



Mittagspause mit Aussicht auf Scharmoin.

werden können. «Es braucht Unterstützung», bestätigte Kursleiter Nikolai Kiselev, der seit fünf Jahren für Plusport tätig ist. Das Bewusstsein für die Bedürfnisse der Menschen mit einer psychischen Behinderung sei in der Gesellschaft noch zu wenig vorhanden. Er und zwei weitere Leiter, die für diese Aufgabe entsprechend ausgebildet sind, betreuen die motivierten Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer. Für die Tour von Lenzerheide nach Arosa hatte die Gruppe wohl einen der herrlichsten Wintertage dieser Saison erwischt. Start in Valbella war am letzten Samstag bereits

um 8.20 Uhr. Obwohl die Nachtruhe wegen der Olympia-Feiern, die in der Jugi stiegen, wohl etwas zu kurz kam, übernahm Kursleiter André als Tour-Guide die Spitze. Nicole, die auch Skilehrerin ist, übernahm die Rolle des «Besenwagens», wie Roland bemerkte.

Zur Mittagszeit hatte die aufgestellte Truppe bereits wieder die Rothorn-Mittelstation erreicht, wo zum Glück für die Plusport-Gruppe Platz im Bergrestaurant «Scharmoin» reserviert war. Der Prachts- tag hatte sehr viele Wintersportler auf die

Piste und für eine Pause in die Berggastro- nomie gelockt. Trotzdem hatte sich die ganze Gruppe rasch das Mittagessen in der Selbstbedienung zu- sammengestellt, fand Zeit für angeregte Unterhaltung, und selbstverständlich wurden dann auch noch die Smartphones ge- checkt, bevor auf der Sonnenterrasse die Kaffeezeit genossen wurde. Mit einer La- gebesprechung wurden die verschiedenen Optionen für den Nachmittag besprochen. Ab auf den Gipfel, war der einstimmige Beschluss. Und so schwebte die Gruppe dem Rothorn entgegen. Wie sagte doch Kursleiter Nikolai: «Wir sind sehr flexibel. Es geht nach dem Wunsch der Leute.» Ja klar, schliesslich sind das ja ihre wunder- vollen Tage im Schnee auf der Lenzerhei- de. Es steckt noch viel Entwicklungspoten- zial im Camp. Vielleicht liegt mal noch mehr drin als nur einmal im Winter drei Tage. Und vielleicht spornen die diesjähri- gen Teilnehmerinnen und Teilnehmer wei- tere Kolleginnen und Kollegen zur Teilnah- me an, sich auf diese neue Erfahrung einzulassen.

Die grosse Tour nach Arosa

INTEGRATION DURCH SPORT

Plusport fördert seit 1960 als Dachverband die Integration von Menschen mit einer Behinderung durch Sport (12 000 Mitglieder). Nachwuchs-, Breiten- und Spitzensport werden gefördert. Zielsetzung: Förderung der Gesundheit, körperliche Fitness, Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen stärken. Integration wird in unserer Gesellschaft vielfach als Selbstverständlichkeit angenommen, aber nicht so gelebt. Im Sport können sich Menschen mit und ohne Behinderung begegnen und gemeinsam Bewegung und Freude erleben. Inklusion ist ein Gesellschaftskonzept, bei dem sich jeder Mensch unabhängig von Alter, Geschlecht, Religion, Nationalität, Bildung und einer allfälligen Behinderung der Gemeinschaft zugehörig fühlen kann. In einer inklusiven Gesellschaft wird niemand ausgegrenzt und Unterschiedlichkeit nicht nur toleriert, sondern als selbstverständlich betrachtet. «Normal» ist nur, dass alle Menschen unterschiedlich sind und eben auch unterschiedliche Bedürfnisse haben. In der UN-Behindertenrechtskonvention ist Inklusion als Menschenrecht festgeschrieben.



Plusport-Kursleiter Nikolai Kiselev informiert über die nächsten Eckpunkte für den Nachmittag.

Anzeige

**Testen Sie jetzt
die neuen Modelle
18/19**

beim Ski-Spezialisten

**ALEXANDER
SPORT** Valbella