

Plusport 

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

1/2023

Punkt
Point
Punto





26
École de recrues

6
Spitzensport Rekrutenschule



15
Praxis+ fit4future



30
Giornata PluSport

10
PluSport-Tag



25
Journée PluSport

20
Von 4000ern angetan



4
4 x Silber im Gepäck

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 16 300 Ex. Abonnement Fr. 22.– pro Jahr/par an. Redaktion/rédaction: Hanni Kloimstein und Caroline Hassler. Übersetzungen/traductions: Supertext. Fotos/Photos: Baspo, Gabriel Monnet, ETF, by bern welcome, ETH, J+S, fit4future, STV, Stefan Wermuth, PluSport und weitere. Inserate/annonces: PluSport. Produktion/production: Cavelti AG, 9200 Gossau.

Unsere Partnerorganisationen
Nos organisations partenaires
Le nostre organizzazioni partner



Ein nahender Abschied



In wenigen Monaten, Ende Juli 2023, werde ich meine CEO-Funktion auf eigenen Wunsch an eine:n Nachfolger:in übergeben. Seit fast zwei Jahrzehnten bin ich dann untrennbar mit PluSport verbunden gewesen. Was für eine lange, bereichernde Zeit! Bei keinem anderen Arbeitgeber war ich länger tätig, dabei gelte ich eher als treue Seele mit hoher Konstanz.

Der Anfang war jedoch alles andere als einfach. Im Jahr 2004 hatte der Verband mit einigen handfesten Problemen zu kämpfen: Eher zu wenig Vertrauen seitens der Mitglieder, mit der Tendenz, die BSV-Administration über die Mitglieder-Dienstleistung zu stellen, eine teils zerrüttete Harmonie unter den Mitarbeitenden auf der Geschäftsstelle und gegenüber dem Vorstand, sinkende Einnahmen und deshalb eine strukturelle Defizitsituation. Ich, der aus der Privatwirtschaft kam, konnte nie ganz verstehen, wie eine so sinnstiftende und wichtige Organisation solche Probleme haben konnte. Es war wie ein kollektives Versagen.

4 Jahre und 3 Geschäftsführer später erhielt ich das Vertrauen, das Schiff ganz übernehmen zu dürfen. Mit einer neuen Geschäftsleitung und der starken Unterstützung von Hanni – wir verstanden uns in wichtigen Fragen quasi blind – drehten wir im Laufe der folgenden Jahre Stein um Stein. Im Zentrum der Reformen standen die neue Mitglieder- und Dienstleistungsorientierung (mit Mitarbeitenden, die das verstanden), eine professionelle Zusammenarbeit und Rollenteilung

zwischen Geschäftsleitung und Vorstand, die weitere Stabilisierung der Finanzen mit Reserverbildungen, sowie verschiedene Reformen in der Verbandsführung.

19 Jahre später übergebe ich einen kerngesunden Verband, der intern und extern ein hohes Ansehen genießt, der sich kontinuierlich weiterentwickelt und neuen Entwicklungen immer offen gegenüberstand. Gegen 50 angestellte Mitarbeitende, die für unsere Organisation Feuer und Flamme sind und immer wieder die Extrameile gehen. Was wünscht man sich mehr? Mir fällt nichts ein, ich bin stolz auf unser ganzes Team, auf unsere Organisationskultur und die hohe Innovationsoffenheit. Meinem Nachfolger und allen unseren Mitgliedern und Mitarbeitenden wünsche ich nur das Allerbeste. Auch wenn ich die Brücke bald verlasse: mit PluSport werde ich mein ganzes Leben lang weiter verbunden bleiben – mit meinen allerbesten Gefühlen!

René Will, CEO PluSport



4 × Silber im Gepäck

Die Schweizer Para-Skifahrer kehrten von der WM in Spanien mit vier Silbermedaillen nach Hause. Slalom-Spezialist Thomas Pfyl blickt etwas wehmütig auf sein letztes WM-Rennen.

Von oben und links nach rechts: Robin Cuche, Théo Gmür, Olivia Stoffel, Cla Lanicca, Mauritz Trautner, Jan Andereg, Thomas Pfyl.

Robin Cuche holte den ersten Schweizer Vize-Weltmeistertitel in Espot, es folgten zwei weitere. Die Freude war gross, auch wenn der Neuenburger nach vier Weltcupsiegen in Veysonnaz mit Gold liebäugelte. Für Théo Gmür war die gesamte WM eine Achterbahnfahrt. In den Speedrennen lag er unter seinen Erwartungen, im Riesenslalom führte er im ersten Lauf und holte am Ende Silber. Mit etwas Wehmut kehrte der Schwyzer Thomas Pfyl in die Schweiz zurück. Er konnte an der WM im Slalom nicht ganz das vorgenommene Resultat erzielen. Jedoch die Freude über den schönen Empfang im Ziel seines letzten WM-Rennens überwiegte. Ende Saison tritt er nach zwei Jahrzehnten vom Spitzensport zurück. Er blickt auf viele schöne Erlebnisse und Reisen zurück: «Am meisten werde ich das Familiäre vermissen. Wir sind eine grosse Familie.»

Gelebte Inklusion im Skisport

Ende Dezember konnten die beiden Brüder Robin und Remi Cuche gemeinsam in Veysonnaz trainieren. Robin ist Mitglied im Para-Skiteam und bestreitet erfolgreich FIS Para-Weltcuprennen. Remi fährt im FIS Europacup mit. Das gemeinsame Training vom Swiss Para-Skiteam und Swiss Ski ist eine Bereicherung für alle und ein wichtiger Schritt in Richtung Inklusion.



Brüderduo: Remi Cuche – Europacup-Team von Swiss Ski – und Robin Cuche – Swiss-Para-Skiteam PluSport.

Newcomer mit grossen Zielen

Bastien Murith – «Beim Schwimmen lebt mein Traum weiter.»

Wie ein Fisch im Wasser, so fühlt sich die ehemalige Skicross-Nachwuchshoffnung Bastien Murith, seit er vor rund einem Jahr seine ersten Bahnen im Wasser als Teil des Schwimm-Nationalteams von PluSport gezogen hat. Aufgewachsen ist Bastien in der Nähe von Bulle FR. Sport spielte in seinem Leben schon immer eine bedeutende Rolle. Früh begann er auf lokaler und regionaler Ebene erfolgreich Skirennen zu bestreiten, und mit 15 Jahren wechselte er an die Sportschule des Gymnasiums Brig. Nach einer Verletzung verlor er den Anschluss und musste sich eingestehen, dass eine Karriere an der Weltspitze ein Traum bleiben würde. Er versuchte es aus Neugierde mit Skicross und war sofort erfolgreich. Doch dann kam plötzlich alles ganz anders. Weil er an die Stunden unmittelbar vor und nach dem Unfall kaum noch Erinnerungen hat, nahm er sein Schicksal bewundernswert schnell an: «Ich wusste, dass ich gelähmt war. Als ich nach der OP wieder zu mir kam, glich es fast schon einer Wiedergeburt. Für mich war das der Tag Null meines zweiten Lebens. Daran, dass dieses ohne Sport verlaufen könnte, dachte ich keine Sekunde.» Auf Einladung von PluSport versuchte er es wieder mit Skifahren. Diese Welt fühlte sich aber nicht mehr richtig an. Aber Schwimmen sagte ihm zu. Sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit und ohne Hilfsmittel mit anderen zu messen, rückte für ihn in den Vordergrund. Der heute 27-Jährige ist sehr dankbar, weiterhin von einer Sportkarriere bis hin zu den Paralympics träumen zu dürfen.



Sandro Bohnet – «Meinen Traum vom Snowboarden lasse ich mir nicht nehmen.»

«Wenn die Prothese so funktioniert, wie ich mir das vorstelle, kann Olympia zum Thema werden». Sandro Bohnet hat ein Bein an eine Krankheit verloren. Den Traum vom Snowboarden aber lässt er sich nicht nehmen. 24. November 2022: Erstmals überhaupt steht Sandro Bohnet am Start eines Para-Snowboardrennens. Im holländischen Landgraaf wird ein sogenannter Banked-Slalom gefahren. Dabei ist ein Parcours mit erhöhten Kurven zu meistern. Es ist so etwas wie die Urform des Snowboardens und vermittelt während der Fahrt dieses einzigartige Lebensgefühl. Bohnet wird zweimal Zweiter. Die Podestplätze machen Appetit auf mehr – aber es sind einige Hürden zu nehmen. Doch der sportliche junge Mann hadert nicht. Er ist froh, wieder gesund zu sein und er will vor allem eines: zurück aufs Snowboard und an die Paralympischen Winterspiele in Cortina.



Beide vollständigen Geschichten unter plusport.ch/+punkt1-23.

Tenue grün mit Velo

Seit sich Flurina Rigling im Herbst 2019 für eine Karriere im Para-Cycling entschieden hat, sammeln sich die Auszeichnungen bei der 26-jährigen Zürcherin. Inzwischen sind es acht WM-, vier EM- und sechs SM-Medaillen. Nun bereitet sie sich in der Spitzensport-RS in Magglingen auf ihre weiteren Ziele vor.



«Im Achtung wird nicht gelacht!» Sofort ist es im Zug Bader der Spitzensport-RS 79-2-22 still. Die Rekrut:innen warten in Achtung-Stellung auf ihre nächsten Befehle. Nach der intensiven dreiwöchigen Grundausbildung haben die RS-Absolvierenden nun jeweils im Anschluss an die vormittägliche Ausbildung mehr Zeit fürs Training. Flurina Rigling ist das nur recht: «Im Alltag organisiere ich immer alles um meine Trainingsblöcke herum. Hier muss ich alles um die RS herum planen. Das ist eine echte Herausforderung.»

An die Fremdbestimmung in der RS musste sich Flurina erst gewöhnen. «Es ist für mich eine Erfahrung, die mich weiterbringen wird. Ich vergleiche es mit einem Austauschsemester.»

Flurina Rigling mit Kommandant Marco Mudry.



...und es folgt Tenue grün mit Snowboard

Irgendwie ist es für Aron Fahrni heute noch manchmal überraschend, dass er im Spitzensport gelandet ist. Der Berner Mittelländer aus Oberthal war 2020 bei einem J+S-Kurs im Snowboard. Plötzlich stand Nationalcoach Silvan Hofer vor ihm und fragte, ob er nicht Lust hätte, mal in einem Trainingslager vorbeizuschauen. «Ich hab Silvan aber noch ein Jahr warten lassen», sagt Fahrni und lacht dabei. Im Januar 2021 war es so weit, er erlebte seine erste Trainingswoche und fand,

dass sich das – auch mit dem gesamten Team – doch ganz gut anfühlte. Seither ist er mit dabei. Und zwar so ambitioniert, dass er es bereits in die Spitzensport-RS geschafft hat. Im April 2023 wird Aron in Magglingen einrücken.

Die Sportförderung über die Rekrutenschule wird für unsere Athlet:innen immer realer. 2024 stehen bereits zwei weitere auf der Warteliste. Wir bleiben dran.

Die Armee bekennt sich zur Inklusion


Seit Dezember 2020 ist Marco Mudry Kommandant des Kompetenzzentrums Sport der Armee in Magglingen. Unter ihm erhalten Para-Sportler:innen Zugang zur Spitzensport-RS – ein wichtiger Schritt in Sachen Inklusion.

Was bedeutet es, Kommandant des Kompetenzzentrums Sport der Armee zu sein? Es ist eine grosse Ehre und Freude, das Kompetenzzentrum Sport der Armee in Magglingen zu führen. Wir erfüllen dabei mehrere Aufgaben. Dazu gehören die Kaderausbildung der Militärsportleiter-Instruktoren, Sportkurse in der Armee und die Förderung des militärischen Spitzensports.

Erst seit November 2021 haben die Para-Sportler:innen Zugang zur Spitzensport-RS. Dass wir Para-Sportler:innen in die Spitzensport-RS aufgenommen haben, ist ein bedeutender Schritt in der Spitzensportförderung der Armee und ein grosser Schritt Richtung Gleichstellung. Die Athlet:innen sind Vorbilder und Türöffner für Menschen mit körperlichen Einschränkungen, die gerne Militärdienst leisten möchten.

Welche Bedeutung hat die Spitzensport-RS für den Behindertensport? Der Behindertensport hat sich in den vergangenen Jahren stark entwickelt und an nationaler und internationaler Bedeutung gewonnen. Seit 2021 haben auch diese Athlet:innen die Chance, von der Spitzensport-RS zu profitieren, um mit der rasanten Entwicklung mithalten zu können. In der Spitzensportförderung der Armee geht es hauptsächlich um die Förderung von Athlet:innen, die Behinderung spielt dabei keine Rolle.

Haben Sie erste Erfahrungswerte von RS-Teilnehmenden? In drei Spitzensport-Rekrutenschulen seit Herbst 2021 haben die Leichtathletin Elena Kratter, die Rollstuhlsportlerinnen Nalani Buob und Catherine Debrunner, die Para-Cyclerin Flurina Rigling sowie die beiden Handbiker Fabian Recher und Felix Frohofer die 18 Wochen in Magglingen absolviert oder sind noch dran. Es hat sich gezeigt, dass die anderen Sportler:innen von



«Para-Athlet:innen in der Spitzensport-RS sind Vorbilder und Türöffner für andere Menschen mit körperlichen Einschränkungen.»

ihrer Teilnahme profitieren. Sie sehen, dass ihre Kolleg:innen gleich hart trainieren oder dass sie diese in entscheidenden Momenten unterstützen können. Besonders eindrücklich war in der laufenden RS ein halbtägiger Sensibilisierungskurs im Rollstuhlsport, den ein Team von PluSport mitorganisiert hat.

Wie gestaltet sich die Zusammenarbeit mit PluSport? Eine umfassende Zusammenarbeit ist bereits im Gange. PluSport hat im OK der CISM Military World Winter Games 2025 Einsitz, damit keine Aspekte der Barrierefreiheit und der Gleichstellung vergessen gehen.

Das ganze Interview finden Sie auf plusport.ch/mudry



PluSport gestaltet die Zukunft aktiv und treibt die Inklusion voran. Von links: Daniela Loosli, Carole Pauli, Reto Planzer

Ob Verein oder Unternehmen – jede Form einer organisierten Gruppe ist einer Veränderungskultur unterworfen. Das sind zum einen die Prozesse, die sich intern abspielen durch neue Voraussetzungen im Unternehmen. Oder auf PluSport und seine Mitgliederclubs bezogen z. B. neue Angebote, weniger Mitglieder oder fehlende Leitende und zum anderen durch äussere Entwicklungen wie Megatrends und soziokulturelle Trendentwicklungen, die auch Sportvereine zum Handeln zwingen. (Auszug aus dem Workbook «Sportverein 2030», mit Leser:innen-Rabatt bestellbar unter plusport.ch/sportverein2030.)

«Schweizer Sportsystem im Wandel – PluSport mittendrin»

Das war der Titel der diesjährigen Entwicklungskonferenz im Januar im Haus des Sports. Wie verändert sich die Gesellschaft und welche Auswirkungen haben diese auf die Vereine und den Sport? Welche Bedürfnisse können die Clubs

decken, um Leitende und Sporttreibende anzusprechen? Diese und viele weitere Fragen wurden in den Workshops rege diskutiert und Massnahmen entwickelt.

Wo sieht sich PluSport in Zukunft?

PluSport hat sich mit einer Mittel- und Langfrist-Strategie sowie einer neuen Struktur im Dachverband positioniert und übernimmt eine führende Rolle in der Umsetzung von inklusiven Sportangeboten – seien es eigene, Kooperationen oder in der Beratung von Sportverbänden im Regelsport. Unsere jungen Inklusions- und Ausbildungsexpert:innen zeigten auf, wo sich PluSport schon aktiv bewegt und in welche Felder der Dachverband noch weiter vorstossen wird. Eine spannende Reise über Kooperationen mit dem Regelsport, Wissensvermittlung an Hochschulen und Sensibilisierung bei verschiedensten Partnern.

Wieder hat die Entwicklungskonferenz neue Impulse gesetzt und gezeigt, dass Veränderungen auch Chancen bieten, wenn man die Zukunft aktiv angeht.

Metatrends
© zukunftsinstitut.de

-  **INDIVIDUALISIERUNG**
-  **GENDER SHIFT**
-  **SILVER SOCIETY**
-  **WISSENSKULTUR**
-  **NEW WORK**
-  **GESUNDHEIT**
-  **NEO-ÖKOLOGIE**
-  **KONNEKTIVITÄT**
-  **GLOBALISIERUNG**
-  **URBANISIERUNG**
-  **MOBILITÄT**
-  **SICHERHEIT**

PluSport-Tag 2023

Wir sind schon bereit für den 9. Juli 2023 in Magglingen. Der diesjährige nationale Sporttag bietet wieder eine breite Sport-Palette. Das Kernsport-Angebot wird gegenüber 2022 um einige Disziplinen erweitert.



9. Juli
2023

Die Teilnehmenden können bei Schnupper-Workshops die Gelegenheit nutzen, neue Sportarten oder Disziplinen auszuprobieren. Der Differenz-Parcours sowie das Differenz-Schwimmen werden als Einzel-Wettkampf geführt, Fit+Fun als Gruppen-Wettkampf. Beim Fussball-Turnier kämpfen die Mannschaften um den begehrten Pokal. Beim Rahmenprogramm messen sich unsere Promi-Fussballer:innen, und zahlreiche Partnerorganisationen präsentieren sich im Partnervillage. Wir freuen uns auf eine grosse Teilnehmer:innen- und Gästeschar, auf gemeinsamen Erlebnisse und starke Emotionen.

Die Details zum Anlass werden in Kürze auf der Website aufgeschaltet: plusport.ch/plusport-tag2023.



IFSC Climbing World Championship in Bern



Jetzt
Tickets sichern!



Jetzt Ticket ergattern! Erste inklusive Kletter-WM vom 1. bis 12. August 2023 in Bern. PluSport freut sich jetzt schon auf attraktive Wettkämpfe in der PostFinance Arena. Buchen Sie heute schon Ihre Tickets und profitieren Sie von einem 20%-Rabatt mit dem Code: PluSportWM23 über den QR-Code.



Plusport-Tag 2024

Auch im 2024 wird Plusport seine Breitensport-Wettkampfgeschichte und den Höhepunkt für alle Plusportler:innen wieder in Magglingen feiern.

Ab 2024 will der Dachverband den Plusport-Tag grundsätzlich alle zwei Jahre durchführen. In den ungeraden Jahren wird mit der IG Sport + Handicap der Fokus auf die nationalen und kantonalen Sportfeste gelegt und weitere Grossevents in der Planung berücksichtigt. Ganz im Sinne der Inklusion, aber auch der Bedürfnisse unserer Sportler:innen.



7. Juli
2024

Eidgenössisches Turnfest Lausanne 2025

2025 wollen wir eine starke Präsenz markieren an der 77. Ausgabe des Eidgenössischen Turnfestes in Lausanne. Plusport, Procap und SPV/Rollstuhl-sport Schweiz sind aktuell in der Planungsphase.

Zusammen mit den OK-Verantwortlichen des ETF 2025 loten wir die Möglichkeiten und Chancen aus. Die ETF-Verantwortlichen wie auch die Stadt Lausanne verfügen über grosse Erfahrungen punkto Inklusion, und die Zusammenarbeit mit kompetenten Partnern ist bereits gesetzt. Ein Feuerwerk der Diversität, Vielfalt und Solidarität erwartet euch. Weitere Informationen folgen unter plusport.ch/etf2025

Bis dahin stehen beim STV weitere Regional- und Kantonal-Turnfeste auf dem Programm. Die Plusport-Checkliste für förderliche Inklusionsfaktoren und Massnahmen unterstützt euch bei Planung und Teilnahme. Ausführlichere Informationen unter plusport.ch/+punkt1-23.



12. bis 22. Juni
2025

LAUSANNE
2025

Kooperationen nehmen zu

Die Liste unserer Partnerschaften mit der Sportverbandslandschaft wird erfreulicherweise immer länger und die Zusammenarbeit immer konkreter.



Swiss Boxing – Der Boxsport ist offen für alle

Wir wollen gemeinsam den Boxsport für alle interessierten Sportler:innen zugänglich und erlebbar machen. Die Absichtserklärung dazu wurde im Juni 2022 unterzeichnet. Im traditionsreichen Boxclub St.Gallen empfingen uns Präsidentin und Inhaberin Geraldine Brot und Präsident Swiss Boxing Andreas Anderegg zum Fitnessboxtraining. Abassia Rahmani und Philipp Handler gaben sich bei diesem Promo-Training keine Blöße. 90 Minuten lang spulten sie zahlreiche hochintensive Einheiten unter der Leitung von Geraldine ab, zusammen mit 15 anderen Boxsportler:innen.



Schweizerischer Turnverband STV – Inklusion erlebbar machen

Als Kooperationspartner arbeiten PluSport und der STV Hand in Hand. Daniela Loosli machte einen Mitarbeiter-Lunch-Input auf der STV-Geschäftsstelle, was sehr gut ankam. Ebenso begeisterte unsere Botschafterin Chantal Cavin rund 240 J+S-Expert:innen des STV mit einem Vortrag zum Thema Open Mindset in Magglingen. Alle hingen ihr an den Lippen und liessen sich von den Ausführungen mitreissen.



Juskila zum ersten Mal mit 5 PluSportler:innen

Anfang 2023 fand in der Lenk das traditionelle Juskila (Jugendskilager) mit 600 Jugendlichen zum 80. Mal statt. Erstmals wurden 5 Jugendliche mit einer Beeinträchtigung durch ausgebildete PluSportleiter:innen begleitet. Mit einer grossen Eröffnungsfeier startete das Lager mit dem Einmarsch aller Teilnehmenden nach Kantonen. Trotz warmen Wetters und Schneemangels konnten die 13- und 14-jährigen PluSportler:innen auf den alpinen und nordischen Skiern grossartige Fortschritte erzielen und eine einmalige Woche erleben.

Infos und Kontakte unter: plusport.ch/+punkt.

Ausbildung Lernmedien Inklusion J+S

Die wichtigste Zielsetzung der J+S-Agenda 2025 ist es, über das J+S-Programm durch den Ausbau der Fördermöglichkeiten mehr Kinder und Jugendliche zu erreichen und ihnen zu mehr Sport und Bewegung zu verhelfen.



Damit der Aufwand für die vielen Freiwilligen in meist ehrenamtlicher Tätigkeit geringgehalten werden kann, ist zudem die Komplexität der Programmgestaltung zu reduzieren, die Administration zu vereinfachen und die digitale Transformation des Unterrichts voranzutreiben.

PluSport ist bestrebt, sich bei den neuen Sportarten-Manuals (hier das Beispiel Swiss Aquatics) verschiedener Regelsportverbände, welche für die J+S-Ausbildungsplattform erstellt werden, mit einem Inklusionsbeitrag einzugeben. Mehr dazu unter plusport.ch/+punkt1-23.



Alles,
wirklich alles,
für Sport,
Spiel
und Spass.



alder + eisenhut

Telefon 071 992 66 33
www.alder-eisenhut.swiss



Bekleidungs-Partner von
PLUSPORT

Attraktive Vereinsrabatte! Frage bei deinem
Sporthändler nach einem Vereins-Angebot.



Hier gehts zum
Gesamtkatalog

GEMEINSAM GEWINNEN | www.erima.ch



Gemeinsam bewegt in den Schulen

«Für Kinder und ihre gesunde Zukunft» ist der Claim der fit4future foundation. Seit 2004 und in enger Zusammenarbeit mit Lehrpersonen und Eltern motiviert fit4future Kinder spielerisch zu mehr Bewegung, sensibilisiert sie für eine ausgewogene Ernährung und fördert auch ihre mentale Gesundheit.

Das Programm wird eng durch Fachpersonen begleitet und leistet schweizweit einen nachhaltigen Beitrag zur Senkung der Gesundheitskosten. Seit 2022 unterstützt PluSport die Stiftung als Kompetenzpartner für die Themenbereiche Sport mit Beeinträchtigung und Inklusion im Sport. Neben dem Kartenset «Spiel und Bewegungsformen für alle» steuert PluSport inklusive Praxismodule zu den Produkten Sportcamps, Activity Days und Kinderworkshops bei.

Gerne präsentieren wir Ihnen einen Auszug von Ideen zum Herausnehmen für den eigenen Sportbetrieb.





Wurf-Künstler:in

1. Heisse Kartoffel

Rollt euch den Ball gegenseitig aus euren Scoop-Schaufeln zu ohne dass er runterfällt. Schafft ihr es 10x nacheinander?

2. Solo

Wirf dir den Ball von unten möglichst gerade hoch in die Luft und fang ihn wieder mit der Schaufel ein. Beginne mit kleiner Höhe und steigere dich immer höher. Klappt es auch mit einer halben oder ganzen Körperdrehung?

3. Hin und her

Ihr spielt euch den Ball gegenseitig aus der Scoop-Schaukel zu. Beginnt einfach mit Zuspiel von unten und einem schönen Bogenwurf, dann steigert ihr euch und wählt schwierigere Zuspiel-Varianten.



Spazier-Spass

1. Abendspaziergang zu zweit

Ihr steht beide je auf einem Mobi und versucht miteinander zu laufen. Wer es schon besser kann versucht rückwärts zu laufen.

2. Touristen

Ihr erkundet zu zweit hüpfend neben- oder hintereinander die Stadt. Dabei wählt ihr nacheinander Sehenswürdigkeiten aus, die ihr ansteuert und danach fotografiert.



Mission impossible

1. Limbo

Zwei Kinder stehen sich gegenüber und halten 1 Gummitwist gespannt. Die Höhe bestimmt das Kind das an der Reihe ist. Schafft ihr es auf die andere Seite, ohne das Seil zu berühren?



Edelstein-Transport

1. Voorsicht!

Ihr transportiert den Edelstein von der Ausgrabungsstelle bis zum Juwelier-Geschäft. Jede:r hält sich an einem Seil fest. Während dem Laufen dreht ihr euch ständig langsam im Kreis, damit ihr die Augen nach Dieben offen halten könnt.

2. Präsentiert den Stein!

Stolz präsentiert ihr dem Publikum euren wertvollen Fund. Eine:r von euch steht auf dem Skateboard und hält den Ring mit dem Edelstein hoch in die Luft. Die anderen ziehen den/die Transporteur:in an den Seilen vorwärts.



Besuch auf dem Mond

1. Akklimatisieren

Du hast eine Reise zum Mond gewonnen. Wie du weißt, gibt es dort keine Schwerkraft. Klemm den Moonhopper gut zwischen deinen Füßen ein. Nun hüpfst du in kleinen Hopsern an Ort mit Partnerhilfe. Schaffst du es auch alleine?

2. Gemütlicher Mondspaziergang

Nun möchtest du den Mond erkunden. Du hüpfst in kleinen Hopsern gemütlich vorwärts. Lass dir von einem anderen Kind helfen, das dich an der Hand führt.

Paralympics

1. Biathlon

Mit dem Skateboard die Strecke abfahren. Vor jeder Hürde gibst du dem Skateboard einen kleinen Schubs mit dem Fuss, damit es unten durchfährt. Danach steigst oder hüpfst du über die Hürde und rollst weiter. Am Ziel angekommen versuchst du mit den Tennisingen möglichst oft die Hüte zu treffen.





Seilkünstler:in

1. Seiltänzer:in

Leg dir 2 Springseile gerade oder in einer Schlangenlinie auf den Boden. Nun balancierst du mal vorwärts, mal rückwärts und mal seitwärts hin und zurück, ohne unterwegs einen Fuss neben das Seil zu setzen. Am Seilende drehst du dich jeweils auf dem Seil um.

2. Seilakrobat:in

Aus dem Stand auf dem Seil gehst du langsam in die Hocke und stehst wieder auf. Kannst du dich sogar auf den Bauch oder Rücken legen auf dem Seil, ohne das Gleichgewicht zu verlieren? Schaffst du es auch mit geschlossenen Augen?

3. Seilkampf

Ihr steht euch zu zweit auf dem Seil gegenüber und reicht euch eine Hand. Auf «Los» versucht ihr durch Schieben oder Ziehen euch gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen. Wer zuerst einen Fuss neben das Seil setzt, verliert die Runde.

Das Programm «fit4future» unterstützt seit 18 Jahren Schulen mit einem erlebnisorientierten Angebot zu den Themen Bewegung, Ernährung und psychische Gesundheit. Über 165 000 Kinder an knapp 1000 Primarschulen profitieren heute kostenlos von der nationalen Gesundheitsförderungsinitiative. Dank der Partnerschaft mit PluSport und der finanziellen Unterstützung durch das EBGB kann «fit4future» ab 2023 ein noch inklusiveres Programm anbieten, so dass auch das Miteinander von Kindern mit und ohne Beeinträchtigungen vertieft gefördert wird. Wir freuen uns sehr, die neuen Angebote, Unterlagen und

Module den teilnehmenden Schulen in der ganzen Schweiz zu präsentieren und sie auch im Rahmen der «fit4future» Sportcamps gemeinsam mit PluSport-Botschafter:innen vor Ort zu lancieren.

Pascale Vögeli

Geschäftsführerin fit4future foundation

Mehr Infos unter: fit-4-future.ch

unterstützt von



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung
von Menschen mit Behinderungen EBGB



Eine aussergewöhnliche PluSport-Seilschaft

Die 42-jährige Claudia Schmidt ist polysportiv unterwegs und erklimmt fürs Leben gern zusammen mit ihrem Vater Karl Walliser Gipfel auf über 4000 Meter über Meer.

Claudia wohnt unter der Woche in einer betreuten Wohngemeinschaft in Wohlen und am Wochenende bei ihren Eltern in Bremgarten. Sie ist aufgrund eines Sauerstoffmangels seit Geburt geistig beeinträchtigt und hat Mühe mit Sprechen. Vater Karl erzählt: «Claudia hat unglaubliche Fortschritte gemacht und kann sich heute viel besser ausdrücken, zudem ist sie auch viel selbständiger unterwegs als früher.»

Vater und Tochter sind ein eingeschworenes Team und treiben sehr viel Sport zusammen. Vor allem haben es ihnen die Walliser Berge angetan. Kari – wie er von allen genannt wird – kommt ursprünglich aus dem Goms und verbringt immer noch gerne viel Zeit in seiner Heimat, wo er und Claudia auch im PluSport-Club Oberwallis trainieren. Karl Schmidt ist Eidg. Diplomierter Schneesportlehrer Langlauf und hat eine Zusatzausbildung als Behindertensportleiter für Schwimmen und Turnen-Gymnastik; er trainiert seit über 32 Jahren PluSportler:innen in Wohlen-Lenzburg und im Winter im Oberwallis.

Eines der grossen sportlichen Ziele von Vater und Tochter war die Besteigung des Bishorns auf 4153 Meter über Meer. Dies erforderte eine sehr gute Vorbereitung. Claudia trainiert ihre Fitness vier Mal pro Woche im PluSport-Club und andererseits bestiegen sie in den letzten Jahren Gipfel von 2000 bis 3500 Metern, um sich an die Bedingungen zu gewöhnen.

«Claudia hat einen enormen Willen», erzählt Karl Schmidt stolz. «Sie ist körperlich fit und kann gut mithalten, wo andere bereits aufgeben.»

Der Aufstieg zum Bishorn über die Tracuit-Hütte ist anspruchsvoll. Der erfahrene Bergführer Michael Szymczak und zwei weitere Kollegen kom-



plettieren die Seilschaft. Auf dem Gipfel angelangt ist die Freude grenzenlos. Es ist beinahe windstill. So können die Berggänger die Aussicht etwas länger als üblich geniessen. «Claudia hat Mühe, Emotionen in Worte zu fassen. Deshalb machen wir viele Fotos, die sie immer wieder anschauen und zeigen kann», sagt Karl Schmidt.

Claudia wird noch viele Geschichten schreiben – ganz im Sinne von Inklusion durch Sport. Und welche Geschichten schreiben eure PluSportler:innen? Melden Sie sich bei Regula Murali, murali@plusport.ch.

Patientenschneesporttag Klinik Balgrist

Gerade rechtzeitig ist es auf den Flumserbergen noch weiss geworden, denn am 22. Januar 2023 fand der Patientenskitag der Klinik Balgrist statt und konnte bei guten Schneeverhältnissen sowie winterlichen Temperaturen durchgeführt werden.



3 Kinder und 3 Erwachsene mit unterschiedlichen Beinamputationen starteten den Tag als Einsteiger bzw. Wiedereinsteiger auf Skis und Snowboard unter der Anleitung von PluSport Schneesportlehrer:innen, mit der Unterstützung von Physiotherapeuten und Orthopädietechnikern der Klinik Balgrist. Eine Gruppe von Fortgeschrittenen war in Begleitung von Verwandten im ganzen Skigebiet unterwegs. Dieser eine Skitag führte zu Weiterentwicklungen und machte viele «gluschtig» auf mehr.

Lernbaustein-Kampagne STV

Der Schweizerische Turnverband hat für die Lernbausteine «Sicherheit im Training schaffen» von Jugend + Sport eine Kampagne gestartet. Auch PluSportler Fynn Thurnheer ist mit dabei.

Neugier ist in Ordnung und Fragen sind erlaubt. Ein respektvoller Umgang und gegenseitige Akzeptanz sind eine Haltung, die im Leben wie im Sport zählen. Ich möchte so selbstverständlich Sport treiben wie alle anderen.

VIelfALT LEBEN
Fynn Thurnheer, 14 Jahre alt, Fördertraining des Nationalkader Leichtathletik, in Ausbildung zum Behindertensportleiter

«Sicherheit im Training schaffen» - Die neuen Lernbausteine von Jugend+Sport unterstützen Leitende in ihrem sportlichen Alltag mit Tipps aus verschiedenen Themenbereichen wie z.B. «Vielfalt leben». Die Lernbausteine können als E-Learning absolviert werden. Die Kampagne des STV präsentiert jede Woche einen Lernbaustein, welcher den Themenbereich Werte und Prävention umfasst.

Jetzt reinschauen und
Inputs für euer Training
holen.



PluSport-Leiterin gewinnt den Prix Sana

Auf dem Bauernhof von Maria Lopez in Bonvillars (VD) steht die Tür für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung weit offen.

Gemeinsam verbringen sie den Tag, bereiten das Essen vor und versorgen die Tiere. Das grosse Engagement hat ihr gesamtes Umfeld motiviert, mitzumachen. Zum Beispiel bei den Sportcamps für den Dachverband PluSport, die sie jedes Jahr in ihrem Chalet im Wallis organisiert.

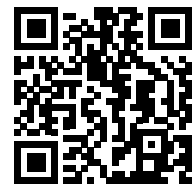
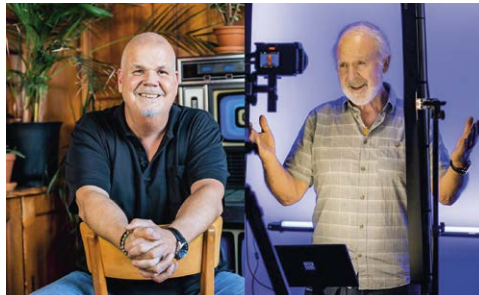
Prix Sana 2022: fondation-sana.ch



PluSport ist berührt

Der neue Benefiz-Song von Martin Wittwer & Peter Reber ist ein Geschenk an die Stiftung Denk an mich. Diesen Song gibt es als CD zu kaufen, schenken Sie ein Stück Offenheit weiter...

Alle Menschen sind gleich. Das kommt nicht nur im «Grenzalos»-Song zum Ausdruck, sondern auch im Musikvideo dazu. Mitgewirkt haben über 70 Menschen mit und ohne Behinderungen. Zusammen machen sie «Grenzalos» akustisch und optisch zu einem herzerwärmenden Erlebnis. Ob im Musikvideo oder im Making-of: Es ist berührend zu sehen, was entsteht, wenn Menschen gemeinsam Grenzen überwinden.



Making of und CD kaufen

Wir setzen uns für Prävention ein

PluSport unterstützt mit der IG Sport & Handicap ein Projekt zu Alkoholprävention im Behindertensport (Umsetzung Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung ISGF).

Zu Bewegung und Sport gehört unausweichlich das Soziale vor und nach dem Sport. Das Zusammensein ist aber nicht immer nur positiv und ungefährlich, denkt man an Substanz- und Alkoholkonsum. In der ersten Phase des Projekts werden Sportler:innen mit Behinderung und Leitende interviewt. Weitere Informationen zum Projekt und Kontakt unter plusport.ch/+punkt1-23.



Wussten Sie, dass...

... die Stiftung Swiss Paralympic Committee SPC vor 30 Jahren gegründet wurde?

Auszug aus dem Jahresbericht 1993

Im Vordergrund standen dieses Jahr die Verhandlungen mit der Schweizerischen Paraplegiker-Vereinigung SPV, galt es doch, die Arbeitsgemeinschaft Swiss Paralympic Committee SPC in eine neue Struktur überzuführen.

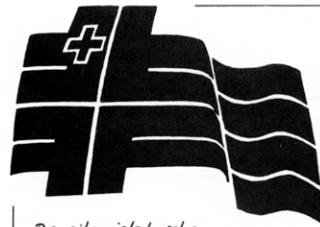
Mit der Gründung einer Stiftung Ende 93 fand eine Zeit intensiver Gespräche und grosser Vorarbeiten ihren positiven Abschluss. Damit ist ein entscheidender Schritt für die Förderung körper- und sinnesbehinderter Elitesportlerinnen und Sportler getan worden.



...dass der Schweizerische Verband für Behindertensport im Mai 1983, also vor 40 Jahren, die Anmeldung zum ETF 1984 in Winterthur ausgeschrieben hat? Lesen Sie selbst, jedoch bitte nicht anmelden, das ist längst Vergangenheit.



Am Eidgenössischen Turnfest
22.-24. Juni 1984
mit dabei!



VORANZEIGE
**Eidg. Turnfest
in Winterthur
22.-24. Juni 1984**

Bereits jetzt schon
für das Jahresprogramm 1984 vormerken:

Am Eidgenössischen Turnfest 1984 sind
auch Behindertensportler mit dabei!

Ein paar Rosinen aus dem Angebot, das gemeinsam
vom ETV (Techn. Kommission),
vom Kreisturnverband Winterthur und
vom Behindertensportclub Winterthur
vorbereitet wird:

- Behindertensport-Parcours (am Samstag, 23.6.84)
mit Rollstuhlrennen und -slalom, verschiedenen
Geschicklichkeitsspielen, Standweitsprung etc.
- Einlächfest
- Schwimmwettkampf
(es gibt Anzeichnungen zu gewinnen!)
- ev. eine eigene Feitbeiz
und vieles mehr

Also: Reise heute schon planen, denn es werden
viele Turner und Sportler erwartet!

Un au revoir proche

Dans quelques mois, à la fin juillet 2023, je quitterai, de mon propre chef, ma fonction de CEO et passerai le relais à la personne qui me succédera. Mon attachement à PluSport aura duré près de deux décennies. Une longue période qui aura été enrichissante! Je n'avais encore jamais travaillé aussi longtemps pour un employeur, même si on me considère plutôt comme quelqu'un de fidèle et de constant.

Pourtant, mes débuts n'ont pas été des plus aisés. En 2004, la fédération faisait face à de sérieux problèmes: un manque de confiance des membres dû à une tendance à faire passer l'administration de l'OFAS avant les services qui leur revenaient, un manque d'harmonie au bureau entre les collaborateurs et collaboratrices eux-mêmes et vis-à-vis du comité, des recettes en baisse et donc un contexte de déficit structurel. Venant du secteur privé, je ne parvenais pas à comprendre comment une organisation aussi utile et importante pouvait rencontrer de tels problèmes. Il régnait comme un sentiment d'échec collectif.

Quatre années et trois directeurs plus tard, on me confiait les rênes de l'organisation. Avec une nouvelle équipe de direction et le soutien indéfectible de Hanni – nous avons une confiance presque aveugle l'un envers l'autre en ce qui concerne les sujets clés, nous avons apporté des changements progressifs au cours des années suivantes. Au cœur de nos réformes, nous avons opté pour une nouvelle orientation centrée sur les membres et les services (aux côtés de collaborateurs et collaboratrices compréhensifs), une répartition des rôles et une coopération professionnelle entre

la direction et le comité, une stabilisation accrue des finances avec la mise en place de réserves, et diverses réformes touchant la direction de la fédération.

Après 19 années, je m'appête à confier une fédération en parfaite santé, jouissant d'une excellente réputation aussi bien en interne qu'en externe, qui n'a jamais cessé de se développer et s'est toujours montrée ouverte face aux changements. Près de 50 collaborateurs et collaboratrices s'investissent corps et âme pour notre organisation et donnent toujours le meilleur d'eux-mêmes. Que demander de plus? Rien de plus ne me vient à l'esprit, je suis fier de toute notre équipe, de la culture de notre organisation et de notre esprit innovant. Je ne souhaite que le meilleur à la personne qui me succédera et à tous nos membres et collaborateurs et collaboratrices. Même si je vous quitte bientôt, PluSport restera ancré en moi pour toujours. Bon vent!

René Will, CEO PluSport





Table ronde sur le thème des besoins des sportifs et sportives; de gauche à droite: Konrad Stokar, Patrick Nöthiger, Sascha Freiburghaus, Janine Geigele, Serra Göçmen.

Toute forme d'organisation est exposée aux changements culturels. D'une part, il y a des processus internes liés à de nouvelles conditions dans l'entreprise ou relatifs à PluSport et à ses clubs membres, par exemple la mise en place de nouvelles offres, la diminution du nombre de membres ou un manque de moniteurs. D'autre part, il existe des phénomènes externes, tels que les mégatendances et l'évolution des tendances socioculturelles, qui obligent également les clubs sportifs à passer à l'action. (Extrait du cahier d'exercices «Club sportif 2030», commander avec un rabais de lecteur sur plusport.ch/club-sportif-2030.)

«Le système sportif suisse en mutation – PluSport au cœur du changement»

Tel était le nom de la Conférence de développement de cette année qui s'est tenue en janvier, à la Maison du Sport. Comment la société évolue-t-elle et comment cela se répercute-t-il sur les associations et le sport? Quels sont les besoins auxquels les clubs peuvent répondre pour séduire les moniteurs et les sportifs et sportives? Voilà certaines des thématiques qui ont fait l'objet

Méga-tendances – Regard sur l'avenir

d'intenses discussions dans les ateliers, et pour lesquelles des mesures ont été développées.

Où se projette PluSport à l'avenir?

Grâce à sa stratégie ainsi qu'à la nouvelle structure, PluSport assume un rôle de leader dans la mise en œuvre d'offres d'activités sportives inclusives, qu'elles soient le fruit de son propre travail, de coopérations ou de consultations de fédérations sportives actives dans le sport valide. Nos jeunes experts en inclusion et en formation ont souligné les domaines dans lesquels PluSport agit déjà de manière active et ceux dans lesquels l'association faitière va encore progresser. Un voyage passionnant à travers des coopérations avec le milieu du sport valide, la transmission de savoirs dans les universités et la sensibilisation auprès de partenaires des plus divers.

Une fois de plus, la Conférence de développement a été porteuse de nouvelles initiatives et a prouvé que les changements sont aussi synonymes d'opportunités, pour peu que l'on participe activement à la société de demain.

Metatrends
© zukunftsinstitut.de

-  INDIVIDUALISIERUNG
-  GENDER SHIFT
-  SILVER SOCIETY
-  WISSENSKULTUR
-  NEW WORK
-  GESUNDHEIT
-  NEO-ÖKOLOGIE
-  KONNEKTIVITÄT
-  GLOBALISIERUNG
-  URBANISIERUNG
-  MOBILITÄT
-  SICHERHEIT

Journée PluSport 2023 et 2024

Ces deux prochaines années, les éditions de la compétition de sport de masse de PluSport, ce temps fort pour tous les athlètes PluSport des clubs membres, seront à nouveau célébrées à Macolin. Informations et programme: plusport.ch/journee-plusport-2023

9 juillet 2023
7 juillet 2024



Fête fédérale de gymnastique Lausanne 2025

En 2025, nous souhaitons marquer le coup lors de la 77^e édition de la Fête fédérale de gymnastique à Lausanne. PluSport, Procap et ASP/Sport en fauteuil roulant Suisse planifient actuellement l'événement.

En collaboration avec les responsables du CO de la FFG 2025, nous examinons les possibilités et opportunités. Les responsables du CO, tout comme la ville de Lausanne, ont une large expérience en matière d'inclusion. En outre, nous misons d'ores et déjà sur une collaboration avec des partenaires compétents. Un feu d'artifice de diversité, de pluralité et de solidarité vous attend. Plus d'informations seront publiées sur plusport.ch/etf2024-fr

En attendant, d'autres fêtes de gymnastique régionales et cantonales sont au programme de la FSG. La check-list de PluSport énumérant les facteurs et mesures favorables à l'inclusion vous aide dans le cadre de votre planification et de votre participation.

12 – 22 juin
2025



LAUSANNE
2025

Le vélo en uniforme

Depuis que Flurina Rigling a décidé de se lancer dans une carrière de paracyclisme en automne 2019, la Zurichoise de 26 ans enchaîne les réussites. Elle a déjà remporté huit médailles de championnats du monde, quatre d'Europe et six de championnats nationaux. Aujourd'hui, elle prépare ses prochains objectifs à l'école de recrues (ER) pour sportifs d'élite de Macolin.



«On ne rigole pas quand on est au garde-à-vous!» Immédiatement, le silence s'installe au sein de la section Bader de l'ER pour sportifs d'élite 79-2-22. Les recrues attendent les prochains ordres tout en se tenant au garde-à-vous. Une fois la formation initiale intensive de trois semaines terminée, les athlètes de l'ER disposent de plus de temps pour leur entraînement, en dehors des matinées consacrées à leur formation. Cela convient tout à fait à Flurina Rigling: «En temps normal, j'organise mon quotidien autour de mes blocs d'entraînement. Ici, je dois tout planifier en fonction de l'ER. C'est un défi de taille.»

À l'ER, Flurina a dû s'habituer à obéir aux ordres. «C'est une expérience qui va me faire mûrir. Je compare cela à un semestre d'échange scolaire.»

**Flurina Rigling avec
Commandant Marco Mudry.**



...et bientôt, le snowboard en uniforme

Aron Fahrni est parfois encore surpris à l'idée d'avoir intégré le sport d'élite. Natif d'Oberthal dans le Mittelland bernois, il a suivi un cours de snowboard J+S en 2020. Tout à coup, Silvan Hoffer, coach de l'équipe nationale, se tenait devant lui et lui demandait s'il avait envie de participer à un camp d'entraînement. «Je l'ai toutefois fait attendre encore un an», précise Fahrni en riant. Le moment venu, en janvier 2021, il a vécu sa première semaine d'entraînement et a trouvé que

l'expérience était positive et qu'il se sentait bien avec l'équipe. Depuis, il est de la partie. Il avait tant d'ambition qu'il s'est retrouvé à l'école de recrues du sport d'élite. En novembre 2023, Aron s'entraînera à Macolin.

Pour nos athlètes, la promotion du sport grâce à l'école de recrues est toujours plus concrète. Pour 2024, deux autres athlètes figurent déjà sur la liste d'attente. Nous sommes là.

Un arrivederci ormai vicino



Fra pochi mesi, a fine luglio 2023, cederò volontariamente la mia funzione di CEO alla persona che mi succederà. È da quasi vent'anni che sono legato a PluSport in modo indissolubile. Anni intensi e istruttivi! Non ho mai lavorato così a lungo per nessun datore di lavoro ed è per questo che vengo ritenuto un uomo leale e di grande costanza.

L'inizio, tuttavia, è stato tutt'altro che facile. Nel 2004 l'associazione ha dovuto fronteggiare alcuni gravi problemi: la scarsa fiducia da parte dei membri, che avevano la tendenza a porre l'UFAS al di sopra dei servizi offerti, l'armonia a tratti un po' alterata tra il personale del segretariato e il Comitato, un calo delle entrate e, dunque, una situazione di difficoltà strutturale. Per me, che venivo dall'economia per il settore privato, è stato piuttosto difficile capire come potesse avere problemi di questo tipo. È stato come un fallimento collettivo.

4 anni e 3 Direttori dopo, ho acquisito la fiducia necessaria per prendere il timone di tutta la nave. Grazie a una nuova direzione e al forte sostegno di Hanni, con cui per le questioni importanti ci siamo sempre capiti al volo, siamo riusciti a far venire tutti i nodi al pettine. Le nostre riforme si sono basate sul nuovo orientamento ai servizi e ai membri (con il supporto di un personale che ne comprendesse l'importanza), una collaborazione

e un'attribuzione dei ruoli professionale tra la Direzione e il Comitato, sull'ulteriore stabilizzazione delle finanze tramite la costituzione di riserve e su diverse riforme nella gestione dell'associazione.

19 anni dopo lascio un'associazione in ottima salute, che gode di un'alta fama sia tra i membri che esternamente e che ha sempre continuato a evolversi, restando aperta a nuovi sviluppi. Circa 50 collaboratori e collaboratrici che danno tutto per la nostra organizzazione e che per lei farebbero l'impossibile. Cosa si può volere di più? Niente. Sono molto orgoglioso del nostro team, della cultura nella nostra organizzazione e della sua grande apertura verso l'innovazione. Auguro il meglio a chi mi succederà, ai nostri membri e a tutto il nostro personale. E anche se a breve abbandonerò la nave, rimarrò legato sentimentalmente a PluSport per tutta la mia vita.

René Will, CEO PluSport



I megatrend – uno sguardo al futuro

Il vivace dibattito nei workshop sulle sfere d'influenza dei megatrend, con i rappresentanti dei club del Ticino e della Romandia.

Qualsiasi tipo di gruppo organizzato è soggetto alla cultura del cambiamento. Un cambiamento dovuto ai processi interni relativi ai nuovi requisiti aziendali, oppure, nel caso specifico di PluSport e dei suoi club, alle nuove offerte, alla carenza di membri o alla mancanza di dirigenti. Dall'altro lato invece, il cambiamento è favorito da sviluppi esterni, come ad esempio i megatrend e le nuove tendenze socioculturali, che richiedono la partecipazione anche delle associazioni sportive. (Estratto dal workbook «Sportverein 2030» ordinabile con lo sconto per i lettori su plusport.ch/sportverein2030 o plusport.ch/club-sportif-2030).

«Il sistema sportivo svizzero sta cambiando e PluSport è nel pieno della trasformazione»

Così s'intitolava la Conferenza di sviluppo di quest'anno, svoltasi a gennaio presso la Casa dello Sport. Come sta cambiando la società e quali conseguenze hanno questi cambiamenti sulle associazioni e sullo sport? A quali esigenze possono rispondere i club per attirare gli sportivi

e i dirigenti? Di queste e altre questioni si è vivacemente discusso all'interno dei workshop, in cui sono state elaborate anche alcune misure.

Dove si vede PluSport in futuro?

All'interno dell'organizzazione mantello, PluSport si è posizionata con una strategia e una nuova struttura, assumendo un ruolo guida nell'attuazione di offerte sportive inclusive tramite proposte proprie, cooperazioni oppure fornendo consulenza alle associazioni sportive dello sport ordinario. I nostri giovani esperti in inclusione e formazione hanno mostrato gli ambiti in cui PluSport si muove già attivamente e in quali campi dell'organizzazione mantello intende avanzare ulteriormente. Un entusiasmante viaggio attraverso le collaborazioni con lo sport ordinario, la trasmissione delle conoscenze alle scuole universitarie e l'impegno di sensibilizzazione presso i più svariati partner.

Ancora una volta, la Conferenza di sviluppo ha fornito nuovi spunti e mostrato che, se si affronta attivamente il futuro, i cambiamenti offrono anche delle opportunità.

Metatrends
© zukunftsinstitut.de

-  INDIVIDUALISIERUNG
-  GENDER SHIFT
-  SILVER SOCIETY
-  WISSENSKULTUR

-  NEW WORK
-  GESUNDHEIT
-  NEO-ÖKOLOGIE
-  KONNEKTIVITÄT

-  GLOBALISIERUNG
-  URBANISIERUNG
-  MOBILITÄT
-  SICHERHEIT

Un corso di amici che offre tanta sincerità

La settimana invernale GSIB è nata a Pontresina circa 40 anni fa alla Casa Sailer, poi si è spostato nella vicina Celerina per approfittare di spazi maggiori, per questo oltre agli atleti, ai monitori, ai responsabili della cucina, si sono aggregate anche le famiglie.

I nuclei famigliari hanno portato nuova linfa al grande gruppo, i bambini più piccoli hanno imparato a vivere e interagire con gli atleti, una scuola di vita per loro a dimostrazione che non bisogna avere timore o pregiudizio delle persone diversamente abili.

Ci sono sciatori, fondisti, «passeggiatori», volontari della cucina, un gruppo di persone ben amalgamato che collabora e interagisce.

Anche dal lato sportivo il corso è in continua evoluzione, i primi anni si svolgeva unicamente presso il piccolo scilift di Samedan (essendo la maggior parte degli atleti alle prime armi con la pratica dello sci, era un campo ideale per iniziare), ben presto ci si è resi conto che si potevano calcare anche le grandi piste di St.Moritz, per questo il gruppo con le colorate giacche «GSIB» e la berretta «Amici Sportivi di Pontresina», si faceva notare dal Corviglia al Piz Nair passando da Marguns. Negli ultimi anni la pratica dello sci alpino è stata ampliata ulteriormente: lo scibob ha permesso di far sciare anche quegli atleti che disabilità fisiche e motorie li teneva lontani dalle piste innevate, mentre l'utilizzo di trasmettitori radio ha aperto il corso anche ad atleti non vendenti, grazie alla loro guida che impartisce i comandi via radio. Un impegno importante per tutti, soprattutto per il GSIB ed il suo comitato che da anni crede in questo corso e si adopera non solo per organizzarlo ma anche e specialmente per trovare nuovi stimoli e nuove tecnologie utili a rendere questa settimana speciale, soprattutto per gli sportivi.



Per concludere diamo i numeri: nel 2023 il corso si è svolto dal 14 al 20 gennaio, ha visto partecipare 80 persone, tra le quali 27 atleti, 26 monitori, 4 membri della cucina, e tante famiglie.

L'intero testo e altre foto sono disponibili su plusport.ch/settimana-GSIB.

Massimo Gabuzzi, GSIB

Giornata PluSport 2023 e 2024

Nei prossimi due anni, a Macolin, PluSport celebrerà di nuovo la sua storia di competizioni dedicata allo sport di massa, nonché l'evento culminante per tutte e tutti gli atleti dei club PluSport. Informazioni e programma: plusport.ch/journee-plusport2023.



9 luglio 2023
7 luglio 2024



Festa federale di ginnastica 2025

In occasione della 77ª edizione della Festa federale di ginnastica, che nel 2025 si terrà a Losanna, intendiamo registrare un cospicuo numero di partecipanti. Al momento PluSport, Procap e ASP/Sport svizzero in carrozzella si stanno concentrando sulla fase di pianificazione.



Save the date:
12 al 22 giugno
2025

In collaborazione con i responsabili del comitato organizzativo dell'FFG 2025, stiamo vagliando ogni possibilità e opportunità. I responsabili dell'FFG e la Città di Losanna vantano una grande esperienza in fatto di inclusione, pertanto la collaborazione con partner competenti è già un dato di fatto. Vi aspetta un tripudio di diversità, molteplicità e solidarietà. Ulteriori informazioni seguiranno su plusport.ch/etf2024-fr

Fino ad allora, l'FFG ha in programma altre feste di ginnastica, sia a livello regionale sia cantonale. La lista di controllo PluSport con l'elenco dei necessari fattori d'inclusione e delle misure richieste è a vostra disposizione per aiutarvi a prepararvi e partecipare.





Aktive und engagierte PluSportlerin

Zum Schluss ein Frühlingsgruss von Karin Fasel, Vorständin und Botschafterin

Active et engagée:
plusport.ch/
karin-fr

Wie lange bist du schon mit und für PluSport unterwegs? Bis im Winter 2009/2010 war ich als Para-Athletin in Ski Alpin unterwegs und so kam ich schon als aktive Sportlerin mit PluSport in Berührung. Später wurde ich dann angefragt, als Botschafterin tätig zu sein für PluSport und seit Mai 2022 bin ich im Vorstand tätig.

Wo liegt der Ursprung deiner Tätigkeit im Vorstand? Als ehemalige Para-Athletin versuche ich, die Sichtweise eines/einer Athlet:in dem Vorstand näher zu bringen. Obwohl sich in den letzten Jahren in Sachen Professionalität sehr viel getan hat im Behindertensport.

Welches sind die grössten Unterschiede zwischen Para-Athletin und Vorstandsmitglied sein? Als Para-Athletin war ich als Sportlerin unterwegs und kümmerte mich wenig um die Hintergründe, und man bekommt auch nicht alles mit. Als Vorstandsmitglied sehe ich natürlich jetzt viel mehr, dass der Spitzensport nur ein kleiner Teil vom Kuchen ist und der grösste Teil dem Breitensport angehört. Die aktuellen Themen wie Integration, Engpass von Leitenden in Sportgruppen, Finanzen etc. haben mich als Para-Athletin wenig betroffen. Und was den Spitzensport betrifft, versuche ich meine Erfahrungen als Para-Athletin einzubringen.

Du bist auch als Botschafterin von PluSport tätig, was gefällt dir daran? Mir gefällt daran, dass ich viele unterschiedliche Menschen kennenlernen darf. Mithelfen kann, dass PluSport in der ganzen Schweiz bekannt wird.

Was machst du in der Freizeit neben deiner Vorstandstätigkeit? In meiner Freizeit mache ich sehr viel Sport wie Skifahren, Langlauf, Bike, Wandern, Fitness...

Inklusion ist in aller Munde, was bedeutet das für dich? Als ich meinen Unfall hatte, war ich bereits 21½ Jahre alt und somit wurde ich in der Kindheit nie damit konfrontiert. Ich war bereits berufstätig und in dem Treuhandbüro, wo ich arbeitete, war ich gut betreut, und es konnten intern und mit der IV Lösungen gefunden werden. Da ich nicht sehr grosse Einschränkungen habe oder ich mich damit abgefunden habe, bin ich ziemlich überall integriert. Meine Devise ist auch: behindere dich nicht mehr als du schon bist!

Was wünschst du dir für PluSport? Dass all die grosse Arbeit, insbesondere zum Thema Inklusion, fruchtet und dass alle, die es sich wünschen, in den Regelsport integriert werden.

Ganzes Interview unter plusport.ch/karin-de



**Hier darf ich jeden
Tag mitspielen.**

Dank Ihrer Spende erhalten Menschen mit Behinderungen einen chancengleichen Zugang zu Ferien und Freizeitaktivitäten.

Jetzt spenden. denkanmich.ch

