

# PARAPLEGIE



SCHWERPUNKT

Akzeptanz – wie das  
Leben weitergeht

---

12  
Die ganze Familie  
ist mitbetroffen

20  
Francesco Rullo zwischen  
Hölle und Paradies

26  
Jahresabschluss:  
Stabile Zahlen



# Begründete Hoffnung



Erfahrung aus über 30 Jahren und jährlich  
mehr als 1200 stationären Behandlungen.

[www.spz.ch](http://www.spz.ch)



Schweizer  
Paraplegiker  
Zentrum

## Liebe Mitglieder

Es war ein weiter Weg und beanspruchte viele Jahre, bis ich endlich sagen konnte, ich habe meine Querschnittslähmung akzeptiert. Viele Hindernisse erschwerten eine solche Aussage, der Kopf wollte da lange nicht mitmachen. Ich lernte, mit allen Einschränkungen zu leben – aber lange habe ich mir nichts sehnlicher gewünscht, als wieder gehen zu können.

Viele Menschen, die von einer Para- oder Tetraplegie betroffen sind, bleiben bei dieser Ansicht und sprechen das Wort Akzeptanz nie aus. Dabei ist der Verlust des Gehens nur ein Aspekt von vielen, die ihr Leben zur Herausforderung machen. Und eine Querschnittslähmung hinterlässt nicht nur im Körper tiefe Spuren, sondern auch im Herzen und im Kopf. Dass ich heute mit meinem Körper und Geist wieder im Reinen bin und den Rollstuhl als Freund anerkenne, verdanke ich mehreren Umständen.

Erstens hat meine Entdeckungsreise der Lebensmöglichkeiten als Rollstuhlfahrer viel Positives hervorgebracht. Und zweitens wurde mein Weg von einer gesellschaftlichen Entwicklung unterstützt, die die Akzeptanz und Inklusion von Menschen mit körperlichen Einschränkungen begünstigte – was zu den heute vorliegenden Richtlinien und Gesetzen geführt hat. Seit 1975 übernimmt dabei die Schweizer Paraplegiker-Stiftung eine Vorreiterrolle in der Sensibilisierung der Öffentlichkeit.

Und hier erfasst mich Demut. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung kann diese wichtige Aufgabe nur wahrnehmen, weil Sie es mit Ihren Mitgliederbeiträgen, Spenden und Zuwendungen ermöglichen, dass wir die Betroffenen tatkräftig unterstützen können. Das hat viel mit Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu tun und bedeutet für uns: Akzeptanz.

Ganz herzlichen Dank,



**Heinz Frei**

Präsident  
Gönner-Vereinigung



29



8



16

## SCHWERPUNKT

- 8 KRISENFEST  
Wie man einen Schicksalsschlag akzeptieren lernt
- 12 PETER ROOS' UNFALL  
Die Familie ist mitbetroffen
- 14 DIE GRAFIK  
Herausforderungen akzeptieren
- 16 PSYCHOLOGISCHER DIENST  
Auszeiten für den Kopf
- 18 ARBEITSMARKT  
Integration heisst: Menschen ernst nehmen
- 6 UKRAINE  
Einsatz für querschnittgelähmte Flüchtlinge
- 20 BEGEGNUNG  
Francesco Rullo lebt zwischen Hölle und Paradies
- 26 JAHRESABSCHLUSS  
Stabile Zahlen und mehr Mitglieder
- 27 DAUERMITGLIED  
Sven Lötscher erklärt seine Motivation
- 28 INNOVATION  
Wenn eine Brille den Rollstuhl steuert
- 29 THERAPIE  
Der Biker und der Bernhardiner
- 31 KOOPERATION  
Sensibilisierung am Lucerne Festival
- 33 SITZWACHE  
Kristina Schaefers leistet Freiwilligenarbeit

Titelbild: Peter Roos mit seiner Mutter Pia und Tochter Leni.





## Schlepphilfe im Alltagstest

Wie ein Hündchen rollt Gita seiner Besitzerin oder seinem Besitzer selbstständig hinterher. Der kugelrunde **Transportroboter** schleppt dabei Einkäufe, Bürotaschen, Gepäck oder Alltagsgegenstände bis zu zwanzig Kilo und passt seine Geschwindigkeit der benutzenden Person an. Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum testet derzeit, wie sich mit solchen teilautonomen Helfern der Alltag von Menschen mit Querschnittlähmung in- und ausserhalb der Klinik erleichtern lässt.



mygita.com

Die Wiedererlangung der Handfunktion ...



... ist der häufigste Wunsch von Menschen mit einer Tetraplegie.

Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum wird dieser Wunsch Wirklichkeit: Die **Tetrahandchirurgie** führt weltweit einzigartige Operationen durch, damit die Betroffenen ihre Arme und Hände wieder für einfache Aufgaben nutzen können und ein Stück Mobilität und Unabhängigkeit zurückgewinnen. Pro Jahr finden über 100 Rekonstruktionen statt sowie 800 Konsultationen. Dank Telemedizin werden heute rund 150 Konsultationen ortsunabhängig durchgeführt – ein Service aus Nottwil, der international viel Beachtung findet.

## Langzeitstudie der Schweizer Paraplegiker-Forschung

Seit Mai führt die Schweizer Paraplegiker-Forschung mit ihren Partnerorganisationen eine Datenerhebung im Rahmen der SwiSCI-Langzeitstudie durch. Es ist die **dritte umfassende Befragung** nach 2012 und 2017, wobei rund 4800 Menschen mit Querschnittlähmung zur Teilnahme eingeladen sind. Die Studie untersucht ihre Gesundheits- und Lebenssituation und dient Verantwortlichen in Politik und Gesundheitswesen als Entscheidungsgrundlage. Versorgungslücken können damit gezielt angegangen werden.



swisci.ch

## Wege aus der Sprachlosigkeit

Die Unterstützte Kommunikation (UK) ist nicht nur bei Kindern mit Beeinträchtigungen ein Thema, sondern betrifft zunehmend auch Erwachsene – zu Hause, in Institutionen, im Spital oder Pflegeheim. **Active Communication** rückt deshalb in Zusammenarbeit mit der FHNW die Unterstützte Kommunikation bei Erwachsenen ins Zentrum des 7. UK-Symposiums am 31. August in Olten. Das Symposium berät und vernetzt Fachpersonen, Familien und Nutzende – und zeigt innovative Wege aus der Sprachlosigkeit.



uk-symposium.ch



## Hilfseinsatz in Georgien

Fachleute der Orthopädietechnik von **Orthotec** haben einen Einsatz des Vereins MTE in Georgien begleitet. In ländlichen Gegenden müssen dort Menschen mit körperlichen Einschränkungen oft den ganzen Tag im Bett verbringen. Es fehlt an Wissen, Hilfsmitteln und Visionen für ein selbstbestimmtes Leben. Die Schweizer Fachleute unterstützten Workshops für Eltern mit **behinderten Kindern**, reparierten Rollstühle und passten sie für die betroffenen Menschen an. Für die Orthotec-Mitarbeitenden helfen solche Einsätze nicht nur vor Ort – sie erweitern auch ihren Horizont.



mte-georgia.ch



## Es «wimmelt» auf dem Campus

Die Mitarbeitenden der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) setzen sich jeden Tag mit viel Herzblut für die ganzheitliche Rehabilitation von Menschen mit Querschnittlähmung ein. Wie könnte man das besser darstellen als mit einem farbenfrohen Wimmelbild voller Menschen, Dinge und Geschichten? Der Basler Illustrator Luca Bartulović hat für das Herzstück der neuen SPG-Broschüre rund achtzig Szenen umgesetzt. Im Besucherzentrum ParaForum hat das Wimmelbild einen Ehrenplatz bekommen. Es ist zudem als Malbuch für Kinder und Puzzle mit 196 Teilen im ParaForum-Shop erhältlich.

 [paraplegie.ch/wimmelbild](https://paraplegie.ch/wimmelbild)

# 26,9 Mio.

Franken erhielten im Jahr 2021 Menschen mit Querschnittlähmung in Form von Gönnerunterstützung und finanzieller Direkthilfe.

## Samuel Koch zurück in Nottwil

Im Dezember 2010 sah ein Millionenpublikum seinen verhängnisvollen Sprung in der TV-Sendung «Wetten, dass ...?»: Samuel Koch blieb querschnittgelähmt am Boden liegen. Rund ein Jahr verbrachte der Tetraplegiker im Schweizer Paraplegiker-Zentrum. Er wurde Buchautor und Schauspieler. Im März 2022 kam er für eine Konferenz zurück nach Nottwil – an den Ort, mit dem er sowohl Erinnerungen an die schwierigste Zeit seines Lebens verbindet als auch die Hoffnungen rund um seinen Neustart. Im Video-Interview gibt der ehemalige Patient bewegende Einblicke in sein Leben als Tetraplegiker.



 [paraplegie.ch/samuel-koch](https://paraplegie.ch/samuel-koch)



## Sensibilisierung der Öffentlichkeit

Im Ostschweizer TV-Kanal «TeleTop» beantworteten **Anke Scheel-Sailer** (Bild: Mitte), Leitende Ärztin Paraplegiologie am Schweizer Paraplegiker-Zentrum, und Tetraplegiker **Roman Zanettin** Fragen zur Querschnittlähmung. Die beiden sensibilisierten in einem spannenden Gespräch die breite Öffentlichkeit über Themen wie die Selbstmotivation nach einem Schicksalsschlag oder den Umgang mit Schmerzen. Anke Scheel-Sailer gab zudem Tipps, wie man bei einem Unfall richtig reagiert und erste Hilfe leistet.

 [tinyurl.com/yvb86tmw](https://tinyurl.com/yvb86tmw)

# Für Querschnittgelähmte aus der Ukraine im Einsatz

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung hat in Wolka Cycowska an der polnisch-ukrainischen Grenze ein Safe House für Kriegsflüchtlinge mit Querschnittlähmung eingerichtet. Die Dankbarkeit der betroffenen Menschen ist enorm.

«Es ist für uns kaum vorstellbar, was es bedeutet, aus einem Kriegsgebiet zu fliehen – zudem als Mensch mit Querschnittlähmung», sagt Heidi Hanselmann, die Präsidentin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS), nach ihrer Rückkehr aus Wolka Cycowska. In der Schweiz haben viele das Bedürfnis, diesen Menschen zu helfen. Auch die SPS setzt ein Zeichen der Solidarität gegen den Krieg in der Ukraine: An der polnisch-ukrainischen Grenze hat sie ein Safe House eingerichtet, in dem querschnittgelähmte Flüchtlinge einen Zufluchtsort finden. Das ehemalige Pflegeheim bietet Platz für rund 30 Personen. Sie erhalten dort Sicherheit, professionelle Pflege und eine medizinische Betreuung.

«Wir haben die Expertise im Bereich Querschnittlähmung, wir haben Hilfsmittel, und wir haben Mitarbeitende, die sich engagieren wollen», betont Heidi Hanselmann. Anfang April fuhr sie gemeinsam

mit Stefan Dürger (Geschäftsführer Orthotec) und Laurent Prince (Direktor Schweizer Paraplegiker-Vereinigung) eine Grundaustattung an Material und Medikamenten von Nottwil ins 1637 Kilometer entfernte Wolka Cycowska. Die drei Führungskräfte halfen beim Einrichten des Safe House – und zeigten sich tief beeindruckt von der grossen Dankbarkeit der Flüchtlinge.

Die Leitung vor Ort hat die erfahrene SPZ-Pflegefachfrau Sara Muff. Sie wurde rasch zur Vertrauensperson der vom Krieg gezeichneten Menschen. Wer im Safe House Zuflucht gefunden hat, sieht endlich wieder eine Perspektive, sagt sie. Diese Menschen wollen nicht zur Last fallen, sondern selber anpacken. Die Paraplegiker-Stiftung unterstützt sie vor Ort in Polen und bietet in medizinisch dringenden Fällen Plätze in Nottwil an. Am 22. April sind die ersten Betroffenen im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) eingetroffen.

Die SPS liefert aber auch Medikamente und Hilfsmittel an Kliniken in der Ukraine. Die dafür eingesetzten Mittel sollen nicht mit den Mitteln für den Betrieb in Nottwil konkurrieren, erklärt Heidi Hanselmann: «Um die Hilfe losgelöst von unseren Gönnergeldern aufrechtzuerhalten, haben wir ein Spendenkonto eingerichtet.» Dank der Solidarität der Schweizer Bevölkerung sollen die querschnittgelähmten Flüchtlinge nach dem Kriegserlebnis wieder in eine Zukunft blicken können.



## Unterstützen Sie querschnittgelähmte Flüchtlinge

In einem Krieg erleiden rund zehn Prozent der Opfer eine Rückenmarkverletzung. Auch Sie können mithelfen, querschnittgelähmte Flüchtlinge aus der Ukraine zu unterstützen. Für diesen Zweck hat die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ein Spendenkonto eingerichtet. Die Mittel werden für den Betrieb des Safe House in Wolka Cycowska sowie für die Aufnahme und Behandlung von Betroffenen in Nottwil und für die Lieferung von Hilfsmitteln und Medikamenten in die Ukraine eingesetzt.

IBAN: CH14 0900 0000 6014 7293 5  
Vermerk: «Nothilfe Ukraine»

 [paraplegie.ch/ukraine](https://paraplegie.ch/ukraine)





«Wir können hier sehr viel bewirken»

SPZ-Pflegefachfrau Sara Muff leitet seit April das Safe House der Schweizer Paraplegiker-Stiftung in Wolka Cycowska an der polnisch-ukrainischen Grenze. Das Gespräch fand Mitte April statt.



**Sara Muff, was motiviert Sie zur Arbeit im Safe House?**

Mir war sofort klar, dass ich für diese Aufgabe zusage. Unser Leben in der Schweiz ist so privilegiert und wir haben ein so gutes Bildungssystem. Da sehe ich mich in der Pflicht, etwas weiterzugeben. Mit meiner Erfahrung aus Nottwil kann ich hier sehr viel bewirken – auch wenn es nur ein Tropfen auf den heissen Stein ist.

**Welche Hilfe wird benötigt?**

Die Flüchtlinge waren oft tagelang unterwegs; sie haben Druckstellen vom langen Sitzen im Rollstuhl oder Harnwegsinfekte. Viele mussten ihre Behandlung im Krieg abrechnen. Wir unterstützen sie pflegerisch und medizinisch, aber auch, indem wir eine Atmosphäre schaffen, in der sie sich willkommen fühlen. Manchmal reicht es, einfach da zu sein und zuzuhören.

**Wie lange bleiben die Flüchtlinge?**

Das ist unterschiedlich. Einige möchten in Polen bleiben und sofort zurück, wenn der Krieg vorbei ist. Andere möchten zu Bekannten nach Europa und wir organisieren die Transporte. Wir klären auch ab, wer eine medizinische Behandlung benötigt. In dringenden Fällen sorgen wir für einen Transport ins Schweizer Paraplegiker-Zentrum nach Nottwil.

**Wie sieht Ihr typischer Tag aus?**

Jeder Tag ist anders. Heute half ich einem Tetraplegiker beim Duschen und beim Bla-



sen- und Darmmanagement. Dann war viel Administratives zu erledigen und ich gab dem Personal Tipps für die Pflege. Es gab mehrere Abklärungen, ich wechselte Verbände und führte Gespräche mit den Flüchtlingen. Sie zeigten mir Bilder von ihren zerbombten Häusern und Städten. Am Abend mache ich den Grosseinkauf für den nächsten Tag. Manchmal zeichnen wir noch zusammen. Und vorgestern fehlten einem Flüchtling Dokumente für die Weiterreise – dann bin ich um 01.30 Uhr noch wach ...

**Was schildern die Flüchtlinge?**

Sie erzählen von der Flucht; wen sie zurücklassen mussten, welche Personen tot sind. Sie sprechen auch medizinische Themen an oder wollen einfach ein Alltagsgespräch führen. Ich finde es schön, dass sie mir so viel anvertrauen. Eine Zwanzigjährige schilderte, wie ihr gesagt wurde, ihr totgeglaubter Freund sei nicht unter den Gefallenen und gelte als verschollen. Seither versucht sie ständig, ihn zu erreichen. Es ist so schlimm – wir haben beide geweint. Eine Mutter erzählte, wie ihre Familie im Fluchtkorridor aus Mariupol im Auto beschossen wurde. Der Schock sitzt noch tief. Es sind berührende Geschichten. Diese Menschen stehen vor der absoluten Ungewissheit.

**Worüber kommunizieren Sie?**

Oft nutzen wir «SayHi». Ich spreche einen Satz auf Deutsch und die App übersetzt in die gewünschte Sprache. Meistens klappt es gut, aber es kommen auch kreuzfalsche Übersetzungen heraus. Dann können sogar wir kurz zusammen lachen.

**Wie lange bleibt dieses Safe House?**

Ich hoffe fest, dass es so lange bestehen kann, wie es gebraucht wird. Dieser Ort ist für Menschen mit Querschnittslähmung enorm wichtig.

(manm, kste /zv) ■

**Sara Muff** bei der Arbeit mit querschnittgelähmten Flüchtlingen und vor dem Safe House der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.

**Linke Seite** Der «Ring of Life» des SPZ leuchtet in den Farben der Solidarität. Bilder vom ersten Materialtransport nach Wolka Cycowska. Rechts: Heidi Hanselmann.

# Wie man lernt, einen Schicksalsschlag zu akzeptieren

Die Diagnose Querschnittlähmung stellt den bisherigen Lebensentwurf infrage und führt häufig in eine Krise. Die betroffenen Menschen müssen nicht nur die Rehabilitationsarbeit bewältigen, sondern auch eine Neuorientierung für ihr Leben finden.

Maurizio Coldagellis Arbeitstag war eigentlich schon zu Ende, als sein Arbeitgeber ihn bat, auf einer anderen Baustelle noch etwas zu überprüfen. Dabei stürzte der damals 40-Jährige zehn Meter tief in einen Liftschacht. Er zog sich einen Rückenbruch zu und wurde sehbehindert. Er werde in der Klinik viel Zeit und Geduld brauchen, sagten ihm die Ärzte. Und mehr noch: Sie sind nicht sicher, ob er je wieder das Bett verlassen kann.

Der einst aktive Mann aus Chiavenna (IT) liebt die Natur; er jagte, fischte und ging leidenschaftlich gern in die Berge. Ständig im Bett liegend wird ihm zunehmend bewusst, dass er all das, was bisher sein Leben bereichert hat, nicht mehr machen kann. Im Sommer 2013 liegt er bereits viele Monate im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil. Er hat schon viel Kraft gebraucht, viel Geduld gezeigt, die ständigen starken Schmerzen ausgehalten. Doch jetzt beherrscht dieses Gefühl seinen Kopf: *Ich schaffe das nicht mehr. So will ich nicht*

*leben.* Als er endlich aus dem Bett kann, fährt er mit dem Rollstuhl zum nahen Bahnübergang und ist entschlossen, sein Leiden zu beenden. Was ihn schliesslich zurückhält, kann er nicht mehr benennen: «Ich vermute, es war der Gedanke an meine Familie und an die Menschen, die mir nahe sind und die mich lieben.»

Mit der Zeit hat Coldagelli gelernt, sein neues Leben zu akzeptieren. Er zeigt wieder sein typisches Lächeln – obwohl er fast täglich mit Schwierigkeiten konfrontiert ist. «Aber ich gebe nicht auf», sagt er. In emotional belastenden Momenten denkt er an all das, was er bereits erreicht hat.

## Krise für den Neustart nutzen

Die meisten der betroffenen Menschen schaffen eine Neuorientierung erst dann, wenn sie den erlittenen Schicksalsschlag in ihre Gefühlswelt integriert haben, sagt Kamran Koligi, Leitender Arzt Paraplegiologie am SPZ. Aus diesem Grund wurden in Nottwil Programme entwickelt, um die



**Maurizio und Agata Coldagelli:**  
«Ich kann meiner Frau nur danken. Sie ist immer an meiner Seite und lässt mich nie im Stich.»





### Kraftquelle Familie

Die Familie hat ihn in schwierigen Zeiten gestützt: der Paraplegiker mit seiner Frau und den gemeinsamen Söhnen.

Patientinnen und Patienten in schwierigen Phasen zu begleiten.

Fachlich gesehen, befinden sie sich in einer Krise. «Eine Krise gilt in unserer Gesellschaft als etwas Negatives», sagt der Arzt. «Dabei übersehen wir aber, dass in Krisen auch starke Veränderungsenergien freigesetzt werden können.» Sein Ziel ist, dass die Betroffenen lernen, diese Energien für ihren Neustart zu nutzen.

Das Wort «Akzeptanz» bedeutet in diesem Kontext, dass eine Person anerkennt: Ihre Rückenmarkverletzung wird fortan ihr Leben prägen. Gerade junge Menschen stehen dabei oft vor völlig veränderten Lebensperspektiven. «Unsere Aufgabe ist zu vermitteln, dass das Leben mit einer Querschnittlähmung ein normales, genauso lebenswertes Leben ist», sagt Koligi. «Es findet einfach in einer anderen Form statt.»

Durch die interprofessionelle Betreuung in Nottwil kommen die Betroffenen täglich mit unterschiedlichen Fachpersonen ins Gespräch. Alle sind geschult, Symptome einer Krise zu erkennen. Wer von ihnen aber den entscheidenden Zugang findet, ist von Fall zu Fall verschieden. Bei Maurizio Coldagelli war es die Sozialarbeiterin der Station, Daniela Vozza. Heute leitet sie den Fachbereich Lebensberatung der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung.

### Das Personal war wie eine Familie

«Maurizio kam aus dem Kantonsspital Chur zu uns, er hatte gravierende Verletzungen, war fast blind und sprach nur Italienisch», sagt sie. Seine Unsicherheit in der fremden Umgebung war gross. Daniela Vozza half ihm und seinen Angehörigen, die nötige Stabilität für die Rehabilitation zu finden: «Die Angehörigen machen ganz andere Prozesse durch als die Betroffenen, sie sehen die Konsequenzen viel früher. Am meisten benötigen sie Information und praktische Unterstützung.» Die Erleichterung sei jeweils gross, wenn sie erfahren, dass sie sich nicht um alles selber kümmern müssen – etwa um eine Unterkunft für die

>

**Auch über Schwieriges reden**

Maurizio Coldagelli mit Daniela Vozza,  
Leiterin Lebensberatung bei der SPV



## «Das Personal in Nottwil war wie eine Familie für mich.»

**Maurizio Coldagelli**

erste Zeit in Nottwil, den Wohnungsumbau zu Hause oder die Verhandlungen mit den Versicherungen.

Maurizio Coldagelli ist ein Mensch, der aktiv auf andere zugeht und rasch Freunde gewinnt. Mit Daniela Vozza spricht der Patient offen über seine Gedanken und Gefühle, auch wenn es ihm nicht gut geht. Sie versucht dann, Anknüpfungspunkte ans Leben zu setzen – «Lichtpunkte nach vorne», wie sie sagt. Zum Beispiel lenkt sie das Gespräch auf den nächsten Besuch der Familie. Oder auf konkrete Aspekte wie die Wohnsituation oder die Finanzen. Einmal pro Woche tauscht sie ihre Eindrücke im interprofessionellen

Team aus, bei Bedarf wird der psychologische Dienst hinzugezogen.

Man darf durchaus traurig und wütend über den erlittenen Verlust der Körperfunktionen sein, sagt sie. Aber in der Rehabilitation gehe es auch darum, eine Vision für das weitere Leben als Para- oder Tetraplegiker zu entwickeln: Wovon lasse ich mich inspirieren? Welche Ziele habe ich?

Durch seine kommunikative Art ist es Maurizio Coldagelli schliesslich gelungen, in Nottwil ein Fundament für sein Leben als Paraplegiker zu festigen. «Das Personal war dabei wie eine Familie für mich», sagt der ehemalige Bauarbeiter. «Zusam-



**Kamran Koligi**

Leitender Arzt Paraplegiologie

men mit meinen Angehörigen hat es mir die Kraft gegeben, auf meinem Lebensweg weiterzumachen.»

### Ein Drittel findet ein Gleichgewicht

Das Verarbeiten eines Schicksalsschlags geschieht zwar individuell – und dennoch zeigen sich Muster. So gibt es eine Gruppe von Menschen, die ihre Querschnittlähmung erstaunlich gut akzeptieren kann. Mayra Galvis von der Schweizer Paraplegiker-Forschung hat untersucht, was ihnen gemeinsam ist. «Damit erhalten wir Ansatzpunkte, um jenen zu helfen, die mehr Schwierigkeiten mit der Akzeptanz haben», sagt die Psychologin.

Am Ende der Erstrehabilitation identifiziert Galvis' Studie drei psychologische Muster, die weder vom Lebensalter noch vom Ausmass der Querschnittlähmung beeinflusst sind: 33 Prozent befinden sich psychisch in einem Gleichgewicht. 37 Prozent sind zufrieden, aber weisen sehr hohe Stresswerte auf. Und 30 Prozent leiden an psychischen Problemen wie Angst- und Depressionssymptomen (siehe Grafik).

Was gibt der ersten Gruppe die Fähigkeit, eine Krise gut bewältigen zu können («Resilienz»)? Für die Studienleiterin sind die persönlichen Ressourcen ausschlaggebend: «Je mehr eine Person darauf zurückgreifen kann, desto besser ist ihre psychische Gesundheit», sagt Mayra Galvis. Solche Ressourcen sind zum Beispiel ein zentraler Lebensinhalt, ein Lebenssinn oder ein konkretes Ziel. Auch eine optimistische Grund-



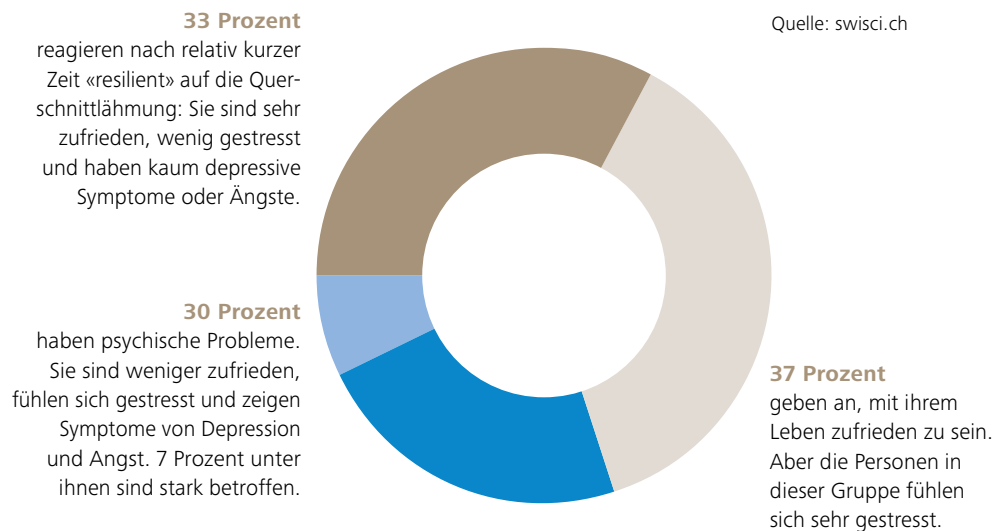


**Mayra Galvis**

Wissenschaftlerin (Post Doc)  
bei der Schweizer Paraplegiker-  
Forschung

## Psychologische Muster am Ende der Rehabilitation

Quelle: swisci.ch



einstellung und die Erfahrung, dass man herausfordernde Situationen jeweils gut meistern kann, helfen. Ebenso wichtig ist ein menschliches Umfeld, in dem man gut aufgehoben ist.

Mayra Galvis empfiehlt eine psychotherapeutische Begleitung zur Bewältigung einer Querschnittslähmung: «Wer am Anfang der Rehabilitation schon lernt, seine Gedanken und Gefühle richtig einzuordnen, kann später mit diesen Fähigkeiten selber weiterarbeiten.» Die Stärkung der persönlichen Ressourcen trägt dazu bei, schneller ein psychisches Gleichgewicht zu finden. Die Forscherin lobt den psychologischen Dienst des SPZ als ein Vorbild für Kliniken und Länder, die eine solche Unterstützung nicht kennen. Ihre Studienergebnisse zeigen aber auch für das SPZ eine Lücke, nachdem die Menschen aus der Klinik entlassen sind: «Ihre psychologische Begleitung sollte intensiviert werden.»

### Das Unaufhaltbare akzeptieren

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum will den Patientinnen und Patienten die jeweils bestmögliche Behandlung bieten. Doch

manchmal stösst die Medizin an Grenzen. Zum Beispiel, wenn eine achtzigjährige Tetraplegikerin unheilbar an Krebs erkrankt. Dann müssen die Betroffenen und ihre Angehörigen lernen, das Unaufhaltbare zu akzeptieren und auszuhalten. «Auch für unsere Teams ist das schwierig», erklärt der Arzt Kamran Koligi. «Es besteht ja immer eine emotionale Bindung zu den Menschen, die wir behandeln.»

Wie geht das SPZ mit der Betreuung am Lebensende um? Koligi sagt: «In der Palliativpflege begleiten wir die Menschen auf vier Ebenen – körperlich, psychisch, sozial und spirituell. Dabei geht es aber nicht mehr um lebensverlängernde Behandlungen im Rahmen der Spitzenmedizin, sondern um die Frage, wie wir den Betroffenen die für sie höchste Lebensqualität für eine würdevolle letzte Phase bieten können.»

Bei der individuellen Ausgestaltung spielt wiederum die fachübergreifende Zusammenarbeit im SPZ eine grosse Rolle. So gibt es eine eigene Expertengruppe «Palliative Care», die den Behandlungsteams zur Seite steht. Sie stellt das Spezialwissen zur Verfügung, organisiert Ausbildungen

und unterstützt alle Beteiligten in der ethischen Entscheidungsfindung.

### Anderen Mut machen

Die Herausforderung, eine Veränderung im Leben akzeptieren zu müssen, die unumkehrbar ist, führt die betroffenen Menschen in Situationen, mit denen sie im Alltag nur ganz selten konfrontiert sind. Nach einem Schicksalsschlag gibt es keine «Zurück-Taste». Aber es gibt Wege, den Umgang damit zu lernen.

Nach seinem folgenschweren Sturz in einen Liftschacht schaut der ehemalige Bauarbeiter Maurizio Coldagelli heute nach vorne. Seine bewegende Geschichte erzählt er im Film zum Projekt «Orte der Hoffnung» der Schweizer Paraplegiker-Stiftung – um anderen Menschen Mut zu machen.

(kste/spvi, baad) ■

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



# Die Familie ist mitbetroffen

Wie gehen Eltern damit um, wenn ihr Kind eine Querschnittlähmung erleidet? Und wie reagieren Kinder, wenn der Vater oder die Mutter verunfallt? Die Familie Roos gibt uns Einblicke.

Die Diagnose Querschnittlähmung ist nicht nur für die Betroffenen ein Schicksalsschlag. Auch ihr Umfeld muss sich auf ein neues Leben einstellen. «Der Anruf aus Amerika war ein Schock, wir ahnten sofort: Jetzt kommt Peti in den Rollstuhl», sagen Pia (60) und Arthur Roos (65). «Ab dann haben wir nur noch funktioniert.» An einem Sonntag im März 2009 erfahren die Verkäuferin und der Maurer aus Schötz LU vom Badeunfall ihres Sohns in Florida. Sie möchten so schnell wie möglich zu ihm. Sie telefonieren, organisieren, mobilisieren das Umfeld. Um Mitternacht erfahren sie, dass sie am Morgen einen Flug bekommen, aber sie haben weder eine Kreditkarte noch einen für die USA gültigen Pass. Sie schaffen es trotzdem.

## Die Familie hält zusammen

Vor Ort erklärt der behandelnde Arzt, dass kaum mehr Hoffnung besteht, und zeigt ihnen die Spitalkapelle. Pia Roos ist entsetzt: «Ich sagte ihm, dass unsere Familie anders funktioniert. Wir halten zusammen – und der Junior kommt heim.» Von Beginn an steht sie in Kontakt mit der Schweizerischen Rettungsflugwacht Rega und dem Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). Zweimal wird die Rückholaktion wieder abgebrochen, weil die Lungen versagen. Nach einem weiteren Noteingriff ist Peti Roos (38) schliesslich transportbereit. «Uns fiel ein Stein vom Herzen, als die Rega kam», sagt die Mutter. Die Zeit in Florida war auch für die Eltern sehr intensiv.

Als ihr Sohn auf der Intensivstation des SPZ liegt, kann er nur die Augen bewegen. Der Köpfler in einen Pool hat ihn zum Tetraplegiker gemacht. Er wird künstlich beat-

met, kann nicht sprechen. Per Zwickern diktiert er Buchstaben von einer ABC-Tafel. Sie ergeben: «Ich will nicht mehr leben, stell die Maschinen ab.» Die Mutter wird energisch: «Vergiss es. Man kann immer etwas machen aus seinem Leben. Ob man zu Fuss geht oder nicht, spielt keine Rolle.» Diese Grundhaltung prägt die Familie; die Eltern haben mehrere Schicksalsschläge erlebt und nie aufgegeben. Ihr Sohn aber schliesst jetzt seine Augen. Egal, wer kommt, er öffnet sie nicht mehr.

## Pflegfachmann findet Zugang

«Ich wusste nicht, was ein Tetraplegiker noch alles kann», sagt Peti Roos heute. «Ich dachte, ich bleibe so liegen, unbeweglich und ohne Stimme – was will ich da noch?» Der 38-Jährige ist froh, dass seine Eltern hartnäckig geblieben sind. Der SPZ-Pflegfachmann Hans Georg Zimmermann findet schliesslich einen Draht zu ihm. Zunächst gibt er ihm Zeit, dann wird sein Tonfall eindringlicher. «Lass dich nicht gehen», schüttelt er ihn, «du stehst erst am Anfang deines Wegs.» Der Patient spürt die gute Energie. Und aus kleinen Bewegungen, die zurückkommen, fasst er wieder Lebensmut.

Die Eltern besuchen ihn weiterhin jeden Tag. In der Mittagspause liest ihm die Mutter aus der Zeitung vor. Sie erkennt seine Not, die endlosen Stunden, zur Untätigkeit gezwungen. «Diese Besuche waren sehr wichtig», sagt Peti Roos. «Ich freute mich darauf: Da kommt jemand und bringt Zeit mit dir.»

Nach sieben Wochen beginnt die Rehabilitation. Der Tag ist nun dicht gefüllt mit Therapien. Regelmässig kommen seine Freunde zum Jassen vorbei. Sie essen

zusammen Pizza im SPZ-Restaurant oder gehen an die Beach Bar – damit rückt das «normale» Leben näher an den Klinikalltag. Peti Roos fühlt sich aufgehoben.

Nach neun Monaten kann er nach Hause. Die Mutter muss lernen, nicht herbeizueilen, wenn ihm etwas auf den Boden fällt – auch das Aufheben ist eine Therapie. «Für mich war klar: Ich möchte möglichst viel selber können und niemandem zur Last fallen», sagt Peti Roos. Die Spitex übernimmt die Morgenpflege und das Anziehen. Viele Wochen übt er den Transfer ins Auto, das ihm neue Perspektiven der Selbstständigkeit verspricht. Am Anfang braucht er dafür fast eine Stunde, dann geht es immer besser.

## Für die Töchter ist es normal

Seit dem Unfall sind dreizehn Jahre vergangen. Peti Roos hat vier Töchter, um die er sich mit seiner Frau Jeannine kümmert. Für die Kinder ist es kein Thema, dass der Vater im Rollstuhl sitzt. Auch nicht, wenn er sie in der Kita abholt. «Einmal wollte ein Mädchen wissen, wie Papi Auto fahren kann», sagt die fünfjährige Leni. «Sie durfte dann beim Transfer zuschauen.»

Das Gespräch mit Leni zeigt: Wo früher viel Aufklärung in der Öffentlichkeit nötig war, wächst heute eine Generation heran, für die vieles normal ist – ob Patchwork-Familie oder ein Vater im Rollstuhl. Leni und ihre Schwestern finden es vielmehr cool, wenn ihr Vater mit dem «Töffli» angerollt kommt, dem vor den Rollstuhl gespannten Zugergerät. Dann streiten sie sich, wer bei ihm mitfahren darf.

Diese Normalität beruht nicht auf Erziehung. Sie würden nichts spezieller





«Ich sagte dem Arzt, dass wir zusammenhalten – und dass der Junior heimkommt.»

Pia Roos



#### Die Familie hält zusammen

V.r.: Peter Roos, von allen «Peti» genannt, das Baby Julie, Jeannine Roos, die Zwillinge Anni und Sophie (3), und Leni (hinten).

Grosses Bild: Pia Roos (l.)

machen als andere Paare, sagt Peti Roos: «Ich erklärte den Kindern einfach früh: Seht, das kann der Papi. Und das kann er nicht.» Sie akzeptieren, dass sie unterwegs bei ihm bleiben müssen, weil er ihnen nicht nachrennen kann. Und sie warten geduldig, wenn das Streichen der Morgenbrötchen viel länger dauert als bei der Mutter. Manchmal ärgert es sie, wenn er mit dem Rollstuhl nicht auf einen sandigen Spielplatz fahren kann, um sie anzuschieben. «Dafür unternehmen wir viele andere Sachen, die Spass machen», sagt er.

#### «Ich genieße die Vorteile»

Der ehemalige Maurer arbeitet in einem Teilpensum im Besucherzentrum ParaForum in Nottwil und hat viel Zeit für die Kinderbetreuung. Nur ihre Familienausflüge benöti-

gen mehr Organisation, sagt Jeannine Roos (36), aber sonst erlebe sie keine Einschränkungen durch ihren Partner. Als Ergotherapeutin im SPZ wusste sie, was auf sie zukommt, als sie Peti beim Rollstuhlrugby kennenlernte. «Ich genieße die Vorteile», sagt sie. Männer mit einem Vollpensum kommen abends heim, wenn die Kinder schon im Bett sind. Sie dagegen können als Familie viel gemeinsam erleben. «Und wenn Peti mir im Haushalt nicht direkt helfen kann, hält er mir den Rücken frei, damit ich schneller vorankomme.»

Die Familie kann man nicht austauschen, sie bleibt, sagt Mutter Pia zum Abschied. Dreizehn Jahre nach Petis Unfall kümmern sich bereits drei Generationen umeinander.

(kste/baad, zvg) ■

# Herausforderungen akzeptieren

Eine Querschnittlähmung betrifft nicht nur die Beine und die Arme. Die betroffenen Menschen müssen mit vielen körperlichen, psychischen und sozialen Herausforderungen umgehen lernen.



## Chronische Schmerzen

Rund 75 Prozent aller Querschnittgelähmten leiden unter chronischen Schmerzen. Häufig sind neuropathische Schmerzen, die im Nervensystem entstehen und an Orten gespürt werden, an denen sie eigentlich keine Empfindung mehr haben.

## Verändertes Sexualleben

Eine Rückenmarkverletzung beeinflusst die Sexualfunktionen (v.a. bei Männern) und die Sensibilität im Intimbereich. Mit Hilfsmitteln können Querschnittgelähmte ein erfülltes Sexualleben haben und Kinder bekommen.

## Den Körper annehmen

Wer in den Rollstuhl kommt, fühlt sich oft weniger attraktiv für die Partnersuche. Man muss ein Selbstwertgefühl entwickeln für einen Körper, den man nicht mehr als Ganzes spürt.

## Muskeln mit Eigenleben

Mehr als zwei Drittel leiden unter Spastiken: Muskeln reagieren mit unwillkürlichen Bewegungen und Verkrampfungen. Hinzu kommt eine Übererregbarkeit der Reflexe.

## Körperlich

## Psychisch

## Sozial

## Beziehungen pflegen

Familie, Partnerschaft und das soziale Netzwerk helfen, die Herausforderungen der Querschnittlähmung zu meistern. Oft überdauern nur stabile Beziehungen die Rehabilitationsphase. Wer auf fremde Unterstützung angewiesen ist, muss neue Formen der Selbstständigkeit finden.

## Fatigue

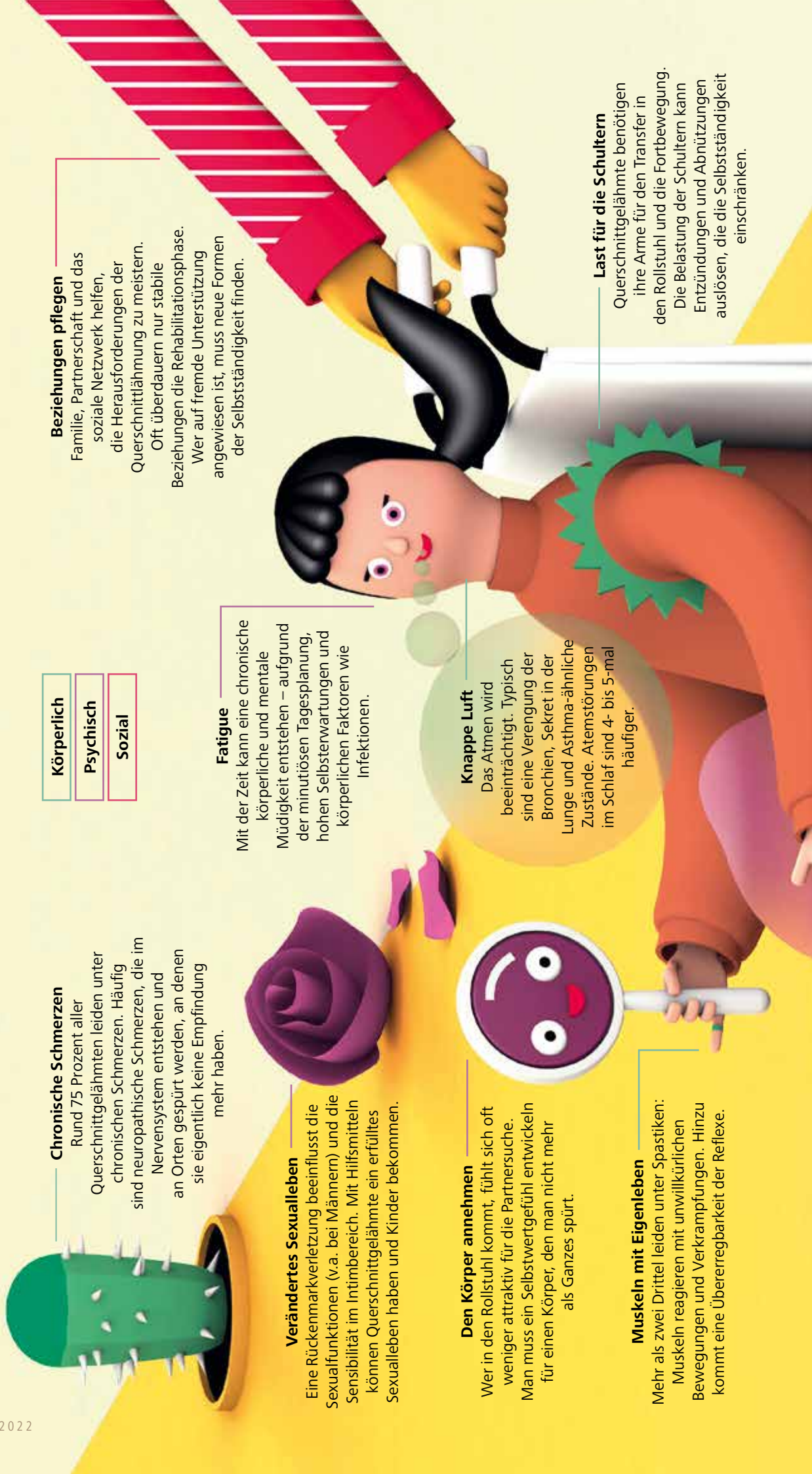
Mit der Zeit kann eine chronische körperliche und mentale Müdigkeit entstehen – aufgrund der minutiösen Tagesplanung, hohen Selbsterwartungen und körperlichen Faktoren wie Infektionen.

## Knappe Luft

Das Atmen wird beeinträchtigt. Typisch sind eine Verengung der Bronchien, Sekret in der Lunge und Asthma-ähnliche Zustände. Atemstörungen im Schlaf sind 4- bis 5-mal häufiger.

## Last für die Schultern

Querschnittgelähmte benötigen ihre Arme für den Transfer in den Rollstuhl und die Fortbewegung. Die Belastung der Schultern kann Entzündungen und Abnützungen auslösen, die die Selbstständigkeit einschränken.





### Auch die Seele ist verletzt

Nach dem Unfall wirken psychologische Schutzmechanismen. Gefühle wie Trauer, Hilflosigkeit, Angst oder Wut treten oft verzögert auf. Man muss lernen, einen Umgang mit dem Verlust zu finden.

### Mit Barrieren umgehen

Das öffentliche Umfeld ist nicht barrierefrei, und man muss im Alltag Demütigungen wie unüberwindbare Hindernisse oder Vorurteile akzeptieren. Solche «Behinderungen» sind sozial gemacht.

### Neuer Lebensentwurf

Prägende Teile des gewohnten Lebens brechen weg. Dies erfordert eine mentale Anpassung, ein Zurückfinden zur eigenen Person. Ein neuer Lebensentwurf wird nötig.

Illustration:

Doreen Borsutzki

### Kontrollverlust über Blase und Darm

Die Blase nicht mehr kontrollieren zu können, ist oft die grösste Einschränkung. Betroffene müssen sich mehrmals täglich katheterisieren, Harnwegsinfektionen sind häufig und es drohen Nierenschäden. Ebenso belastend ist der Kontrollverlust über die Darmfunktion.



### Quellen

H. G. Koch, V. Geng:  
«Querschnittlähmung verständlich erklärt»,  
Manfred-Sauer-Stiftung und Schweizer  
Paraplegiker-Vereinigung (2021)  
SwiSCI, Schweizer Kohortenstudie für  
Menschen mit Rückenmarksverletzungen,  
swisci.ch

### Sitzen als Problem

Eine ständige Gefahr sind Druckgeschwüre, die einen monatelangen Spitalaufenthalt erfordern. Wer im Rollstuhl sitzt, muss sein Gesäss alle Viertelstunde entlasten und die Haut täglich auf Druckstellen kontrollieren.

### Mobilität zurückgewinnen

Für die Teilhabe an der Gesellschaft sind Hilfsmittel wie Rollstuhl und umgebautes Auto zentral. Sie ermöglichen selbstständige Wege zur Arbeit, in die Therapie, zum Sport oder ins Sozialleben.

### Wirtschaftliche Wiedereingliederung

Die Teilnahme am Erwerbsleben ist wichtig für die Integration. Ist die Rückkehr an den bisherigen Arbeitsplatz nicht möglich, sind Abklärungen, Umschulungen und Weiterbildungen nötig. 61 Prozent schaffen den Wiedereinstieg.

### Mit Sozialversicherungen verhandeln

Man muss mit den Sozialversicherungen umgehen lernen. Dazu zählt das Warten auf Entscheide und das Vorgehen bei nicht akzeptierbaren Entscheidungen oder in veränderten Lebenssituationen.

**Caroline Büchner**  
wenige Tage vor ihrem  
Austritt aus der Klinik.

# Auszeiten für die psychische Gesundheit

Eine Querschnittlähmung betrifft nicht nur den Körper eines Menschen, sondern auch seine sozialen und psychischen Aspekte. Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum ist deshalb die Psyche ein zentrales Element der ganzheitlichen Rehabilitation.



Ende März 2022. In einer Woche kann Caroline Büchner das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) verlassen. Der rollstuhlge-rechte Umbau ihrer Wohnung in Zürich ist zwar noch nicht ganz abgeschlossen. Doch die 41-jährige Werbeexpertin strahlt sehr viel Zuversicht aus, dass ihr auch die nächst-ten grossen Aufgaben nach der sechsmona-tigen Rehabilitation gelingen werden – den Alltag ausserhalb des geschützten Rahmens der Klinik einrichten, die Rückkehr an ihren Arbeitsplatz, und nicht zuletzt: ihre Hochzeit. Dass sie dem Austritt zuversichtlich ent-gegensieht, hat viel mit der Unterstüt-zung durch den psychologischen Dienst des SPZ zu tun. «Mein Unfall war einfach Pech», sagt sie. «Aber das zu akzeptieren, fiel nicht leicht.»

Ende September 2021 prallte Caroline Büchner beim Gleitschirmfliegen im Berner Oberland so unglücklich auf den Boden, dass sie zur Paraplegikerin wurde. In ihrem Umfeld ist sie bekannt für ihren pragmati-schen Umgang mit herausfordernden Situa-tionen, doch in den ersten Wochen in Nott-wil geht körperlich nichts mehr. Daran muss sie sich zuerst gewöhnen. Typische Fragen tauchen auf: *Wieso ich? Weshalb jetzt?* In ein psychisches Loch fällt die Patientin zwar nicht. Aber Ängste belasten sie, zum Bei-spiel wenn sie die schlimmen Bilder über die Gefahr eines Druckgeschwürs sieht: *Was ist, wenn das mir passiert?*

### Die Gespräche tun ihr gut

Sie bekommt eine Zimmerkollegin mit der gleichen Lähmungshöhe. Die junge Frau macht rasch Fortschritte, körperliche Funktionen kommen zurück, sie kann wieder stehen. Zunächst freut sich Caro-line Büchner für die Mitbetroffene, aber dann nagt es an ihr. Es ist schwierig, den ständigen Vergleich auszuhalten, wenn man selber höchstwahrscheinlich nie mehr gehen kann. «Von Marianne Boller habe ich gelernt, mit den negativen Gedanken umzu-gehen», sagt sie. Die regelmässigen Gesprä-che mit der Leiterin Psychologie im SPZ tun ihr gut. Sie schildert ihrer Psychotherapeu-tin alles, was sie beschäftigt, und sie lernt Techniken kennen, um aus einer negativen Gedankenspirale wieder herauszufinden. Dadurch kann sie sich besser auf die eigene Rehabilitation konzentrieren.

«Unser Anspruch ist es nicht, dass die Betroffenen schon alles akzeptiert haben, wenn sie die Klinik verlassen», erklärt die Psychotherapeutin. «Wir thematisieren

vielmehr einzelne Aspekte und erarbeiten neue Perspektiven und Handlungsmöglich-keiten.» Eine Querschnittlähmung ist ein heftiger Einschnitt ins Leben und bedeu-tet häufig eine psychische Destabilisierung. Deshalb kümmern sich am SPZ acht Psycho-therapeutinnen und -therapeuten um die psychische Gesundheit. Sie lenken die Auf-merksamkeit auf Möglichkeiten und per-sönliche Wachstumschancen. Sie aktivie-ren vorhandene Ressourcen, bauen neue auf und stärken die Autonomie. «Unser Ziel ist die psychische Stabilisierung sowie die Wiederherstellung der Selbstbestimmung, Würde und Integrität der betroffenen Men-schen», so Boller.

### Der Partner sieht den Unfall

Im Rahmen der ganzheitlichen Rehabilita-tion ist die psychologische Unterstützung ein zentrales Element neben den körperli-chen und sozialen Aspekten. Alle Patientin-nen und Patienten bekommen ein Eintritts-gespräch, das eventuelle Vorbelastungen und therapeutische Bedürfnisse abklärt. «Wir setzen die psychologische Unterstüt-zung nicht nach dem Giesskannenprinzip, sondern sehr gezielt ein», sagt Marianne Boller. Eine eigentliche psychische Erkran-kung muss für die Behandlung im SPZ aber nicht vorliegen.

Eine bedeutende Stütze der Rehabi-litation sind die Angehörigen. Oft fühlen auch sie sich hilflos und erleben Überfor-derungen. Sie denken, sie müssten etwas Besonderes leisten – und übersehen die Wichtigkeit ihrer Besuche, ihres Zuhörens und ihrer emotionalen Anteilnahme. Der psychologische Dienst bezieht die Ange-hörigen nach Möglichkeit in die Therapie mit ein und gibt ihnen Informationen und praktische Tipps.

Caroline Büchners Partner erlebt ihren Unfall besonders schlimm. Er geschah direkt vor seinen Augen, ohne dass er ihr helfen konnte. Nachdem sie medizinisch versorgt ist, stürzt er sich ins Organisatori-sche, regelt Versicherungsfragen, klärt die Arbeitssituation, informiert den Freundes-kreis. Auf der Intensivstation erklärt sie ihm, dass sie es verstehen würde, wenn er sie verlässt. Wenig später hält er um ihre Hand an. Auch er ist froh um das Gespräch mit Marianne Boller, es hilft ihm, das Gesche-hene einzuordnen. Damit kann er seine Verlobte besser unterstützen, dass sie den Rollstuhl als ein notwendiges Hilfsmittel zu akzeptieren lernt.



**Marianne Boller,**  
Leiterin Psychologie: «Wir setzen die psychologische Unterstützung gezielt ein.»

### «Wieder ein vollwertiger Mensch ...»

Im Rückblick ist die Patientin dankbar, dass sie mit ihren Gedanken im SPZ nicht allein gelassen wurde. Der psychologische Dienst hat ihr neue Sichtweisen erschlossen und ihr geholfen, sich von Ängsten zu befreien. «Die Fachleute wissen, was in einem vorgeht und wie man da wieder rauskommt», sagt sie. «Am Anfang denkt man: Jetzt ist alles vorbei. Doch mit der bewussten Aus-einandersetzung lernt man, diese Gedan-ken zu Ende zu denken, die Gefühle rich-tig wahrzunehmen – und dass das Leben weitergeht.»

Sie sieht die Gespräche mit ihrer Psy-chotherapeutin wie befreiende Auszeiten, die den Kopf entlasten in der sonst streng getakteten Rehabilitationsphase. Und sie lobt, dass es für die Fachleute normal ist, dass man in den Gesprächen auch negative Gedanken äussert.

Bis zu einer Lebensbilanzierung ist es bei Caroline Büchner nicht gekommen. Wenige Tage vor ihrem Austritt spricht sie optimistisch von ihren Zukunftsplänen. Sie erzählt, wie das Rollstuhltraining ihr neue Dimensionen der Selbstständigkeit erschlossen hat: «Am Anfang musste ich für alles und jedes um Hilfe bitten und ärgerte mich, wenn ich etwas vergessen hatte. Heute transferiere ich mich rasch in den Rollstuhl und erledige es selber. Ich bin wieder ein vollwertiger Mensch.» Der Stolz, der in ihrer Stimme mitschwingt, zeigt, wie sehr die psychische und die körperliche Gesund-heit zusammenhängen.

(kste/baad) ■

# Integration heisst: Menschen ernst nehmen

Die gesellschaftliche Akzeptanz für Menschen mit körperlichen Einschränkungen zeigt sich am Arbeitsplatz. Zusammen mit ParaWork besuchen wir ein Beispiel für die geglückte Integration.

## Lösungen finden

(V.r.) Daniel Pfister und Brigitte Christen von Digmedia im Gespräch mit Jörg Hanschur und Karin Schwerzmann von ParaWork.



Wie gut Menschen mit körperlichen Einschränkungen in eine Gesellschaft integriert sind, zeigt sich am deutlichsten auf dem Arbeitsmarkt. In der Schweiz sind – trotz Fortschritten im letzten Jahrzehnt – noch immer Hürden, Ängste und Vorurteile weit verbreitet. Niemand steht offen zur Diskriminierung, aber die betroffenen Menschen kennen die subtilen Signale. «Als Rollstuhlfahrer spürt man sofort, ob die Leute auf einen herabsehen und man als Arbeitskraft unterschätzt wird», sagt David Komarica aus Adligenswil LU. In seinem zehnten Schuljahr hat sich der begabte junge Mann sehr intensiv um eine Lehrstelle bemüht – und ging leer aus.

Der Zwanzigjährige leidet an einer seltenen Form der Glasknochenkrankheit. Viele Jahre war das Spital sein zweites Zuhause, monatelang lag er im Bett, um seine zahllosen Knochenbrüche auszuheilen. «Mein Körper war eher ein Kerker für mich», erzählt Komarica über seine Kindheit. Im Dorf war er die einzige Person im Rollstuhl, in der Schule stiess er immer wieder an Grenzen,

wegen seines fragilen Körpers. Erst im Teenageralter hat sich die Krankheit etwas abgemildert, aber die Einschränkungen sind geblieben.

## «Wir wissen, du kannst das ...»

Heute ist David Komarica froh, dass er mithilfe von ParaWork, einer Abteilung des Schweizer Paraplegiker-Zentrums, einen Lehrbetrieb gefunden hat, der nicht seinen Körper ins Zentrum stellt, sondern seine Möglichkeiten: «Es ist schön, wenn ich morgens ins Büro komme und einfach David bin und nicht «der Typ im Rollstuhl.» Bei Digmedia in Luzern werde er als Person ernst genommen und respektiert: «Ich bekomme Vertrauen geschenkt und trage bereits viel Verantwortung. Wir finden aber auch Lösungen, wenn ich körperlich etwas nicht kann – zum Beispiel bei der Montage von Displaywänden.» Das kleine Team passt die Aufgaben an die Stärken der Mitarbeitenden an. Die Grundlage dafür ist eine offene und ehrliche Kommunikation.

Bei Digmedia absolviert David Komarica eine vierjährige Lehre zum Mediamatiker. Er wird genauso gefordert wie alle anderen, aber das motiviert ihn zusätzlich: «Sie sagen: Wir wissen, du kannst das. Und wenn ich noch etwas brauche, melde ich es.» Der Lernende fühlt sich sehr aufgehoben im familiären Umfeld der Luzerner Kommunikationsfirma mit Schwerpunkt digitale Anzeigetafeln. Er ist nicht der einzige Rollstuhlfahrer im Betrieb – aber das habe sich einfach so ergeben, sagt Firmeninhaber Daniel Pfister.

Der Unternehmer ist erstaunt, dass kein anderer Betrieb das Potenzial von David Komarica gesehen hat. «Er ist wie ein ungeschliffener Diamant, der Grosses in sich birgt», sagt er. Der Chef hat eine zupackende Art, ist anspruchsvoll und stellt dem Lernenden gezielte Herausforderungen, damit er sein Potenzial entwickeln kann. Zusammen mit dem Job Coach von ParaWork freut sich Pfister über jeden Fortschritt: «Wir





## 6 Tipps für Arbeitgebende

### 1. Machen, machen, machen

Probieren Sie es aus und begeben Sie sich auf den Weg der Integration. ParaWork und die Job Coaches stehen Ihnen mit Lösungen zur Seite.

### 2. Offen kommunizieren

Reden Sie offen über alles, sprechen Sie Unklarheiten an, stellen Sie Ihre Fragen. Der Klient und die Klientin sowie der Job Coach helfen lösungsorientiert weiter.

### 3. Pensum anpassen

Passen Sie die Arbeitsbelastung an die körperlichen Möglichkeiten an. Ein Vollzeitpensum überfordert häufig.

### 4. Ressourcenorientiert denken

Legen Sie den Arbeitsfokus auf Kompetenzen und Stärken, nicht auf Fragen der Mobilität.

### 5. Ressourcen schonen

Passen Sie den Arbeitsplatz und die Arbeitsinstrumente mithilfe eines Job Coaches rollstuhlgängig an – zum Beispiel bezüglich der Höhe und Zugänglichkeit.

### 6. Coaching nutzen

Nutzen Sie das Angebot einer Begleitung durch Fachpersonen. Dies hilft allen Beteiligten, und oft trägt die Invalidenversicherung (IV) die Kosten der Massnahme. ParaWork bietet Job Coachings in der ganzen Schweiz an.

### David Komarica

an seinem Arbeitsplatz:  
«Es ist schön, wenn einem bei der Arbeit der Körper nicht mehr auffällt.»

wussten: Es funktioniert. – Und wenn etwas nicht funktioniert, dann machen wir, dass es funktioniert.» Das Motto steht für die Firmenkultur. Diese Mediamatiker-Lehrstelle wurde eigens für David Komarica geschaffen, nachdem Stellenvermittlerin Karin Schwerzmann von ParaWork ihn als Talent empfohlen hatte und sein Praktikums-einsatz das Team begeisterte.

### Arbeitgebende gesucht

Der Aufwand hat sich für alle gelohnt. «Unsere drei Mitarbeiter im Rollstuhl sind hochmotiviert, pflichtbewusst, zuverlässig und setzen sich für die Firma ein», sagt Brigitte Christen, bei Digmedia zuständig für die Finanzen und das Personal. «Es ist ein Geben und Nehmen – und es kommt viel zurück.» Zudem hilft die Begleitung durch den Job Coach, dessen Einsatz die Invalidenversicherung (IV) finanziert: Jörg Hanschur entlastet das Unternehmen in administrativen Belangen und unterstützt seinen Klienten bei Stolpersteinen im Betrieb oder in der Berufsschule. «Mein Ziel ist, dass David die Ausbildung schafft», sagt er. Bei Bedarf vermittelt er rasch Lösungen zwischen den beteiligten Parteien.

Das Netzwerk, das interessierte Unternehmen in der Schweiz bei der Inklusion unterstützt,

ist gut geknüpft. Für eine grössere Akzeptanz auf dem Arbeitsmarkt bräuchte es allerdings mehr Unternehmen wie Digmedia mit offenen Teams, die sagen, der Austausch mit Menschen im Rollstuhl sei für sie jeden Tag eine Bereicherung. Welchen Tipp würde Daniel Pfister anderen Arbeitgebenden geben? – «Ganz simpel: Nicht zu viel nachdenken, sondern einfach machen. Alles andere kann man lösen.»

In einem Jahr wird David Komarica seine Lehre zum Mediamatiker abschliessen. Danach will er sich weiter für die Firma einsetzen, die ihn als erste wirklich ernst genommen hat. Er sagt, es wäre schön gewesen, hätte er als Kind schon integrierte Menschen im Rollstuhl gesehen. Ein Vorbild hätte ihm manchen Umweg erspart.

(kste/baad) ■

### ParaWork

Die Abteilung ParaWork des Schweizer Paraplegiker-Zentrums unterstützt Menschen bei der beruflichen Eingliederung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt mit individuellen Massnahmen.



parawork.ch

# Zwischen Hölle und Paradies

Wie Francesco Rullo ein Leben voller Hürden meistert,  
für bessere Bedingungen kämpft – und sich manchmal  
zwingen muss, glücklich zu sein.

---





Er kann so herrlich lachen und wunderbar erzählen, er kann hartnäckig sein und von Schönerm träumen. Er möchte anderen behinderten Menschen helfen und mindestens achtzig werden, weil er das Leben so liebt. Wenn Francesco Rullo in Courgevaux FR am Murtensee aus dem Fenster schaut, sagt er: «Das ist mein Paradies.»

Aber es gibt auch diese dunklen Momente. Manchmal befällt ihn Panik, besonders nachts, wenn er allein im Bett liegt und Angst hat, dass ihm jemand etwas antun könnte. Der 43-Jährige meidet Menschenmengen und bevorzugt es, allein unterwegs zu sein. So kommunikativ er ist, so herzlich und gastfreundlich, so offen spricht er darüber, dass er auch misstrauisch ist und zuweilen abweisend.

### Er wird früh gedemütigt

Um Francesco Rullo zu verstehen, muss man seine Geschichte aufrollen, die 1979 in Süditalien beginnt. Seine Mutter Giuseppina ist schwanger, als sie mit ihrem Mann die Ferien in Kalabrien verbringt. Dort erleidet sie ein Schädel-Hirn-Trauma. Die Ärzte holen das Kind per Kaiserschnitt, seine Überlebenschancen sind gering, aber es kommt durch. Francesco startet in ein Leben voller Höhen und Tiefen, Abenteuer und schier unglaublichen Wendungen.

Die Familie, die in einer Kleinstadt in Baden-Württemberg lebt, kennt Harmonie nur bedingt. Der kleine Francesco leidet unter den Gewaltausbrüchen des Vaters, insgesamt zwölf Löcher im Kopf trägt er davon, einmal muss er sogar operiert werden. Die Brutalität führt zur Trennung der Eltern. Die Mutter erhält das Sorgerecht für ihre drei Söhne und die Tochter, Francesco blüht auf.

Früh weiss er, dass er Männer liebt. Das wird ein Problem, als ein Schicksalsschlag sein Glück trübt. Die Mutter stirbt bei einem Verkehrsunfall, die vier Kinder kommen bei der Schwester in Turin unter. Und da beginnt für Francesco eine furchtbare Zeit. Seine Tante verabscheut Homosexualität und demütigt ihren Neffen. Der kluge,

ja hochbegabte Schüler denkt an Suizid. Dann flieht er nach Süditalien, hofft, dass die Grosseltern ihn aufnehmen.

Zwei Tage ist er unterwegs, steigt in fremde Autos, trägt Krawatte, um älter zu wirken. Dass ihn die Polizei sucht, erfährt er erst später. Francesco erreicht das Ziel, doch die Grosseltern bringen ihn umgehend wieder zurück in den Norden, wo die rabiate Tante wartet und seinen Alltag endgültig zur Hölle macht. So sehr, dass er nur einen Ausweg sieht: Er muss weg von dieser Welt. Wenn er viele rote Beeren isst, würde das funktionieren. Das Resultat ist ein heftiges Bauchweh. «Mist, ich lebe noch», denkt sich Francesco.

### Endlich glücklich, aber dann ...

Die Behörden schreiten ein. Francesco kommt in ein Heim und fühlt sich gut auf-

gehoben. Er absolviert die Hotelfachschule, interessiert sich für Informatik und findet in der IT-Branche seine Berufung. Im Alter von neunzehn Jahren ist er endlich glücklich, wohnt bei seinem Bruder Fausto und verdient gutes Geld. Seine beruflichen Qualitäten sprechen sich herum.

Eines Morgens im Jahr 1998 wacht er auf und ist für wenige Sekunden blind. Seit einigen Wochen plagt ihn Kopfweg. Stress, denkt er, das verfliegt wieder. An diesem Morgen aber lässt er sich im Spital untersuchen. Die Diagnose: Hirnblutung. Zudem findet man einen Hirntumor. Er wird sofort operiert. Als er aus der Narkose erwacht, ist er auf der linken Körperseite teilweise gelähmt, auf dem linken Ohr hört er nichts und im linken Arm und Bein spürt er nichts mehr. Sport bedeutet ihm viel – wie soll es jetzt weitergehen? >



### Möglichst selbstständig

Francesco Rullo ist regelmässig mit dem Auto unterwegs – und fährt zum Einkauf in einen Discounter, der seine Kassen auf Menschen im Rollstuhl angepasst hat.



**Ein Kuss für Enrico**

Der Paraplegiker schaut oft beim Pferd vorbei, das den Eltern seines ehemaligen Partners gehört.



Fast ein Jahr dauert die Rehabilitation. Mit Krücken, Beinschienen und eisernem Willen lernt er, selbstständig zu gehen und den Schmerzen zu trotzen. Er kehrt zurück in seinen Beruf als Informatiker und erhält eine gut bezahlte Stelle in Nizza. Aber dann stellen sich alarmierende Bauchschmerzen als Speiseröhrenkrebs im Anfangsstadium heraus. Er wird zweimal operiert und muss fortan aufpassen, was er isst und in welcher Menge.

#### «Seine Hilfe ist unbezahlbar»

Das Essverhalten hat Auswirkungen. Mit 25 Jahren wiegt der 1,77 Meter grosse Mann noch 48 Kilo. «Ich war nur noch Haut und Knochen», sagt er. Sein Bruder Fausto holt ihn zu sich nach Biel. Francesco kommt in der neuen Umgebung zu Kräften und findet eine Stelle im IT-Bereich. Zwei Jahre später überwindet er ein Burn-out, stürzt sich erneut in die Arbeit, kämpft gegen die Lähmung an – und übernimmt sich körperlich. Mit dreissig ist er IV-Rentner.

Zudem machen sich wiederholt starke Bandscheibenprobleme bemerkbar – eine Folge der jahrelangen Fehlbelastung der Beine aufgrund der halbseitigen Lähmung. Nach einem Velounfall im Herbst 2015 knickt plötzlich sein gesundes Bein weg, er spürt Lähmungserscheinungen. Kurz darauf stürzt er unversehens zu Boden. Ein Schmerz wie Messerstiche befällt ihn. Francesco Rullo wird mit der Ambulanz in die Notfallaufnahme gebracht, ein Eingriff ist unumgänglich. Aber die Operation läuft nicht wie geplant, es treten Komplikationen auf.

Als er wieder erwacht, erhält er die Diagnose: komplette Querschnittlähmung, dazu Einschränkungen der oberen Extremitäten. Das kommt schon wieder gut, sagt sich Francesco Rullo. Er kennt es ja: Stürzen und wieder aufstehen, wie oft hat er das schon geschafft. Doch diesmal klappt es nicht. Er muss einen Umgang lernen mit erheblichen Einschränkungen, mit Schwindelanfällen, Sehstörungen, mit beeinträch-

tigten Schluckmuskeln. Und auch damit, dass Iwan, mit dem er 2010 nach Courgevaux gezogen ist, nicht mehr sein Partner ist. Doch Iwan blieb für ihn eine Bezugsperson, «eine der wichtigsten überhaupt», sagt Francesco Rullo. «Seine Hilfe ist für mich unbezahlbar.»

Seine Gefühlswelt geriet oft aus den Fugen. Als er in Nizza arbeitete, konnte er sich manchen Luxus leisten, ein schickes Appartement mit Meerblick, schnittige Autos. Damals meldeten sich Verwandte und Freunde bei ihm, von denen er lange nichts mehr gehört hatte. Grosszügig lud er sie ein, obwohl er ahnte, dass sie nicht wegen ihm, sondern wegen der feinen Umgebung nach Südfrankreich kamen. Von diesen Leuten liess sich keiner mehr blicken, als er in der Schweiz im Spital lag. Viele wandten sich ab.

#### Namen der Mutter angenommen

Er bemüht sich um Stabilität, räumt sein Leben auf. 2013 schafft er es endlich, seinen Familiennamen zu ändern. Den Namen des Vaters will er nicht länger tragen, nach all dem Leid, das er erlitten hat. Er nimmt den Namen seiner Mutter an. Und die Hündin Luna wird seine verlässliche Stütze und spendet oft Trost.

Doch die Situation wühlt ihn auf. Er ist allein, nicht mobil, von Schmerzen geplagt, Spastiken rauben den Schlaf, und da sind quälende Ängste, die auch nicht verschwinden, wenn er Abend für Abend sämtliche Rollläden herunterlässt. Zudem ist er finanziell angeschlagen – er muss mit 3200 Franken im Monat auskommen, die ihm an IV- und Ergänzungsleistungen zustehen.

Die Energie schwindet, so sehr, dass er 2016 erneut daran denkt, aus dem Leben zu gehen. Er wählt die Poyabrücke in Freiburg, die über die Saane führt, aber als er sich ein Bild vor Ort macht, kommt er vom Plan ab. Zum einen wegen der Schutzwand, zum anderen fragt eine innere Stimme: Was passiert mit Luna? Kannst du das Iwan antun, der dir so viel bedeutet?

#### Ein Lichtblick

Francesco entscheidet sich fürs Leben. Eine wichtige Rolle spielt dabei auch die Schweizer Paraplegiker-Stiftung, die ihm in dieser Phase einen Lichtblick beschert. Seine Mobilität ist stark eingeschränkt, weil er sich kein umgebautes Auto leisten kann. Da bittet er die Paraplegiker-Stiftung um Unterstützung und sein Gesuch wird bewilligt. «Ich bin unendlich dankbar dafür», sagt Francesco Rullo. «Damit hat meine Selbstständigkeit enorm zugenommen.»

Ihm ist es ein tiefes Bedürfnis, sich für andere Beeinträchtigte einzusetzen. Und da zeigt sich seine Hartnäckigkeit. Im Discounter seines Dorfes nervt er sich gewaltig über die Zustände an der Kasse. Kein einziges Bezahlterminal ist für Menschen im Rollstuhl erreichbar. Francesco Rullo beschwert sich, schreibt Mails, spricht mit den Verantwortlichen – und bewirkt, dass bauliche Anpassungen vorgenommen werden. Er kämpft weiter und setzt sich auch bei anderen Detailhändlern für Verbesserungen ein, weist auf fehlende Behindertenparkplätze hin oder überzeugt einen Schwimmbadbetreiber davon, für Menschen mit Beeinträchtigungen eine Einstiegshilfe ins Wasser zu installieren.

Schwer fällt es ihm zuweilen, das seelische Gleichgewicht zu finden. Ein schwerer Schlag ist für ihn der Verlust von Luna, die nach schwerer Krankheit eingeschläfert werden musste. «Meine Tochter ...», sagt er, als er auf ihr Bild an der Wand schaut. Seine Hündin hat ihn über zwölf Jahre lang treu begleitet.

#### Der Traum vom «Happy Day»

Unverzichtbar ist für Francesco Rullo die wöchentliche Psychotherapie. Kraft schöpft er auch beim Lesen. Ihn interessiert die Psyche des Menschen, er will verstehen, wie sie sich entwickeln kann. Oft gehe es ihm schlecht, sagt er offen, aber dann rüttle er sich auf: «He Francesco, du bist so privilegiert! Du bekommst Unterstützung! Du lebst in einem Paradies!» Manchmal müsse





«Wenn ich sehe, was auf der Welt passiert, relativiere ich vieles und ertrage mein Schicksal besser.»



### So hilft Ihr Mitgliederbeitrag

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung unterstützte Francesco Rullo bei der Finanzierung eines Autos, eines Rollstuhls sowie eines Triride. Sie beteiligte sich zudem am behindertengerechten Carport.

er sich zwingen, glücklich zu sein, sagt er. «Aber wenn ich sehe, was auf der Welt alles passiert, relativiere ich vieles und ertrage mein Schicksal besser.»

In Courgevaux hat er sein Glück gefunden. Vom Büro aus sieht er Enrico auf der Weide, das Pferd von Iwans Eltern, das er so liebt. Iwans Mutter kocht für ihn, auch nach der Trennung von seinem Partner blieb er ein Teil der Familie. An schönen Tagen fährt er mit dem Triride, seinem «Töffli», nach Murten, trinkt einen Kaffee und muss sich um Gesellschaft nicht sorgen. Francesco, von vielen «Fränzu» gerufen, ist bekannt und gern gesehen.

Er hat Schreckliches erlebt, aber brachte stets die Energie auf, um Rückschläge wegzustecken. Und er hat Träume. Zum Beispiel den von einem besonderen Besucher in Courgevaux. Die Sendung «Happy Day» (SRF), in der Wünsche erfüllt werden, schaut er liebend gern. Manchmal stellt er sich vor, dass Moderator Röbi Koller an seiner Haustür klingelt und einen Elektrorollstuhl mitbringt, mit dem sich auch Stufen überwinden lassen. Als er davon erzählt, leuchten seine Augen. Er klammert sich an die Hoffnung, dass es das Leben gut mit ihm meint.

(pmb / baad) ■

# Stabile Zahlen

2021 hatte die Schweizer Paraplegiker-Stiftung stabile Einnahmen. Besonders erfreulich entwickelte sich die Anzahl der Mitgliedschaften.



Die Corona-Pandemie und ihre Einschränkungen hatten im vergangenen Jahr keinen negativen Einfluss auf die Mittelbeschaffung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS). Stabile Einnahmen und eine Zunahme der Mitgliedschaften zeigen vielmehr, dass die SPS eine treue Mitglieder-Basis hat. Für die Mitglieder sowie die Gönnerinnen und Gönner bleiben die Hauptmotive für eine Mitgliedschaft oder Spende die Solidarität mit querschnittgelähmten Menschen und das Bewusstsein, dass es jede und jeden treffen kann.

## Die Ziele wurden übertroffen

Ende 2021 zählte die Schweizer Paraplegiker-Stiftung rund 1,87 Mio. Mitglieder. Sie stehen für das Solidarwerk ein und unterstützen seine Aufgaben. Gegenüber dem Vorjahr nahmen die Mitgliedschaften um rund 1,6 Prozent zu, damit wurden die Wachstumsziele übertroffen. Ausschlaggebend für diesen Zuwachs ist vor allem die lebenslang gültige Dauermitgliedschaft.

Mehr als 11700 Personen haben sich für diese Form der Mitgliedschaft entschieden, die Schweizer Paraplegiker-Stiftung zählt damit mehr als 110 000 Dauermitglieder.

## Verwendung von Mitgliederbeiträgen und Spenden

Die Gesellschaften der Schweizer Paraplegiker-Gruppe erbringen im Auftrag der SPS wertvolle Zusatzleistungen für Menschen mit Querschnittslähmung, die nicht durch die Kostenträger gedeckt sind. Daraus resultieren Defizite, die dank der Mitgliederbeiträge ausgeglichen werden können. Spenden und Überzahlungen von Mitgliederbeiträgen werden jeweils zielgerichtet für Entwicklungs- und Innovationsprojekte sowie für die Direkthilfe verwendet.

Die Gönnerunterstützung von 250 000 Franken wurde im Jahr 2021 an dreissig verunfallte Mitglieder ausbezahlt, insgesamt 6,7 Mio. Franken. 31 Prozent der Mittel wurden für die Direkthilfe an die Betroffenen eingesetzt.

## Betroffene kommen zu Wort

Eine gute Information der Bevölkerung fördert die Integration und das Vertrauen in die Arbeit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Mit authentischen Geschichten weist die SPS in ihren verschiedenen Kommunikationskanälen darauf hin, welche wichtigen Aufgaben die Mitgliederbeiträge und Spendengelder erst möglich machen.

Zu Wort kommen sowohl Menschen mit Querschnittslähmung als auch Mitarbeitende. Ihre Berichte erhalten viel Beachtung, das zeigt sich nicht zuletzt in der gestiegenen Reichweite der Social-Media-Kanäle und in 715 000 Besuchen auf der Website [paraplegie.ch](http://paraplegie.ch) (+17%). Erfreulich entwickeln sich im digitalen Raum der Abschluss von Mitgliedschaften und die Spendererträge: 2021 wurden Einnahmen von 2,9 Mio. Franken (+15%) generiert.

(kste/kohs) ■



## Digitaler Jahresbericht

Der Jahresbericht der Schweizer Paraplegiker-Stiftung und ihrer Gruppengesellschaften wird digital publiziert.

Unter [report.paraplegie.ch/2021](http://report.paraplegie.ch/2021) finden Sie die Berichte der Stiftungsratspräsidentin, der Direktoren und Geschäftsführerinnen sowie Höhepunkte des Jahres.



 Direktlink





# Neues Dauermittglied

Sven Lötscher wurde im Januar Dauermittglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.

Es ist nicht so, dass Sven Lötscher locker auf tausend Franken verzichten könnte. Aber ihm war es ein tiefes Bedürfnis, diesen Betrag an die Schweizer Paraplegiker-Stiftung zu überweisen. Lange war er Jahresmitglied, jetzt hat er sich für eine lebenslange Mitgliedschaft entschieden, weil ihm bewusst wurde, welche Folgen ein Unfall haben kann.

Der 21-Jährige aus Niederbipp BE ist gelernter Zimmermann, und seine Leidenschaft in der Freizeit gehört dem Motorradsport. «Das ist meine Welt», sagt er. Supermoto heisst seine Disziplin, in der es nicht nur darum geht, möglichst schnell über den Asphalt einer Rennstrecke zu rasen, sondern auch technisch anspruchsvolle Passagen zu meistern. Bis zu dreissig Meter weite Sprünge gehören dazu.

## Sechs Ärzte am Spitalbett

Im Herbst 2021 bewältigt der junge Mann bei einem Trainingslauf in Deutschland so einen Sprung. Aber er landet nicht wie geplant, sondern auf dem Vorderrad, stürzt kopfüber und prallt mit dem Rücken auf

den Boden. Starke Kräfte wirken auf ihn ein. Sven Lötscher trägt zwei Rückenpanzer und einen Nackenschutz, eine Ausrüstung von 14 Kilo. Er kann seine Beine spüren und ahnt, dass er sich wohl keine Wirbelsäulenverletzung zugezogen hat.

Von der Rennstrecke wird er in die Universitätsklinik Dresden geflogen. Mit der Diagnose Gehirnerschütterung kommt er tatsächlich glimpflich davon. Aber in seinem Kopf bleibt ein Bild aus dem Spital haften: wie sich sechs Ärzte über ihn beugen und sich beraten. «Das hat mir Eindruck gemacht», sagt er. «Es kann so schnell so Schlimmes passieren.»

Der Sturz bestärkt ihn, Dauermittglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung zu werden: «Das macht für alle Sinn. Und erst recht bei meinem Hobby.» Im Motorsport bewegen sich die Fahrerinnen und Fahrer manchmal am Limit. Links überholen, den Konkurrenten rechts düpieren, bis ans Hinterrad auffahren – das ist Teil des Sports. Auch Unfälle kommen vor. Aber lange dachte Sven Lötscher wie viele andere: «Mir passiert schon nichts.» Bis zu diesem ver-

hängnisvollen Sprung, bei dem er sehr viel Glück gehabt hat.

## «Fürs ganze Leben geregelt»

Seinen Sport will Sven Lötscher nicht aufgeben. Zu gross sind das Verlangen nach dem Nervenkitzel und der Spass, sein Motorrad und die anspruchsvollen Strecken immer besser zu beherrschen. Aber er ist froh, dass er mit einer Dauermittgliedschaft eine Absicherung für den Notfall hat.

Seit dem Unfall hat die Schweizer Paraplegiker-Stiftung für ihn zusätzlich an Bedeutung gewonnen. Und wenn er die Gönnerunterstützung nicht selbst beanspruchen muss, so hilft sein Beitrag anderen Menschen, die weniger Glück hatten. «Ich kann nur empfehlen, es zu machen wie ich», sagt er. Es habe ihn keine Sekunde gereut, die tausend Franken einzuzahlen: «Ich habe jetzt auf einen Schlag alles fürs ganze Leben geregelt. Das macht mich glücklich, weil dieser Betrag sehr gut investiert ist.»

(pmb/baad) ■

«Ich möchte andere zu diesem Schritt animieren.»

Sven Lötscher (21)

 [paraplegie.ch/  
mitglied-werden](https://www.paraplegie.ch/mitglied-werden)

# Joystick am Kopf

Den Elektrorollstuhl mit einer Brille steuern, von einem verblüffenden Zugergerät profitieren: Orthotec sucht ständig Verbesserungen, die das Leben leichter machen.

Ein Elektrorollstuhl lässt sich mit einem Joystick fortbewegen. Was aber machen Tetraplegiker, deren Handfunktion nicht mehr vorhanden ist? Die Lösung ist die Steuerung per Kopf. Orthotec bietet neu eine besonders innovative Variante an. Die Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung sucht ständig Neuentwicklungen, um das Leben von Menschen mit Querschnittslähmung zu vereinfachen.

## Nicken signalisiert: losfahren

Diese Neuheit funktioniert über eine Brille, die die Bewegungen des Kopfes in Steuerungssignale für den Elektrorollstuhl umwandelt. Ein leichtes Nicken signalisiert: losfahren. Nach rechts, nach links, rückwärts oder bremsen – alles geschieht ohne Hände. Bei

Bedarf wird die Steuerung per Anweisung unterstützt. Das heisst: Eine Stimme erklärt den Benutzenden das Vorgehen.

Die Kopfsteuerung ermöglicht hochgelähmten Menschen die selbstständige Mobilität. Dazu müssen sie ihren Kopf mindestens zwei Zentimeter in jede Richtung bewegen können. Wer mit einem solchen Hilfsmittel ausgestattet wird, absolviert vor dem Einsatz eine «Fahrschule» unter Anleitung der Experten in Nottwil. «Das Fahren und Bedienen kann zu Beginn komplex erscheinen», sagt Guido Bienz, Hilfsmittelberater bei der Orthotec. «Aber mit etwas Übung bekommt man das sehr schnell in den Griff.»

In den vergangenen vier Jahren wurde die Software der Brille kontinuierlich ver-

feinert und im Herbst 2021 wurde der erste Kunde damit ausgestattet. In die Kopfsteuerung, die rund 9000 Franken kostet, ist zudem eine Kamera integriert, mit der die Nutzenden fotografieren und so ihre Eindrücke von unterwegs mit anderen Menschen teilen können.

## Zuggerät garantiert Dynamik

Und noch eine Neuheit hat Orthotec entdeckt: ein elektrisches Zuggerät («Töffli»), das die Fachwelt begeistert. Es gilt als das derzeit innovativste Zugsystem für den manuellen Rollstuhl. «Paws» (Pforten) heisst das Gerät und bietet Dynamik und hohe Mobilität. Seine Höchstgeschwindigkeit beträgt die in der Schweiz erlaubten fünfzehn Stundenkilometer.

Das Andocken klappt mühelos mit automatischen Klemmen: den Rollstuhl in die Klemmen rollen, eine Taste betätigen – und schon kann es losgehen. Gelenkt wird das Zuggerät entweder mit der Standardsteuerung oder einer Steuerung für Tetraplegiker. Diese ist so konzipiert, dass auch mit verminderter Kraft im Oberkörper mühelos gefahren werden kann, wobei die Nutzenden die volle Kontrolle ohne Anstrengung behalten.

(pmb/baad) ■



## Detaillierte Abklärung

Rollstuhlberater Guido Bienz testet mit einem Patienten die Kopfsteuerung per Brille. Ebenfalls neu im Angebot: das dynamische Zuggerät (r.).



 orthotec.ch





**Wiedersehen zwei Jahre nach der Therapie**  
Marcel Kürsteiner und Xenia.

# Der Biker und der Bernhardiner

Während Marcel Kürsteiners Rehabilitation in Nottwil spielte Xenia eine wichtige Rolle – nun kam es zu einem Wiedersehen mit der Hündin.

Marcel Kürsteiner stammt aus Zürich, aber seine Wahlheimat ist das Wallis: Seit 23 Jahren lebt der 65-Jährige mit seiner Frau in Vétroz. Dort erzählt er aus seinem Leben – und über seinen Freiheitsdrang, den er sich auch von einem schweren Schicksalsschlag nicht nehmen liess.

## Freiheit als Antrieb

Seine grosse Leidenschaft sind schwere Motorräder. «Alles begann mit einer Vespa», erzählt Marcel Kürsteiner und lacht. «Das Interesse an Motorrädern ist dann ständig gewachsen – und bald ging ich in die USA.» Drei Monate geniesst er die Frei-

heit auf zwei Rädern, auch auf der berühmten Route 66.

Seinem Ideal kommt das Mitglied des Motorradclubs Chapter Valais am nächsten, wenn er mit dem Trike zu einer Tour aufbricht. 2019 fährt er wie üblich aus der Tiefgarage, als plötzlich das Gas klemmt. Es kommt zur Kollision mit einem Auto und einem Betonpfeiler. Zwei Monate liegt er in Grenoble im Koma.

Von Frankreich wird Marcel Kürsteiner ins Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) verlegt, wo er sich einer anspruchsvollen Rehabilitation unterziehen muss. Oft denkt er an all das, was ihm nicht mehr möglich

ist – und fällt in ein Stimmungstief. Da er Tiere liebt, ist er offen für eine tiergestützte Therapie und hofft, dass sie ihn moralisch aufrichten wird.

## Xenia, die moralische Stütze

Und dann naht der spezielle Besuch: Xenia tappt in sein Zimmer, ein junger Bernhardiner der Fondation Barry aus Martigny. Mitarbeitende der Stiftung besuchen mit ihren Hunden regelmässig Patientinnen und Patienten in Nottwil. Die Bernhardiner bieten neue Anwendungsformen für die Ergotherapie und leisten Unterstützung im Bereich der psychosozialen Rehabilitation.

«Mein Herz ging auf», sagt Marcel Kürsteiner und erinnert sich immer wieder an diese Begegnungen. Er streichelte Xenia, gab ihr Trockenfutter und erteilte einfache Befehle, auf die sie artig reagierte. Für den Paraplegiker waren es prägende Erlebnisse: «Xenia hat mir geholfen, bewusst zu werden, wozu ich noch in der Lage bin.»

Im Laufe unseres Gesprächs kommt es zu einer besonderen Szene: Die Fondation Barry hat dafür gesorgt, dass auch Xenia in Vétroz vorbeischaute. Das Wiedersehen ist herzlich: Xenia erkennt den ehemaligen Patienten sofort, und er sagt: «Ich hätte gleich gemerkt, wenn es nicht Xenia, sondern ein anderer Bernhardiner gewesen wäre. Man baut sehr schnell eine Beziehung zueinander auf.»

Xenias Besuch hat Marcel Kürsteiner Mut gemacht. Er will nun seinen grossen Traum verwirklichen und mit einem umgebauten Trike wieder Abenteuer erleben. Wohl bald trifft man ihn auf den Bergstrassen rund um das Wallis an.

(G. Roud / S. Agnetti) ■

# LUCERNE FESTIVAL



**09.08. – 11.09.**

## Sommer-Festival 2022

Daniel Barenboim | Cecilia Bartoli | Berliner Philharmoniker | Riccardo Chailly |  
The Cleveland Orchestra | Sol Gabetta | Lang Lang | Igor Levit | Lucerne Festival  
Contemporary Orchestra (LFCO) | Lucerne Festival Orchestra | Anne-Sophie Mutter |  
Kirill Petrenko | The Philadelphia Orchestra | Sir Simon Rattle | Royal Concertgebouw  
Orchestra | Sir András Schiff | Golda Schultz | Yuja Wang | Wiener Philharmoniker u. v. a.

[lucernefestival.ch](http://lucernefestival.ch)

CREDIT SUISSE 

  
KÜHNE-STIFTUNG

  
Roche

  
THE ADECCO GROUP

  
ZURICH®



# Lob der Verschiedenartigkeit

Lucerne Festival und die Schweizer Paraplegiker-Stiftung verbindet seit fünf Jahren eine Partnerschaft. Im Sommer 2022 steht im KKL Luzern auch die Sensibilisierung der Öffentlichkeit im Fokus.

«Diversity» lautet das Motto des diesjährigen Lucerne Festival. Die Veranstalter setzen damit ein Zeichen für Chancengleichheit in der Gesellschaft und heben insbesondere den Wert der Verschiedenartigkeit hervor. Hautfarbe, Geschlecht, Religion, sexuelle Orientierung oder soziale Herkunft sollen in der Kunst keine Rolle mehr spielen – ein Thema, das in der Welt der klassischen Musik nicht immer selbstverständlich ist.

Ähnlich wie Menschen mit Querschnittslähmung um Akzeptanz und die Integration in die Gesellschaft kämpfen müssen, befindet sich auch die Klassik-Branche in einem strukturellen Wandel – weg von den dominanten alten Zöpfen hin zu mehr Offen-

heit. «Mit unserem Festival-Motto möchten wir die Öffentlichkeit sensibilisieren», sagt Michael Haefliger, der Intendant von Lucerne Festival. «Das verbindet uns mit der Arbeit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.» Beide Institutionen setzen sich für eine Welt ein, in der die Abweichung von Normvorstellungen keine Rolle spielt. Nicht von ungefähr besteht zwischen den beiden seit fünf Jahren eine Partnerschaft.

**Schlüsselrolle für Chineke! Orchestra** Haefligers diesjähriges Festivalprogramm erschliesst spannende Klangwelten mit Musikerinnen und Musikern aus Bevölkerungsgruppen, die in der Klassik-Szene bisher unterrepräsentiert waren. Auch Werke

von vergessenen Komponistinnen und Komponisten sind zu entdecken sowie Grenzüberschreitung zu Musikstilen wie dem Jazz oder der Volksmusik.

Eine Schlüsselrolle für die Sensibilisierung im Rahmen von Lucerne Festival spielen die beiden Orchester der Chineke! Foundation aus Grossbritannien, die sich aus ethnischen Minderheiten zusammensetzen: Das Jugendorchester bestreitet den Start des Festivals, das Erwachsenenensemble tritt zum Abschlusskonzert auf. Gegründet wurden die beiden Klangkörper von der Kontrabassistin Chi-chi Nwanoku, die auch die Eröffnungsrede von Lucerne Festivals halten wird.

(kste / zvg) ■



Das Chineke! Junior Orchestra (u.) eröffnet das Festival und das Chineke! Orchestra bestreitet das Abschlusskonzert im KKL.



Lucerne Festival:  
Sommer-Festival,  
09.08. – 11.09.2022



lucernefestival.ch  
chineke.org

## Die besondere Spende



paraplegie.ch/  
besondere-spenden

### Die Schmetterlinge

Die 71-jährige Claire Baumgartner ist seit vielen Jahren Mitglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. In ihrer Freizeit hat sie für alle Patientinnen und Patienten in Nottwil farbenfrohe Schmetterlinge genäht – um Freude in den Klinik-Alltag zu bringen und ihnen Mut und Kraft zu schenken. Jeder Schmetterling ist ein Unikat. Die Spendenaktion fand am Gründonnerstag statt und löste im ganzen SPZ eine grosse Begeisterung aus.

### Die Lokomotive

Zu seinem 50. Geburtstag lud Stephan Holzer die Gäste auf eine Fahrt mit dem Roten Doppelpfeil «Churchill» ein – einer historischen Zugskomposition der SBB. Statt Geschenke entgegenzunehmen, hat der ehemalige Patient des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) ein Kässeli aufgestellt. Den gesammelten Betrag spendete er der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Stephan Holzer möchte mit der besonderen Spende auch seinem Dank Ausdruck verleihen, dass er sich von der Teilschädigung seines Rückenmarks weitgehend erholt hat.



## Briefe an die Stiftung

Ich möchte mich ganz herzlich für die unkomplizierte und grosszügige Unterstützung für mein Auto bedanken. Damit habe ich die sehr wichtige Mobilität, um ab Juni 2022 meinen neuen Job mit Enthusiasmus und Freude auszuführen.

**Markus Anderhub,**  
St. Niklausen LU

Im Namen der Stiftung Le Copain bedanke ich mich herzlich für Ihre Spende. In den letzten 29 Jahren bildete die Stiftung 371 Assistenzhunde aus und stellte sie Personen mit körperlichen Einschränkungen, Epilepsie oder Diabetes kostenlos zur Verfügung. Ihre Spende hilft uns, die Finanzen im Gleichgewicht zu halten.

**Aurélie Douay,**  
Grône VS

Ich möchte meinen herzlichen Dank aussprechen, dass Sie mich bei den Kosten für den Umbau des Badezimmers unterstützen. Ich war sehr berührt über Ihre Zusage.

**Béatrice Martinoli,**  
Lausanne VD

Für die Kostenbeteiligung an mein Behinderten-Dreirad möchte ich Ihnen danken! Ich freue mich, nach 25 langen Jahren wieder mit dem Velo der Reuss entlang zu fahren, und vielleicht fahre ich damit auch zur Arbeit, statt im Stau zu stehen. Danke, dass Sie sich für uns Querschnittgelähmte einsetzen.

**Martin Huber,**  
Emmen LU

Ich danke der Schweizer Paraplegiker-Stiftung für das solarbetriebene Verdunkelungsrollo. Im oberen Stockwerk bin ich nun sehr selbstständig und muss nicht mehr meine Mutter für diese Sache rufen.

**Dominik Neuhaus,**  
Safenwil AG



# Wachsam im Halbdunkel

Kristina Schaefers leistet Freiwilligenarbeit: Sie hält Sitznachtwache – und fährt jeweils dankbar nach Hause.



Stundenlang sitzt sie am Bett und beobachtet. Einige Nächte vergehen ohne Auffälligkeiten. Manchmal aber, da muss Kristina Schaefers beruhigen oder um Hilfe rufen – wenn zum Beispiel eine Patientin oder ein Patient versucht, sich Infusionen und Katheter zu ziehen und sich schaden könnte.

Kristina Schaefers hält in Nottwil Sitznachtwache. Dabei ist sie allein, oft mit ihren Gedanken und dem Geräusch der Apparate. Bis zu neun Stunden verbringt sie bei gedämpftem Licht im Zimmer und muss wachsam bleiben. «Ans Halbdunkel gewöhnt man sich», sagt sie. Und wenn in der Nacht ihr Kreislauf herunterfährt, kämpft sie mit Kaffee gegen die Müdigkeit an. Es kommt auch vor, dass Kristina Schaefers längere Zeit am Bett steht und die Hand der betroffenen Person hält. «So kann ich behutsam Vorgänge unterbinden, die nicht sein sollten», sagt sie.

## Ihre Aufgabe ist anspruchsvoll

2018 zog die 61-Jährige mit ihrem Mann in die Schweiz und suchte eine Beschäftigung, die ihr einen flexiblen Alltag ermöglicht. Sie stiess auf die Freiwilligenarbeit des Schweizer Paraplegiker-Zentrums. Rund fünfzig Ehrenamtliche sind hier tätig – in der Bibliothek, beim Spielen, zur Essensein-

gabe, im Besuchsdienst, im Therapiehundeteam oder eben in der Sitzwache, für die immer wieder Personen gesucht werden. Sie werden gebraucht, wenn Patientinnen und Patienten eine Eins-zu-eins-Betreuung benötigen, die nicht vom Nachtpersonal erbracht werden kann.

Kristina Schaefers ist Physiotherapeutin mit zwanzig Jahren Berufserfahrung und fühlte sich angesprochen. Aber wie anspruchsvoll ihre Aufgabe sein wird, konnte sie nicht abschätzen. Sie sagt: «Das kann man nur nachvollziehen, wenn man es selber erlebt hat.» Vor jedem Einsatz hat sie Respekt und fragt sich: «Wer und was erwarten mich?»

## Ein Gefühl der Dankbarkeit

Bei neuen Patientinnen und Patienten verschafft sie sich beim Betreten des Zimmers einen Eindruck. «Ich scanne den Raum», sagt sie. «Wie sieht die Umgebung aus? Haben die Angehörigen Bilder aufgestellt, die Kraft spenden?» Sie möchte erfahren, weshalb die Person im SPZ liegt, wie lange sie bleiben muss und welche Probleme auf sie zukommen. Mit der Nachtwache steht

sie im engen Austausch. Manchmal funktioniert die Kommunikation auch einfach mit dem Daumen nach oben.

Einen Patienten begleitete Kristina Schaefers fünf Monate an drei Nächten pro Woche. Mit einem anderen habe sie vor allem über dessen Beruf geredet. Sie gibt nicht nur, sondern nimmt auch viel mit: «Nach dem Dienst fahre ich jeweils mit dem

Gefühl tiefer Dankbarkeit nach Hause.» Sie realisiert, wie gut es ihr geht. Und wie frei sie ist.

Die Freiwilligenarbeit bereichert ihr Leben, sie bekommt eine hohe Wertschätzung. «Ich höre immer wieder: Schön, dass du da bist. Diese Anerkennung ist toll.» Es gilt nicht als selbstverständlich, dass sie nachts da ist.

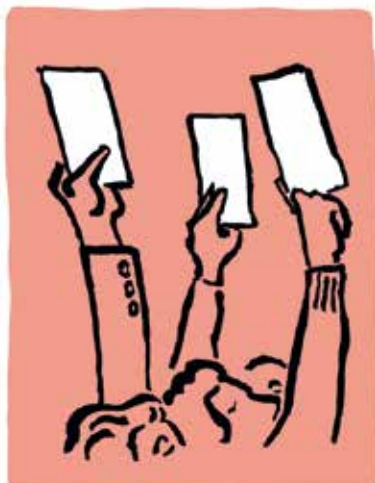
Kristina Schaefers hat keinen festen Einsatzplan, denn sie wünscht eine gewisse Unabhängigkeit. Wann immer sie aber in Nottwil die Nächte an einem Bett verbringt, ist sie erfüllt: «Es tut gut zu wissen: Man wird wirklich gebraucht.»

(pmb / baad) ■

«So kann ich behutsam Vorgänge unterbinden, die nicht sein sollten.»



Freiwilligenarbeit  
im SPZ



## Beschlüsse der Mitgliederversammlung 2022

Aufgrund von Schutzmassnahmen entschied die interne Corona-Task-Force des SPZ, dass die Mitgliederversammlung der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung nicht wie vorgesehen am 20. April in Nottwil durchgeführt werden konnte. Die Beschlüsse wurden auf schriftlichem Weg von den angemeldeten Mitgliedern getroffen. Sie lagen erst nach Redaktionsschluss dieser Ausgabe vor und werden in der Septemerausgabe von «Paraplegie» publiziert. Online sind die Ergebnisse bereits jetzt einsehbar:

 [paraplegie.ch/  
mitgliederversammlung](https://paraplegie.ch/mitgliederversammlung)

### Agenda

27. August, Neuenburg

#### Zentralfest der SPV

Die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV) freut sich, nach den Ausfällen wegen der Corona-Pandemie endlich wieder ein Zentralfest durchführen zu können. Es findet ganztags in Neuenburg statt und ist kombiniert mit der Einfahrt des Rollstuhl-Events «Giro Suisse».

[spv.ch](https://spv.ch)

Im August, Nottwil

#### Spannende Kurse für Ersthelfende

Das Schweizer Institut für Rettungsmedizin (Sirmed) führt im August mehrere Kurse für die breite Öffentlichkeit durch.

11.–12. 8. Ersthelfer Stufe 1 IVR

17. 8. Erste Hilfe Outdoor

31. 8. Traumatraining –  
Rückenmarktrauma

[sirmed.ch/ersthelfer-kurse](https://sirmed.ch/ersthelfer-kurse)

31. August, Olten

#### UK-Symposium 2022

Das 7. UK-Symposium von Active Communication und FHNW fokussiert auf das Thema Unterstützte Kommunikation (UK) bei Erwachsenen.

[uk-symposium.ch](https://uk-symposium.ch)

Vorschau Paraplegie 3/2022

#### Schwerpunkt: Rückenmedizin

Die bestmögliche Behandlung aller Formen von Rückenleiden ist eine der Hauptaufgaben des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) in Nottwil. Das neue Konzept der SPZ-Rückenmedizin verbindet die enge Zusammenarbeit der einzelnen Fachdisziplinen zu einer Einheit, in der die Patientinnen und Patienten die ganze Behandlungsreihe ohne Umwege aus einem Guss und an einem Ort erhalten.

Folgen Sie uns:

 [facebook.com/paraplegie](https://facebook.com/paraplegie)

 [twitter.com/paraplegiker](https://twitter.com/paraplegiker)

 [instagram.com/paraplegie](https://instagram.com/paraplegie)

 [youtube.com/ParaplegikerStiftung](https://youtube.com/ParaplegikerStiftung)

### Impressum

#### Paraplegie (46. Jahrgang)

Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

#### Ausgabe

Juni 2022 / Nr. 182

#### 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*)  
Andrea Zimmermann (*anzi*)  
[redaktion@paraplegie.ch](mailto:redaktion@paraplegie.ch)

#### Fotos

Walter Eggenberger (*we*, *Leitung*)  
Adrian Baer (*baad*), Sabrina Kohler (*kohs*)  
Joel Najer (*najo*), Viviane Speranda (*spvi*)  
Astrid Zimmermann-Boog (*boa*)  
Christoph Läser (*S. 4*), Zen Grisdale (*S. 31*)  
Orlando Gili (*S. 31*)

#### Illustration

Roland Burkart (*S. 34*)  
Doreen Borsutzki (*S. 14–15*)

#### Layout und Gestaltung

Andrea Federer (*feda*, *Leitung*)  
Daniela Erni (*ernd*)

#### 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](mailto:sps@paraplegie.ch)

[www.paraplegie.ch/service-center](https://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](https://paraplegie.ch/mitglied-werden)





# SEMPACHERSEE

## HOTEL

# Gastgeber aus Leidenschaft.

Eines der führenden Conference Hotels der Schweiz.

150 komfortable Hotelzimmer, davon 74 barrierefrei  
40 Veranstaltungsräume mit bis zu 600m<sup>2</sup> und 600 Gästen

2 Restaurants, 1 Bar und 1 Kaffee-Bar

Vielfältige In- und Outdoor-Sportmöglichkeiten

Nur 15 Minuten von Luzern



## SEMINARE EVENTS GENUSS

Hotel Sempachersee Guido A. Zäch Strasse 2 6207 Nottwil

T +41 41 939 23 23 info@hotelsempachersee.ch www.hotelsempachersee.ch

Ein Unternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung





Schweizer  
Paraplegiker  
Stiftung

**MECHANIKER  
AUS LEIDENSCHAFT.  
DANK IHRER SPENDE.**

Ihre Spende bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung ermöglicht über 60 % der querschnittgelähmten Menschen, ins Berufsleben zurückzukehren. Danke für Ihre Solidarität.  
[paraplegie.ch](http://paraplegie.ch)