellen Geschäftsstelle, Vorstand und Präsidium von Procap St. Gallen-Appenzell nicht selten fest.

## Editorial: Hansueli Salzmann / Roland Gossweiler

### Bild: Porträt von Hansueli Salzmann / Porträt von Roland Gossweiler

Im Frühling des vergangenen Jahres wurde der Umbau des Restaurants Brauwerk abgeschlossen, und es kehrte zumindest akustisch wieder die Normalität auf unserer Ge­schäftsstelle ein. Nur einmal im Monat wird diese Normalität kurz auf­gehoben: dann nämlich, wenn ein neues Monatsbier gebraut wird. Dies beeindruckt nicht mehr die Gehör­gänge. Aber der Geruch von Malz und Hopfen zieht durchs Treppenhaus hoch und herein, zu uns in die Ge­schäftsstelle.

## Vier KundInnen, zwölf Beratungsstunden: täglich

Nicht nur olfaktorisch erlebten wir auf der Geschäftsstelle, wie nahe Freud und Leid liegen können. Spezi­ell unsere Fachberater- und Regional­leiterinnen bewegten sich sehr nahe an dieser Grenze: Insgesamt 926 Mit­glieder suchten im vergangenen Jahr Rat auf unserer Geschäftsstelle. Während 4266 Stunden wurden Ge­spräche geführt, über 130 Akten be­stellt und gesichtet sowie etliche Ein­wände und Einsprachen formuliert. 128 Mitglieder nutzten die Rechts­sprechstunde, um eine erste Einschät­zung ihrer Ausgangslage zu erhalten. So sehr wir uns für die Anliegen unse­rer Mitglieder einsetzten, es gab auch Situationen, in denen uns die Hände gebunden waren und wir nichts aus­richten konnten. Und obwohl die Freude im Alltag überwog, gab es Mo­mente, in denen Leid zu ertragen war.

## Unterflur-Abfallentsorgung: nicht hindernisfrei

«Freude herrscht!», frohlockte Adolf Ogi über die technische Errun­genschaft, Menschen – und vor allem einen Schweizer – ins All zu schicken. Seither kamen Hunderte Errungen­schaften dazu. Im Berichtsjahr boom­ten in der Kantonshauptstadt die E-Scooter («Treffpunkt» 2019/04). Schnell von A nach B flitzen und das Gerät am Ziel einfach stehenlassen. Während den Nutzern die Fahrt sicht­lich Freude bereitete, häuften sich bei uns die Meldungen, dass die wild par­kierten Gefährte Wege versperren und den knappen Platz im öffentlichen Raum zusätzlich beengen.

Oder die Errungenschaft, seinen Abfallsack jederzeit in einem Unter­flurbehälter zu entsorgen, sorgte im Berichtsjahr nicht nur für Freude. Wenn Gemeinden die Sammeltouren einstellen, wird die Entsorgung für viele Menschen mit einer körperlichen Einschränkung zur Tortur.

## Einladung für unsere Gönner, Spender, Solidar- und Passivmitglieder:

## Generalversammlung 2020 von Procap St. Gallen-Appenzell,

Samstag, 28. März, 10.30 Uhr, Restaurant Sonne, Altstätten.

Wir möchten Sie herzlich einladen an unsere GV mit anschliessen­dem Mittagessen. (Aktivmitglieder erhalten die Einladung mit der Beilage zu diesem «Treffpunkt».) Bitte Talon senden an: Procap, Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St. Gallen (Tel. 071 222 44 33).

Anmeldetalon GV 2020

Name: Vorname:

Strasse: PLZ/Ort:

Ich nehme noch folgende Personen mit:

Procap-Mitglied: \_ Ja \_ Nein

Bitte ankreuzen: \_ Gönner/-in \_ Spender/-in

\_ Solidarmitglied \_ Passivmitglied

**Gleichstellung im öffentli­chen Raum: mangelhaft**

Nahezu autofrei präsentiert sich der Marktplatz seit der Aufhebung der Parkplätze. Leider verschwanden mit den regulären Parkplätzen auch die Felder, auf denen Menschen mit Be­hinderungen zentrumsnah parkieren konnten («Treffpunkt» 2019/03).

Kaum ein Land, in dem die Stras­sen so häufig aufgerissen und saniert werden wie bei uns. Leider wurde der Umsetzung des Behindertengleichstel­lungsgesetzes (BehiG) in den letzten Jahren kaum Aufmerksamkeit ge­schenkt. Laut unseren Bauberatern dürfte bis zum Ende der Umsetzungs­frist im Jahr 2023 nur knapp ein Vier­tel der Bushaltestellen im Kanton den Vorgaben des BehiG entsprechen («Treffpunkt» 2019/02). Auf all diese «Errungenschaften» und viele mehr galt es ein kritisches Auge zu werfen.

## Entschädigung für Hilfspersonen: zu gering

KABF, IGOB, BEKO, GAB, BFDSG sind ihre Namen, und dahinter ver­stecken sich Kommissionen und Ar­beitsgruppen, die sich im Kanton St. Gallen für die Interessen von Men­schen mit Behinderungen einsetzen. Als Geschäftsleiter von Procap St. Gal­len-Appenzell hatte ich in all diesen Institutionen Einsitz. Insgesamt 185 Stunden arbeitete ich in, mit und für solche Gremien. Ich brachte die Inter­essen von Procap ein und verfasste An­träge, Vorstösse oder Stellungnahmen, um darauf aufmerksam zu machen, dass da, wo Licht brennt, auch meist Schatten ist. Oder eben, dass des einen Freud des andern Leid sein kann.

Pünktlich auf die Sommerferien wurden wir von der Regierung einge­laden, Stellung zu nehmen zum IX. Nachtrag zum Ergänzungsleistungs­gesetz.

## Rappenspalten angesagt: beim Bund, bei der Assistenz-entschädigung, bei der EL-Versicherung und bei der kantonalen SVA

### Zeichnung: Jürg Schällibaum, Wattwil. Comic-Bild, ein Mann spaltet mit einer Axt ein 20 Rappenstück. Vielen Dank! procap.

Kurz gesagt ging es darum, dass ambulante Angebote gefördert werden sollen, damit es nicht aus fi­nanziellen Überlegungen zu Heimauf­enthalten kommt. Die eingeschlagene Stossrichtung «ambulant vor sta­tionär» und «ambulant mit statio ­när» wurde vom Vorstand im Grossen und Ganzen begrüsst. Einmal mehr lag der Teufel im Detail. Gemeinsam mit unserem Präsidenten korrigierten wir einzelne Gesetzestexte.

So freute uns, dass die Ansätze für Hilfe und Betreuung durch zusätzlich anerkannte Organisationen erhöht werden sollen. Weniger erfreulich war, dass die Tarife für private Hilfsperso­nen nicht angepasst wurden. Hier ver­langt Procap eine Angleichung an die Tarife, wie sie in der Assistenz Gültig­keit haben, da sonst nicht von Selbst­bestimmung geredet werden kann.

Auch waren wir mit dem Schlüs­sel, nach dem die Hilflosenentschädi­gung und Assistenzbeiträge angerech­net werden sollen, nicht einverstan­den. Wir schlugen daher vor, maximal 50 Prozent der Hilflosenentschädi­gung anzurechnen und bei den Assi­stenzbeiträgen auf eine Anrechnung gänzlich zu verzichten. Wir dürfen ge­spannt sein, wie weit die Politik un­sere Anregungen aufnimmt. Und ob uns das Resultat zu Trauer- oder Freu­dentränen rührt.

**Knochenarbeit in Bern**

Auch auf Bundesebene wurde im Berichtsjahr an Errungenschaften wie unseren Sozialwerken gefeilt: Die Re­vision der EL wurde vom Parlament verabschiedet. Die Weiterentwicklung der IV ist noch im Gang. Und auch das Bundesgesetz über die Verbesse­rung der Vereinbarkeit von Erwerbs ­tätigkeit und Angehörigenpflege wurde bereits kontrovers diskutiert.

Die geplanten Sparmassnahmen bei den EL oder die Kürzung der IV-Kinderrente hätten uns keine Freude beschert. Gemeinsam mit unserem Präsidenten Roland Gossweiler hatte ich Einsitz in der Sozialpolitischen Kommission von Procap Schweiz. Wo sind wir kompromissbereit, wo bleiben wir hart? Welche Schlupflöcher kön­nen wir nutzen? Wie lassen sich ge­wichtige Allianzen schmieden? Sol­chen Fragen gingen wir in vier Sit­zungen nach.

Während ich mich wieder dem All­tagsgeschäft widmen konnte, ging für unseren Präsidenten die Arbeit erst richtig los. X Mal reiste er nach Bun­desbern,

Fortsetzung auf Seite 2

**Seite 2**

um in nationalen Kommis­sionen die Interessen von Menschen mit Behinderungen zu vertreten. Ge­schickt nutzte er sein Netzwerk, um Politiker mit Informationen zu versor­gen oder unkonventionelle Lösungs­ansätze zu säen. Die-EL Reform ver­schwand von der politischen Tages­ordnung – und somit aus der Medien­berichterstattung. Damit Reformen je­doch umgesetzt werden können, braucht es Verordnungen. Und wie so oft entscheiden sich wichtige Details erst in der umfangreichen Kleinarbeit im stillen Kämmerlein. Wo immer Ro­land Gossweiler Spielraum oder Inter­pretationsvarianten erkannte, setzte er sich für eine Verbesserung der beste­henden Auslegung ein. Gesetztestexte nach solchen Spielräumen zu durch­forsten, macht in meiner Vorstellung nicht unbedingt nur Freude.

**Dank an das Team**

Bei mir kommt nun Freude auf, denn ich nähere mich dem Ende des Berichts – und darf mich an dieser Stelle bedanken: Bei allen, die uns im vergangenen Jahr unterstützten. Bei den Mitarbeitenden in der Sozialversi­cherungs- und Bauberatung. Bei der Administration. Den Regional- und Sportgruppenleiterinnen. Den Rollta­xifahrern. Dem «Treffpunkt»-Redak­tor. Den guten Seelen, die den «Treff­punkt» versandfertig verpacken. Bei unserem unsichtbaren Heinzelmänn­chen (es ist eine Frau), das für sau­bere Büros sorgt. Bei unserem Vor­stand. Unseren Aktiv- und Solidarmit­gliedern. Den vielen SpenderInnen! Und allen, die ich vergessen habe – und die trotzdem den Dank verdienen.

## «Treffpunkt»

Herausgeber: Procap St. Gallen-Appenzell, Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St. Gallen,

Tel. 071 222 44 33

4 bis 6 Mal jährlich, Auflage 3500 Ex.

Redaktion: Michael Walther,

Büelstrasse 58, 9630 Wattwil, Tel. 071 393 89 88,

E-Mail: m-walther@bluewin.ch

erker-druck rebstein, Andreas Kehl

Redaktionsschluss Nr. 2/2020: 7. April 2020

## Wir helfen Ihnen weiter

## Procap St. Gallen-Appenzell:

Hansueli Salzmann (Geschäfts-leitung), Claudia Jost (Beratungs-leiterin), Eveline Jau (Fachberaterin), Nadine Brander (Administration und Buchhaltung), Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St. Gallen, Tel. 071 222 44 33, sga@procap.ch. Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Mo bis Fr, 8.30 bis 11.30; Mo bis Do, 14 bis 16 Uhr.

**Region St. Gallen:** Marlis Dürr, 071 534 18 69;

**Region Rorschach/ Um­gebung und St. Gallen Nord:** Ber­nadette Zimmermann, 071 855 51 91;

**Region Appenzell:** Barbara Willborn, 071 340 04 08;

**Region Rheintal:** Bernadette Zimmermann, 071 855 51 91;

**Region Fürsten­land:** Barbara Willborn, 071 340 04 08;

**Region Toggenburg:** Sylvie Hinterberger, 071 565 83 50;

**Region Gaster und See:** Christa Müller, Tel. 055 420 39 70;

**Jugend-gruppe:** Maya Schafflützel, 071 920 12 83.

**Sportgruppen Toggen­burg:** Team Bütschwil: Heidi Brun­ner, 079 538 43 03. Team Nesslau: Vreni Scharrer, 078 792 45 76.

**Spenden an Procap:** PC 90-4844-9, IBAN CH89 0900 0000 9000 4844 9.

## Reklame von mobil Center

Behinderten-Fahrzeuge und Umbauten aller Art, Unterstützung bei Abklärungen mit STV-Ämtern, IV-Stellen oder anderen Kostenträgerstellen.

Mobil Center Von Rotz GmbH, Tannerstrasse 5a, 8374 Dussnang, Tel. 071 977 21 19Bild: Eine Begleitperson schiebt einen Rollstuhlfahrer in ein umgebautes Behindertenfahrzeug

### Bild 1: Eine Begleitperson hilft einer behinderten Frau aus einem umgebauten Fahrzeug zum Transfer in den Rollstuhl.

### Bild 2: Eine Begleitperson schiebt eine Rollstuhlfahrerin über eine Rampe in das umgebaute Fahrzeug.

## Reklame: Spiess und Kühne Ihr Sanitätshaus. Mobil sein und neue Ziele erobern.

Suchen Sie trotz mobiler Beeinträchtigung durch sportliche Aktivität einen Ausgleich? Wir zeigen Ihnen den Rollstuhl für Ihren Bedarf und clevere Helfer für ihren Alltag. Wir beraten Sie gerne.

spiess + kühne ag / Shopping Silberturm / 9006 St. Gallen / Tel. 071 243 60 60

Öffnungszeiten: Mo – Fr 08.00 – 12.00 und 13.30 – 18.00 Uhr spiess-kuehne.ag

### Bild: Ein Rentnerpaar spaziert gemeinsam in einem Park. Der Mann spaziert mit einem Rollator.

## Bauberatung Professionell und erfolgreich

Die Bauberatung von Procap St. Gallen-Appenzell erledigt Hunderte Baugesuche im Jahr. Die Bauberater sind selbstständige Architekten. Davon profitieren Behörden, Planer, Bauherrschaften – und die ganze Öffentlichkeit.

### Editorial und Bilder: Porträt von Markus Alder, Porträt von Rolf Giezendanner, Porträt von Christian Meier, Porträt von Philipp Koller

Das Thema Bus­haltestellen wird auch weiterhin einen wichti­gen Anteil unserer Bera­tertätigkeit beanspru­chen. 150 Stunden wur­den 2019 für Arbeits­gruppen, Kommissionen und zur Sensibilisie­rung von Behörden auf­gewendet. Nachdem der Kanton St. Gallen die Thematik erfasste und die Gemeinden informierte, nahm sich nun erfreulicherweise auch der Kanton Appenzell Ausserrhoden des Themas an. Das Tiefbauamt suchte den Kontakt mit seinen Gemeinden. Es freut uns, dass unsere Dienste nun auch in diesem Kanton gefragt sind.

## Gute Kontakte mit Städten und Gemeinden

Die bereits intensive Zusammenar­beit mit den Städten St. Gallen und Wil wurde erfolgreich weitergeführt. Als besonderen Erfolg erhielt die Stadt St. Gallen für die Neugestaltung des Hauptbahnhofs die Auszeichnung «Flux – goldener Verkehrsknoten­punkt» von VCS, Postauto und dem Verband öffentlicher Verkehr. Mit vielen Gemeinden unseres Sektionsgebiets ar­beiteten wir auch im vergangenen Jahr sehr gut und eng zusammen. Wir mer­ken jedoch, dass mit Personalwechseln auf den Gemeindeämtern unser Anlie­gen und somit auch die Baugesuchs­kontrollen mitunter vergessen werden.

Wir suchen den Kontakt jeweils neu. Positiv ist, dass viele Planer un­sere Fachberatung frühzeitig angehen. Dies auch in Gemeinden, in denen der Kontakt etwas eingeschlafen war.

## SVA verzögert Gesuche

Die Beratung von Direktbetroffenen bleibt ein wichtiger Bereich. Im Be­richtsjahr wurden für 22 Mitglieder während über 300 Stunden Anpassun­gen im Wohnbereich geplant, begleitet und wenn möglich umgesetzt.

Leider werden bei der Sozialversi­cherungsanstalt die Entscheide immer wieder hinausgezögert. In einem Fall warten wir über ein Jahr auf eine Ko­stengutsprache. Bis dato erhielten wir nicht einmal eine Rückmeldung, ob der Fall in Bearbeitung sei. Für Betrof­fene wird es stets schwieriger, Gelder für eine Anpassung in den eigenen vier Wänden zu erhalten.

## 2000 Beratungsstunden

Auch 2019 war die Bautätigkeit un­verändert hoch. Entsprechend gefragt war unsere Beratertätigkeit: 368 Ob­jekte wurden eingereicht. Um dazu eine fundierte Stellungnahme abzuge­ben, wurden etwas über 2000 Stunden investiert. Immer öfters erhalten wir Anfragen im Vorfeld von Baueingaben. Dies zeigt, dass unsere Fachstelle be­kannt und das Fachwissen gefragt ist. Das Vorgehen trägt zur Planungssicher­heit bei und verhindert aufwendige An­passungen im Bewilligungsverfahren.

Zugenommen haben auch Fachbe­gleitungen grösserer Bauvorhaben. So können wir direkt Einfluss im Baupro­zess nehmen. Dies stellt auch einen Mehrwert für Planer und Bauherren dar, denn aufwendige Korrekturen und kostspielige Änderungen lassen sich damit vermeiden.

## Gute Kooperation mit Planern

Auch wenn die Hauptaufgabe das Überprüfen von Baugesuchen war, konnte durch konstruktive Mitarbeit und gemeinsames Entwickeln von Lö­sungsansätzen ein sehr interessantes Jahr abgeschlossen werden. Die ge­meinsame Zusammenarbeit mit Pla­nern macht Freude, da man die glei­che Sprache spricht und auf Team ­arbeit angewiesen ist. Auch 2020 wird der Bauboom nicht abklingen.

Einen immer grösseren Zeitauf­wand verwenden wir mit der Beantwor­tung von Mailanfragen der Architek­ten, Planer und Behörden. Das macht sich auch in der Qualität der Bauein­gaben bemerkbar. Es ist meist weniger zu bemängeln, wenn vor der Bau ­eingabe mit uns schon entsprechende Fragen geklärt wurden.

## Einsatz für Grossbauprojekte

Regelmässig begleiten wir einzelne Grossbauprojekte vertieft. Neben dem Neubau des Kantonsspitals und der Re­gionalspitäler kam 2019 eine Bestan­desaufnahme der Hochschule St. Gal­len hinzu. Sie möchte die Universitäts­bauten für alle Studierenden zugäng­lich und nutzbar machen. Das Projekt ist auch auf Grund des Schutzes durch die Denkmalpflege von Interesse. Die bisherige Untersuchung zeigte, dass die ugänglichkeit der einzelnen Campus­bauten am Rosenberg bereits in der Vergangenheit laufend verbessert und angepasst wurde und keine komplexen Anpassungsarbeiten notwendig sind.

Als gute Zusammenarbeit kann der Neubau Spital Grabs bezeichnet wer­den. Nach mehreren Abklärungen per Mail oder vor Ort zusammen mit Bau­leiter, Architekt und Spitalleitung wird im Mai 2020 ein optimal behinderten­gerechter Spitalneubau eröffnet.

## Verhältnismässigkeit gewahrt

Bei der Beurteilung von Wohnbau­ten, die einer Gesamt- oder Teilsanie­rung unterzogen werden, braucht die Verhältnismässigkeit ein besonderes Augenmerk. Es kommt vor, dass auf Massnahmen zur Beseitigung bauli­cher Barrieren verzichtet werden muss, wenn der erwartete Nutzen in einem wirtschaftlichen Missverhältnis steht.

Ob bei einer städtischen Liegen­schaft mit Hochparterre der Hauszu­gang mittels Treppenlift oder Rampe hindernisfrei gemacht wird oder die Grundrisse der Wohnungen anpassbar organisiert werden, hängt auch immer von baurechtlichen oder denkmalpfle­gerischen Einflüssen ab.

Uns Bauberatern kommt bei sol­chen Beurteilungen zugute, dass wir nebst unseren Teilzeitmandaten bei Procap als selbstständige Architekten tätig sind – und somit auch das Ver­ständnis und die Praxisnähe bei sol­chen Güterabwägungen mitbringen.

## Team rasch neu gebildet

Sowohl unser neuer Bauberater, Philipp Koller, als auch der neue Geschäftsleiter, Hansueli Salzmann, haben ihre Aufgaben schnell gefunden. Die Zusammenarbeit mit beiden macht grosse Freude. Sie haben sich sehr schnell in die Materien eingearbeitet und ins Team von Procap St. Gallen-Appenzell integriert.

### Reklame: Reklame Sanitätshaus Schildknecht

für Orthopädie- und Rehabilitations-Technik

Zürcherstrasse Zürcherstrasse 85

9500 Wil 8500 Frauenfeld Tel. 071 / 911 38 48

Hegiberg Tel. 052 / 720 14 74

Büro und Privat 9527 Niederhelfenschwil 071 / 947 14 53

### Seite 3

## Rheintal, Rorschach und Umgebung Die Höcks sind wichtig

## Editorial: Bernadette Zimmermann

### Bild: Porträt von Bernadette Zimmermann

Die monatlichen Höcks fanden in allen Regionen statt. Alle Mitglieder von Procap St. Gallen-Appenzell aus der jeweiligen Region waren wiederum herzlich eingeladen teilzunehmen.

Wir – die Regionen Rheintal sowie Rorschach und Umgebung – trafen uns jeden zweiten Donnerstag im Monat am Nachmittag von 14 bis 17 Uhr im Restaurant Hecht in Rheineck zum gemeinsamen Zusammensein. Der Höck fand 2019 elf Mal statt.

In meinen Regionen war der Höck meistens gut besucht. An diesen Nach­mittagen sassen wir gemütlich zusam­men, und es fand ein reger Austausch unter den Teilnehmenden statt.

Leider liess es das Wetter nicht zu, dass wir uns im Juli zu einem Grillhöck in der Sport- und Erholungsanlage Kel­len in Goldach treffen konnten.

## Keine Schiffsreise nach Lindau

Da wir 2019 einen Ausflug zum Rheinfall organisierten, fand keine Schiffsreise nach Lindau statt. Weil diese Reise sehr beliebt ist, werden wir den Ausflug nach Lindau 2020 aber wieder ins Auge fassen. Ich finde die Höcks sehr interessant und unterhaltsam. Ich möchte diesen Anlass nicht missen, hat er für mich doch einen ganz persönli­chen Stellenwert als Regionalleiterin.

## Regionale Sponsoren

Marco Kengelbacher, Ruggell; Liliane Beerli, Goldach; Orts-gemeinde Goldach

Sargans.

## Sport Toggenburg, Team Nesslau Wir sind gewachsen

## Editorial: VRENI SCHARRER

### Bild: Porträt von Vreni Scharrer

Unsere Individua­listinnen- und Individu­alistenfamilie wächst weiter: Dank Mundpropaganda durften wir 2019 acht neue Teammitglieder begrüssen. Somit bestehen unsere zwei Sportgrup­pen momentan aus total 36 SportlerIn­nen zwischen 14 und 71 Jahren. Die Neuen integrierten sich sehr schnell in ihre Gruppen. Da sie vorwiegend im Teenageralter sind, ist auch das Leiter­team mehr gefordert. Diese Herausfor­derung macht viel Spass, und wir durf­ten sehr schöne und spannende Turn­stunden zusammen erleben.

Natürlich standen wieder diverse Events auf dem Jahresprogramm – wie die Ostereierverkäufe, der Grill ­abend, unsere Weihnachtsmarkt ­aktion sowie der Besuch des Samich­laus mit Schmutzli. Einige unserer TurnerInnen nahmen zudem am Kreuzegg lauf teil. Die zu bewältigende Strecke absolvierten sie mit viel Freude und Elan. Im September stand dann der Sporttag auf dem Pro­gramm. Mit einer Delegation von sie­ben SportlerInnen reisten wir nach Sargans. Wir erlebten einen sehr schö­nen Anlass mit super sportlichen Lei­stungen. Herzliche Gratulation allen Sportler Innen beider Anlässe. Vielen Dank auch allen BastlerIn­nen für ihr Engagement beim Oster ­eierverkauf und bei der Weihnachts­marktstandaktion. Nebst dem selbst verdienten Geld durften wir eine Spende von tausend Franken der Ka­tholischen Kirchgemeinde Wattwil sowie eine Spende von 1700 Franken des Ennetbühler Frauenvereins entge­gennehmen. Diese ist bestimmt für die Aufstockung des Turnmaterials und für die Anschaffung von spannenden Spielgeräten – etwa Bocciakugeln und Leitergolf.

Simone Stamm erneuerte erfolg­reich ihren Assistenzausweis. Mädi Lusti-Schrepfer verliess die Sport­gruppe, da ihre Zwillinge mehr Zeit in Anspruch nehmen. Glücklicherweise konnten wir bereits Ersatz finden: Wir begrüssen Mira Scharrer aus Stein neu im Leiterinnenteam.

## Regionale Sponsoren Katholische Kirchgemeinde Wattwil; Frauenverein Ennetbühl.

## Bei der Regelung der letzten Dinge…

denken Sie bitte im Rah­men von Testament, Ver­mächtnis oder Legat auch an unsere Sektion. Eine sol­che Zueignung kann in allge­meiner Form oder zweck ­bezogen erfolgen.

Wir beantworten gerne Ihre Fragen. Besten Dank.

Procap St. GallenAppenzell 9000 St. Gallen

Postkonto 9048449 IBAN CH89 0900 0000 9000 4844 9

### Bild: Eine Unterschrift auf einem Dokument und das Bild von einem Füllfederhalter

## Sport Toggenburg, Team Bütschwil Der gemeinsame Sport integriert

## Editorial: Heidi Brunner

### Bild: Porträt von Heidi Brunner

Das vergangene Jahr hinterliess wieder unzählige tolle Momente und blei­bende Eindrücke: Wir konnten erneut an einigen auswärtigen Sportanlässen teilnehmen, die nebst unserem wöchentlichen Turnprogramm eine tolle Abwechslung für unser Vereinsle­ben boten.

So konnte unsere Sportgruppe auch dieses Jahr im März beim Fründeobig wieder viele Gäste mit und ohne Handi­cap in der Turnhalle begrüssen. Es war ein sehr lustiger, geselliger Anlass, wo nebst sportlichen Aktivitäten viel ge­lacht wurde.

Zwölf Sportlerinnen und Sportler spurteten am 18. Mai am «Kreuzegg ­lauf» im Dorf wieder um jede Sekunde. Von den vielen Zuschauenden angefeu­ert, erreichten alle erschöpft, aber freu­destrahlend das Ziel, wo danach alle zwei tolle Präsente in Empfang neh­men durften. Die Primarschulklasse von Mara Holenstein aus St. Peterzell besuchte eine Turnstunde, wo mitein­ander viel geschwitzt und gelacht wurde. Es machte allen Sportler- und SchülerInnen sehr grossen Spass, einen so lässigen Abend zu verbringen.

## Turnstunde mit Schulklasse

Am Samstag, 15. Juni, führte uns der Turner- und Teamausflug mit dem Zug ins «Sealife» nach Konstanz, wo wir einen ganz tollen, spannenden Tag zusammen verbringen durften.

Die letzte Turnstunde vor den Som­merferien war voller Überraschungen: Wir durften alle eine Kutschenfahrt durch Mosnang mit Monika und Armin Schönenberger geniessen. Dazwischen wurde uns von Astrid und Philipp Schneider vom Restaurant Krone Mosnang eine feine Glacé spendiert.

## Gute Ränge in Sargans

Mit 14 Teilnehmenden fuhren wir mit dem Zug an den Procap-Sporttag nach Sargans und absolvierten die Dis­ziplinen Tenniszielwurf, Hockeyslalom, Streetball, Hindernislauf, Reeboksteep und 80- respektive 400-Meter-Schnell­lauf. Trotz Regenwetter waren alle voller Motivation dabei und durften sich über einen riesigen Applaus für die tollen Leistungen freuen. Kilian Ruoss nahm auf dem Siegerpodest die Bron­zemedaille entgegen. Bei der Pendelsta­fette starteten zwei Bütschwiler Teams. 18 Gruppen starteten insgesamt. Toggi 1 erreichte den tollen dritten, Toggi 2 den super 4. Rang.

## Lob – auch von Samichlaus und Schmutzli

Am 4. Dezember überraschten uns Samichlaus und Schmutzli in der Turnhalle. Sie lobten den tollen Zu­sammenhalt im ganzen Team sowie die sehr gut besuchten Turnlektionen der SportlerInnen durchs ganze Jahr.

Ein riesig grosses Dankeschön gilt auch dem gesamten Leiterinnenteam für die sportliche Unterstützung und das tolle, grossartige Engagement.

## Appenzell, Fürstenland Marktstände – mehr als Mittelbeschaffung Will

Editorial: Barbara Willborn

### Bild: Porträt von Barbara Willborn

In den Regionen Appenzell und Fürstenland ist Procap St. Gallen-Appenzell jeweils mit einem Stand an Märkten vertreten. Diese Ver­kaufsstände dienen nicht nur zur Mit­telbeschaffung für die beiden Regionen, sondern auch zur Information und damit zur Präsenz von Procap St. Gal­len-Appenzell. Der Procap-Herzliver­kauf spielt dabei eine wichtige Rolle.

## Aufwendige Organisation

Die Organisation des Herbstmarktes vom 27. und 28. September 2019 in Uzwil war sehr zeitaufwendig. Mit den Mitgliedern besprach ich, was sie an selbstgemachten Produkten am Stand verkaufen wollten – und wer während dieser Tage am Stand mitarbeiten kann.

Schon seit einigen Jahren arbeitet Procap St. Gallen-Appenzell für den Herbstmarkt mit dem «Transitwerk» inWil zusammen. Dort konnten wir auch dieses Jahr die Produkte auf Kommis­sion auswählen und diese dann am Stand verkaufen. Die Auswahl der Arti­Früh am Morgen des 27. September ging es los. Dieses Jahr mussten wir den Stand allerdings zuerst einmal finden. Bald kamen auch schon die ersten Be­sucher. Eine Herausforderung war der starke Wind. Der erste Markttag dauerte für uns bis 21 Uhr.

Dann hiess es wieder alles ein­packen und im Keller von Cecila Hauser zu verstauen. Sie hatte sich wieder be­reit erklärt, die Artikel bis zum Samstag zu lagern. Ein herzliches Dankeschön.

Am Samstagmorgen wurde der Stand wieder eingerichtet und um 17 Uhr alles wieder eingepackt und von mir mit nach Hause genommen. kel war nicht immer leicht. So musste ich vor Ort entscheiden, was gut bei den Käuferinnen und Käufern ankommen würde. Die Zusammenarbeit ermög­lichte es, den Stand gut zu bestücken. Am 4. Dezember 2019 waren wir er­neut mit einem Stand am «Chläusler» vertreten. Auch hier lief die Organisa­tion schon Monate im voraus. Hier ar­beiteten wir mit der «Stääg» zusam­men. Die Artikel konnte ich abholen und zusammen mit den selbstgemach­ten Objekten der Mitglieder ausstellen.

**Frostiger Appenzeller Markt**

Der «Chläuseler» bescherte uns 2019 einen sehr frostigen Markttag. Froh, die eisigen Stunden überstanden zu haben, konnten wir um 17 Uhr den Stand räumen und alles einpacken.

Herzlich möchte ich mich bei allen Mitgliedern für ihre Unterstüt­zung während der Markttage bedanken. Fürs neue Jahr wünsche ich allen alles Gute und hoffe, viele Procap-Mitglieder an verschiedenen

## Regionale Sponsorin Cecila Hauser, Uzwil.

## Denken Sie bitte an Procap

Es ist schmerzlich, Familienangehörige oder Freunde zu verlieren. Und doch muss vieles geregelt werden. Dürfen wir Ihnen vorschlagen, bei Trauerspenden in Todesanzeigen oder bei Opfern und bei Kollekten in Kirchen an unsere Sektion zu denken?

Herzlichen Dank!

Procap St. GallenAppenzell, 9000 St. Gallen

Postkonto 9048449 / IBAN CH89 0900 0000 9000 4844 9

### Bild: Ähnlich einer Todesanzeige, links ein schwarzes Kreuz, mit Aufschrift: Denken Sie bitte an Procap….in einem schwarzen Rahmen.

# Seite 4

## Infos Höcks und Aktivitäten

## Für alle Regionen

**März 2020** Sa, 28., Generalversammlung in Altstätten (siehe Beilage).

**Mai 2020**

Sa, 16., Elternforum «Verhaltens ­Auffälligkeiten bei Kindern», 10 bis etwa 13.30 Uhr, Kantons-spital St. Gallen (Einladung folgt).

## St. Gallen

**März 2020** Di, 3., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

**April 2020** Di, 7., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

**Mai 2020** Sa, 2., Zirkus Knie (siehe Box).

Di, 5., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

**Juni 2020**

Di, 2., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

Sa, 6., Brunch in Herisau

(Voranzeige).

## Rorschach/Umgebung, St. Gallen Nord + Gaiserwald

**März 2020**

Do, 12., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**April 2020**

Do, 9., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**Mai 2020**

Sa, 2., Zirkus Knie (siehe Box).

Do, 14., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**Juni 2020**

Do, 11., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Sa, 20., Brunch (Voranzeige).

## Appenzell AR + AI

**März 2020**

Mo, 9., Höck, Hotel Heiden, Heiden, 14 bis 17 Uhr.

**April 2020**

Mo, 6., Höck, Restaurant Park Heinrichsbad, Herisau, 14 bis 17 Uhr.

**Mai 2020**

Sa, 2., Zirkus Knie (siehe Box).

Mo, 4., Höck, Gasthaus Hof, Appenzell, 14 bis 17 Uhr.

**Juni 2020**

Sa, 6., Brunch in Herisau

(Voranzeige).

Mo, 8., Höck, Restaurant Park Heinrichsbad, Herisau, 14 bis 17 Uhr.

## Rheintal

**März 2020**

Do, 12., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**April 2020**

Do, 9., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**Mai 2020**

Sa, 2., Zirkus Knie (siehe Box). Do, 14., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

**Juni 2020**

Do, 11., Höck, Rest. Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Sa, 20., Brunch (Voranzeige).

## Fürstenland

**März 2020**

Do, 19., Höck, Rest. Landhaus, Niederuzwil, 14 bis 17 Uhr.

**April 2020**

Sa, 4., Zirkus Knie (siehe Box).

Do, 16., Höck, Rest. Landhaus, Niederuzwil, 14 bis 17 Uhr.

**Mai 2020**

Do, 14., Höck, Rest. Landhaus, Niederuzwil, 14 bis 17 Uhr.

**Juni 2020**

Sa, 6., Brunch in Herisau (Voranzeige).

Do, 18., Höck, Rest. Landhaus, Niederuzwil, 14 bis 17 Uhr.

## Toggenburg

**März 2020**

Do, 26., Höck, Kafi am Bach, Wattwil, 14 bis 16 Uhr.

**April 2020**

Sa, 4., Zirkus Knie (siehe Box).

Do, 30., Höck, Rest. Löwen, Ebnat-Kappel, 14 bis 16 Uhr.

**Mai 2020**

So, 17., Brunch Rest. Berghof, Ganterschwil (siehe Beilage).

Do, 28., Höck, Madlen’s Cafe, Wattwil, 14 bis 16 Uhr.

**Juni 2020**

Do, 25., Höck, Minigolf, Wattwil, 14 bis 16 Uhr.

**Turnen**

Mittwochabend, in der Dorfturn­halle Bütschwil, 19.30 bis 20.30 Uhr (ausgenommen in den Schulferien).

Mittwochabend, Turnhalle Johanneum Nesslau, 18 bis 19 Uhr und 19 bis 20 Uhr (ausgenommen in den Schulferien).

## Gaster/See

**März 2020**

Mi, 11., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

**April 2020**

Mi, 8., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

**Mai 2020**

Mi, 6., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

**Juni 2020**

Mi, 10., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

## Jugendgruppe

**März 2020**

Sa, 28., GV Procap St. Gallen-Ap­penzell, Hotel Sonne, Altstätten. Anmeldung: Geschäftsstelle, 071 222 44 33 (siehe Beilage).

**April 2020**

Sa, 4., HV Jugendgruppe, Restau­rant Scheitlinsbüchel in St. Gallen, 14 Uhr. Treffpunkt: Bahnhof St. Gallen, 13 Uhr, Trogenerbahn.

Anmeldung: Geschäftsstelle, 071 222 44 33, Einladung folgt separat.

**Mai 2020**

Sa, 16., Kinderzoo Rapperswil, Treffpunkt: Bahnhof St. Gallen, 8.30 Uhr, oder Wattwil, 9.30 Uhr, Gleis 4, Eintritt Fr. 12.– mit IV-Ausweis.

Anmeldung: Maya Schafflützel, 071 920 12 83.

**Juni 2020**

Sa, 20., Insel Mainau, Treffpunkt: St. Gallen Bahnhof, 8.30 Uhr, Euro, ID und IV-Ausweis mitnehmen. Anmeldung: Sepp Sutter, 071 787 28 36.

## Zirkus Knie lädt

Procap-Mitglieder sind herz­lich eingeladen zur Vorstellung des Zirkus Knie in Wil am Samstag, 4. April 2020, um 15 Uhr und in St. Gallen am Samstag, 2. Mai 2020, um 13.30 Uhr. Genauere Infos zu den Treffpunkten folgen zu einem späteren Zeitpunkt. Anmeldung bis spätestens 13. März 2020 an

## Procap-Elternforum 2020

**zum Thema: Verhaltensauffällig­keiten bei Kindern**

Unsere Fachleute erörtern in Inputreferaten Ursachen und Lösungsansätze.

Im anschliessenden Podiumsgespräch kommen Sie als betroffene Eltern zu Wort.

**Samstag, 16. Mai 2020,** 10 bis etwa 13.30 Uhr, St. Gallen, Kantonsspital, Zentraler Hörsaal, Haus 21

(Einladung folgt).

## St. Gallen Auf psychische Krisen antworten

Editorial: Marlis Dürr

### Bild: Porträt von Marlis Dürr

Im Oktober 2019 durfte ich den Kurs ENSA besuchen. Das Wort stammt aus Australien und bedeutet in der Sprache der dortigen Ureinwohnerinnen und Ureinwohner «Antwort». Der Kurs wird neu in der Schweiz von Pro Mente Sana angeboten.

## Bei seelischer Not überfordert

Der Kursinhalt besteht darin, bei psychischen Krisen erste Hilfe leisten zu können. In der Regel sind wir bei Menschen mit psychischen Krisen und Krankheiten überfordert. Leichter fällt es uns, Hilfe bei einem Unfall zu bie­ten. Ich hörte und lernte an den vier Kursabenden viel über psychische Er­krankungen.

Beispielsweise war ich bisher der Auffassung, dass sie heute vermehrt auftreten, auch in meinem Aufgaben­bereich bei Procap St. Gallen-Appenzell. Es wurde aber erklärt, dass heute ein­fach mehr darüber gesprochen wird. Früher litten Betroffene ebenso, aber eher im Versteckten – wie Men­schen mit anderen Beeinträchtigungen auch. Auch bei psychischen Erkran­kungen geht es um Inklusion. Denn niemand ist davor geschützt, psychisch zu erkranken.

## Wenn die Angst zu gross wird

Besonders Angststörungen sind sehr verbreitet. Wer kennt keine Angst? Vor Hunden, Flugangst oder Platz­angst. Bei unseren Vorfahren war Angst lebensrettend. Sie kann es auch heute noch sein. Manchmal wird die Angst aber so gross, dass Betroffene kaum damit leben können. Dann muss sie behandelt werden.

## Zu professioneller Hilfe ermutigen

Das wichtigste Wort während des ganzen Kurses war «Roger». Nein, nicht Roger Federer, aber ebenso wich­tig. Die Anfangsbuchstaben zeigen auf, wie wir im Umgang mit psychischen Erkrankungen richtig reagieren re­spektive antworten können: **R**eagiere! Geh auf die Person zu, sprich sie an, frage nach, biete Hilfe an. **O**ffen, ruhig, geduldig und ohne Zeitdruck zuhören, Verständnis zeigen. **G**ib Infor­mationen und Unterstützung, vermittle Hoffnung. **E**rmutige zu professioneller Hilfe – eventuell mit Begleitung zum Arzt. **R**eaktiviere Ressourcen: Was hat früher geholfen, etwa Familie und Freunde einbeziehen, Techniken der Selbsthilfe wie Sport, Entspannungs­übungen.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie psy­chisch möglichst gesund und stabil bleiben. Und falls doch nicht, dass Sie auf Menschen treffen, die verständnis­voll mit Ihnen umgehen.

## Regionale Sponsoren

Stiftung Charles North, St. Gallen; Straubenzeller Fonds der Ortsbür­gergemeinde St. Gallen; Freiwilliger Hilfsverein St. Gallen-West; Marco Kengelbacher (Grittibänzen zur Chlausfeier); Samichlaus und Schmutzli.

## Jugendgruppe Eure tolle Beteiligung

## Editorial: Maya Schafflützel

### Bild: Porträt von Maya Schafflützel

Die Jugendgruppe organisierte 2019 praktisch monatlich einen Anlass – neben der Aktivität immer auch eine wichtige Gelegenheit zum Austausch: Vom Bad Zurzach im Januar waren alle begeistert. Das Bow­ling in der Arena im Februar fand ebenfalls ein sehr gutes Echo. Nach dem Besuch der Generalversammlung im März in Flawil fand im April unsere eigene Hauptversammlung im Restau­rant Scheitlinsbüchel in St. Gallen statt – ein Dank dafür geht an Sylvie Hinterberger. Der Besuch der Schaukäserei im Mai war sehr interessant – die ma­schinelle Produktion beeindruckte uns.

**Hauptausflug nach Baden**

Der Frühstücksbrunch im August im Hotel 66, St. Gallen, war sehr lecker. Im September fand unser Hauptaus­flug nach Baden mit feinem Essen und Museumsbesuch im Schloss Lenzburg statt. Im Oktober fuhren wir nach Meersburg. Wir konnten dort Natur, Sonnenschein – und feines Gebäck ge­niessen. Den Jahresabschluss feierten wir im St. Galler Fonduebeizli. Ich be­danke mich als Jugendgruppenpräsi­dentin sehr dafür, dass ihr immer alle am Programm t

## Mehr auf procap-sga.ch

«Treffpunkt»-Ausgaben können auf unserer Homepage www.procap-sga.ch nachgelesen werden. Dort finden Sie auch immer aktuelle Themen, Hinweise auf Kurse und Veranstaltungen, alle wichtigen Namen unserer Sektion, Dienstleistungen sowie Statuten und Organigramm. Meist sind unsere Beiträge auch als Worddateien für sehbehinderte

und blinde Personen aufgeführt.

## Toggenburg Umfassend Unterstützung bieten.

## Editorial: Sylvie Hinterberger

### Bild: Porträt Sylvie Hinterberger

Seit Juni 2017 gehöre ich als Regionalleiterin zur Pro­cap-Familie. Die Arbeit macht mir Spass, und meine Zeit erlaubte es mir, eine weitere Aufgabe zu übernehmen. Als ausgebildete «Sachbearbeiterin Per­sonalwesen» mit langjähriger Erfah­rung in verschiedenen Betrieben und als «zertifizierte Sozialbegleiterin» kann ich mein Fachwissen in der Bera­tung bei Assistenz Einrichtungen in der ganzen Sektion einbringen.

## Administrative Hilfe bei der Arbeitsintegration...

In diesem Jahr durfte ich sieben Mitglieder bei allen Formalitäten unter­stützen, die zukünftige Arbeitgeber be­achten müssen. Je nach Bedürfnis ergab sich eine vorübergehend inten­sive Zusammenarbeit, die sich aber am Schluss immer lohnte. Das bestätigten mir fast alle Betroffenen. Wenn die be­rufliche Vermittlung geschafft war, stellte ich auf Wunsch weitere Doku­mente und Unterlagen zur Verfügung, wie etwa Vorlagen für Lohnabrechnun­gen, zur Berechnung des Stundenlohns und ähnliches. Die Assistenten konnten über ver­schiedene Quellen gefunden werden. Manchmal bot auch jemand aus dem eigenen Umfeld diese Hilfe an. Ausser­dem bestehen Plattformen im Internet oder Zeitungsannoncen.

## ... und beim Einstellen der eigenen Assistenten

Viele Menschen mit Handicap wür­den gerne selbstbestimmt zu Hause leben, aber ohne Unterstützung scheint dies nicht möglich. Mit Assistenzbeiträ­gen der IV wird die beeinträchtigte Per­son selber zum Arbeitgeber und wählt ihre Assistenten selbständig aus. Ähn­lich wie bei der Hilflosenentschädigung (HE) wird zuerst der Bedarf durch dieIV-Stelle geklärt, um die Stunden zu er­mitteln, die dann über die IV-Stelle ab­gerechnet werden. Viele Betroffene scheuen sich vor der ganzen «Bürokra­tie» und machen sich Gedanken, ob sie dem gewachsen sind. Ich möchte ihnen Mut zusprechen.

## Zeit für einen Neustart?

Wenn die ganzen Formalitäten er­ledigt waren und nach einer Weile eine Routine einkehrte, hörte ich immer wieder, wie froh die neuen Arbeitgeber waren, diesen Schritt gegangen zu sein. Was gibt es Schöneres, als ein selbstbe­stimmtes, individuelles Leben zu führen – und das in den eigenen vier Wänden. Oder eine Entlastung zu er­halten, damit die Angehörigen wieder einmal etwas Zeit für sich haben.

Wenn ich Ihr Interesse geweckt habe, melden Sie sich bei Ihrer zustän­digen Regionalleiterin oder bei mir. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Vielleicht ist es jetzt Zeit für einen Neustart?