

Plusport

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

4/2022

Punkt
Point
Punto





7
Stützpunkt,
Teamspirit,
Strukturen – top

11
Alles im Griff mit
ClubDesk

22
Plus simple avec
ClubDesk

26
Molto semplice
con ClubDesk



27
Bocce Biasca



15
Schule bewegt



24
Une réelle
synergie



Impressum – Empreinte

Offizielles Organ von PluSport Behindertensport Schweiz/Organe publique de Sport Handicap Suisse.
Geschäftsstelle/Bureau central: Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil, plusport.ch. Erscheinungsweise/
mode de parution: 4 x pro Jahr/par an. Auflage/Tirage 17 600 Ex. Abonnement Fr. 22.00 pro Jahr/par an.
Redaktion/rédaction: Hanni Kloimstein und Caroline Hassler. Übersetzungen/traductions: Supertext. Fotos/
Photos: Alessandro della Valle, Mauro Cantamessi, SPC, Rehaklinik Bellikon, ClubDesk, UEFA, Swiss Olympic,
PluSport und weitere. Inserate: PluSport, Volketswil. Produktion/production: Cavelti AG, 9200 Gossau.

Unsere Partnerorganisationen
Nos organisations partenaires
Le nostre organizzazioni partner



Ihr Engagement bewegt uns alle



Sie kennen das Gefühl, wenn man etwas Gutes tut und sich dabei glücklich fühlt, denn Sie tun es immer wieder – spenden oder sich freiwillig engagieren. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass grosszügige Menschen ein wohliges Gefühl empfinden, wenn sie geben.

Wir alle erleben turbulente Zeiten. Ich bin gerade auch deshalb immer wieder beeindruckt, wie solidarisch sich unsere treuen Spenderinnen und Spender zeigen und unsere PluSportler:innen unterstützen unabhängig ihrer eigenen Situation. Vielen von uns ist bewusst, dass es uns trotz Herausforderungen gut geht und wir deshalb gerne etwas weitergeben und ein Projekt unterstützen, das uns am Herzen liegt. Dafür danke ich Ihnen als Fundraiserin von PluSport von ganzem Herzen.

Immer wieder komme ich in Kontakt mit unseren Sportler:innen, um über deren Alltag und unsere vielfältigen Angebote zu berichten. Dabei bin ich immer wieder fasziniert und gerührt zugleich über die Ausstrahlung und Kraft, die von den verschiedenen Persönlichkeiten ausgeht. Mit wie viel Positivität und Ausdauer sie ihre Behinderungen überwinden. Wir alle können viel von ihnen lernen – auch von den vielen Freiwilligen und Behindertensportleiterinnen und -leitern, die ihre Freizeit einsetzen. Nie höre ich, dass es anstrengend ist, sondern nur, was sie dabei gewinnen. Das bewegt mich und uns alle, und da sind wir doch beim Thema – Sport und Bewegung für alle.

Dafür setzen wir uns ein und brauchen finanzielle Mittel dafür. Viele unter Ihnen erhalten deshalb regelmässig Spendenaufrufe – auch jetzt wieder vor Weihnachten. Wir vertrauen immer wieder darauf, dass wir auf Ihre wertvolle und notwendige Unterstützung zählen dürfen und sind uns gleichzeitig bewusst, wie grossartig das ist und keinesfalls selbstverständlich.

Also sagen wir einmal mehr DANKE für alles was Sie für unsere Sportlerinnen und Sportler und ganz allgemein für den Behindertensport leisten.

PluSport ist Leben – dein Leben – unser Leben.

Ich wünsche Ihnen von Herzen schöne Festtage und glückliche Momente.

Regula Muralt

Leiterin Marketing & Mittelbeschaffung

Verbandsvideo:





2024 «Das wird magisch!»

Sommer Paralympics in Frankreich

Hinter den Kulissen von Paris

Unser Bereichsleiterin Spitzensport, Olivia Stoffel, auf Reko-Tour in Paris. Sie hat die Eindrücke hinter den Kulissen der Vorbereitungen für die kommenden Olympischen und Paralympischen Spiele eingefangen.

Das Organisationskomitee Paris 2024 empfing Vertreter:innen von 30 Nationalen Paralympischen Komitees mit grossem Enthusiasmus; sie führten durch die bereits fertigen, aber auch die sich noch im Bau befindenden Sportstätten und informierten über alle wissenswerten Vorhaben und Details, die schon bekannt sind.

«Wir fühlten uns sehr willkommen an diesen Willkommenstagen und die Wiedersehensfreude aller war riesig. Super herzliche Stimmung und die Spannung auf diese nächsten Spiele ist gewachsen. Zudem ist Paris wirklich eine Reise wert, sicherlich werden wir von der Schweiz aus eine Fanreise für die PluSport-Familie planen», so Olivia Stoffel.

Und viel mehr unter plusport.ch/paris24

Sophie Lorant, Direktorin Internationale Beziehungen Paris 2024 sagte:

«Ich hatte das Glück, im Organisationskomitee der Olympischen und Paralympischen Spiele 2012 in London zu arbeiten. Die Energie der Paralympischen Spiele hat mich sehr berührt: die Leistung der Paralympioniken, der Eifer und die Begeisterung der Zuschauer an den Wettkampfstätten und in der Stadt. Es war einfach magisch! Es war genau das, was ich mir für mein Land – Frankreich – gewünscht hatte. Ein positives Ereignis, das uns kollektiv besser macht. Als mir daher 2015 angeboten wurde, die Leitung der internationalen Beziehungen des Bewerbungskomitees von Paris 2024 zu übernehmen, habe ich keine Sekunde gezögert. Und heute arbeitet das gesamte Organisationskomitee von Paris 2024 mit Hochdruck daran, diesen Traum Wirklichkeit werden zu lassen. It's magic!»

Ein neuer Cheftrainer ist am Start

Nach dem Trainerwechsel beim Para-Skiteam sind wir alle gespannt auf den kommenden Winter. Bei einem Gespräch auf der Geschäftsstelle von PluSport haben wir Mauritz Trautner auf den Zahn gefühlt.

Mauritz Trautner, wer bist du? Ich bin 28 Jahre jung und komme aus dem schönen Roth im Frankenland (Deutschland), das wahrscheinlich am besten bekannt ist für die 'Challenge Roth', dem berühmten Langdistanz-Triathlon. Bis auf zwei Ski-Abstecher in andere Gefilde (für eine Skischule im Allgäu und 2019 als Trainer in Australien) habe ich mein gesamtes bisheriges Leben in Roth verbracht. Meine Trainerkarriere begann vor sechs Jahren und zuletzt war ich beim deutschen Para-Skiteam angestellt.

Wo liegen deine sportlichen Wurzeln? Bei mir stand Sport eigentlich immer im Mittelpunkt, egal ob als aktiver Teilnehmer oder eher passiv vor dem Fernseher. Was für andere Cartoons, Fernsehserien oder Ähnliches sind, war für mich stets der Sport. Aktiv habe ich als Kind mit Skifahren und Triathlon begonnen und mich in diversen weiteren Sportarten versucht. Nach meiner aktiven Karriere als Skifahrer bin ich schliesslich beim Fussball und Tennis hängen geblieben. Den Weg zum Trainer habe ich nie wirklich gesucht, sondern verdanke ihn in erster Linie einigen glücklichen Umständen.

Was liegt dir an deiner neuen Aufgabe in der Schweiz besonders am Herzen? Es ist immer schwierig, in ein neues Team zu kommen oder es sogar zu übernehmen, speziell beim ersten Mal als Cheftrainer. Dennoch bin ich überzeugt, dass wir gemeinsam erfolgreich sein werden. Voraussetzung dafür ist meiner Meinung nach, dass sich jedes Teammitglied mit grossem Engagement den Zielen widmet und wir gemeinsam und mit Respekt darauf hinarbeiten. Ich wünsche mir, dass es mir gelingt, ein gutes Klima zwischen Athlet:innen, Trainer:innen, Betreuer:innen und auch dem Verband zu schaffen, denn ich glaube, dass ein gutes Umfeld auch in sogenannten Einzelsportarten bessere Leistungen fördert. Ein



weiteres Ziel von mir ist es, einen Schritt in Richtung Professionalisierung zu machen und so alle Athlet:innen weiterzubringen. Dieser Weg ist meist sehr individuell.

Dein Credo – im Sport sowie im Leben? Ich versuche, geduldig zu bleiben, dem Prozess zu vertrauen und hart zu arbeiten. Gleichzeitig glaube ich, dass man versuchen sollte, jede gebotene Chance zu nutzen. Es ist wichtig, immer dran-zubleiben, egal welche Hindernisse es zu überwinden gibt.

Wie startete die Zusammenarbeit? Ich bin mit den bisherigen Trainings und unseren Athlet:innen sehr zufrieden. Ich glaube, ich konnte mir ein ganz gutes Bild davon machen, wo ihre Stärken und Schwächen liegen und schaue mit viel Zuversicht und Freude in die Zukunft, um gemeinsam Fortschritte zu erzielen.

«Eine Partnerschaft auf Augenhöhe»

Seit 2021 ist an der Lenk der offizielle Trainingsstützpunkt der Para Snowboarder. Dabei sind die Lenk Bergbahnen und Lenk-Simmmental Tourismus eine Partnerschaft mit PluSport eingegangen.



Interview mit
Tourismus-Direktor
Albert Kruker

Wie erleben Sie die noch junge Partnerschaft mit PluSport? Sie ist erst ein halbes Jahr alt und wir haben schon einiges erreicht. Vielmehr ist jedoch noch geplant. Mit den engagierten Partnern von PluSport gehen wir die sportlichen Ziele, die wir uns gesetzt haben, nun an. Um diese erreichen zu können und weil sie in dieser Form für unsere Region eine Premiere ist, gehen wir von einer längerfristigen Partnerschaft aus.

Warum investiert die Tourismusregion Lenk-Simmmental in diese Partnerschaft? Für uns geht die Partnerschaft über den Sport hinaus. Die Lenk will sich als attraktiver Ferienort für Menschen mit Beeinträchtigung positionieren. Dies ist Bestandteil unserer Nachhaltigkeitsbestrebungen. Wir wollen unser Angebot langfristig auf die Barrierefreiheit ausrichten und sehen in PluSport einen wichtigen Partner, um dies bei der Zielgruppe und unseren möglichen Gästen zu kommunizieren.

Was für Impulse erhoffen Sie sich? Gemeinsam wollen die Kooperationspartner das ganze touristische Angebot der Region auf Barrierefreiheit prüfen. Wir hoffen, aus den Ergebnissen für uns und unsere Partner im Ort Erkenntnisse gewinnen zu können. Neben den baulichen Verbesserungen könnte ein Folgeprojekt beispielsweise sein, dass wir zusammen mit PluSport Schulungen anbieten, um das Gastro-Personal in der Region auf das Thema der Barrierefreiheit zu sensibilisieren.

Ihr Wunsch für die Zusammenarbeit mit PluSport in 2 Sätzen? Eine Partnerschaft auf Augenhöhe, bei welcher alle Beteiligten die eingebrachten Werte und Bedürfnisse der Partner verstehen und sich wenn möglich daran ausrichten. Die langfristige Verankerung unserer Bestrebungen in Richtung Barrierefreiheit in der Bevölkerung, bei den Gastgebern und den Gästen.

LENK BERGBAHNEN



SWISSSKI





Foto: Alessandro della Valle, v.l.n.r.: Silvan Hofer, Albert Kruker, Ellen Walther, René Pfister, Eric Berset, Romy Tschopp, Aron Fahrni, Matthias Werren, Erwin Schlüssel

+ top Stützpunkt
+ starker Teamspirit
+ solide Strukturen

Das Para Snowboard Team ist bereit

Die Entwicklung des Athlet:innen-Kaders der letzten Jahre lässt sich sehen und ist auf die professionelle, engagierte Nachwuchsförder-Arbeit gemäss Rahmenkonzept Sport- und Athlet:innenförderung FTEM-Schweiz (Swiss Olympic, 2016) zurückzuführen.

«Mit unserem offiziellen Trainingsstützpunkt an der Lenk sind wir sehr glücklich», schwärmt Snowboard-Nationaltrainer Silvan Hofer. «Die Mitarbeiter:innen der Bergbahnen unterstützen uns sehr, so dass wir auf dem Berg auf nichts verzichten müssen. Die intensivierte operative Zusammenarbeit mit den regionalen Snowboardstrukturen aus dem Regelsport, namentlich BABE und BASE sind für mich exemplarisch wichtige Schritte punkto einer künftig noch engeren, gemeinsamen Nachwuchsförderarbeit im Schneesport.»

«Dabei sind kurze und direkte Kommunikationswege in der operativen Zusammenarbeit zwischen Verband und Team-Staff entscheidend», so Reto Planzer, der für Silvan in dessen zusätzlicher Funktion als Projektleiter Para-Snowboard Breitensport koordiniert.

«Die jüngsten internationalen Erfolge von Romy und Ellen gaben unserem Team einen grossen, zusätzlichen Motivationschub. Hautnah wurde erlebt, was durch intensives und fokussiertes Training möglich ist und dass wir als Team zusammen viel erreichen können.»

Wir wünschen den
Champions von
Morgen viele schöne
Erfolgsmomente.

Mit Kompetenz und
aus Leidenschaft.
www.rehabellikon.ch



suva

**rehablinik
bellikon**
Der Name für Unfallreha

Menschen mit Behinderung erbringen
regelmässig Spitzenleistungen.



Die Suva unterstützt Betroffene nach einem schweren Unfall bei Rehabilitation und Wiedereingliederung. Menschen mit Behinderung haben grosses Potenzial in Beruf und Sport – wenn man sie nicht behindert. Für weitere Informationen: www.suva.ch/wiedereingliederung

suva

Reintegration durch Sport

Im Februar hat die Findungskommission des Suva-Ratsausschusses Dr. Gianni Roberto Rossi zum CEO der Suva-Kliniken in Bellikon und Sion gewählt. Beide sind wertvolle Partner von PluSport.

Was bedeutet es, CEO von zwei Suva-Kliniken zu sein? Die Rehaklinik Bellikon und die Clinique romande de réadaptation in Sion sind zwei Kliniken, die auf komplexe Unfallrehabilitation spezialisiert sind. Wir bringen Menschen nach einem Unfall oder einer Krankheit wieder zurück ins Leben, in den Beruf und in die Familie.

Worauf setzen Sie den Fokus in Ihrer Tätigkeit? Das vorrangige Ziel ist, die Kliniken stark am Markt zu positionieren und bestehende Synergien der Kliniken besser zu nutzen. Dazu muss die strategische Ausrichtung beider Kliniken klar und einheitlich sein. Die Erarbeitung und Umsetzung dieser Strategie ist meine Kernaufgabe.

Seit vielen Jahren pflegen beide Rehakliniken eine Partnerschaft mit PluSport – was ist Ihnen dabei wichtig? Ja, wir haben in Bellikon bereits seit 2010, in Sion seit 2012 eine fruchtbare Partnerschaft mit PluSport. Als Unfallrehabilitationsklinik engagieren wir uns für Projekte, die die Reintegration von verunfallten Menschen gezielt unterstützen. Wir fokussieren uns auf den Behindertensport. Reintegration durch Sport ist uns ein grosses Anliegen – vor allem im Breitensport.

Welche Bedeutung hat der Sport hinsichtlich Ihrer Patient:innen? Es ist ein langer Prozess, nach einem Unfall wieder zurück ins Leben zu finden und zu lernen, mit der neuen Situation umzugehen. Genau wie PluSport verfolgen wir das Ziel, Menschen mit Handicap durch Spass am Sport zu einem besseren Lebensgefühl zu verhelfen.

Wo steht die Gesellschaft bei der Inklusion? In der Schweiz wird Inklusion an vielen Orten bereits gelebt und vorbildlich umgesetzt, aber auf dem Erreichten darf man sich keinesfalls ausruhen. Meiner Meinung nach ist die Inklus-



«Genau wie PluSport verfolgen wir das Ziel, Menschen mit Handicap zu einem besseren Lebensgefühl zu verhelfen.»

sion für hirnverletzte Menschen oder solche mit psychischen Krankheiten weitaus weniger weit fortgeschritten wie beispielsweise für Menschen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind.

Was sind Ihre Anliegen in der Zusammenarbeit mit PluSport? Seit dem Start unserer Zusammenarbeit mit PluSport haben wir ein langfristiges Engagement angestrebt – und so ist es auch gekommen. PluSport ist ein wichtiger, zuverlässiger Partner für uns. Unser Wunsch ist, dass unsere Patientinnen und Patienten auch weiterhin von dieser Zusammenarbeit profitieren können.

Das ganze Interview finden Sie auf plusport.ch/suva-rossi

Wirkung zeigen



Martin Grossen fährt pro Jahr 2000 km mit seinem Velo und das ohne Kraft im linken Arm:

Dank dieses Umbaus, den mir die Orthotechnik SPZ Nottwil anfertigte, kann ich wieder über längere Strecken radfahren. Vor allem wurde der symmetrischen Haltung im Schulterbereich grosse Beachtung geschenkt. Ich fand derart Gefallen daran, dass ich bereits im Herbst '20 das Velo auf eine Rolle spannte und den ganzen Winter um die 1000 km abspulte. So konnte ich mit einer guten Kondition in den nächsten Frühling starten und den Sommer durch viele wunderbare Touren unternehmen. Immer im Bereich zwischen 40–60 km.

Dank der Unterstützung zahlreicher Partner und Spender von PluSport entstehen diese grossartigen Sportgeschichten.

Werden auch Sie Teil solcher Abenteuer:
Mehr finden sie unter plusport.ch/+punkt



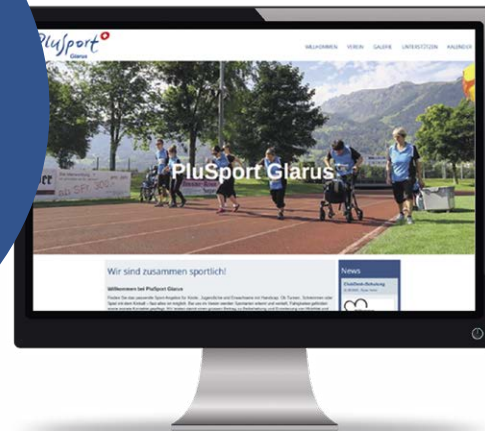
Praxisnahe Sensibilisierung

Am Forum für Geschäftsführer:innen von Swiss Olympic konnten wir (IBS) einen Input liefern. «Die Praxis zeigt, dass sich Menschen durch Selbsterfahrung betroffener fühlen und die Empathie gestärkt wird, wenn man selbst z.B. mit einer Blindenbrille merkt, wie sich das anfühlt», sagt Daniela im Video. Schaut es euch an unter plusport.ch/+punkt

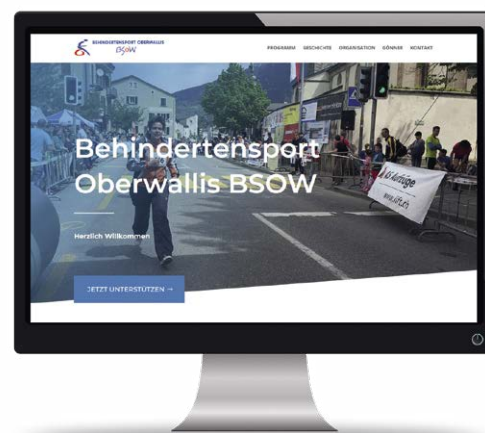
Kampagne «Are you OK?» von Swiss Olympic und Swiss Sport Integrity

Im Training, im Wettkampf oder im Verein werden manchmal leider Grenzen überschritten – zum Beispiel durch Mobbing oder psychischen Druck. Das ist nicht OK. Mit der Kampagne «Are you OK?» machen Swiss Olympic und Swiss Sport Integrity auf Situationen im Sportumfeld aufmerksam, die belastend oder verletzend sein können. Im Mittelpunkt der Kampagne stehen die Kernbotschaften «Sprich darüber, wenn es sich falsch anfühlt» und «Hol dir Support». Mehr dazu unter plusport.ch/+punkt

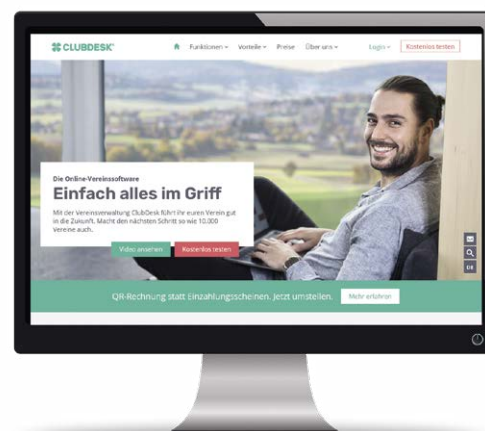
Alles im Griff mit ClubDesk



Bereits 50 unserer Clubs setzen auf die Vereinssoftware ClubDesk. Mit diesem speziell für Schweizer Vereine entwickelten Tool können Mitglieder- und Vorstandsdaten verwaltet werden, Termine geplant, Dokumente abgelegt, Mails verschickt und eine schöne Website veröffentlicht werden. Die ganze Buchhaltung wird über die Software abgewickelt, und das Reporting läuft mit wenigen Klicks.



PluSport Schweiz unterstützt seine Clubs in der Administration, wo es nur geht. Mit der PluSport-App wurde die Präsenzerfassung bereits stark vereinfacht, mit ClubDesk ein weiterer Schritt in Richtung Digitalisierung gemacht. PluSport finanziert die Lizenzen für die Clubs, und migriert auf Wunsch bestehende Websites auf das neue System. 2023 wird eine Schnittstelle zur Datenbank von PluSport gebaut, dann wird die Mitgliederverwaltung nochmals vereinfacht.



Weitere Informationen: plusport.ch/clubdesk

«Ich möchte ohne Mami ins Skilager»

Auf dem Weg nach Braunwald zum Einsteigerskikurs für Kinder mit einer Behinderung, welcher von PluSport organisiert wird, sind zwei Familien.

Jonas Schneebeili ist 11 Jahre alt und wird von seiner Mutter Ursula Schneebeili begleitet, Anik ist erst sieben und kommt zusammen mit seinen Eltern Rilindja und Avni Abdija. Beide Buben wollen Skifahren lernen. Tom Schnyder, Schneesportlehrer und Kursleiter bei PluSport und seine Assistentin, empfangen die kleine Gruppe.

Jonas hat eine cerebrale Bewegungsstörung, ausgelöst durch eine Virusinfektion während der Schwangerschaft. Er trägt Beinorthesen und auch die Hände sind betroffen, vor allem die linke Seite. Er hat ein ganz grosses Ziel: «Ich möchte mit meinen Klassenkameraden ins Skilager und das ohne Mami.»



Der kleine Anik hat mittlerweile seine Skier angezogen und greift den Bügel des Ponylifts. Er ist Unterschenkelamputiert und trägt eine Prothese. Amniotisches Bandsyndrom wurde bei ihm nach der Geburt diagnostiziert. Der linke Fuss fehlt ganz und die Finger der rechten Hand sind ebenfalls betroffen.

An diesem Sonntag haben sie ein Ziel: selbständig Skifahren. «Jonas versucht seit acht Jahren Ski zu fahren», erzählt seine Mutter. Alleine die Tatsache, dass er es immer wieder versucht, wäre eine Medaille wert. «Jetzt endlich seit dem Training bei PluSport klappt es und er kann den»Güngelihoger« wie Jonas ihn selber nennt, endlich verlassen.

Jonas und Anik fahren an diesem Sonntagmorgen den Hang viele Male herunter, begleitet von ihren Trainern, die sie individuell begleiten und das Training ihren Fähigkeiten anpassen. Jonas ist seinem grossen Ziel an diesem Tag ein grosses Stück näher gekommen.

Die ganze Geschichte lesen Sie unter plusport.ch/jonas11



Fussballsympathie zu Gunsten PluSport

Themen rund um den Ball gehören zu unserer Sportgeschichte. Fussball für Menschen mit Behinderung ist aktuell, beliebt, vielseitig und hat Entwicklungspotential.



Anlässlich des 100-Jahre-Jubiläums des FC Veltheim spielte das PluSport Team 2000 am 13. August 2022 ein Plausch-Match gegen eine Auswahl des FC Veltheim/Radio Argovia/Tele M1.

Ankick des Spiels machte SFV-Präsident Dominique Blanc. Der FC Veltheim bedankte sich für den Auftritt mit einer Spende. Im Oktober erfolgte die Scheckübergabe. PluSport-Projektleiter Fussball, Luigi Ponte, war vor Ort und nahm den symbolischen Scheck für die Spende von 2000 CHF in Empfang.



v.l.: Martin Weber, Luigi Ponte, Stefan Bürkler, Raphael Linggi



Bei der Adidas Ballspendenaktion durfte PluSport dank der Partnerschaft mit der UEFA Foundation for Children profitieren. Aufgrund des Ukraine-Kriegs entzog die UEFA St.Petersburg den am 28. Mai 2022 geplanten Champions League Final und verlegte diesen nach Paris. Daraufhin musste die UEFA Tausende bereits produzierte und mit dem ursprünglichen Finaledurchführungsort bedruckte Adidas-Bälle loswerden. Die rund 700 Matchbälle Replica werden an die PluSport-Clubs für ihren Sportbetrieb weitergeben.

PluSport Kids als Ball-Maskottchen an UEFA EUROPA LEAGUE Spielen. An den zwei UEFA EUROPA LEAGUE Matches des FCZ im Letzigrund und am UEFA EUROPA CONFERENCE LEAGUE Match des FC Basel kamen drei Kids in den Genuss, den Matchball als Ball Maskottchen ins Stadion zu tragen. Severin und Flurin von den Ponte-Kickers Windisch Junioren und Tim von der Kinder-Schwimmgruppe PluSport Basel freuten sich auf diesen Einsatz. Den Kids wird diese tolle Erfahrung von der UEFA Foundation for Children ermöglicht.

Ball-Maskottchen Severin von Ponte-Kickers Windisch



Initiative? OK:GO

OK:GO macht die Schweiz für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen noch erlebbarer. Julian Heeb, der selbst auf einen Elektrorollstuhl angewiesen ist, erklärt, was die OK:GO-Initiative auszeichnet.



Julian Heeb ist der Gründer und Hauptentwickler von ginto, der technologischen Basis von OK:GO und arbeitet als Entwicklungsingenieur.

Was zeichnet die OK:GO-Initiative aus? Bei dieser Initiative werden die Zugänglichkeitsdaten in einer objektiven, strukturierten Form erfasst. Es wird also nicht bewertet, ob etwas rollstuhlgängig ist oder nicht. Die objektiven Daten zeigen, wie breit z.B. eine Tür oder wie hoch ein Absatz ist. Bedürfnisse an die Zugänglichkeit sind schliesslich sehr individuell.



Mit der ginto-App, der Plattform von OK:GO, können Orte gesucht, selbst erfasst und auch korrigiert werden. Verschiedene Qualitätslevel zeigen an, ob ein Eintrag von einem professionellen Erfasser wie Pro Infirmis, vom Betrieb selbst oder von der Community erfasst wurde.

Alle touristischen Leistungsträger sollen zudem die Informationen mit dem OK:GO-Logo auf ihrer Website veröffentlichen, so dass alle User:innen Zugriff darauf haben – auch solche, welche die ginto App (noch) nicht kennen.

Beschreibe OK:GO in drei Wörtern. Einfach extrem nützlich! Bis jetzt haben Informationen zur Zugänglichkeit im Tourismus weitgehend gefehlt und es war oftmals zeitintensiv, diese zu beschaffen.
->ok-go.org

Unterstützung für PluSport-Clubs

Das Kulturprozent der Migros Aare und Ostschweiz unterstützt die PluSport-Clubs aus den Wirtschaftsgebieten dieser beiden Genossenschaften seit vielen Jahren finanziell.

Dieser Beitrag ist für Migros eine Wertschätzung für den wichtigen und ehrenamtlichen Einsatz zu Gunsten des Behindertensports. Damit soll

für die Arbeit im Clubvorstand sowie die Arbeit der Trainer:innen sowie Betreuenden ein Zeichen gesetzt werden.

Mit dem Kulturprozent engagiert sich die Migros seit 1957 in den Bereichen Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit, Sport und Wirtschaft. Jedes Jahr stellt sie einen hohen Betrag freiwillig für Projekte und Aktivitäten zur Verfügung, die einer breiten Bevölkerung Zugang zu kulturellen, sportlichen oder sozialen Angeboten ermöglichen.




MIGROS
Kulturprozent



«Sport
braucht
Energie, aber
keine aus der
Steckdose»

Zitat: Markus Gerber
Präsident PluSport

Schule bewegt

Ein Engagement von  **swiss
olympic**

Mit dem neuen Programm «Schule bewegt» will PluSport gemeinsam mit Swiss Olympic zu einer krisenresistenten Reise durch die Welt des Wintersports inspirieren. Ob Slalom, Eisschollenhüpfen, Schneeballart oder Schanzenspringen: Alle Bewegungsaufgaben werden von Freeskier Andri Ragetti präsentiert und drinnen sowie draussen im Schnee durchgeführt.

Diese Seiten sind zum Herausnehmen und Ausprobieren für sportliche Bewegungsalternativen für Camps und Clubs



Oberschenkelbrennen

Alle stehen vor eine Wand. Auf Kommando der Lehrperson gehen alle in die Hocke, lehnen dabei den Rücken an die Wand und bilden mit Ober- und Unterschenkeln einen rechten Winkel. Wer diese statische Sitzposition mit den wenigsten Kurzunterbrüchen während der Dauer eines Skirennens (2–3 Minuten) aushält, gewinnt.



Schneeballschlacht

Als Alternative zu einer richtigen Schneeballschlacht: Es wird ein Spielfeld mit einer Mittellinie festgelegt – auch z.B. im Gang oder im Freien. Als Spielfeldbegrenzungen dienen Wände und z.B. Springseile. Zwei Teams verteilen sich in je einer Hälfte, jede:r formt aus einem Altpapierblatt vier Bälle und legt sie neben sich auf den Boden. Die Spielenden werfen die «Schneebälle» aus der eigenen in die gegnerische Platzhälfte, aber nur einen aufs Mal. Die Lehrperson zählt nach ihrem Stoppbefehl die zu spät geworfenen Bälle und ordnet das Zurücknehmen an (evtl. zusammen mit «Strafbällen»). Die Teams zählen die auf ihrem Spielfeld liegenden Bälle. Wer weniger hat, gewinnt.



Schneeballdart

In Dreier- bis Fünfergruppen werden Zielwurfwettkämpfe mit Schneebällen ausgetragen. Die Spielenden legen vorher gemeinsam die Ziele (z.B. Tafeln, Bäume, mit Kreide eingezeichnete Zielscheibe mit unterschiedlichen Punktzahlen an einer Hausmauer) und die Anzahl Würfe pro Person fest.



Schneedoppelpass

Zu zweit soll eine bestimmte Strecke (z.B. ums Schulhaus herum) mit einem Schneeball mit möglichst wenigen Würfen zurückgelegt werden. A wirft den Ball vom Start möglichst weit zu B. Nach erfolgreichem Fangen wird B von A überholt und A wartet nun seinerseits auf den Wurf von B usw. Der Schneeball darf nach jedem Wurf wieder neu geformt oder ausgebessert werden. Fehlversuche beim Fangen werden jeweils wiederholt und mit einem Strafpunkt belastet. Sind alle Duos am Ziel, werden die Ergebnisse ausgetauscht.

Schneberg

Alle werden auf einem verschneiten Platz in Dreier- bis Fünfergruppen eingeteilt. Jede Gruppe benötigt einen Behälter (z. B. Eimer, Schachtel) und eine Schaufel. Je eine Start- und Ziellinie markieren gleich lange Strecken. Auf Kommando füllen die ersten Spielenden jedes Teams hinter ihrer Startlinie ihren Eimer mit Schnee, rennen damit über die Ziellinie und leeren ihn dort aus. Danach sprinten sie zurück hinter die Startlinie und übergeben dort den Eimer dem zweiten Spieler ihres Teams. Nach einer bestimmten Zeit beendet die Lehrperson mit einem «Stopp» die Sammelphase. Nun gehen alle Spielenden ihres Teams zu ihrem Schneehaufen und bauen daraus innerhalb einer bestimmten Zeit einen möglichst hohen Berg. Wer den grössten Bau zwischen Boden und Spitze hinkriegt, gewinnt.



Schneelöffel

Die Spielenden bilden Dreier- bis Fünfergruppen und definieren mit Start- und Ziellinie gleich lange Strecken mit je einem Wendepunkt (z. B. Stein, Handschuh, Mütze), der umrundet werden muss. Die ersten jedes Teams halten einen Löffel o.Ä. und balancieren darauf einen Schneeball. Auf Kommando laufen sie los, absolvieren den Hin- und Rückweg und übergeben den Löffel dem nächsten Spieler der Gruppe hinter der Startlinie. Wem der Schneeball vom Löffel fällt, repariert den Schneeball, rennt mit Löffel und Schneeball hinter die Startlinie zurück und beginnt den Balancierparcours erneut. Das Team, das zuerst eine bestimmte Anzahl Läufe absolviert hat, gewinnt.



Pinguinjagd

Alle machen draussen (evtl. im Schnee) ein Fangspiel – zum Beispiel folgendes: Ein «Eisbär» jagt einen «Pinguin», die restlichen Spielenden halten sich paarweise und bilden je eine «Eisscholle». Erwischt der Eisbär den Pinguin, tauschen die beiden die Rollen. Wenn sich der fliehende Pinguin allerdings auf einer Seite an eine Eisscholle hängt, wird die Person auf der anderen Seite dieser Eisscholle zum jagenden Eisbären, während der vorherige Eisbär zum Pinguin wird und sofort fliehen muss.



Fusschneeball

Die Teilnehmenden spielen jeweils in Dreier- bis Fünferteams gegeneinander Fussball im Schnee (auch z. B. mit einem Wasserball). Die Pfosten werden z. B. mit Steinen, Handschuhen oder Mützen markiert.



Aktivpunkt



Zum Schluss noch dies – wer wagt es?

Die Spielenden gehen barfuss in den Schnee, trocknen sich nachher die Füsse gut ab und geniessen die dann aufkommende Wärme. Wie wäre es mit einem Wettrennen oder mit der Herausforderung, wer es am längsten im Schnee aushält?

Hier finden Sie mehr zu mehr Abenteuer in der Natur:

plusport.ch/schule-bewegt-ragettli

plusport.ch/mobilesport-draussen

plusport.ch/+punkt-schneesport

Im Hinblick auf die mögliche Energieknappheit im Winter ruft Swiss Olympic alle Sportorganisationen auf, Energie zu sparen. Zur Unterstützung hat der Dachverband des Schweizer Sports konkrete Massnahmen erarbeitet. Swiss Olympic fordert gleichzeitig, dass Sportinfrastrukturen auch in einer Energiemangellage offengehalten werden.

Mehr unter plusport.ch/energie2022

Plus d'informations sous plusport.ch/energie2022-fr

Ulteriori informazioni sotto plusport.ch/energia2022

Energiespar-Empfehlungen für Sportvereine

Spirit of Sport heisst jetzt ...

Geräte einschränken
Braucht es am Event wirklich Fritteuse, Hotdog-Maschine und Grill?

Trainingszeiten optimieren
So lange wie möglich draussen und/oder bei Tageslicht trainieren

Finger weg
Einstellungen der Anlagen (Thermostat-Ventile, Licht, Lüftung) nicht verändern, Anweisungen des Infrastruktur-Betreibenden einhalten

ÖV nutzen
An Wettkämpfe mit ÖV reisen, Fahrgemeinschaften bilden

Sensibilisieren
Anlagebetreibende auf die Infografik «Energiespar-Empfehlungen für Infrastruktur-Betreibendes» hinweisen (verfügbar unter www.swissolympic.ch/energie)

Auslastung optimieren
Z.B. gemeinsames/paralleles Training von mehreren Gruppen/Sportarten

Beleuchtung reduzieren
Nur Anlagen beleuchten, die aktuell benutzt werden und während Sportaktivitäten Lichtstärke wenn möglich reduzieren

Duschzeiten verkürzen, weniger warm duschen
Das Aufbereiten und das Aufheizen von Wasser benötigt viel Energie

Richtig lüften
Kippfenster schliessen und dafür mehrmals täglich stosslüften

Weitere Informationen finden Sie unter www.swissolympic.ch/energie sowie unter www.energieschweiz.ch

Version vom 20. Oktober 2022

swiss olympic

Wichtiger Meilenstein geschafft!



Der Weg zum Schneesportlehrer oder zur Schneesportlehrerin mit eidg. Fachausweis (Swiss Snow Pro) ist modular aufgebaut. Wollen angehende Schneesportlehrer:innen das Patent erlangen,



müssen sie im Verlauf ihrer Ausbildung einen Kurs für ein Zweitgerät (als Skilehrer:in zum Beispiel mit Fokus Langlauf) oder ein Wahlmodul besuchen. Neu ist die komplett absolvierte Ausbildung zum Behindertensportleiter- oder Leiterin Schneesport von PlusSport und SPV Rollstuhlsport Schweiz einem solchen Kurs gleichgestellt und wird entsprechend anerkannt. Der Stellenwert und Nutzen einer Ausbildung zum Behindertensportleiter Schneesport wurde somit noch einmal erhöht.

Neben der Zulassungsausbildung, dem Kids Instructor Kurs und der J+S Leiterausbildung wird nun auch die Ausbildung «Disabled Sports Specialist» als Wahlmodul Zweitgerät anerkannt. Personen, welche ihre Disabled Sports-Ausbildung als Wahlmodul Zweitgerät anerkennen lassen möchten dürfen sich direkt bei education@snosports.ch melden.

Mehr Infos: plusport.ch/
+punkt-snosports

Wussten Sie ...



...dass Sommer im Herbst seine Karriere einläutete?

Sechs Paralympics-Teilnahmen, fünf paralympische Diplome, drei Europameister-Titel, sechsfacher Schweizer Rekordhalter – Christoph Sommer prägte in den letzten zwei Jahrzehnten die paralympische Leichtathletik. Nun läuft der bald 50-jährige Berner seine letzten Langstrecken-Rennen als PluSport-Spitzenathlet.

Das schönste Erlebnis meiner Sportkarriere:

- 2000 in Sydney hatte ich die Ehre, als Fahnen-träger das Schweizer Team ins Stadion zu führen.

Das werde ich nie vergessen:

- Die Zeit, die ich an Grossanlässen erleben durfte, der gute Teamspirit.

Was wir ihm wünschen:

- Dass er möglichst lange Sport machen kann gesund bleibt und wir ihn da und dort wiedersehen.

...dass Sommer auch an der Euro 08 mitspielte?



FOOTBALL FOR ALL

Zum Anlass eines Sozialprojekts an der UEFA EURO 2008™ im St. Jakob Park in Basel kam es 75 Minuten vor dem Viertelfinal Niederlande gegen Russland zu einem Match «Showcase» der beiden Paralympic-Teams Schweiz gegen Deutschland.

Ein unvergesslicher Event der Extraklasse!
Mehr dazu und Video: plusport.ch/euro2008

Votre dévouement nous va droit au cœur



Ce sentiment, vous le connaissez bien: celui d'accomplir une bonne action, de celles qui rendent les gens heureux, car c'est ce que vous faites à travers vos dons ou votre engagement bénévole. La science elle-même le prouve: les gens généreux ressentent un profond sentiment de bien-être quand ils donnent.

Nous traversons tous des périodes difficiles. Je suis toutefois toujours impressionnée par la solidarité dont nos fidèles donatrices et donateurs font preuve et par leur soutien envers nos athlètes, indépendamment de leur situation personnelle. Nous sommes nombreux à avoir conscience d'aller bien malgré les défis, et c'est pourquoi nous aimons donner en retour et soutenir les projets qui nous tiennent à cœur. En tant que responsable PluSport de la collecte de fonds, je souhaite aujourd'hui vous remercier du fond du cœur.

J'échange constamment avec nos athlètes pour parler de leur quotidien et les informer de nos nombreuses offres, et je suis toujours à la fois fascinée et émue par la force et le charisme qu'ils expriment à travers leur personnalité. Avec beaucoup de positivité et de persévérance, ils parviennent à surmonter leurs handicaps. Nous avons tous quelque chose à apprendre d'eux, ainsi que des bénévoles et des monitrices et moniteurs de sport-handicap qui donnent de leur temps libre. Je les ai toujours entendus évoquer ce que ce travail leur apporte, et non ses aspects difficiles. Cela me touche, et nous touche toutes et tous.

Et là encore, nous rejoignons notre thématique principale: le sport et l'activité physique pour tous.

C'est pour cette raison que nous nous engageons et que nous avons besoin de soutiens financiers. Vous êtes donc nombreux à recevoir régulièrement des appels au don – et aujourd'hui encore, à l'approche de Noël. Comme toujours, nous avons entière confiance en vous et comptons sur votre précieux et indispensable soutien. Nous savons également parfaitement à quel point il est important, et qu'il n'est en rien acquis.

C'est pourquoi nous vous remercions une fois de plus du fond du cœur pour tout ce que vous faites pour nos athlètes et le sport-handicap en général.

PluSport, c'est la vie – ta vie, notre vie. Je vous souhaite de tout cœur d'excellentes fêtes et beaucoup de bons moments.

Vidéo de l'association:



Regula Muralt

Responsable Marketing et collecte de fonds

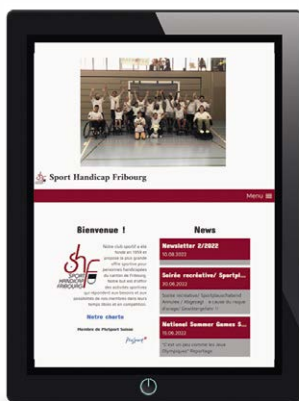


Tout est
plus simple
avec
ClubDesk

Déjà 50 de nos clubs utilisent le logiciel d'association ClubDesk. Cet outil spécialement conçu pour les clubs permet de gérer les données des membres et du comité, de planifier des rendez-vous, de classer des documents, d'envoyer des courriels et de publier un beau site web. Toute la comptabilité est gérée par le logiciel et le reporting se fait en quelques clics.

PluSport Suisse soutient ses clubs dans l'administration autant que possible. Avec l'application PluSport, la saisie des présences a déjà été fortement simplifiée, et avec Clubdesk, un nouveau pas a été franchi vers la numérisation. PluSport finance les licences pour les clubs, et migre sur demande les sites web existants vers le nouveau système. En 2023, une interface avec la base de données de PluSport sera construite, la gestion des membres sera alors encore simplifiée.

Plus d'informations : plusport.ch/clubdesk-fr



Des collaborations importantes pour PluSport

Bouger physiquement et s'amuser - tel était l'objectif des «CRR Games» organisés par PluSport, l'ASP et la Clinique Romande de Réadaptation. Le succès de l'après-midi devrait se répéter.



Pour la 4^{ème} édition des «CRR Games», l'après-midi sportif du jeudi 22.09.22 a été un franc succès. Fruit d'une collaboration entre PluSport, l'Association Suisse des paraplégiques (ASP) et la Clinique Romande de Réadaptation (CRR), quarante-trois patients ambulatoires et/ou hospitalisés ont été répartis en six groupes pour pouvoir faire les six activités adaptées proposées.

Au programme du basket, du badminton, des fléchettes, du disc golf, une course d'orientation et des exercices de fitness ont réjouis toutes les



personnes inscrites à cet après-midi. Le but de cette demi-journée est de donner le moyen à des personnes amputés, paraplégique et/ou atteinte d'une maladie chronique, de bouger et de montrer qu'il est possible de faire une activité physique adaptée et ressentir du plaisir. De ce fait, PluSport et l'ASP font partie intégrante de ce processus de santé en essayant d'accompagner le mieux possible au niveau sportif ces personnes à la fin de leur réadaptation.

Afin de perdurer notre bonne relation, le comité de PluSport est d'ailleurs venu visiter les lieux et encourager quelques sportifs durant cet événement. La journée s'est terminée par une cérémonie et surtout une raclette à gogo pour remercier tous les partenaires et participants.

Pour les années à venir nous aimerions développer des offres pour ces personnes en mettant en place des journées sportives. Partager des lieux, des échanges et aller à la rencontre d'individus donnant la chance à chacun de faire une activité physique de manière régulière.



Une réelle synergie

Une école privée pas si privée que ça. Personnes en situation de handicap ou non, tous dans le même bain pour une journée fabuleuse autour du football. Une réelle synergie entre le sport handicap et une école privée.

Le collège de Champittet, une école privée située à Pully dans le canton de Vaud, a accueilli plus de cent trente personnes dans leurs locaux pour laisser sa place à un magnifique tournoi de football. C'était le samedi 15 octobre 2022 avec les couleurs d'automne et un soleil radieux que douze équipes réparties sous trois groupes ont pu

s'affronter. En plus de l'infrastructure, huit élèves de cette école ont pu aider dans la mise en place de cet événement et s'initier en tant qu'arbitre, photographe et d'autres tâches très utiles au bon fonctionnement de ce tournoi. À côté des matchs nous avons mis en place un atelier footballistique comprenant un parcours et des frappes aux buts. L'équipe la plus rapide et celle qui a marqué le plus de but gagnait des points supplémentaires (4 points pour le 1^{ère}, 3 points pour le 2^{ème}, 2 points pour le 3^{ème} et 1 point pour le dernier). Au final, le total des points étaient additionnés afin de donner un classement final. De ce fait, certaines équipes qui ont perdu beaucoup de match ont pu se rattraper avec cet atelier et grappiller une place dans le sprint final. C'est le cas du « FC Polyval 2 » avec seulement un point engrangé dans les matchs ont pu terminer troisième de leur groupe grâce aux exercices.

Nous tenons encore à féliciter toutes les personnes qui ont travaillé durant cette journée, joueurs et entraîneurs, élèves et parents, qui sans eux cet événement n'aurait pas eu lieu.

Résultats et autres photos sur plusport.ch/+point



Il vostro impegno è la nostra motivazione



Conoscerete sicuramente la sensazione di felicità tipica di quando si compie una buona azione: perché la vivete tutti i giorni, donando o partecipando alle attività di volontariato. È scientificamente provato che le persone generose provano un senso di benessere quando danno al prossimo.

Stiamo tutti attraversando un periodo burrascoso. È anche per questo che la solidarietà e il supporto incondizionati dei nostri donatori e delle nostre donatrici nei confronti degli sportivi e delle sportive di PluSport continua a stupirmi. Siamo consapevoli che le cose ci stanno andando bene nonostante le diverse sfide, pertanto desideriamo condividere qualcosa e supportare un progetto per noi importante. In qualità di organizzatrice di raccolte fondi di PluSport, ci tengo a ringraziarvi dal profondo del mio cuore.

Ogni giorno entro in contatto con i nostri sportivi e le nostre sportive per parlare della loro quotidianità e delle nostre variegate offerte. Rimango sempre affascinata e toccata dall'energia e dalla forza d'animo emanate da ciascuno e ciascuna, che, combinate a positività e resistenza, li e le aiuta a superare le proprie disabilità. Noi tutti possiamo imparare molto da loro, così come dai numerosi e dalle numerose volontari e volontarie e dai monitori e dalle monitorici di sport handicap che investono il tempo libero in queste attività. Non ho mai sentito queste persone lamentarsi di quanto siano stancanti. Al contrario, ne parlano spesso come fonte di preziosi insegnamenti. Tutto questo motiva me e l'intera associazione a continuare a

far sì che sport e attività fisica siano davvero a portata di tutti.

Dedichiamo il nostro impegno a tale scopo e per conseguirlo abbiamo bisogno di aiuti finanziari. Molti di voi ricevono quindi regolarmente richieste di donazione, anche in questo periodo pre natalizio. Speriamo di poter continuare a contare sul vostro prezioso e imprescindibile sostegno, il quale, ne siamo consapevoli, è un segno di estrema generosità che non diamo mai per scontato.

Vi diciamo dunque GRAZIE ancora una volta per tutto quello che fate per i nostri sportivi e le nostre sportive, oltre che per tutto lo sport handicap.

PluSport è vita. La tua vita. La nostra vita.

Vi auguriamo dei piacevoli giorni di festa e tanti momenti di felicità.

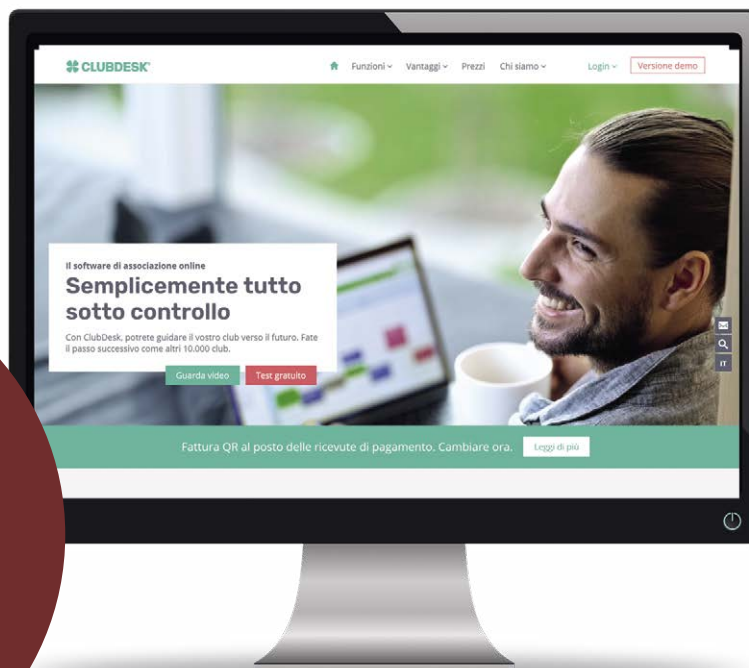
Regula Muralt

Responsabile Marketing e Raccolta fondi

Video dell'associazione:



Tutto molto semplice con ClubDesk



Per i club sportivi di Plusport che utilizzano ClubDesk, per semplificare l'amministrazione, le prestazioni saranno gratis. PlusPort Svizzera si prenderà a carico i costi delle licenze.

Cosa può fare ClubDesk?

Nel ClubDesk si possono gestire facilmente e in modo sicuro i soci, sponsor, fornitori e tutti gli altri contatti importanti per il club in un unico sito. Nel 2023 Plusport avrà un'interfaccia costruita da ClubDesk al database, quindi la gestione dei soci sarà ancora più semplice.

Si possono creare ed inviare fatture con semplicità e rapidità – via e-mail o posta, come fatture QR. Naturalmente è possibile importare i pagamenti e nella contabilità le prenotazioni corrispondenti sono create automaticamente. In sintesi, dal libro di cassa, ad una semplice contabilità o ad una doppia contabilità, tutto è facilmente fattibile.

Con ClubDesk è possibile creare velocemente un'attraente e moderna homepage perfettamente funzionante anche dal cellulare o dal tablet. Inoltre grazie al collegamento con l'amministrazione dei soci, il calendario e tutti gli altri moduli di ClubDesk, la homepage del club saranno automatica-

mente aggiornati, come ad esempio se si sposta una partita nel calendario del club o il presidente ha un nuovo numero di telefono.

Dati ed eventi possono essere pianificati in modo semplice e chiaro. È possibile determinare quali gruppi o squadre parteciperanno a un evento, dove si svolgerà l'attività e se l'evento avrà luogo solo una volta o, per esempio ogni lunedì.

ClubDesk non solo offre un archivio di documenti online in cui si ha sempre accesso a tutti i documenti importanti del club da qualsiasi luogo, ma con ClubDesk si possono anche creare facilmente e comodamente lettere e tabelle di tutti i tipi.

Con ClubDesk si ha un server di posta del club senza dover fare nulla. Questo rende estremamente facile ed efficiente l'invio di fatture, inviti alle riunioni o altra corrispondenza del club.

Altresì le comunicazioni saranno trasmesse correttamente a persone e ad indirizzi aggiornati. Non vi saranno quindi più errori.

Per una licenza contattare Oliver Stejskal, stejskal@plusport.ch.

«Torneo dell'Amicizia» Bocce Biasca

Gli atleti di bocce, grazie agli allenamenti settimanali, hanno sviluppato un'ottima capacità e precisione di tiro. Il livello del torneo dell'amicizia è stato altrettanto alto ed è già in previsione di organizzare nuove competizioni.

Una nuova edizione del «Torneo dell'Amicizia» di bocce si è svolta sabato 24 e domenica 25 settembre 2022. Il Gruppo Sportivo Inclusivo Tre valli GSITV organizza da circa 20 anni questo torneo internazionale, con varie squadre dal Ticino, da oltre Gottardo e dalla vicina Italia.

Quest'anno hanno partecipato dal Ticino le squadre dei gruppi sportivi del GSIB, SIL, SIM e del GSITV. Inoltre dalla vicina penisola è venuto il gruppo bocce VH-Arese di Varese. Suddivisi in 20 coppie, i 40 atleti hanno gareggiato sui due giorni al Bocciodromo Rodoni di Biasca e al campo bocce Sensi di Castione. Grazie agli allenamenti settimanali, gli sportivi hanno sviluppato un'ottima capacità e precisione di tiro delle bocce, ed alcuni hanno raggiunto un altissimo livello di gioco. La vittoria ha sorriso alla coppia formata da Jaime Bassi e Roberto Traversa dell'associazione Sport Insieme Mendrisiotto che dopo una stupenda partita hanno battuto Viorel Lardi e Piercarlo Soldini di Sport Is Life di Lugano.

Terzi a pari merito Marta Sapia e Mario Di Modugno con Andrea Dologu e Giorgia Indelicato, tutti dell'Associazione Vh-Arese Onlus di Varese. I due organizzatori Fiorenzo Guggiari e Nello Rodoni, del GSITV, hanno quale obiettivo futuro di organizzare in Ticino, emagari anche fuori da esso, dei tornei inclusivicon squadre miste di atleti dei gruppi sportivi e con bocciofili delle Federazioni cantonali.

A tale scopo quest'anno è stata fondata la «Società Bocciofila Sorriso» (SBS), con atleti dei 4 gruppi GSITV, GSIB, SIL e SIM. I circa 50 atleti attivi nelle 4 società sono stati tesserati dalla Federazione Bocce Ticino ed alla Federazione Svizzera di Bocce. Con il tesseramento gli atleti ora possono partecipare alle gare ufficiali. Le società di



Poschiavo e Sargans completano un panorama nazionale in continua crescita.

L'obbiettivo ora sarà quello di programmare un primo torneo integrato a livello svizzero, con almeno 32 coppie miste fra atleti della SBS e delle varie Società bocciofile affiliate alla Federazione Svizzera. Guardando al futuro, Fiorenzo e Nello possono sicuramente essere orgogliosi di quanto raggiunto. Grazie al lavoro di tutti gli allenatori, si può sicuramente guardare con fiducia ad una maggiore inclusione dei nostri sportivi all'interno del mondo nazionale delle bocce. Complimenti e tanti auguri.

Tiziano Christen, membro del Comitato PluSport



Galà dei Castelli 2022

Grazie al supporto del Gruppo Atletica Bellinzona GAB e di Inclusione Andicap Ticino, 15 atleti con handicap fisici e mentali, hanno partecipato al meeting internazionale di Atletica «Galà dei Castelli» di Bellinzona.

I 15 atleti di quattro gruppi sportivi ticinesi (GSIB, GSITV, SIM e SISL), affiliati a PluSport, hanno corso davanti ad un pubblico di 5650 spettatori. Le gare, suddivise in due batterie su una distanza di 80 m, sono avvenute nel pre-meeting e subito dopo si è svolta la premiazione, con la consegna a tutti i partecipanti della medaglia da parte dell'atleta svizzera Lea Sprunger.



Nelle quattro settimane precedenti la gara si sono svolti gli allenamenti preparatori, ai quali ha partecipato anche l'atleta di punta ticinese Ricky Petrucciani. Allenatori e atleti del GAB si sono fatti coinvolgere da questa bella iniziativa e ci hanno offerto la loro esperienza tecnica, proponendoci attività adattate alle esigenze dei partecipanti. Con impegno e costanza, le atlete e gli atleti hanno preso la faccenda seriamente. Il coordinamento, da parte del servizio sport di Inclusione Andicap Ticino e del GAB, è servito soprattutto per agevolare questo percorso che è iniziato molti anni orsono, giungendo alla quinta edizione con gare di inclusione sportiva.

È stata una grande emozione vedere i nostri sportivi correre sulla pista dello stadio comunale! La loro gara ogni anno entusiasma sempre di più il folto pubblico, che applaudendo li incita a dare il meglio di se stessi.

Questa partecipazione, unica nel suo genere in Svizzera è stata iniziata vari anni orsono dal GAB e dal GSIB, che hanno con gli anni aperto la partecipazione dei gruppi di PluSport in Ticino. È diventata ormai una consuetudine ed è un grande esempio di inclusione fra atleti di livello mondiale e sportivi con disabilità.

Ulteriori informazioni e foto: plusport.ch/gala-2022

Tiziano Christen, membro del Comitato PluSport

Giornata sportiva cantonale a Bellinzona

150 partecipanti ed accompagnatori di cinque Club di PluSport, si sono divertiti in diverse attività come la corsa coi sacchi, coreografie con nastri e il gioco del puzzle. Hanno ammirato danze e discipline sportive di altri gruppi.

Domenica 18 settembre 2022 si è svolta la Giornata sportiva cantonale della disabilità inclusione andicap ticino, organizzata dal Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese GSIB. È una manifestazione che si svolge annualmente nelle varie regioni del Ticino essendo organizzata a rotazione da uno dei cinque Gruppi sportivi cantonali affiliati a Inclusione Andicap Ticino e a PluSport.

Dopo l'accoglienza dei 150 partecipanti tra atleti ed accompagnatori dei cinque gruppi sportivi ticinesi la mattinata prevedeva un viaggio nel tempo attraverso 10 postazioni a tema alla scoperta dei castelli di Bellinzona e dei suoi segreti. Un gioioso e brillante giullare di corte ha allietato il percorso e dettato i tempi di percorrenza ai vari gruppi. Tra sfide e prove da superare, corse con i sacchi e consegne delicate, coreografie con i nastri accompagnati dalla musica medievale, quiz e stupendi quadri dei manieri dipinti dagli atleti, il percorso ha regalato momenti di gioia e di divertimento. Tutti i partecipanti hanno infine preso parte all'assemblaggio di un puzzle con il messaggio scelto per la Giornata «Nel nostro castello regna l'inclusione».

Dopo il pranzo in comune, rallegrato con professionalità dal Team di animazione Forfeisten, nel pomeriggio i partecipanti hanno potuto ammirare varie dimostrazioni di danza e discipline sportive sul palco di Sportissima, terminate da uno spetta-



colo inclusivo di bolle di sapone giganti promosso dal GSIB per lanciare il tema dell'inclusione.

Nel 2023 la Giornata sportiva cantonale verrà organizzata da Inclusione Andicap Ticino (già FTIA), per festeggiare i 50 anni di fondazione e si svolgerà il 19 agosto 2023 presso il Centro Sportivo Nazionale CST di Tenero.

Tiziano Christen, membro del Comitato PluSport





Mit 50 Franken schenken
Sie einen Trainingstag

Mit 120 Franken schenken
Sie einen Tag im Sportcamp

Mit Ihrem Beitrag nach
Wahl schenken Sie Freude
und Erfolg

Schenken Sie
unseren
PluSportler:innen
Support

Glück Lebensfreude
Freundschaft Joie Bewegung Sport
2023 Inclusion Gleichstellung Respekt
Freude Ruhe Erholung Happiness
Peace **Amore** Félicité Merci
Thanks Succès **PluSport**
Dankeschön Felicità
Verständnis **Amour**
Inklusion
Liberté

Und so funktioniert es – herzlichen Dank!

- ✓ www.plusport.ch/spenden oder nutzen Sie TWINT
- ✓ Wählen Sie den Betrag und den Zweck
- ✓ Füllen Sie Ihre Adresse aus
- ✓ Schreiben Sie im Kommentarfeld «Geschenk»
- ✓ Sie erhalten von uns eine schöne Schenkungsurkunde

Jetzt mit TWINT
spenden!




QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen





PluSport ist für mich eine grosse Gemeinschaft und Familie

Zum Schluss ein Weihnachtsgruss
von Hans Lichtsteiner, Co-Vizepräsi-

**PluSport –
communauté
et famille:
plusport.ch/
hans-fr**

Wie lange engagierst du dich bereits für PluSport und was spornt dich an? Mitglied des Vorstands von PluSport bin ich seit 2018, vorher habe ich an diversen Entwicklungskonferenzen teilgenommen. PluSport ist für mich eine grosse Gemeinschaft und Familie von Sportlerinnen, Sportlern und Ehrenamtlichen, die zusammen Sport treiben, Freundschaften pflegen und dabei Emotionen erleben. Es sind diese Momente der Freude und Freundschaften, die mich motivieren, mich zu engagieren.

Welches sind hinsichtlich deiner neuen Vorstandsaufgaben die grössten und aktuellsten Herausforderungen? Wir befinden uns in einer spannenden Phase des Umbruchs. Unsere Clubs mit ihrem Angebot bleiben ein Hauptpfeiler von PluSport, der personell in einigen Clubs jedoch eine gewisse Verjüngung braucht. Viele Ehrenamtliche haben über Jahre, wenn nicht Jahrzehnte hervorragende Arbeit geleistet und warten nun auf eine «Stabsübergabe». Hier müssen wir

schauen, dass wir neue, junge Ehrenamtliche finden. Gleichzeitig gilt es unseren Sportlerinnen und Sportlern die Inklusion in den Regelsport zu ermöglichen, sofern sie dies wünschen. Hier brauchen wir gute Konzepte, dass diese Inklusion gelingt und auch langfristig erfolgreich ist. Gerade in diesem Bereich haben wir noch ein grosses Stück Arbeit vor uns.

Womit beschäftigst du dich in der Freizeit neben deiner Vorstandstätigkeit? Selbst Sport zu treiben, in den Bergen zu sein und die Natur zu geniessen, dies sind Momente, bei denen ich auftanken und mich erholen kann. Das tue ich am liebsten zusammen mit meiner Frau. Dabei geniesse ich die Weite und Stille unserer Bergwelt, morgens beim Aufstieg auf einen Berggipfel oder im Winter in der Loipe.

Inklusion ist in aller Munde, welche Rolle spielt da PluSport? Eine sehr wichtige. Bezüglich Inklusion müssen wir die Fachstellen in der Schweiz werden, die den Regelsport bei der Inklusion unterstützt. Bereits heute leisten wir hier ausgezeichnete Arbeit und verfügen über wertvolles Wissen. Dieses Wissen müssen wir weiter auf-, ausbauen und Interessierten zur Verfügung stellen.

Ganzes Interview unter
plusport.ch/hans-de

FÜR DIE SCHÖNSTEN TAGE IM JAHR

Der Winter an der Lenk – über der Nebelgrenze – eignet sich hervorragend für entspannte Tage oder sportliche Aktivitäten im Schnee.

Wie wäre es beispielsweise mit einer Gondelfahrt auf's Leiterli und einem Spaziergang vor atemberaubender Bergkulisse oder gar einer rasanten Abfahrt im Dual Skibob in Begleitung eines ausgebildeten Schneesportlehrers? Für ambitionierte Snowboarder und Skifahrer eignet sich der Audi Skicross Gold Park, auf welchem unter anderen auch das Schweizer Para-Snowboard-Team trainiert, bestens.

Der flache Talboden rund um das Feriendorf Lenk lädt zum Wandern oder zu Aktivitäten auf der Loipe ein und ist auch für Menschen mit Beeinträchtigungen bestens geeignet. Mit dem Erlebnisbad Walbach mit Wellnessbereich und Aussen-sprudelbecken und dem Eisfeld, bietet der Ort weitere interessante Möglichkeiten.

Wir beraten Sie gerne persönlich unter Tel. 033 736 35 35. Oder besuchen Sie einfach unsere Website, wo Sie viele Tipps und auch Übernachtungsangebote finden.

EIN PAAR INSPIRATIONEN FÜR IHRE NÄCHSTEN FERIEEN ODER IHR SPORTCAMP AN DER LENK



«Es ist wunderschön hier, und die Lenk bietet einfach alles»

So Romy Tschopp, Olympiateilnehmerin und Mitglied beim Para-Snowboard-Team. Lenk ist seit 2022 offizieller Partner von Plusport.