

treffpunkt

Zeitschrift für Menschen mit und ohne Behinderung Herausgeber: Procap St.Gallen-Appenzell Nr. 2-2023

43. Jahrgang Auflage: 3100 Exemplare Abonnement: Fr. 24.60 inkl. MwSt./Jahr

Leben mit Long Covid – Florian Scherrer «Das lange Warten zehrt zusätzlich an der Energie»

Florian Scherrer leitete erfolgreich eine Sozialfirma, bevor er mit Covid infiziert wurde. Heute meistert er nur noch einen Teil seiner Aufgaben – und auch dies nur, wenn er seine Energie genau einteilt. Zwei Jahre leidet er schon an Long-Covid-Folgen mit vielen Auf und Abs.

MICHAEL WALTHER

«Wenn ich die Treppe hinaufsteige, keuche ich oft wie ein altes Walross», sagt Florian Scherrer wörtlich. «Früher ging ich Joggen oder in die Berge. Das kann ich alles vergessen. Nach Belastungen leide ich stets noch tagelang.»

Wie kam es dazu? «Im April 2021 testete ich mich positiv auf Covid», sagt Scherrer. Eine, zwei Wochen verbrachte er krank zu Hause. Danach folgte die Spitaleinlieferung. Florian Scherrer hätte sich geimpft. Aber damals waren zuerst die über 65-Jährigen dran. «Ich erhielt die Gelegenheit, mich zu impfen, erst, als ich schon im Spital war», sagt er.

Spitalaufenthalt und Rehabilitation

Scherrer entwickelte eine Lungenentzündung. Die Leberwerte stiegen. Die Nebennierenrinde versagte. Die Blutwerte waren schlecht. Der Blutdruck sank. Dazu kam Schwindel. «Ich hustete, konnte nicht mehr essen und nicht mehr trinken.»

Nur die Intensivabteilung blieb ihm erspart. Er lag auf der normalen Station. «Ich hatte zuerst das Gefühl, nach einer Woche ist alles vorbei. Dann gehe ich wieder heim. Das war wirklich naiv.» Es folgte ein Rehabilitationsaufenthalt in Walenstadtberg.

Darauf tauchten neurologische Probleme auf – bei der Handlungsplanung, beim Gedächtnis, bei der Aufmerksamkeit. Florian Scherrer suchte noch einmal das Spital auf. Neurologische Abklärungen ergaben Auffälligkeiten.

Dazu habe er an den «klassischen» Symptomen gelitten, Muskelschmerzen etwa. Er suchte die Schmerzklinik auf, die Rheumatologie. Vieles habe ausgeschlossen werden können. Doch Muskel- und Gelenkschmerzen blieben. «Ich litt monatelang an Kopfschmerzen und einer

Wahnsinnserschöpfung.» Im November 2021 hielt sich Florian Scherrer ein zweites Mal in einer Reha, in Davos, auf. «Aber es ging nie wirklich aufwärts. Seitdem sieche ich mich durch», sagt er. Seitdem sind eineinhalb Jahre vergangen.

Im Beruf steht alles still

Florian Scherrer, heute 56, ist ein aktiver Mensch. 2008 gründete der Sozialpädagoge «Workaut». Die Sozialfirma beschäftigt rund zwei Dutzend Personen und unterstützt Menschen mit Autismus. 2021 hätte die Einzel-firma in eine Stiftung überführt werden sollen. Scherrer lag im Spital. Danach dauerte es über zwei Jahre bis zum Handelsregistereintrag.

«Psychisch hat's mich nicht erwischt», sagt Florian Scherrer, der in einer Partnerschaft lebt. «Natürlich ist das wahnsinnig belastend. Monatelang lag ich nur herum und hatte Schlafprobleme.» Dazu kommt noch die berufliche Unsicherheit.

Scherrer suchte die Long-Covid-Sprechstunde am Kantonsspital in St.Gallen auf. Sie bietet neben Abklärungen Physio-, Ergotherapie und Gesprächsmöglichkeiten an. Dort beteiligte er sich an einer Austauschgruppe unter Betroffenen, die ebenfalls das Kantonsspital initiierte. «Der Austausch ist sehr wichtig, damit man nicht durchdreht.»

Inzwischen wirkt er auch regelmässig in der Long-Covid-Austauschgruppe Ostschweiz mit, die eng mit der Selbsthilfeorganisation Long Covid Schweiz zusammenarbeitet.

Jede Aktivität planen

Eine klare Therapie gegen Long Covid gibt es nicht. Schon gar kein Medikament. Die Betroffenen lernen das «Pacing»: Jede Aktivität im Alltag und jede Belastung wird genau geplant und abgewogen.

«Seit ich wieder etwas mehr Energie habe, kehren auch die Kontakt-

Heute nicht mehr möglich. Florian Scherrer, Long-Covid-Betroffener, 2019 am Creux du Van NE.

Bild: zVg.



pflege und das soziale Netz teilweise zurück», sagt Florian Scherrer. «Monatelang sass ich nur zu Hause. Mir war das am wohlsten – nicht zu viele Leute und Reize zu erleben.»

Er müsse aufpassen, dass er stets unter seiner Grenze bleibe. «Wenn ich körperlich etwas mehr leiste, geht sofort die kognitive Leistung zurück. Strenge ich mich geistig sehr an, spüre ich die körperliche Reaktion.»

Trotzdem überanstrengte sich Florian Scherrer, als er sich im Rahmen einer Lungenabklärung im Kantonsspital einem Velo-Belastungstest unterzog. «Eine Viertelstunde über meiner Leistung löste einen Riesencrash aus. Drei Monate brauchte ich, um mich zu erholen.»

Das würden viele erleben, sagt Florian Scherrer. «Wenn jemand zuviel unternimmt, folgt ein Gesamtzusammenbruch, und jeder davon kann chronifizierend wirken.»

Warten aufs Gutachten

Es war im Herbst 2021, als Florian Scherrer den IV-Antrag stellte. Damit es zu keiner verspäteten Anmeldung kommt, musste er dies spätestens ein halbes Jahr nach seiner Erkrankung tun. Bis zu einem IV-Entscheid dauert es in der Regel über ein Jahr, wenn nicht gar länger.

Bis April 2023 wartete Scherrer auf ein Gutachten. «Es gibt zu wenig Gutachterstellen», sagt er. Ein Unding, findet er: «Das lange Warten zehrt an

der Energie.» Unterstützung erhält Scherrer von Procap-Rechtsanwalt Martin Boltshauser.

«Dann ist Sense»

Inzwischen ist Florian Scherrer wieder zu 30 Prozent in sein Unternehmen eingestiegen. Mehr liegt einfach nicht darin. «Stabilität auf tiefem Niveau», nennt er es.

Einen Anspruch beim Arbeitslosenamt RAV hat der Selbständigerwerbende nicht. Im Juli 2023 läuft sein Krankentaggeld aus. Und dann? Mit einem IV-Entscheid ist bis dann ganz sicher nicht zu rechnen.

«Dann ist Sense», formuliert Florian Scherrer und fügt bei: «Hernach ist die finanzielle Absicherung offen.» Es gebe keine wirkliche Lösung. «Ich hänge zwischen Stuhl und Bank.» Und bevor das Sozialamt zahlt, muss jemand das Vermögen bis auf ein bestimmtes Niveau herunter verzehren. «Logisch», sagt Scherrer.

Informationen und Hilfe

Betroffene erhalten Informationen und Hilfe bei:
<https://long-covid-info.ch>
Long-Covid-Austauschgruppe Ostschweiz,
lcs-austausch@hotmail.com
<https://www.kssg.ch/aim/leistungsangebot/long-covid-sprechstunde-medambi>
<https://www.procap-sga.ch/>

Nicht vorbereitet



• Rund ein Fünftel

aller Covid-Betroffenen leidet gemäss einer Schätzung der schweizerischen Covid-Task-Force an längerdauernden gesundheitlichen Beschwerden.

Zu den Symptomen von Long Covid zählen: das Fortbestehen von Virus bzw. Virusbestandteilen. Gewebe-, Organ- sowie Nervenschädigungen. Oder Fehlleitungen des Immunsystems.

Besonders bitter: Die Gesellschaft ist auf Long Covid nicht vorbereitet. Die Betroffenen fallen durch alle Maschen. Viele verlieren ihre Arbeit. Trotz schweren Beeinträchtigungen wird die Diagnose von der IV nicht anerkannt. Procap bietet Rechtsbeistand.

Auch Procap St.Gallen-Appenzell hat im Beratungsalltag vermehrt mit Long-Covid-Betroffenen zu tun. Wir starten unsere Berichterstattung im «Treffpunkt» dazu mit zwei Fallbeispielen.

• Endlich durfte am 25. März wieder eine Generalversammlung unseres Selbsthilfeverbands stattfinden. Es war ein festlicher Anlass für alle Beteiligten mit dem Besuch von Politprominenz.

• Unsere Bauberatung wird geschätzt. Was die Bauberatung ihrer Stadt bringt, sagt Daniela Steiger. Sie ist seit 2022 Technische Sachbearbeiterin Baubewilligung im Fachbereich Baubewilligungen der Stadt Rapperswil-Jona.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre unseres neusten «Treffpunkts».

H. Salzmann

Hansueli Salzmann, Geschäftsleiter Procap St.Gallen-Appenzell

Aus dem Inhalt

Long Covid Seiten 1–2
Betroffene erhalten wenig Unterstützung.
Procap- Seiten 2–3
Generalversammlung
Festlich und wieder live am 25. März in Muolen.
Verlässlich, kompetent Seite 4
Daniela Steiger, Rapperswil-Jona, über die Bauberatung.

Long Covid – Ariana Frischknecht «Ich möchte in meinen Beruf zurück»

Ariana Frischknecht nahm Covid ernst. Für sich selbst hatte die junge, aktive, fitte Frau keine Angst. Dann gerieten ihre Lebenspläne durch die Langzeitfolgen der Infektion jäh durcheinander.

MICHAEL WALTHER

«Es geht mir sicher besser als auch schon», sagt Ariana Frischknecht. «Aber ich bin bei weitem nicht mehr auf dem früheren Stand. Wenn ich meine Energie gut einteile, geht es einigermassen. Sobald ich über die Grenze schreite, geht es mir wieder schlecht.» Wie eine Grippe müsse man sich das vorstellen, «mit ganz vielen verschiedenen Symptomen».

Köchin und Polizistin

Die berufliche Laufbahn von Ariana Frischknecht begann mit einer Kochlehre in einem À-la-carte-Speiserestaurant. Aber schon als Kind wollte sie zur Polizei. Im Herbst 2018 begann sie die Polizeischule. Im Oktober 2019 schloss Ariana Frischknecht die Ausbildung ab. Sie war nun Angestellte der Stadtpolizei St. Gallen.

Als im Frühjahr 2020 die Covid-Pandemie begann, machte sie sich keine grossen Gedanken. «Beim Lockdown dachte ich, wenn ich Corona erwische, wird es mich nicht schlimm treffen. Ich war ja immer fit.»

Der Tag, an dem der Geruchssinn fehlte

Ariana Frischknecht weiss nicht, wo es passierte, als sie Mitte Dezember 2020 plötzlich mit Covid infiziert war. Aber sie erinnert sich, wie eines Morgens, als sie wie immer einen Kaffee aus der Maschine liess, sowohl der Geruchs- als auch der Geschmacksinn fehlten.

Am 25. Dezember begann sie nach zehn Tagen Isolation wieder die Arbeit. «Am ersten Tag ging es noch gut.» Aber am 26. litt Ariana Frischknecht schon nach zwei Stunden an starken Kopfschmerzen. «Da dachte ich, jetzt ist etwas komisch.»

Unbedingt wieder zur Arbeit

Zunächst schrieb sie der Hausarzt für ein paar Tage krank. Schliesslich wurde daraus der ganze Januar. «Im Februar einigte ich mich mit ihm darauf, wieder 50 Prozent zu arbeiten.» Besser ging es ihr noch nicht: «Aber ich wollte einfach in den Job zurück.»

Bis Mitte März arbeitete sie im Aussendienst. Danach versetzte sie der Vorgesetzte aufs Büro, weil auch er merkte, dass es seiner Mitarbeiterin nicht gutging.

Als im April 2021 die Long-Covid-Sprechstunde im Kantonsspital St. Gallen öffnete, meldete sich Ariana Frischknecht sogleich. Dort sagte ihr die Ärztin klar, 50 Prozent arbeiten sei zuviel. Aber Frischknecht zog das Pensum bis Ende Mai durch. «Doch schliesslich war es einfach zu viel.»



Früher war sie immer fit: Ariana Frischknecht auf dem Monte San Giorgio TI. Bild: zVg.

Aufenthalt und Therapien in der Reha

Bis Mitte Juli 2021 verbrachte Ariana Frischknecht sechs Wochen in der Reha in Davos. Physiotherapie und Ergotherapie standen auf dem Programm, wo sie lernte, sich nicht zu überlasten. Es gab kognitive Trainings. Man ging oft laufen. Es nützte, sagt sie. «Aber es war keine Heilung.» Nach sechs Wochen endete das von der Krankenkasse bezahlte Programm.

Von August bis November arbeitete sie wieder auf dem Büro, zu 20 Prozent. «In der Reha sagten sie, ich dürfe auf keinen Fall mehr arbeiten.» Die acht Wochenstunden verteilte sie auf drei Tage: «Einen halben oder einen ganzen Tag arbeiten konnte ich nicht. Selbst während der Präsenzzeit brauchte ich viele Pausen.»

Eingliederungsprogramme der IV

Schon während des Reha-Aufenthalts wurde Ariana Frischknecht bei der IV angemeldet. Von November 2021 bis Februar 2022 arbeitete sie weiterhin im Innendienst der Stadtpolizei, jedoch im Rahmen eines IV-Wiedereingliederungsprogramms.

Die Versicherung bezahlte nun den Lohn. Die Erwartung: eine monatliche Steigerung um fünf bis zehn Prozent. «Das machte viel Druck», erzählt Ariana Frischknecht. «Jeden Monat musste ich erklären, weshalb ich immer noch nicht mehr leisten konnte.» Im Januar 2022 ging Frischknecht auf 25, im Februar auf 30 Prozent. Das Ziel der IV lag bei 80 oder 90 Prozent.

Im März 2022 zahlte die Stadtpolizei wieder den Lohn. Dann folgte ein neues Programm: Von April bis Ende 2022 war sie einer Institution für Menschen mit einer Beeinträchtigung zugeteilt. Ariana Frischknecht arbeitete nun im Bereich Hauswartung. Die physische Tätigkeit sagte ihr zu. Ziel war auch da, die Präsenzzeit zu steigern. «Aber ich kam nicht auf mehr Prozente», sagt sie. «Sobald ich eine

gewisse Grenze erreichte, ging es nicht mehr – körperlich oder im Kopf.»

Die Kündigung bei der Polizei

Zwei Jahre, bis Ende 2022, wartete ihr Arbeitgeber, dass sie zurückkehren würde. Nach dieser Dauer läuft auch das Krankentaggeld aus. Und: «Es war nicht mehr absehbar, dass ich zurückkommen würde.» Ariana Frischknecht verlor ihre Anstellung: «Sie sprachen die Kündigung nur sehr ungern aus und sagten mir wiederholt, wenn es gesundheitlich möglich ist, kann ich zurückkommen. Bis zum Schluss erlebte ich Verständnis.»

Arbeitsstelle im Altersheim

Seit Februar 2023 ist Frischknecht nun an ihrem Wohnort in der Demenzabteilung eines Altersheims tätig – wiederum von der IV finanziert. Sie arbeitet 40 Prozent – an vier Tagen von acht bis zwölf Uhr. Das sei gerade so machbar: Wenn sie – mittags – Feierabend hat, legt sie sich zu Hause als Erstes hin. «Es gefällt mir im Altersheim», sagt sie. «Es ist sinnstiftend.» Ihr nächstes Ziel ist der Pflegehelferkurs des SRK: «Wenn ich in diesem Bereich weiterarbeiten könnte, habe ich eine positive Perspektive. Aber mein grosser Wunsch ist, wieder zurück zur Polizei zu gehen.»

Kaum mehr Freizeitaktivitäten

Früher hat Ariana Frischknecht im Freundeskreis immer etwas unternommen. «Das geht nicht mehr. Das soziale Netz wurde kleiner.»

Im Turnverein, wo Ariana Frischknecht seit dem sechsten Lebensjahr sehr aktiv mitwirkte, kann sie heute gerade noch eine halbe Stunde halbwegs mitmachen. Mit ihrem Partner unternahm sie immer lange Velotouren. Um ihn heute wenigstens ein paar Stündchen begleiten zu können, kaufte sie sich ein E-Bike: «Aber auch das ist nicht mehr wie früher.»

Wie beim Schleudertrauma

«Ich habe die Hoffnung, dass es irgendwann ein Mittel gibt», sagt Ariana Frischknecht – keine Person, die schnell aufgibt. «Dass es entweder von selbst wieder gut wird oder dass die Forschung vorwärtsmacht.»

Auch ihr droht der Gang auf das Sozialamt, sollte die Eingliederung in den Arbeitsmarkt nicht gelingen und sollten auch die IV und Pensionskasse den finanziellen Ausfall nicht durch eine Rente abfedern. «Es ist wie beim Schleudertrauma», so Frischknecht. «Man kann die Krankheit nicht klar nach- oder beweisen.» Auch sie müsse bald ihre Leistung steigern können, damit die IV sie noch bezahle.

69. Procap-SGA-Generalversammlung in aber er hat uns nur 7

Nach drei Jahren konnte die Generalversammlung unterstrich der politische Besuch. Sowohl Bar

MICHAEL WALTHER

Gemeinderat *Stefan Müller* war es wichtig, die Procap-Mitglieder in der Gemeinde Muolen zu empfangen und so das Mehrzweckgebäude «auf Herz und Nieren» zu testen. Der Neubau war seinerzeit von der Procap-Bauberatung auf Hindernisfreiheit geprüft worden. Für eine kleine Gemeinde sei es aufwendig, für Hindernisfreiheit zu sorgen, wenn nur wenige Menschen profitierten, räumte er ein. Die Kleinräumigkeit betrachtete er aber auch als Vorteil: «Die Anonymität ist bei uns sicher geringer als in der Stadt. Für die Inklusion ist es wichtig, dass man sich kennt.»

Barbara Gysi: Lange Liste von Vorstössen für Betroffene

Wie bedeutsam Procap St. Gallen-Appenzell für die Behindertenpolitik und Inklusion im Sektionsgebiet ist, bewies der politische Besuch an der Versammlung. Was sie selbst für die Behindertenpolitik im Kanton und im Land leistete, zeigte Ständeratskandidatin *Barbara Gysi* mit nur wenigen Beispielen aus einem langen Katalog von politischen Vorstössen, die sie zugunsten von Menschen mit Behinderung erbrachte.

Unter anderem wirkte sie jahrelang als Vorstandsmitglied der Heimstätte Wil. Die Pandemie habe Personen mit Behinderung besonders beeinträchtigt. Tags zuvor noch wohnte sie der Behindertensession in Bern bei. «Diese Session ist einer Demokratie würdig», sagte sie. «Es sollte mehr solche Veranstaltungen geben.»

Mit politischen Vorstössen müsse die Selbstorganisation der Menschen mit Handicap weiter gefördert werden. «Das Miteinander ist wichtig bei der Inklusion. Fortschritte müssen mit den Betroffenen gemeinsam realisiert werden.» Selbstorganisation müsse in allen Bereichen möglich sein – bei der Arbeit, die IV-Renten müssten genug hoch sein und die Assistenzbudgets erhöht werden. Dazu brauche es den politischen Willen aller Ebenen – Bund, Kantone und Gemeinden.

Sie versuche ihren Beitrag zu leisten. «Der Austausch mit Ihnen ist mir wichtig.» Sie hoffe sehr, ihren Einsatz nach elf Jahren im Nationalrat in der kleinen Kammer fortsetzen zu können: «Bei weniger PolitikerInnen ist der Einfluss grösser.» Doch wie immer der Wahlgang am 30. April ausfalle, sie werde ihren politischen Weg fortzusetzen. «Meine Türen sind dabei offen.»

Paul Rechsteiner: Sozialwerke unter Druck

Man dürfe in diesem Land durchaus stolz sein auf die Landschaften oder Errungenschaften wie die Bahn, sagte Altständerat *Paul Rechsteiner*, der der Versammlung ebenfalls seine Aufwartung machte. Aber auch für die Sozialwerke sei Stolz am Platz. «Sie fielen nicht vom Himmel.» Im Ständerat sei es immer wieder nötig gewesen, die Abschaffung der Viertelsrente gegen die «bürgerlichen» Parteien zu verhindern. Verbesserungen der Assistenzleistungen seien nötig, fand auch er.

«Aber gelangen wir zur Gegenwart», sagte Rechsteiner, wo «unglaubliche Ereignisse» im Gang seien. Im Vergleich zu den Vorgängen um die CS-Bank sei die UBS-Rettung ein «Nasenwasser» gewesen. 209 Milliarden Franken spricht jetzt der Bund. «Dagegen stehen die Sparprogramme bei den Sozialwerken.» Sich dagegen zur Wehr zu setzen, erfordere starke Lobbys. «Als Gewerkschafter weiss ich, wovon ich spreche.»

Es komme eine Phase grossen Drucks auf uns zu. «Es geht ums grosse Geld. Es braucht den Zusammenschluss. Allein hat man nicht viel zu berichten.»

Claudius Luterbacher: Gesetz und Bewusstsein nötig

Claudius Luterbacher, Leiter des Amts für Soziales des Kantons, zitierte anfangs den Artikel 9 der Uno-Behindertenkonvention. Der Artikel umschreibe nahezu die Arbeit von Procap, sagte er. Die Organisation verrichte eine wichtige, «sicher nicht immer einfache» Arbeit. Es gehe darum, Massnahmen zugunsten der Inklusion zu ergreifen – und auf der anderen Seite Diskriminierung zu verhindern.

Procap wirkt bei der gegenwärtigen Revision des kantonalen Behindertengesetzes im Ausschuss mit. Einerseits gehe es dabei um die «Subjektfinanzierung», rief Luterbacher in Erinnerung: Diese erfolge als Ziel eine möglichst grosse Selbstbestimmung. Das andere grosse Thema bei der Revision sei die Gleichstellung. In Bälde stellte Luterbacher auch den Wirkungsbericht des Kantons in Aussicht über die Wirkung der bisher getroffenen Gleichstellungsmassnahmen – beispielsweise die Umsetzung der einfachen Sprache.

Das Rechtssystem sei wichtig, sagte Luterbacher. «Es braucht aber auch das Bewusstsein. Menschen mit Beeinträchtigung dürfen nicht als Last wahrgenommen werden.» Massnah-



Muolen «Der Bund hat 100 Liter Milch bestellt, 70 davon bezahlt»

Sammlung von Procap St.Gallen wieder durchgeführt werden. Für viele Mitglieder war dies ein Fest. Wie wichtig Procap St.Gallen Appenzell ist, Barbara Gysi als auch Paul Rechsteiner waren vor Ort. Zu reden gaben die Mehrleistungen, die Procap erbringt – ohne dass der Bund bezahlt.

men für mehr Inklusion seien kein notwendiges Übel, sondern «eine Investition in mehr Gleichstellung».

Laurent Duvanel: Forderungen in die Verfassung schreiben

Laurent Duvanel, Zentralpräsident von Procap Schweiz, lobte die Stärke der Sektion. Er warb vor allem für die Unterschriftensammlung für die Inklusionsinitiative, die nun Ende April begann. Zur Idee für die Initiative kam es am Nationalen Aktionstag von Menschen mit Behinderung 2022. Selbstbestimmung beim Wohnen sei dabei das Hauptanliegen, sagte Duvanel. «Viele Menschen können nicht selbst bestimmen, wie sie wohnen wollen. Dieses Recht gehört in der Verfassung verankert.»

Bei der Unterschriftensammlung habe Procap die Gelegenheit, sichtbar zu werden. Um genügend Unterschriften zu erhalten, sei es andererseits nötig, sichtbar zu sein.

Spare in der Zeit – das war einmal

Bei der formalen Versammlung und der Abnahme des Jahresberichts gaben vor allem die zahlreichen Überstunden von Procap St.Gallen-Appenzell 2022 zu reden. 4911 Stunden betrug die Vorgaben des Bundesamts

Impressum «Treffpunkt»

Herausgeber: Procap St.Gallen-Appenzell, Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St.Gallen, Tel. 071 222 44 33

4 bis 6 Mal jährlich, Auflage 3100 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. 3/2023: 28. Juni 2023

Ein festlicher Anlass und nach drei Jahren Unterbruch wieder live – die JubilarInnen an der Generalversammlung von Procap St.Gallen-Appenzell in Muolen SG.

Bild: zVg.

für Sozialversicherungen. Um die vorgegebenen Aufgaben abzuwickeln, musste die Sektion 1669 Überstunden aufwenden.

«Wir mussten zahlreiche Mehrleistungen erbringen», sagte Geschäftsleiter Hansueli Salzmann. «Unsere Dienstleistungen entsprechen einem riesigen Bedürfnis. Wir spüren eine grosse Unsicherheit bei allen, die mit der IV zu tun haben.»

«Ein Drittel unbezahlte Leistungen», doppelte Procap-Präsident Roland Gossweiler mit Blick auf das sehr ländliche Muolen und die grün überdünzte Wiese ausserhalb der Mehrzwecksaal-Fenster nach, «das ist, wie wenn jemand 100 Liter Milch bestellt hat, aber nur 70 bezahlt.»

Procap müsse «haufenweise» Kontrolldaten liefern. «Wo die bleiben, sei dahingestellt.» Seit 25 Jahren leiste Procap immer mehr Beratungsdienstleistungen. «Aber wir erhalten nicht mehr Geld.» Das sei schlicht ein «Skandal», so der Sektionspräsident.

Dazu müsse Procap sich wehren, dass nicht noch Beiträge gestrichen würden: «Das war einmal, dass man

in etwas besseren Zeiten Geld für schlechtere Jahre beiseitelegte.» Procap hat mit Kostendisziplin Reserven angelegt.

Diese müssen nun aufgebraucht werden. Ansonsten drohen Beitragskürzungen des Bundesamts. «Ohne die Auflösung unserer Reserven, würden wir bestraft werden», schloss Roland Gossweiler.

Theres Durrer wird neues Vorstandsmitglied

Die Rechnung schloss mit einem Minus von rund 38 000 Franken ab, bei Gesamtaufwendungen von rund 1,273 Millionen Franken. Procap St.Gallen-Appenzell zählte Ende 2022 2452 Aktivmitglieder.

Alle Vorstandsmitglieder und der Präsident wurden im Zweijahresturnus bestätigt. Mit Theres Durrer folgt auf Arthur Sturzenegger ein neues Vorstandsmitglied mit einem starken Netzwerk im Appenzellerland.

Die grossen Verdienste Arthur Sturzeneggars wurden aufgezählt und gebührend verdankt – ebenso die des langjährigen, zurückgetretenen Lei-

ters der Procap-Bauberatung, Markus Alder.

Geselligkeit und Festlichkeit wie immer

Ja und dann folgte – nach drei Jahren Pandemieunterbruch und trotz unbestrittenen Härten und Ungerechtigkeiten im Sozialbereich – der gemütliche und festliche Teil, den die

Sektion für «ihre» Mitglieder organisiert: Das feine Essen. Der Austausch. Und schliesslich die gelungene, lustige, aber nicht derbe, kunstfertige und intelligente Unterhaltung des Zauberer- und Comedyduos Beatrix und Alexander Ott.

Niemand ging, ohne sich schon aufs nächste Zusammentreffen zu freuen.

Zufriedene Mitglieder

Die Mitglieder waren zufrieden, dass die gesellige, immer schön gestaltete Generalversammlung nun wieder stattfinden konnte.

Sepp Schärli, Goldach
Ich bin sehr zufrieden, meine Kollegen wiederzusehen. Ich bin seit 43 Jahren bei Procap. Da sind diese Wiedersehen wichtig.

Heinz Sandmeier, Altstätten
Die Generalversammlung ist vor allem aus sozialen Gründen wichtig. Man sieht hier andere Leute. Ich arbeite noch neben der IV-Rente. Trotz-

dem war die Pandemie eine einsame Zeit.

Marita Schmid, Heiden
Der heutige Anlass ist grossartig und schön. Ich habe die Generalversammlung vermisst. Ich treffe heute Menschen, die ich schon lange nicht mehr gesehen habe. Es ist schön, sie wieder zu treffen.

Jolanda Durrer, Oberegg
Das ist ein sehr festlicher Anlass. Ich bin zum ersten Mal hier, und es gefällt mir sehr gut. Die Versammlung ist super organisiert. Ich kann hier viele neue Leute kennenlernen.



Wir helfen Ihnen weiter

Procap St. Gallen-Appenzell: Hansueli Salzmann (Geschäftsleitung), Claudia Jost (Beratungsleiterin), Gisela Imoberdorf und Ilona Dübendorfer (Fachberaterinnen), Nadine Brander (Leitung) und Margrith Bischof-Hofstetter (Administration und Buchhaltung), Erika Jochum (Sekretariat), Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St.Gallen, Tel. 071 222 44 33, sga@procap.ch. Öffnungs-

zeiten der Geschäftsstelle: Mo bis Fr, 8.30 bis 11.30 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung.

Region St. Gallen und Gaiserswald: Jasmin Müller, 071 222 88 81; **Region Rorschach und Umgebung:** Sigrid Brack, 071 571 34 93; **Region Appenzell:** Barbara Willborn, 071 340 04 08; **Region Rheintal:** Manuela Kobler, 071 766 25 65; **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; **Jugendgruppe:** Maya Schafflützel, 071 920 12 83. **Sportgruppen Toggenburg:** Team Bütschwil: Petra Bachmann, 079 722 56 19; Team Nesslau: Vreni Scharer, 078 792 45 76. **Spenden an Procap:** PC 90-4844-9, IBAN CH89 0900 0000 9000 4844 9.

Seit über 20 Jahren Ihr Spezialist für:

Profitieren Sie von unserer Unterstützung

Behinderten-Fahrzeuge und Umbauten aller Art

Unterstützung bei Abklärungen mit STV-Ämtern, IV-Stellen oder anderen Kostenträgerstellen

mobiler center mobilcenter von rotz gmbh
Tanneggerstrasse 5a, 8374 Dussnang
Telefon 071 977 21 19

Schauen Sie in unsere vielseitige Homepage: www.mobilcentergmbh.ch

spiess kühne
Ihr Sanitätshaus

Das Elektromobil (E-Scooter) gibt Ihnen Freiheit und Mobilität - mit Sicherheit!

Wir beraten Sie fachkundig, um den richtigen E-Scooter für Ihre Bedürfnisse zu finden.

spiess + kühne ag | Shopping Silberturm | 9006 St.Gallen | Tel 071 243 60 60
Öffnungszeiten: Mo – Fr 8:00 – 12:00 und 13:30 – 18:00 Uhr | spiess-kuehne.ch

Statement «Wir schätzen die Verlässlichkeit und die Kompetenz der Bauberater sehr»

Die Immobilienfachfrau Daniela Steiger ist seit 2022 Technische Sachbearbeiterin Baubewilligung im Fachbereich Baubewilligungen der Stadt Rapperswil-Jona.



Wir arbeiten mit der Bauberater von Procap St.Gallen-Appenzell hauptsächlich in zwei Bereichen zusammen: Zum einen bei den Baubewilligungsverfahren. Hier trifft die Bauberater Abklärungen und schreibt für die Bauherrschaften Stellungnahmen. Auf diese Weise erhalten wir Rechtssi-

cherheit. Andererseits kontaktieren wir die Beratungsstelle im Bereich Infrastruktur für unsere Eigenprojekte im öffentlichen Raum, etwa im Fall der Anpassung von Bushaltestellen.

Das BehiG ist massgebend

Durch die Zusammenarbeit erhalten wir eine Zweitmeinung, auf die wir uns verlassen können. Den Bauherrschaften bestätigt die Stellungnahme der Procap-Bauberater, dass sie das Projekt richtig geplant haben – oder woran sie sich halten müssen.

Dies ist mit Auflagen verbunden, die aber vom Gesetz gegeben sind. Es gibt Gesuchsteller, die sagen, dass die Massnahmen nicht verhältnismässig

und nur mit Kosten verbunden seien. Ihnen sagen wir, dass das Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) massgebend ist. Wir verlangen in diesen Fällen die Stellungnahme von Procap, damit die Planenden die Auflagen des hindernisfreien Bauens einhalten.

Es gibt aber durchaus auch Bauherrschaften, die die Vorschriften des hindernisfreien Bauens begrüßen: Sie unterstützen das Anliegen der Gleichstellung und schätzen die klaren Vorgaben.

Stets die gleiche Ansprechperson

Wir arbeiten mit der Procap-Bauberater seit Anfang ihres Bestehens

zusammen. Die Zusammenarbeit erfolgt sporadisch bei den Projekten, bei denen das hindernisfreie Bauen relevant ist.

Die Kontakte erfolgen entweder telefonisch oder per Mail. Lange Jahre arbeiteten wir immer mit Rolf Giezendanner zusammen, nun mit Nic Wohlwend. Die Zusammenarbeit mit ein- und derselben Person ist vorteilhaft, nicht zuletzt deshalb, weil sie mit unserem Standort vertraut ist und es den Weg kurz hält.

Weniger Aufwand und Kosten für Gemeinden

Vor allem schätzen wir an der Procap-Bauberater die rasche und kom-

petente Auskunft. Man kann sich auf die Beratungsstelle wirklich verlassen. Die Zusammenarbeit erleichtert uns definitiv die Arbeit, weil wir punkto hindernisfreies Bauen schlicht einen Schritt weniger kontrollieren müssen. Dies spart zudem noch Kosten und ist für die Gemeinden somit indirekt profitabel.

Mit dem neuen Bauberater von Procap in der Region St.Galler Oberland und Gaster-See, Nic Wohlwend, haben wir uns soeben persönlich getroffen. Auch insofern ist der Grundstein für die weitere Zusammenarbeit mit der Bauberater gelegt.

Text: Michael Walther

Soeben erschienen: Procap-Ferienkatalog 2023

Der neue Ferienkatalog von Procap Reisen ist soeben erschienen. Er umfasst auch 2023 eine vielseitige Palette an attraktiven und barrierefreien Individual- und Gruppenreisen, die optimal auf die Bedürfnisse von Menschen mit Handicap zugeschnitten sind. Durch die bald 30-jährige Erfahrung von Procap Reisen und die hohen Qualitätsstandards bei der Überprüfung der Angebote kann das Team bestens auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen eingehen.



Stöbern Sie schon jetzt in den vielen Angeboten an Badeferien, für Aktivurlaub und Erholungswochen in der Schweiz und im Ausland und planen Sie Ihre Ferien.

Den Katalog finden Sie auf der Webseite von Procap-Schweiz: www.procap-reisen.ch. Für eine telefonische Katalogbestellung oder weiterführende Informationen erreichen Sie unsere Mitarbeitenden unter 062 206 88 30. Oder schreiben Sie an: reisen@procap.ch. *procap*.

Inklusionsinitiative – Start der Unterschriftensammlung

Nun ist es so weit! Am 27. April 2023 startete die Unterschriftensammlung für die Inklusionsinitiative mit einer Aktion und anschliessender Medienkonferenz im Medienzentrum des Bundes. Worum geht es der Initiative? Seit 23 Jahren verlangt unsere Verfassung ein Verbot der Diskriminierung aufgrund von Behinderung. Die Schweiz unterzeichnete zudem ein Behindertengleichstellungsgesetz und die UNO-Behindertenrechtskonvention. Trotzdem haben Menschen mit Behinderungen nicht denselben Zugang zu Menschenrechten wie nichtbehinderte Menschen. Das soll sich nun unbedingt ändern.

Für einen Erfolg brauchen wir nicht nur 120 000 Unterschriften, sondern auch alle. Unterstützt die Initiative

Sie sind in den Startlöchern für die Unterschriftensammlung. Sammeln Sie mit!

Bild: zVg.



nicht nur mit eurer Unterschrift, sondern lasst eure Angehörigen, Freunde und KollegInnen ebenfalls unterschreiben. PassantInnen vor Einkaufsgeschäften oder StimmbürgerInnen vor Stimmlokalen: Überall können Unterschriften gesammelt werden. Wir stellen euch

gerne das Material zur Verfügung. Wer Unterschriften sammeln will, darf sich gerne auf der Geschäftsstelle melden. Per Telefon 071 222 44 33 oder per Mail sga@procap.ch. Auf der Homepage www.inklusions-initiative.ch findet ihr alle nötigen Informationen. *procap*.

Infos Höcks und Aktivitäten

St. Gallen + Gaiserwald

Mai 2023

Di, 9., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

Juni 2023

Di, 6., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.
Sa, 10., Brunch (siehe Beilage).

Juli 2023

Di, 4., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

August 2023

Di, 15., Höck, Ristorante-Pizzeria Vecchia Posta, Hintere Poststr. 18, St. Gallen, 18 bis 20 Uhr.

Rorschach/Umgebung

Mai 2023

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

Juni 2023

Do, 8., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

Sa, 17., Brunch (siehe Beilage).

Juli 2023

Do, 20., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

August 2023

Do, 10., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

September 2023

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

Appenzell AR + AI

Mai 2023

Mo, 8., Höck, Hotel Heiden, Heiden, 14 bis 17 Uhr.

Juni 2023

Mo, 5., Höck, Restaurant Park, Heinrichsbad, Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Sa, 10., Brunch (siehe Beilage).

Juli 2023

Mo, 10., Höck, Restaurant Hof, Appenzell, 14 bis 17 Uhr.

August 2023

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

Sa, 27., Ausflug (Voranzeige).

September 2023

Mo, 4., Höck, Restaurant Hof, Appenzell, Herisau, 14 bis 17 Uhr.

Rheintal

Mai 2023

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

Juni 2023

Do, 8., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.
Sa, 17., Brunch (siehe Beilage).

Juli 2023

Do, 20., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

August 2023

Do, 10., Höck, Restaurant Hecht, Rheineck, 14 bis 17 Uhr.

September 2023

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

Fürstenland

Mai 2023

Do, 25., Höck, Hotel Uzwill, Uzwill, 14 bis 16.30 Uhr.

Juni 2023

Sa, 10., Brunch (siehe Beilage).
Do, 15., Höck, Hotel Uzwill, Uzwill, 14 bis 16.30 Uhr.

Juli 2023

Do, 20., Höck, Hotel Uzwill, Uzwill, 14 bis 16.30 Uhr.

August 2023

Do, 17., Höck, Hotel Uzwill, Uzwill, 14 bis 16.30 Uhr.

September 2023

Do, 14., Höck, Hotel Uzwill, Uzwill, 14 bis 16.30 Uhr.

Toggenburg

Mai 2023

Do, 25., Mittagstisch 12 Uhr, Kath. Pfarreizentrum Wattwil (neben

Gemeindehaus). Anmeldung: Sylvie Hinterberger, Tel. 071 565 83 50 bis 25.5.23 spätestens 10 Uhr. Kosten: Fr. 10.–/Person.

Juni 2023

Sa, 3., Erlebniswelt Toggenburg in Lichtensteig (siehe Beilage).

Juli 2023

Mi, 12., Minigolf in Wattwil. Treffpunkt: 13.30 Uhr beim Eingang. Keine Anmeldung nötig.

August 2023

Sa, 19., Minigolf in Wattwil. Treffpunkt: 13.30 Uhr beim Eingang. Keine Anmeldung nötig.

Turnen

Mittwochabend, in der Dorfturnhalle Bütschwil, 19.00 bis 20.00 Uhr (ausgenommen in den Schulferien).

Mittwochabend, Turnhalle

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

Gaster/See

Mai 2023

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

Juni 2023

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

Juli 2023

Mi, 12., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

August 2023

Mi, 9., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

September 2023

Mi, 13., Höck, Rest. Seehof, Schmerikon, 14 bis 16.30 Uhr.

Jugendgruppe

Mai 2023

Sa, 27., Baden in St. Margrethen, Wil ab 8.56 Uhr, St. Gallen ab 9.25 Uhr. Anmeldung: Katrin Hefti, 071 866 24 47.

Juni 2023

Sa, 10., Stoos SZ, St. Gallen ab 10.37 Uhr, nur bei schönem Wetter, Lunch mitnehmen. Alternative bei schlechtem Wetter: Modelleisenbahn Schaffhausen, St. Gallen ab 9.37 Uhr, Wil ab: 10.04 Uhr. Anmeldung: Maja Schafflützel, 071 920 12 83.

August 2023

Sa, 26., Bowling im Säntispark mit Mittagessen, Treffpunkt St. Gallen Bahnhof, 11.00 Uhr. Anmeldung: Eveline Baumgartner, 071 244 70 73

September 2023

Sa, 9., Zmorge-Brunch, Hotel 66. Treffpunkt: Arena zwischen Gossau und St. Gallen um 8.30 Uhr. Anmeldung: Corina Keller: 079 416 72 81.