

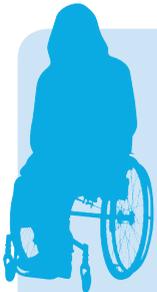
Wohnungsplan



A Zimmer von Stefan

41-jährig, Tetraplegiker, querschnittgelähmt bis Schulterhöhe, Rollstuhlfahrer mit Einschränkung der Arme und Hände, nach einem Verkehrsunfall mit dem Velo.

Hauptthemen: Berufliche Karriere als Tetraplegiker, Überlastung und ihre Folgen, Schmerzen und Dekubitus, Reiseplanung.



B Zimmer von Sarah

32-jährig, Paraplegikerin, querschnittgelähmt bis Bauchhöhe, Rollstuhlfahrerin nach einem Sturz über einen Baumstrunk beim Wandern.

Hauptthemen: Unfall und Rettung, Selbstwertgefühl, Schwangerschaft und Mutter sein als Rollstuhlfahrerin.

1 Eingang/Wohnungs-Garderobe
Matteo, Sarah, Stefan und Christine heißen Sie herzlich in der WG willkommen.

2 Morgenritual und Körperpflege
Alles geht jetzt viel länger und ist teilweise nur mit Assistenz von Drittpersonen möglich. Blase und Darm entleeren: das will täglich geplant sein. Gewissenhafte Hautkontrolle von Hautdruckstellen, wegen



drohendem Dekubitus, einem der häufigsten Gründe für Spitalaufenthalte.

3 Küche, Ernährung
Bauliche Besonderheiten für Rollstuhlfahrer, Ernährungsregeln, Selbsterfahrung im Rollstuhl.

4 Schmerzen
Bildergalerie mit Facetten des chronischen Schmerzes. Er gehört zu den einschneidendsten Beeinträchtigungen von querschnittgelähmten Menschen.

5 Inklusion, Humor, Lesestoff
Familie, Beruf, Freizeit, Gesellschaft: Mit Wissen und Sensibilität Hemmschwellen abbauen und Fallstricke umgehen. Matteo, Sarah, Stefan und Christine nennen Beispiele.
Darf man über Rollstuhlfahrer Witze reisen? Betroffene schon, sie offenbaren

uns ihren teils schwarzen Humor. Nehmen Sie Platz und blättern Sie in einer kleinen Buchauswahl zum Thema Querschnittlähmung: Fachbücher und Unterhaltendes.

6 Körper-Training mit dem Handbike
Selbsterfahrung: Setzen Sie sich in ein Handbike und drehen Sie ein paar virtuelle Runden.

7 Wirbelsäule, Rückenmark und Querschnittlähmung
Eine in der Lähmungshöhe verstellbare 3-D-Animation zeigt einige wesentliche Auswirkungen von Rückenmarksverletzungen auf den Körper.

8 Blick durchs Schlüsselloch
Was läuft eigentlich im Operationsaal? Und was in den Reha-Therapien? Wie bedient ein Tetraplegiker mit gelähmten Fingern ein Handy oder den Computer? Wie kann sich

C Zimmer von Matteo

17-jährig, Paraplegiker, querschnittgelähmt bis Brusthöhe, Rollstuhlfahrer nach einem Hochgeschwindigkeits-Sportunfall beim Downhill-Biken.

Hauptthemen: Berufliche Ausbildung, Freizeit und Action, Loslösung vom Elternhaus und erste Liebe.



D Zimmer von Christine

68-jährig, Tetraplegikerin, querschnittgelähmt bis Halshöhe, Elektro-Rollstuhlfahrerin mit starker Einschränkung von Armen und Händen, nach einer Krankheit mit Einblutung ins Rückenmark.

Hauptthemen: Von der grossen Unabhängigkeit in die vollständige Abhängigkeit, Sinn des Lebens, Malen mit eingeschränkter Handfunktion.



ein Querschnittgelähmter selbst die Kleider anziehen? Wie transferiert ein Betroffener seinen gelähmten Körper vom Bett in den Rollstuhl? Rollstuhlfahrer treiben Sport? Ja, und wie!

9 Ausgang/Terrasse
Danke für Ihren Besuch und Ihre Solidarität! Auf Wiedersehen!