

Der rollende Bär



127. Ausgabe, Januar 2020



RSCB Club-Vorstand 2020

**Präsidentin/
Präsident** Vakant



**Vizepräsident/
Leiter
Rollstuhlsport** Stähli Markus
Husmatte
3127 Lohnstorf
P 031 809 08 61
markusstaepli@gmx.ch



Sekretär Müller Stefan
Reichenbachstrasse 122
Postfach
3001 Bern
N 079 792 30 72
stefan.mueller@rossfeld.ch



**Sekretariat/
Finanzen** Röthlisberger Michael
Oberfeld 29
3215 Lurtigen
N 079 530 00 88
michael@johnerline.ch



**Sozial- +
Rechtsberatung** Bosshard Simon
Hint. Engehaldenstrasse 34
3004 Bern
N 079 602 04 14
simon.bosshard@hotmail.com



Kultur + Freizeit Kull Hasler Gabriela
Mattstettenstrasse 6
3303 Jegenstorf
P 031 761 32 44
N 076 559 80 59
gabykull@gmail.com



**Kommunikation +
Marketing** Amport Louis
Kasthoferstrasse 10
3006 Bern
N 077 470 62 22
louis.amport@hotmail.com



Beisitzerin Bürgi Monika
Ryfweg 9
3232 Ins
N 079 564 78 12
mb.buergi@gmail.com



Beisitzer Bieri Martin
Jupiterstrasse 41
3015 Bern
P 031 859 35 94
N 079 651 95 81
martinbieri3@bluewin.ch

Aus der Redaktion

Auf ins 2020
aber nicht bevor ...

LOUIS AMPORT

Liebe Leserin
lieber Leser

Schon ist das Jahr 2020 da! Auch in diesem Jahr erwartet uns in der Berner-Rollstuhlspor-Welt einiges. Aber bevor der Bär voller Energie nach dem Winterschlaf ins neue Jahr startet, gibt es noch als kleinen Rückblick einige Berichte von Veranstaltungen, welche im Jahr 2019 stattgefunden haben.

Weiter möchte der Bär sich für dieses grandiose Jahr bedanken. Beim Vorstand, bei den Ressortleitern und deren Helfer/innen, den Sport-Teilnehmern, den Sponsoren, der Firma Ruch Druck, den freiwilligen Helfern und am wichtigsten: Bei DIR werte Leserin und werter Leser! Ohne euch alles gäbe es den RSCB nicht und auch der Bär würde nicht rollen!

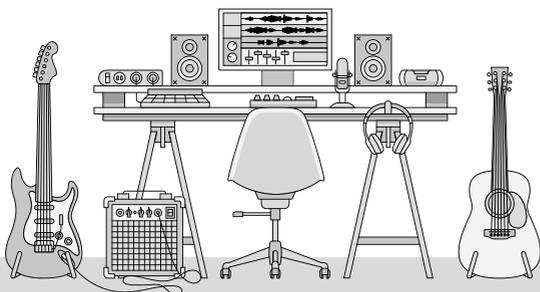
Mit diesen Worten, VIELEN DANK euch ALLEN und viel Spass beim Lesen der Ausgabe.

Wünscht der Bär



PROMOTON

www.promoton.ch



**Wir mischen auf.
Wir mischen ab.**

Ob Visualspot, Audio-
werbung, Storytelling oder
Ladenbeschallung: Promoton
ist Ihr Profi für Konzeption,
Produktion und Umsetzung
von Bild und Ton. Rufen Sie
uns an unter 031 311 00 22.
Wir beraten Sie gerne.



031 311 00 22



Promoton, Zentweg 17c, 3006 Bern



Hauptsponsor RSCB

hock'n roll ag, 3027 Bern, 031 922 28 00
info@hocknroll.ch, www.hocknroll.ch

So einzigartig wie ich mein Rollstuhl von hock'n roll

Aus dem Vorstand

.....
Nicht die Welt macht diese Menschen, sondern diese Menschen machen die Welt.

Elfriede Hablé
.....

MONIKA BÜRGI

Freiwilligentätigkeit

Ja, ich schreibe diesen Bericht freiwillig ..., jedenfalls beinahe.

Wie im Sommer angekündigt, melden wir uns jeweils mit einer kurzen Info aus dem Vorstand.

An einer Vorstandssitzung gab die Freiwilligenarbeit und deren Organisation einiges zu besprechen. So sahen wir zum Beispiel am Beta-Giro-Suisse, dass ohne Freiwillige so ein Anlass nicht durchzuführen ist. Es braucht diverse helfende Menschen: Streckenauskschafter, Stromerausleiher, Proviantverteiler, Leuteunterhalter, Restaurantreservierer, Übernachtungsortbeschreiber ...

Ungefähr 3000 Stunden Freiwilligen- und Ehrenamtlichkeit werden im RSCB jedes Jahr geleistet. Allgemein in Sportvereinen wird ein grosser Teil der Arbeit von Freiwilligen ausgeführt. Die Freiwilligentä-

tigkeit ist das Fundament des Schweizer Vereinssports. Zeitliche Flexibilität, zunehmende Individualisierung und geografische Mobilität der Menschen, wirken sich jedoch negativ auf Angebote mit fixen Zeit- und Ortsstrukturen aus. So beklagen viele Sportvereine Probleme, genügend Freiwillige zu finden, insbesondere um die Ehrenämter zu besetzen.

« Auch der RSCB wird
von den
Menschen gemacht ... »

Auch der RSCB wird von den Menschen gemacht ... um nochmals auf das Zitat einzugehen. Zum Beispiel von DIR mit deiner Mithilfe.

Ohne diese vielen Stunden geleisteter Freiwilligentätigkeit wäre so mancher Anlass nicht organisiert, die Kuchenauslage leer oder die Berichte im Bärli nicht zu lesen gewesen.

Der grösste Teil dieser Stunden entfallen jedoch auf die sportlichen Aktivitäten, wo für Trainings und Turniere oft mehrere Personen benötigt werden. Aber auch bei kulturellen Anlässen werden immer wieder Begleitpersonen gesucht, damit möglichst alle

RSCB-Mitglieder daran teilnehmen können. Ebenso für ehrenamtliche Tätigkeiten, sei es als Verantwortliche(r) eines Ressorts, einer Sportart, oder für die Arbeit im Vorstand, braucht es freiwilliges Engagement. Wie schwierig es ist, jemanden zu finden, zeigt sich beispielsweise nach Rücktritten. Unser Wunsch wäre, für die Mithilfe bei Anlässen auf einen Pool mit Freiwilligen zurückgreifen zu können. Momentan ist es noch so, dass sich meist dieselben Leute engagieren.

Könnten wir auf einen Pool voll möglicher Unterstützung zurückgreifen, kämen die verschiedenen Ressourcen der einzelnen Clubmitglieder besser zum Tragen.

So ein Pool entsteht natürlich nicht von selbst, doch er kann aufgebaut werden. Mit DIR!

Dürfen wir auf dich zukommen, wenn wir irgendwo Unterstützung benötigen?

Wenn ja, melde dich per Mail bei unserem Sekretär Steve Müller (stefan.mueller@rossfeld.ch). Schreibe ganz kurz wer du bist, wie du erreichbar bist und womit du den RSCB unterstützen kannst.

DANKE, für dein ganz persönliches, engagiertes Mitmachen.

Viel Freude beim Lesen und «es gesunds 2020»!



RSCGB

ROLLSTUHLCLUB BERN

garage schüpbach ag



Fahrzeugumbau

...für Personen mit einer körperlichen Behinderung

 Selbstfahren

 Beifahrer

 Verladesysteme

garage schüpbach ag

Metzgerhüsi 8
3512 Walkringen

Tel 031 701 22 32

www.garage-schuepbach.ch

fahrzeugumbau@garage-schuepbach.ch

Giro Suisse 2020

Gelungener Testevent im August 2019

MARKUS STÄHLI

Zum 40. Jubiläum der Schweizerischen Paraplegikervereinigung organisiert Rollstuhlsport Schweiz (RSS) einen Giro Suisse. Die 13-tägige Handbiketour startet am 25. August 2020 in Kriens und endet am 6. September 2020 in Nottwil.

Um erste Erfahrungen für einen solchen Anlass zu sammeln wurde ein Test-Giro-Suisse gestartet. Nach mehreren Sitzungen, Routenplanung mit Festlegung von Start und Ziel, Rekognoszierung der Strecken, Organisieren von Zwischenhalten mit Rolli-Toilette sowie von Übernachtungsmöglichkeiten war alles soweit vorbereitet.



Am 22. August 2019 starteten fünf Handbiker mit Begleitpersonen und Personen vom Giro-Suisse-OK in Freiburg. Der «Mini Giro Suisse» führte in vier Etappen und insgesamt 176 km von Freiburg über Bern nach Oensingen und Aarau zum Ziel in Nottwil. Ob mit E-Vorspann- oder Renn-Handbike, alle Teilnehmenden bewältigten die zwischen 40 und 56 Kilometer langen Etappen ohne nennenswerte Zwischenfälle.



Einige Handbiker absolvierten alle Teilstrecken, andere fuhren eine oder zwei Etappen mit. Bei den ersten zwei Etappen war nicht unbedingt Schwitzen angesagt, bei zähem Hochnebel, unangenehmer Bise und Temperaturen deutlich unter Zwanzig Grad war bei den meisten sogar eine gute Jacke angesagt. Beim ersten Etappenziel im Rossfeld waren alle froh, dass sie sich im Foyer etwas aufwärmen und verpflegen konnten. Dafür entschädigte das Wetter auf der zweiten Tourhälfte mit schönem Wetter und angenehmen Biketemperaturen.

« Informieren Sie sich unter www.girosuisse.ch »

Anhand der aus diesem Anlass gewonnenen Erkenntnisse, ist das OK von RSS mit Hilfe der lokalen Rollstuhlclubs zurzeit daran, den Giro Suisse 2020 definitiv zu planen und auszuschreiben. Interessierte können sich auf der Homepage www.girosuisse.ch informieren, sich für eine oder mehrere Etappen, oder gar für die ganze Tour anmelden.



Aufruf zur Mithilfe beim Giro Suisse 2020

Hast du Lust, im nächsten Frühherbst am Giro Suisse 2020 mitzuhelfen? So melde dich bitte bei markusstaehli@gmx.ch.

Folgende «Jobs» sind zu vergeben:

MI	02.09.20	Nachmittags	im Rossfeld	Athleten und Begleitpersonen empfangen
MI	02.09.20	Abends	Rest. Caledonia	Mithilfe beim Abendessen
DO	03.09.20	Vormittags	PP Bernexpo	Mithilfe beim Start zur Etappe 10

Kids und Sport

Der Pfau und der Dieb

MARION RÄDLE

Hat der Pfau den Dieb gestört? Oder war er nur zufällig in der Nähe?

Hat der Dieb den Pfau getötet? Oder ist der Dieb nur ein Dieb, der unsere Schatzkiste ausgeraubt hat? Woran dann ist der Pfau gestorben? Und wo sind all unsere Schätze?

Fragen über Fragen ...!

Und so machen die Rolli-Kids und ihre Geschwister einen Plan, wie sie den Dieb fassen und die Schätze zurückerobern können. Vorbei mit dem gemütlichen Wochenende auf dem Jenni-Hof in Ins, wo wir auch dieses Jahr wieder im Heu übernachten wollen.

Es fehlen nicht nur Wasserbomben, sondern auch unsere Glacé Gutscheine, Wasserpistolen, Seifenblasen und vieles mehr. Dafür



finden wir am Tatort ein Papiersäckli der Bäckerei Blank, aber noch viel wertvoller – eine «Versteck-Karte» – die der Dieb verloren haben muss.

Und tatsächlich finden wir beim Schulhaus die Wasserpistolen. Gut ausgerüstet und mit der Zeugenaussage der Bäckerin ziehen wir weiter zum Schlössli. Dort erfahren wir, dass der Pfau wirklich tot ist. Aber niemand weiss, was wirklich passiert ist. Wir sammeln die stolzen Pfauenfedern ein, finden noch das «Seifen-Blas-Set» und auch hier hat der Dieb Spuren hinterlassen, die uns zum Pferdehof führen.

Schon vor dem Mittagessen, haben wir ausser den Glacé Gutscheinen alles wiedergefunden. Um uns die Laune nicht zu verderben, fahren wir mit Handbike, Swiss-Trac und anderen Vehiceln trotzdem nach Müntschemier, um in der Gelateria einzukehren. Dort ist allerlei los. Aber ganz in der Ecke, sitzt ein seltsamer Bursche, barfuss (Gummistiefel haben wir am Tatort auch gefunden), der uns eigenartig vorkommt. Und die Verdachtsmomente verdichten sich... das muss der Dieb sein, der unsere Gutscheine in Glacé umgewandelt hat...?! Die Täterbeschreibung passt. Ein Gutschein liegt noch vor ihm auf dem Tisch. Er ist umzingelt. Kein Entkommen.

Als Strafe muss der reuige Dieb uns zum z'Nacht Hamburger vom Grill servieren. Und das ist echt lecker!!! Noch eine Gutenachtgeschichte, und dann hopp, ins Heu!

Am Sonntag bleibt noch genug Zeit, um zu spielen, plantschen, Trampolin zu springen und Seifenblasen zum Platzen zu bringen. Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr auf dem Jenni-Hof.



WÜTHRICH ORTHOPÄDIE

GARTENSTRASSE 1
3063 ITTIGEN/BERN
TEL. 031 922 04 14

SEIT 18 JAHREN DAS FACH- GESCHÄFT IN IHRER NÄHE

EINLAGEN NACH MASS (GRATIS FUSSBERATUNG)
KÜNZLISCHUHE, FINNCOMFORT
LAUFBAND MIT VIDEO-ANALYSE
ORTHESEN (KORSETT, KNIESCHIENEN, ETC.)
LENDENMIEDER NACH MASS
SITZSCHALEN-VERSORGUNGEN
STÜTZSTRÜMPFE, BANDAGEN
UNSEREN KUNDINNEN UND KUNDEN STEHEN
RESERVIERTE PARKPLÄTZE ZUR VERFÜGUNG.

BESUCHEN SIE UNS IM INTERNET:
WWW.WUETHRICH-ORTHOPAEDIE.CH



wir haben raffinierte Energie



Jahresschlusshöck 2019

Besser zu viel gegessen als zu wenig getrunken

FREDY HASLER

Treffpunkt zum diesjährigen Jahresschlusshöck ist das Hotel Kreuz in Bern gewesen.

Schön, haben wieder so viele teilgenommen. Wie schon einmal vor ein paar Jahren sind wir in zwei «Portionen» eingetroffen: Die Einen sind zur vorgesehenen Zeit eingetrudelt, während die Powerchairhockeyaner wegen einer Matchverschiebung erst später

haben zu uns stossen können. Trotzdem hat sich fast der ganze Tross (Spieler, Trainer, Begleiter, etc.) zur Teilnahme am Jahresschlussessen entschieden.

Hut ab!!!

Wie üblich ist ordentlich getratscht, das vergangene Jahr durchgenommen, über das vor der Tür stehende neue Jahr «philosophiert» oder ganz einfach der Abend genossen worden.

Es ist ein gemütlicher und vergnügter Abend gewesen. Vielen Dank an Gaby für die Organisation.



Inklusion in der Turnhalle Rossfeld

OpenSunday – Die offene Turnhalle für Kinder

LOUIS AMPORT

(Standortleiter OpenSunday Rossfeld)

Bereits seit 20 Jahren gibt es die Stiftung IdéeSport. Sie engagiert sich im Bereich der Kinder- und Jugendförderung in der Schweiz und nutzen den Sport als Mittel der Suchtprävention, der Gesundheitsförderung und der gesellschaftlichen Integration. Die Stiftung realisiert das Projekt «OpenSunday – Die offene Turnhalle für Kinder», wo sich Kinder im Primarschulalter nach Herzenslust bewegen andere Kinder begegnen können. Diese offenen Sonntage finden jeweils in den Wintermonaten an vielen Standorten in der Schweiz statt, so auch in der Turnhalle der Primarschule Rossfeld.

Am 17. November 2019 wurde das Jubiläum der Stiftung IdéeSport gefeiert, in diesem Rahmen fand das IdéeSport-Wochenende an diversen Events statt. Im Rossfeld fand dieser spezielle Sonntag ganz im Rahmen der Inklusion statt. Das heisst, die Kinder hatten die Möglichkeit, diverse Handicaps zu simulieren. Beispielsweise gab es einen Blinden-Parcour, den die Kinder mit verbundenen Augen absolvierten. Weitere Möglichkeiten gab es, war das Simulieren von diversen Einschränkungen

durch Lähmungen an oberen oder unteren Extremitäten.

Olivier – ein Basketballer – kam auch zu Besuch. Durch einen Unfall fehlen Olivier die Beine. Die Kinder konnten ihn nach Lust und Laune mit Fragen löchern.

Der Anlass gab den Kindern sicherlich einen tieferen Einblick, was es heisst, ein Handicap zu haben. Aber gewiss förderte er auch ein grösseres Verständnis, dass sportliche Aktivitäten auch mit einem Handicap möglich sind. Die jugendlichen Coaches – welche jeweils die Kids während den OpenSunday betreuen – zeigten sich ebenfalls sehr von Olivier beeindruckt.

Die Stiftung IdéeSport und auch das OpenSunday Rossfeld danken Olivier und dem RSCB vielmals, dass das Jubiläum mit dem Schwerpunkt Inklusion gestaltet werden konnte und für die Unterstützung.

Merci viu Mau!



Ihr Partner im Kt. Bern für Goldmann Deckenlifter



Hilfsmittelzentrum Thun
Max Jung AG



für mehr Mobilität...

Max Jung AG
Eisenbahnstrasse 62
3645 Thun-Gwatt

Erholung!

Die beste Medizin um sich zu **regenerien** kommt aus der **Natur**. Wir beraten Sie gerne über unser **grosses Angebot**.

stern  apotheke

Stern Apotheke Worb – L. und U. Salzmann-Wachter
Bahnhofstr. 20, 3076 Worb – T 031 839 64 54
www.pharmexpert.ch



RSCGB
ROLLSTUHLCLUB BERN



Bewegung – Spiel – Spass bzw. «MoTu»

Jahresbericht 2019

MONIKA, BRUNO, GÜNTER, ANDREA
(Leiterteam)

Seit 7 Jahren fährt Montag für Montag kurz vor 20 Uhr – oder knapp danach – eine aufgestellte Truppe in der Rossfeld Turnhalle ein. So unterschiedlich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auch sind, so spannend und abwechslungsreich werden wir Leiter mit kleinen und weniger kleinen Überraschungen und Herausforderungen in den folgenden 2 Stunden beschenkt. Auch im vergangenen Jahr haben sich wieder neue Interessierte in unsere

Gruppe gesellt, sich frei und flexibel hineingerollt – Danke euch allen für jede geteilte Turnstunde und eine Rekordbeteiligung: Mit durchschnittlich 15 Personen pro Training war die Halle im MoTu so gut wie noch nie belegt!

Das Einfahren mit Musik dient nicht nur dem Aufwärmen und Vorbereiten der noch kühlen Glieder auf das kommende Turnprogramm. Der parallel laufende Austausch zur vergangenen Woche, z. B. über neu erworbene oder erweiterte Bastel- und Backerrungenschaften oder über Ideen für eine «Selbsthilfegruppe» für Frischrentner, wird mit Ernsthaftigkeit und nach dem abendtreuen Motto «Spass» angegangen.



« Bewegung und Spiel macht viel Spass »»

Im Hauptteil wird es dann etwas «ernster». Die Leiter Monika, Bruno, Günter und Andrea lassen sich jede Woche ein anderes Programm einfallen: Mit Circuit-Übungen werden Koordination, Kraft und Ausdauer trainiert, jeder nach seinen Möglichkeiten. Bei verschiedenen Spielformen geht es einerseits um das Training der Wurf- und Fangtechnik und andererseits auch um die Verbesserung der Taktik, damit das Spiel spannender wird. Ab und zu gibt es auch ein Postentraining mit Würfeln, eine «Netzstunde» mit allem, was man darüber werfen kann oder ein Unihockeytraining. Jeder sucht individuell nach Tagesform seine Belastungsgrenze, was im gemeinsamen Spielteil im Anschluss an den Hauptteil ab und zu auch zum persönlichen Überschreiten der sinnvoller körperlichen Schwelle kommen kann.

Nach der Sommerpause 2019 sind wir wieder traditionell mit unserem Handbike-Velo-Abend in die zweite Jahreshälfte gestartet. Bei wunderbarem Wetter bleiben die gemeinsamen Kilometer auf Rädern und das anschließende gesellige Beisammensein im «staubigen Esel» Mattstetten in schöner Erinnerung. Bereits im ausklingenden Jahresabschnitt gesellte sich dann die ganze Truppe von

25 Personen zum gemeinsamen Pizzaabend. Unzählige Lacher und ein äusserst zuvorkommendes, flexibles und freundliches Servicepersonal schenkten uns einen unvergesslichen Abend – Danke Bella Vita und DANKE liebe MoTurner und MoTurnerinnen!

Mit den erwähnten Inhalten werden wir das Angebot ähnlich wie in den Vorjahren auch im 2020 gestalten. Das Leiterteam bleibt stabil, wobei das inzwischen jahrelang bewährte Co-Team Monika und Bruno ab 2020 die Ressortleitung und die MoTu-Leitung offiziell als Co-Leitung weiterführen wird. Günter und Andrea bleiben uns allen als tatkräftige und aufmerksame Leiter wie bis anhin erhalten.

Wir wünschen unseren Teilnehmenden ein möglichst gesundes, mit viel Bewegung – Spiel und Spass gefülltes 2020!



Powerchairhockey – Rolling Thunder Bern

Jahresrückblick 2019 – Ein anspruchsvolles Jubiläums- Jahr für die Rolling Thunder

PHILIPPE AMANN

Das Kalenderjahr 2019 hielt vielfältige Herausforderungen für unseren Verein bereit. Sportlich gesehen war vor allem der 4. Schlussrang in der NLA-Saison 2018/19 eine Enttäuschung und sicherlich nicht das Resultat, welches wir uns alle vorgestellt hatten. In der NLB erreichten wir einen Mittelfeldplatz. Wichtiger als der Schlussrang war uns dort jedoch die Weichenstellung für

die kommende Saison, vor allen Dingen die Weiterentwicklung in Sachen Trainings-Präsenz und spieltaktischem Verständnis.

Zu Beginn der aktuellen Spielzeit (ab August 2019) durften wir einen neuen Akteur in unseren Reihen willkommen heissen. Jan Schäublin, in den vergangenen Jahren stets eine Herausforderung für unser Team als gegnerischer Spielmacher der zeka-Rollers Baden, wechselte das Trikot und konnte sich sogleich beim internationalen Turnier in Eindhoven an sein neues Team und die Mitspieler gewöhnen. Es resultierte der bei diesem hochkarätig besetzten Turnier vielversprechende 5. Rang.





Zum Start in die neue NLA-Saison galt es, einige materialtechnische und personelle Herausforderungen zu managen. Wir lösten die Situation mit sechs Punkten aus drei Spielen gut, wobei in der letzten Partie gegen den amtierenden Schweizermeister aus Zürich ein besseres Abschneiden möglich gewesen wäre.

Anschliessend an den sportlichen Teil feierten wir in der Stiftung Rossfeld unser 15-jähriges Bestehen. Es ist immer wieder wertvoll, kurz innezuhalten und Vergangenes Revue passieren zu lassen.

Den 2. Spieltag im November schlossen wir ebenfalls mit sechs Punkten ab. Damit liegen wir nach der Hälfte der aktuellen Spielzeit mit 12 Punkten auf Rang 2, sechs Zähler hinter den bisher verlustpunktlosen Iron Cats A aus Zürich.

In der NLB ist bisher ein Spieltag absolviert. Eine insgesamt solide Leistung resultierte in der ausgeglichenen Bilanz von drei Siegen, ebenso vielen Niederlagen und dem 4. Rang im Zwischenklassement.

Kader-Entwicklungen und Ausblick auf das kommende Jahr

Im Laufe des Jahres 2019 gelang es uns, einige interessierte, junge Rollstuhlsportler in unsere Sportart einzuführen. Es wird spannend zu beobachten sein, wie sie sich entwickeln. Selbstverständlich sind wir sehr froh, neue Spieler dazugewinnen zu können, da dies auch für die Zukunft des Vereins äusserst wichtig ist.

Was das Jahr 2020 betrifft haben wir uns vorgenommen, nochmals alle Kräfte für

den Gewinn des Meistertitels in der NLA zu bündeln. Natürlich wissen wir, dass dieses Unterfangen in der momentanen Situation kein leichtes wird. Wir glauben jedoch an unsere Fähigkeiten und daran, dass wir uns stetig verbessern und weiterentwickeln können. In der NLB wird diese Weiterentwicklung ebenfalls von zentraler Bedeutung sein, damit wir den soliden Saisonstart auch in eine insgesamt erfolgreiche Spielzeit ummünzen können.

Auf internationalem Parkett haben wir erneut einen Einsatz geplant. Durch diese Auftritte ist es uns möglich, Erfahrungen gegen Spitzenmannschaften zu sammeln, daran zu wachsen und Fortschritte im spielerischen sowie taktischen Bereich zu erzielen.

Dankeschön an Sponsoren, Fans und Helfer

« Ein riesen Dank
für die Unterstützung »

Ohne unsere Sponsoren sowie den zahlreichen Fans und Helfern könnten wir den Sport nicht auf diesem Niveau ausüben. Für die geleistete Arbeit und Unterstützung während des Jahres 2019 danken wir ganz herzlich und hoffen, auch in Zukunft darauf zählen zu können.

Ein Team, ein Ziel – Thunder!



Kinderrollstuhlsport 2019

Jahresrückblick 2019 – buntes Ein Jahr

MONIKA BÜRGI

Kunterbunt die Durchmischung der Kinder. Buntgewebt und spannend das Geflecht der Beziehungen untereinander.

Vielfältig und farbenfroh waren auch die beiden Ausflüge.

So erlebten wir die Herausforderung, bis zu 15 Kinder mit ganz unterschiedlichen Voraussetzungen in unserer Gruppe zu trainieren. Was uns nicht immer gleich gut gelang. Diese Tatsache liess uns Diverses ausprobieren und uns manche Stunde nach Lösungen suchen.

Wir teilten die Gruppe auf, trainierten solange wie möglich auch Draussen auf dem Pausenplatz und im Gang oder halbierten die Halle. So konnten wir unsere Trainings wieder anspruchsvoller für die einen und angepasster für die andern gestalten.

2019 machten auch einige fleissige Rollisportkinder eine Pause, fanden «ihre Sportart» oder beendeten die Teilnahme am Training aus persönlichen Gründen. Euch allen wünschen wir von Herzen viel Spass, neue

Erlebnisse und gutes Gelingen. Wir sagen ein grosses Merci für euren Einsatz, die Freude und das Lachen, das ihr ins Training gebracht habt ...

Unsere beiden Ausflüge waren erlebnisreich

Im August trafen wir uns zu einem Detektiv Wochenende in Ins. Schon fast zur Tradition wurde das Schlafen auf den Strohbetten. Dieses Jahr war es deutlich wärmer, und so konnten wir am Sonntag noch ausgiebig baden.

Wir alle wurden zu spitzfindigen Detektiven und machten uns auf Spuren- und Tätersuche in ganz Ins. Unsere Schatzkiste mit den vielen Spielen und vor allem auch mit den Glacegutscheinen für den Sonntag wurde aufgebrochen. Es herrschte ein grosses Durcheinander. Doch der Dieb liess einige Spuren zurück. Den ganzen Tag verbrachten wir damit, im und ums Dorf nach weiteren Hinweisen zu suchen. In der Bäckerei nach dem Täterprofil zu fragen und endlich dem Geheimnis des schreienden Pfaus auf die Spur zu kommen ... In Müntschemier in der Gelateria sass dann gegen Abend tatsächlich eine etwas unheimliche Gestalt, welche zu unserem Täterprofil passte. Und siehe da, er hatte einiges mit dabei, was wir vermissten. So gönnte er sich mit unseren Gutscheinen schon einige Gelatis ... Nach einem ersten

Verdacht ging es dann plötzlich schnell (wir hatten ja zum Glück alle unsere Wasserpistolen dabei) und der Dieb konnte überführt und mitgenommen werden. Nach einem Fluchtversuch auf dem Rückweg konnten wir ihn erneut einfangen. Um seine Tat wieder gut zu machen, bot uns der Dieb an, für uns alle zu kochen. Es gab herrlich feine Hamburger vom Grill. Wir haben ihm verziehen.

Im Frühling übten wir uns im ÖV fahren. Billett lösen, Fahrplan studieren, Weg suchen ... Ein und Aussteigen. In drei Gruppen und auf ganz verschiedenen Strecken, suchten wir den Weg auf den Gurten. Die Chugelibahn, feines Essen und das gemütliche Zusammensein liessen die Zeit wie im Flug vergehen. Tipps Tricks und Erfahrungen austauschen und schon geht's weiter... Das nächste Ziel ist der Haupteingang im Dälhölzli. Für einige bedeutet dies ein län-

gerer Weg der Aare nach zu fahren. Zug Tram Bus, Gurten und Marzilibähnli ... mit allem waren wir heute unterwegs! Nach der Besichtigung im Vivarium und einem Rundgang durch den Zoo stärkten wir uns bei einem Zvieri, bevor dann noch unsere letzte Tour, die Rückreise zum Bahnhof, auf uns wartete. Ganz mutige führen anschliessend mit der Erfahrung des Tages im Rucksack, allein mit dem Zug nach Hause. Ein erlebtes Stück Freiheit!

Marion, Irina und Louis ganz herzlichen Dank für euren Einsatz. So erlebnisreiche Ausflüge, spannende Spurensuche und abwechslungsreiche Trainings wären ohne euch nicht möglich. Aber noch viel wichtiger seid ihr, die mit Freude, Ehrgeiz und meist guter Laune am Freitag nach Schulschluss noch voll Energie ins Training kommen ... Schön, mit euch zu trainieren!



Druckerei Ruch AG
Worbentalstrasse 28
3063 Ittigen
Tel. 031 921 11 16
www.ruchdruck.ch

regional

Mehr Power für Ihre Printmedien!

- Wir begleiten und beraten Sie bei der Entwicklung Ihrer Idee
- Wir realisieren Printmedien bis zum Format von 90 x 128 cm
- Wir personalisieren und versenden Ihre Mailings














Von der Kinder-, Alltags- bis hin zur Seniorenversorgung: Die umfassende Rehabilitation aus einer Hand!



Sponsor des RSCB

Sunrise Medical AG

Erlenauweg 17
 CH-3110 Münsingen
 Fon 031 958 3838
info@sunrisemedical.ch
www.SunriseMedical.ch



Wusstest du schon...

... dass die SBB ihre Handicap-Seite einem Refresh unterzogen hat?

Ab Fahrplanwechsel (Dezember 2019) gibt es verschiedene Neuigkeiten im Bereich Information und Kommunikation für Reisende mit eingeschränkter Mobilität:

- **Neue Einstiegsseite** auf der SBB-Homepage
<https://www.sbb.ch/de/fahrplan/reisehinweise/reisende-mit-handicap.html>

Sie wurde neu strukturiert und mit neuen Inhalten angereichert. Der Bereich «Reisende mit eingeschränkter Mobilität» wurde unter «Fahrplan» migriert.

- **Neue Übersichtskarte** für Personen mit eingeschränkter Mobilität
<https://www.sbb.ch/de/fahrplan/reisehinweise/reisende-mit-handicap/uebersichtskarte-ingeschraenker-mobilitaet.html>

- **2 Erklärvideos** zeigen, wie man die Barrierefreiheit der Verbindungen im Online-Fahrplan und auf der SBB Mobile App kontrolliert.

<https://www.sbb.ch/de/fahrplan/reisehinweise/reisende-mit-handicap/erklavideos.html>

- Die Struktur der Informationen wurde angepasst. Damit der Kunde möglichst autonom mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sein kann, hat die SBB alle Informationen zum barrierefreien Reisen auf derselben Unterseite zusammengestellt.
- Die Broschüre «Barrierefrei unterwegs 2020» ist sowohl online als auch in Papierform aufbereitet. Die ausgedruckte Version liegt an den Bahnhöfen auf.

Preise für Inserate im Bärli

		1 Ausgabe	2 Ausgaben	3 Ausgaben
1/1 Seite A5	210 x 148 mm	CHF 200.00	CHF 250.00	CHF 275.00
1/2 Seite A5	105 x 148 mm quer	CHF 100.00	CHF 150.00	CHF 175.00
1/2 Seite A5	148 x 105 mm hoch	CHF 100.00	CHF 160.00	CHF 180.00
1/4 Seite A5	72 x 105 mm hoch	CHF 60.00	CHF 80.00	CHF 100.00

Verantwortliche 2020

Basketball	Muhammamin Mustafa Quellenweg 6 3003 Bern-Wabern	N 079 702 17 99 mustafa.muhammamin@gmx.ch
Kinder-Rollstuhlsport	Bürgi Monika Ryfweg 9 3232 Ins	N 079 564 78 12 mb.buergi@gmail.com
Tetra Rugby	Röthlisberger Michael Schwirrenstrasse 4 3150 Schwarzenburg	N 079 530 00 88 michuroe@gmx.ch
Tischtennis	Pfister Heinz Schützenfahrstrasse 15 3115 Gerzensee	P 031 781 10 45 N 079 222 70 60 heinz.pfister@bluewin.ch
Powerchairhockey	Pulver Isabelle Kappelisackerstrasse 44 3063 Ittigen	N 078 756 49 19 isabelle.pulver@rossfeld.ch
Curling	Bolliger Manfred Hauptstrasse 36a 3033 Wohlen	P 031 911 41 85 N 078 404 91 90 m.bolliger04@gmx.ch
Bewegung, Spiel & Spass	Kunz-Fuchs Monika Kunz Bruno Ischlag 21 3303 Jestorf	P 031 761 21 74 N 079 176 86 07 monika.kunz-fuchs@swissonline.ch

Goldsporen

www.hocknroll.ch

hock'n roll

Das Fachgeschäft für Rollstühle



Hilfsmittelzentrum Thun

Max Jung AG

www.maxjung.ch



für mehr Mobilität... →

Partner

www.rossfeld.ch

rossfeld

Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld Bern

www.betax.ch

BETAX

macht mobil

www.easycab.ch

easyCab
medical

www.krebs-bern.ch



MASCHINENCENTER KREBS AG

ELEKTROWERKZEUGE MOTORGERÄTE

Gönner

www.ypsomed.com

YPSOMED
SELF CARE SOLUTIONS

Seit 1. Januar 2019 hat der RSCB eine neue Buchführungsstelle:

Rollstuhlclub Bern

JTS Johner Treuhand Services

Oberfeld 29

3215 Lurtigen

Sekretariat / Finanzen

Telefon +41 31 751 20 70

E-Mail jts@johnerline.ch

Internet www.johnerline.ch

P.P.

3001 Bern
Post CH AG



Via Smartphone ins Internet

Adresse Redaktion «Der rollende Bär»:

Rollstuhlclub Bern
JTS Johner Treuhand Services / Sekretariat
Oberfeld 29
3215 Lurtigen

info@rscb.ch, www.rscb.ch

Gratisversand an Aktive, Passive u. Freunde des RSCB

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:

30. April 2020

Rollstuhlclub Bern
PC 30-25368-7 / IBAN CH09 0900 0000 3002 5368 7

RSCB
ROLLSTUHLCLUB BERN
www.rscb.ch