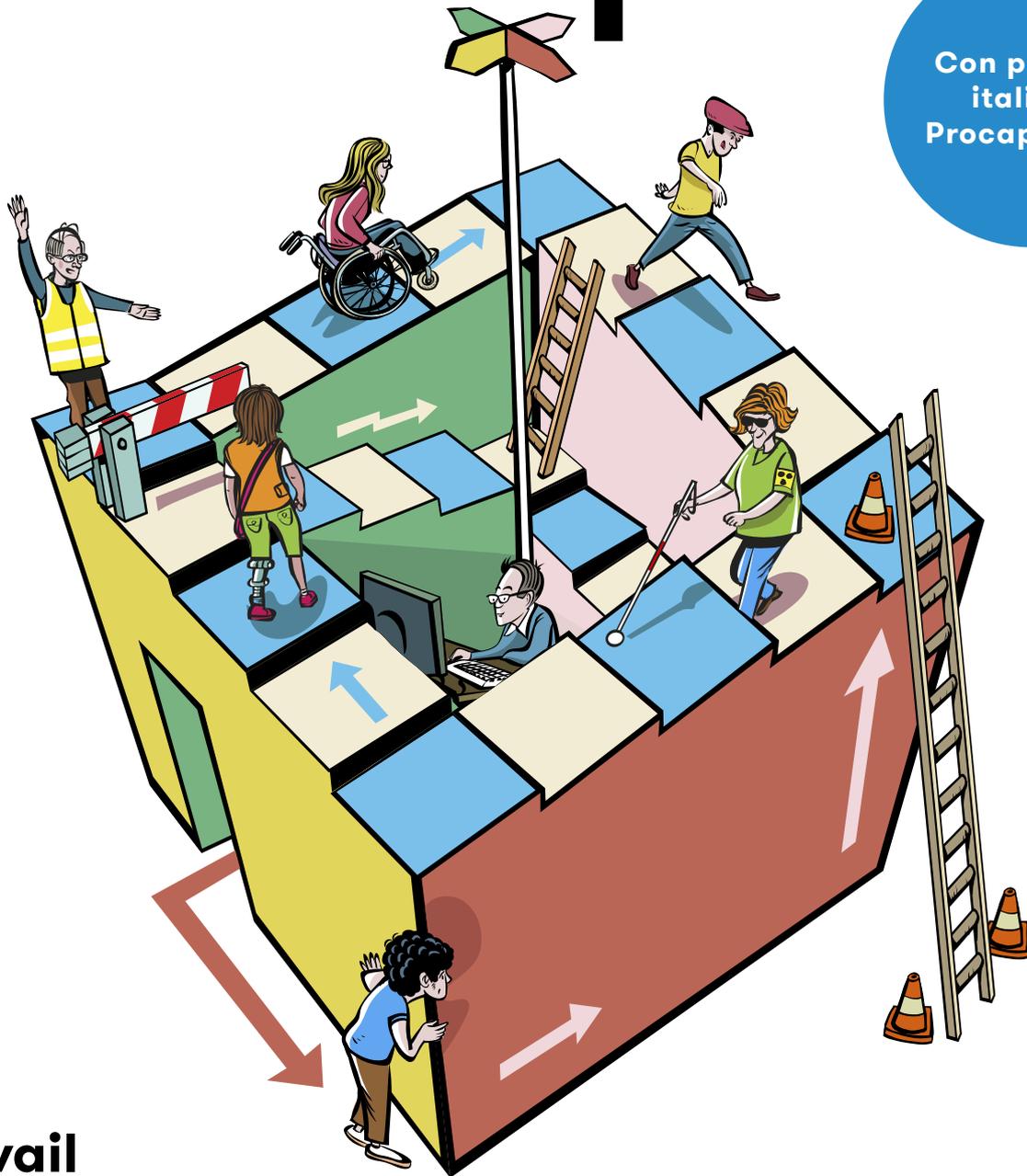


# Procap

Le magazine  
pour personnes  
avec handicap

04/24

Con parte in  
italiano  
Procap Ticino



Focus

## Travail

Les personnes en situations de handicap sont encore confrontées à de nombreux obstacles sur le marché du travail et lors de leur réinsertion professionnelle

Vacances actives et de détente pour toutes et tous

**30 ans de voyages sans obstacles**

Le catalogue de vacances 2025 est sorti

procap

# Stannah

## Votre maison, votre liberté.

Stannah vous propose la solution de levage idéale pour accéder à chaque recoin de votre maison. Nos monte-escaliers, ascenseurs domestiques, plateformes élévatrices et sièges élévateurs de bain offrent sécurité et confiance.

99 % de nos clients ont changé leur vie grâce à Stannah. Faites-nous confiance pour ramener le confort dans votre foyer.

Appelez Stannah dès aujourd'hui pour obtenir votre devis gratuit.

Français  
**021 510 78 90**

sales@stannah.ch  
www.stannah.ch

Allemand  
**044 512 52 27**

Italian  
**091 210 72 44**



Stannah, ça change la vie.

## Meilleure qualité de vie grâce à la mobilité.

C'est à votre véhicule de s'adapter à vous et à vos besoins – et pas l'inverse. Depuis 1978, nous aménageons des véhicules sur mesure dans nos ateliers à Bergdietikon.



Système d'aide au chargement de fauteuil roulant

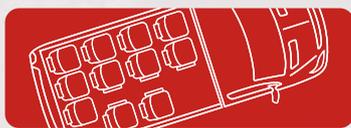


Aides à la montée et à la descente



ADAPTATION  
POSSIBLE  
SUR DIVERSES  
MARQUES

AMENAGEMENT DE VEHICULES  
**WALDSPURGER**



INNOVER PAR TRADITION

Contactez-nous pour obtenir des informations complémentaires. Nous nous ferons un plaisir de vous conseiller.

044 743 80 40 • waldspurger.ch

**RolliPro™**

Une solution astucieuse pour les personnes à mobilité réduite.



## Editorial

Il y a quelques années, « Le Monde diplomatique » publiait un essai sur la notion de « ressources humaines », les fameuses RH. Souvent utilisé pour désigner le service du personnel d'une entreprise, ce terme implique que les employées et les employés sont considéré·e·s comme des « moyens humains » permettant à l'entreprise de réaliser des objectifs ou d'entreprendre des actions. On comprend donc facilement que ce terme illustre bon nombre de problèmes rencontrés aujourd'hui sur le marché du travail. Quand l'être humain est considéré comme une ressource et que tout ce qui empêche cette « ressource » de fonctionner sans heurts est jugé de moins grande valeur, l'inclusion n'a aucune chance. C'est d'autant plus vrai quand des objectifs irréalistes dans le cadre de mesures d'intégration sur le marché du travail créent plus d'obstacles qu'ils n'en suppriment. Dans ce numéro, nous nous sommes interrogés sur les structures et modes de pensée qui doivent changer pour que les personnes en situations de handicap aient les mêmes chances que les autres sur le marché du travail – et sur ce qu'il faut pour que l'accent soit avant tout placé sur les capacités, c'est-à-dire sur les ressources propres à chaque individu.

Sonja Wenger  
Responsable Communication de l'association et médias

## Contenu

- 4 Brèves**
- 18 Swiss Abilities**  
Vivre de manière autonome
- 21 Dépôt de l'initiative pour l'inclusion**
- 22 Le plaisir de prendre le volant**
- 23 Le catalogue de vacances 2025 est sorti**
- 24 Journées mouvement et rencontres 2024**  
Compétition sportive et convivialité

---

### Focus Travail

- 6 La valeur du travail**
- 10 Quand l'angoisse existentielle freine la réinsertion professionnelle**
- 14 Conseil juridique**  
Quels sont les aspects auxquels je dois faire attention si je change d'emploi ?
- 16 « Nous sommes Procap »**  
Laurence Borer

---

### Service

- 20 Casse-tête**
- 26 Carte blanche**



## Travailler avec un handicap

Le site internet EnableMe de la fondation MyHandicap vise à fournir aux personnes en situations de handicap et à leurs proches un maximum de ressources pour les aider à devenir autonomes, grâce à des informations, du soutien et des échanges. La plateforme offre non seulement des conseils pratiques sur l'apprentissage, l'art de postuler, la réinsertion et la reconversion, mais aussi des témoignages inspirants de réussites. Sur la bourse de l'emploi, des entreprises publient leurs postes vacants (voir « Jobbörse » sur la version du site en allemand, où sont également proposés des postes en Suisse romande). En outre, une équipe de spécialistes et une vaste communauté se tiennent à disposition pour répondre aux questions individuelles.

[www.enableme.ch/fr](http://www.enableme.ch/fr)

## Procap Suisse vous souhaite de joyeuses fêtes de fin d'année !

Les fêtes de fin d'année approchent à grands pas, et, avec elles, la fermeture annuelle du secrétariat romand. Nos bureaux seront fermés du lundi 23 décembre 2024 au dimanche 5 janvier 2025. Nous nous réjouissons de vous accueillir à nouveau à partir du lundi 6 janvier 2025.



## Artwork

Les illustrations en couverture et en pages 7 et 10 sont signées Jan Zablonier (\*1968). Après plusieurs années d'apprentissage et de pérégrinations dans différents métiers, Jan a suivi une formation en bande dessinée chez Zappa-Doing à Winterthur. Depuis 2003, il exerce comme graphiste et illustrateur indépendant dans les domaines de la culture, du sport et des médias. En parallèle, il travaille au sein d'une structure de jour active dans l'accompagnement socioprofessionnel des adolescent·e·s et des jeunes adultes à Winterthur.

Pour plus d'informations (en allemand) : [www.zablonier.com](http://www.zablonier.com)



## Portail immobilier pour les logements accessibles en fauteuil roulant

Le portail immobilier de Procap est entièrement dédié aux logements accessibles en fauteuil roulant. Les personnes en situations de handicap peuvent ainsi y déposer une demande de location pour un logement accessible en fauteuil roulant – et les particuliers ainsi que les coopératives et les gérances peuvent annoncer des objets immobiliers adaptés. Dans l'idéal, les deux parties trouvent leur bonheur.

Afin d'élargir et d'améliorer l'offre, en particulier pour les personnes à la recherche d'un logement, nous vous demandons à vous, notre lectorat, de bien vouloir diffuser les informations concernant le portail immobilier de Procap : aux gérances immobilières, par exemple, ou aux organisations et aux autorités responsables de l'attribution de logements sociaux. Il peut également être utile d'informer les offices AI régionaux, car ceux-ci reçoivent parfois des demandes de démolition de logements sans obstacles, qui pourraient au préalable faire l'objet d'une annonce.

[www.procap.ch/portail-immobilier](http://www.procap.ch/portail-immobilier)



## Nouvel arrêt de principe du Tribunal fédéral : pas de prise en compte de l'API et du SSI dans les prestations de soins

Dans un arrêt de principe publié récemment, le Tribunal fédéral a mis fin à la pratique actuelle selon laquelle l'assurance-maladie peut tenir compte de l'allocation pour impotent (API) et du supplément pour soins intenses (SSI) dans le cadre de sa contribution aux prestations de soins. Dès à présent, les contributions aux prestations de soins, par exemple pour les soins à domicile, ne peuvent plus être réduites d'une partie de l'API et du SSI. Cela signifie que l'assurance-maladie concernée doit – au plus tard au terme de l'octroi actuellement en cours – procéder à un nouveau calcul et prendre en charge les contributions aux prestations de soins sur la base de l'évaluation des besoins. **Si vous avez des questions, vous pouvez vous adresser à votre centre de conseils Procap.**

Vous trouverez également des informations sous [www.procap.ch/conseiljuridique](http://www.procap.ch/conseiljuridique) > Documentation et liens > Droit – Fiches d'informations : Engagement de proches aidants par des organisations de soins à domicile.

# La valeur du travail

La valeur qu'une société attribue au travail n'a cessé d'évoluer au cours de l'histoire. Au-delà de la sécurité financière et de la structure de la vie quotidienne, le travail permet aujourd'hui à de nombreuses personnes d'affiner leur identité et de trouver leur place dans le monde. Les personnes en situations de handicap se heurtent encore souvent à des obstacles sur ces aspects et n'ont pas les mêmes chances de trouver un emploi sur le marché primaire de l'emploi.

**Texte** Miriam Hürlimann **Illustration** Jan Zablonier

Dans les langues romanes, les mots « travail », « trabajo » ou « lavoro » sont souvent mis en relation avec la notion de travail dur et pénible, liée à l'effort physique et à la souffrance. En allemand, le mot « Arbeit » vient du vieux haut-allemand « arabeit », qui avait d'abord le sens de « pénibilité », « fléau » ou « détresse ».

Ainsi, au cours de l'histoire contemporaine, la perception du travail n'a cessé d'évoluer. Pour les philosophes grecs Socrate et Platon, le travail n'avait que peu d'importance. Ils considéraient le loisir – la « sœur de la liberté » – comme la valeur suprême de la vie. Cette attitude s'est poursuivie en Europe jusqu'au Moyen Âge, marqué par des conditions de vie difficiles. Avec l'effondrement des structures féodales, qui régissaient clairement les obligations et les droits des différents groupes composant la société, la signification du travail a fondamentalement changé. De plus en plus de personnes proposaient leurs compétences individuelles sous forme de services. Le travail n'était alors plus considéré comme un mal purement nécessaire, mais devenait de plus en plus un moyen de construire sa propre identité.

## **Le travail représente plus qu'une sécurité financière**

Dans la société moderne, le travail est souvent considéré comme un instrument permettant de subvenir à ses besoins. Le travail nous permet d'atteindre le bien-être matériel, de satisfaire nos besoins et d'obtenir une reconnaissance sociale. Mais le travail n'est-il pas bien plus que cela ? Il offre une structure, un sens et une place dans la société. Il donne à la plupart des gens le sentiment d'être nécessaires et utiles. Willi Fillinger, philosophe praticien indépendant, le décrit en ces termes dans une interview accordée à la plateforme « FAU – Fokus Arbeit Umfeld » : « L'importance du travail ne réside pas seulement dans le fait que nous y consacrons une grande partie de notre vie, mais aussi et surtout dans le fait qu'à travers notre travail, nous déterminons notre rapport au monde, aux autres et à nous-mêmes. » Il en va donc, selon lui, de questions fondamentales de l'existence humaine.

Par le biais du travail, nous entrons en dialogue avec le monde, nous le transformons et nous nous transformons également nous-mêmes. Dans cette

optique, le travail n'est pas uniquement un moyen d'assurer sa propre existence, mais une possibilité de trouver et de façonner notre place dans le monde. L'aspect social du travail est également essentiel. Le travail s'inscrit généralement dans un réseau de relations : le travail crée des liens entre les personnes, permet l'échange et la coopération ainsi que l'action collective.

### Exercer un travail librement choisi

Mais que se passe-t-il chez un individu lorsqu'il ne peut pas effectuer le travail qu'il souhaite ou que l'accès à la vie professionnelle lui est même refusé ? Si le travail rend malheureux ou fait totalement défaut, s'il ne répond pas à nos besoins et à nos désirs, il n'est alors pas source de satisfaction, de reconnaissance et d'épanouissement personnel, mais souvent à l'origine de frustration, d'épuisement et d'aliénation.

En fin de compte, la valeur du travail réside dans le fait qu'il permet à l'être humain de développer et d'utiliser ses capacités et son potentiel et d'avoir un impact sur son environnement. Mais cela n'est possible que s'il se déroule dans des conditions qui respectent la liberté, la dignité et la créativité de toutes et tous sans défavoriser l'individu.



### **Des conditions à améliorer**

L'article 27 de la Convention relative aux droits des personnes handicapées indique que les personnes en situations de handicap ont « le droit au travail, notamment à la possibilité de gagner leur vie en accomplissant un travail librement choisi ou accepté sur un marché du travail et dans un milieu de travail ouverts, favorisant l'inclusion et accessibles aux personnes handicapées ». Mais il reste encore beaucoup à faire avant que cela ne devienne une réalité.

Ainsi, les personnes en situations de handicap sont souvent confrontées à de nombreux obstacles dans la vie professionnelle. Le rapport alternatif d'Inclusion Handicap montre que les personnes en situations de handicap ont un taux d'activité bien plus faible et un taux de chômage plus élevé que les personnes sans handicap sur le marché primaire de l'emploi. Il est impossible de créer un marché du travail inclusif tant que les employeurs ne créent pas de postes de travail adaptés. De plus, en Suisse, aucune entreprise n'est obligée d'embaucher des personnes en situations de handicap – une erreur du système selon le rapport alternatif. Pour que les personnes en situations de handicap aient les mêmes chances sur le marché primaire de l'emploi, qu'elles puissent faire carrière et changer d'emploi, des changements sont également nécessaires, selon le Bureau fédéral de l'égalité pour les personnes handicapées (BFEH) : au niveau du cadre politique et juridique, des processus et de l'environnement de travail dans les entreprises, ainsi que par un soutien individuel adapté aux personnes concernées.

Afin d'améliorer l'accès des personnes en situations de handicap au marché de l'emploi, il est essentiel de prendre non seulement des mesures d'intégration individuelles, mais également d'adopter des réformes structurelles visant à supprimer les obstacles matériels, techniques, ainsi que ceux liés à l'organisation et au fonctionnement des entreprises. Selon le BFEH, un environnement de travail inclusif favorise l'inclusion professionnelle. Il s'agit par exemple de bureaux accessibles, de logiciels de travail sans obstacles, d'une équipe sensibilisée, de l'engagement des responsables hiérarchiques, etc. En bref, les personnes en situations de handicap auraient un accès égal au monde du travail et pourraient utiliser leurs compétences à bon escient et de manière profitable.

### **Elargir le champ de vision**

La fondation MyHandicap souligne elle aussi sur sa plateforme EnableMe : « Il ne s'agit plus seulement de rendre la personne handicapée apte au marché du travail, mais réciproquement de rendre l'environnement de travail dans les entreprises apte à répondre aux besoins des collaboratrices et collaborateurs en situations de handicap. » Les offres en matière de conseil et de soutien, tant pour les personnes concernées que pour les cadres, les personnes chargées de la formation et le personnel, doivent être davantage orientées dans ce sens afin que la sensibilisation à la diversité soit renforcée au sein des entreprises et que l'inclusion soit encouragée.

L'expérience du département Sensibilisation et Formation de Procap montre que, sur le principe, les employeurs peuvent envisager d'embaucher une personne en situations de handicap. Mais il y a aussi de nombreuses questions et incertitudes. Afin de permettre aux entreprises de surmonter ces obstacles, Procap propose le module « Intégration professionnelle des personnes en situations de handicap ». De plus, pour développer des solutions pratiques et concrètes, Procap peut s'appuyer sur l'expertise de son service juridique et de son service de conseil en matière de construction sans obstacles.

Reste à espérer que le monde du travail évoluera vers une plus grande diversité et s'adaptera mieux aux besoins des personnes en situations de handicap. Si les entreprises réalisent les avantages de la diversité au sein de leur personnel, elles seront plus enclines à adapter non seulement leur infrastructure technique et matérielle, mais aussi leur culture d'entreprise. Elles offriront ainsi le soutien nécessaire pour favoriser une inclusion plus large.

---

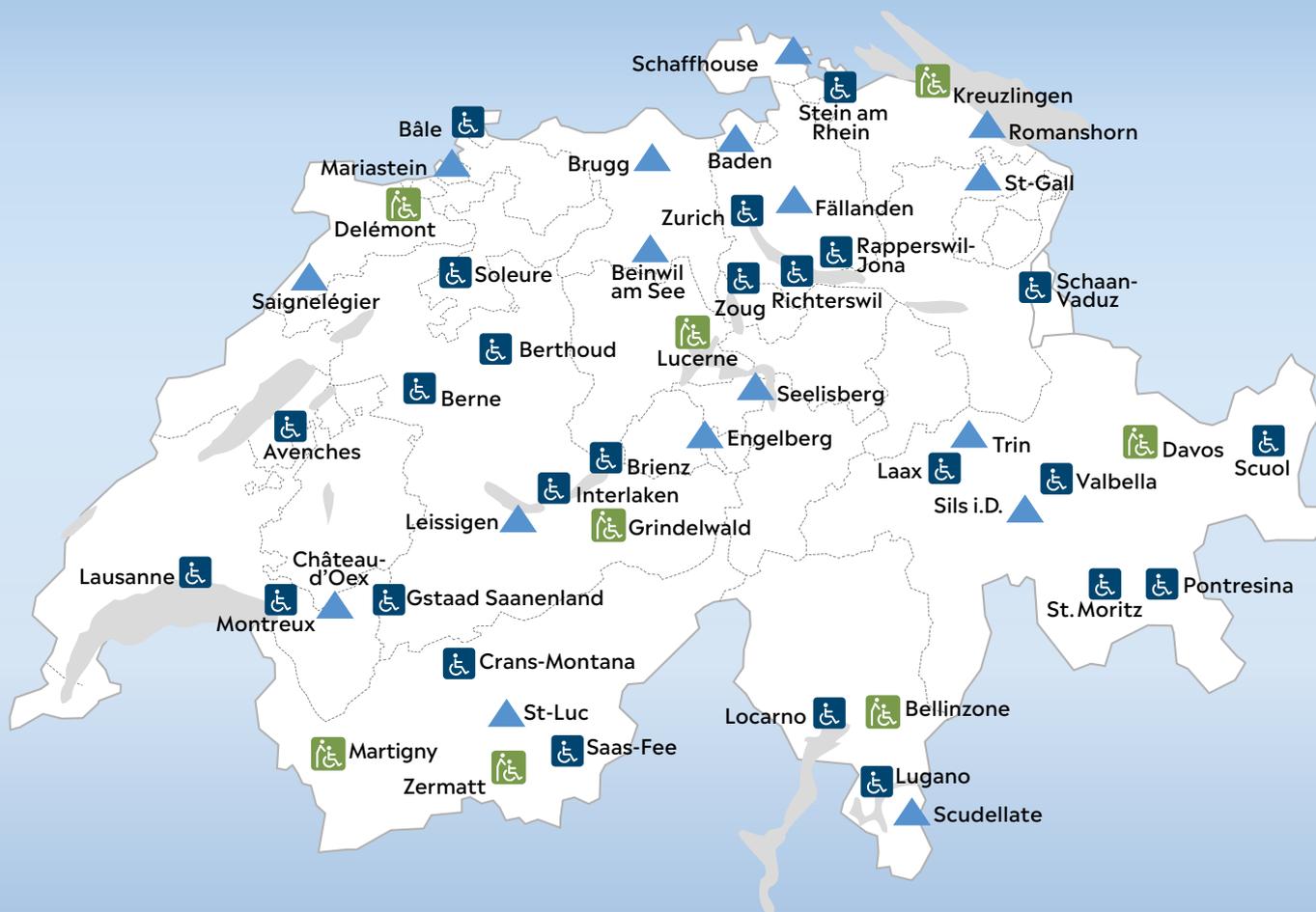
#### **Sources**

- [de.wikipedia.org/wiki/Arbeit\\_\(Philosophie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Arbeit_(Philosophie))
- [www.larevuecadres.fr/articles/au-dela-du-tripalium-les-diverses-origines-du-mot-travail/6516](http://www.larevuecadres.fr/articles/au-dela-du-tripalium-les-diverses-origines-du-mot-travail/6516)
- [www.the-art-of-life.at/journal/2020/wert-der-arbeit](http://www.the-art-of-life.at/journal/2020/wert-der-arbeit)
- [derarbeitsmarkt.ch/de/print-artikel/Philosophie-der-Arbeit.html](http://derarbeitsmarkt.ch/de/print-artikel/Philosophie-der-Arbeit.html)
- [www.enableme.ch/de/themen/berufliche-inklusion-2982](http://www.enableme.ch/de/themen/berufliche-inklusion-2982)
- [www.edi.admin.ch/edi/de/home/fachstellen/ebgb/arbeit/berufliche-inklusion-.html](http://www.edi.admin.ch/edi/de/home/fachstellen/ebgb/arbeit/berufliche-inklusion-.html)
- Rapport alternatif ONU CDPH, février 2022, Inclusion Handicap, Suisse

# LES AUBERGES DE JEUNESSE SUISSES - DES HÉBERGEMENTS SANS OBSTACLES IDÉAUX.

Voyager à travers la Suisse, recueillir une multitude d'expériences différentes ou tout simplement passer quelques jours au bord du lac voisin - chacun de nous a envie de voyager.

25 de nos auberges de jeunesse sont sans obstacles  
et huit autres quasiment sans obstacles.



 25 Auberges de Jeunesse sans obstacles

 8 Auberges de Jeunesse partielle qualifiée sans obstacles

 Auberges de Jeunesse non accessible sans obstacles



Apprends-en davantage sur les  
hébergement sans obstacles

**ABONNE-TOI  
DÈS MAINTENANT  
À LA NEWSLETTER**





# Quand l'angoisse existentielle freine la réinsertion professionnelle

La réinsertion professionnelle des bénéficiaires de rentes d'invalidité est un objectif central de l'Al. Si une personne se retrouve à nouveau dans l'incapacité de travailler après la reprise d'une activité professionnelle, elle risque de perdre sa rente Al. Cela a pour conséquence que beaucoup hésitent à réintégrer le monde du travail. La prestation transitoire de l'Al est supposée fournir une protection, mais ce dispositif ne fonctionne pas dans la pratique. Le département Politique sociale de Procap s'engage activement pour améliorer la situation des personnes concernées.

**Texte** Miriam Hürlimann **Illustration** Jan Zablonier

Le travail est un élément central pour la reconnaissance sociale d'une personne. Nous connaissons toutes et tous cette question typique posée lors d'une première rencontre : « Et toi, que fais-tu dans la vie ? » Une question posée de manière anodine, mais à laquelle on accorde pourtant tant d'importance. De nombreuses personnes se définissent par

leur travail, et il est compréhensible qu'elles souffrent lorsque l'accès au marché du travail leur est rendu difficile, voire refusé. Si en plus, la volonté de réintégrer le monde professionnel après une maladie ou un accident est freinée par la peur de ne plus avoir droit à la sécurité sociale, il est clair que le système actuel nécessite une réforme de toute urgence.

### Tout changement a des conséquences

Le principe central de l'AI est le suivant : « La réadaptation prime la rente. » Cela signifie qu'avant même d'examiner le droit à une rente, l'AI met tout en œuvre pour maintenir autant que possible les personnes sur le marché du travail ou pour les y insérer. C'est uniquement si la réinsertion est impossible ou seulement partiellement effective que le droit à une rente est étudié et, le cas échéant, accordé. Une rente est généralement versée jusqu'à ce que la situation de la personne bénéficiaire change. Tout changement dans les domaines pertinents pour l'évaluation du taux d'invalidité peut entraîner un réexamen et une révision de la rente AI. Dans la pratique, ce sont souvent des changements de l'état de santé qui sont à l'origine d'une révision de la rente AI. Toutefois, puisque l'AI se base sur une comparaison des revenus (avec et sans invalidité) lors du calcul du taux d'invalidité, des changements de salaire peuvent également entraîner une adaptation de la rente.

Dès qu'un changement est signalé, l'AI est en droit de procéder à une révision : elle peut réexaminer tous les éléments d'une décision d'octroi de rente, y compris ceux qui sont restés identiques. Ainsi, tout changement professionnel (changement de poste, augmentation du taux d'occupation ou du salaire, formation continue, etc.) peut donner lieu à une nouvelle expertise médicale. Or, les résultats de telles expertises sont malheureusement souvent imprévisibles. Et comme tout changement entraîne une révision, les bénéficiaires sont exposés au risque d'un réexamen de leur rente même si le changement n'a pas été satisfaisant et qu'ils ou elles doivent de nouveau quitter leur poste ou réduire leur taux de travail.

### La peur de tout perdre

Avec le « placement à l'essai », l'AI propose aux personnes concernées la possibilité de tester leurs capacités sur le marché du travail sans être liées par un contrat. La mesure est d'une durée maximale de 180 jours. Si le placement à l'essai est concluant et qu'il débouche sur un emploi, la rente AI existante est réexaminée et, le cas échéant, diminuée ou supprimée. Cette procédure ne constitue pas un problème tant qu'une personne est en mesure de retravailler et de générer un revenu.

Cependant, si la situation personnelle d'une personne bénéficiaire se dégrade après la prise de poste et qu'elle a de nouveau besoin d'une rente AI, le droit à cette rente est entièrement réévalué. Il est par ailleurs difficile de prévoir quelle décision sera prise à la suite de ce nouvel examen. La personne bénéficiaire doit donc, à chaque changement, s'attendre à tout perdre, à la fois la rente AI et les prestations complémentaires. Aussi, de nombreuses personnes en situations de handicap craignent de devoir dépendre à l'avenir de l'aide sociale pour assurer leur existence.

Cette incertitude touche particulièrement les personnes avec des problèmes de santé mentale. Dans leur cas, les expertises médicales sont souvent controversées et des études montrent que les médecins examinent les situations de manière très variable.

Par conséquent, de nombreuses personnes bénéficiaires ne prennent aucun risque et n'osent que rarement changer d'activité, ce qui les limite dans leur développement professionnel. Les mesures de réadaptation de l'AI sont donc peu sollicitées. Le principe selon lequel « la réadaptation prime la rente » ne peut pas fonctionner ainsi. Les meilleures mesures de réadaptation ont peu d'utilité si elles s'adressent à des personnes qui craignent, à juste titre, les conséquences de ces mesures, précisément parce qu'elles ont dû parfois se battre longtemps pour assurer leurs moyens d'existence actuels.

### La période de protection actuelle n'a pas l'effet escompté

Pour remédier à cette problématique bien connue, l'AI a introduit une « prestation transitoire en cas d'incapacité de travail (art. 32 de la loi fédérale sur l'assurance-invalidité [LAI]) », faisant référence à une « période de protection ». Si une personne gagne durant plus de trois mois davantage que ce que l'AI avait calculé comme revenu d'invalidité, la rente sera automatiquement révisée. Si elle perd sa rente AI suite à la révision, car elle gagne désormais davantage, la « période de protection » s'applique en parallèle pendant trois ans. Si la personne se trouve à nouveau en incapacité de travail au cours de ces trois ans, une prestation transitoire de l'AI, soit une nouvelle rente, peut être versée. L'incapacité de travail doit être d'au moins 30 jours.

Toutefois, dans la pratique, cette protection ne fonctionne pas. En effet, dès que la prestation transitoire débute, une révision générale de la rente AI est imposée par la loi. Si une personne subit un revers de santé, par exemple après avoir prouvé pendant un an qu'elle était capable de travailler à un taux d'occupation élevé et de fournir des prestations, l'expert·e médical·e se basera, dans de nombreux cas, sur cette période où elle a présenté de bonnes capacités pour conclure que l'activité reste à la fois exigible et possible.

Il s'agit là d'un raisonnement trompeur qui, souvent, correspond peu à la réalité de la personne concernée. Une rente AI supprimée n'est donc généralement réactivée que pour une courte période, lorsqu'une personne ne peut plus exercer son travail pour des raisons de santé.

Cette réglementation n'offre aucune protection, bien au contraire. Dans le pire des cas, la révision peut entraîner la perte du droit à une rente AI, malgré la perte de l'emploi et un mauvais état de santé. Et la personne pourrait alors se retrouver dépendante de l'aide sociale à long terme.

### **Les personnes qui osent la réintégration professionnelle doivent bénéficier d'une meilleure protection**

Il est donc facile de comprendre que les bénéficiaires n'osent pas essayer de travailler, de peur de ne pas réussir l'intégration sur le marché du travail en raison de leur état de santé, risquant qui plus est de perdre leur rente. Les personnes qui souhaitent rejoindre le monde du travail mais craignent d'en être exclues en cas de rechute n'oseront pas s'y aventurer. Les chiffres parlent d'eux-mêmes : entre 2012 et 2018, la prestation transitoire n'a été accordée que 260 fois. L'idée de la « période de protection » est certes bonne, mais sous sa forme actuelle, elle manque son objectif.

Les personnes qui souhaitent essayer de retravailler ne doivent pas être désavantagées par rapport à celles qui ne le tentent pas. C'est seulement avec une véritable protection que les personnes ayant des antécédents médicaux parfois instables oseront se lancer sur le marché du travail. Ainsi, les chances d'une réinsertion à long terme de nombreuses personnes s'amélioreront.

Pour une plus grande sécurité lors d'intégrations professionnelles, il est nécessaire d'adapter certains aspects de la mécanique complexe des prestations des assurances sociales. Procap s'engage précisément dans ce sens, en collaboration avec d'autres organisations et responsables politiques. Pour que ces réflexions correspondent à la réalité des personnes concernées, il est essentiel de prendre en compte, en plus des considérations juridiques et politiques, les histoires personnelles de personnes qui connaissent la peur de perdre leur rente et qui hésitent donc à solliciter des mesures de réadaptation.

Les personnes qui se trouvent dans cette situation peuvent volontiers contacter par e-mail l'équipe de Politique sociale de Procap à l'adresse suivante : [politique@procap.ch](mailto:politique@procap.ch). Toutes les informations seront traitées de manière confidentielle. Pour une consultation individuelle, nous vous invitons à vous adresser à nos services de conseil. Les témoignages peuvent néanmoins être très précieux dans la recherche de solutions.



Dominik  
Sennhauser  
Avocat

## Rente AI et activité professionnelle : quels sont les aspects auxquels je dois faire attention si je change d'emploi ?

Je perçois une demi-rente AI et je travaille à 50 %. Je souhaite désormais changer d'emploi. De quoi faut-il tenir compte dans ce cas ? Un changement de travail a-t-il une influence sur ma rente AI ?

Si une personne perçoit une rente AI et a un emploi rémunéré en parallèle, un changement d'emploi doit être mûrement réfléchi. Il est nécessaire de prendre en compte des aspects à la fois médicaux et juridiques.

### Examen de la situation de santé

Lors d'un changement d'emploi, différents cas de figure sont possibles. Il est, par exemple, possible d'augmenter ou de réduire le temps de travail dans le cadre de l'emploi actuel, de passer du marché du travail secondaire au marché du travail primaire (ou inversement) ou d'être engagé par un nouvel employeur. Dans tous les cas, il est important de vérifier en premier lieu si l'état de santé permet un changement. Une discussion avec les médecins traitants doit avoir lieu suffisamment tôt pour déterminer si un changement d'emploi est conciliable avec les restrictions de santé. Le passage du marché du travail secondaire au marché du travail primaire ou l'augmentation du taux d'occupation peuvent notamment représenter une charge supplémentaire importante. Il convient de s'assurer que la nouvelle activité correspond au profil d'exigibilité établi par l'AI.

### Examen de la situation juridique

En raison de l'obligation d'informer, les changements liés à l'activité professionnelle doivent être signalés à l'office AI compétent. Toute modification de la situation professionnelle peut avoir une influence sur le montant de la rente. Ainsi, une hausse du revenu peut entraîner une baisse de la rente, même si le taux d'occupation reste le même. Lors du calcul du taux d'invalidité, c'est le revenu brut obtenu malgré les limitations liées à l'état de santé qui est déterminant. Un passage du marché du travail secondaire au marché du travail primaire a donc généralement une influence sur le montant de la rente. A l'inverse, un passage du marché du travail primaire au marché du travail secondaire ou une réduction du taux d'occupation dans le cadre du poste actuel ne garantissent pas une augmentation de la rente, sauf si le changement est dû à une aggravation durable de l'état de santé.

### Tout changement a des conséquences

Si un nouvel emploi s'accompagne de tâches nouvelles, il convient de vérifier, comme mentionné précé-

demment, si celles-ci correspondent au profil d'exigibilité. Si des tâches qui ne sont pas jugées exigibles selon l'évaluation de l'AI devaient être exercées, cela pourrait avoir des répercussions négatives sur le droit à la rente.

Lorsque le changement de travail est envisagé pour des raisons de santé, il convient de se demander si des mesures d'ordre professionnel de l'AI peuvent et doivent être sollicitées. Le cas échéant, un changement professionnel peut d'abord être testé dans le cadre d'un « placement à l'essai ».

Même en cas de perception d'une rente AI entière, une activité professionnelle à temps partiel n'est pas d'emblée exclue. Si une personne envisage de reprendre une activité professionnelle ou de changer d'emploi alors qu'elle perçoit une rente AI complète, elle doit examiner suffisamment tôt les mêmes points mentionnés plus haut.

Avant d'envisager tout changement d'emploi, je vous recommande de prendre contact avec votre centre de conseils Procap.



STIFTUNG  
**DENK AN MICH**

Ferien und Freizeit für Menschen  
mit Behinderungen



**Nous soutenons les  
vacances accessibles  
de Procap**

Visitez-nous sur [denkanmich.ch](http://denkanmich.ch)



**SRF** Schweizer Radio  
und Fernsehen

Die Solidaritätsstiftung  
des SRF

IBAN CH44 0077 0254 8509 0200 1





## NOUS SOMMES PROCAP

« J'ai toujours  
voulu être aussi  
indépendante  
que possible »

### Laurence Borer

(\*2003) vit dans une commune rurale du canton de Bâle-Campagne. Dans le cadre d'une attestation fédérale de formation professionnelle (AFP), elle a terminé en 2022 un apprentissage d'assistante en maintenance d'automobiles et travaille depuis lors dans ce métier. Elle s'engage en outre auprès de l'organisation Swisshelpdogs pour une meilleure acceptation des chiens d'assistance dans la société.

**Procap : Laurence, tu travailles comme mécanicienne automobile. Comment en es-tu arrivée là et y a-t-il un aspect de ce métier qui te plaît particulièrement ?**

**Laurence Borer :** J'ai toujours été fascinée par les voitures. A 17 ans, j'ai pu conduire moi-même pour la première fois lors d'un essai de conduite organisé par Procap. Cela m'a beaucoup plu. Et un jour, j'ai eu l'occasion de faire une journée découverte dans l'atelier de réparation automobile d'un ami de mes parents. C'est comme cela que les choses ont commencé. Aujourd'hui, je travaille à temps partiel dans un garage. Ce que je préfère, c'est travailler sur des voitures anciennes. Les véhicules d'un autre temps m'intéressent beaucoup. J'ai d'ailleurs déjà pu bricoler sur une Mini Cooper de mes parents, qui date de 1970.

**A quoi ressemble une journée ordinaire pour toi ?**

Mes journées sont toutes un peu différentes. Mais en général, je travaille toute la journée du lundi et du mardi, parce que c'est le moment où il y a le plus d'activité. J'ai un jour de congé et les deux autres jours, j'alterne en fonction de la charge de travail à l'atelier. La plupart du temps, je commence un peu avant sept heures et demie et je travaille jusqu'à midi. Ensuite, je rentre à la maison, je mange quelque chose, je sors mon chien Liv et je l'emmène chez un dog-sitter pour qu'il ait de quoi s'occuper. Ensuite, je travaille à nouveau jusqu'à cinq heures et je ramène ensuite le chien à la maison. C'est un bon rythme pour Liv. Il est seul une demi-journée, ce qui lui permet de se détendre, car lorsque je suis là, il est constamment attentif et vigilant.

**Le thème des chiens d'assistance te tient particulièrement à cœur.**

Oui, parce que mon chien m'a beaucoup aidée avec mon trouble du spectre de l'autisme (TSA). Par exemple, quand j'étais plus jeune, je ne pouvais pas sortir de la maison, prendre le train ou faire les courses toute seule. Ce n'est qu'au moment où j'ai eu Liv, à l'âge de 13 ans, que les choses ont changé. Il m'a apporté de la sécurité. Depuis, je ne suis plus aussi dépendante des autres. Le chien remarque aussi très tôt quand les choses deviennent trop lourdes pour moi et me montre que j'ai besoin d'une pause. Il sent aussi quand je n'ai pas pris mes médicaments et me le fait remarquer. Je trouve vraiment dommage qu'il y ait encore des réactions négatives envers des chiens d'assistance, alors qu'ils sont depuis longtemps



Laurence Borer avec son chien d'assistance Liv : « J'aborde mon TSA de manière très ouverte, puisque tous les handicaps ne sont pas visibles. »

sur un pied d'égalité avec les chiens d'aveugles d'un point de vue juridique. Et puis les chiens d'assistance peuvent non seulement aider les personnes qui ont un TSA, mais aussi celles qui souffrent d'épilepsie, de diabète ou de stress post-traumatique.

#### **Comment te décrirais-tu ?**

C'est une question difficile. Je dirais que je suis une personne qui veut toujours tirer le meilleur parti de tout. Je veux avant tout voler de mes propres ailes. Et j'essaie de profiter de la vie. Malheureusement, mon corps me met toujours des bâtons dans les roues quant à ce que je peux, veux ou ai le droit de faire. Je dois parfois me forcer à faire des pauses, même si je n'en ai pas envie. Mais si je ne respecte pas ces limites, je me sens ensuite très mal.

#### **Quel super-pouvoir aimerais-tu avoir ?**

Plus d'énergie pour vivre pleinement la vie. J'aimerais par exemple pouvoir travailler à plein temps et être plus résistante.

#### **De quoi es-tu particulièrement fière ?**

Je suis fière d'avoir un travail, mon propre appartement et un chien d'assistance. Je me débrouille bien dans la vie, je suis en couple, je fais la cuisine et la lessive moi-même. Mon objectif a toujours été d'être aussi indépendante que possible.

#### **As-tu un but particulier dans la vie ?**

Bien que j'aie appris un métier mécanique, j'aimerais travailler avec les animaux. J'aimerais un jour pouvoir faire quelque chose en rapport avec

la médecine vétérinaire dans le cadre d'une deuxième carrière. Mais tout vient à point à qui sait attendre.

#### **Ce numéro du magazine est consacré au travail. Que signifie le travail pour toi ?**

Mon travail me donne une structure. En plus, j'y apprends toujours de nouvelles choses. J'ai toujours besoin de faire quelque chose, je ne peux pas rester assise à me tourner les pouces. Le salaire que je perçois pour mon travail est aussi synonyme d'indépendance. Je travaille et je suis payée pour cela; je peux en être fière. C'est la raison pour laquelle, au début, j'ai eu beaucoup de mal à accepter l'argent de ma rente partielle AI. J'ai mis du temps à comprendre que je recevais cette rente parce que je ne pouvais pas travailler à plein temps, physiquement et psychiquement.

#### **Que représente Procap pour toi ?**

Je dirais que Procap est synonyme de liberté. Au fil des ans, mes parents puis moi-même avons toujours bénéficié du soutien de Procap pour les questions relatives aux assurances sociales. Personnellement, j'ai eu mon premier vrai contact avec Procap lors de cet essai de conduite de 2019 – pendant lequel je me suis sentie très bien entourée.

---

[www.swisshelpdogs.ch](http://www.swisshelpdogs.ch)

# Swiss Abilities – vivre de manière autonome

Les 29 et 30 novembre 2024, Lucerne accueillera, pour la 7<sup>e</sup> fois, le salon Swiss Abilities (anciennement Swiss Handicap). La manifestation, qui a lieu tous les deux ans, a pour ambition de promouvoir l'autonomie des personnes en situations de handicap dans la vie quotidienne.

## Nouveau nom, nouvelle orientation

Pour cette édition 2024, le salon a fait peau neuve ! Avec une identité visuelle revisitée, une vision et une orientation thématique revues, son nom a également été changé : Swiss Handicap est devenu Swiss Abilities. Le salon souhaite soutenir et promouvoir la diversité ainsi que la participation des personnes ayant des besoins et des capacités spécifiques. En effet, les personnes avec handicap ne veulent pas être systématiquement confrontées à celui-ci. C'est pourquoi la manifestation mettra désormais l'accent sur les aptitudes (abilities, en anglais) et les possibilités.

## Divertissement et information

Cet événement de deux jours porte sur des thèmes liés à la vie avec un handicap mental, physique, psychique ou sensoriel. Swiss Abilities est aussi une place de marché offrant un large éventail d'informations, de possibilités de mise en réseau, d'inspiration et d'expériences pour les personnes de tous âges. Les exposants et exposantes y présentent des prestations et des produits innovants, proposent des conseils personnalisés et donnent la possibilité de tester les moyens auxiliaires les plus divers.

Grâce à un programme varié de conférences et d'événements, comme le populaire laboratoire de pâtisserie ou le marché de Noël, ainsi que des activités sportives passionnantes, Swiss Abilities promet également des moments divertissants et joyeux pour toute la famille.

### Source

[www.swiss-abilities.ch](http://www.swiss-abilities.ch)





**Le salon des impulsions  
pour une vie autonome**

**29.11. –  
30.11.24**

**Messe  
Luzern**

Partenaire Gold

**Plusport<sup>+</sup>**

**swiss-abilities.ch**

# Casse-tête

Col de montagne (VD; 3m.)	Bien combinée	Plaque néerlandaise	Italien littéraire et standard		Note du traducteur	Crier comme un cerf	Refuser de tenir pour vrai		Ne resteras pas sur place	Plainte d'un client	Es-croque (arg.)		Qui a été beaucoup portée	Sécrétion de la peau		Se dit d'une bouche ouverte	Grand continent
	11												Va être		2		
				9	Balances le bébé		Entaillée				5					Tonnerre et éclairs	
Petit rongeur nocturne		Insa-tisfaits		Oppidum gaulois							8		Liqueur souvent bleue		Di-gramme		
Écrivain genevois (Joël)							Capitale de la Norvège						Sou-mettre à la chaleur			7	
Institut de l'audiovisuel français				Avant mi			Pâlit	On y place des photos							4	Taquine sa belle	Vais-seaux sanguins
			12	En âge de procréer		Brouil-lard léger				3			Instru-ment à lame re-courbée		Les rails du TGV		
Prénom de Cocteau	Il n'est pas le premier-né		Pour creuser la terre					Poisson plat			Honorée d'un bonjour						
Édités						Plan-chette de relieur		Platine			Expert-comptable			Dé-charge d'arme		Créa un vide	
Unité internationale			Fut en possession de		Perfec-tionnement							1					
Maître de Démos-thène					Couple de romains		Génisse aimée par Zeus				Bout très aigu d'un objet				10		
Dépres-sion		6											Roues à gorge				
Baltes						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

## Sudoku

Inscrivez un nombre de 1 à 9 dans chaque case vide, chaque nombre ne peut apparaître qu'une seule fois dans chaque colonne et chacun des neuf blocs de 3x3.

Facile

		2	1	7		4		
6			9	3	1			
	7							2
4	2		3	9		8	6	
			4					
5	9		6	8		1	4	
3						7		
		4	7	5				1
	6		4	1	8			

Moyen

			7	1	6			
	3					6		
	7	2			8	5		
		9			2	4	6	
				8				
	4	3	6			2		
		7	4			1	9	
		5					8	
			8	9	7			

Vous trouvez toutes les solutions à la page 27.



## Le début d'un nouveau chapitre

Le 5 septembre 2024, après 18 mois de mobilisation intensive et de récolte de signatures en faveur de l'initiative pour l'inclusion, les organisations de défense des droits des personnes en situations de handicap en Suisse ont déposé à la Chancellerie fédérale à Berne 60 cartons contenant 109 110 signatures en tout.

Pour l'occasion, près de 1300 personnes se sont rassemblées sur la Place fédérale puis sur la terrasse du Palais fédéral. Diverses manifestations accessibles, des discours et des présentations culturelles ont été l'occasion, pour les participantes et les participants, d'attirer l'attention sur les revendications des personnes en situations de handicap. Début octobre, 107 910 signatures ont été validées. L'initiative a donc officiellement abouti. Maintenant, la balle est dans le camp des politiques. En décembre 2024, le Conseil fédéral devrait publier une note de discussion à ce sujet. Les délibérations au Parlement prendront 12 à 18 mois avant qu'une votation populaire ne soit organisée, campagne à la clé. Il y a donc encore fort à faire pour que ce thème reste sur la scène publique et pour écrire un nouveau chapitre de l'inclusion des personnes en situations de handicap en Suisse.





## Le plaisir de prendre le volant

Fin août, une trentaine de personnes ont eu l'occasion de participer à la journée de conduite automobile Procap organisée à Wohlen en collaboration avec Driveswiss. Aux côtés d'un moniteur d'auto-école spécialement formé, des personnes en situations de handicap ont pu se glisser derrière le volant d'un véhicule adapté et s'essayer à la conduite sur un circuit d'entraînement. Après quelques tours de piste, les conductrices et conducteurs ont reçu un certificat de participation en souvenir de cette journée joyeuse, riche en nouvelles expériences. Procap propose aux personnes en situations de handicap diverses activités encourageant la mobilité. L'objectif est de leur montrer comment elles peuvent apprendre ou réapprendre à conduire un véhicule. La manifestation, qui a lieu de manière irrégulière, est très populaire et les quelques places disponibles sont toujours très vite réservées.

L'édition 2024 a été rendue possible grâce au généreux soutien du centre de compétences pour la conduite Driveswiss et du distributeur de pièces automobiles LKQ RHIAG. Nous les remercions de tout cœur !



**DRIVESWISS** 

**LKQ**

**RHIAG** GROUP 

# Voyager, c'est explorer la vie

Que ce soit pour partir en excursion en Suisse ou pour aller à la découverte de pays lointains aux quatre coins du globe : le nouveau catalogue de vacances 2025 permettra à chacun·e de trouver une offre de vacances ou de loisirs qui lui ressemblera.

Texte et photo Procap Suisse

En 2025, nous aurons une occasion à fêter : depuis maintenant 30 ans, Procap Voyages propose des voyages individuels et en groupe exaltants et sans obstacles. Grâce à sa longue expérience et à ses critères de qualité élevés lors de l'évaluation des offres, l'équipe peut répondre au mieux aux besoins des personnes avec handicap. Le catalogue de vacances 2025 paraîtra fin novembre. Une fois de plus, les adeptes du voyage y trouveront une large palette d'offres pour des vacances actives ou des semaines de détente en Suisse et à l'étranger.

## Des destinations et des activités exaltantes

Parmi les voyages en groupe accompagnés en Suisse, on peut désormais découvrir la région autour de Saint-Ursanne, dans le Jura, ou le lac de Biemme, près de Nidau. Les fans d'activités sportives trouveront leur bonheur avec nos destinations phares comme Ovronnaz, Fiesch ou La Tène.

Les personnes attirées par les contrées plus lointaines trouveront certainement l'offre idéale de vacances actives ou de vacances balnéaires reposantes sur les plages de sable de Grèce, d'Italie ou d'Espagne,

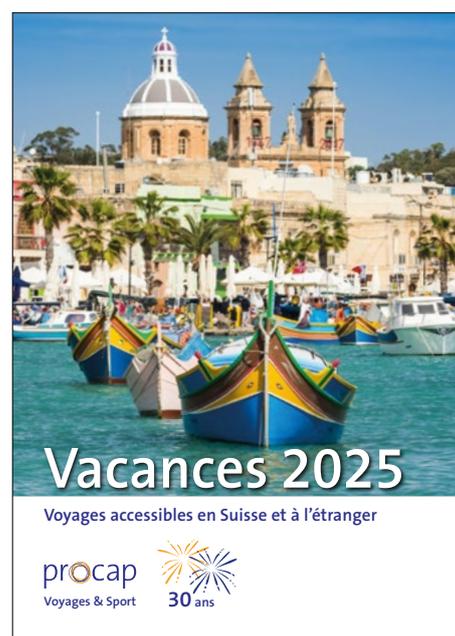
ainsi que sur les îles de Tenerife ou de Majorque. En France, dans la région du Mont-Saint-Michel ou de l'Ardèche, il est possible de découvrir des activités en plein air comme le canoë ou simplement de se promener dans de splendides paysages.

L'offre de voyages individuels a également été étoffée. Nous proposons désormais des vacances bien-être au Floramare Health Resort en Slovénie, un hébergement confortable avec une vue imprenable sur la mer à Calvi, en Corse, ou l'île très populaire et ensoleillée d'Ibiza, connue pour ses fêtes.

Pour les voyages individuels, nous prenons volontiers le temps de discuter avec vous de vos projets de voyage. Nous connaissons les destinations les plus adaptées et organisons, si nécessaire, des aides ou une assistance personnelle pour vos vacances.

## Une agence de voyages pour toutes et tous

Outre les vacances sans obstacles, Procap Voyages permet aussi de réserver toutes les offres des grands tour-opérateurs suisses. «Les personnes sans handicap aussi trouvent de belles idées de vacances dans notre



agence», explique Helena Bigler, responsable de Procap Voyages. «Tout le monde y gagne : les personnes qui réservent chez nous bénéficient de notre expérience, tout en aidant solidairement les personnes avec handicap à partir en vacances.»

N'hésitez pas à nous contacter pour commander le catalogue par téléphone ou pour toute question. Notre équipe est joignable par courriel à l'adresse [voyages@procap.ch](mailto:voyages@procap.ch) ou par téléphone au 032 322 84 82.

Le catalogue est disponible sur notre site internet : [www.procap-voyages.ch](http://www.procap-voyages.ch)

# Compétition sportive et convivialité

Texte Sonja Wenger Photos Erwin von Arx

Ces dates sont toujours soulignées au Stabilo dans le calendrier et l'anticipation chatouille agréablement l'estomac : tout au long de l'année, les membres de la trentaine de groupes sportifs de Suisse s'entraînent en vue des journées mouvement et rencontres de Procap. Cette année, elles ont eu lieu à trois endroits différents.

## Natation à Olten

Le 24 août 2024, 110 personnes en situations de handicap et leurs accompagnant·e·s se sont retrouvé·e·s à la piscine d'Olten : un record ! Les athlètes se sont disputé chaque seconde dans les disciplines « nage différence chrono » et « nage libre ». Les sportives et les sportifs ont été encouragé·e·s par leur entourage et les nombreuses personnes présentes à la piscine ce jour-là. L'échauffement commun et le repas de midi étaient placés sous le signe du bien-être moral et physique. Celles et ceux qui n'ont pas décroché de médaille ont pu emporter un

joli souvenir à la maison : un insigne accroché à une bandoulière. Procap remercie de tout cœur la section d'Olten de la Société suisse de sauvetage, qui a assuré la sécurité dans les bassins.

## Journée sportive à Couvet

Près de 80 sportives et sportifs, plus de 30 accompagnantes et accompagnants et près de 40 bénévoles se sont retrouvé·e·s le 31 août à Couvet, dans le Val-de-Travers. Au programme : saut en longueur, lancer de ballon et course individuelle et de relais sur 80 m. Malgré la chaleur, les athlètes ont parcouru ensemble plus de 139 kilomètres lors de la course « Mouvement pour toutes et tous », ce qui correspond à la distance entre Couvet et Zermatt. Après la remise des médailles, toutes les personnes présentes ont mis un point d'orgue à cette magnifique journée en dansant au son de la musique du film « Un p'tit truc en plus », formant une chenille.

## Journée sportive à Sargans

Le 7 septembre, les quelque 150 participantes et participants de la journée sportive de Sargans ont pu également profiter d'une offre mêlant sport, mouvement et plaisir. Dans le vaste complexe sportif de Riet, les sportives et sportifs ont participé à diverses compétitions, se sont essayé·e·s à trois disciplines et ont disputé des matchs de football et de basketball. Durant la course « Mouvement pour toutes et tous », les athlètes et les accompagnant·e·s ont parcouru plus de 128 kilomètres, ce qui correspond quasiment à la distance entre Sargans et Lugano. A Sargans aussi, des visages rayonnants étaient visibles après les traditionnelles courses d'estafette-navette et l'annonce des résultats.

---

A vos agendas 2025 : les journées mouvement et rencontres 2025 auront lieu les 30 et 31 août à Olten.



Du cœur, du plaisir et beaucoup de protection solaire : impressions en quelques clichés des journées sportives de Procap à Sargans (en haut), à Couvet (milieu) et à Olten (en bas).



# « Le travail c'est la santé, rien faire c'est la conserver »



Laurent Duvanel  
Président Procap Suisse

L'esprit de la Réforme a marqué la Suisse depuis le XVI siècle. Le moraliste genevois Jean Calvin écrivait ainsi qu'Adam « n'a pas été créé pour ne rien faire, mais pour s'employer à quelque chose ».

Selon leur état physique ou psychique, les personnes en situations de handicap sont, aujourd'hui encore, considérées par l'AI comme amoindries, diminuées, inaptés. Une rente est calculée uniquement en fonction de l'incapacité de travail individuelle. Peut-être que nous, personnes en situations de handicap, n'irons pas au paradis ? Inconsciemment, cette peur peut être présente dans l'esprit de nombreuses personnes concernées.

Un préposé de l'assurance-chômage m'a un jour expliqué avec un regard rempli de pitié que je ne trouverais jamais d'emploi sans permis de conduire : « Vous êtes handicapé du volant, je ne peux pas vous aider à trouver un emploi. » L'idée tenace selon laquelle on a de la valeur en tant qu'individu uniquement si l'on a un emploi rémunéré est déplacée. Même sans activité lucrative, nous pouvons apporter une contribution utile à la société. Il suffit de penser aux nombreuses personnes qui prennent soin de proches sans être rémunérées ou qui font du bénévolat. Relativisons donc l'importance du travail. Et pensons-y avec humour, en chantonnant sur l'air d'Henri Salvador : « Le travail c'est la santé, rien faire c'est la conserver. Les prisonniers du boulot n'font pas de vieux os. »

## Impressum

**Editrice** Procap Suisse **Tirage** 24 500 (total, version française : 4600), parution quatre fois par année **Edition et rédaction** Magazine Procap, Frohburgstrasse 4, 4600 Olten, info@procap.ch, tél. 062 206 88 88, www.procap.ch **Compte pour les dons** IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1 **Direction de rédaction** Sonja Wenger **Ont collaboré à ce numéro** Laurent Duvanel, Miriam Hürlimann, Anna Pestalozzi, Markus Schneeberger, Dominik Sennhauser, Ariane Tripet, Erwin von Arx Irja Zuber **Traduction** Zélie Schaller, Intexto Magali Züblin, Nathalie Métral Kurkus **Versions traduzioni** Flavia Molinari Egloff, Ariane Tripet, Sonja Wenger **Illustrations** Jan Zablonier **Concept et layout** Corinne Vonaesch **Correction** db Korrektorat, Bern **Marketing des annonces** Contact : Larissa Spielmann, tél. 062 206 88 04, larissa.spielmann@procap.ch **Impression et expédition** Merkur Druck AG Gaswerkstrasse 56, 4900 Langenthal **Changement d'adresse** à signaler au Secrétariat romand de Procap, tél. 032 322 84 86 **Abonnement** annuel non-membres en Suisse CHF 20.-, à l'étranger CHF 40.-; ISSN 1664-4603 **Délai de rédaction** du n°1/2025 : 23 janvier 2025; parution le 3 mars 2025.

Faites un don avec  
**TWINT !**

Scannez le code QR avec  
l'app TWINT

Confirmez le montant et  
le don





Les amis ne peuvent pas toujours être là pour aider.  
Par contre, un monte-escaliers de Rigert, oui.

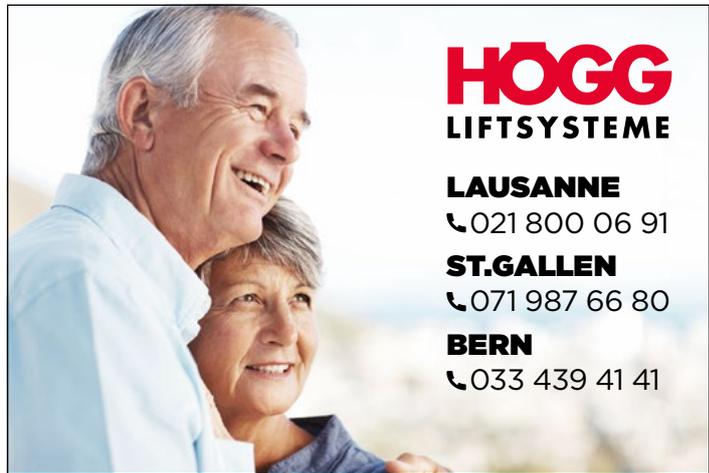


Consultation gratuite  
☎ 021 793 18 56  
ou voir [www.rigert.ch/fr](http://www.rigert.ch/fr)

Testez nos monte-escaliers avec siège & plateforme dans notre Showroom à Küssnacht am Rigi ou à Oensingen (SAHB)

**HÖGG**  
LIFTSYSTEME

**LAUSANNE**  
☎ 021 800 06 91  
**ST.GALLEN**  
☎ 071 987 66 80  
**BERN**  
☎ 033 439 41 41



## MONTE-ESCALIERS

LIFTS À PLATE-  
FORME  
LIFTS À SIÈGE  
HOMELIFTS



*Les experts en lifts*

[www.hoegglift.ch](http://www.hoegglift.ch)

5 ANS DE GARANTIE

### Solutions des casse-tête

De la page 20.

■ ■ ■ ■ N ■ ■ ■ M ■ ■ ■ U ■ ■ B ■ ■  
 M O N T D O R Z E I R E S ■ S E R A  
 M U L O T ■ A ■ C R E N E L E E ■ S  
 ■ R ■ S ■ B I B R A C T E ■ B ■ O I  
 ■ D I C K E R ■ O S L O ■ C U I R E  
 ■ I N A ■ R E ■ I ■ A L B U M ■ A ■  
 J E A N ■ C ■ B R U M E ■ R ■ L G V  
 ■ ■ P ■ P E L L E ■ A ■ S A L U E E  
 ■ P A R U S ■ E ■ P T ■ E C ■ T ■ I  
 ■ U I ■ B ■ A M E L I O R A T I O N  
 ■ I S E E ■ I I ■ I O ■ P O I N T E  
 ■ N E U R A S T H E N I E ■ R E A S  
 ■ E S T E S

REMUNERATION

### Sudoku

9	3	2	1	5	7	6	4	8
6	4	8	9	2	3	1	5	7
1	7	5	8	6	4	9	3	2
4	2	7	3	1	9	5	8	6
8	1	6	5	4	2	7	9	3
5	9	3	6	7	8	2	1	4
3	5	1	2	8	6	4	7	9
2	8	4	7	9	5	3	6	1
7	6	9	4	3	1	8	2	5

9	5	4	7	1	6	8	3	2
1	3	8	9	2	5	6	4	7
6	7	2	3	4	8	5	1	9
7	1	9	5	3	2	4	6	8
5	2	6	1	8	4	9	7	3
8	4	3	6	7	9	2	5	1
2	8	7	4	5	3	1	9	6
3	9	5	2	6	1	7	8	4
4	6	1	8	9	7	3	2	5

Chaque don aide  
et décuple la joie.  
De tout cœur,  
merci !

Je m'appelle Lara et pour Noël, je  
souhaite un monde dans lequel...

... tout le monde a les mêmes droits.  
... personne n'est méchant avec les  
personnes en situations de handicap.  
... tout le monde a assez d'argent  
pour acheter des cadeaux de Noël.  
... tout le monde peut monter dans  
tous les bus et dans tous les trains.

Simplement parce que c'est juste.



Chez Procap, nous souhaitons que les vœux de Lara se réalisent. Soutenez notre travail par un don et contribuez à rendre le monde un peu plus juste.

Vous avez la possibilité de demander à vos proches de vous offrir un don en faveur des personnes en situations de handicap plutôt que des cadeaux de Noël.

**Vous pouvez personnaliser un certificat de don sur notre site web, puis l'imprimer et l'offrir !**

**[www.procap.ch/offrir-un-don](http://www.procap.ch/offrir-un-don)**

Chaque don aide, merci beaucoup.

Faites un don avec  
**TWINT !**



Scannez le code QR avec  
l'app TWINT



Confirmez le montant et  
le don



**procap**

Pour personnes avec handicap.  
Sans compromis.

IBAN CH86 0900 0000 4600 1809 1