

PARAPLEGIE

SCHWERPUNKT

Bewegungsfreiheit: Ohne
Hindernis durch den Alltag



6 Ergotherapie: Wege zur Selbstständigkeit

18 Operation: Die Hand wieder nutzen können

22 Gery Blum und seine grüne Kraftquelle

Einblicke in die Welt von vier Querschnittgelähmten im Besucherzentrum ParaForum

Kommen Sie vorbei!
Mehr Informationen unter
www.paraforum.ch



**Schweizer
Paraplegiker
Stiftung**



Liebe Mitglieder

Toll war der Moment, als im Frühsommer die Corona-Einschränkungen auf dem Klinikareal gelockert werden konnten. Nach langer Zeit war es den Patientinnen und Patienten und auch uns wieder möglich, sich zum Kaffee oder einem Schwatz im Garten zu treffen. Dabei kam ich mit einem jungen Tetraplegiker ins Gespräch, der für eine Handoperation im SPZ hospitalisiert war. Er erzählte mir von der Chance und Hoffnung, die ihm diese Operation gibt. Und weiter, dass er sich aufgrund der Pandemiemassnahmen ohne Ablenkung ganz auf seine Therapien konzentrieren konnte und es nun Schritt für Schritt vorwärts gehe. Ich war beeindruckt, wie der Patient diese für uns alle sehr schwierige Zeit der Einschränkungen nicht bloss negativ empfand, sondern auch Chancen darin sah.

Zwei Wochen später traf ich den jungen Mann wieder im Garten. Strahlend streckte er mir die operierten Hände entgegen: «Schauen Sie...». Er konnte seine Finger schon besser bewegen und war stolz, was er dank des Handteams sowie seines Willens und seiner Fokussierung in der Rehabilitation bereits erreicht hatte. Solche Glücksmomente mit Betroffenen teilen zu dürfen, ist sehr berührend. Sie zeigen uns, was unser Einsatz für Menschen mit einer Querschnittslähmung bedeutet und wie wichtig es ist, dass wir ihnen die bestmögliche Behandlung anbieten können. Das motiviert uns jeden Tag.

Dieses Beispiel einer Tetrahandchirurgie, für die das SPZ weit über die Landesgrenzen hinaus einen hervorragenden Ruf genießt, zeigt aber auch, wie entscheidend der «Gönnerinnen- und Gönnerfranken» bei der Umsetzung unseres Auftrags ist: Ohne die Solidarität der Mitglieder könnten für viele Personen solche Glücksgefühle nicht Realität werden. Nur dank Ihrer Unterstützung können wir Menschen mit einer Querschnittslähmung mehr Bewegungsfreiheit ermöglichen und ihren Weg zurück in die Gesellschaft begleiten.

Herzlichen Dank für Ihre Grosszügigkeit.

Heidi Hanselmann

Präsidentin Schweizer Paraplegiker-Stiftung



Schwerpunkt: Bewegungsfreiheit

- 6 **ERGOTHERAPIE** Für die Betroffenen heisst Bewegungsfreiheit: weniger Abhängigkeit von Hilfe. Die Ergotherapie des SPZ unterstützt sie dabei.
- 11 **UMBAUPROFIS** Das Zentrum für hindernisfreies Bauen passt Räume an neue Bedürfnisse an.
- 12 **WEG MIT DEN BARRIEREN** Stefan Keller kämpft für ein rollstuhlgängigeres Solothurn.
- 15 **FOXTRAIL** Barrierefrei unterwegs durch Luzern.
- 16 **DER SCHLÜSSEL FÜR MEHR FREIHEIT** Der Bündner Cisi Arpagaus kann wieder selber Auto fahren.
- 18 **TETRAHANDCHIRURGIE** Das SPZ ist weltweit eine von wenigen Kliniken, die Menschen mit Tetraplegie durch eine Operation Arm- und Handfunktionen ermöglichen.
- 21 **SEITENBLICK** Im Rollstuhl aufs Matterhorn?
- 22 **BEGEGNUNG** Gery Blum hat in seinem Garten eine grüne Kraftquelle geschaffen. Seine positive Einstellung zum Leben färbt auf die Mitmenschen ab.
- 28 **INTEGRATION** Živa Lavrinc absolviert ein Praktikum beim innovativen Westschweizer Start-up GBY.
- 30 **ORTE DER HOFFNUNG** In Nottwil ist die Kraft der Hoffnung auf einem spannenden Rundgang erlebbar.
- 33 **DAFÜR HAT ES MICH HEUTE GEBRAUCHT** Vesna Partonjic ist Mitarbeiterin Hauswirtschaft im SPZ.
- 4 **CAMPUS NOTTWIL**
- 32 **FEEDBACK**
- 34 **AUSBlick**

Titelbild Michaela Vogler mit Noemi (8), Mauro (6) und Hund Lupo auf dem barrierefreien Foxtrail in Luzern. Die 32-jährige Hausfrau und Mutter stolperte 2020 rückwärts über den Wäschekorb und fiel mit dem Rücken auf die Bettkante. Seither ist sie querschnittgelähmt.

90 Prozent

der Menschen mit Querschnittslähmung benötigen mindestens ein Hilfsmittel. Das zeigt die **Langzeitstudie SwiSCI** der Schweizer Paraplegiker-Forschung. Neben dem Rollstuhl sind die Betroffenen vor allem auf ein umgebautes Auto angewiesen (78 %).

 [swisci.ch](https://www.swisci.ch)



Luca Jelmoni ist neuer SPZ-Direktor

Im August trat Luca Jelmoni die Nachfolge von Hans Peter Gmünder als Direktor des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) an. «Mit dieser Wahl haben wir die besten Voraussetzungen, das SPZ weiter erfolgreich in die Zukunft zu führen», sagt Verwaltungsratspräsident Markus Béchir. Der 53-jährige Luca Jelmoni stammt aus Pura TI und besitzt **viel Erfahrung im Spital- und Gesundheitswesen**. Zuvor war er Direktor des Regionalspitals Lugano TI sowie von zwei wissenschaftlichen Instituten im Tessin. Jelmoni ist diplomierte ETH-Ingenieur und besitzt ein MBA der Northwestern Kellogg School of Management.



OT 

Hightech im Rollstuhlsport

«Können wir den schnellsten Rennrollstuhl der Welt bauen?», fragte vor vier Jahren Orthotec-Geschäftsführer Stefan Dürger sein Entwicklerteam. Die Antwort: «Ja. Aber nicht alleine.» Mit der Sauber Group und weiteren Schweizer Technologiepartnern sind zwei Hightech-Modelle entstanden und ein **neues Messverfahren**, das die Sitzposition im Rennrollstuhl zu optimieren hilft. In Nottwil wird dieser Ergometer im Klinikalltag eingesetzt und macht die Erkenntnisse aus dem Spitzensport allen Menschen im Rollstuhl zugänglich. Seinen ersten Renneinsatz hatte der OT FOXX M1 mit Athlet **Marcel Hug** (Foto) an den Paralympics in Tokyo (nach Redaktionsschluss).

 [orthotecsports.com](https://www.orthotecsports.com)



«Kids Camp» 2021 in Nottwil


Lachende Kindergesichter und aktive Familien: Das Kids Camp 2021 von Rollstuhlsport Schweiz bot einmal mehr eine wunderbare Plattform für Spass und Emotionen. Der beliebte Anlass fand bei herrlichem Wetter statt – mit Spiel, Tanz und viel Einsatz. Den musikalischen Part übernahm **Carmen Lopes Sway**, deren Musiktheater «Tante Carmen» Kinder in der ganzen Schweiz zum Mitmachen bewegt. Im Video schildert sie ihre Eindrücke vom diesjährigen Kids Camp.

 [Direktlink zum Interview](#)



Einfaches Bezahlen mit der QR-Rechnung

Um den Zahlungsverkehr zu modernisieren, wird in der Schweiz ab Oktober 2022 die QR-Rechnung obligatorisch. Sie löst die roten und orangen Einzahlungsscheine ab. Die **Schweizer Paraplegiker-Stiftung** wird die QR-Rechnung schrittweise von Mitte 2021 bis Ende September 2022 einführen. Der QR-Code ist digital lesbar – zum Beispiel mit dem Smartphone – und reduziert den Aufwand beim Bezahlen auf wenige Schritte. Die QR-Rechnung lässt sich aber auch am Postschalter verwenden oder im Couvert an die Bank schicken.

 [paraplegie.ch/qr](https://www.paraplegie.ch/qr)

100 000 Personen

hat **Sirmed, das Schweizer Institut für Rettungsmedizin, in Nottwil ausgebildet.** Die 100 000ste Teilnehmerin ist Vifian Karin von der Ambulanz Region Biel. Sie besucht regelmässig Sirmed-Kurse und lobt: «Kompetente Ausbilder aus verschiedenen Fachbereichen, feines Essen an schöner Lage und eine reibungslose Organisation.»



sirmed.ch

PRAXIS



Dr. med. Guy Waisbrod
Leitender Arzt Wirbelsäulenchirurgie und Orthopädie

Neu: Minimalinvasive Operation der Bandscheibe

2020 führten die Rückenspezialisten des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) die erste endoskopische Operation eines Bandscheibenvorfalles durch. Dieses Verfahren wird in der Schweiz erst in wenigen Kliniken eingesetzt. Im SPZ hat es sich gut etabliert und bietet Patientinnen und Patienten mit und ohne Querschnittlähmung Vorteile, auf die wir nicht mehr verzichten möchten.

Mit der «Schlüsselloch-Technik» wird der Vorfall durch eine kleine Wunde von wenigen Millimetern entfernt. Dadurch ist die körperliche Belastung geringer, das Gewebe in der Tiefe wird geschont und die Vernarbung im Wirbelsäulenkanal ist minimal. Die Betroffenen erholen sich schneller und sind früher zurück im Alltag. Hinzu kommt der kosmetische Vorteil einer fast unsichtbar kleinen Hautnarbe.

Für eine endoskopische Operation eignen sich zwar nicht alle Fälle. Doch das SPZ hat seine Expertise in dieser zukunftsweisenden Operationstechnik bereits erfolgreich aufgebaut und wird diese zum Wohle aller Patientinnen und Patienten mit Rückenproblemen ständig weiter vertiefen.

paraplegie.ch/wirbelsaeule



SPS-Kampagne erzielt grosses Medienecho

Schöner Erfolg für die Informationsarbeit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS): Unsere Kampagne über Querschnittlähmungen nach einem Sprung ins untiefe Wasser wurde von vielen Medien aufgenommen und verbreitet. Neben Skiunfällen zählen **Badeunfälle** zu den häufigsten Sportverletzungen der Patientinnen und Patienten in der Erstrehabilitation in Nottwil. In den letzten Jahren nahm die Zahl junger Menschen, die sich beim «Köpfler» verletzten, ständig zu. Mit der breit geteilten Aufklärung in Radio und TV, Print und sozialen Medien wünscht sich die SPS, dass die Zunahme der schweren Rückenmarkverletzungen beim Baden gestoppt werden kann.

paraplegie.ch/koeffler



Neuer Stiftungsrat

Auf Antrag der unabhängigen Nominationskommission wurde **Matthias Lötscher** in den Stiftungsrat der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) gewählt.

Der 35-Jährige aus Marbach LU arbeitet als Rechtsanwalt in Zürich. 2005 verunfallte er beim Skispringen und wurde zum inkompletten Tetraplegiker. Dank Unterstützung der SPS ist er voll integriert – und kann nun die SPS verstärken.



paraplegie.ch/stiftungsrat

Mitgliederversammlung der Gönner-Vereinigung (GöV)

Aufgrund der Bestimmungen zur Corona-Pandemie konnte die Mitgliederversammlung 2021 nicht wie geplant in Nottwil stattfinden. Die Abstimmungen und Wahlen wurden daher **schriftlich** und unter Aufsicht des Nottwiler Gemeindeschreibers Silvan Hodel durchgeführt. Das Resultat: Die Jahresrechnungen 2019 und 2020, die Revisionsberichte und die Ergebnisverwendungen wurden angenommen und dem Vorstand Décharge erteilt. Als **GöV-Vorstandsmitglieder** wurden gewählt: Heinz Frei (Präsident), Pius Bernet, Barbara Moser, Roger Suter, Sebastian Tobler, Stephan Zimmermann und Heidi Hanselmann. Der Mitgliederbeitrag für 2022 bleibt unverändert.

paraplegie.ch/goev



Universalschleife mit Tipphilfe Mit den passenden Hilfsmitteln können Computer und Handy auch ohne Fingerfunktion bedient werden.

Auf dem Weg in die Selbstständigkeit

Für die betroffenen Menschen heisst Bewegungsfreiheit: weniger Abhängigkeit von fremder Hilfe. Auf dem Weg dazu ist die Ergotherapie des Schweizer Paraplegiker-Zentrums ein wichtiger Dreh- und Angelpunkt.

Kleine Handgriffe prägen unseren Tagesablauf. Sich anziehen und Türen öffnen, essen und trinken, Handy bedienen, einkaufen – die Liste ist unendlich. In unserem Alltag geschehen diese Bewegungen meist unbewusst. Für Menschen, die nach einer Rückenmarkverletzung im Spitalbett liegen, ist das anders. Schmerzhaft erfahren sie, was Bewegungsfreiheit alles bedeutet und wie wichtig solche Handgriffe für ein selbstbestimmtes Leben sind.

«Die Hilflosigkeit war für mich am Anfang das Schlimmste», sagt Manfred Neumann. «Dass man nichts selber machen kann – nicht einmal eine Flasche zum Trinken hochheben. Oder man wird in den Rollstuhl gesetzt und rumgeschoben: An selber fahren ist gar nicht zu denken.» Seit Neumanns Erstrehabilitation im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) sind acht Jahre vergangen. Heute hat der 60-jährige Konstrukteur im Baumaschinenbereich sein berufliches und privates Leben so organisiert, dass er praktisch selbstständig durch den Alltag kommt. Mit dem Rollstuhl, den er in der ersten Phase «katastrophal» fand, hat er sich bald einmal arrangiert. Er ist für Menschen mit einer Querschnittlähmung das wichtigste Hilfsmittel zu mehr Bewegungsfreiheit.

Das Wichtigste selber können

Sarina Stöckli kennt das emotionale Auf und Ab der Menschen in der Erstrehabilitation. Auch den Glücksmoment, wenn sie es nach dem Liegen in völliger Abhängigkeit zum ersten Mal schaffen, wieder aufrecht an der Bettkante zu sitzen. An Fortschritten wie diesen arbeitet die Ergotherapeutin teilweise wochenlang. «Unser Fokus liegt darauf, dass die Patientinnen und Patienten ihren Alltag so selbstständig wie möglich bewältigen können», sagt die 27-Jährige. Das interpro-

fessionelle Therapieteam erarbeitet körperliche Grundvoraussetzungen wie die Rumpfstabilität und die Fachdisziplinen vertiefen die einzelnen Anwendungsfelder.

In der Ergotherapie lernen die Patientinnen und Patienten die Handgriffe, die es zur Selbstständigkeit braucht – zum Beispiel Strategien, um

«Die Hilflosigkeit war für mich am Anfang das Schlimmste.»

Manfred Neumann

bei einer fehlenden Fingerfunktion die Hand über Bewegungen des Handgelenks öffnen und schliessen zu können. «Wir setzen bei den wichtigsten Tätigkeiten an, die eine Person ohne fremde Hilfe erledigen möchte», sagt Sarina Stöckli. «Dann ist auch die Motivation für die Therapiearbeit am grössten.»

Das Anziehen einer Hose kann zunächst gut eine halbe Stunde dauern. Aber wer möchte dafür jeden Morgen auf die Spitex angewiesen sein, wenn man es – je nach Lähmungshöhe – in der Rehabilitation selber lernen kann? Für das Kochen gibt es spezielle Messer, die mit einer Schlaufe oder angepassten Schienen an der gelähmten Hand befestigt werden. Zur Bewältigung von Wegstrecken helfen elektrische Zuggeräte, die vor den Rollstuhl gespannt werden. Und für das Autofahren werden mit der Firma Orthotec Umbaukonzepte entwickelt sowie Strategien, wie der Rollstuhl aus dem Fahrersitz heraus eingeladen werden kann.

Die Ergotherapie kümmert sich um die Auswahl und Anpassung all dieser Hilfsmittel und lehrt den Betroffenen ihre Nutzung. Von den Therapeutinnen und Therapeuten erfordert das



Manfred Neumann hat sich mit dem Rollstuhl arrangiert.



Als Mitglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung erhielt Manfred Neumann (damals) 200 000 Franken Gönnerunterstützung, die er für den Umbau seines Hauses eingesetzt hat.



viel Erfahrung, Vorausdenken und Wissen – vom passenden Rollstuhlkonzept bis zu den neuesten technischen Entwicklungen.

Abklärung der Wohnsituation

Bereits früh in der Rehabilitation findet die Abklärung der Wohnsituation statt, damit alles fertig ist, wenn die Patientin oder der Patient nach sechs bis neun Monaten Klinikaufenthalt wieder nach Hause kann. Mit Architekten des Zentrums für hindernisfreies Bauen (siehe S. 11) werden die notwendigen Umbauten besprochen und die Hilfsmittel an die Situation vor Ort angepasst. Neben Hindernissen in der Wohnung ist oft der Zugang zum Haus eine Herausforderung. Und nicht zuletzt müssen auch die Liegenschaftsverwaltungen einem Umbau zustimmen. Doch auch in kniffligen Fällen finden sie meistens eine kreative, unkonventionelle Lösung, sagt Sarina Stöckli. Nur wenige der Betroffenen, die nach der Rehabilitation zurück nach Hause können, müssen sich eine neue Wohnung suchen.

Auch Manfred Neumanns Doppelhaushälfte war schon barrierefrei umgebaut, als er vor acht Jahren aus dem SPZ entlassen wurde. Das Einverständnis des Hausbesitzers war für ihn ein wichtiges Puzzlestück der «Aufwärtsspirale», die ihn aus

einer schwierigen Lebenssituation herausführte. Zu den glücklichen Umständen gehört auch, dass ihn sein Arbeitgeber mit einem Teilzeitpensum weiterbeschäftigte und seine Familie ihn in allen Belangen unterstützte. Auch das erste Mal wieder ein Auto zu steuern, war für den gebürtigen Deutschen ein Meilenstein. Sein Leben «funktionierte» wieder – knapp ein Jahr nachdem er mit dem Motorrad auf dem Weg zur Arbeit von einem auf die Hauptstrasse einbiegenden Auto übersehen wurde.

Langwierige Komplikationen

Doch mit der Zeit veränderte sich sein Körper. «Die Öffentlichkeit denkt, eine Querschnittläh-

mung heisst, dass man nicht mehr gehen kann. Aber das ist das kleinste Problem. Wenn ich wählen könnte, würde ich mir das Gehen als Letztes zurückwünschen.» Wie viele Para- und Tetraplegiker empfindet Neumann die anderen Einschränk-



Sarina Stöckli Ergotherapeutin am Schweizer Paraplegiker-Zentrum

«Nicht mehr gehen zu können, ist das kleinste Problem bei einer Querschnittlähmung.»

Manfred Neumann



Anziehtraining Sarina Stöckli erklärt einer Patientin die richtige Technik.

Sitzdruckmessung Manfred Neumann bei der Analyse mit Verena Zappe und Philipp Gerrits, Leiter Fertigung bei der Orthotec.

kungen einer Rückenmarkverletzung schlimmer als den Rollstuhl. Besonders belastend sind die drohenden Druckgeschwüre («Dekubitus»), die zwei Mal pro Tag eine gründliche Hautkontrolle durch seine Frau erforderlich machen. «Nach der Rehabilitation dachte ich, ich hätte mein neues Leben gut eingerichtet. Wohnen, Arbeit, Mobilität – alles passte und ich machte alles richtig. Doch dann fingen die Probleme an.»

Schon der erste Dekubitus war ein Warnsignal. Als man in Nottwil den Ursachen nachging, entdeckten die Fachleute zuerst einen sogenannten Beckenschiefstand, der zu einer einseitigen Überbelastung im Gesässbereich und zur Druckstelle geführt hat. Es war der Start für eine komplexe und lange Leidenszeit, in der ständig weitere Komplikationen an der Wirbelsäule entdeckt wurden, die sich mit der Dauer des Sitzens im Rollstuhl ergeben haben. Mehrere Aufrichteoperationen folgten – und weitere Druckgeschwüre plus eine Zyste. «Alles kam zusammen», sagt Manfred Neumann im Rückblick.

«Manchmal entscheiden Millimeter»

Wir treffen den kommunikativen und durchaus optimistisch eingestellten Paraplegiker bei einer Kontrolluntersuchung im Rollstuhl-Sitz-Zentrum

(RSZ). Fachexpertin Verena Zappe und Philipp Gerrits von der Orthotec – eine Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung – nehmen gerade eine Sitzdruckmessung vor. Anhand der Messdaten erkennen sie beim Sitzbefund früh Tendenzen und sehen, ob zusätzliche Abklärungen notwendig sind, um Folgeproblemen vorzubeugen. Oft reicht die Optimierung der Sitzposition oder eine Anpassung des Sitzkissens. «Manchmal geht es nur um Millimeter, und die Betroffenen sitzen viel besser und haben mehr Bewegungsfreiheit», sagt Verena Zappe.

Das Rollstuhl-Sitz-Zentrum in Nottwil ist schweizweit einzigartig. Ein interprofessionelles Team aus Ergo- und Physiotherapie, Orthopädietechnik und Paraplegiologie arbeitet unter einem Dach eng zusammen, um Menschen mit komplexen Fehlhaltungen optimal zu versorgen.

Der ausführliche Befund fängt beim Becken an. «Als erstes muss das Fundament gerade sein», erklärt die 45-jährige Fachexpertin. Schritt für Schritt kommen viele weitere Faktoren dazu, um die Ursache für eine Fehlhaltung zu finden und zu beheben. Denn die Wirbelsäule von Menschen mit einer Querschnittlähmung kann erstaunliche Veränderungen durchmachen, ohne dass die Betroffenen es bewusst wahrnehmen könnten.



Verena Zappe Ergotherapeutin und Fachexpertin des Rollstuhl-Sitz-Zentrums

Hauptbarrieren

Menschen mit Querschnittlähmung empfinden als häufigste Umweltbarrieren: die Unzugänglichkeit von Gebäuden und öffentlichen Infrastrukturen sowie ungenügend angepasste Transportmittel.



- 1 Jasskartenhalter
- 2 Halter für Duschkopf und Handy
- 3 Essbesteck zur Universalschlaufe (vgl. S. 6)
- 4 Tetramanschette zum Rollstuhlfahren
- 5 Greifzange für Gegenstände am Boden
- 6 Gummihabe zum Flaschenöffnen

Aufgrund der fehlenden Rumpfmuskulatur lässt sich eine Fehlhaltung auch nicht einfach muskulär ausgleichen.

Manfred Neumann ist froh um den Expertenblick von aussen – im vorwiegend sitzenden Leben könnten sich sonst rasch Probleme einschleichen. Im RSZ wurde ihm eine individuelle Sitz- und Rückenschale angepasst, die seine aufrechte Haltung im Rollstuhl gewährleistet. Dabei war die Zusammenarbeit mit der Diagnostik und der Orthotec ein wichtiger Faktor zum Finden der optimalen Lösung, sagt Verena Zappe: «Das Thema Sitzen ist enorm vielschichtig und es gibt viele verschiedene Parameter zum Anpassen. Das spiegelt sich in den teilweise komplexen Versorgungen wieder, die wir im SPZ vornehmen: Unser Erfolgsgeheimnis liegt in der interprofessionellen Zusammenarbeit.»

Das Positive sehen

Für die interprofessionelle Zusammenarbeit sind die Ergotherapie und das RSZ ein wichtiger Dreh- und Angelpunkt, um während und nach der Rehabilitation Fortschritte zu erzielen und ihre Anwendung ein Leben lang zu überprüfen. «Es sind kleine Sachen, die den Ausschlag geben», bestätigt Ergotherapeutin Sarina Stöckli. Ein kleiner Fortschritt in der Handfunktion oder eine neu gelernte Technik kann für den Alltag eine enorme Wirkung haben: «Das ist auch das Schöne bei der Arbeit mit unseren Patientinnen und Patienten: Sie sehen das Positive der Entwicklung und freuen sich, wenn wieder eine neue Funktion möglich wird, die ihr Leben erleichtert.»

Die Arbeit für mehr Bewegungsfreiheit von Menschen mit einer Querschnittlähmung erfordert ein ganzheitliches Denken. Jede und jeder Betroffene bringt andere körperliche Voraussetzungen mit. Auch die persönliche Einstellung zu Therapien und Hilfsmitteln ist verschieden sowie das jeweilige Umfeld, das zur Unterstützung beiträgt.

Wenn Manfred Neumann in seiner Gemeinde Zofingen AG ins Rathaus möchte, versperrt eine grosse Aussentreppe den einzigen Zugang. Auf solche Probleme stösst der Rollstuhlfahrer ständig – aber er weiss sich zu helfen. Als er in eine ebenfalls nicht barrierefreie Bank wollte, sind



zwei Angestellte herausgesprungen und haben ihn mit Ach und Krach die Treppe hochgetragen. Einmal habe er diese Prozedur über sich erge-

«Entweder bin ich als Kunde willkommen oder nicht.»

Manfred Neumann

hen lassen, sagt der Konstrukteur. Dann habe er reagiert: «Jammern bringt nichts. Man darf sich nicht unterkriegen lassen, sondern muss Lösungen finden.» Inzwischen gibt es genügend Geschäfte, in die Menschen im Rollstuhl problemlos hineinkommen. Man könne es sich aussuchen: «Entweder bin ich als Kunde willkommen oder nicht.» Nur manchmal komme er an einen Punkt, an dem es alleine nicht mehr weitergeht, sagt er: «Dann muss man auch um Hilfe bitten können.»

(kste/boa/baad) ■

 paraplegie.ch/rsz

 paraplegie.ch/ergo

Wieder nach Hause – dank Umbauprofis

Das Zentrum für hindernisfreies Bauen (ZHB) passt Räume an neue Bedürfnisse an.

Nach dem Klinikaufenthalt «zurück ins Leben», das heisst wenn immer möglich: zurück in die eigenen vier Wände. Bereits früh in der Rehabilitation werden die Patientinnen und Patienten mit der Frage konfrontiert: Wie lässt sich meine Wohnsituation an die neuen Bedürfnisse anpassen? Dabei hilft ihnen das Zentrum für hindernisfreies Bauen (ZHB), ein Geschäftsbereich der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung.

Am Anfang steht eine Wohnraumabklärung mit Vertreterinnen und Vertretern des Architekturbüros, der Invalidenversicherung (IV) und der Ergotherapie. Zwei Wochen später ist ein Protokoll samt Kostenschätzung erstellt, es werden Kostenvorschläge eingeholt und die Finanzierung geklärt. Sind Eigenmittel vorhanden? Wie stark beteiligt sich die IV? Diese umfassende Bauberatung ist für die Betroffenen kostenlos – dank Unterstützungen des Bundesamts für Sozialversicherung und der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.

Mehrmonatige Planungen sind selten möglich. «Priorität hat die Funktionalität», sagt Felix Schärer, Bereichsleiter des ZHB. «Wichtig ist es, den Wohnraum von Hindernissen zu befreien und zweckmässig zu gestalten. Legt jemand besonderen Wert auf Optik und Design, versuchen wir das umzusetzen. Aber wir vermitteln immer auch ein Kostenbewusstsein.»

«Das Schöne ist die Dankbarkeit»

Felix Schärer und sein Team nehmen pro Jahr rund dreihundert Abklärungen für Wohn- und Arbeitsräume vor, in rund hundert Fällen begleiten sie den ganzen Umbau von der Beratung über die Planung und Bauleitung bis zur Fertigstellung. Die Bandbreite reicht von der einfachen Wohnung bis zur Villa. Aber auch der Behinderungsgrad und die Bedürfnisse sind sehr unterschiedlich – von der sportlichen jungen Paraplegikerin bis zum hochgelähmten Tetraplegiker im Pensionsalter. Entsprechend variieren die Kosten: von einem tiefen vierstelligen Betrag



Barrierefreies Badezimmer

Schwellenlose Dusche mit Duschrollstuhl und Haltestangen, unterfahrbares Waschbecken, gekippter Spiegel.

bis über eine halbe Million Franken. Je nach Komplexität dauert ein Umbau zwei bis sechs Monate.

Komplizierte Aufgaben schrecken Felix Schärer und sein Team nicht ab. Aber einige Objekte lassen sich selbst mit viel Kreativität nicht mit sinnvollen Mitteln umbauen: «Dann stellt sich die Frage, ob es nicht besser ist, eine Wohnalternative zu suchen.» Der Bereichsleiter des ZHB erlebt zwar auch emotional schwierige Situationen vor Ort. Aber meistens erfährt er am Ende des Prozesses eine tiefe Dankbarkeit, weil Hürden aus dem Weg geräumt worden sind. «Das Schöne an unserer Arbeit ist einerseits die Sichtbarkeit des Resultats und andererseits die Dankbarkeit der Menschen, die zurück in ihre Wohnung können.»

Umweltsteuerung: kaum Grenzen

In die Umbaupläne werden von Anfang an auch Fachleute für Hausautomation und Umweltsteuerungen einbezogen. Für Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung sind solche Steuerungen unabdingbar

für die Selbstständigkeit: Türen und Fenster öffnen, das Licht ein- und ausschalten, elektronische Geräte bedienen – das zählt zu den Grundbedürfnissen.

«In diesem Bereich gibt es schier grenzenlos viele Optionen», sagt Florian Blattner, Fachbereichsleiter Technik bei Active Communication, einer Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Anhand der noch vorhandenen körperlichen Funktionen eruiert die Firma die jeweils am besten geeigneten Systeme und Umweltkontrollgeräte und passt sie an die Gegebenheiten vor Ort an. «Wir unternehmen alles, um die Hilfsmittel gezielt auf die Bedürfnisse eines Menschen anzupassen», sagt Florian Blattner – das ist die Devise von Active Communication. (pmb / we) ■



[Direktlink zum ZHB](#)

[activecommunication.ch](https://www.activecommunication.ch)

Weg mit den Barrieren

Stefan Keller kämpft für eine bessere Erschliessung der Stadt Solothurn für Menschen im Rollstuhl. Wir haben ihn begleitet.

Es ist kein Traum, es ist ein Ziel, und Stefan Keller verfolgt es hartnäckig: Solothurn soll die rollstuhlgängigste und barrierefreieste Kantonshauptstadt der Schweiz werden. «Wir sind zwar noch ein Stück davon entfernt», sagt er, «aber immer mehr werden die Veränderungen sichtbar.»

2004 ist Stefan Keller aus dem Zürcher Oberland nach Solothurn gezogen, zwei Jahre später gründete er eine Gleitschirmflugschule, bot die Ausbildung auch Menschen im Rollstuhl an – «und dann fiel ich vom Himmel». Ein Sturz 2013 aus zwanzig Metern im Startgelände hat aus ihm einen Paraplegiker gemacht. Vor dem Alltag im Rollstuhl scheute er sich nicht, vielmehr sagte er sich: Jetzt habe ich eine neue Aufgabe.

Menschen mit Beeinträchtigungen will er Mut machen, ihnen zeigen, dass sie ein erfülltes Leben führen können. Er fängt an, sich für Verbesserungen einzusetzen, indem er auf Hindernisse hinweist. Er äussert sich über soziale Medien, sucht aber auch das direkte Gespräch, wenn sich die Gelegenheit ergibt. Doch nur zu kritisieren, das sei der falsche Ansatz. Als Präsident der kantonalen Fachkommission «Menschen mit Behinderungen» übernimmt er Verantwortung und engagiert sich mit Leidenschaft dafür, dass Solothurn für Menschen mit körperlichen Einschränkungen zugänglicher wird.

Krafteinsatz am Kronenstutz

Auf einer Tour durch die Stadt macht uns Stefan Keller auf Barrieren aufmerksam, die Nichtbetroffenen nicht auffallen, und zeigt, wo bereits Korrekturen angebracht wurden. Der Weg führt vom Bahnhof durch die Vorstadt Richtung Klosterplatz und den Kronenstutz hoch, an diesem Sommer tag vorbei an Marktständen. Das erfordert einigen Krafteinsatz, aber Keller ist fit genug, um den Anstieg ohne fremde Hilfe zu bewältigen. Das

Kopfsteinpflaster ist ein prägendes Element der Altstadt und nicht per se ein Problem – «die Vibration beim Fahren hilft bei der Durchblutung des Gesässes», sagt Keller. Wie alle Menschen, die im Rollstuhl sitzen, muss er auf Druckstellen achten, die ein schlimmes Geschwür auslösen können. Die Bewegung hilft dabei.

Schwierig wird es allerdings bei einer Pflasterung wie auf dem Platz vor dem Museum Altes Zeughaus. Wer sich dort mit dem Rollstuhl fortbewegen will, benötigt Geschick, um nicht in den Fugen zwischen den «Bsetzistei» stecken zu bleiben. Keller erwartet nicht, dass der historische Zeughausplatz asphaltiert wird, aber für ihn gäbe es eine einfache Lösung: «Ein schmaler Streifen würde bereits helfen, damit auch wir uns mühelos fortbewegen könnten.»

Parkplatz: nachbessern

Ein paar Minuten später erreichen wir den Ambassadorshof, den Sitz der kantonalen Verwaltung. Stefan Keller sieht als Erstes: Der Parkplatz, der für

«Solothurn soll die rollstuhlgängigste Stadt der Schweiz werden.» **Stefan Keller**

Behinderte reserviert wäre, ist viel zu schmal und besetzt. Am Auto ist nirgends erkennbar, dass die Lenkerin oder der Lenker berechtigt ist, hier zu parkieren. Als Botschafter der Stadt Solothurn schüttelt Keller den Kopf: «Ein Parkplatz für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer ist eine soziale Einrichtung. Wer das missbraucht, ist ein Sozialschmarotzer.» Er wünscht sich, dass der Kanton mit gutem Beispiel vorangeht. In diesem Fall: den Parkplatz breiter und sichtbarer machen – und ihn überwachen.

Stefan Keller auf der Klapprampe Zunächst sollen vierzig Altstadtgeschäfte damit ausgestattet werden.

Kopfsteinpflaster kann unüberwindbar sein (links) oder die Durchblutung fördern (rechts).







Uferpark an der Aare
Bauliche Massnahmen erleichtern den Arbeitsweg.

Stefan Keller muss eine Toilette aufsuchen. Er fährt zum Amthausplatz und holt einen Schlüssel hervor – einen «Eurokey», der in vielen Ländern betroffenen Menschen den Zugang zu Behinderten-WCs öffnet. Am liebsten wären ihm mechanische Seifenspenden und Handtücher, weil er zu oft die Erfahrung machte, dass die elektrischen Geräte nicht funktionieren. Der Toiletteneinrichtung am Amthausplatz stellt er ein gutes Zeugnis aus. Dank baulichen Anpassungen ist die Benutzung einfacher geworden.

Wenn Stefan Keller in Solothurn unterwegs ist, sucht er oft das Gespräch mit Fussgängerinnen und Fussgängern. Um sie zu sensibilisieren und um seine Botschaft zu vermitteln, wie wichtig es ist, dass die Barrieren weniger werden. In einem grossen Warenhaus kommt es zu einer solchen Begegnung. Er fährt rückwärts auf die Rolltreppe, klammert sich an den Handlauf und kommt sicher unten an. Eine Verkäuferin sieht das, staunt und spricht Keller an. Für ihn ist es eine günstige Gelegenheit für Aufklärungsarbeit – in der Hoffnung, dass beim Gegenüber etwas haften bleibt, getreu dem Motto: Steter Tropfen höhlt den Stein.

Das Projekt mit den Rampen

Manchmal stösst selbst der geübte und fitte Rollstuhlfahrer an Grenzen. Er sprach Wirte darauf an, weshalb beim Eingang zu ihrem Restaurant keine Rampe zu sehen sei. Zu hören bekam er: «Es kommt ja eh niemand mit dem Rollstuhl zu uns.» In einem Lokal versperrten deponierte Hocker den Zugang zum Behinderten-WC. Als er fragte, wieso diese nicht neben den Eingang zur Küche gestellt werden, war die Auskunft: «Weil sie uns im Weg stehen würden.»

Solche flapsigen Bemerkungen befremden den Rollstuhlfahrer, sie liefern aber auch die Bestätigung, wie wichtig das Projekt «SO klappt's!» ist, das er mitangeschoben hat. Es strebt an, dass bis anhin unzugängliche Gebäude für Menschen

mit körperlichen Einschränkungen erschlossen werden. «Klapprampe» heisst das Zauberwort, ein Hilfsmittel, mit dem in einer ersten Phase vierzig Geschäfte und Einrichtungen in der Altstadt ausgerüstet werden sollen. Einen Teil der Kosten müssten die Ladenbetreiber übernehmen. Die Anschaffung, so ist Keller überzeugt, müsste auch in ihrem Sinne sein, weil Rampen statt Schwellen den Umsatz steigern.

Der Kampf im Uferpark

Einer Illusion gibt sich der Botschafter für die Anliegen von Menschen im Rollstuhl nicht hin: dass jede Hürde verschwinden kann. Aber einer wie er resigniert nicht so schnell. Das bewies er vor zwei Jahren, als er die siebenhundert Kilometer zwischen dem Weissenstein und der katalanischen Stadt Girona nur mit Rollstuhl und Gleitschirm bewältigte. Und das zeigt er im Alltag mit seinem Engagement für Barrierefreiheit – auch ausserhalb Solothurns.

Als 2019 der Uferpark eröffnet wurde, ein Naherholungsgebiet an der Aare in den Gemeinden Luterbach und Attisholz, wurde Stefan Keller bei Regierungsrat Roland Fürst vorstellig, um ihn auf Mängel bezüglich Rollstuhlgängigkeit aufmerksam zu machen. Inzwischen sind bauliche Korrekturen angebracht worden, mit Rampen und einem Treppenlift.

Der Uferpark bedeutet für Stefan Keller nicht nur Freizeit, sondern ist auch Arbeitsplatz. Über einem Restaurant bietet der ausgebildete Coach mit seiner Partnerin Eva Bouchoux verschiedene Coaching-Ausbildungen an. Die zwei begleiten Menschen und Unternehmen in Veränderungsprozessen. Das Gelände der ehemaligen Kläranlage nebenan eignet sich auch ideal, um Menschen mit Querschnittlähmung den Umgang mit dem Rollstuhl zu lehren. «Ich bin dankbar für dieses Hilfsmittel», sagt er am Ende unserer Stadttour, «weil es mir ermöglicht, ein attraktives Leben zu führen.» (pmb/baad) ■

«Ich bin dankbar für den Rollstuhl. Er ermöglicht mir, ein attraktives Leben zu führen.»

Stefan Keller

In Solothurn klappt es

Das Pionier-Projekt «SO klappt's!» strebt die barrierefreie Zugänglichkeit von Orten wie Läden, Arztpraxen, Verwaltungen oder Restaurants ohne bauliche Eingriffe an. Es soll aufs Weihnachtsgeschäft 2021 hin lanciert werden.

Unterwegs auf dem Foxtrail



Los gehts.



Warten aufs erste Verkehrsmittel.



Zur nächsten Station.



Endlich Verschnaufpause.



Knifflige Rätsel lösen.



Entspannt der Reuss entlang.



Dank Eurokey ...



... bequem die Treppe rauf ...



... und runter.



Sind wir hier richtig?



Geschafft!

Die Stadt als Spielfeld

Foxtrails sind touristische Schnitzeljagden zur spielerischen Erkundung von Städten. Luzern bietet auch eine rollstuhlgängige Route.

 foxtrail.ch

Barrierefrei unterwegs Michaela Vogler löst mit ihren Kindern Noemi (8) und Mauro (6) die Rätsel des barrierefreien Foxtrails in Luzern. Die 32-Jährige verunfallte Ende 2020 im Haushalt. Diagnose: inkomplette Paraplegie. Die Route absolviert Michaela Vogler ohne Zugerät. «Das Per-

sonal der verschiedenen Verkehrsmittel ist sehr hilfsbereit», sagt die Hausfrau und Mutter. Durch ihre Querschnittlähmung sei zwar Spontanes kaum mehr möglich. «Aber ich entdecke jetzt immer mehr Bereiche, die mit dem Rollstuhl gut zu bewältigen sind.» (red/f. pedrazzetti) ■

Der Schlüssel für ein Stück Freiheit

Cisi Arpagaus kann trotz Querschnittlähmung wieder selber Auto fahren. Das gibt dem Bündner die Unabhängigkeit und Flexibilität von früher zurück.

Stil- und zielsicher lenkt Tarcisi Arpagaus das Auto, fährt auf den Parkplatz, drückt dem Beifahrer den Schlüssel in die Hand und ist emotional berührt: «Ihr schenkt uns ein Stück Freiheit!» Es ist der 16. Juni 2020, als der Bündner erstmals seit seinem Skiunfall wieder hinter dem Steuer sitzt und die erste Übungsfahrt absolviert. Alleine ist er nicht: Neben ihm sitzt Stefan Baumann, Leiter Fahrzeugumbau von Orthotec, einer Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Und die kurze Ausfahrt von Nottwil nach Oberkirch wird live via Facebook übertragen.

Genau ein Jahr danach sitzt Tarcisi Arpagaus, der sich mit «Cisi» vorstellt, auf seiner Terrasse in Cazis GR mit Blick auf den Heizenberg. In diesem Gebiet stürzte der geübte Skifahrer kurz vor dem Lockdown 2020 so unglücklich, dass er eine Querschnittlähmung davontrug.

Blick nach vorne

Arpagaus arbeitete 41 Jahre als Carrosseriespenger im gleichen Betrieb, musste die Stelle aber nach seinem Unfall aufgeben. Den Ansprüchen des Berufs wird er mit seinen körperlichen Einschränkungen nicht mehr gerecht. Aber seinem Schicksal begegnete er stets mit Optimismus. Er lässt eine Krise gar nicht erst zu, weil er sich sagt: «Wenn ich ständig zurückblicke und hadere, macht das die Situation nur schlimmer. Damit tue ich mir keinen Gefallen.» Er ist überzeugt, mit Willen und Disziplin seine Verfassung kontinuierlich zu verbessern. Und als Bewegungsmensch findet er Wege, um sich fit zu halten – mit Krafttraining, Hometrainer und seinem neuen Velo.

In Nottwil nimmt sich Cisi viel vor, er möchte eines Tages zumindest in seiner Wohnung wieder gehen können und mit Walkingstöcken gar draussen an der frischen Luft. Und: Er will unbe-

dingt wieder Auto fahren und nicht auf fremde Hilfe angewiesen sein. Ohne Wagen, sagt er, sei er «aufgeschmissen». Cisis Ambitionen sind hoch, aber er denkt nicht unrealistisch: «Wenn man im Leben etwas erreichen will, muss man Ziele haben.» Die grösstmögliche Selbstständigkeit ist ihm ein zentrales Anliegen.

Als er mit seiner Frau Laetitia eine neue Wohnung suchte, war die Nähe zum Bahnhof ebenso ein Kriterium wie die Rollstuhlgängigkeit. Aber noch zieht der 63-Jährige das Auto dem öffentlichen Verkehr vor, weil es ihm mehr Flexibilität und Unabhängigkeit erlaubt. Während der Rehabilitation im Schweizer Paraplegiker-Zentrum ist für ihn klar: Das mit dem Auto muss er hinbekommen, am besten so schnell wie möglich. Tatsächlich schlägt Arpagaus ein hohes Tempo an und kann sich dabei auf die Unterstützung durch Orthotec verlassen: Nur drei Monate nach seinem Skiunfall bricht er mit Stefan Baumann zu seiner Übungsfahrt auf.

Umstellung auf Handbetrieb

Bei dieser «Motorisierungsabklärung» erfasst Orthotec die Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden: Haben sie noch ausreichend Beifunk-

«Das Auto erhöht meine Lebensqualität merklich. Ich darf sagen: Ich lebe gut.»

Tarcisi Arpagaus

tion zum Autofahren oder benötigen sie eine Umschulung auf Handbetrieb? Cisi Arpagaus hoffte, dass es mit dem Fusseinsatz klappen würde und zögerte bei der Entscheidung. Als er merkte, dass es doch nicht so schnell vorangeht,



Cisi Arpagaus Sein umgebautes Auto gibt ihm Flexibilität und Unabhängigkeit.



entschloss er sich, sein Auto umbauen zu lassen. Mit der linken Hand bedient er mithilfe eines Knaufs das Lenkrad, mit der rechten gibt er mit einem Hebel Gas, bremst und blinkt.

Für die Spezialisten der Orthotec ist dieser Umbau eine Routinesache. «Je komplexer das Handicap, desto komplexer wird unsere Aufgabe», erklärt Baumann. Das Endprodukt bedeute für alle Betroffenen eine enorme Entlastung: «Das Autofahren gibt ihnen eine gewisse Spontaneität zurück, vor allem aber die Unabhängigkeit. Und das wiederum ist für die Angehörigen wertvoll: Sie müssen nicht mehr ständig für Fahrdienste zur Verfügung stehen.»

Keine drei Wochen nach der Heimkehr aus Nottwil erhält Cisi Arpagaus seinen Schlüssel zur Freiheit – den umgebauten Škoda Octavia Kombi. Diesen 26. September hat er ebenso gespeichert wie den 8. März, das Datum seines Unfalls. Längst ist es kein Kraftakt mehr, den Rollstuhl im Kofferraum zu verstauen und sich mit einer Krücke und einer Hand am Auto hinters Steuer zu bewegen. Wird ihm Hilfe angeboten, lehnt er meistens ab – der Transfer aus dem Rollstuhl ins Auto ist für ihn eine Form von Therapie.

Ausflug auf schmaler Strasse

Das Fahren fühlt sich vertraut an. Cisi Arpagaus hat sich eine Sicherheit angeeignet, die er schon früher besass. Kaum stand der neue Wagen in der Garage, war er so begeistert, dass er alleine Ausflüge unternahm. Einen hat er in besonderer Erinnerung, weil er zur Lehrstunde wurde.

Der leidenschaftliche Jäger fuhr ins Safiental, um seinen Schwager auf der Steinwildjagd zu besuchen. Nach einem halben Jahr ohne Fahrpraxis und mit dem gewöhnungsbedürftigen Handbetrieb forderten ihn die schmale Strasse und die



Kurven ziemlich heraus. Aber danach wusste er: Ich habe die neue Technik im Griff.

In seinem Fall hielt sich der Aufwand für den Umbau in Grenzen. Doch Cisi Arpagaus ist fasziniert von der Technik und der Kreativität der Leute von Orthotec, die es selbst Menschen mit einer hohen Querschnittlähmung ermöglichen, wieder selber Auto zu fahren. «Ich staune, was die alles hinbekommen», sagt er. Für sich selber ist er zufrieden mit der aktuellen Situation: «Das Auto erhöht meine Lebensqualität merklich. Ich darf heute sagen: Ich lebe gut.»

Cisi Arpagaus geht nicht davon aus, dass er eines Tages wieder mit dem Fuss aufs Gaspedal drücken und bremsen kann: «Dafür müsste schon eine grosse Verbesserung eintreten. Aber der Handbetrieb ist eine perfekte Alternative.»

(pmb/n. pitaro/we) ■

Verstauen Der 63-jährige Bündner nimmt seinen Rollstuhl im Kofferraum mit.

Motorisierungsabklärung Cisi Arpagaus mit Stefan Baumann von der Orthotec.

 **Direktlink zum Blog**



Die Hand als Werkzeug

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum ist eine von wenigen Kliniken, die mit der operativen Umplatzung von Muskeln, Sehnen und Nerven bei Menschen mit einer Tetraplegie neue Arm- und Handfunktionen ermöglichen. Der Zuwachs an Selbstständigkeit und Lebensqualität ist enorm.



«Dank der Tetrahandchirurgie kann ich das Handy wieder für meine Firma nutzen»: José Di Felice.

Der Moment im Herbst 2020 war für alle Beteiligten berührend. «Zwei Jahre lang hatte ich es immer wieder versucht, doch alles blieb steif», sagt José Di Felice. «Jetzt konnte ich plötzlich die Finger bewegen.» Es war am Tag nach der Operation seiner linken Hand. Für den 48-jährigen Unternehmer aus Leupen BE war es der Start in ein neues Leben. «Als ich die Bewegung sah, wusste ich, der Entscheid für den Eingriff war richtig.» Natürlich waren da auch Schmerzen, als der Verband zum ersten Mal geöffnet wurde. Doch die Wiederherstellung der Greiffunktion in der gelähmten Hand liess den Tetraplegiker emotional werden. «Ihr seid Helden», sagte er zu Silvia Schibli und Jan Fridén, die ihn operiert hatten.

Die Tetrahandchirurgie hat sich in den letzten Jahren ständig weiterentwickelt. Immer komplexere Operationen vergrössern das Spektrum an Möglichkeiten, um betroffenen Menschen Hand- und Armfunktionen zugänglich zu machen, die sie aufgrund ihrer Rückenmarkverletzung eigentlich nicht mehr ausführen können. Der schwedische Professor Jan Fridén hat dieses Gebiet als Pionier geprägt und das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) zu einem führenden Behandlungsort gemacht. Silvia Schibli arbeitete viele Jahre mit ihm zusammen und gemeinsam führten sie neue Operationsverfahren ein. Im April 2021 übernahm Schibli Fridéns Nachfolge – als Chefärztin der Hand- und Tetrahandchirurgie in Nottwil.

Hoher Grad an Selbstständigkeit

Für José Di Felice folgte auf die Operation zunächst harte Arbeit. Vier intensive Therapieeinheiten absolvierte er jeden Tag, bis nach rund sechs Wochen sein Gehirn gelernt hat, die Finger und den Daumen seiner linken Hand unabhängig voneinander anzusteuern. Um dies zu ermöglichen, wurden Sehnen von intakten Muskeln am Arm umgeleitet und mit Sehnen von gelähmten Muskeln verbunden. «Was vorher den Ellbogen beugte, bewegt jetzt den Daumen», beschreibt er eine der Herausforderungen, die sein Kopf zu bewältigen hatte.

Der Aufwand hat sich gelohnt. Vor der Operation war er auf fremde Hilfe angewiesen, um seinen Alltag zu bewältigen. Heute hat der Importeur von Delikatessen einen hohen Grad an Selbstständigkeit erreicht und kann sich ganz

seiner Firma widmen. Er kann mit dem Auto zu seinen Produzenten in Südeuropa fahren. Er kann essen und trinken, ohne zu verschütten. Er zieht Bargeld aus den Automaten oder nimmt sein Handy vom Tisch auf.

Speziell war der Moment, als er seiner Partnerin zum ersten Mal wieder Wein einschenken konnte – das erfordert viel Kraft. Seine linke Hand erledigt heute Aufgaben, die ihr jahrelang unmöglich waren. «Das ist ein ganz anderes Leben», sagt José Di Felice. Er erzählt offen von den Bedenken, die er vor der teilweise irreversiblen Operation hatte, oder dass gewisse Sachen bewusst nicht mehr gehen, zum Beispiel die Hand flach machen. Doch einem Nachteil stehen zehn Vorteile gegenüber, fügt er an. Das entspricht

«Ich kam zum Schluss: Ich habe das Leben gewonnen.»

José Di Felice

generell seiner Haltung: «Wer mit seiner Querschnittslähmung hadert, denkt nur daran, was er verloren hat. Ich kam zum Schluss: Ich habe das Leben gewonnen.»

Beratung ist entscheidend

Das Wiedererlangen der Greiffunktion bedeutet oft eine Kombination von mehreren Operationen: Beim «Nerventransfer» werden funktionierende Nerven auf nicht mehr funktionierende umgelenkt. Sie wachsen während Monaten zum Zielmuskel hin, bis der Impuls des Gehirns zum Beispiel die Finger streckt und so das Öffnen der Hand erlaubt. Ein Nerventransfer erfolgt vorzugsweise im ersten Jahr nach der Rückenmarkverletzung. Eine weitere Möglichkeit ist die «Trizepsrekonstruktion», bei der ein Teil des Schultermuskels mit einer Sehne verlängert und auf die Trizepssehne umgeleitet wird. Dieser «Sehnentransfer» ermöglicht das Strecken des Ellbogens, womit der Arm im Raum gesteuert werden kann. In einem weiteren Schritt kann die Greiffunktion der Hand mittels verschiedener Sehnentransfers rekonstruiert werden.

Bevor eine Operation geplant werden kann, müssen etliche Entscheide gefällt sein. «Es gibt eine Vielzahl an Möglichkeiten», sagt Silvia Schibli, «die wirklich sinnvollen auszuwählen ist



Silvia Schibli
Chefärztin Hand- und
Tetrahandchirurgie

Weitere Anwendungen

Von der Tetrahandchirurgie profitieren nicht nur Querschnittgelähmte. Auch Menschen mit schweren spastischen Fehlstellungen der Arme und Hände z. B. aufgrund einer Hirnverletzung werden im SPZ operiert. Bei den Zuweisenden ist dies wenig bekannt – dabei könnten die Betroffenen nach der Operation wieder aktiver am Leben teilnehmen.



eine Herausforderung. Wir klären die Bedürfnisse sorgfältig ab, damit die Patientinnen und Patienten einen optimalen Nutzen haben und wir genau jene Anwendungen ermöglichen, die für sie am wertvollsten sind.» Solche Ziele sind zum Beispiel das selbstständige Ankleiden oder die Körperpflege, das Autofahren, das Öffnen einer Flasche, die Bedienung des Handys oder das Schreiben. Mit den Betroffenen wird ein individuelles Konzept erarbeitet, das ihre Erwartungen und Wünsche mit dem operativ Machbaren in Einklang bringt.

Für Silvia Schibli ist die Beratung vor einem Eingriff genauso entscheidend wie die anspruchsvolle und «ungeheuer faszinierende» Arbeit im Operationssaal: «Unsere Patientinnen und Patienten sind auf die Handfunktion angewiesen. Da dürfen keine Fehler passieren.» Die Chefärztin weiss, dass eine grosse Verantwortung auf ihren Schultern lastet. Die einzelnen Fälle beschäftigen sie intensiv – auch ausserhalb der Klinik. «Mich interessiert das jeweils beste Ergebnis für die Patientinnen und Patienten», sagt sie. «Die grösste Befriedigung ist es, wenn sie sagen: ‹Jetzt kann ich dies und jenes wieder machen, und das ist mir so wichtig.›»

Spezialisierte Infrastruktur

Erstaunlicherweise befassen sich weltweit nur wenige Zentren mit diesem Feld der Handchirurgie, trotz des enormen Zuwachses an Selbstständigkeit und Lebensqualität, das es hochgelähmten Menschen bietet. Das liegt auch daran, dass die Eingriffe eine spezialisierte Infrastruktur benötigen, in der verschiedene Fachgebiete und Abteilungen eng miteinander zusammenarbeiten und sich ständig austauschen müssen. Mit seinen interprofessionellen Teams ist das SPZ dafür besonders geeignet. Eine wichtige Rolle

übernehmen dabei die Handtherapeutinnen und Handtherapeuten.

Fachliche Diskussionen prägen die Tetrahandchirurgie. Ideen werden weiterentwickelt, neue Ansätze erforscht und geprüft, Erfahrungen ausgetauscht. «Vieles, was in Nottwil gemacht wird, kann man nicht in einem Buch lernen», sagt Silvia Schibli. Mit der Etablierung neuer Techniken wie den Nerventransfers oder der gleichzeitigen Trizepsrekonstruktion an beiden Armen führt die Chefärztin Jan Fridén Pionierarbeit in die Zukunft. Fridén selbst bleibt dem SPZ nach seiner Pensionierung als Senior Consultant weiterhin verbunden.

«Ich bin dankbar»

Seit José Di Felices Motorradunfall auf der Rennstrecke in Dijon sind drei Jahre vergangen. In dieser Zeit hat er sowohl die Hilflosigkeit erlebt, wenn sich Arme und Beine nicht mehr bewegen lassen, als auch den Weg zurück in ein Leben, in dem er seine linke Hand trotz Lähmung wieder für Alltagsaufgaben einsetzen kann. Gerne würde er auch seine rechte Hand operieren lassen. Doch für die nötige Rehabilitation findet der Unternehmer nach der wirtschaftlich herausfordernden Corona-Krise noch keine Zeit.

Ihm ist es wichtig, dass viele Personen die Vorteile dieser Chirurgie kennenlernen, und er macht anderen Betroffenen Mut, sich darauf einzulassen. Zum Schluss sagt José Di Felice: «Ich bin dankbar, dass es Menschen gibt, die so etwas ermöglichen. Bei Jan und Silvia merkt man, dass sie es mit Herzblut machen. Sie haben Freude, andern eine Freude zu machen – und bleiben selber so bescheiden.» (kste/we) ■



[paraplegie.ch/hand-und-tetrahandchirurgie](https://www.paraplegie.ch/hand-und-tetrahandchirurgie)



Tetrahandchirurgie ist Teamarbeit: Sie erfordert den täglichen Austausch zwischen Patient, Chirurgin und Handtherapeutin (rechts: Karen Schmuck).



Sie können die Tetrahandchirurgie des SPZ mit einer Spende unterstützen und fördern so die Weiterentwicklung der Spezialabteilung.

IBAN CH14 0900 0000
6014 7293 5
Vermerk: Handchirurgie

Im Rollstuhl aufs Matterhorn?

Die grössten Einschränkungen der Bewegungsfreiheit liegen in unserer Wahrnehmung.



Seit damals zur «Grün 80» die ersten «Behinderten-Parkplätze» vor den Toren Basels für Aufsehen sorgten – es war der grösste Event in der Schweiz nach der «Expo 64» und die erste rollstuhlgängige Ausstellung überhaupt – hat sich in Sachen Bewegungsfreiheit für Menschen mit Querschnittslähmung einiges getan. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) konnte viel dazu beitragen, dass sich die Situation in der Schweiz nicht nur bei den Parkplätzen verbessert hat. Aber noch immer stossen Betroffene zu oft an Grenzen, die nichts mit der Diagnose Para- oder Tetraplegie zu tun haben: Es sind Grenzen der gesellschaftlichen Achtsamkeit.

Bauchnabel statt Small Talk

Im Paraplegie-Talk auf der Gesprächs-Plattform «Clubhouse» hat SPS-Mitarbeiter und Rollstuhlathlet Christian Hamböck einige Beispiele vorgestellt. Eine typische Situation für Menschen im Rollstuhl, die zusammen mit Fussgängern ein Restaurant besuchen, ist, dass das Personal über ihren Kopf hinweg die Begleitpersonen fragt: «... Und was hätte er denn gerne?» Immer noch ist die Meinung verbreitet, dass wer im Rollstuhl sitzt, nicht nur gehbehindert ist, sondern auch nicht sprechen kann.

Etwas vertrackter ist die Situation, wenn auf dem hochdotierten Marketingkongress beim Apéro nur hohe Tischchen für Stehende vorhanden sind. Der Rollstuhlfahrer blickt auf Bauchnabel und Hinterteile, jongliert ohne Ablagemöglichkeit mit Teller und Glas, findet die Speisen schliesslich auf seinem Schoss wieder. Dabei wäre die Lösung einfach: Eine Sofaecke schliesst die Betroffenen mit ein. In den meisten Kongresshallen sind immerhin Spezialtoiletten vorhanden – es sind zentrale Infrastrukturen der Integration, die in Restaurants oft vergeblich gesucht werden und manchmal auch als Gerümpelkammer dienen.

Solche Hindernisse in Gebäuden sind verbreitet. Zwar bestehen Bauvorschriften, aber deren Umsetzung scheitert oft konkret vor Ort, zum Beispiel beim Zugang zu Gebäuden und Bahnhöfen. «Manche Haltestellen im öffentlichen Verkehr sind schlicht eine Katastrophe», sagt Christian Hamböck. Ist der Bodenabstand grösser als fünfzehn Zentimeter, kommen Rollstuhlfahrende ohne fremde Hilfe nicht weiter. Entweder machen sie beim Ausstieg aus dem Tram ihre Räder kaputt oder sie müssen bis zu einer geeigneten Station weiterfahren und den ganzen Weg zurückrollen. Da liegt der Griff zum Autoschlüssel nahe.



Um Hilfe bitten

Auch den Betroffenen ist klar, dass nicht alle Wünsche umsetzbar sind. «Den Anspruch zu haben, immer autonom zu sein, ist sehr hoch», sagt Christian Hamböck. «Mein Alltag ist voll mit Situationen, in denen ich andere Menschen um Hilfe bitten muss.» Nicht nur beim Einkaufen stehen viele Waren unerreichbar im Regal, auch die Schränke zu Hause sind bis oben gefüllt. So muss in seiner umgebauten Wohnung immer wieder die Familie für Handreichungen einspringen.




Für Menschen mit einer Querschnittslähmung bedeuten solche Einschränkungen: Ihr tägliches Leben benötigt sehr viel mehr Vorausplanung und lässt weniger Spontaneität zu. Wer alle paar Stunden auf einen Ort zum Katheterisieren angewiesen ist, wird zum Organisationstalent – und ärgert sich, wenn die Zugänge dazu aus Unachtsamkeit blockiert werden.

Es gibt eine Organisation, die trägt Personen im Rollstuhl auf ausgewählte Berge. Solche Ansprüche sind nicht gemeint, wenn über mehr Bewegungsfreiheit in der Gesellschaft diskutiert wird. Es geht um unseren gemeinsamen Alltag.

(kste/rob)



A man with short blonde hair and glasses, wearing a blue patterned short-sleeved shirt and blue jeans, is sitting in a wheelchair. He is holding a large, dark purple, bushy plant in his hands. He is positioned in front of a raised garden bed filled with various plants, including green leafy ones and more purple flowers. The background is a lush garden with green grass and various plants, including a large tree with pink blossoms. The lighting is bright and natural, suggesting an outdoor setting during the day.

«Die Situation ist nicht zu ändern, aber ich kann mich trotzdem fortbewegen: Das hat mich motiviert.»

Gery Blum

Die grüne Kraftquelle

Gery Blum sitzt seit zwanzig Jahren im Rollstuhl. Seine positive Einstellung zum Leben gibt den Mitmenschen immer wieder bereichernde Anregungen.

Er schiebt die Tür auf, rollt vom Wohnzimmer über den Sitzplatz und taucht ein in sein grünes Bijou, das er mit viel Liebe zum Detail pflegt. Wenn er sich um Rosen und Storchschnäbel, Sonnenhüte und Lavendel kümmert oder um Salat, Blumenkohl, Tomaten und Erdbeeren, dann vergisst er die Zeit. Der grosszügig angelegte Garten mit lauschigem Pavillon und Blick auf das Mittagpüpfli im Pilatusmassiv dient ihm als Rückzugsort und Kraftquelle. Den Gedanken nachhängen, abschalten, mit Werkzeug hantieren. Gerhard Blum schaut die blühende Umgebung an und nickt zufrieden. Es sieht prächtig aus bei ihm in Schachen LU.

Blum, den alle «Gery» rufen, ist ein geübter Hobbygärtner. Der Fünfzigjährige hat sich nicht nur ein breites Wissen über Pflanzen angeeignet, sondern auch spezielle Techniken, um sein Revier jedes Jahr in diesen Zustand zu bringen. Denn: Gery Blum sitzt im Rollstuhl. Der Paraplegiker bewegt sich so geschickt durch die Beete, dass er die körperlichen Einschränkungen nicht als Hindernis wahrnimmt. «Kein Problem», sagt er, «ich komme gut zurecht.» Kippt es ihn doch einmal aus dem Rollstuhl, nimmt er es mit Humor. Klagen hilft eh nichts. «Es ist, wie es ist.» Worte, schnell gesagt und doch so wahr.

Ein verhängnisvoller Sturz

In seiner Kindheit lernt Gery Blum, mit wenig auszukommen und das zu schätzen, was er hat. Auf dem Landwirtschaftsbetrieb seiner Eltern in Wolhusen packt er früh mit an. Er wächst in einer Grossfamilie auf, elf Kinder sorgen daheim für reichlich Betrieb. «Ich hatte eine schöne Jugend», sagt er. Es fehlte ihm an nichts.

Blum absolviert eine Ausbildung zum Konditor-Confiseur, später wird er Storenmonteur. Er gilt als pflichtbewusster Mitarbeiter, «saubere

Büez» ist ihm ein Anliegen. An einem Dienstag im Juni 2001 repariert er die Storen einer Liegenschaft in Hergiswil NW, Routine eigentlich. Er kommt zügig voran, denkt, seine Arbeit sei erledigt, und bringt die gemietete Hebebühne zurück. Aber dann meldet sich der Hauswart: Ein Storen ging vergessen. Es sieht nicht kompliziert aus. Gery Blum klettert seine Auszugsleiter hoch und hält sich mit einer Hand am Galerieblech fest, mit der anderen setzt er zur Reparatur an.

Dann geschieht es. Das Galerieblech löst sich, der Monteur verliert das Gleichgewicht und stürzt aus fünf, sechs Metern zu Boden. Gleich nach dem Aufprall realisiert er: Die Beine lassen sich nicht mehr bewegen.

Die Rega bringt den Schwerverletzten ins Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ), wo er operiert wird. Sein Rückenmark ist beschädigt, aber nicht durchtrennt. Das gibt dem Patienten Hoffnung, irgendwann wieder gehen zu können – zumal er im Leben noch so viel vorhat.

Mit der Realität konfrontiert

Gery Blum ist damals dreissig Jahre alt. Seit einem Jahr ist er mit Andrea Wirz zusammen, und das Paar wollte – nur ein paar Tage nach dem verhängnisvollen Sturz – in die erste gemeinsame Wohnung ziehen. Die Umzugskisten sind schon gepackt. Aber auf einmal ist alles anders.

Andrea Wirz hatte erst kürzlich eine neue Stelle angetreten, an der sie jetzt der Anruf von Gerys Schwester Evelyn erreicht, die damals im SPZ arbeitete. Sie überbringt der jungen Frau die Nachricht, die ihr den Boden unter den Füßen wegzieht. Eine Bürokollegin begleitet sie sogleich in die Klinik nach Nottwil. Noch vor der Operation sieht sie Gery und wird mit der Realität konfrontiert, dass sie ihre Zukunftspläne vorerst beiseitelegen müssen.

Die Ärzte auf der Intensivstation sprechen offen über die Konsequenzen einer Querschnittlähmung. Zum Beispiel, dass eine Umschulung nötig sein wird, um auf dem Arbeitsmarkt eine Chance zu haben. Der ebenfalls Dreissigjährigen schiessen tausend Gedanken durch den Kopf. Sie möchte das alles gar nicht hören, vermisst das Feingefühl. Heute sagt sie: «So schmerzhaft das war: Die Ärzte sagten mir nur die Wahrheit.»

Keine Angst vor der Ungewissheit

Andrea Wirz muss sich neu orientieren. Aus dem Einzug in die mehrstöckige Wohnung wird nichts, ein behindertengerechter Umbau ist unmöglich. In dieser Phase voller Fragen und Emotionen, sagt sie, habe sie einfach funktioniert. Aber sie dachte nie daran, einen Schnitt zu machen und Gery zu verlassen. Als eine Bekannte sie fragt, ob sie sich das wirklich gut überlegt habe, ist sie aufgewühlt: «Gery ist doch weiterhin derselbe! Der Unfall hat eine körperliche Einschränkung verursacht, aber nicht seinen Charakter verändert.»

Gery Blum ist eine starke Persönlichkeit. Er quält sich nicht lange mit der Frage, weshalb das Schicksal gerade ihn so getroffen hat. Warum der Abwart ihn nicht auf den kaputten Storen hingewiesen hat, als die Hebebühne noch vor Ort war. «Ich konnte ihm nicht böse sein», sagt er. «Ihn hat die Geschichte enorm belastet, er hat sich Vorwürfe gemacht. Aber es war Pech und ist einfach passiert.»

Im Spitalbett erweckt er nicht den Eindruck, keine Kraft mehr zu haben oder Angst vor der Ungewissheit, was auf ihn zukommt. Geht es Gery Blum nicht gut, bekommt das sein Umfeld nicht mit. Tränen fliessen kaum, schlechte Stimmung ist selten: Gefühlsausbrüche sind nicht seine Sache. Der inzwischen zwanzigfache Onkel freut sich vielmehr über die Besuche seiner Familie, Freunde und Kollegen aus der Guggenmusik; jahrelang spielte der begeisterte Fasnächter Posaune bei den Bahnhofgeistern Wolhusen. Auch der Abwart aus Hergiswil und Arbeitskollegen schauen bei ihm vorbei.

Dankbar für die Mobilität

Nach drei Wochen, die er auf dem Rücken liegend im Spitalbett verbringt, erlebt er einen ganz besonderen Moment. Zum ersten Mal darf er sich

in einen Rollstuhl setzen und ist erleichtert, mobil zu sein. Er kommt vorwärts, ohne ständig auf fremde Hilfe angewiesen zu sein. Ein weiteres Stück Bewegungsfreiheit gibt ihm später das umgebaute Auto: «Ich wusste: Mit dem Gehen wird es schwierig. Aber ich kann mich ja trotzdem auf verschiedene Arten fortbewegen. Das hat mich in der Rehabilitation motiviert.»

Er ist dankbar, dass die erhaltenen Funktionen seines Oberkörpers ihm ein gutes Mass an Selbstständigkeit ermöglichen. In Nottwil trifft er auf Menschen, die viel mehr Unterstützung

«Gery ist mit seiner positiven Einstellung und seinem Engagement ein absoluter Gewinn für unsere Firma.» **Roland Schärli**

benötigen. Er sagt: «Ich habe Glück gehabt, nicht mit dem Kopf am Boden aufgeprallt zu sein. Es hätte mich viel schlimmer erwischen können.» Wenn er heute sieht, wie sich Fussgängerinnen und Fussgänger über Kleinigkeiten aufregen, dann kann Gery Blum nur lächeln.

Nach fünf Monaten darf er nach Hause und ist überzeugt, dass er in der Rehabilitation optimal darauf vorbereitet wurde. Tatsächlich fällt ihm die Eingewöhnung leicht. Gery Blum kann den Haushalt selbstständig führen und weiss, worauf er sich fokussieren will: Er möchte mit einer beruflichen Tätigkeit seinem Alltag eine Struktur geben. Halbtags arbeitet er für seine frühere Firma im Büro, absolviert nebenbei die Handelsschule und findet danach die Stelle, die ihn glücklich macht. Roland Schärli, Mitinhaber eines Autocenters in Wolhusen und ein enger Freund, stellt ihn für die Administration an. Beim gerade anstehenden Neubau der Firma achtet er auf eine rollstuhlge-rechte Infrastruktur.

Das Lob des Chefs

2004 fängt Gery Blum in der Garage an. Heute, nach siebzehn Jahren, ist er immer noch dabei und eine Inspiration für die Belegschaft. «Schlechte Laune kennt er nicht», sagt Roland Schärli. «Gery ist mit seiner positiven Einstellung und seinem Engagement ein absoluter Gewinn.» Sechzig Pro-

Etabliert in der Berufswelt

Gery Blum mit Chef und Freund Roland Schärli in der Werkstatt des Autocenters.

Geniesser im Privatleben

Beim Gitarrespiel im Garten und mit Frau Andrea im Pavillon.



«Mit der Lehre bin ich fertig. Nun beginnt das Leben.»

Melanie (20) plant ein Auslandjahr.



Im Ernstfall
CHF 250 000.–
Gönner-Unterstützung
Bei unfallbedingter Querschnittlähmung
mit permanenter Rollstuhlabhängigkeit

Einmal abschliessen – ein Leben lang vorgesorgt.

Werden Sie jetzt Dauermitglied.

Wo auch immer auf der Welt und in welcher Lebenssituation Sie sich befinden, Ihre Vorteile halten ewig. Als Dauermitglied zahlen Sie **einmalig CHF 1000.–** und erhalten im Ernstfall CHF 250 000.– bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit permanenter Rollstuhlabhängigkeit.

Einmalig zahlen, für immer Mitglied: www.paraplegie.ch/mitglied-werden



Schweizer
Paraplegiker
Stiftung



Ausfahrt Gery und Andrea Blum unterwegs mit dem russischen Motorradgespann Ural.

zent beträgt das Pensum offiziell, aber nicht selten kommt es vor, dass der Rollstuhlfahrer freiwillig einen halben Tag anhängt, um auszuweichen.

Wird ein Firmenevent organisiert, ist eine der Bedingungen: Gery muss alles mitmachen können. Die Verbindung zum Chef ist zwar eng, aber es wäre falsch, daraus eine bevorzugte Behandlung abzuleiten: «Wir haben ihn bestimmt nicht aus Mitleid angestellt, sondern weil wir davon ausgingen, dass er eine Bereicherung für uns sein wird – und das ist er.»

2006 ziehen Gery und Andrea in ihr neues Haus in Schachen, unweit von Wolhusen. 2013 heiraten sie, Roland Schärli und seine Frau Franziska sind die Trauzeugen. Das Paar wünscht sich Kinder, aber es klappt nicht. Andrea braucht lange, um sich damit abzufinden. Aber sie hat einen Partner, der ihr mit seiner positiven Art hilft, schwierige Phasen zu meistern. «Ihn haut nichts so schnell um», sagt sie. Dazu passt einer seiner Sätze: «Ich bin fast noch zufriedener als vor meinem Unfall.»

Gitarre und Motorrad

Gery Blum, der Naturmensch, würde liebend gerne mit seiner Frau Andrea zu einer Wanderung aufbrechen, über Wiesen laufen, Dinge tun, die in den ersten dreissig Jahren seines Lebens Normalität waren. Den Traum, einmal ein paar Schritte gehen zu können, hat er nicht begraben. Aber er träumt ihn nicht ständig, weil ihn das nur belasten würde. Ihm gehe es ja gut, sagt er, er habe kaum Schmerzen und führe ein erfüll-

tes Leben. Überhaupt, die Schmerzen. Als sie ihn anfänglich stärker plagten, ertrug er sie oft, ohne die Schmerzpumpe zu gebrauchen, weil er dem Körper nicht zu viele starke Medikamente zumuten wollte.

Zwei Jahrzehnte sind seit dem Unfall vergangen, «wie im Flug», sagt Blum. Seine Mobilität ist hoch, weil er sich mit geschickten Handgriffen zu helfen weiss, weil auch immer bessere und handlichere Rollstühle entwickelt worden sind. Und ein Glück sei es, dass er praktisch nicht auf medizinische Versorgung angewiesen sei – ausser beim Blutdruck.

Langweilig wird es dem Paraplegiker nicht so schnell. Da ist die Arbeit, die ihn begeistert wie am ersten Tag. Da ist der Garten als sein grösstes Hobby, der ihm so viele Aufgaben stellt, dass er dafür lieber auf längere Ferien verzichtet. Und da sind weitere Beschäftigungen in seiner Freizeit. Musik gehört zu seinen Leidenschaften; er spielt Gitarre, besitzt sieben Stück davon und hat eine beachtliche CD-Sammlung. Zudem betätigt er sich körperlich. Bis zu fünfmal pro Woche trainiert er eine halbe Stunde daheim an einem Therapiegerät oder dreht mit dem E-Handbike seine Runden. Oder er fährt mit dem Motorradgespann aus. Seit 2003 ist Gery Blum stolzer Besitzer einer russischen Ural.

Gery Blum lässt sich nicht hetzen, er hält es im Leben wie auf dem Motorrad: Auch mit gedrosselem Tempo kommt man vorwärts.

(pmb/baad) ■



So hilft Ihr Mitgliederbeitrag

Von der Schweizer Paraplegiker-Stiftung erhielt Gery Blum finanzielle Unterstützung für den Wohnungsumbau, beim Umbau des Autos und für ein Handbike.

Wieder gebraucht werden

Živa Lavrinc absolviert ein Praktikum beim Westschweizer Start-up GBY, das Elektrovelos auf ein neues Niveau gehoben hat. Von Firmen-Mitgründer Sebastian Tobler lernt sie, was lösungsorientiertes Handeln bedeutet.

Die Frau hat Energie und Ideen. Arbeit ist für Živa Lavrinc weder Pflicht noch Zeitvertreib, sondern Leidenschaft. Sie schaut nicht auf die Uhr, wenn sie vor dem Computer sitzt und den Instagram-Kanal der Firma GBY bewirtschaftet, wo sie seit Anfang 2020 als Praktikantin tätig ist. In ihrer Heimat Slowenien studierte die heute 32-Jährige Sport, bevor sie in die Schweiz kam, in St. Moritz Skilehrerin war und in einem Spa Kinder betreute. Im Engadin nahm ihr Leben im Juli 2018 eine entscheidende Wendung. Bei einem Unfall mit dem Mountainbike zog sie sich schwere Verletzungen zu. Diagnose: Querschnittlähmung.

Ausgeklügeltes Produkt

Der Firmenname ihres Arbeitgebers GBY steht für *Go By Yourself* («geh selbstständig»). Das Unternehmen hat das Go-Tryke entwickelt, ein dreirädriges Elektrovélo, das Menschen mit Querschnittlähmung einen Bewegungsablauf ermöglicht, der den menschlichen Gang imitiert. Sobald die Handkurbel aktiviert wird, dreht sich die Fusskurbel. Geht die rechte Hand nach vorne, macht es auch der linke Fuss, und umgekehrt.

Hinter dem ausgeklügelten Produkt steckt Sebastian Tobler. Der Mitgründer von GBY ist vor acht Jahren ebenfalls mit dem Mountainbike verunfallt und hat eine inkomplette Tetraplegie erlitten. «Auch wenn die Beine nicht mehr funktionieren: Für die Blutzirkulation, die Knochendichte und den ganzen Körper ist es wichtig, dass sie Bewegung bekommen», sagt er «Weshalb sollten Menschen mit einer Querschnittlähmung ihrer Gesundheit nicht auch etwas Gutes tun?» Mit seinem Go-Tryke können sie es.

Das Elektrovélo wiegt rund vierzig Kilo und eignet sich auch für Ausfahrten abseits asphaltierter Strassen. Es sorgt weit über die Landesgrenzen hinaus für Aufsehen und erfreut sich einer steigenden Nachfrage.

Kreativ und mutig sein

Für seine Erfindung wurde Sebastian Tobler mit dem Innovationspreis des Kantons Freiburg ausgezeichnet. Der 51-Jährige hat eine Ausbildung zum Automobilingenieur, doziert an der Fachhochschule in Biel und ist ein unermüdlicher Tüftler. Den Alltag von Menschen im Rollstuhl zu verbessern, das treibt ihn und das Team seines Start-ups im Freiburger Dorf Vuisternens-en-Ogoz an. Probleme halten ihn nicht auf, sie spornen ihn an. Einer seiner Grundsätze lautet: «Lösungen finden, kreativ und mutig sein.»

Fünf Angestellte beschäftigt Tobler, darunter Živa Lavrinc. Während ihrer Rehabilitation im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) hat sie sich intensiv mit ihrer beruflichen Zukunft auseinandergesetzt und sich viele Gedanken gemacht. Im Rollstuhl sitzen, die Beine nicht mobilisieren können – das war unerträglich. «Kann man wirklich nichts dagegen tun?», fragte sie. Im SPZ bekommt sie den Hinweis auf das Go-Tryke, kurz darauf trifft sie sich mit Sebastian Tobler.

«Es geht um Leistung»

Der erste Austausch der beiden ist der Beginn der Zusammenarbeit. Der Erfinder des Go-Trykes spürt rasch, dass Lavrinc begeisterungsfähig und lernhungrig ist: «Živa hat enormes Potenzial und einen grossen Willen.» Bei GBY erhält sie eine 50-Prozent-Stelle verbunden mit der Erwartung, dass sie einen Anteil zum Wachstum des Unternehmens beiträgt. «Wir sind keine soziale Einrichtung», sagt Tobler. «Es geht um Leistung wie anderswo auch. Živa arbeitet nicht bei uns, weil sie im Rollstuhl sitzt, sondern weil sie für die Aufgabe qualifiziert ist.»

Die Praktikantin kümmert sich um das Marketing, hilft im Verkauf, pflegt Kundenkontakte und bringt sich bei Events wie einem «Tag der offenen Tür» ein. Im GBY-Umfeld ist sie sehr gut



Betreut Social-Media-Kanäle
Živa Lavrinc am Arbeitsplatz beim Westschweizer Start-up GBY.



Firmengründer und Praktikantin
Bei Sebastian Tobler entdeckt
Živa Lavrinc das innovative Tryke.

integriert und fühlt sich ähnlich geborgen wie damals in der Rehabilitation in Nottwil. Jetzt ist Živa Lavrinc zurück im Arbeitsleben, hat eine geregelte Struktur und spürt, wie gut es ihrem Selbstwertgefühl tut, wieder gebraucht zu werden. «Nach dem Unfall hatte ich keine Ahnung, was aus mir werden könnte», sagt sie. «Die Reintegration in die Arbeitswelt eröffnet mir ganz neue Perspektiven.»

Sebastian Tobler ist ihr Vorgesetzter – und eine grosse Inspirationsquelle. Er macht ihr vor, dass man auch in scheinbar ausweglosen Situationen eine Türe aufstossen kann, und kennt im Leben nur die eine Richtung: vorwärts. Der Aufbau seines Start-ups reicht ihm nicht, sobald er ein neues Velomodell entworfen hat, denkt er bereits an weitere Entwicklungsschritte. Seine Visionen spriessen. Zum Beispiel möchte er das Geschäft so zum Laufen bringen, dass er die Belegschaft aufstocken muss: «Hundert Angestellte, das wäre fantastisch», sagt er und ergänzt mit einem Blick in die Werkstatt: «Aber da haben wir noch einen weiten Weg vor uns.»

Ein Glücksfall

Živa Lavrincs berufliche Eingliederung wird von der SPZ-Abteilung ParaWork eng begleitet. Für Coach Coralie Jaquet sind Arbeitgeber wie GBY «Glücksfälle». Ihre Klientin ist eingebunden in die Prozesse eines Unternehmens, sie trägt Verantwortung und wird gefördert und gefordert.

«Živa nähert sich etappenweise der Realität in der Arbeitswelt an», sagt Coralie Jaquet, «und muss im Rahmen ihrer körperlichen Möglichkeiten die gestellten Anforderungen erfüllen.»

Die Praktikantin im Rollstuhl hat klare Meinungen, sie sei «ein Sturkopf», sagt sie. Bei GBY darf sie ihre Kreativität zum Ausdruck bringen, sie lernt aber ebenso, ihre Energie auf die Unter-

«Die Arbeitswelt eröffnet mir ganz neue Perspektiven.»

Živa Lavrinc

nehmensziele zu kanalisieren. Noch läuft die Phase, in der Živa Lavrinc herausfinden soll, wie belastbar sie ist und welchen Arbeitsumfang sie bewältigen kann.

Das Praktikum war als achtmonatiges Überbrückungsprojekt angedacht bis zum Beginn ihres Masterstudiums in Lausanne, es wurde auf Wunsch von beiden Seiten verlängert. Aktuell widmet sie sich vor allem dem Instagram-Kanal der Firma und steht darauf für ein Produkt ein, mit dem sie sich voll und ganz identifiziert. «Ich bin hier, um zu lernen», sagt sie. Das bedeutet: nach Lösungen streben, Visionen haben, nicht aufzugeben. Zum Schluss sagt sie: «Ich glaube daran, dass es eines Tages möglich sein wird, Querschnittlähmung zu heilen.» (pmb/baad) ■



Die Kraft der Hoffnung

Ungeahnte Ziele erreichen: Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum setzt Hoffnung gezielt für die Rehabilitation ein – und macht sie auf einem spannenden Rundgang erlebbar.



Drei lange Stunden lag der junge Landwirt Gerold Solèr bewegungslos an Armen und Beinen in einem Tobel, bis er gerettet werden konnte. «Nur nicht sterben», ging ihm durch den Kopf. Noch ahnte er nicht, dass bei seinem Unfall mit dem Misttransporter sein Rückenmark im Halswirbelbereich erheblich verletzt wurde. Er wusste einzig, dass er nicht aufgeben, sondern kämpfen wollte. Der Vater alarmierte die Rettungskräfte und per Helikopter wurde Gerold Solèr ins Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) nach Nottwil gebracht.

Der Hoffnungsort

Menschen mit einer Querschnittlähmung verbinden das SPZ aufgrund seiner hohen Kompetenz mit grösster Hoffnung. «Diese in uns gesetzte Hoffnung nehmen wir sehr ernst», sagt Romina Miracco. Die Leiterin Pflegeentwicklung hat mit ihrem Team Massnahmen für den Behandlungsalltag entwickelt, um die geäusserten Hoffnungen der Patientinnen und Patienten für die Rehabilitation verwenden zu können. «Hoffnung ist eine enorme Kraftquelle», sagt sie. «Wir sehen jeden

Tag, was sie auslösen kann und wie manchmal auch ungeahnte Ziele erreicht werden.»

Um diese Kraftquelle erfolgreich zu nutzen, braucht es Aufklärung und ehrliche Gespräche über den Gesundheitszustand der Patientinnen und Patienten. Wenn ihre Hoffnung in das Therapieziel mit einfließt, erleichtert das die gemeinsame Arbeit, erklärt Miracco. Was aber, wenn ihre Hoffnung stark von der medizinischen Prognose abweicht und den Rehabilitationsprozess blockiert? Wenn etwa ein Patient keinen Rollstuhl bestellen will, weil er hofft, die Klinik auf eigenen Beinen zu verlassen? Dann ist das Behandlungsteam gefordert. Es muss mit dem Betroffenen versuchen, die Hoffnung auf andere Ziele umzu lenken. Zwischenziele wie sich selber anziehen zu können oder den Transfer vom Bett in den Rollstuhl ohne Hilfe zu bewältigen, werden so zu Erfolgserlebnissen.

Kraft für die Rehabilitation

Mit wachsender Erfahrung anerkennen Romina Miracco und ihre Teamkolleginnen und -kollegen zunehmend auch Hoffnungen, die aus fachlicher

Gerold Solèr Geschichte steht im Zentrum eines der «Orte der Hoffnung».

Romina Miracco erklärt, wie Hoffnung in der Rehabilitation genutzt wird.




Orte der Hoffnung auf dem Campus Nottwil

An zehn Stationen auf dem Gelände des Schweizer Paraplegiker-Zentrums erzählen Betroffene von ihrem Leben mit einer einschneidenden Diagnose. Ihre Geschichten machen Mut und zeigen Wege zum Umgang mit herausfordernden Situationen. Für Besucherinnen und Besucher sind sie frei zugänglich.


Ausflugstipp

Verbinden Sie drei «Orte der Hoffnung» mit einem Besuch der Ausstellung im ParaForum. Auf dem Campus stehen Ihnen drei Restaurants zur Verfügung.

 paraplegie.ch/hoffnung

 **Direktlink zum Video**
Romina Miracco



 **Direktlink zum Video**
Gerold Solèr



Sicht an ein Wunder grenzen. «Eine Prognose darüber, wie sich eine Querschnittslähmung entwickelt, kann frühestens drei Monate nach der Rückenmarkverletzung gestellt werden», sagt die Pflegeexpertin. «Erst nach dieser Zeit lässt sich erahnen, welche Funktionen in der Rehabilitation zurückkommen könnten und welche eher nicht.»

Drei Monate im Spital sind eine lange Zeit und bieten Raum für verschiedenste Hoffnungen. Daraus lässt sich Energie für die Herausforderungen in der Rehabilitation schöpfen. «Auf Basis der aktuellen gesundheitlichen Situation versuchen wir, die Selbstständigkeit so weit wie möglich mit passenden Therapien zu fördern», sagt Miracco. Auch für das Behandlungsteam sei es jeweils ein intensiver Moment, wenn sie sich mit den Betroffenen zusammen über eine wiedererlangte Funktion freuen können, die diese sich erhofft hatten.

Ansporn und Applaus

Gerold Solèr beschreibt seine ersten Wochen nach dem Unfall als Fahrt in einer Einbahnstrasse

ohne Ausfahrt oder Abzweigung. In der schwierigen Zeit fand er Hoffnung im Gespräch mit seiner Physiotherapeutin und seinem Arzt: «Mit ihnen konnte ich über alles reden und erkannte, wie es in meinem Leben vorwärts gehen kann.» Von anderen Patientinnen und Patienten schaute er sich Tipps und Tricks ab und hörte, was sie in der Rehabilitation schon alles erreicht haben. «Das hat mich angespornt und vorwärtsgezogen.»

Der hochgelähmte Tetraplegiker lernte, sich Ziele zu setzen – zum Beispiel wieder selbstständig essen zu können. In der Ergotherapie trainierte er so lange mit einem Rückengestell, das seinen Arm nach oben zog, bis er ein Joghurt ohne Gestell bewältigte. Als er dann im Essraum eine Mahlzeit einnahm, standen plötzlich die Ärztinnen und Ärzte vor ihm und haben applaudiert: «Sie sagten, ich hätte ihnen bewiesen, dass mit einem starken Willen auch unrealistische Ziele verwirklicht werden können», erzählt er. Gerold Solèr hat die Hoffnung nicht aufgegeben und sein Ziel erreicht.

(vom / we) ■

Wie Hoffnung wirkt

Die Kraft der Hoffnung hilft, Ziele zu erreichen und Hindernisse zu überwinden. Wir können Schmerzen besser ertragen, erholen uns schneller von Krankheiten und Operationen, die Abwehrkräfte wachsen und der Glaube an eine Besserung mobilisiert Selbstheilungskräfte. Hoffnung führt zu Entschlossenheit. Sie setzt Energien frei, um aktiv zu werden, und stärkt den Überlebenswillen.

Briefe an die Stiftung

Mein Mann ist seit drei Monaten im SPZ. Ein Arbeitsunfall riss ihn und die ganze Familie mit einem Schlag aus dem gewohnten Alltag. Für mich ist nun alles anders. Ich organisiere den Alltag und versuche, für unsere zwei Kinder das Familienleben mit Struktur und Halt weiterzuführen. Dies gelingt nur, weil ich grosse Unterstützung aus unserem Umfeld wie auch von Institutionen wie der Schweizer Paraplegiker-Stiftung erfahren darf.

Zu spüren, dass irgendwo sich wieder eine Türe öffnet, gibt mir Kraft und Mut. Deshalb bin ich sehr dankbar, dass die Schweizer Paraplegiker-Stiftung unsere Kosten im Hotel Sempachersee übernimmt. Dies bietet uns die Möglichkeit, die Wochenenden als Familie zu verbringen. Das Gefühl, dass wir da sind, gibt meinem Mann die Hoffnung, dass seine Mühe in der Rehabilitation sich lohnt. Und die Mädchen bekommen mit, wie ihr Papa sich neu orientieren muss und kleine Fortschritte erzielt, um irgendwann wieder zu uns zurückkehren zu können. Wenn wir zusammen Zeit verbringen, können wir daran wachsen und gemeinsam diese Herausforderung annehmen. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung bietet Hand, dass wir uns als Familie die Hand geben können. Herzlichen Dank!

Simone Schwendimann, Pohlern BE

Ich möchte mich bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung herzlichst bedanken, dass Sie mir diesen Traum der Unabhängigkeit erfüllen konnten: Mir wurde etwas sehr Grosses geschenkt – die Selbstständigkeit. Mit dem Auto kann ich nun sehr vieles allein erledigen. Ich wünsche der Paraplegiker-Stiftung nur das Beste und hoffe, Sie können noch vielen Menschen mit einem Handicap eine Freude wie mir bereiten.

Giorgio Dal Monte, Kleindöttingen AG

Mit riesiger Freude habe ich erfahren, dass Sie die Kosten meines Triride-Zuggeräts übernehmen. Worte können nicht ausdrücken, wie sehr mich dieser Entscheid freut und erleichtert. Nun ist meine Mobilität im Alltag auch in Zukunft gesichert. Getrost kann ich meine Hunde ausführen und Besorgungen erledigen im Wissen, dass mich das Zuggerät nicht im Stich lässt. Die Grenzen des Machbaren erweitern sich dadurch enorm. Ich werde oft an Sie denken, wenn ich unterwegs bin, und bin mir bewusst, wer mir diese Freiheiten ermöglicht hat. Allerherzlichsten Dank.

Kaspar Spühler, Schwarzenbach BE

Ich bedanke mich bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, dass sie mich bei der Anschaffung meines neuen Rollstuhls unterstützt. Diese Hilfe ist für mich eine grosse finanzielle Entlastung.

Alexandre Knuchel, Malleray BE

Neu: ParaForum-Shop



Auf die Gäste des Besucherzentrums ParaForum wartet eine neue Attraktion: Der ParaForum-Shop bietet ein ständig wachsendes Sortiment an ausgewählten Produkten, die an den Besuch des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) in Nottwil erinnern oder als Geschenk anderen Menschen eine Freude bereiten.

Mit dem Kaufpreis unterstützen Sie wichtige Projekte der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, darunter ParaWork für die berufliche Integration und ParaHelp für die Betreuung zu Hause, die Reha-Wochen für Jugendliche oder auch die Direkthilfe.

Besucherzentrum ParaForum

Erleben Sie einen Perspektivenwechsel und erfahren Sie mehr aus der Welt von vier Menschen mit einer Querschnittlähmung.

Öffnungszeiten Di – So, 10 – 17 Uhr

Eintritt kostenlos



paraforum.ch

Briefe an die Redaktion

Der Beitrag über den freiwilligen Betreuer Jens Kätzer in der letzten Ausgabe hat ein grosses Echo ausgelöst. Viele Leserinnen und Leser bekundeten ihr Interesse an einem freiwilligen Einsatz für Sportlerinnen und Sportler mit einer Querschnittlähmung. Die vielen positiven Reaktionen freuen uns sehr. Herzlichen Dank für Ihre Solidarität mit den betroffenen Menschen. Ihre Redaktion «Paraplegie».



«Der Lohn ist die Wertschätzung», in: «Paraplegie» (2/21, S. 21)



paraplegie.ch/magazin

Auskünfte zur Freiwilligenarbeit für Menschen mit Querschnittlähmung: Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV).



spv.ch

Sie schützt die Wunden vor Staub

Vesna Partonjic ist Mitarbeiterin Hauswirtschaft im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ).

«Es hat mich heute gebraucht, um den Patientinnen und Patienten ein sauberes Zimmer herzurichten, damit sich der Staub nicht in ihren Wunden verfängt.»

Keine Wohnung, keine Sprachkenntnisse, keinen Job – so startete 1991 das Leben der jungen Serbin in der Schweiz. Im Alter von neunzehn Jahren hatte Vesna Partonjic den Koffer gepackt und mit ihrem späteren Mann die Heimat verlassen, angetrieben von Neugier und hungrig nach Abenteuer. Sie wollte woanders neu anfangen und schlug dann schneller als gedacht Wurzeln: «Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum habe ich mein neues Zuhause gefunden», sagt die heute 56-Jährige. Seit dreissig Jahren arbeitet sie in Nottwil als Mitarbeiterin Hauswirtschaft.

Frau mit Einfühlungsvermögen

Als sie im SPZ anfang, war das Reinigungsteam nach Geschlechtern getrennt und Vesna Partonjic war vor allem in der Wäscherei tätig. Beim Falten der Leintücher hätten sie viel zusammen gelacht, erzählt die Mutter von zwei Kindern. Manche der damaligen Kolleginnen gehören noch heute zum Team: «Wir sind eine eingeschworene Truppe und haben eine gute Bindung zueinander.» Dabei hilft ihre Offenheit und Kommunikationsfreude.

Heute reinigt Vesna Partonjic vor allem die Patientenzimmer. Diese Arbeit macht ihr am meisten Freude, denn der Kontakt zu den Patientinnen und Patienten ist ihr wichtig. Sie sieht es als Teil ihrer Aufgabe an, die von einem Schicksalsschlag betroffenen Menschen mit einem Lächeln aufzumuntern. «Es gibt Personen, die mir alles über ihren Unfall erzählen», sagt die einfühlsame Frau, «und andere, die gar nichts sagen. Das spürt man sofort.»

Neben Einfühlungsvermögen benötigt sie im Beruf Eigenschaften wie Freundlichkeit und Flexibilität, aber auch emotional ist sie gefordert. Am Anfang sei es schwierig gewesen, alle Geschichten mitzu-

bekommen: «Ich habe jeden Tag geweint und wollte nicht mehr in der Klinik arbeiten. Heute geht das viel besser. Durch mein Alter und meine Erfahrung bin ich emotional stärker geworden und habe gelernt, mich abzugrenzen.» Ihre gute Beziehung zu den Betroffenen zeigt sich gleich am Empfang in der Begegnungshalle. «Wo ist Vesna? Hat sie Zeit für einen Kaffee?», fragt der ehemalige Patient, der nach seiner Rehabilitation regelmässig vorbeikommt, um sich mit ihr auszutauschen.

Corona bringt neue Regeln

Ihre Arbeit erledigt sie sehr strukturiert, alles folgt einem Plan: «Wenn ich meinen Putzwagen lade, sind die Lappen schon mit dem Reinigungsmittel getränkt, so verbrauchen wir weniger», erklärt sie. Und eine Regel ist in der Klinik besonders wichtig: «Man muss immer von oben nach unten putzen, damit kein Staub auf den Boden fällt.» Denn Staub kann Infektionen auslösen.

Regelmässig arbeitet Vesna Partonjic auch auf der Corona-Station, wo spezielle Regeln gelten. Sie kann die Station den ganzen Tag nicht verlassen, auch nicht zum Essen. In den Patientenzimmern benötigt sie einen Schutzanzug. Und vor dem Verlassen der Station muss sie sich umziehen und gleich zum Duschen gehen, damit keine Anhaftungen nach draussen verschleppt werden können. Kritische Oberflächen werden mit einem Spezialmittel desinfiziert. Am Anfang der Pandemie, als vieles unbekannt war über das Virus, war dieses Prozedere für die Mitarbeiterin Hauswirtschaft ein seltsames Gefühl. Inzwischen hat sie sich daran gewöhnt.

Vesna Partonjic ist stolz auf ihre Arbeit, die ein wichtiger Puzzlestein für die Patientensicherheit ist. «Wenn ich ein Zimmer fertig habe und sehe, wie es glänzt, bin ich zufrieden und weiss, dass ich meinen Job gut gemacht habe.»

(strr/baad) ■



Die Crèmeschnitte

Mitgeteilt von «Paraplegie»-Leserin Rosmarie Winzeler, St. Gallen

Mein Enkel Loris war mit seiner Familie beim Skifahren im Bündnerland, als er in voller Fahrt in einen Pfahl prallte, der von einer Kuppe verdeckt war. Nach einer Untersuchung im Spital Chur flog ihn die Rega ins Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil, wo er operiert wurde. Bei meinem ersten Besuch brach es mir fast das Herz. Bleich und traurig sass Loris im Rollstuhl. Wir gingen auf einen Kaffee ins Restaurant und assen eine wunderbare Crèmeschnitte.

Der nächste Besuch verlief schon fröhlicher. Nach der obligaten Crèmeschnitte zeigte mir Loris, wie er mit einem Brett vom Rollstuhl ins Bett gelangt. Er machte gute Fortschritte und eines Tages durfte er nach Hause. Zur Konfirmation stiftete ich ihm Anzug, Hemd, Krawatte und Schuhe. In den Geschäften mussten wir immer einen Lift für den Rollstuhl suchen, doch schliesslich hatten wir alles zusammen. Meine grösste Freude aber war, als Loris zur Konfirmation plötzlich wieder gehen konnte. Das ist für mich bis heute ein Wunder. Danke SPZ.

PS: Unvergesslich sind die Crèmeschnitten, die ich seither an Besucherführungen mit unserer Wandergruppe wieder zweimal geniessen konnte.



Hatten Sie auch ein Rollstuhlerlebnis? Schreiben Sie uns:

 redaktion@paraplegie.ch

Impressum

Paraplegie (45. Jahrgang)

Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Ausgabe

September 2021/Nr. 179

Erscheinungsweise

vierteljährlich in Deutsch, Französisch und Italienisch

Gesamtauflage

1038323 Exemplare (beglaubigt)

Auflage Deutsch

927680 Exemplare (beglaubigt)

Herausgeberin

Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil.
© Abdruck nur mit Genehmigung.

Redaktion

Stefan Kaiser (*kste*, Chefredaktor)
Peter Birrer (*pmb*), Manu Marra (*manm*), Tamara Reinhard (*reta*)
redaktion@paraplegie.ch

Fotos

Walter Eggenberger (*we*, Leitung)
Adrian Baer (*baad*), Astrid Zimmermann-Boog (*boa*), Franca Pedrazzetti (*Cover*, 15), Nicola Pitaro (16f)

Illustration

Roland Burkart (*rob*, rolandburkart.ch)

Layout und Gestaltung

Andrea Federer (*feda*, Leitung)
Regina Lips (*rel*)

Vorstufe / Druck

Vogt-Schild Druck AG
4552 Derendingen

Adressänderungen

Service Center
Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil
T 041 939 62 62, sps@paraplegie.ch

Web-Formular für Änderungen:

www.paraplegie.ch/service-center

Ökologische Verpackung

Das Gönner-Magazin wird in einer umweltverträglichen Polyethylenfolie verschickt.

gedruckt in der
schweiz

«Paraplegie» ist im Mitgliedsbeitrag inbegriffen. Einzelmitglieder und Alleinerziehende samt Kindern: 45 Franken. Ehepaare und Familien: 90 Franken. Dauermitgliedschaft: 1000 Franken.

Mitglieder erhalten 250 000 Franken bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit ständiger Rollstuhlabhängigkeit.
paraplegie.ch/mitglied-werden

Agenda

9. Oktober

Zentralfest 2021 der SPV

Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil

31. Oktober

Tag der pflegenden Angehörigen

Mit zahlreichen Organisationen

19. – 20. November

8. Symposium Retten und Lernen

Ein Anlass für Pädagogik, Simulation, Bildungsmanagement und Bildungspolitik in der Rettungs- und Notfallmedizin.

sirmed.ch

November

Standortentscheid Para-WM 2025

Nottwil hat sich als Austragungsort für die Para-Weltmeisterschaften 2025 beworben, die Kontrahenten sind u.a. Sidney, Portland und Paris. Im November fällt der Entscheid des internationalen Komitees.

Folgen Sie uns:

 facebook.com/paraplegie

 twitter.com/paraplegiker

 instagram.com/paraplegie

 youtube.com/ParaplegikerStiftung

Vorschau: Dezember 2021



SCHWERPUNKT Vertrauen

Vertrauen ist ein wichtiger Aspekt unserer Gesundheit. Welche Operation ist sinnvoll? Welche Therapie zielführend? Welche Meinung glaubwürdig? Wer nach einem Unfall oder einer Krankheit auf fremde Hilfe angewiesen ist und sein Leben neu ausrichten muss, benötigt Entscheidungsgrundlagen, die Sicherheit bieten. Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum zeigt seinen Patientinnen und Patienten, dass es auch auf schwierigen Wegen ein verlässlicher Begleiter ist.

SIRMED

Schweizer Institut für Rettungsmedizin

KOMPETENZ ERHALTEN, RICHTIG ZU HANDELN

Kurse und Beratung bei uns in Nottwil oder bei Ihnen vor Ort in allen vier Landessprachen. [sirmed.ch](https://www.sirmed.ch)





Schweizer
Paraplegiker
Stiftung

MECHANIKER AUS LEIDENSCHAFT. DANK IHRES LEGATS.

Ihr Legat bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung ermöglicht über 60 % der querschnittgelähmten Menschen, ins Berufsleben zurückzukehren. Danke für Ihre Solidarität. paraplegie.ch/erbrechner

