

Früher Überlebensnerv, heute Traumjob

Olten Sonja Häslar ist berufsmässig für Procap Reisen und Sport hie und da auch als Hoteltesterin unterwegs

VON ADRIANA GUBLER

2005 war der Procap-Ferienkatalog für Menschen mit Handicap «Überlebensnerv» von Sonja Häslar, heute wirkt sie unter anderem als Hoteltesterin bei dessen Produktion mit – und hat so ihren Traumjob gefunden.

Im vergangenen Sommer verbrachte die gebürtige Berner Oberländerin Häslar beruflich drei vollgepackte Tage in London: «Wir sind von einem Hotel zum nächsten geeilt, haben Notizen und Fotos gemacht. Selbst am Tag der Abreise rekonoszierten wir noch ein Hotel», erzählt Häslar. Wenn die Hoteltesterin mit ihren Argusaugen auf Erkundungstour geht, dann achtet sie sich auf viele kleine Details wie beispielsweise die Tischhöhe. «Wenn die Tische zu niedrig sind, können Personen im Rollstuhl gar nicht nahe genug an den Tisch rollen», erklärt Häslar, die seit gut einem Jahr bei Procap Reisen und Sport an der Froburgstrasse in Olten eine 30-Prozent-Stelle inne hat. «Wenn nun eine Person mit Behinderung bei uns anklopft, weil sie einen Städtetrip nach London machen möchte, können wir Hotels empfehlen und mit Erfahrungen etwa im öffentlichen Verkehr weiterhelfen. Dieser Service, der anderen Menschen direkt zugute kommt, gefällt mir an meiner Tätigkeit.»

Katalog von 2005 als Mutmacher

Die in Basel wohnhafte Fachfrau in Behindertenfragen fragt bei ihren Erkundungsbesuchen auch jeweils nach, ob das Hotel für Gäste mit geistiger Behinderung offen ist, und welche Einrichtungen für Menschen mit Seh- und Hörbehinderung vorhanden sind. Ihre Erkenntnisse fliessen in Kundenberatungsgesprächen, aber auch in den Procap-Ferienkatalog ein, der einmal jährlich erscheint.



Sonja Häslar: «Reisen bedeutet aus dem Alltag auszubrechen.» BKO

Für Häslar hatte der Katalog 2005 eine ganz spezielle Bedeutung. Als sie – nach einem Schädel-Hirn-Trauma – im Krankenhaus weilte im Wissen, künftig auf einen Rollstuhl angewiesen zu sein, fiel ihr eher zufällig der Procap-Ferienkatalog in die Hände. «Das war damals mein Überlebensnerv», sagt die 34-Jährige. «Ich bin im Berner Oberland aufgewachsen. Seit ich mich erinnern kann, habe ich Wanderschuhe, Skis oder Turnschuhe an den Füessen.» Die verschiedensten Angebote im Procap-Ferienkatalog – von Badeferien über Rundreisen und Sprachaufenthalten bis Aktivwochenenden – haben ihr damals nach dem tragischen Unfall klar gemacht, dass es trotz des Rollstuhls noch viele Möglichkeiten gibt, die Welt und die Natur zu entdecken und zu erleben. Sie erinnert sich: «Ich kannte in der 2005-Ausgabe alle Angebote in- und auswendig, so lange und fasziniert habe ich den Katalog studiert.»

Projekt Trekking-Rollstuhl

Es dauerte nicht lange und Bewegungsmensch Häslar buchte ein Padelwochenende, das sie im Ferienkatalog fand. Dort kam sie mit ihrer jetzigen Chefkin Helena Bigler ins Gespräch. Daraus ergaben sich für Häslar vorerst die Mitarbeit an einzelnen Procap-Projekten und später ihre jetzige Anstellung. «Das ist für mich ein absoluter Traumjob. Ich kann meine Ideen und Vorstellungen einbringen und helfe damit anderen Menschen.» So war sie unter anderem bei der Entwicklung des Trekking-Rollstuhls «Protrek», der in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Nordwestschweiz entstanden ist, mit dabei.

«Menschen, die auf den Rollstuhl angewiesen sind, können mit dem «Protrek» die Berge erleben», sagt Häslar, die es selber immer wieder in die Höhe und den Schnee zieht.

Neue Erfahrungen auf Reisen

Überhaupt ist Reisen eine grosse Passion von Häslar: «Kulturen und Sitten fremder Länder kennen zu lernen, ist ein Grundbedürfnis. Reisen bedeutet, auszubrechen aus dem Alltag – für einige Menschen mit Behinderung ist es der Ausbruch aus dem Heimalltag.» Man müsse sich auf Neues einlassen können. «Die Handgriffe sind auswärts nie so optimal angebracht wie zu Hause.» Das biete aber auch Chancen. «Manchmal entdeckt man dadurch, dass man eine Alltagsaktivität auch auf andere Weise verrichten kann.»

Für Häslar selber geht es beim Reisen auch darum, Grenzen auszuloten. «Für Menschen mit einem Handicap sind die Grenzen ohnehin schon enger gesteckt, wenn man sich immer nur schön innerhalb dieser bewegt, kann das auf Dauer langweilig werden.» Der Norden, insbesondere Schweden, haben es der 34-Jährigen reisetechisch angetan. «Ich bin nicht der Typ für Badeferien, ich gehe lieber paddeln und geniesse die Natur beim Sport. Kürzlich hat es sie allerdings in den Süden gezogen: Häslar stand an der Rollstuhlbadminton-WM in Guatemala auf dem Feld – und dies mit Erfolg: Einen ganzen Medaillensatz brachte sie nach Hause. Nach dem Turnier standen noch zwei Wochen Rundreise auf dem Programm. Wenn man schon so weit fliegt, muss man das ja fast», sagt sie und schmunzelt.

«Wir sind in London von einem Hotel zum nächsten geeilt.»

Sonja Häslar, Hoteltesterin

Beratungen

AARAU

Krebsliga Aargau: Unter Tel. 062 834 75 75 oder per Internet unter www.krebsliga-aargau.ch bietet die Aargauer Krebsliga Beratung für Menschen mit Krebs sowie für deren Umfeld an. **Der solothurnische Verein für Schuldensanierung** und die **Fachstelle für Schuldenfragen Aargau** haben fusioniert und wurden per 1. Januar 2011 zur **Schuldenberatung Aargau - Solothurn:** Infos unter www.ag-so.schulden.ch abrufbar

SOLOTHURN

Selbsthilfegruppe für Menschen mit chronischen Schmerzen: Jeweils am ersten Samstag im Monat. Infos unter Tel. 062 296 93 91 oder info@selbsthilfe-so.ch

OLTEN

Alzheimerfragen Kanton Solothurn: Anlauf- und Informationsstelle, Montag bis Donnerstag, Telefon 062 287 10 29, Beratung und Information zu Demenz und Alzheimer, c/o Pro Senectute Kanton Solothurn - Fachstelle für Altersfragen Olten-Gösgen, Martin-Disteli-Str. 2, Olten. Infos: www.alz.ch/so/html

Alzheimer- oder andere Demenzkrankengehörigen-Gesprächsrunde: Angehörige aus der Region Olten-Gösgen und Thal-Gäu treffen sich monatlich zur Gesprächsrunde. **Nächstes Datum:** Donnerstag, 19. Januar 2012, 14 Uhr. Auskunft/Anmeldung: Tel. 062 287 10 20 oder 062 287 10 29

Benevol Kt. Solothurn: Die Beratungs- und Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit an der Ringstr. 17 ist montags, dienstags und donnerstags von 8.30–11.30 Uhr geöffnet oder nach tel. Vereinbarung unter 062 212 26 45. Infos: www.benevol-so.ch oder E-Mail: info@benevol-so.ch

Diabetesfachberatung im Kantonsspital Olten: Auskünfte von Montag bis Freitag, 9–16 Uhr, unter Tel. 062 311 43 49, Fax 062 311 54 03 oder E-Mail: diabetes_ol@spital.ktso.ch
Die Energieberatung der Umweltfachstelle findet jeweils donnerstags (ausser Schulfreien) von 17–18 Uhr oder nach tel. Absprache unter 062 212 91 70, im Stadthaus, 6. Stock, Raum 606, statt
Equilibrium – Olten West: Die Selbsthilfegruppen zur Bewältigung von Depressionen treffen sich alternierend zweimal im Monat am Montag um 19.30 Uhr vor dem Kapuzinerkloster in Olten
Equilibrium (Gleichgewicht) – Selbsthilfegruppe für psychisch Kranke Olten und Umgebung: Die Treffen finden jeden 1. und 3. Dienstag im Monat um 19 Uhr bis ca. 21 Uhr im Tagesheim Sonneggstr. 11 in Olten statt. Auskünfte, An- und Abmeldungen bei Fredy Obrist, Tel. 062 791 54 23,

oder fredy.obrist@bluewin.ch

Die Fachstelle Olten – Beratung und Information für Gehörlose und Hörbehinderte – ist von Montag bis Mittwoch, 14–18 Uhr, und am Donnerstag, 14–17 Uhr, geöffnet. Infos unter Tel. 062 212 42 64 oder info.olten@gehoroosenfachstellen.ch

Fachstelle für Beziehungsfragen Kanton Solothurn: Beratungsstelle für Ehe- und Lebensfragen sowie Beratungsstelle für Schwangerschaft und Familienplanung, Hammerallee 19; Auskunft unter Tel. 062 212 61 61 oder olten@velso.ch. Weitere Infos unter www.velso.ch

Frauzentrale Kanton Solothurn: Budgetberatungsstelle in Olten und Solothurn, Beratungen nach telefonischer Voranmeldung unter 079 796 15 45, Di bis Do jeweils von 9.30–10.30 Uhr
Das Hebammenteam der Frauenklinik des Kantonsspitals Olten bietet eine Hebammensprechstunde sowie Geburtsvorbereitungskurse an, die alle sechs Wochen beginnen und acht Abende dauern. Auskunft bei Tel. 062 311 44 14. Ausserdem führt die Frauenklinik jeweils am letzten Donnerstag im Monat von 19.30–21.30 Uhr im Mehrzweckraum einen Informationsabend über Geburt und Wochenbett durch. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig

Die Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen des Kantons Solothurn vermittelt rund 80 Selbsthilfegruppen in Olten und Solothurn und ist gesamt-schweizerisch vernetzt, Diskretion ist gewährleistet: Gruppen im Aufbau oder Gruppen, die weitere Mitglieder suchen: Hochsensibilität, Trauer, Dystonie, Computerspielsucht, Schleudertrauma-Patienten, Fibromyalgie, Stottern, Angehörige von Krebspatienten, Single-Freizeittreff; Information, Beratung und Vermittlung: jeweils montags und mittwochs von 9–12 und 13.30–16 Uhr, fr von 9–12 Uhr, Tel. 062 296 93 91, E-Mail: info@selbsthilfe-so.ch, www.selbsthilfe-so.ch

Mieterberatung des Mieterverbandes Olten und Umgebung findet jeweils dienstags, 17–19 Uhr, im Parterre des Stadthauses, Zimmer 001, statt. Unterlagen und Mietvertrag sind mitzunehmen
Sprechstunde bei den Oberämtern: Fachleute stehen jeweils am ersten Montag des Monats von 15–18 Uhr für Auskünfte zur Verfügung. Voranmeldungen sind nicht notwendig, jedoch erwünscht. Nähere Angaben und Adressen sind im Internet unter www.oberamt.so.ch abrufbar
Der Verein Okapi (Oltnr Kinder Adipositas Programm Intensiv) bietet für Eltern und ihre übergewichtigen Kinder ein **Gruppenprogramm** an, welches betroffenen Familien helfen möchte und dabei dem Grundsatz «Genuss, Lebensqualität und Wohlbefinden» folgt. Informationen: Geschäftsstelle Okapi, Leberngasse 7, 4600 Olten,

oder info@okapi-olten.ch, Tel. 062 212 00 32

Pro Audit, Beratungsstelle für Menschen mit Hörproblemen: Beratungen zu Schwerhörigkeit, Tinnitus, Ertaubung, Verständigung, Hörhilfen, juristische Probleme mit der Hörbehinderung, Ombudsstelle für Hörbehinderte sowie Anlässe für Schwerhörige. Beratungen nach Vereinbarung unter Tel. 062 213 88 44 oder per E-Mail: proaudit.olten@solnet.ch

Pro Senectute, Fachstelle für Altersfragen Olten-Gösgen: Beratung für ältere Menschen und deren Angehörige zu Finanz-, Sozialversicherungs-, rechtlichen und Wohnfragen sowie Heimeintritte, Zügelservice, Hilfen zu Hause, Bildung und Sport. Telefonische Erreichbarkeit jeweils von Mo bis Fr von 8–11.30 Uhr unter 062 287 10 20 oder unter olten@so.pro-senectute.ch
Psychoseseminar Olten: Das Treffen findet jeden zweiten Dienstag im Monat von 19–21 Uhr, im **Psychiatrizentrum Olten**, Baslerstrasse 150, (Spitalareal) statt. **Nächste Daten:** 10. Januar 2012, 14. Februar 2012, 13. März 2012, 10. April 2012, 8. Mai 2012, 12. Juni 2012. Auskunft: Monika Zaugg-Laube, Telefon, 062 293 29 09, E-Mail: pmzaugg@bluewin.ch. Weitere Infos unter www.promentesana.ch

Runder Tisch im psychiatrischen Ambulatorium, Treffpunkt für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, jeweils dienstags und donnerstags, 14–16 Uhr, Baslerstr. 150, Areal Kantonsspital, Trakt T, Tel. 062 311 52 10 gibt weitere Auskunft
Schweizerische Patientenorganisation, Information und Beratung rund um die Rechte gegenüber Arzt, Zahnarzt, Spital und Versicherungen, tel. Kurzauskünfte, Terminvereinbarung oder Informationsunterlagen. Das Büro im Spitalpark am Fahrweg 10 ist dienstags von 9–12/13.30–16.30 Uhr unter Tel. 062 206 77 26 erreichbar und für persönliche Beratungen nach Voranmeldung offen

Wer sich über das **Angebot des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) Kanton Solothurn** informieren will, kann die Geschäftsstelle in Olten kontaktieren, Ringstr. 17, Postfach, 4603 Olten, Tel. 062 207 02 44, Fax 062 207 02 45 oder info@srk-olten.ch, die Kurse finden im Schulungsraum an der Hammerallee 19 statt, E-Mail: bildung@srk-olten.ch; **Rotkreuz Besuchs- und Begleitservice:** Wer sich für den Besuchsdienst in Olten und Umgebung interessiert, sollte einmal pro Woche zwei Stunden Zeit haben, um mit einem älteren Menschen zu sprechen, ihm zuzuhören oder einfach da zu sein. Nicht zum Aufgabebereich gehören Haushaltsarbeiten oder Körperpflege. Nähere Infos gibt's unter Tel. 062 207 02 44 oder www.srk-solothurn.ch; **Kinderbe-**

treuung zu Hause – Roki: Für weitere Infos steht Ursula Müller, Tel. 079 702 99 82, E-Mail: info@srk-grenchen.ch zur Verfügung

Selbsthilfegruppe für Alleinerziehende: Infos bei Dora Orfei, Telefon 062 298 21 71

Die **solothurnische Beratungsstelle für Sehbehinderte** an der Baslerstrasse 66 bietet von Montag bis Freitag Sozialberatung, Hilfsmittelberatung und Rehabilitation für sehbehinderte und blinde Menschen im Kanton Solothurn sowie deren Angehörige an. Tel. 062 212 77 20, Fax: 062 212 77 21, E-Mail: info@sehen-so.ch, Internet: www.sehen-so.ch

Suchthilfe Ost GmbH: Telefonische Erreichbarkeit aller Stellen, Montag bis Freitag, 8–12 und 13.30–17 Uhr unter Tel. 062 206 15 35, Aarburg-erstr. 63, Postfach, 4601 Olten. Weitere Infos unter www.suchthilfe-ost.ch

Das **Tagesheim Sonnegg für Betagte und Demenzkranke** ist von Mo bis Fr von 8.15–16.15 Uhr geöffnet; Tel. 062 296 46 45 gibt Auskunft
Das **Tierdörfli** erteilt unter Telefon 062 207 90 00 von Montag bis Freitag, 9–11/14–17 Uhr, **Auskunft zu Fragen rund um Haltung, Fütterung und Pflege von Klein- und Heimtieren.** Zudem werden für Kinder und Schulklassen Kurse über Kleintierhaltung nach Voranmeldung angeboten

RICKENBACH

Die **FEBA Fachstelle Ernährung bei ADS** ist eine Vereinigung, die sich mit den Auswirkungen von Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten bei POS, ADS und HKS befasst. Auskunft unter Tel. 062 212 00 51, E-Mail: verein@feba-verein.ch

SOLOTHURN

Elpos AG/SO: Schweizerischer Elternverein für POS/ADHS-Betroffene. Telefonische Auskunft u. a. zu Eltern- und Bezugspersonen-Gesprächsgruppen unter 032 622 90 80. **Seit 1. April gelten folgende Beratungszeiten:** Mo, 9.30–11.30 Uhr, Mittwoch, 13.30–16 Uhr. Infos: sekretariat@elpos-agso.ch oder unter www.elpos-agso.ch
Die **Fachstelle für Suchtprävention, Blaues Kreuz**, gibt Auskunft unter Tel. 032 534 69 70 oder <http://fssso.suchtpraevention.org>
Das **Patronato ACLI** bietet Ausländerinnen und Ausländern, die deutsch oder italienisch sprechen, jeweils mittwochs von 14.30–17.30 Uhr im Sekretariat der Syna an der Lagerhausstrasse 1 Beratung zu Themen wie Steuern, Pensionierung, SUVA, IV, Pensionskasse oder Rückkehr ins Heimatland an. Auskünfte unter 032 622 10 40

WANGEN

Spitex Untergäu: Blutdruckmessungen in den Spitex-Räumen nach tel. Vereinbarung unter 062 212 93 20

Hinweise

Olten Neujahrsapéro mit Flurin Caviezel



Der Neujahrsapéro der Stadt Olten vom Berchtoldstag, 2. Januar 2012, von 10.30 Uhr bis 12.30 Uhr im Stadttheater steht im Zeichen der 25. Auflage der Oltnr Kabarett-Tage: Kabarett und Multiinstrumentalist Flurin Caviezel wird den Oltnrinnen und Oltnern seine Aufwartung machen und damit das Jubiläumsjahr der Kabarett-Tage einläuten. Er umrahmt mit seinem Auftritt die Neujahrsansprache von Stadtpräsident Ernst Zingg. Dieser wird einen ersten Einblick ins umfangreiche Jahresprogramm des Stadtrates gewähren, von der Aufwertung der Innenstadt bis zum Fusionsprojekt mit Trimbach, Hauenstein-Iffenthal und Wisen. Anschliessend an den offiziellen Teil im Theatersaal wird im Konzertsaal ein Apéro serviert. Die Spielgruppe «Zwärgehügli» organisiert wiederum einen Kinderhüttedienst. Alle Einwohnerinnen und Einwohner von Olten sind zu dieser Feier zum Auftakt des neuen Jahres ganz herzlich eingeladen. (SKO)