

paraplegie

Das Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung



Neue Höhenflüge als Jurist
Matthias Lötscher verunfallte beim Skispringen

Rücken-Dossier | Nottwiler Bauprojekt | Ursulina Hermann

ENTDECKEN SIE IHR ANGEBOT!

Spüren Sie ein angenehmes Gefühl von der Frische mit dieser Bluse! Märchenhaft verziert mit Makramee-Spitze und feinen Zierbiesen, mit offenem Offizierskragen, 3/4 Ärmel und Brustabnähern. Sie hat alles, um Ihnen zu gefallen.

DAMART
Designer und Hersteller
seit 1953

BESTICKTE BLUSE AUS REINER BAUMWOLLE

Jetzt schon ab

Fr. **24.95**

HALBER PREIS

SIE SPAREN Fr. 24.95!

Grössen
36 ▶ 56

Maschinenwaschbar.
Länge ca. 64 cm.

Erika



**GRATIS
VERSAND**

Sie sparen zusätzlich Fr. 6.95!



**GRATIS
HAUPTKATALOG**

Entdecken Sie 252 Seiten
mit toller Mode und mehr als
60 Jahre textile Kompetenz.

DAMART



4

Farben
zur Auswahl

Erika

Blaugrau

Elfenbein

Taupe

BESTELLEN SIE GLEICH HEUTE

WICHTIG: Bitte vollständig ausfüllen, sonst kann Ihre Bestellung nicht bearbeitet werden.

⁽¹⁾ Frau Herr ⁽¹⁾ Bitte ankreuzen und in Grossbuchstaben schreiben.

B4781

Vorteilscode

Name Vorname

Strasse+Hausnr.

PLZ Ort

Ihre Grösse:

36, 38, 40
42, 44, 46, 48
50, 52, 54, 56

Vorher:

~~Fr. 49.90~~
~~Fr. 54.90~~
~~Fr. 59.90~~

Jetzt nur:

Fr. 24.95
Fr. 27.45
Fr. 29.95

Sie sparen Fr. 24.95!
Sie sparen Fr. 27.45!
Sie sparen Fr. 29.95!

Farbe	Bestellnr.	Grösse	Menge	Einzelpreis	Gesamt
Erika	87086.049				
Blaugrau	87086.050				
Elfenbein	87086.025				
Taupe	87086.037				

Anteil Porto, Versicherung und Versandkosten ~~Fr. 6.95~~

GRATIS
Gesamt:

Als Mitglied des Verbandes des Schweizerischen Versandhandels (VSV) verpflichtet sich Damart Swiss AG, den Ehrencodex einzuhalten, der Ihnen einen seriösen Einkauf garantiert. Jeder einzelne Artikel unterliegt strengsten Qualitätskontrollen. Sie kaufen auf Probe mit Rückgabe- und Umtauschrecht innerhalb 10 Tagen, sollte ein Modell nicht voll und ganz Ihren Erwartungen entsprechen.

Bitte senden an: **DAMART** - Postfach - 9029 St. Gallen

Profitieren Sie gleich von diesem Entdeckungsangebot mit Ihrem Vorteilscode B4781:

Tel.: 071 274 68 60

www.damart.ch

Damart Swiss AG, Postfach, 9029 St. Gallen

Fax: 071 274 68 63

Liebe Gönnerinnen und Gönner

Das Jahr 2015 ist nicht nur für die Schweiz mit dem Gedenken an Morgarten, Margnano oder an den Wiener Kongress ein geschichtsträchtiges Jahr, sondern auch für die Schweizer Paraplegiker-Gruppe: Die Paraplegiker-Stiftung feiert dieses Jahr ihren 40. Geburtstag, das Paraplegiker-Zentrum in Nottwil wird 25-jährig, die Gönner-Vereinigung 35-jährig sowie die Paraplegiker-Forschung 15-jährig. Und der Gründer und Ehrenpräsident Dr. Guido A. Zäch kann dieses Jahr ebenfalls einen runden Geburtstag feiern. Diese Ereignisse werden uns im Laufe des Jahres verschiedentlich Gelegenheit geben, auf das Erreichte zurückzublicken und Bilanz zu ziehen.

Für die Schweizer Paraplegiker-Stiftung mit ihren Tochtergesellschaften und Partnerorganisationen sind die verschiedenen Jubiläen jedoch kein Grund zum Ausruhen. Im Bewusstsein, dass ein Leistungserbringer im Gesundheitswesen nur bestehen kann, wenn er sich den neuen Entwicklungen der Medizin und den veränderten Ansprüchen der Leistungsbezüger stellt, hat der Stiftungsrat die Planung für eine Erneuerung und einen moderaten Ausbau der Klinik in Auftrag gegeben. Damit soll sichergestellt werden, dass die Klinik auch in den nächsten 25 Jahren Leistungen für die Querschnittgelähmten auf hohem Niveau erbringen kann. Zudem sollen im Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkszentrum, in Kooperation mit dem Luzerner Kantonsspital, auch nicht querschnittgelähmte Patienten vom Know-how der Spezialklinik profitieren können. Modernisierung, Innovation, Kooperation: Dies sind Schlüsselbegriffe, um unseren Kernauftrag, nämlich die bestmögliche Behandlung von Querschnittgelähmten, auch in Zukunft erfüllen zu können.



Die bevorstehenden Jubiläen veranlassen uns somit nicht zum Ausruhen und Zurücklehnen, sondern sie werden uns vielmehr für die weitere Arbeit motivieren, weil der Blick auf das bisher Erreichte zeigt, dass sich der Einsatz lohnt.

Dr. iur. Joseph Hofstetter
Direktor Schweizer Paraplegiker-Stiftung

IMPRESSUM: Paraplegie. Das Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, www.paraplegie.ch 39. Jahrgang | **Ausgabe:** März 2015/Nr. 153 | **Erscheinungsweise:** vierteljährlich in Deutsch, Französisch und Italienisch | **Gesamtauflage:** 954490 Exemplare | **Auflage Deutsch:** 855631 Exemplare | **Copyright:** Abdruck nur mit Genehmigung der Herausgeberin und der Redaktion.

Herausgeberin: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil, sps@paraplegie.ch | **Verantwortlich:** Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Corporate Communications, 6207 Nottwil | **Redaktion:** Manuela Vonwil (Leitung), Mathias Haehl, redaktion@paraplegie.ch | **Bild:** Walter Eggenberger, Beatrice Felder, Astrid Zimmermann-Boog | **Layout/Vorstufe:** Regina Lips, Karin Distel, Michael Kling | **Anzeigen:** Fachmedien Axel Springer Schweiz AG, 8021 Zürich, info@fachmedien.ch | **Vorstufe/Druck:** Swissprinters AG, 4800 Zofingen

Treppenlifte

Heute
bestellt -
Morgen
geliefert!



Offizieller Partner des
Spitex-Verbandes der Schweiz

Die grösste Auswahl · Schweizweit

Beratung und Service in Ihrer Nähe

Zentralschweiz:	041 854 20 10
BE, SO, BL, BS:	033 345 22 42
Ostschweiz:	071 460 13 36
Westschweiz:	021 793 18 56
Tessin:	091 604 54 59



Rigert AG · Treppenlifte
6405 Immensee SZ
T 041 854 20 10 · www.rigert.ch



Landi

Mobil

www.landi.ch

Freiheit und Lebensqualität

1995.-

Elektrofahrrad HS-559 27203



**Inklusive 3 Jahre
Garantie**

Akku 1 Jahr

**Inklusive 1 Jahr
Mobilitätsversicherung**



2850.-

Elektrofahrrad HS-898 27204

Dauertiefpreise



6 NEWS

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum wird im Sommer zu «dem» Treffpunkt für internationale Athleten und Sportfans: Die UCI Para-cycling Strassen-Weltmeisterschaft verspricht spektakuläre Rennen und ein sportliches Volksfest in Nottwil.

10 PORTRÄT

Einst flog Matthias Lötscher über die Skischanzen. Heute sorgt er beruflich und privat für Höhenflüge: Als Jurist und Rollstuhlfahrer will er sich für Benachteiligte einsetzen. Moral tankt der Querschnittgelähmte aus Marbach bei Kasperli.



14 REPORTAGE «Operation Rücken – ein Querschnitt»

Die Wirbelsäulenspezialisten des Schweizer Paraplegiker-Zentrums und des Luzerner Kantonsspitals behandeln alle Arten von Rücken-erkrankungen und -verletzungen. Das machen sie seit sieben Jahren vereint als «Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkzentrum». Ihr gebündeltes Wissen zahlt sich für querschnittgelähmte und Fussgänger-Patienten gleichermaßen aus.

22 ZUR SACHE

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum schreibt seine Erfolgsgeschichte weiter. Die vor 25 Jahren eröffnete Spezialklinik wird vergrössert und erneuert. Am 1. Oktober ist Spatenstich.

28 MOSAIK

Wo Menschen sich für eine gemeinsame Sache einsetzen, bringen sie Ausserordentliches zustande. Sie bewirken mit Spendenaktionen eindrucksvolle Solidarität. Oder erreichen höchste Auszeichnungen – so geschehen im Schweizer Paraplegiker-Zentrum.



32 MEIN TAG IM ROLLSTUHL

Ursulina Hermann ist eine glückliche Mutter im Rollstuhl. Baby Joël ist nicht nur Mittelpunkt ihres Lebens – sondern ihr kleiner Filmstar.

34 FINALE

Ansichten zum Thema «Innovativer Tourismus» von Martin Senn.

Homöopathie für Querschnittgelähmte

Anfang Jahr wurde zusammen mit der «SHI Homöopathische Praxis» in Zug ein Konsiliardienst für die homöopathische Behandlung am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil eingerichtet. «Das ist eine wichtige Erweiterung unseres umfassenden Behandlungsspektrums, insbesondere bei chronischen Gesundheitsstörungen», ist Prof. Dr. med. Jürgen Pannek, Chefarzt Neuro-Urologie am SPZ, überzeugt. Der Facharzt hat bereits sehr gute Erfahrungen gemacht in der Behandlung und Vorbeugung von Harnwegsinfekten bei querschnittgelähmten Patienten. Homöopathie kann zudem bei Wundliegen, Sexualstörungen, Infektneigung oder psychischer Verstimmung eingesetzt werden; bei gesundheitlichen Problemen also, die Querschnittgelähmten oftmals besonders zu schaffen machen. Die Nachfrage nach dieser komplementär-medizinischen Dienstleistung wird bis Juni 2015 beobachtet. Stösst sie von Patientenseite auf Interesse, wird das Angebot weitergeführt. Die Kosten der sechsmonatigen Pilotphase trägt die Dr. B. K. Bose-Stiftung.



Weitere Trophäe für Marcel Hug

Drei grossartige Behindertensportler – die Leichtathleten Manuela Schär und Marcel Hug sowie der Skifahrer Christoph Kunz – waren nominiert für die Credit Suisse Sports Awards 2014. Zu den Gewinnern zählte am 14. Dezember, neben Roger Federer, Dominique Gisin und weiteren, der 29-jährige Marcel Hug. Freudig nahm der bereits zweifache «Behindertensportler des Jahres» die wichtige Trophäe im Schweizer Sport entgegen. Den Preis hat

er sich mit ausserordentlichen Leistungen verdient: Ein Jahr nach seinem Fünffach-Triumph an der WM erkämpfte sich der Neuenkircher letzten Sommer an der Leichtathletik-Europameisterschaft in Swansea (Wales) drei goldene Medaillen (über 800, 1500 und 5000 Meter). Dank dieser drei Titel gewann Marcel Hug den Sports Award nach 2011 und 2013 zum dritten Mal.

Laufen für alle, die nicht laufen können

Am 3. Mai fällt der Startschuss für den zweiten Wings for Life World Run. Austragungsort in der Schweiz ist erneut Olten. Die Teilnehmer dieser Wohltätigkeitsveranstaltung laufen um Schlag 13.00 Uhr Schweizer Zeit gleichzeitig in mehr als 35 verschiedenen Orten auf sechs Kontinenten los. Ob trainiert oder Anfänger, der Wings for Life World Run steht allen Interessierten offen. Läufer und Rollstuhlfahrer starten bei diesem Rennen Seite an Seite. Als Ambassadoren in der Schweiz dabei sind beispielsweise Ronny Keller, Viktor Röthlin, Marc Ristori und Gian Simmen.

Der Wettkampf wartet mit einem neuartigen Format auf: 30 Minuten nach dem Start nimmt ein sogenannter «Catcher Car» Jagd auf die Teilnehmer auf. Das Verfolgerauto steigert dabei in festgelegten Intervallen seine Geschwindigkeit und fungiert so als «fahrende Ziellinie». Der Lauf ist zu Ende, wenn der letzte Teilnehmer eingeholt wurde. Der weltweit letzte verbleibende Teilnehmer wird zum globalen Champion des Wings for Life World Run gekürt.

Der Wings for Life World Run wurde zur Unterstützung der Non-Profit-Organisation Wings for Life ins Leben gerufen. Die Stiftung fördert weltweit Projekte im Bereich Rückenmarkforschung. Sämtliche Start- sowie Sponsorengelder fliessen direkt in die Forschung. Im Jahr 2014 kamen so mehr als 3 Millionen Euro zusammen.

Anmeldung unter
www.wingsforlifeworldrun.com



Maurin Bisig/Red Bull Content Pool



Die WM am Nottwiler Berg



Die UCI Para-cycling Strassen-Weltmeisterschaft 2015 soll ein sportliches Volksfest werden. Unter dem Motto «Sport neu entdecken» kämpfen diesen Sommer in Nottwil mehr als 350 Athleten aus aller Welt um Medaillen. Der Start-Ziel-Bereich befindet sich auf der Leichtathletikbahn des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ), wo auch die Anlässe für das Publikum stattfinden.

Text: Evelyn Schmid | Fotos: Eric Schmid, ZVG

Am 29. Juli wird die WM in der Sport Arena Nottwil des Schweizer Paraplegiker-Zentrums mit dem Staffelfahren der Handbiker eröffnet. In dieser Disziplin gewann das Schweizer Team im letzten Jahr die Bronzemedaille. Es folgen Strassenrennen und Zeitfahren. Gestartet wird in den Kategorien Handbike (Rollstuhlfahrer), Stehende (Amputierte), Tandem (Sehbehinderte) und Dreirad (cerebral Gelähmte). Die Schweiz feierte in der Vergangenheit insbesondere in der Kategorie Handbike grosse Erfolge. Die Erwartungen an die Schweizer sind für die Heim-WM dementsprechend hoch. Gleichzeitig sind die Rennen in Nottwil auch eine Chance, eine neue, junge Generation zu motivieren, voll in den Leistungssport einzusteigen. Gemäss Nationaltrainer René Savary hat die Streckenführung auf den Nottwiler Berg einen grossen Vorteil für viele der Schweizer Handbiker: «Unsere Athleten sind eher «Berggeissen». Routen mit teils schweren Aufstiegen und technischen Abfahrten kommen unseren tendenziell leichtgewichtigen Fahrern entgegen, in flacheren Rennen haben eher athletisch-bullige Sportler Vorteile.» Er rechnet wie schon in den Vorjahren mit einigen Medaillen. Topathleten wie Sandra Graf, Heinz Frei, Jean-Marc Berset, Tobias Fankhauser oder Lukas Weber haben beste Aussichten und bereiten sich mit grossem

Einsatz auf die Rennen vor. Die Wettkämpfe sind aber auch ein Etappenziel für noch Grösseres: Die WM ist ein Gradmesser für die Paralympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro. Dieses Fernziel haben einige Nachwuchsathleten im Kopf, wenn sie versuchen, vor heimischem Publikum ihre Leistungsgrenzen auszuloten und internationale Wettkampfroutine aufzubauen.

Nicht nur für Sportfreunde

Neben den spannenden Rennen gibt es in der Sport Arena Nottwil Konzerte, ein Kinderparadies mit Hüpfburgen und Streichelzoo sowie ein reichhaltiges Unterhaltungsprogramm, moderiert von Lokalmatador Sascha Ruefer (Foto). Auf die Schlagernacht mit Francine Jordi (Foto), Oesch die Dritten und Nik P. folgt eine stimmungsvolle 1.-August-Feier zum Nationalfeiertag. Für einmal wird das Schweizer Paraplegiker-Zentrum also zum Volksfestgelände, auf dem sich Athleten, Patienten, Sportfans und die Bevölkerung treffen, um gemeinsam den Sport neu zu entdecken.

Kommen auch Sie vorbei und feuern das Schweizer Team zu Bestleistungen an. Das detaillierte Renn- und Rahmenprogramm finden Sie auf www.wm-paracycling2015.ch.



Veranstalter



Patronat



Integrationspartner



Medical Device Partner



Mobilitätspartner



Institutionelle Partner



Erfrischend gute Unterhaltung!



Schweizer Illustrierte inkl. SI Style Jahresabo für nur Fr. **227.-** statt Fr. 313.80 im Einzelverkauf*
Ihr Geschenk: 50 Franken Migros Geschenkkarte

GlücksPost Jahresabo für nur Fr. **169.-** statt Fr. 202.80 im Einzelverkauf*
Ihr Geschenk: 50 Franken Migros Geschenkkarte

* Einzelverkauf Schweizer Illustrierte Fr. 4.90, SI Style Fr. 5.90 und GlücksPost Fr. 3.90

Jahresabos mit Geschenk im Wert von Fr. 50.-

Bitte gewünschtes Abo ankreuzen:

- | | | |
|--|--|----------|
| | <input type="checkbox"/> Jahresabo Schweizer Illustrierte (52x) + 10x SI Style für nur Fr. 227.- statt Fr. 313.80 (Einzelverkauf*) – Ihr Geschenk: Migros Geschenkkarte im Wert von Fr. 50.-! | 60013906 |
| | <input type="checkbox"/> Schnupperabo Schweizer Illustrierte (10x) + 2x SI Style für nur Fr. 25.- statt Fr. 60.80 (Einzelverkauf*) | |
| | <input type="checkbox"/> Jahresabo GlücksPost (52x) für nur Fr. 169.- statt Fr. 202.80 (Einzelverkauf*) – Ihr Geschenk: Migros Geschenkkarte im Wert von Fr. 50.-! | 60013907 |
| | <input type="checkbox"/> Schnupperabo GlücksPost (12x) für nur Fr. 25.- statt Fr. 46.80 (Einzelverkauf*) | |

Name Vorname

Strasse/Nr. PLZ/Ort

Telefon Geburtsdatum

E-Mail

Ja, ich bin damit einverstanden, dass Ringier AG mich künftig via E-Mail über weitere interessante Angebote informiert.
 Gilt nur für NeuabonnentInnen in der Schweiz bis 31.7.2015 (Preise inkl. MwSt. und Versandkosten).

Bitte ausfüllen und einsenden oder faxen an: Ringier AG, Leserservice, Postfach, 4801 Zofingen, Fax 062 746 35 71. Oder bestellen Sie Ihr Abo jetzt bequem auf www.online-kiosk.ch



Ihr Geschenk!



Vorbilder im Rollstuhl.

Die «Querschnittgelähmten des Jahres 2014» Monika Geesing-Beck und Hansruedi Fitze, umrahmt von Jurymitgliedern Heinz Frei (links) und Daniel Joggi (rechts).

Aussergewöhnliches geleistet

Zum 22. Mal ehrte die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) Ende des vergangenen Jahres zwei Menschen im Rollstuhl für besondere Lebensleistungen. Eine fünfköpfige Jury vergab die Auszeichnung «Querschnittgelähmte des Jahres 2014» an Monika Geesing-Beck (Zwingen BL) und Hansruedi Fitze (Bülach ZH).

Willensstark und kämpferisch

Die Auszeichnungen gingen an zwei Persönlichkeiten, die mit grosser Hartnäckigkeit ihre Ziele verfolgen, Rück- und Schicksalsschlägen die Stirn bietend.

«Pack es an, es kommt wieder gut» lautet Monika Geesing-Becks Leitspruch. Die 48-Jährige weiss, wovon sie spricht. 17-jährig machte sie ein fataler Autounfall zur Paraplegikerin. Sie liess sich nicht unterkriegen, nahm nach Abschluss der Rehabilitation die Ausbildung zur Elektronikmonteurin in Angriff und schloss sich dem Basketballteam eines Rollstuhlclubs an. Monika Geesing-Beck traf ihren Traummann Pete, heiratete und wurde Mutter von Zwillingen. Willensstark überwand die zierlich wirkende Frau 2009 den zusätzlichen Schock der Brustkrebsdiagnose. Die Mutter von mittlerweile fast volljährigen Söhnen ist heute hauptberuflich Hausfrau. Sie arbeitet weiterhin hart an den Herausforderungen, welche das Leben im Rollstuhl täglich bringt. «Monika Geesing-Beck hat ihre neue Identität vorbildlich und mit viel innerer Kraft angenommen. Sie hat ihre Zuversicht, ihr Lachen und ihre

humorvolle Art wieder gewonnen», ist Heinz Frei, Präsident der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung in seiner Laudatio von der starken Frau beeindruckt.

Auch Hansruedi Fitze kämpft seit Oktober 1992, seit seinem verhängnisvollen Sturz aus sieben Metern Höhe, um jedes Stück Selbstständigkeit. Der damals 41-jährige Dachdecker wusste nicht, wie er die eigene Firma weiterführen und seine fünfköpfige Familie ernähren soll. Der Tetraplegiker hat nicht aufgegeben, trainierte hart und machte rasch Fortschritte in der Rehabilitation. Ebenso ehrgeizig widmete er sich später dem Rollstuhlsport und gründete die Rugby-Mannschaft Catch ups (heute Blue White Eagles). Fünfmal wurde sein Team Schweizer Meister. Hansruedi Fitze selber war 1998 Weltmeister im 4x400-Meter-Rennrollstuhllennen. Seine Firma, inzwischen eine Aktiengesellschaft, blieb sein «Arbeitgeber». Dann ein weiterer Schicksalsschlag: Vor sieben Jahren musste er den Krebstod seines 23-jährigen Sohnes hinnehmen; einmal mehr gaben ihm seine Familie und besonders seine Frau Inge Halt. «Diese Auszeichnung müsste eigentlich meine Frau bekommen», verrät der 63-Jährige, heute Grossvater dreier Enkel.

Agenda

25. März

Autorenlesung mit Christoph Ransmayr
SPZ Nottwil, Bibliothek im Gebäude GZI

28. März

Rollivision – Messe für Rollstuhlfahrer
SPZ Nottwil

15. April

Mitglieder-Versammlung der Gönner-Vereinigung der SPS, Nottwil

26. April

IPC Weltmeisterschaften Leichtathletik Marathon, London (England)

29.–31. Mai

«ParAthletics 2015» IPC Athletics Grand Prix, Nottwil

29. Mai

10. Nottwiler Wundforum SKINTACT
SPZ Nottwil (www.paracademy.ch)

13.–16. Juni

UCI Para-cycling Weltcup, Yverdon

21. Juni

Int. Rollstuhlmarathon & Para-cycling Strassenrennen, Oensingen

28. Juli–2. August

UCI Para-cycling Strassen-Weltmeisterschaft, Nottwil



«Wer aufgibt, hat verloren»

Matthias Lötscher aus Marbach (LU) war bekannt für seine Höhenflüge als Sportler. Bis er beim Skispringen abstürzte. Der Willensmensch rappelte sich wieder auf. Als Jurist lernt er derzeit für sein Anwaltspatent. Und Kasperli ist für seine Moral zuständig.

Text: Mathias Haehl | Fotos: Astrid Zimmermann-Boog

Wenn Matthias Lötscher durch die hohen Gänge der Universität Luzern fährt, erstaunt, wie fix der junge Mann unterwegs ist. Er übernimmt die Führung, grüsst freundlich ein paar Mitstudenten und kurvt elegant zwischen den Bücherregalen der Bibliothek. Der 28-Jährige ist ein «Alpha-Tier», eine Leaderfigur. Vorab eine mit guten Manieren, die stets fragt, ob es recht

sei, wenn er vorausrolle. Solche Sitten hat er sich als Teamplayer in seiner Zeit als Spitzensportler angewöhnt.

Der einst sehr talentierte Skispringer war immer bereit, an seine Grenzen zu gehen. Bis er dann entgegen seines unguuten Bauchgefühls beim Ausloten der Limiten förmlich übers Ziel hinausflog. Der Hoffnungsträger der Schweizer Nordisch-Kombinierer stürzte am

17. Juni 2005 beim Skisprung-Sommertraining auf der Schanze von Kandersteg (BE) ab – just zwei Jahre vor seiner Matura. «Ich erinnere mich in allen Details, als wäre es erst gestern passiert: Es wurde plötzlich dunkel. Ich fühlte mich wie ein Flugobjekt, das wehrlos durch die Luft geschleudert wird und dann in tausend Stücke zerschellt. Ich war hilflos, wollte allein sein und einfach nur noch weinen.»



1



2

1 Wohlfühlen. Matthias Lötscher (zweiter von links) ist gerne im Kreise seiner Familie. In der guten Stube geniesst er mit Mutter Judith, Vater Fritz und Bruder Ivan ein Fondue.

2 Darüberstehen. Der ehemalige Skispringer hat den schweren Sturz verarbeitet und kann heute sogar vor der Marbacher Schanze posieren.

Höhenflüge im Job

Diese Emotionen sind längst vorbei. Heute kann Matthias Lötscher ohne Verbitterung oder Angst wieder vor der Sprungschanze in seinem Geburtsort Marbach (LU) für die Fotografin posieren. Ohne Wehmut sagt er: «Fliegen, einfach zu fliegen – das ist es, was ich von meinem alten Leben am meisten vermisse.» Sein neues, mittlerweile zehn Jahre dauerndes Leben als Mann mit Querschnittslähmung ist keines mehr mit weiten Skisprüngen. Auf Höhenflügen fühlt sich Matthias Lötscher seit längerem im Job. «Ich liebe die Juristerei.» Mit grossem Fleiss hat er sein Studium an den Universitäten in Bern und Luzern abgeschlossen.

Matthias Lötscher ist der Schweizer Paraplegiker-Stiftung für die finanzielle Unterstützung sehr dankbar: Sie half dem jungen Mann beim Wohnungsumbau und beim

Studium. «Ohne die grosszügige Hilfe wäre ich nicht, wo ich heute stehe.» Derzeit lernt er für sein Anwaltspatent. Dabei erlebt er sein Umfeld als sehr hilfsbereit: «Familie, Freunde und Professoren geben mir nicht das Gefühl, dass ich handicapiert bin. Sie glauben an mich und an meine Fähigkeiten.» Er zitiert gerne den indischen Freiheitskämpfer Mahatma Gandhi: «Stärke wächst nicht aus körperlicher Kraft – sondern aus unbeugsamem Willen.»

Wille und Zielstrebigkeit halfen Matthias Lötscher, er hatte dabei Durchhaltevermögen bewiesen, Enttäuschungen hinter sich gelassen und stets einen Neuanfang gewagt. So auch während der Rehabilitationszeit im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil. Tagelang lag der inkomplette Tetraplegiker, dessen Rückenmark nicht ganz durchtrennt ist und ihm noch reduzierte

Bewegungen mit den Armen erlaubt, im Bett. Er wurde durch die weiträumige Spezialklinik zu Therapien gefahren, ihm war regelrecht bange, weil er sich verloren und auf Hilfe angewiesen fühlte. Das legte sich bald: «Ich erfuhr tolle Betreuung und durfte vom unglaublich breiten und professionellen Angebot profitieren. Das erste Mal im Rollstuhl zu sitzen war wie Schweben.» Es war ein Moment des Aufbruchs.

Maturaarbeit als Buch erschienen

Der vife junge Mann las sich in die medizinischen Aspekte der Querschnittslähmung ein und reflektierte viel in Nottwil. Er liess sein Leben Revue passieren. Heute weiss er: «Ich stemmte mich vorerst dagegen an, für immer im Rollstuhl zu sitzen. Im SPZ hatte ich das härteste Training meines Lebens – es war ein sehr erfolgreiches.» Er fasste Mut

«Fliegen, einfach zu fliegen – das ist es, was ich am meisten vermisse.»

und beschrieb den Übergang vom Fussgänger zum Rollstuhlfahrer in seiner Maturaarbeit «(In)komplett»; sie kam als Buch heraus und gewann den Luzerner Religionspreis.

Mut zu Neuem fasste Matthias Lötscher auch im Sport. Schon in Nottwil begann er Rollstuhl-Rugby zu trainieren: eine in Kanada entwickelte Mannschaftssportart für Athleten, die an mindestens drei Gliedmassen beeinträchtigt sind. Mit Handschuhen und in geschützten Rollstühlen kämpft man um den Ball. Matthias Lötscher erklärt mit einem Lächeln: «Das knallt ganz schön!» Er setzte sich auch in diesem Sport durch, der ihm neue Türen eröffnete: Mit dem früheren Nationalteam durfte er mehrfach in die USA zu Wettkämpfen reisen.

Nachdiplomstudium in den USA

Was Matthias Lötscher vor allem beeindruckte: «Wie selbstverständlich und vorbildlich in Nordamerika fast alle Gebäude rollstuhlgängig sind.» Deshalb lernte er vier Monate in Portland im US-Staat Oregon Englisch. Er kommt ins Schwärmen über seine damalige Wahlheimat: Der öffentliche Verkehr war bestens organisiert und rollstuhlgängig; zu jeder Institution, sei es Museum,



3

Kino, Restaurant oder Bar, hatte er ohne Unterstützung Zugang. Gerne möchte er in Zukunft noch ein Nachdiplomstudium anfügen, am liebsten wieder in den USA: Privatrecht oder Wirtschaftsrecht, und dazu sein Englisch erneut verbessern.

Wer Matthias Lötscher zuhört, fühlt sich an Roger Federer erinnert; er spricht freundlich und positiv, wie der Basler Gentleman.

Bei der Diskussion über den Tennisstar geht ein Leuchten über das Gesicht des Luzerners. «Federer ist mir ein grosses Vorbild, denn er ist nicht nur ein herausragender Sportler, sondern auch einer, der teilt und sich für Benachteiligte im Süden Afrikas einsetzt. Zudem ist er ein guter Botschafter für die Schweiz.»

Botschafter im Rollstuhl

Botschafter für Menschen im Rollstuhl möchte Matthias Lötscher sein. Er will Verständnis schaffen und hält Vorträge vor Schulklassen oder in Nottwil an Weiterbildungen. Denn auch er hatte als Fussgänger gegenüber Menschen im Rollstuhl grossen Respekt und viele Berührungängste gehabt. «Als Anwalt möchte ich mich für Menschen in schwierigen Situationen einsetzen und speziell dafür kämpfen, dass Menschen mit Behinderung eine möglichst unkomplizierte Integration erlangen – das war nach dem Unfall mein Wunsch.» Als Mensch im Rollstuhl trifft er immer wieder auf verunsicherte Leute, die sich von Behinderten distanzieren. Matthias Lötscher ist bescheiden geblieben: «Der Unfall hat mir neue Perspektiven



4



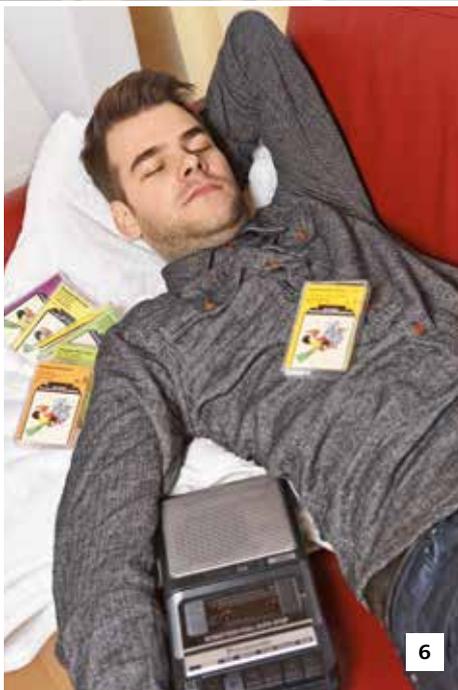
5

gezeigt, die ich sonst nicht wahrgenommen hätte. Es ging mir vorher gut – und es geht mir heute gut. Und so möchte ich auch in Zukunft sein dürfen.»

Vieles, was er liest, relativiert sein Befinden. Etwa der Roman «Koala», eine persönliche Schicksalsgeschichte des Schweizer Autors Lukas Bärfuss, oder täglich die Neue Zürcher Zeitung. Matthias Löttscher erklärt: «Wenn ich die Zeitungen aufschlage, dann lese ich von wirklichen Problemen, wie Ebola oder das Elend in kriegführenden Staaten. Dagegen sind meine und viele Schweizer Probleme doch wirklich fast belanglos.» Deshalb hat er sich vorgenommen, das Beste aus seiner Situation zu machen: Sein Glück zu finden und Vorbild für andere zu sein. «Ich möchte kein Mitleid erregen. Mein Dasein ist auch im Rollstuhl lebenswert. Denn nur wer aufgibt, der hat verloren.»

Positive Einstellung und Ehrgeiz

Matthias Löttscher pflegt vielseitige soziale Kontakte. Seine ehemaligen Schulfreunde Nick Schwery, Fabian Christener und Stefan Breit sind ab und an bei ihm zu Gast,



6

um gemeinsam zu kochen. Auch die Familie in Marbach besucht er regelmässig. Vater Fritz, selber einst ein leidenschaftlicher Langläufer, arbeitet heute als Gemeindepräsident von Escholzmatt-Marbach sowie für die Unesco Biosphäre Entlebuch. Er ist stolz auf seinen Sohn: «Matthias hat eine positive

3 Durchblicken. Matthias Löttscher will alles genau wissen. In der Bibliothek der Luzerner Universität lernt er für sein Anwaltspatent.

4 Weiterbilden. Lektüre hilft Matthias Löttscher, die Welt besser zu verstehen.

5 Selbermachen. Mit seinen Schulfreunden Fabian Christener, Stefan Breit und Nick Schwery (von links) kocht er ab und zu.

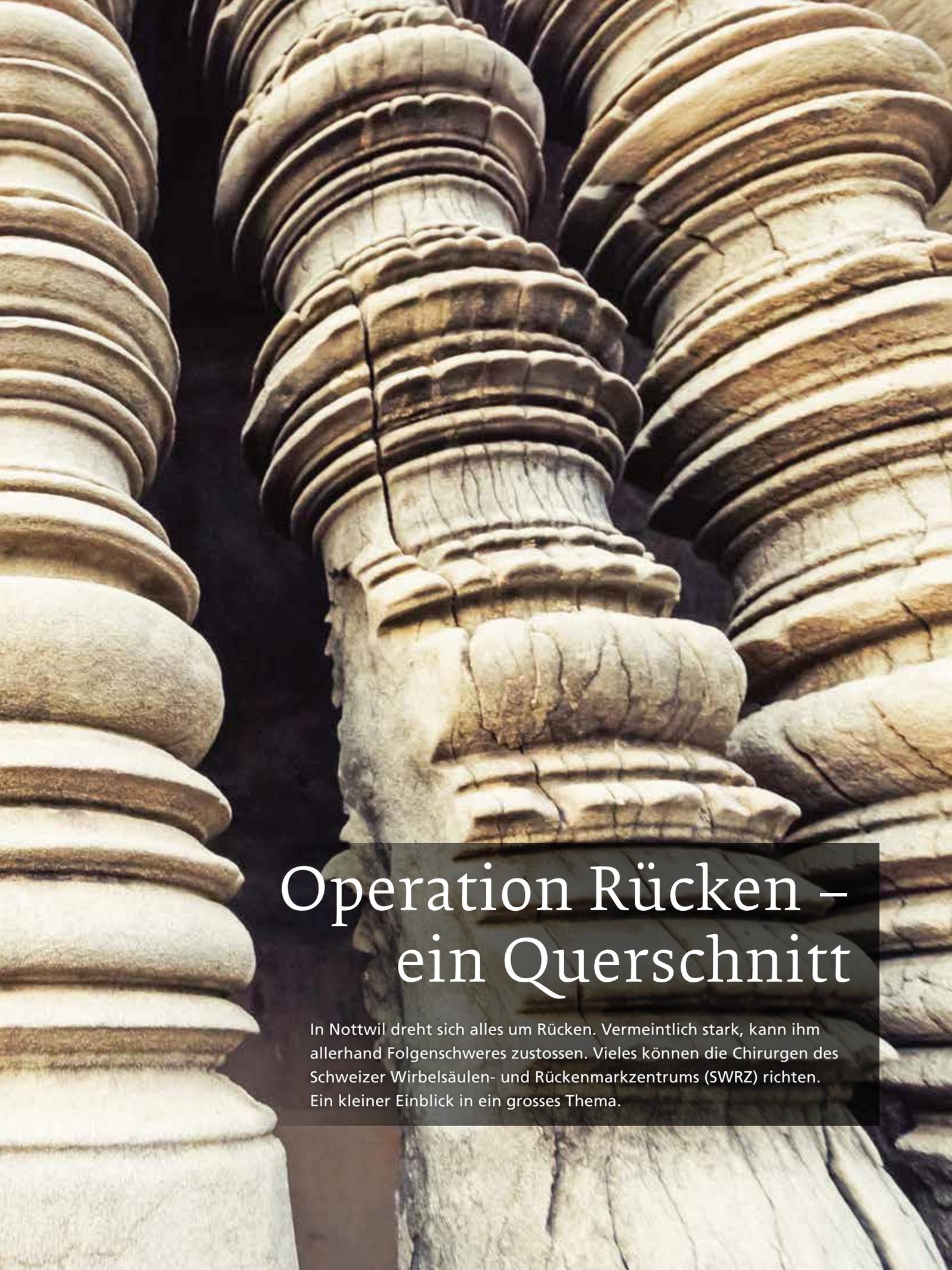
6 Kraftsammeln. Kasperli-Kassetten sind beim Einschlafen spitzbübsch-moralische Motivation.

Einstellung – und er haderte nicht lange mit seinem Schicksal.» Auch seine Brüder, Arzt Fabian und Gärtner Ivan, trifft Matthias Löttscher oft. Ivan sagt: «Ich bewundere am meisten Matthias' Ehrgeiz. Ich weiss nicht, ob ich so gut mit seinem Leben zurechtkäme.»

Wichtig: Lausbub bleiben

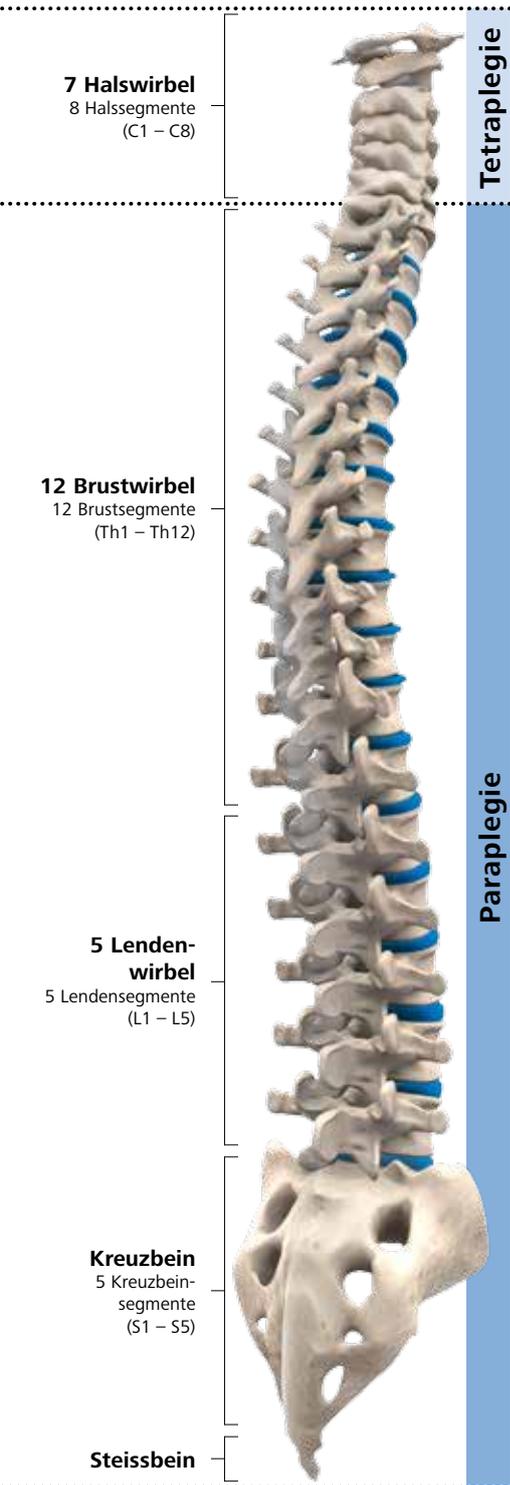
Regeneration ist Matthias Löttscher sehr wichtig, deshalb schläft er mindestens acht Stunden pro Nacht, um konzentriert sein Tagwerk anzugehen. Er hat ein Ritual aus Kindertagen in seine Erwachsenenwelt mitgenommen: einschlafen zu Kasperli-Kassetten. «Da wird mir verspielt erzählt, wie ich tugendhaft sein kann. Und wie man es zu etwas bringt, wenn man hartnäckig dranbleibt. In den 22 verschiedenen Kasperli-Abenteuern erfahre ich immer wieder aufs Neue, dass es auch wichtig ist, ein frecher und gewitzter Lausbub zu sein. Mit dieser Gewissheit finde ich jeweils wunderbar erholsamen Schlaf.»





Operation Rücken – ein Querschnitt

In Nottwil dreht sich alles um Rücken. Vermeintlich stark, kann ihm allerhand Folgeschweres zustossen. Vieles können die Chirurgen des Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkszentrums (SWRZ) richten. Ein kleiner Einblick in ein grosses Thema.

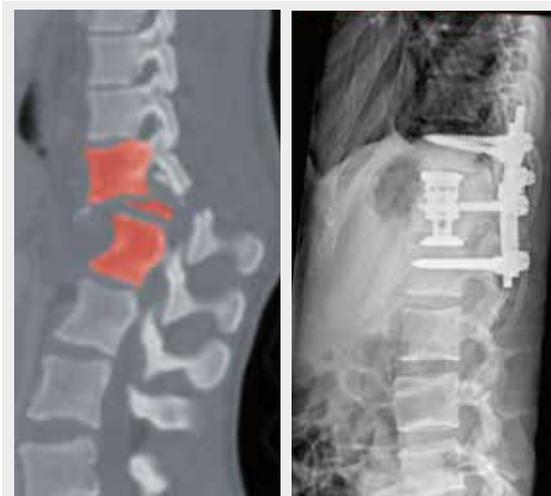


Text: Manuela Vonwil
Fotos: Walter Eggenberger

Klar ist: Wirbelkörper sind im Normalfall nur mit enormer Krafteinwirkung, einem sogenannten Hochenergietrauma, zu brechen oder zu verschieben. Wird dabei das Rückenmark gequetscht, gezerrt oder zerrissen, nehmen Nerven unweigerlich Schaden. Auf Höhe der Halswirbelsäule kann dies bei einem Autounfall oder Kopfsprung in untiefes Wasser eintreffen, im Bereich der Lendenwirbel bei einem Sturz bereits aus geringer Höhe, wie von einer Sprossenwand oder einer Haushaltsleiter. Die Unfallfolgen für den Patienten sind von vielen Faktoren abhängig, nicht zuletzt von der korrekten Rettung.

Chance Rettung

Rettungsfachmann Erwin Pössnecker weiss, wie eine korrekte Rettung ablaufen muss: «Das Überleben des Patienten steht an erster Stelle. Wenn aber keine akute Lebensgefahr besteht und am Unfallort alles richtig gemacht wird, dann ist schon viel Gutes getan.» Der 63-jährige ist einer der Ausbilder beim Schweizer Institut für Rettungsmedizin (Sirmed) in Nottwil. Künftige Rettungsprofis lernen bei ihm Schritt für Schritt, wie man Verunfallte mit Verdacht auf Querschnittlähmung optimal versorgt. «Das Rückenmark ist in der Wirbelsäule geschützt und meist nicht direkt durchtrennt. Vielmehr sind es verrutschte und gebrochene Wirbel oder Wirbelsplitter, die die Verletzung – spätestens bei unsachgemäßem Bergen – am Rückenmark verursachen und so zu einer Querschnittlähmung führen.»



Brustwirbel. Die Wirbelsäule ist auf Höhe Th12 komplett verschoben, das Rückenmark wurde unter starkem Zug massiv verletzt. Ursache: Unfall beim Gleitschirmfliegen. Folge: komplette Paraplegie.

Stabilisiert. Die Wirbelsäule wurde anatomisch rekonstruiert, der kaputte Wirbelkörper durch einen Titan cage ersetzt und mit Schrauben stabilisiert.

Lebensgefahr Hochenergietrauma

Ein Hochenergietrauma bedeutet zusätzlich oft Bauch-, Brustkorb-, Becken-, Gefäss- oder Schädelverletzungen – und Lebensgefahr. Verschiedene chirurgische Disziplinen sind nun gefragt. Rettungsdienste bringen Schwerverletzte deshalb in Zentrumsspitäler, wo rund um die Uhr ein interdisziplinäres Ärzteteam zur Verfügung steht. Mit zu einem solchen Team gehört Wirbelsäulenchirurg Tobias Pötzel: «Das Rückenmark besitzt leider nicht das Heilungspotenzial eines Knochens. Deswegen muss ich alles versuchen, um das Rückenmark zu schützen und möglichst rasch vor weiterem Schaden zu bewahren; weil eine Wirbelsäulenverletzung nicht tödlich ist, komme ich erst zum Zug, wenn alle lebenswichtigen Behandlungen durchgeführt sind.» Ist ein schwerverletzter Patient angemeldet, kann Tobias Pötzel, Wirbelsäulenspezialist am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ), zur Operation ins Luzerner Kantonsspital (LUKS) gerufen werden.

SPZ und LUKS sind denn auch die beiden Träger des Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkszentrums (SWRZ). Je nach Verletzung wird am LUKS oder im SPZ operiert, wozu die jeweils erforderlichen Wirbelsäulenspezialisten beider

Paraplegie ist die Lähmung beider Beine sowie eine unterschiedlich hohe Lähmung des Rumpfes.

Tetraplegie ist eine Lähmung aller vier Extremitäten (Arme, Beine) und des ganzen Rumpfes.



Halswirbel. Die Wirbelsäule ist auf Höhe C4/C5 verschoben, mehrere Wirbelkörper sind gebrochen, das Rückenmark ist stark gequetscht. Ursache: Kopfsprung in untiefes Wasser. Folge: komplette Tetraplegie.

Stabilisiert. Ein Wirbelkörperersatz und die Stabilisation mittels Schraubenstabsystem geben Halt.

Kliniken aufgeboten werden. Sieben Jahre schon arbeiten die beiden Kliniken als Kompetenzzentrum erfolgreich zusammen (siehe auch Seite 19).

Facettenreiches Organ

Der 39-jährige Tobias Pötzel ist fasziniert von seinem Fachgebiet: «Die Wirbelsäule ist ein grosses Organ, es verläuft vom Hinterkopf bis zum Becken. Mit seiner vielschichtigen Anatomie ist das Rückgrat unwahrscheinlich facettenreich.» Deshalb ist Wirbelsäulenchirurgie eine äusserst anspruchsvolle medizinische Fachrichtung mit einer Mischung aus filigraner Mikrochirurgie und richtigem Handwerk, wo der Chirurg mit Hammer und Meissel den Knochen bearbeitet. «Je höher an der Wirbelsäule, desto kniffliger ist



Dr. med. Tobias Pötzel
Orthopäde am SPZ

«Unsere Erfahrung dient Querschnittgelähmten und Fussgängern gleichermassen.»

Rückenschmerzen

Rückenbeschwerden sind in Industrieländern die Volkskrankheit Nummer eins. In der Schweiz leiden rund 40 Prozent der Männer und etwa die Hälfte der Frauen unter schwachen bis starken Rückenschmerzen. Hauptproblemzone ist der untere Rücken, das «Kreuz». Die Ursachen sind vielfältig; sie reichen von Bewegungsmangel, Übergewicht und Fehlbelastungen über organische Veränderungen, psychische Belastungen bis hin zu angeborenen Fehlstellungen der Wirbelsäule und Abnützungserscheinungen. Rund 90 Prozent der Wirbelsäulenerkrankungen werden durch Verschleiss und Abnutzung ausgelöst.

Drei Behandlungsstufen

Bei der Prävention und Behandlung von Rückenbeschwerden werden an erster Stelle die körperlichen Belastungen, insbesondere am Arbeitsplatz, reduziert und die Rückenmuskulatur wird gezielt aufgebaut. Ziel sekundärer Massnahmen ist es, der weiteren Entwicklung der Schmerzen Einhalt zu gebieten und die Entstehung chronischer Schmerzen zu verhindern. Bei den tertiären Massnahmen schliesslich wird versucht, Behinderung und Schmerzen, meist durch einen operativen Eingriff, soweit wie möglich zu reduzieren.

Rückenverletzung

Der Begriff Rückenverletzung steht für eine Reihe mechanischer Schädigungen der Wirbelsäule. Dabei können sowohl knöcherne als auch muskuläre oder Bindegewebe-Strukturen von der Verletzung betroffen sein. Unterteilt werden Rückenverletzungen in zwei Gruppen: jene mit und jene ohne Beteiligung des Rückenmarks. Wird durch die Rückenverletzung das Mark durchtrennt, führt dies zu einer Querschnittlähmung.

Querschnittlähmung

Das Rückenmark, beim Erwachsenen rund 50 cm lang, befindet sich im Zentralkanal der Wirbelsäule und ist ein zentraler Bestandteil des Nervensystems; ein Kabelbaum, der ununterbrochen Informationen sendet, damit wir uns bewegen und Empfindungen wahrnehmen können. Ein sogenannter «Querschnitt» (also eine Verletzung) unterbricht die Nervenleitung im Rückenmark auf einer bestimmten Höhe der Wirbelsäule, sodass Impulse vom und zum Hirn nicht mehr weitergeleitet werden.

Aufgrund der Verletzungshöhe kann der Facharzt das Ausfallmuster vorhersagen. Er weiss, welche Nerven und dadurch Organe betroffen sind. Je höher der Querschnitt, umso mehr Gliedmassen (Arme, Beine) sowie Organe sind betroffen; und je grösser der Schaden am Rückenmark, desto folgenschwerer sind die Funktionsstörungen. Die Einschränkung kann zwischen 0 und 100 Prozent liegen und entsprechend Körperfunktionen wie die der Blase und des Darms, die Sexualfunktion, den Herzkreislauf, die Hautdurchblutung und das Schwitzen beeinflussen.

das Operieren», erklärt der Orthopäde und Unfallchirurg.

Etliche von Tobias Pötzels Patienten im SPZ in Nottwil sind nicht querschnittgelähmt, sondern Fussgänger. Ihnen bereiten Bandscheiben, osteoporosebedingte Wirbelbrüche, Wirbelgleiten, Fehlstellungen und Abnützungen, Tumore und Infekte schmerzhaft Probleme. «Die Bandbreite und hohe Anzahl an Wirbelsäulen, die wir in Nottwil operieren, kommen Querschnittgelähmten und Fussgängern gleichermaßen zugute», weiss der routinierte Facharzt.

Schwachstelle Rücken

Eine Spezialität des SWRZ in Nottwil ist die anspruchsvolle Revisionschirurgie. Dabei handelt es sich um einen grossen chirurgischen Eingriff an Patienten, die bereits mehrere Male am Rücken operiert wurden. Die Wirbelsäule besteht genau genommen aus 24 Bewegungselementen, die unabhängig voneinander verletzt sein oder erkranken können. «Trotz lokal zunächst erfolgreicher Erstoperation können Degenerationen oder Folgeveränderungen das gesamte Wirbelsäulenprofil schädigen», erklärt Tobias Pötzel die Herausforderung. Sein Ziel ist es, schwierige Langzeitverläufe möglichst endgültig zum Besseren zu korrigieren. Dazu heckt er mit seinem Team die bestgeeignete Operationstechnik aus. «Mit heutigen Materialien, wie Titan und Titan/Kunststoff-Kombinationen, lassen sich Operationen effizient durchführen, was den Körper weniger belastet. Das Material ist gut verträglich und heilt optimal ein.»

Rückenoperationen bleiben auch für Querschnittgelähmte ein Thema. Wie bei Fussgängern machen ihnen die Verschleisserscheinungen des Alters Sorgen. «Die Operation am Rücken eines Fussgängers oder Paraplegikers ist aus Sicht des Orthopäden oft dieselbe», klärt Tobias Pötzel auf. «Die



Nachbetreuung jedoch ist sehr unterschiedlich: Weil der querschnittgelähmte Patient unterhalb der Rückenmarkverletzung nichts spürt, benötigt er eine spezialisierte Pflege, Therapie oder fachübergreifende ärztliche Betreuung.»

Und das Rückenmark?

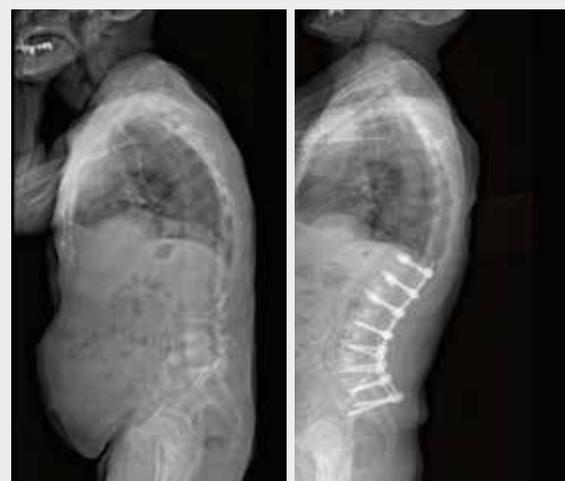
«Wir können die Wirbelsäule wieder gerade richten, wir können den Hirnhautschlauch, der das Rückenmark umhüllt, befreien und nähen, wir können stabilisieren und fixieren.

Aber zentrale Nerven, die einen Schaden erlitten haben, können wir heute noch nicht reparieren», bedauert der Wirbelsäulenchirurg. Er übergibt den querschnittgelähmten Patienten nach der Operation an den Paraplegiologen. Ab jetzt steht die Behandlung von Organfunktionsstörungen, wie eingeschränkte Blasen- und Darmfunktion, im Vordergrund. Mit dem Wissen der Inneren und Rehabilitationsmedizin unterstützt der Paraplegiologe den Gelähmten, um zur höchstmöglichen Lebensqualität zurück zu finden.



Krankhafte Bandscheibe.

Dank Bandscheibenprothese zwischen unterstem Lendenwirbel und Becken kann der 30-jährige Mann wieder schmerzfrei leben und seinen Beruf ausüben.



Flachrücken.

Der 78-jährige Patient hat sich für eine Operation seines ausgeprägten Flachrückens (links) entschieden. Das rekonstruierte Wirbelsäulenprofil (rechts) ermöglicht ihm, wieder aufrecht zu gehen.



Fachübergreifend. Chefarzt Martin Baur (Mitte) ist Chirurg und Neurochirurg, sein Kollege Tobias Pötzel (links) ist Orthopäde.

Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkzentrum

Das Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkzentrum (SWRZ) ist das führende Kompetenzzentrum der Zentralschweiz für Diagnostik, Behandlung und Rehabilitation von Verletzungen und Leiden der Wirbelsäule und des Rückenmarks. Träger des SWRZ sind das Schweizer Paraplegiker-Zentrum und das Luzerner Kantonsspital.

Im vergangenen Jahr wurden im Rahmen des SWRZ erfolgreich Eingriffe jeder Couleur, von der einfachen Spinalkanalverengung (Stenose) bis zu hochkomplexen Rekonstruktionen der Gesamtwirbelsäule, durchgeführt.

Qualifizierte Orthopäden, Unfall- und Neurochirurgen, klinikübergreifende Prozess- und Behandlungsstandards, ein gemeinsamer 24-Stunden-Notfalldienst und nicht zuletzt die Leitung durch einen an beiden Kliniken tätigen Chefarzt sind die Basis für bestmögliche Qualität.

Kontakt

Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkzentrum, 6207 Nottwil
T 0848 48 79 79, werktags von 8.00 bis 17.00 Uhr
info@swrz.ch, www.swrz.ch



Dr. med. Martin Baur (51) ist seit März 2014 Chefarzt Wirbelsäulenchirurgie und Orthopädie am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). Gleichzeitig ist er mit 30 Prozent seiner Arbeitszeit Chefarzt der Wirbelsäulenchirurgie am Luzerner Kantonsspital (LUKS). Das Schweizer Wirbelsäulen- und Rückenmarkzentrum (SWRZ) steht unter seiner Leitung.

«Wir vereinen Spezialwissen über Wirbelsäulen»

Herr Baur, wie funktioniert ein Kompetenzzentrum für Querschnittgelähmte und Fussgänger?

Wir sind ein Spezialisten-Team aus den verschiedensten Fachdisziplinen. Dadurch betrachten wir das Rückenproblem aus unterschiedlichen Blickwinkeln, was eine optimale Behandlung auch für Fussgänger-Patienten garantiert. Bei einem so komplexen Organ wie der Wirbelsäule ist dies entscheidend. Dank der vielen Fussgänger, die für eine Operation ins SWRZ kommen, haben wir grosse Routine, was gleichermassen dem querschnittgelähmten Patienten zugutekommt. Dieses Spezialwissen führt zu einem komplettierten, qualitativ hochstehenden Leistungsspektrum. Aufgeklärte Patienten und Hausärzte schätzen ein solches Angebot; sie wissen, dass hier ein abgestuftes und massgeschneidertes Vorgehen gewährleistet ist.

Worin unterscheiden sich Operationen am Rücken eines Querschnittgelähmten und eines Fussgängers?

Das Operationsresultat beim Querschnittgelähmten muss erheblich höheren Kräften standhalten als bei Patienten mit intaktem muskulärem Bewegungsapparat. Andererseits stellt die Operation an Nervenstrukturen von Fussgängern höhere Anforderungen an den Wirbelsäulenchirurgen.

Wer finanziert die Leistungen für Fussgänger-Patienten, die im SPZ operiert werden?

Es sind die Versicherungen, welche die Kosten für den Eingriff und den Klinikaufenthalt übernehmen. Für Patienten ausserhalb des Kantons Luzern können allenfalls versicherungsbedingte Zusatzkosten von wenigen hundert Franken anfallen, die sie übernehmen müssen.

Unterscheidet sich das SWRZ-Angebot an den beiden Standorten?

Grundsätzlich sind die zwei Standorte ebenbürtig, das Kerngebiet Querschnittlähmung wird jedoch klar dem SPZ zugeordnet. Die Rückenmarkchirurgie von Tumoren wiederum bleibt dem LUKS vorbehalten, die Rückenmarkchirurgie als Unfallfolge wird neu im SPZ (zuvor Kantonsspital St. Gallen) durchgeführt. Das minimal-invasive Behandlungsangebot ist aktuell noch ausgeprägter im LUKS, die Revisions- und Deformitätenchirurgie wiederum, gerade bei neuromuskulären Krankheitsbildern, im SPZ. Die spezialisierte Rehabilitation von Querschnittgelähmten erfolgt ausschliesslich im SPZ; die Rehabilitation von Fussgängern in ausgewählten Partner-Institutionen.

- Pratteln
- Spreitenbach
- Basel
- Egerkingen



- **Automatisch**
- **Hygienisch**
- **Berührungslos**
- **Füllmenge: 400 ml**

Benötigt 4 Batterien vom Typ AAA (Bitte separat bestellen)

Seifenspender mit Bewegungssensor

Ausführliche Infos und Bestellung im Internet unter www.pearl.ch/seifenspender

Leser-Preis* nur

Fr. 7.95

Empfohlener Preis: Fr. 27.95
Shop-Preis: Fr. 13.95

Mitbestellen	Seife HP20 Sanolin Neutral, 500 ml	nur Fr. 5.95
	Super Alkaline Batterien Micro 1,5V Typ AAA, 20 Stück	nur Fr. 6.95

* Das Vorteils-Angebot gilt exklusiv für Leser dieser Zeitschrift bis 31.5.2015. Nur solange Vorrat reicht. Sie bezahlen nur die übliche Versandkostenpauschale (Fr. 8.95). Bei Abholung im PEARL Factory Outlet bitte Inserat ausschneiden und an der Kasse vorlegen. Bestellung und Abholung auch in den PEARL Factory Outlets: Pratteln (BL), Rütlicenter + Gewerbegebiet Grüssen | Spreitenbach (AG), Limmatpark | Basel (BS), Marktgasse | Egerkingen (SO), Gäupark • *Preiseempfehlung des europäischen Lieferanten Tel. 0848 / 223300

>>> Nur für Leser dieser Zeitschrift

www.pearl.ch

Badewannen-Lifte

Komfort-Lift

Endlich wieder Freude beim Baden!

- Mietkauf zinslos möglich
- Auch mit Akkubetrieb
- Schnelle und saubere Installation
- Alle Funktionsteile aus Edelstahl

Prospekte anfordern (gebührenfrei):

☎ 0800-808018



Das Original vom **WANNENLIFT-SPEZIALISTEN**

idumo Postfach · CH-8952 Schlieren · www.idumo.ch



Die neue Elektro-Rollstuhl-Serie.

einfach clever



Gloor Rehab. & Co. AG

Mattenweg 5
4458 Eptingen
062 299 00 50

www.gloorrehab.ch

MEIER + CO



Treppenlifte

Sitzlifte | Aufzüge | Plattformlifte

Service schweizweit, kostenlose Beratung

Senden Sie uns Unterlagen

- Sitzlifte
- Aufzüge
- Plattformlifte

Name/Vorname und Adresse

MEICOLIFT | MEICODRIVE | MEICOSERVICE

Meier + Co. AG, Oltnerstrasse 92, 5013 Niedergösgen
www.meico.ch, Tel. 062 858 67 00, info@meico.ch

BLEIBEN SIE MOBIL! MIT UNS.

Die HERAG AG, ein Schweizer Familienunternehmen, verhilft seinen Kunden seit 30 Jahren zu mehr Unabhängigkeit, Sicherheit und Komfort. Mit perfektem Service.

Sitzlifte.
Plattformlifte.
Hebebühnen.



HERAG AG, Treppenlifte
Tramstrasse 46, 8707 Uetikon am See
info@herag.ch, www.herag.ch

8707 Uetikon: 044 920 05 04

Senden Sie mir ihre Gratisinformationen

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____





Einladung zur

22. Mitglieder-Versammlung

Mittwoch, 15. April 2015, 18.00 Uhr

Auditorium Guido A. Zäch Institut GZI, 6207 Nottwil



Traktanden

1. Begrüssung
Heinz Frei, Präsident Gönner-Vereinigung
2. Jahresbericht des Präsidenten
3. Informationen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS), Daniel Joggi, Präsident SPS
4. Abnahme der Jahresrechnung 2014 ¹⁾
5. Festlegung der Mitgliederbeiträge
6. Anträge von Vereinsmitgliedern ²⁾
7. Wahlen in den Vorstand
8. Wahl der Kontrollstelle
9. Informationen
10. Varia

¹⁾ Die Jahresrechnung 2014 kann ab 25. März 2015 auf www.paraplegie.ch/Gönner-Vereinigung/Publikationen/Downloads eingesehen oder schriftlich angefordert werden bei: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.

²⁾ Anträge an die Mitglieder-Versammlung sind bis **25. März 2015** (Poststempel) einzusenden an: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.

Anmeldung Mitglieder-Versammlung 2015

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Gönnernummer _____

Ich nehme an der Mitglieder-Versammlung teil.

Bitte senden Sie den Anmeldebogen bis **25. März 2015** an: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.
Anmeldung online: www.paraplegie.ch/Gönner-Vereinigung/Mitgliederversammlung.



TREPPENLIFTE

Treppensteigen leicht gemacht

BACO AG

Postfach • 3613 Steffisburg
Tel. 033 439 41 41 • Fax 033 439 41 42
info@baco-ag.ch
www.baco-treppenlifte.ch

Bestellung GRATIS-Unterlagen:

- Stuhltreppenlifte
- Plattformtreppenlifte
- Senkrechtaufzüge
- Hebebühnen
- Steighilfen / Rampen
- Schwimmbadlifte
- GRATIS Beratung zu Hause

Vorname: _____

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

BACO

Die Erfolgsgeschichte wird weitergeschrieben

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) entwickelt sich rasant weiter. Mit dem geplanten Ausbau passt es sich den veränderten Patientenbedürfnissen und Behandlungsmöglichkeiten an. Dazu wird die Klinik während der kommenden vier Jahre erweitert und erneuert gemäss der Devise «So viel wie nötig, so wenig wie möglich – innovativ und zukunftsorientiert». Eine zusätzliche Tiefgarage sowie eine Passerelle unterstützen die nachhaltige Entwicklung der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) auf dem Campus Nottwil.

Text: Susanne Zürcher | Fotos und Visualisierung:
Walter Eggenberger, Architekturbüro Hemmi Fayet

Am Empfang im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) beugt sich ein Besucher über die birkenhelle Theke und spricht mit der Dame an der Information. Neben ihm treffen sich zwei Männer: einer wendig im Rollstuhl, der andere mit zügigem Schritt. Stiftungsratspräsident Daniel Joggi und SPZ-Direktor Hans Peter Gmünder begrüssen sich kurz und peilen eine Glasbox wenige Meter neben dem Eingang an. Das Architekturmodell dort hat es ihnen angetan. Mit konzentriertem Blick suchen sie die weisse Miniaturlandschaft des SPG-Areals ab und halten bei einzelnen der winzigen Bauwerke inne. In sanfter Wellenform verbindet eine schlanke Passage über dem hellen Untergrund das Seminarhotel Sempachersee (SHS) mit dem Guido A. Zäch Institut (GZI). Die Tiefgarage darunter müssen sich die Betrachter vorstellen. Denn dieses Teilprojekt der geplanten Baumassnahmen wird im Erdreich zwischen den beiden Gebäuden unter der Passerelle zu liegen kommen. Den quaderförmigen Neubau finden die Augen schnell – er erweitert das SPZ an der östlichen Seite der Turnhalle zum See hin.

Synergiegewinn. Stiftungsratspräsident Daniel Joggi (rechts) und SPZ-Direktor Hans Peter Gmünder freuen sich auf die Erneuerung und Erweiterung des SPZ.



Mit der Gründung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) vor 40 und dem Bau des SPZ vor 25 Jahren hat Guido A. Zäch die Grundsteine eines einzigartigen Leistungsnetzes für querschnittgelähmte Menschen geschaffen. Das Bauprojekt läuft deshalb auch unter dem Motto: «2019 – wir entwickeln eine Erfolgsgeschichte weiter».

Ein anspruchsvolles Unterfangen in einem dynamischen und sich stetig wandelnden Gesundheitswesen.

«Heute sind wir in der Situation, dass wir seit mehreren Jahren praktisch immer die gleich hohen Tarife über die Krankenkassen bzw. Versicherungen erhalten. Im selben Zeitraum ist der Behandlungsaufwand jedoch enorm

gestiegen», zeigt Daniel Joggi die schwierige Lage auf. «Und mit einer Bettenauslastung von nahezu 100 Prozent waren wir in den letzten Jahren immer wieder mit massiven Kapazitätsengpässen konfrontiert», ergänzt Hans Peter Gmünder.

Der neue Gebäudeteil wird darum nebst medizinischen Einrichtungen auch zwei neue Bettenstationen beherbergen. Dabei sollen keine statischen Raumelemente, sondern möglichst flexible, funktionelle Strukturen geschaffen werden. «So können wir je nach Bedarf Mehrbettzimmer in Einzelzimmer umfunktionieren und uns damit laufend den Bedürfnissen unserer Patienten anpassen», sagt Hans Peter Gmünder.

Veränderte Bedingungen

Nicht nur die Ansprüche an die räumlichen Bedingungen haben sich seit dem Bau des SPZ im Jahr 1990 gewandelt. Statistische Erhebungen im SPZ zeigen, dass das Durchschnittsalter von Erstrehabpatienten steigt und diese immer häufiger hoch gelähmt sind. Hans Peter Gmünder: «Heutige Patienten und die Komplexität ihrer Verletzungen oder Krankheiten haben sich verändert. Es bestehen neue, andere Anforderungen an Personal und Infrastruktur. Menschen, die früher an der Schwere ihrer Verletzungen oder an ihrer Erkrankung gestorben wären, überleben heute. Diese Patienten benötigen jedoch einen hohen und sehr präzise abgestimmten medizinischen Aufwand.»

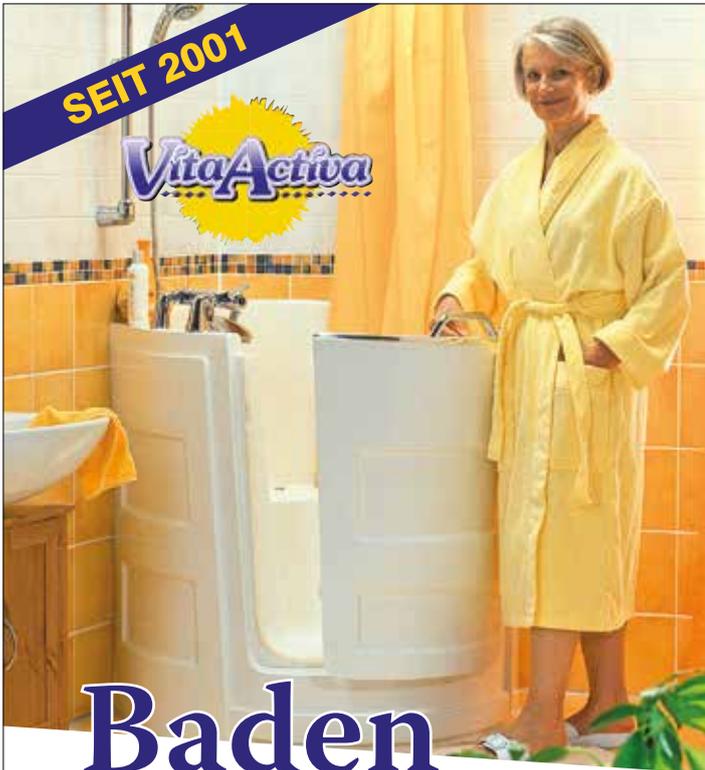
Wirbelsäulenchirurgie wird ausgebaut

Zusätzlich zur Aufgabe, einer sich stetig wandelnden Klientel gerecht zu werden, dienen die neuen räumlichen Dimensionen einem weiteren Vorhaben, das bereits heute einge-



SEIT 2001

VitaActiva



Baden leicht gemacht

mit VitaActiva Badewannen mit Tür

- Wannentausch, komplette Installation an einem Tag
- Umfangreiche Auswahl von Badewannen, Massen und Farben
- Bei allen Modellen auf Wunsch Sonderausstattung wie z.B. wohltuender Whirlpool



Fordern Sie noch heute unsere farbige Gratis-Broschüre an!

**Gratistelefon: ^{24H}
0800 99 45 99**



Ja, senden Sie mir kostenlos und unverbindlich Ihre Broschüre zu:

Name/Vorname: _____

Strasse/Nr.: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

VitaActiva AG Baarerstr. 78, 6301 Zug
Tel.: 041 7 27 80 39 • Fax: 041 7 27 80 91

PAPAPLEGIE2015

Mehr Freiheit, mehr Möglichkeiten

FRITZ HAUETER AG



Transport im Rollstuhl

Der Ford Tourneo Connect:
Viel Raum und Komfort!
Vereinbaren Sie einen Termin!
Wir beraten Sie gerne!

Laubisrütistrasse 74 • CH-8712 Stäfa
Tel. +41 44 928 30 10 • Fax +41 44 928 30 19
www.haueter.ch • mail@haueter.ch



Elektro-Mobil von A-Z

Jetzt gratis Testen!

- 2 und 3 Rad bis 20 km/h (Velo)
- Scooter bis 10km/h
- Elektroscooter ohne Führerschein!



www.elektromobil-schweiz.ch



Grosse Auswahl in unserer Ausstellung

Neuhaltenstr. 1, 6030 Ebikon, Tel. 041 444 10 20



HÖGG

LIFTSYSTEME

HÖGG Liftsysteme AG
CH-9620 Lichtensteig
Telefon 071 987 66 80

Treppenhilfen



Rollstuhllifte

Sitzlifte

Aufzüge

www.hoegglift.ch



Architekt **Serge Fayet** (50) hat an der ETH Zürich studiert und zuvor eine Lehre als Bauzeichner absolviert. Er führt seit zwanzig Jahren mit Petra Hemmi ein Architekturbüro in Zürich und arbeitet mit einem Team von 39 Fachleuten.

«Projekt stellt höchste Anforderungen»

Herr Fayet, Sie haben langjährige Erfahrung in Ihrem Metier. Wo finden wir Ihr architektonisches Vermächtnis in der Schweiz?

Seit vielen Jahren sind wir für unterschiedliche Spitäler in der Schweiz im Einsatz: für universitäre Spitäler bis hin zu Land- und Bezirksspitalern, öffentliche und auch private Kliniken. Neben grossen Spital-Neubauten wie jenem des Universitätsspitals Zürich kommen wir häufig dann zum Einsatz, wenn ein Team gebraucht wird, welches im laufenden Betrieb mit viel Sozialkompetenz, Empathiefähigkeit und hohem Fachwissen schnelle Baueingriffe durchführt.

Machen Sie ein Beispiel?

Etwa der Umbau eines «normalen» Operationssaales zu einem «Hybrid-Operationssaal» für Herz- und Gefässchirurgie und dies während laufendem Spitalbetrieb. Unzählige solcher «chirurgischen» Baueingriffe in hochtechnisierten medizinischen Bereichen durften wir schon ausführen. Ob kleine oder grosse Vorhaben, immer wiederkehrend ist die absolut faszinierende Komplexität der medizinischen Prozesse.

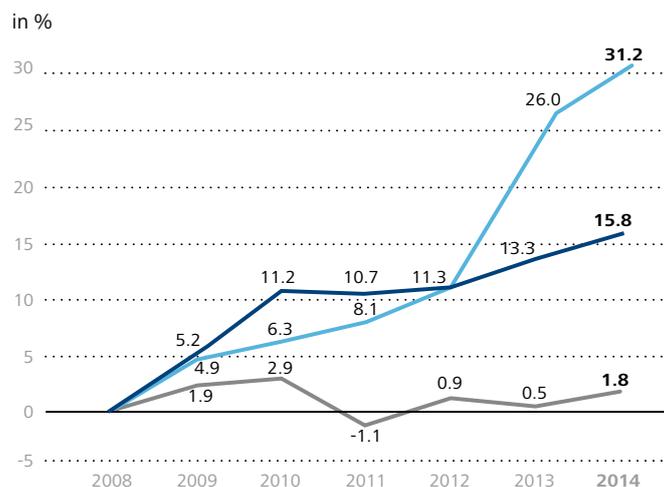
Worin hebt sich das Bauprojekt der Schweizer Paraplegiker-Stiftung von anderen Spitalbauten ab?

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum betreut querschnittgelähmte Menschen ein Leben lang. Das bedeutet, dass sie hier neben der langfristigen Rehabilitation auch im akutmedizinischen Notfall, z. B. mit einem Beinbruch oder einer Lungenentzündung, behandelt werden können. Somit werden im SPZ zwei grundsätzlich unterschiedlich funktionierende medizinische Leistungsangebote im Sinne einer gesamtheitlichen Betreuung vernetzt. Diese spezielle Klinikkonstellation stellt höchste Anforderungen an die Führung der Klinik sowie an alle Mitarbeitenden.

Worauf freuen Sie sich besonders?

Schwere Schicksale liegen täglich in den Händen der SPZ-Mitarbeitenden, und genau das schweisst alle zusammen. Dieses starke Miteinander für den Patienten ist das Besondere an der Schweizer Paraplegiker-Gruppe. Für uns ist es darum auch eine spannende und erfüllende Aufgabe, die Weiterentwicklung dieser besonderen Klinik mitgestalten zu dürfen.

Entwicklung Spitalkosten und Tarife SPZ von 2008 bis 2014



- Die stationären Spitalkosten haben in der Schweiz seit 2008 um über 30 % zugenommen.
- Der Betriebsaufwand des SPZ ist im gleichen Zeitraum um knapp 16 % angestiegen.
- Die stationären Tarife für das SPZ wiederum sind nur um rund 2 % gestiegen.

leitet ist: dem Ausbau des Angebotes in der Wirbelsäulenchirurgie für Menschen mit und ohne Querschnittslähmung. «Diese Massnahme macht deshalb Sinn, weil im SPZ Infrastruktur und medizinisches Fachwissen in diesem Bereich bereits auf höchstem Niveau vorhanden sind», so der Klinik-Direktor. Die bestehenden Kapazitäten können somit verstärkt genutzt werden und kommen direkt oder indirekt wieder den Querschnittgelähmten zugute. Denn die Wirbelsäulenchirurgie als Gemeinschaftsprojekt mit dem Luzerner Kantonsspital bündelt das fachliche Know-how. «Andererseits können durch diese Kooperation und Leistungsausweitung die Kosten aufgrund effizienter Ressourcenplanung gesenkt werden», so Hans Peter Gmünder weiter.

«Nach dem Ausbau können wir im Vergleich zu den heutigen über 50 000 insgesamt neu 68 000 Pflorgetage anbieten. Dazu braucht es zwar im Pflege-, Ärzte- und Therapiebereich mehr Personal, jedoch keinen Ausbau der Management- und der meisten Supportdienste.» Dadurch entstehe ein Synergiegewinn und die beschrie-

«Wir sind mit Kapazitätsengpässen konfrontiert.»

Zimt als Heilmittel?

Die Forscher in der ganzen Welt sind sich einig: Zimt steckt voller gesundheitsfördernder Eigenschaften!

Dieses köstliche Gewürz wird gemeinheim in Keksen, auf Toastbrot oder im Tee genossen. Nach dem schwarzen Pfeffer ist Zimt das meistverwendete Gewürz weltweit.

Zimt – ein Alleskönner für die Gesundheit. Wer hätte das gedacht?

Der Zimt, das einst noch begehrter war als Gold, wird seit Jahrhunderten in China verwendet, um den Blutzuckerspiegel in Schach zu halten. In einer in Pakistan durchgeführten Studie senkte Zimt den Blutzuckerspiegel bei Patienten mit Altersdiabetes um bis 29%.

Schon seit Jahrhunderten wird Zimt genutzt, um arthritsbedingte Schmerzen zu lindern. Eine kürzlich an der Universität von Kopenhagen durchgeführte Studie hat ergeben, dass die kombinierte Gabe von Zimt und Honig nach nur einer Woche für eine deutliche Linderung der Beschwerden von Arthritispatienten sorgte. Was für eine wunderbare Neuigkeit!

Zimt enthält mehr als 80 Nährstoffe, ist aber frei von Fett, Zucker, Cholesterin oder Natrium. Ein Teelöffel Zimt hat gerade mal 6 Kalorien.

Das Buch vom Zimt verblüfft mit 350 Heilwirkungen und überraschenden Anwendungsbeispielen von Zimt. Zimt kann:

- Bauchfett abbauen
- das Gedächtnis anregen
- den Blutdruck regulieren
- Falten glätten
- Pilzinfektionen vorbeugen
- Arthritis verbessern
- den Blutzuckerspiegel regulieren
- Magenschmerzen beruhigen
- Blutgerinnseln entgegenwirken
- den Appetit zügeln
- Husten und Schnupfen abklingen lassen
- Grippe behandeln
- Entzündungen eindämmen
- Müdigkeit entgegenwirken
- die Verdauung fördern
- Krämpfe lösen
- Übelkeit beseitigen
- Durchfall bekämpfen
- Energie verleihen
- die Nerven beruhigen
- Akne behandeln

Zimt wirkt antibakteriell, pilzabtötend, antiseptisch und entzündungshemmend und stellt somit eine effektive natürliche Alternative zur Behandlung zahlreicher Krankheiten dar.

Jetzt haben Sie die Gelegenheit, sich dieses Werk 30 Tage lang zu Hause kostenlos anzuschauen.

Beeilen Sie sich! Die Vorräte sind begrenzt. Handeln Sie jetzt!

WARNUNG: Zimt enthält Cumarin. Der Verzehr von grösseren Mengen Cumarin kann gesundheitsschädlich sein.

541 Tricks und Tipps aus Grossmutter's Schatzkiste

Wirkungsvoll und ein Muss für alle Sparfüchse!

Vergessen Sie die teuren Markenprodukte zum Putzen und Kochen, zum Heimwerken und Gärtnern, für die Gesundheit und für die Schönheit. Sie können Ihre eigenen traditionellen Mittel „nach überliefertem Rezept“ aus einfachen und gesunden Zutaten herstellen, die Sie überall erhalten, und all das für wenige Rappen.

Das Haus meiner Grossmutter war immer tiptopp in Ordnung, ihre Kochkünste waren legendär und auch mit über 80 hatte sie einen Teint, der sie 30 Jahre jünger aussehen liess.

Grossvater hatte den gepflegtesten Garten im ganzen Umkreis und mit ein paar „Schnürchen und Drähten“ reparierte er praktisch alles. Beide wurden deutlich über 90 und waren fast nie krank.

Sie nutzten einfache und traditionelle Tricks und Tipps, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Viele dieser Ratschläge und Kniffe sind in Vergessenheit geraten und aus diesem Grunde habe ich alle Tricks meiner Grosseltern und noch viele mehr in dem Buch „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“ zusammengetragen. Hier einige Beispiele:

- Bringen Sie mit Cola die WC Schüssel wieder auf Hochglanz!
- Mit dieser Methode rücken Sie Kragenspeck zu Leibe
- Machen Sie widerspenstige Reissverschlüsse wieder gängig. Was Sie dazu benötigen, haben Sie immer im Haus – und es funktioniert prima!
- Ihr Porzellan wird mit einem alltäglichen Produkt wieder wie neu, schauen Sie zu wie die Flecken verschwinden
- Pfannen und Töpfe werden wieder blitzblank und wie neu



- Befreien Sie Ihren Backofen von Schmutz und Fett, ganz ohne Muskelkraft
- Unangenehme Gerüche in den Schuhen entfernen Sie mit Natron, es funktioniert wirklich!
- Graue Wäsche muss nicht sein – mit Aspirin wird sie wieder strahlend weiss
- verstopfte Abflüsse werden im Handumdrehen wieder frei

Mehr als 500 Tipps und Tricks!

Meine Grossmutter nahm niemals Pillen oder Trunks aus dem Handel; sie vertraute vielmehr auf die guten alten Methoden, um gesund zu bleiben. Erfahren Sie, wie sie sich vor Schnupfen, Grippe und Husten schützte. Wie sie abnahm, Blähungen vermied und vieles mehr.

- So gehen Tränensäcke in nur 10 Minuten zurück
- Lindern Sie Verstopfung und vermeiden Sie Rückfälle – mit diesem Naturheilmittel
- Mit diesem erstaunlichen Trick stoppen Sie Durchfall, Erbrechen
- Lindern Sie Ihre Gelenkschmerzen mit diesem Badezusatz
- Eine cremige Mischung unterdrückt Ihr Verlangen nach Nikotin

- Müde und schmerzende Füsse werden mit diesem Gewürz wieder munter – einfach in die Strümpfe streuen!
- Schlafstörungen? Mit diesem Naturheilmittel verbringen Sie wieder erholsame Nächte!
- Stumpfe Scheren werden schnell wieder scharf, wenn Sie ein bestimmtes Papier mit ihnen schneiden
- So leicht wird Ihr Teint ganz zart und seidig
- Mit diesem hervorragenden Gärtnertrick halten Sie sich Wespen vom Leibe
- Halten Sie Schädlinge mit diesem genialen alltäglichen Abwehrmittel von Ihren Beeten fern
- So halten Ihre Schnittblumen länger – über Wochen hinweg!

Alex Goffey, Autor

Sparen Sie jede Menge Geld!

In dem Buch „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“, entdecken Sie ganz einfache Methoden, mit denen Sie Ihre alltäglichen Probleme lösen! Sie sparen Zeit und Geld... und Sie werden verblüfft feststellen, wie gut man auf die angeblich unverzichtbaren Markenprodukte verzichten und sie mit günstigen Alternativen ersetzen kann!

Zufriedenheitsgarantie

Nutzen Sie diese Tipps und sparen Sie bares Geld. Das GARANTIEREN wir Ihnen! Sollten Sie aus irgendeinem Grund nicht rundum zufrieden sein, so müssen Sie uns das Buch nur innerhalb von 30 Tagen zurücksenden. Ihre Rechnung wird dann storniert, doch Ihr Gratisgeschenk gehört Ihnen auf jeden Fall. Handeln Sie schnell!

Tel. 044 552 00 87
Fax. 022 552 09 42
service@bodybest.ch

LESEGUTSCHEIN

Bitte senden an Body Best - Postfach 2622 - 1260 Nyon 2
Tel. 044 552 00 87 - Fax 022 552 09 42 - service@bodybest.ch - www.bodybest.ch

Lassen Sie mir bitte das folgende Werk / die folgenden Werke zukommen

_____ Exemplar(e) „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“
zum Preis von CHF 39.-

_____ Exemplar(e) „Das Buch vom Zimt“ zum Preis von CHF 39.-

Sparen Sie CHF 19.- und bestellen Sie gleich 2 Bücher Ihrer Wahl zum Preis von lediglich CHF 59.- (Beteiligung an Versand- und Verpackungskosten CHF 6.95)

Sie haben ein 30-tägiges rückgaberecht

Name/Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel: _____

Geburtsdatum: _____

Gratis Geschenk

Wenn Sie innerhalb von 72 Stunden antworten erhalten Sie ausserdem „Die Geheimnisse für mehr Schwung, Kraft und Lebensfreude in jedem Alter“ Lieferung solange der Vorrat reicht!

bene Kostenschiere werde sich wieder ein Stück weit schliessen.

Bauen kostet

Daniel Joggi wendet seinen Blick weg vom Modell und spricht jenes Thema an, das ihn als Präsidenten des Stiftungsrates seit Beginn des Projekts intensiv beschäftigt: die Finanzierung der geplanten Baumassnahmen. Den Umbau kann die Stiftung mit zurückgelegten Geldern bestreiten. Um den Neubau zu finanzieren, muss sie hingegen Fremdmittel aufnehmen. Daniel Joggi ist überzeugt: «Dank der starken Solidarität unserer Gönnerinnen und Gönner mit Querschnittgelähmten Menschen werden wir diesen Meilenstein setzen und unser einzigartiges Leistungsnetz für Querschnittgelähmte weiterentwickeln können.»



Neubau. So in etwa könnte die Erweiterung des SPZ aussehen: Der neue Trakt (rechts) wird mit dem bestehenden Gebäude verbunden.

Am 1. Oktober ist Spatenstich

Der Bau der Passerelle zwischen dem Guido A. Zäch Institut und dem Seminarhotel Sempachersee beginnt im Mai. Das Bauwerk wird bis Ende Jahr fertiggestellt sein und ermöglicht Seminar- und Hotelgästen sowie Mitarbeitenden eine direkte und rollstuhlgängige Wegverbindung zwischen den beiden zusammengehörenden Gebäuden.

Im Herbst starten die Aushubarbeiten für die Tiefgarage, welche ab April 2017 genutzt werden kann.

Guido A. Zäch wird 80

Nicht ganz zufällig findet der Spatenstich für die Erneuerung und Erweiterung der Klinik am 1. Oktober statt. Welches Datum würde dafür besser passen als Guido A. Zächs 80. Geburtstag.

Voraussichtlich Anfang 2019 wird der Neubau bezugsbereit sein. Die geplanten Investitionskosten für das gesamte Projekt belaufen sich auf CHF 150.3 Mio. Davon fließen beinahe hälftig CHF 74.8 Mio. in die Erneuerung der bestehenden Gebäudestrukturen und CHF 75.5 Mio. in den Neubau. Dadurch kann die Aufstockung von heute rund 145 auf 174 im Jahr 2019 und potenziell 192 Betten in weiterer Zukunft umgesetzt werden.

Weitere Informationen unter

www.paraplegie.ch/bauprojekt



Mit dem richtigen Dreh

Ein paar Zentimeter Sitzfläche ausserhalb des Fahrzeugs sind manchmal alles, was man braucht, um sich in einen Rollstuhl hin- oder umzusetzen. Mit einem Schwenksitz, der sich herausdrehen lässt, erhalten Sie die optimale Lösung. Der Drehsitz ist in verschiedenen Modellen für Fahrer und Beifahrer erhältlich.

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne.

Orthotec AG | Fahrzeugumbau | Eybachstrasse 6 | CH-6207 Nottwil
T +41 41 939 52 52 | F +41 41 939 52 50 | info@orthotec.ch | www.orthotec.ch
Ein Unternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Einsparung bei Zustellkosten



Erstmals wurde die deutsche Ausgabe dieses Magazins nicht mehr ausschliesslich durch die Schweizerische Post zugestellt. Als neuer Partner hat die Firma Quickmail den Grossteil der Zustellungen in der Deutschschweiz übernommen. Ankündigte Preiserhöhungen der Post und ein aktueller Vergleich der Konditionen verschiedener Anbieter waren ausschlaggebend für diese Änderung: Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung, die grössten Wert auf den sorgsam und effizienten Umgang mit den Geldern der Gönner und Spender legt, spart dadurch jährlich neun Prozent der bisherigen Zustellkosten ein. Somit

kann ein noch grösserer Anteil des Gönnerfrankens direkt für die Integration und lebenslange Begleitung von Querschnittgelähmten eingesetzt werden.

Physiotherapie-Übungen online

Auf der kostenlosen Online-Plattform www.physiotherapyexercises.com sind rund 1000 gut verständliche Übungen dargestellt. Physiotherapeuten aus aller Welt, Querschnittgelähmte und Schlaganfallpatienten, die physiotherapeutische Hilfe benötigen, aber auch Personen ohne neurologische Einschränkung können die Trainingsanleitungen nutzen.

Abschied

Am 31. Dezember 2014 ist alt Ständerätin Helen Leumann im Alter von 71 Jahren nach längerer Krankheit verstorben. Die FDP-Politikerin und Geschäftsfrau war von 2003 bis 2011 als Verwaltungsrätin des Schweizer Paraplegiker-Zentrums sowie 2010 bis 2011 auch als Stiftungsrätin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung tätig. Gut vernetzt in Wirtschaftskreisen und Politik, aber auch als sozial stark engagierte Person beratschlagte sie kompetent, weitsichtig und feinfühlig über die Geschäfte in den beiden Gremien. «Helen Leumann war eine grossartige Persönlichkeit. Die Zusammenarbeit mit ihr war eine Bereicherung – für die beiden Unternehmen und für mich persönlich», trauert Stiftungsratspräsident Daniel Joggi. «Wir alle werden uns in Dankbarkeit und mit grossem Respekt an Helen Leumann erinnern.»



Namentlich

Dr. med. Jens Wöllner, Oberarzt Neuro-Urologie, und seinem SPZ-Team gelang es, mittels spezieller MRI-Technik die Nervenfaserverläufe im unteren Harntrakt sowie die Nervengewebe-Verbindung vom sakralen Rückenmark zur Blase bildlich darzustellen. Ihre neue Technik wird helfen, die Veränderungen der Nervenfasern nach Querschnittlähmung besser zu verstehen. Im Rahmen der Jahrestagung 2014 der International Continence Society (ICS) in Rio de Janeiro wurden sie dafür mit dem Preis «Best Basic Science Abstract» ausgezeichnet.

Dr. med. André Ljutow ist neuer Präsident der Schweizerischen Gesellschaft zum Studium des Schmerzes (SGSS). Der 57-Jährige leitet am SPZ in Nottwil das Zentrum für Schmerzmedizin, eine der führenden nationalen Institutionen in diesem Bereich. «Es braucht mehr Einrichtungen, die Bedürfnisse von Patienten mit chronischen Schmerzen angemessen aufnehmen und angehen», stellt er fest. Dafür wollen sich André Ljutow und die über 300 SGSS-Mitglieder in der Schweiz auf verschiedenen Ebenen einsetzen.

Dr. phil. Martin Gubser leitet seit Januar 2015 das Gönnermarketing und Fundraising der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS). Der Branchenkenner hat 20 Jahre Fundraising-Erfahrung und war während zehn Jahren Vorstandsmitglied beim Berufsverband Swissfundraising. Mit der personellen Verstärkung will die SPS ihr Fundraising neu ausrichten: Die finanzielle Tragfähigkeit zur Erfüllung des Stiftungszwecks soll künftig stärker auch über Spenden, Erbschaften und Legate gesichert werden.

Höchste Auszeichnung für Sportmedizin



swiss olympic MEDICAL CENTER

Sportmedizin Nottwil

Die Sportmedizin Nottwil gehört weitere vier Jahre zu den führenden sportmedizinischen Institutionen: Sie hat die Re-Zertifizierung bestanden und behält das Qualitätslabel «Swiss Olympic Medical Center». «Das ist die höchste Auszeichnung für Sportmediziner in der Schweiz», freut sich Chefarzt Matthias Strupler. Zu den ausserordentlich erfolgreichen Kunden der Sportmedizin Nottwil gehören die bekannten Behindertensportler Marcel Hug, Manuela Schär und Christoph Kunz. Das breite Fachwissen steht interessierten Hobbysportlern ebenso zur Verfügung. Mehr Informationen unter www.sportmedizin-nottwil.ch

Zertifikat für transparentes Rechnungswesen

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) ist am 19. Januar mit dem Gütezeichen REKOLE® ausgezeichnet worden. Ziel von REKOLE® (Revision der Kostenrechnung und der Leistungserfassung) ist die hohe Zuverlässigkeit der Kostendaten und daraus folgend einfachere Leistungsvergleiche unter Spitälern. Mit dem Zertifikat beweist das SPZ Transparenz im eigenen betrieblichen Rechnungswesen, was wiederum seine Verhandlungsposition gegenüber den Krankenkassen substanziell stärkt. «Dies ist nach der ISO-Zertifizierung ein weiterer wichtiger Schritt im Hinblick auf eine verbindliche und kontinuierliche Qualitätsverbesserung», lobt SPZ-Direktor Hans Peter Gmünder die Leistung seiner Mitarbeitenden.



Transparenz. Karin Alexandra Salzmann als Vertreterin des Spitalverbands H+ überreicht SPZ-Direktor Hans Peter Gmünder (links) und Manuel Deffner, Leiter Finanzen und Controlling SPZ, das REKOLE®-Zertifikat.

Nottwiler CTU auf Augenhöhe mit Unispitälern

Das Zentrum für klinische Forschung (Clinical Trial Unit CTU) im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) feierte im Februar sein 5-jähriges Bestehen. Fast gleichzeitig konnte es mit einer aussergewöhnlichen Anerkennung aufwarten: Die CTU des SPZ Nottwil wurde von der Swiss Clinical Trial Organisation (SCTO) als erstes assoziiertes Mitglied aufgenommen. SCTO ist die Dachorganisation der sechs CTUs an den Universitätsspitälern und am Kantons-

spital St. Gallen. Durch die assoziierte Mitgliedschaft ergibt sich eine grössere Nähe zu diesen (universitären) Forschungszentren und damit eine bessere Vernetzung sowie fachlicher Austausch; von hohem Stellenwert ist die Teilnahme an SCTO-Schulungen, um vom Know-how bedeutender Experten zu lernen und neuste Entwicklungen zu kennen. Das Nottwiler Team, bestehend aus drei promovierten Wissenschaftlern, zwei Studenten

und drei wissenschaftlichen Assistentinnen, beschäftigt sich unter anderem mit klinischen Studien rund um die Rehabilitation von querschnittgelähmten Patienten. Ihre Nähe zum SPZ vereinfacht vieles: Die Wissenschaftler sind direkt an der Front, Synergien können ohne Umwege genutzt werden und Patienten profitieren bereits während der Rehabilitation von wissenschaftlichen Studien.



Rasenmäher. Heidschnucken grasen auf den grossen Wiesen rund um das SPZ.

Einsatz für Natur gewürdigt

1999 erstmals zertifiziert, hat das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) für seine bewusste Umgebungsgestaltung erneut das «Zertifikat für naturnahe Firmenareale» der Stiftung Natur & Wirtschaft erlangt. Die 60 000 Quadratmeter grosse Naturoase rund um das SPZ gehört mit zum umfassenden Konzept der ganzheitlichen Rehabilitation von Menschen mit Querschnittlähmung. Das Areal bietet Erholung inmitten naturbelassener Flächen mit Weiden für Schafe; Biotop und kleinem Bach, in dem sich junge Forellen tummeln; Magerwiesen voller Blumen; Rosengarten, Obstbäumen und Hecken, die viele Vogelarten beherbergen. Die Naturschutzorganisation Natur & Wirtschaft wurde 1995 anlässlich des europäischen Naturschutzjahres vom Bundesamt für Umwelt BAFU und Wirtschaftsverbänden als gemeinnützige Organisation gegründet.

BESONDERE SPENDEN

Vertrauensvolle Zusammenarbeit



Seit 1993 unterstützt und fördert die gemeinnützige «Diana und Orville Stiftung» aus Zug Rollstuhlfahrer in der Schweiz. Viele Jahre bereits arbeitet sie auch mit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) zusammen. Diese Zusammenarbeit haben die beiden Stiftungen im Dezember mit einer fondsähnlichen Vereinbarung konkretisiert: Die SPS wird neu im Namen der «Diana und Orville Stiftung» Gesuche prüfen und Direkthilfe an einkommens- und vermögensschwache Querschnittgelähmte leisten. Dazu stellt die «Diana und

Orville Stiftung» der SPS dieses Jahr CHF 100 000 zur Verfügung. Heinz Frei, Stiftungsrat und Präsident der Gönner-Vereinigung der SPS, freut sich über die vertrauensvolle Partnerschaft; dankbar nahm er den Scheck von Ursula Müller und Arthur G. Nick, Delegierte und Präsident des Stiftungsrates der «Diana und Orville Stiftung», entgegen.

Reiselustige Gönner

Das Reisefieber hat die Gönner der Schweizer Paraplegiker-Stiftung gepackt: Eine attraktive Leseraktion im Juni-Magazin hat zahlreiche Bestellungen von freedreams-Hotelschecks der DuetHotel AG ausgelöst. Aus der Leseraktion resultierte ein Reinerlös von CHF 12 500, der vollumfänglich der Rehabilitation und Unterstützung von Querschnittgelähmten zugutekommt. Patrick Winzeler, Verkaufsleiter bei DuetHotel AG, überreichte den Scheck persönlich in Nottwil an Gabriella Bottoni (links) und Erika Schüpbach, beide von der Schweizer Paraplegiker-Stiftung.



Erfolgreiche Leseraktion

Das Spezialangebot ausgewählter Artikel der Rolf Knie Kunst AG im September-Magazin hat viele Leser angesprochen: Aus dem Verkauf von hochwertigen Produkten des bekannten Schweizer Künstlers resultierte eine Spende von über CHF 9000. Der Betrag ist für die Rehabilitation und Unterstützung von querschnittgelähmten Menschen bestimmt.

Bewundernswerte Solidarität



Persönliche Spendenübergabe. Salvatore Dimasi und seine Frau Loredana reisten mit ihren beiden Buben Daniele und Alessio kürzlich nach Nottwil.

Familie Dimasi aus Winterthur hat sich an der schweizerweiten Caritas-Aktion «eine Million Sterne» beteiligt. Sie hat mitgeholfen, dass am 13. Dezember 2014 an über hundert markanten Plätzen in der Schweiz zehntausende Kerzen brannten und als Symbol der Verbundenheit aller Menschen leuchteten. «Wir wollten bewusst machen, dass es Mitmenschen gibt, die es nicht immer leicht haben im Leben und unsere Unterstützung brauchen», sagt Salvatore Dimasi. «Unser Mitwirken hat CHF 1230 eingebracht», freut sich der Vater. Die Familie hat entschieden, das gesammelte Geld der Schweizer Paraplegiker-Stiftung zu spenden.

BRIEFE AN DIE STIFTUNG

Zuversicht schenken

Mein umgebautes Auto bei der Orthotec in Nottwil abholen zu können, war für mich wie Weihnachten, Neujahr und Geburtstag. Ich danke Ihnen herzlich für den wunderbaren Umbau und die Übernahme der Kosten. Die damit wiedergefundene Freiheit und Selbstständigkeit sind für mich sehr wertvoll.

Erika Gehrig, Gattikon ZH

Ich habe mein Handbike mit dem neuen elektrischen Antrieb erhalten. Sofort habe ich eine lange Ausfahrt aufs Land unternommen und bin sogar Steigungen gefahren, die für mich bis anhin unüberwindbar waren. Dank dem Antrieb bin ich auch schneller unterwegs; es war toll, den Fahrtwind zu spüren. Von ganzem Herzen Danke für dieses Geschenk.

Reza Chakour, Renens VD

Recht herzlich danke ich für den finanziellen Zustupf an das E-Handbike. Es hat für mich, trotz meiner 73 Jahre, grosse Bedeutung, und Ihr könnt sicher sein, dass es rege genutzt wird. Mit diesem Gerät halte ich meinen Kreislauf und Organismus auf Touren. Auch der gesellschaftliche Aspekt kommt nicht zu kurz, weil ich damit im weiteren Umkreis meiner Wohngemeinde Freunde erreichen kann. Dabei habe ich, trotz schlechtem Sommerwetter, bereits 600 km zurückgelegt.

Hans Wüthrich, Sissach BL

Wir danken Ihnen für die Finanzierung der Hotel-Übernachtungen auf dem SPZ-Areal. Dank dieser Hilfe kann ich mit unseren drei Kindern bei meinen Mann sein, was unsere Familie zusammenhält und uns allen den Mut und die Kraft gibt, um vorwärts zu schauen.

Sandra Nicolet Vidal, Villarimboud FR

Ich bin jetzt fast einen Monat zuhause und fühle mich angekommen. Die von Ihnen finanzierten Umbauten und technischen Hilfsmittel sind eine sehr grosse Unterstützung. Mein Leben ist dank Ihrer Stiftung trotz Rollstuhl sehr lebenswert. Dafür danke ich Ihnen aus tiefstem Herzen.

Hans-Peter Trachsel, Reinach BL

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung hat für mich ungedeckte Pflegekosten im Rahmen der Jugendreha übernommen. Die Jugendreha hat mir super gefallen und sehr, sehr gut getan. In den vielen Therapiestunden konnte ich einige neue Bewegungen erfahren und üben. Danke, dass die Stiftung die Kosten trägt, welche die IV nicht übernimmt.

Mattia Cattelan, Münchenstein BL



Vom Dunkel wieder ins Licht

Mitte April erscheint der «Kalender für Gesundheit und Lebensfreude 2016». Auf mehr als 120 Seiten enthält die Publikation ein ausführliches Kalendarium mit Monatsgeschichten zum Thema «Licht und Schatten». Die Reportagen handeln von Menschen, die helfen, Licht in einen Alltag zu bringen, wo ein Erlebnis dunkle Schatten wirft. Sie helfen, Leben zu erleichtern oder gar zu erheitern. Freiwillig Arbeitende beispielsweise unterstützen in der ganzen Schweiz bedürftige, alte oder behinderte Menschen, auch im Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil.

Ein Porträt stellt die Westschweizerin Aude Jardin vor: Auch mit Unterstützung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) fand die Paraplegikerin in ihrer ganzheitlichen Rehabilitation von einem Leben auf der Strasse wieder in die Gesellschaft zurück. Im Mittelpunkt der SPS-Tätigkeit steht die bestmögliche Wiedereingliederung von Menschen mit Querschnittlähmung.

Mit dem Kauf der Publikation, erhältlich in Deutsch und Französisch, zu CHF 19.50 unterstützen Sie diese Arbeit.

Bezugsquelle: Hallwag Kümmerly+Frey AG, Grubenstrasse 109, 3322 Schönbühl, Telefon 0848 808 404 (Lokaltarif), gesundheit@hallwag.ch

«Der kleine Joël sorgt für grosses Kino»

Ein knappes halbes Jahr ist Joël alt – Ursulina Hermann kann sich ein Leben ohne ihr Baby nicht mehr vorstellen. Es ist ein Leben wie im Film.

Aufgezeichnet von Mathias Haehl | Foto: Walter Eggenberger

« Wenn Joël morgens um 9 Uhr noch nicht selber wach wird, wecken mein Mann Christian und ich ihn sanft. Unser Baby hat schon im Alter von fünf Wochen die Nächte durchgeschlafen. Wenn er uns dann mit seinen hellblauen Augen anlächelt, geht mein Herz auf. Ich knuddle Joël und spiele mit ihm, sodass Christian, wenn es sein Dienstplan zulässt, mit unserem Assistenzhund Azur spazieren gehen und unser Frühstück vorbereiten kann.

Joël ist noch ein Leichtgewicht, deshalb gebe ich ihm bald nach dem Aufwachen schon einen ersten nahrhaften Schoppen – er soll ja einmal gross und stark werden. So starten unsere Tage jeweils prima!

Behinderung kein Risiko für Baby

Wir haben uns lange überlegt, ein Kind zu haben. Mit unserer Entscheidung sind wir extrem glücklich, denn Joël bereitet uns jeden Tag so viel Freude. Er ist ein Traumkind. Viele Unkundige wollten anfangs zwar wissen, ob meine Behinderung für das Baby kein Risiko darstelle. Keineswegs, denn ich habe keine vererbare Krankheit!

Seit ich bereits als Kind aufgrund eines Infektes, der das zentrale Nervensystem geschädigt hat, Lähmungen habe, macht es mir Mühe, Arme und Hände normal zu bewegen. Deshalb sind für mich die einfachsten Aufgaben wie das Windelnwechseln oder das Schöpfeln eine Herausforderung.

Dass ich ohne fremde Unterstützung die Säuglingspflege nicht alleine bewältigen kann, war uns von Anfang an bewusst. Deshalb habe ich eine Haushaltshilfe, die selber Mutter von drei Kindern ist. Sie unterstützt mich in der Säuglingspflege. Auch Familienangehörige, Freunde und Nachbarn sind äusserst hilfsbereit. Und immer wieder überrascht, wie gut ich die Mutterrolle meistere.

Auffällige Kleinfamilie

Nach dem Mutterschaftsurlaub werde ich wieder meine Teilzeitanstellung bei der Behinderten-Selbsthilfeorganisation Procap aufnehmen. Wenn dann die Freizeit weniger wird, werde ich mich umso mehr freuen, wenn wir gemeinsam an freien Nachmittagen Ausflüge machen. Wir sind eine auffällige Kleinfamilie: Unser Wonneproppen im bunten Kinderwagen, mein Mann, unser rumspringender Golden Retriever und ich im Elektro-Rollstuhl. Klar, dass Joël dabei immer unser kleiner Star ist.

Wie in einem schönen Film

Manchmal komme ich mir wie in einem schönen Film über eine glückliche Familie vor. Wenn unser süsser Schatz abends eingeschlafen ist, lieben wir es sehr, unsere Abende mit DVD-Spielfilmen zu verbringen. Joël scheint

unsere Vorliebe für das bewegte Bild zu teilen: Alles, was raschelt und glänzt, sowie jede Lichtquelle faszinieren ihn.

Welche Freude für meinen Mann, der sich als Hobbyfotograf nicht mit Blitzlicht zurückhalten muss und schon traumhafte Bilder von uns gemacht hat! Es sind rührende Szenen wie von der Leinwand – mit unserem Baby als Model. Der kleine Joël sorgt bei uns für grosses Kino.

Schwanger mit Joël. Erinnern Sie sich noch? Vor einem halben Jahr brachten wir im Paraplegie-Magazin dieses Porträt.



Ursulina Hermann
Die 30-jährige Bühnenrätin lebt mit ihrem Mann Christian (38) in Luzern. Im Alter von rund sechs Monaten haben ihre Eltern bei ihr erste Bewegungsstörungen festgestellt. Bis diese von einem Kinderarzt bestätigt wurden, dauerte es über ein Jahr. Heute lautet die Diagnose einer anderen (incomplete) Scharlagie. Ihre Ausbildung hat die gelernte Kaufrau in einer Anwaltskanzlei in Chur absolviert. Dort arbeitet sie in einem Teilzeitpensum, als Projektkoordinatorin bei Procap Schweiz. Zudem betreut sie als Vorsammlungsleiterin des Rollstuhlsports Chur die Ressort Soziales und Recht.

Der rote Teppich ist ausgerollt!



Martin Senn ist freischaffender Illustrator.



bis **70%**

**PROZENT ALP- & ALPHÜTTEN
WINTERSET-RABATT!**

Ihrer Gesundheit, Fitness und Umwelt zuliebe

Funktionsboxer **SKINETIC® PERFORMANCE MID**

Wärmt im Winter. Kühlt im Sommer. Die Hightech Boxershort für Sie & Ihn

4 Funktionsboxer nach Wahl statt* **169.- 69.-**

- + 10 Komfortzonen
- + 3D Hightech Strick- & Fasertechnologie
- + AirCUBE Luftkammer-system (Skinfresh)
- + nahtlos verarbeitet
- + perfekte Passform
- + optimaler Halt, max. Bewegungsfreiheit
- + fördert / unterstützt die Blutzirkulation
- + atmungsaktiv
- + antibakteriell
- + schnell trocknend
- + 100% permanente Faserfunktionen
- + 100% chemiefrei
- + Material baumwollähnlich (91% Polyamid, 8% Elastane)
- + 2 Jahre Vollgarantie

Perfekt für Sport, Freizeit, Reisen & Büro

www.careshop.ch

TITANIUM SERIE OUTDOOR FUNKTIONSJACKE 6 IN 1

Unsere SAC Verkaufshits

Ski- & alpinert. Höchste Funktionalität.

HELMMASKE
STURM MASKE
FLEECE 300
FLEECE 150
SCHNEEFANG

6 IN 1
1 Multifunktionelle Trekking-/Ski-Jacke
2 Wind- & Schneefang
3 Innenfleece-Jacke 150g/L
4 Innenfleece-Jacke 300g/L
5 Helmmaske
6 Sturmmaske

100% PFC FREE

TOP KUNDEN BEWERTUNG

10 Farben / 9 Größen
2XS, XS, S, M, L, XL, 2XL, 3XL, 4XL

Made in Nepal

www.careshop.ch

SPORTBRILLE EXPLORER KlimaControl PRO

Perfekt klare Sicht bei allen Outdoor-Aktivitäten und Wetterverhältnisse.

SWISS MADE
FRANZÖSISCH

12 IN 1
statt* **569.- 169.-**

DMLIN 12 x Vision Options – Sie kaufen 1 Glas und erhalten...

- + 100% Augenschutz (UV400, UVA, UVB + UVC)
- + Extrem leicht & flexibel
- + Riss- & stossfest
- + Chemikalien-, temperatur- & UV-beständig
- + Antiallergisch
- + Im SET inbegriffen 9 Gläser / 6 Tönungen (in 5 Kategorien)
- + 8 Rahmenfarben
- + verstellbare Nasenauflage/Brillenbügel
- + verstellbares/abnehmbares Band
- + 2x Schweiß-Rückhaltestreifen
- + Hardcasebox

INKLUSIVE (im Wert von 349.-)

1 optischer Einsatz für Korrekturgläser (max.+/-2.5 dpt) und 2 Fassungen für Gläser mit/ohne Sehkraft (max.+/-6 dpt) und 8 Polycarbonat-Filtergläser

Optional Premium Gläser:
• Fotochrom beschicht.
• Polarisierend

www.careshop.ch

Klopf- und Vibrationsmassagegerät uTAP & uVIBE 2 IN 1

Körper & Geist im Einklang.

uTAP uVIBE

12-MONATIGE GARANTIE

statt* **249.- 129.-**

- + Ganzkörper-Klopfmassage
- + Infrarotlicht zuschaltbar (uTAP)
- + Vibrationsmassage stufenlos
- + 6 Massageaufsätze (Noppen, Fünfpunkt)
- + Entspannung der Muskulatur
- + Fördert Durchblutung
- + 2 Jahre Garantie

www.careshop.ch

FAZOR® 5 IN 1 – 5fach Scherkopfrasierer + Haarschneide + Barttrimmer + Ohr- & Nasenhaartrimmer + Zahnbürsten-Set

Wie ein Schweizer Taschenmesser.

Der Superschnell-Rasierer mit tollen Zusatznutzen

100% Made in Nepal
100% Swiss Design Quality
100% PFC-frei
100% Wasserkraft
Produziert mit Ökostrom aus Wasserkraft!

TITANIUM SERIE OUTDOOR-/ FUNKTIONSHOSE 3 IN 1

TOP KUNDEN BEWERTUNG

WASSERDICHTER AUSSERSCHEIDER
SIDE-WATERBLOCK

3 IN 1
1 Multifunktionelle Trekking-/Ski-Hose
2 Schneefang
3 Micro-Fleece Innenhose

16 Aufsteckbürsten
Reise-Necessaire
Powerpod Ladestation

GRATIS – im Wert von 98.-

www.careshop.ch

BRAINGAMES® – Holz Spielset 25 IN 1

Train your Brain!

Für die ganze Familie – digital abschalten und offline genießen!

DMLIN

25 IN 1
statt* **129.- 69.-**

- + 25 Spiele
- + 50 verschiedene Spiel-Varianten
- + 100% Fun
- + 11 Brettspiele
- + 7 Kartenspiele
- + 5 Würfelspiele
- + 100% Echtholz
- + Mikado
- + Dominosteine
- + Spielanleitungen

www.careshop.ch

Oberarm-Blutdruckmessgerät + Alarm + Reisewecker **OMLIN BPM MED8**

Vorbeugende Gesundheitskontrolle im Taschenformat!

Kleinstes + Leichtestes (190 g) Oberarm-Blutdruckmessgerät

OMLIN

statt* **298.- 98.-**

- + Digitales Blutdruckmessgerät
- + Reisewecker
- + 2 Nutzerprofile
- + 2 Oberarm-Manschetten (S/M, L/XL)
- + Hohe Messgenauigkeit
- + Transparenter Aufbewahrungsständer
- + Neoprentasche
- + Netz und Batterie

www.careshop.ch

Druckfehler vorbehalten. Preise inklusive MwSt. zuzüglich Versandkosten. Eine Lieferung erfolgt solange der Vorrat reicht. *Summe der Einzelpreise Bild- und Darstellungsabweichungen sind möglich. 2-5 Jahre Vollgarantie auf das gesamte Sortiment!
CARESHOP GmbH, c/o Bürgerspital Basel
Ruchfeldstrasse 15, 4142 Münchenstein
Bestellungen: online, per Telefon, Fax oder Post

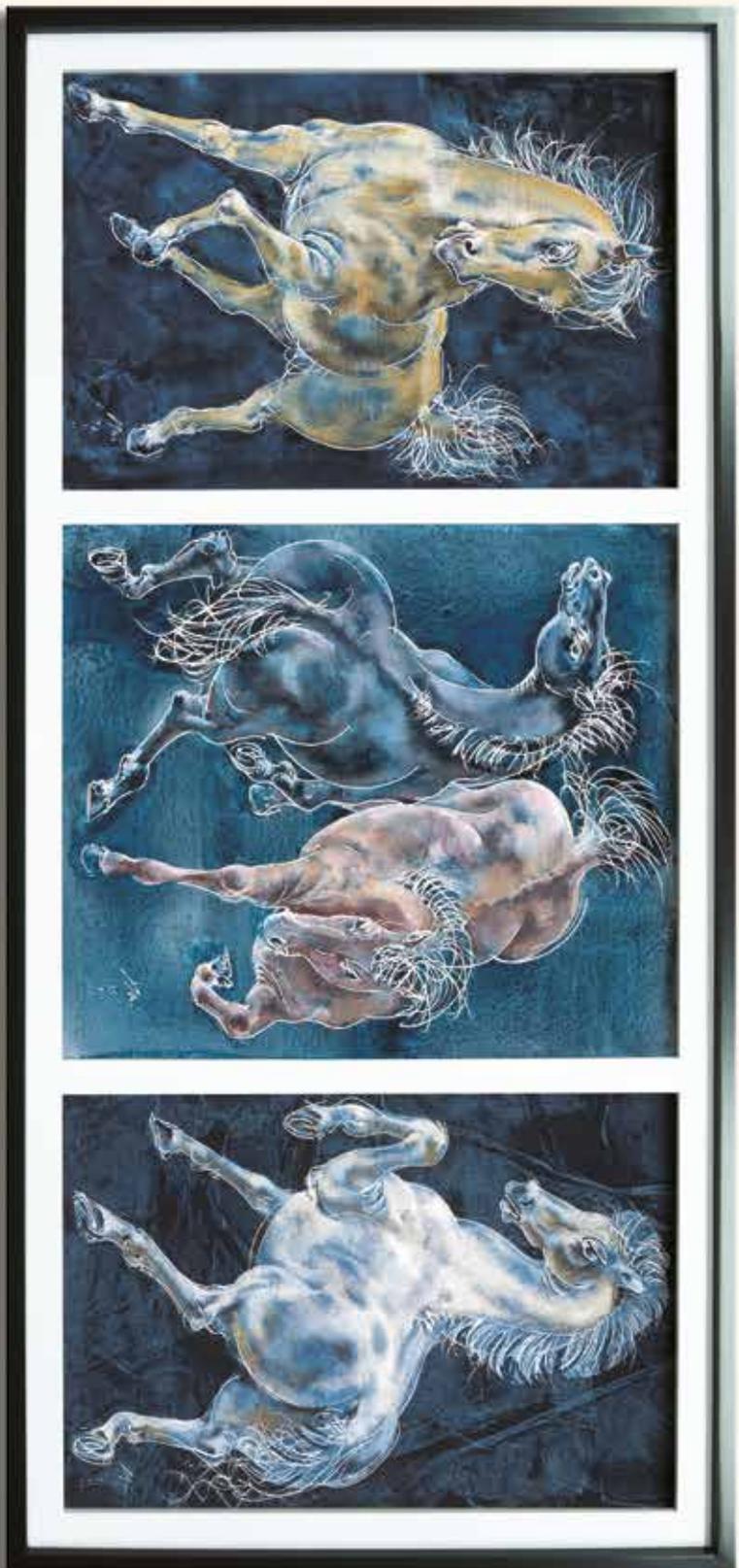
BESTELLUNG UND BERATUNG
www.careshop.ch
0848 900-200 FAX -222

Artikel / Grösse / Farbe	Menge	Preis
Mediacode: Paraplegie 0315 Datum / Unterschrift / Adresse		Total



HANS ERNI

Kunst bereichert unser Leben...



Das Triptychon der Pferde
Auf Glas, in Sondergrösse 112 x 56 cm

Limitiert auf 2000 Exemplare

Aufwendig gefertigter, massiver Passepartout-Rahmen im Preis inbegriffen • Optimale Farbübertragung • Mit Echtheits-Zertifikat • Von Hand nummeriert

Dieses aufsehenerregende Triptychon von Hans Erni stellt eine exklusive Besonderheit dar. Es ist das erste Pferde-Triptychon, das der renommierte Schweizer Maler redigiert hat. Harmonisch reihen sich die drei Gemälde aneinander. Mit seiner unverkennbaren Strichführung, die Hans Erni so meisterhaft beherrscht, charakterisiert er hervorragend das Ungestüme dieser edlen Pferde.

Preis: Fr. 750.-- oder 5 Raten à Fr. 150.-- (+ Fr. 16.90 Versand + Service)

Für Online-Bestellung www.bradford.ch/hans-erni
Referenz-Nr.: 53457

The Bradford Exchange, Ltd. • Jöchlerweg 2 - 6340 Baar
Tel: 041 768 58 58 • Fax 041 768 59 90 • e-mail: kundendienst@bradford.ch

EXKLUSIV-BESTELLSCHHEIN

Einsendeschluss: 20. April 2015

53457

Mit 365-Tage-Rücknahme-Garantie

Ja, ich bestelle das "Triptychon der Pferde" von Hans Erni

Ich wünsche eine Gesamtrechnung Monatsraten

Ich bezahle per MasterCard oder Visa

Gültig bis: _____ (MMJJ)

Vorname/Name *Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen*

Strasse/Nummer

PLZ/Ort

E-mail

Unterschrift

Telefon

THE BRADFORD EXCHANGE

Bitte einschicken an: The Bradford Exchange, Ltd.
Jöchlerweg 2, 6340 Baar