

## Infoheft Dezember 2021



**Vereinigung für Menschen mit einer geistigen Behinderung**

insieme Solothurn ·

4500 Solothurn ·

Tel: 032 685 76 33 ·

E-Mail: [sekretariat@insieme-solothurn.ch](mailto:sekretariat@insieme-solothurn.ch)

[www.insieme-solothurn.ch](http://www.insieme-solothurn.ch) ·

Spenden PC 45-155-9

### insieme ist ...

... ein Vorstand «at work»: Seit der Generalversammlung im April 2021, hat sich der 10-köpfige Vorstand an die Arbeit gemacht. So wurde die Website aufgefrischt. Sie wird wöchentlich gepflegt und angereichert mit vielen Fotos und interessanten Infos zu

Anlässen und Zeitungsartikeln. Die Vernetzung zu und mit Institutionen pflegen wir über dieses Medium. Anlässlich des Sommerfestes, der Standaktion am Oberwaldfest, dem Marktstand am Märet in Solothurn, dem Dankessen für alle Helfenden, aber auch anlässlich zweier



Vorträge mit Procap zur IV Revision und zur Thematik «Was steht meinem Kind zu» konnten neue Kontakte geknüpft und Angehörige

und Eltern angesprochen werden. Anlässlich der Helfer\*innenschulung im November konnten neue Verantwortliche gewonnen werden zur Leitung der insieme Träff Angebote, aber auch für Helfende im Kidsträff. In der Beilage finden sich die vielfältigen Angebote in Jahresprogramm-Form. Im Vordergrund steht: Die Idee von insieme bekannt zu machen.



Der Vorstand hat sich regelmässig getroffen, um das laufende ambitionierte Jahresprogramm zu unterstützen oder selbst mit anzupacken. Es gilt auch, neue Fäden zu spannen in die Politik und einen Blick auf ein wichtiges kantonales Projekt «OptiSo+», der Optimierung der Sonderschulen im Kanton Solothurn zu werfen. Wir schauen genau hin, wie die Sonderschulreform sich entwickelt und haben verschiedene Vernetzungsfäden zu den Kantonsratspräsidien und zur Bildungs- und Kulturkommission gespannt. Im Rahmen des neuen Elternkaffees, immer am 2. Donnerstag des Monats, ausserhalb der Schulferien, können sich Eltern zu einem Morgenkaffee treffen und sich



austauschen. Bei Interesse gilt auch hier: Unbedingt auf der neuen Website nachschauen mit dem QR Code.

Eva-Maria-Fischli-Hof, Co Präsidentin insieme Solothurn

### Vom insieme träff: «Jetzt geits los»

Karin Haas hatte am 1. Mai die Leitung des insieme Träff übernommen. Leider entschied sie sich aus persönlichen Gründen auf Ende Juni die Anstellung zu beenden. Darum leite ich den insieme Träff wieder bis Ende Jahr. Der Vorstand von insieme Solothurn hat sich entschieden, ab Januar 2022 verschiedene Leiter und Leiterinnen für die Anlässe anzustellen. Im neuen Programm werden die Anlässe von Ruth Nussbaumer, Böbu Mattes, Renzo Haldemann, Eliane Sütterlin, Ruth und Heinz Kläntschi, Eva-Maria und Markus Fischli geleitet. Ich werde weiterhin die Koordination der Anlässe machen. Am 6. November haben sich alle zukünftigen Leiter und Leiterinnen und interessierte Assistentinnen zur Koordinations- und Planungssitzung getroffen. Am Morgen standen die UN-Behindertenrechtskonvention für Menschen mit einem Handicap und die Sensibilisierung zum Thema «Nähe und Distanz» auf dem Programm. Anhand praktischer Beispiele überlegten wir, wie wir diese in den Ausflügen und Ferienangeboten umsetzen können. Zum Abschluss dieses Blocks unterschrieben alle Teilnehmenden die «Selbstverpflichtung». Mit regelmässigen Weiterbildungen soll die Qualität in der Leitung und Betreuung gesichert werden. Besonders freut mich, dass es gelungen ist, neue Personen zu gewinnen, die bereit sind einen Anlass zu begleiten oder zu assistieren. Alle «Neuen» heissen wir herzlich willkommen. Ich bin überzeugt, dass das Programm des insieme Träffs mit dieser neuen Organisation noch bunter und vielfältiger wird. Für alle sollte so etwas dabei sein.



Im kommenden Jahr 2022 sind viele spannende und interessante Anlässe geplant. Weitere Informationen finden sich auf der Webseite.



Markus Fischli, Leiter insieme Träff

### Liebe Grüsse aus den insieme-Heiligenschwendi-Ferien

Karten schreiben an die lieben Zuhause-Geblienen ist ein wichtiger Programmpunkt. Im Hotel Bellevue wurde dieses Jahr endlich gefeiert, was letztes Jahr nicht stattfinden konnte: 15 Jahre wunderschöne insieme-Ferien im Bellevue mit bester Sicht auf den Thunersee. 21 Menschen mit Handicap erlebten dieses Jahr 14 Tage mit 7 Begleitpersonen in



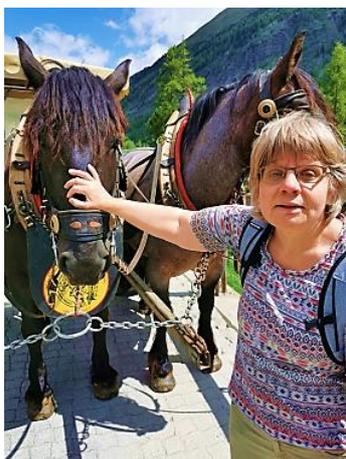
Heiligenschwendi. Die Kartengrüsse beschreiben die Ferienerlebnisse: «Ich fuhr auf der Lötschberg im Brienersee»; «wir waren heute im Freilichtmuseum Ballenberg»; «das Essen ist mega fein»; «gestern Abend waren wir in der Sternwarte Sigriswil»; «heute bin ich im Neuhaus Interlaken zur Ruine gewandert»; «Am Abend haben wir gesungen»; «ich schwamm im Thunersee»; «wir haben Minigolf gespielt – ich habe gewonnen»; «das Schloss Hünegg war sehr interessant»; «ich habe in der Turnhalle Goldiwil den «Vita-Parcours» gemacht»; «ich habe Abtrocktüchli gedruckt»; «wir machten ein Klangschalenatelier»; «ich habe getrommelt»; «die Gesichtsmaske hat gutgetan»; «wir waren am Waldfest in Ersigen, da hat Panissimo gespielt. Wir haben getanzt»; «Gilbert und Oleg waren lustig...»; «ich war auf dem Riesenrad».



Eva-Maria Fischli-Hof, Vizeleiterin Heiligenschwendi-Ferien

### Ferienangebot Pontresina 2021

Landschlacht TG, Tschier GR, Filzbach GL, Davos GR, Locarno TI, Crans Montana VS, Weggis LU sind die Ferienorte, welche wir seit 2014 in der Schweiz besuchten. Es zeigt sich, dass wir ein reisefreudiges Publikum haben. Das bewegt unser Ferienteam jedes Jahr aufs Neue, nämlich ein spannendes Reiseprogramm auf die Beine zu stellen. Und Solothurner reisen gerne ins Bündnerland. Die Ferien 2021 fanden auf sehr hohem Niveau zwischen 1800 und 3400 Meter über Meer statt. Das Basis-Lager war das Hotel Engadinerhof in Pontresina. Von hier aus schwärmte die Gruppe zu den verschiedenen Sehenswürdigkeiten aus. In bester Erinnerung bleibt sicher die Fahrt im Pferde-Omnibus ins Val Rosegg und die Wanderung zurück. Eindrücklich war auch der Lehrpfad Richtung Morteratsch-Gletscher. Das war Umweltbildung pur: Wir sahen, wie sich durch die Klimaerwärmung die Eismassen weit zurückgezogen haben.



Die Himmelsline auf der Diavolezza vom Piz Cambrena, Piz Palü, der Bellavista bis zum Piz Bernina ist nicht zu toppen. Einer alleine glaubt es nicht, zwanzig haben es bewundert. Im Puschlav liegt ein Schiff vor Anker, welches

vor über hundert Jahren im Urnersee umherkurvte und vor noch gar nicht langer Zeit dann als «Öufi-Boot MS Jurablick» Aare auf- und abwärts fuhr. Aus Kapazitätsgründen wurde es verkauft und trat seine Reise über zwei Alpenpässe an. Wir buchten auf dem Lago di Poschiavo also eine Kreuzfahrt. Als «Solothurner» mussten wir diesem Schiff doch einen Besuch abstatten. Es gäbe noch viel aus dem sonnigen Oberengadin zu erzählen. Aber «nach den Ferien» heisst auch «vor den Ferien» oder ab jetzt – die längst dauernde Vorfreude: Fürs kommende Jahr kann man bereits üben, wenn's heisst: «Sönd Wöllkomm ds Gääs im Appezöll, det wöreds sicha nid veläädelig, mir wärde denn prichte und denn sicha gleent ha, was e Tasse Taghüfflithee isch und villedt entschlipft denn öppe mal em eente oder andre es Rugguseli.» Sönd = sind; Wöllkomm = Willkommen; Gääs = Gais; veläädelig = langweilig; prichte = berichten; gleent = gelernt; Taghüfflithee = Hagebuttentee; eente = eien; Rugguseli = kleiner Jauchzer

Der QR Code dient zur guten Vorbereitung verbunden mit herzlichen Lachern ...

Renzo Haldemann, Reiseleiter insieme



### Vom Jugendträff

Unsere Jugendlichen sind inzwischen zu einem super eingespielten Team geworden. Die Anlässe werden gerne und mit Freude besucht, ob in unserem Lokal im Alten Spital oder im September beim Minigolf spielen im Sportzentrum Zuchwil. Doch ihr absolutes Highlight war der Ganztagesausflug nach Luzern ins Verkehrshaus. Die Begeisterung war gross, das Entdecken und Erleben der verschiedenen Ausstellungsbereiche, wie auch das Planetarium sorgte für grosse Augen, waren doch die meisten noch nie im Verkehrshaus!



Nach der Fahrt mit dem Bähnli durch die Swiss Chocolate Adventure wurde im Shop das Taschengeld gewinnbringend in Schokolade investiert ☺!

Jetzt freuen wir uns noch auf den Weihnachtsanlass und dann aufs neue Programm 2022.

Herzliche Grüsse und schöne Adventszeit  
Linda Marti & Ruth Nussbaumer, Leiterinnen Jugendträff

### Von den Kids

Ein neues Angebot startete am 30. Oktober und richtet sich an Kinder zwischen 6 und 12 Jahren mit und ohne Beeinträchtigung. Mit sieben Kindern gingen wir mit dem Zug nach Crémises in den Sikypark. Um einen Überblick zu erhalten, begannen wir mit einer kleinen Rundfahrt mit dem Siky Express. Das Wetter war bewölkt und ab

und zu verirrt sich ein paar Regentropfen in das kleine Tal. Dafür waren fast keine anderen Besucher im Park, was uns freie Sicht in die Tiergehege bescherte. Gefunden haben wir viele einheimische Tiere, wie den Luchs, Schwäne, Pferde, Ziegen und viele mehr. Speziell waren die weissen Wölfe. Auch exotische Tiere wie den Pfau oder eine Schneeeule entdeckten wir. Nach den ersten Erkundungen knurrten langsam die Mägen und wir machten uns daran auf dem Picknickplatz die Grillstelle einzufeuern, um unsere Cervelats und Würste zu bräteln. Während der ganzen Zeit wurden wir dabei von einem Rudel Wölfe beobachtet. Der Zaun dazwischen war sehr beruhigend. Gestärkt besuchten wir die restlichen Tiere: Ein Löwenhepaar, Affen, Tiger und Papageien. Dann gelangten wir zu den Ziegen, welche wir von Hand füttern konnten. Teilweise etwas stürmisch freuten sich die Geisslein über das zusätzliche Futter. Man hätte meinen können, dies sei die erste Mahlzeit seit langem.



Es war ein gelungener Auftakt für das neue Angebot von insieme Solothurn und wir hoffen, dass unser junges Publikum auch in Zukunft fleissig an den Ausflügen teilnehmen wird. Wir freuen uns jedenfalls schon jetzt auf den nächsten Ausflug im 2022.



Christoph Kläntsch, Leiter Kidsträff

## Vom Elternkaffee

**Elternkaffee**

**insieme - gemeinsam**  
für Eltern mit kleinen Kindern

ein Treffpunkt zum Austauschen

sich verstanden fühlen  
gegenseitig stärken

Lösungen suchen

Mut machen

die guten Seiten sehen

sich verbünden

Wissen austauschen

regionale Angebote aufzeigen

Hilfen anbieten

**insieme- gemeinsam**

Das Elternkaffee ist unser neues Angebot für Eltern mit kleinen Kindern.

Jeden zweiten Donnerstag im Monat treffen wir uns in unserem Kurslokal im



Alten Spital. Mit einer Spielecke für die Kinder und Getränken für die Erwachsenen finden sich immer wieder gute Themen zum gemeinsamen Austausch.

Kerstin König, Gastgeberin Elternkaffee

## Ponynachmittage

... Am Anfang war ein Gedanke da, der sich durch den Kontakt in der Hippotherapie ergeben hatte. Das neue Angebot von insieme Kids „inklusive Ponytage“ konnten wir im Mai starten. An insgesamt neun Tagen bis in den September hinein, teilweise vor- und nachmittags trafen sich zehn Kinder und ihre Geschwister oder Freunde mit und ohne Beeinträchtigung auf dem Ponyhof.

Aus verschiedenen Sonder- und Regelschulen der Region Solothurn und Balsthal war die Kindertruppe buntgemischt und gut besucht.

Nach der Begrüssungsrunde ging es jeweils zügig los: „Kann ich den Stall misten?“ „Ich möchte auf das schwarze Pferd?“ „Wie heisst das schwarze Pferd?“

Die immer gleichbleibenden Abläufe unterstützten die Kinder im selbstständigen Tun, wie dem Holen der Putzbox oder Versorgen der Utensilien zum Misten. Nach dem Stallmisten wurden gemeinsam die Ponys von der Koppel geholt. Die Putzboxen von Cliff, Roxy, Levi, Fabiola und Azalea wurden geschwind herbeigeholt und in Zweiertteams waren die Kinder mit den Ponys und deren Pflege beschäftigt. „Welches Werkzeug benötige ich wofür?“ „Wie kratze ich die Hufe aus?“ Mit der Zeit wurden die Kinder immer sicherer, die Mähnen immer kreativer mit Haargummis geflochten und die Ponys glänzten vor Sauberkeit.

Zwischendurch blieb immer genug Zeit zum Innehalten mit den Ponys, anuscheln, Körperkontakt suchen, die Wärme oder den starken Rücken des Ponys zum Ausruhen spüren und die Eigenheiten der Ponys kennenlernen.

Nachdem die Ponys gestriegelt waren, ging die eine Hälfte der Gruppe zum Reiten. Im Parcours konnten sie ihre Geschicklichkeit ausprobieren oder beim Ausritt Richtung Wald und Teich den Blick schweifen lassen.

Die andere Hälfte der Gruppe hatte Freispielzeit auf dem Spielplatz oder es wurde auf den Holzpferden fleissig



geübt. Es gab auch verschiedene Kreativangebote: Stofftaschen wurden bemalt, Pferde gebastelt, Mandalas ausgemalt, Rätsel gelöst, Äpfel von den Bäumen gepflückt und mit vereinten Kräften leckeren Süssmost hergestellt. Immer wieder in neuen Konstellationen und dennoch vertraut, blicken wir zurück auf gelungene Ponytage, mal mit Regen, mal mit Sonnenschein, ein tolles Helferteam und viele glückliche Augen.

Die Termine für das nächste Jahr sind bereits geplant und wir freuen uns auf bekannte und neue Gesichter.

Kerstin König, Initiatorin inklusive Ponytage

## Gedanken zu insieme



Es ist eines meiner Lieblingslieder und immer wieder treffend, wenn ich an meinen Sohn, meine Familie und Freunde und an **insieme Solothurn** denke.

Die Liebe zueinander und für unsere Menschen mit Beeinträchtigung: Sie trägt uns über schwere Zeiten und stärkt uns kraftvoll,

unseren Weg zu gehen.

Danke **insieme! Gemeinsam!** Und dieses kleine Wort «**gemeinsam**» habe ich in den letzten sechs Monaten so oft gesagt. Habe so oft den Zusammenhalt und die Energie gespürt, wenn sich gute Ideen, gelungene Anlässe und anpackende Hände vereinten. Merci viel vielmals.

Der Liedtext «Für die Liebe» von Berge geht mir nahe:

«Wir haben die Wahl.

Wir können im Gleichschritt mitmarschieren oder unserer Stimme folgen und aufhören, nur zu funktionieren. Wir haben die Wahl.

Wir könnten auch mal was riskieren.

Wir könnten uns verletzlich zeigen und die Hoffnung nicht verlieren. Wir können es versuchen, anstatt gleich aufzugeben und uns Mut machen, die guten Seiten sehn.

Uns verbünden, statt aufeinander loszugehen.

Wir können wählen.

Ich entscheid' mich für die Liebe und für die Menschlichkeit. Denn nur wer nicht geliebt wird, hört auf, ein Mensch zu sein.

Ich entscheid' mich für den Frieden und ich hör' immer auf mein Herz.

Wir sollten anfangen, uns zu lieben.

Ich weiss genau, wir sind es wert.

Es ist mir egal, wie oft ich selbst den ganzen Hass, das ganze Leid am eigenen Leib erfahren hab'.

Es ist mir egal, denn wir haben die Wahl, die ganze Wut und all die Ängste abzulegen, unsere Feinde zu umarmen und uns selber zu vergeben.

Lasst uns zusammenführen, was längst zusammengehört.

Und nie wieder wegsehen, sondern voneinander lernen.

Und wenn es das Letzte ist in dieser kalten harten Zeit.

Ich bleib' weich.

Ich entscheid' mich für die Liebe und für die Menschlichkeit.

Denn nur, der nicht geliebt wird, hört auf, ein Mensch zu sein.



*Ich entscheid' mich für den Frieden und ich hör' immer auf mein Herz. Wir sollten anfangen, uns zu lieben.*

*Ich weiss genau, wir sind es wert.»*

Kerstin König, Co Präsidentin insieme Solothurn

## Aktuell

Mitbestimmung und Selbstbestimmung werden bei insieme Solothurn GROSS geschrieben. Im insieme Lokal werden vor Abstimmungswochenenden im Rahmen des insieme Träffs Diskussionsrunden veranstaltet, der der Meinungsbildung dienen. Mitreden ist wichtig. Wir richten uns entsprechend nach der UN-Behindertenrechtskonvention. Sie kann auch in «leichter Sprache» hier heruntergeladen oder gelesen werden.



## Und sonst ...

Als Buchempfehlung teilen wir hier das Inserat zum Ratgeber von Procap: «Was steht meinem Kind zu?».

Ein Auszug aus dem Buch zum Thema «Assistenzbeitrag» und ein Merkblatt sind zum Download aufbereitet auf [www.procap.ch](http://www.procap.ch) unter Publikationen. Auch sonst herumsurfen auf der Procapwebsite ist informativ.



Was steht meinem Kind zu?  
Ein sozialversicherungsrechtlicher Ratgeber für Eltern von Kindern mit Behinderung

procap

procap



## Save the date

Die Jahresprogramme vom Kids Träff und insieme Träff liegen dieser Beilage bei.

## Danke sagen wir

... für die vielen Drucksachen, die WAM kostenlos und rasch für uns produziert.

ING  
**WAM**  
Planer und Ingenieure AG

... für die grosszügige Unterstützung, dank derer wir im Sommer Ferienangebote durchführen und Menschen mit Handicap frohe, schöne Ferientage bieten konnten. Ohne die Zuwendungen wären viele unserer Aktivitäten unmöglich.

**STIFTUNG DENK AN MICH**  
Ferien und Freizeit für Menschen mit Behinderungen

... für weitere Spenden und Menschen, die immer wieder an insieme Solothurn denken und die Angebote unterstützen.

## Impressum

Christoph Kläntzchi, Vizepräsident, Website-Maker, Kids Träff Leitung  
Eva-Maria Fischli, Co Präsidentin, Ferienangebote, insieme Träff, Redaktion  
Kerstin König, Co Präsidentin, inklusive Ponytage, Elternkaffee, Kids Träff  
Linda Marti, Jugendträff Leitung  
Markus Fischli, Koordinator insieme Angebote, Ferienangebote  
Renzo Haldemann, insieme Reiseleiter  
Ruth Nussbaumer, Jugendträff Leitung