

# Paraplegie



Das Magazin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung  
März 2026

## Zurück nach Hause





Schweizer  
Paraplegiker  
Stiftung



Berührend,  
interaktiv und  
erlebnisreich

Besuchszentrum ParaForum

# Das sinnvolle Ausflugsziel

Besuchen Sie uns in Nottwil.  
[paraforum.ch](http://paraforum.ch)

# Aus Ideen wird Realität

Im vergangenen Jahr durften wir gemeinsam mit Ihnen und Gründer Dr. Guido A. Zäch das 50-jährige Bestehen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) feiern. Der Blick in die bewegte Geschichte der Stiftung zeigte eindrücklich, was Vision und Solidarität zusammen bewirken können – denn nur dank des Rückhalts in der Bevölkerung ist unser Engagement für Menschen mit Querschnittlähmung überhaupt möglich.

Ein wichtiges Anliegen ist das Wohnen. Rollstuhlfahrende können nach der Erstrehabilitation nicht einfach zurück nach Hause. Oft sind aufwendige Umbauten notwendig, damit sie den Alltag im bisherigen Umfeld wieder aufnehmen können. Deshalb setzt sich die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) für barrierefreie Wohnungen ein und unterstützt die Betroffenen mit einem umfassenden Angebot (siehe Seite 8).

Bereits vor zehn Jahren beteiligten wir uns an 25 hindernisfreien und altersgerechten Wohnungen in Nottwil. 2020 eröffnete die Gruppe in Schenkon LU die erste Para-Wohngemeinschaft für junge Menschen mit Querschnittlähmung. Und heute realisieren wir in Zürich eine innovative Wohnform, in der querschnittgelähmte Personen und Studierende inklusiv zusammenleben (siehe Seite 20).

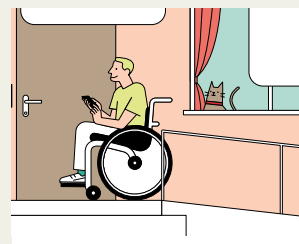
Mit Ihrer Treue und Unterstützung helfen Sie mit, dass solche Ideen erfolgreich umgesetzt werden können. Dafür danke ich Ihnen von ganzem Herzen.



**Dr. iur. Joseph Hofstetter**  
Direktor Schweizer Paraplegiker-Stiftung



**8 Wohnraumabklärung**  
Der Weg zum selbstbestimmten Wohnen.



**14 Typische Umbauten**  
Kleine Barrieren werden zum grossen Problem.

**16 Active Communication**  
Martin Hailers Fernbedienung für die Wohnung.

**19 Gönnervereinigung**  
Einladung zur Mitgliederversammlung.

**20 Inklusive Wohngemeinschaft**  
Ort der Inspiration: die Para-WG in Zürich.



**22 Begegnung**  
Gion Stiffler steuert sein Leben mit dem Kinn.



**28 Ambulante Reha**  
Wichtige Erweiterung des Behandlungsangebots.

**30 Auszeichnung**  
Die SPG erhält den Swiss Arbeitgeber-Award.

**31 IPS-Pflegefachfrau**  
Isolde Kunde ist eine feinfühligke Mutmacherin.

## Impressum

**Paraplegie** (50. Jahrgang), das Magazin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Ausgabe März 2026, Nr. 197, erscheint vierteljährlich in Deutsch, Französisch, Italienisch **Gesamtauflage:** 1 038 323 Exemplare (begl.) **Herausgeberin:** Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil **Nachdruck:** nur mit Genehmigung **Mail:** redaktion@paraplegie.ch

**Redaktion:** Stefan Kaiser, Chefredaktor (kste), Peter Birrer (pmb), Simon Rohrer (rohs), Andrea Zimmermann (anzi), Christine Zwygart (zwo) **Gestaltung:** Andrea Federer, Leitung, Daniela Erni **Konzeption:** Agentur Guido Von Deschwanden **Fotos:** Adrian Baer (baad), Walter Eggenberger (we), Sabrina Kohler (kohs), Joel Najer (najo), Astrid Zimmermann-Boog (boa) **Illustration:** Roland Burkart, Anja Wicki

**Druck:** Vogt-Schild Druck AG, 4552 Derendingen

**Cover:** SPZ-Patient Florian Schuler testet seinen Bewegungsradius im ParaForum in Nottwil. (Foto: kohs)

# 300 000

**Personen haben  
Anfang 2026 den  
Newsletter der  
Schweizer  
Paraplegiker-  
Stiftung abonniert.  
Danke für Ihr  
Interesse!**

+ [newsletter@paraplegie.ch](mailto:newsletter@paraplegie.ch)

## Barrieren abbauen – per Kurzvideo

2026 führt die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ihr bereits bestehendes Social-Media-Projekt zur Wissensvermittlung in einem neuen Format fort: Kurzvideos geben Einblick ins Leistungsnetz der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) und zeigen, wie die Mitarbeitenden in Nottwil Menschen mit Querschnittlähmung mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität ermöglichen. Die Beiträge stellen die Arbeit der SPG vor und teilen relevantes Wissen mit der Öffentlichkeit, um Barrieren abzubauen.

+ [paraplegie.ch/newsroom](https://paraplegie.ch/newsroom)

## ParaForum: E-Learning für Schulen

Das Besuchszentrum ParaForum in Nottwil ist ein beliebtes Ausflugsziel für Schulklassen. Anhand eines individuell zusammengestellten Programms erfahren Schülerinnen und Schüler ab der vierten Klasse spannende Zusammenhänge über Querschnittlähmung, Inklusion und körperliche Beeinträchtigung – von betroffenen Menschen aus erster Hand. Um die Themen in den Unterricht einbeziehen und abwechslungsreich vermitteln zu können, bietet das ParaForum seine Schulunterlagen neu als E-Learning an. In Deutsch, Französisch und Italienisch.

+ [paraforum.ch](https://paraforum.ch)



## Hockeymatch im Zeichen der Inklusion

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung war Ende Januar «Match-Day-Partnerin» beim HC Lausanne. Gemeinsam mit dem Westschweizer Hockeyclub hat sie für die Themen Querschnittlähmung und Inklusion sensibilisiert und dem Publikum auf spielerische Art die Arbeit der Schweizer Paraplegiker-Gruppe vorgestellt. Giulia Damiano, Protagonistin der Romandie-Kampagne der Stiftung, unterstützte den Auftritt als Botschafterin. Die Lausannerin gab Pauseninterviews und zeichnete nach Spielende gemeinsam mit dem Parasporthler Serge Meystre den «Player of the Match» aus.

+ [paraplegie.ch/eishockey](https://paraplegie.ch/eishockey)

## Weaning- Symposium am SPZ

Zwischen dem Weaning – der Entwöhnung von der Beatmungsmaschine – und der Notwendigkeit zur Langzeitbeatmung besteht ein schmaler Grat. Am Symposium vom 10. Juni in Nottwil zeigen die Weaning-Expertinnen und -Experten des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ), welche Aspekte über Erfolg oder Scheitern in komplizierten Beatmungsfällen entscheiden.

+ [paraplegie.ch/weaning](https://paraplegie.ch/weaning)

# Wings for Life World Run: Startplätze zu gewinnen



Die grösste Laufveranstaltung der Welt findet für einen guten Zweck statt: 100 Prozent des Startgelds fliessen unmittelbar in die Rückenmarkforschung. Als nationale Partnerin des Anlasses verlost die Schweizer Paraplegiker-Stiftung 5 × 2 Startplätze für den bereits ausverkauften Flagship Run am 10. Mai in Zug.

Über den untenstehenden Link können Sie direkt an der Verlosung teilnehmen. Teilnahmeschluss: 20. März. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

[+ paraplegie.ch/wings](https://paraplegie.ch/wings)

## Mehr Platz für Rollstuhlfahrende

Zwischen Sursee und Nottwil verkehren neu zwei Gelenkbusse, die erstmalig in der Schweiz Platz für vier Rollstuhlfahrende bieten. Der Verkehrsverbund Luzern und die Rottal Auto AG reagieren darauf, dass immer mehr Menschen mit eingeschränkter Mobilität mit dem öffentlichen Verkehr fahren. Das Bundesamt für Verkehr hat die Spezialbusse beschleunigt zugelassen. – Ein starkes Zeichen für mehr Barrierefreiheit im öffentlichen Raum.



## Inklusion auf der Piste

Zwei Monoskibob-Kids samt Skilehrer von Rollstuhlsport Schweiz waren im Januar mittendrin im Jugendskilager 2026, dem grössten Skisportlager der Schweiz. Der traditionsreiche Event bot den idealen Rahmen, um Barrieren abzubauen und Wintersport für alle erlebbar zu machen. Das Engagement der Beteiligten zeigte, wie Inklusion im Sport gelingt – selbstverständlich, partnerschaftlich und mit viel Begeisterung.

# Der Perspektivenwechsel

**Zwischen der Schweizer Paraplegiker-Gruppe und der Hochschule Luzern bestehen mehrere Kooperationen. Ein schönes Beispiel ist der «Perspektivenwechsel» im Studiengang Medizintechnik | Life Sciences.**

«Mitzuhelfen bei der move-on-Sportwoche, war unglaublich bereichernd», sagt Viki Tönz. Die 22-Jährige studiert an der Hochschule Luzern (HSLU) Medizintechnik. Die Möglichkeit eines freiwilligen Einsatzes in Nottwil nutzte sie für einen «Perspektivenwechsel» im Rahmen ihrer Ausbildung.

Bei 10 der insgesamt 25 Sport- und Freizeitaktivitäten des move-on-Camps unterstützte Viki Tönz die betroffenen Menschen mit verschiedenen Hilfestellungen – vom Transfer ins Ruderboot bis zum Einsammeln von Curlingsteinen. Dabei erlebte sie aus erster Hand, dass die Bedürfnisse der Rollstuhlfahrenden manchmal andere sind, als es sich die Produktdesignerinnen und -designer an einer Uni vorstellen. «Konkrete Erfahrungen in der Praxis sind eine wertvolle Ergänzung zum theoretischen Unterricht», sagt sie. «Die Woche in Nottwil hat mir vieles aufgezeigt.»

## «Ich traf starke Menschen»

Am jährlich durchgeführten move-on-Camp können Rollstuhlfahrende eine breite Palette an Aktivitäten entdecken und unter Anleitung gleich selbst ausprobieren. Das beliebte Angebot der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung benötigt viele helfende Hände. Viki Tönz beeindruckten dabei insbesondere die Begegnungen: «Ich lernte starke und selbstständige Menschen kennen. Das hat meine Vorurteile über die Hilflosigkeit im Rollstuhl radikal verändert.» Für ihr Studium nimmt sie die Erkenntnis mit, dass bereits Kleinigkeiten im Design eine grosse Auswirkung auf die Benutzerfreundlichkeit haben.

«Für Studierende ist es sehr wichtig, direkt zu sehen, für wen sie etwas entwickeln», erklärt HSLU-Professor Piero

Angelo Marangi. «Ob dies betroffene Menschen in ihrem Alltag oder Fachpersonen im Operationssaal sind – die Perspektive der Nutzenden erschliesst sich erst bei der konkreten Anwendung in der Praxis.» Um seinen Studierenden solche bereichernden neuen Blickwinkel zu ermöglichen, hat der Professor im Rahmen des Studiengangs Medizintechnik | Life Sciences mehrere Modulangebote der Zusammenarbeit mit Institutionen entwickelt.

## Alle Beteiligten profitieren

Diese Perspektivenwechsel verändern nicht nur das Design der Produkte, sie haben auch Einfluss auf die Weiterentwicklung des Studiengangs in Luzern. Darüber hinaus profitieren auch die beteiligten Institutionen vom freiwilligen Engagement der Studierenden. «Letzt-

lich profitieren alle davon, wenn man sich auf Augenhöhe begegnet», sagt Piero Angelo Marangi.

Studentin Viki Tönz erzählt, dass ihre Erwartungen am move-on-Camp bei weitem übertroffen wurden: «Die Woche in Nottwil war hervorragend organisiert. Und es herrschte unter allen Beteiligten eine wunderbar familiäre Atmosphäre.» Schon im nächsten Semester plant sie, beim Dachverband PluSport einen weiteren Perspektivenwechsel vorzunehmen. (kste)



Rückblick Sportcamp  
«move on» 2025

+ [hslu.ch/medizintechnik](https://hslu.ch/medizintechnik)



**Einsatz am «move on»: Viki Tönz als Spielpartnerin beim Rollstuhltennis.**

© Tobias Lachner



**Botschaften der Hoffnung: Noelle Balet (links) übergibt die Weihnachtskarten an Andrea Neyerlin (SPS).**

# Bewegende Weihnachtsaktion

## Acht Walliser Schulklassen überraschen die Patientinnen und Patienten des SPZ.

Ein bewegender Moment, kurz vor Weihnachten: Lehrerin Noelle Balet bringt den Patientinnen und Patienten in Nottwil ein Geschenkpaket voller Weihnachtskarten vorbei, die von acht Klassen des Schulzentrums Gröne im Wallis gestaltet wurden. Die Schülerinnen und Schülern aus der Westschweiz senden Botschaften der Unterstützung, des Muts und der Hoffnung in einer Zeit, in der manche Betroffene weit weg von ihren Familien sind. Ihre Karten haben sie im Unterricht vorbereitet, begleitet von Diskussionen über Themen wie Behinderung, Resilienz oder die Bedeutung von Solidarität.

Die Lehrerin kennt das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) gut. Ihr Sohn stürzte 2024 achtzig Meter tief von einer Klippe und ist seither querschnittgelähmt. Zehn Monate lebte die Familie an seiner Seite in Nottwil. «Tagtäglich

erlebte ich die Realität, den Mut, aber auch die Einsamkeit der Patientinnen und Patienten», sagt Noelle Balet. «Als Mutter und Lehrerin erschien es mir wichtig, die schwierige Zeit, die wir erlebt haben, in eine Geste der Solidarität und des Miteinanders zu verwandeln.» So entstand die Weihnachtsaktion.

Die Schulklassen nahmen die Idee engagiert auf – und so entwickelte sich im Schulzentrum von Gröne ein regelrechter Solidaritätsschub. «Das Projekt hat dazu beigetragen, die menschlichen Werte unserer Jugend zu stärken und zentrale Überlegungen zu Inklusion, Diversität, Respekt und gegenseitiger Hilfe anzustossen», sagt die Initiantin. Der kollektive Akt der Solidarität war für alle eine prägende und bereichernde Erfahrung. **(red, we)**

### Kolumne



#### Zielvorstellung

Augen blicken mich an. Mit mir wird geredet. Lasst mich in Ruhe, denke ich im Bett auf der Intensivstation, beatmet und stumm wie ein Fisch. Ich verstehe alles, mich aber versteht niemand. Jetzt Ziele vor Augen zu haben, ist unmöglich. Dann die Erlösung. Ein Sprechventil gibt mir meine Sprache und Würde zurück. Perspektiven tauchen auf, Zielvorstellungen machen wieder Sinn. – Das waren Gedanken, die mir eine Patientin im Gespräch anvertraut hat.

#### Zielsetzung

Mit Betroffenen neue Perspektiven und Zielvorstellungen entwickeln, um im Alltag wieder «Fuss» zu fassen – das ist unsere Zielsetzung. Das 50-jährige Jubiläum der Schweizer Paraplegiker-Stiftung war uns Anlass, Ihnen als Mitglied Danke zu sagen. Denn nur mit Ihren Beiträgen können wir mit den Betroffenen die Zielsetzungen erreichen.

#### Ziellinie

Dank Ihrer Treue werden Wohnungen und Autos so umgebaut, dass Querschnittgelähmte Ziele erreichen wie selbstständig zu wohnen, einer Arbeit nachzugehen oder in der neuen Para-WG in Zürich zusammen mit Gleichaltrigen in echter Teilhabe zu leben. Eine Ziellinie für mehr Chancengerechtigkeit haben wir im August mit der Nationalen Strategie für querschnittgelähmte Menschen erreicht. – Danke, dass Sie als Mitglied dabei sind und den Betroffenen helfen, Ziellinien zu erreichen.

**Heidi Hanselmann, Präsidentin  
Schweizer Paraplegiker-Stiftung**



Das erste Mal wieder zu Hause:  
Fabian und Mirjam Schuler in  
ihrer Wohnung in Alpthal SZ.

# Der Weg zum selbstbestimmten Wohnen

**Die Rückkehr ins angestammte Umfeld ist für Menschen mit Querschnittslähmung nicht selbstverständlich. Oft sind Umbauten notwendig, damit sie wieder bei sich zu Hause wohnen können.**

## F

Fabian Schuler ist aufgeregt. Heute darf er zum ersten Mal während seiner Erstrehabilitation nach Hause – zur Wohnraumabklärung. Ein ganzes Team von Fachpersonen wird seine Wohnsituation begutachten und eine Bauberatung erstellen, damit er seinen künftigen Alltag in einer barrierefreien Umgebung gestalten kann. Noch weiss der 32-jährige Forstwart nicht, was ihn daheim erwartet und wie er auf die Erinnerungen an sein altes Leben reagieren wird.

Auf der Autofahrt vom Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) nach Alpthal SZ gehen ihm viele Punkte durch den Kopf, die geklärt werden sollen. Doch bereits in der Garage ist Endstation. Mit dem Rollstuhl schafft es der Paraplegiker nicht durch die enge Eingangstüre des Hauses. Im Schneetreiben wächst seine Enttäuschung. «Ich kann nichts machen», sagt er. «Man wird vor seinem Haus ausgeladen und kommt einfach nicht mehr rein.» Es ist ein trauriger Moment.

Auch die professionelle Rampe, die sein Bruder Mike ins Treppenhaus eingebaut hat, muss wieder abmontiert werden. Die Treppe ist zu steil, um den Rollstuhl darauf hochzustossen. Über

eine Hintertüre und mit der Hilfe seiner Ergotherapeutin erreicht er schliesslich die Wohnung im ersten Stock. Dabei wird ihm bewusst, wie lang der Weg noch ist, bis ein Leben im vertrauten Umfeld wieder möglich sein wird.

### **Die Wohnsituation beeinflusst die Selbstständigkeit**

Zwei Monate sind seit seinem verhängnisvollen Unfall beim Motocross vergangen. «Fabian war eigentlich ein sicherer Fahrer», sagt seine Frau Mirjam. «Es war sein Hobby, und er kannte die Limiten.» Nur drei Monate vor dem Unfall hatte das Paar geheiratet. Die Familienplanung steht an. Zudem wollen die beiden das Mehrfamilienhaus kaufen, in dem sie und Mike Schuler seit sechs Jahren leben. Mit dem Unfall werden die skizzierten Pläne hinfällig.

Am SPZ in Nottwil ging Ergotherapeutin Miriam Ploner das Thema Wohnen schon in der ersten Woche mit dem Paar an. «Die Wohnsituation hat einen grossen Einfluss auf die spätere Selbstständigkeit», sagt sie. Bei Paraplegikern dauert die stationäre Rehabilitation rund vier Monate. Daher müssen Umbaumassnahmen bereits geplant wer-

den, während die Patientinnen und Patienten noch mitten in der Verarbeitung ihres Schicksalsschlags stecken. Aufgrund ungenauer Medienberichte gehen die Betroffenen zunehmend davon aus, dass sie nach der Rehabilitation wieder zu Fuss heimgehen und nicht mit Einschränkungen und Hilfsmitteln leben müssen. In diesem Moment ist eine Wohnraumabklärung für sie und ihre Angehörigen ein emotional schwieriges Thema.

«Wir versuchen, möglichst sachte und einfühlsam heranzugehen», erklärt die Ergotherapeutin. «Aber wir müssen auch evaluieren können, welche Anpassungen und Hilfsmittel bis zum Austritt unbedingt notwendig sind.» Wie rollstuhlgängig eine Wohnung tatsächlich ist, zeigt sich erst vor Ort. Denn oft vergessen werden Schwellen zwischen den Räumen, Türbreiten, kleine Stufen, die Höhe von Arbeitsgeräten oder ungeeignete sanitäre Installation.

### **Punkt für Punkt wird geprüft**

Fabian und Mirjam Schuler hatten mehrere Wochen Zeit, sich auf den heutigen Termin vorzubereiten. Auch sie gingen zunächst davon aus, dass keine

Anpassungen nötig sein werden, sagt Mirjam Schuler: «Jetzt können wir uns besser mit dem Umbau anfreunden – auch mit dem Hintergedanken, dass wir dann bereits eine Lösung fürs Alter haben». In Alpthal möchte das Paar bleiben: «Wir fühlen uns sehr wohl hier. Wir haben ein gutes Umfeld und bekommen viel Unterstützung.»

Zur Wohnraumabklärung gekommen sind auch ein Architekt des Zentrums für hindernisfreies Bauen (ZHB) der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung sowie ein Berater der unabhängigen Fachstelle SAHB, der die Sichtweise der Invalidenversicherung (IV) vertritt. Ergotherapeutin Miriam Ploner leitet den Ablauf. Mit ihrem Patienten, seinen Angehörigen und den Fachpersonen geht sie die anstehenden Themen durch und weist auf die körperlichen Einschränkungen hin, die zu beachten sind.

Alle Räume werden anhand einer Checkliste Punkt für Punkt angeschaut. Auch Fabian Schulers Bewegungsradius wird geprüft – Türen öffnen, Schwellen überwinden, einen Topf vom Herd nehmen, Schubladen öffnen, im Rollstuhl manövrieren. Während der Bauberatung diskutieren die Fachleute für jeden Punkt Lösungsmöglichkeiten. Doch immer wieder müssen Ideen verworfen

und neue Varianten entwickelt werden, weil der SAHB-Berater darauf hinweist, dass die IV eine vorgeschlagene Lösung nicht finanzieren wird.

#### Für die IV geht es um die Kosten

«Einfach und zweckmässig» soll der Umbau für die Sozialversicherung sein. Das bedeutet, dass oft zwischen verschiedenen Bedürfnissen entschieden werden muss. Braucht es eine breitere Eingangstüre, damit auch Fabian Schuler an den Briefkasten kommt und nicht nur seine Frau? Oder wird stattdessen die Garagentüre per Rampe erschlossen? Sind unterfahrbare Arbeitsflächen in der Küche nötig, wenn der Rollstuhlfahrer kein Hausmann ist, sondern auswärts arbeitet? In einer für den Patienten fragilen Situation geht es nicht um barrierefreie Wohnwünsche. Für die IV stehen die Kosten im Vordergrund.

Am meisten Gedanken macht sich das Ehepaar über das enge Treppenhaus. Der SAHB-Berater plädiert für einen Deckenlift, an dem der Rollstuhlfahrer auf einer hängenden Plattform ähnlich einem Sessellift in den ersten Stock hochgezogen wird. Das zweite Stockwerk, das das junge Paar für ihre geplante Familie ebenfalls umbauen möchte, wäre nicht erschlossen. Für die



**«Wenn möglich, versuchen wir eine akzeptable Umbaulösung zu finden.»**

**Joseph Hofstetter,  
Direktor SPS**

beiden ist klar: Sie benötigen einen Vertikallift, der alle Ebenen des Hauses erschliesst – auch wenn die Finanzierung noch unsicher ist.

#### «Unser Vorteil: Wir sind schnell»

Für die Direkthilfe der Schweizer Paraplegiker-Stiftung sind Umbauten ein wichtiges und kostenintensives Thema. Viele der Gesuche stammen von älteren Personen, die keinen IV-Anspruch mehr haben, erklärt SPS-Direktor Joseph Hofstetter: «Erfolgt die Querschnittlähmung nach dem Eintritt ins Pensionsalter, übernimmt keine Sozialversicherung mehr die Kosten. Dann muss die Stiftung einspringen, damit die Betroffenen wieder zurück in ihre vertraute Umgebung können.»

Bei Menschen, die noch im IV-Alter stehen, leistet die SPS eine Vorfinanzierung, damit der Umbau während des Klinikaufenthalts beginnen kann. Ansonsten müssten die Patientinnen und Patienten rund ein halbes Jahr auf den

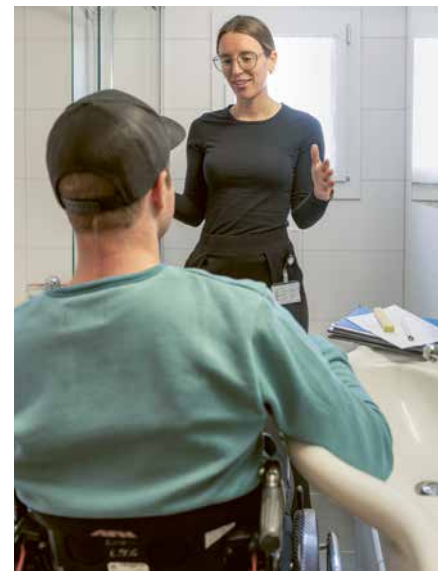
### Zentrum für hindernisfreies Bauen (ZHB)

Als Fachbereich der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung plant und realisiert das ZHB hindernisfreie Wohn- und Arbeitslösungen für Menschen mit körperlicher Behinderung. Ein erfahrenes Team übernimmt alle Aufgaben – von der kostenlosen Bauberatung über Planungsaufträge bis zur Bauleitung und Abnahme. Das spezialisierte Architekturbüro arbeitet eng mit der Schweizer Paraplegiker-Gruppe zusammen und engagiert sich in der Branche und bei Behörden für eine barrierefreie Bauweise.

+ spv.ch



**Ergotherapeutin Miriam Ploner und Mike Schuler transportieren den Patienten in den ersten Stock. Rechts: Türschwellen und Badezimmergrösse als unüberwindbare Hindernisse.**



Entscheidung der IV warten – und hätten nach ihrem Austritt keinen Ort zum Wohnen. «Unser Vorteil ist, dass wir schnell sind», sagt Joseph Hofstetter. «SPS-Gründer Guido A. Zäch hat das Zentrum für hindernisfreies Bauen und das Modell der Vorfinanzierung schon früh etabliert. Die Stiftung schaut aber immer, dass sie die vorbezahlten Beiträge von den primären Kostenträgern zurückbekommt.» Bei Bedarf werden Anwälte der Paraplegiker-Gruppe eingeschaltet, damit die Betroffenen erhalten, was ihnen gesetzlich zusteht.

Kostspielige Gesuche werden in einem Ausschuss mit Stiftungsleitung,

Baufachpersonen und erfahrenen Rollstuhlfahrenden begutachtet. Jeder unterstützte Umbau muss sinnvoll sein und längerfristig Bestand haben. «Wenn immer möglich, versuchen wir eine akzeptable Umbaulösung zu finden», sagt der Stiftungsdirektor. «Es gibt aber auch Lebenssituationen, in denen der Umzug in eine bereits rollstuhlgängige Wohnung am Ende für alle Beteiligten die bessere Variante ist.»

### **Ein ganzes Team wird benötigt**

Neubauten benötigen oft weniger Anpassungen. Aber soll deswegen eine ganze Familie aus ihrem angestamm-

ten Umfeld wegziehen müssen? Hier ist viel Fingerspitzengefühl gefragt. Zum Beispiel von der Sozialberatung des SPZ. Als Teil des interprofessionellen Teams hat sie den Auftrag, für die Betroffenen eine Austrittslösung zu finden. Sei es zu Hause, in einer neuen Wohnung, einer Übergangslösung oder einer spezialisierten Institution.

«Es ist wichtig, dass eine Person ein geeignetes Zuhause hat, wenn sie die Klinik verlässt», sagt Silvia Lötscher, die Leiterin der Sozialberatung. «Nach der Wohnungsabklärung tauschen wir uns mit der Ergotherapie aus und besprechen anhand der Kostenschätzung des



**Der Meterstab kommt ständig zum Einsatz: Architekt Philipp Pfäffli (ZHB) diskutiert mit Ergotherapeutin Miriam Ploner (SPZ) Varianten für den Zugang zur Garage.**



**«Wenn eine Person die Klinik verlässt, braucht sie ein geeignetes Zuhause für das Alltagsleben.»**

**Silvia Lötscher,**  
Leiterin Sozialberatung SPZ

ZHB mit den Betroffenen und ihren Angehörigen, wie es weitergehen soll.»

Das 16-köpfige Team der Sozialberatung kümmert sich um die Gesuche an die Stiftung, die Anmeldung bei der IV oder unterstützt bei der Suche einer neuen Wohnung. Weitere Herausforderungen sind die Pflege und Betreuung, die auch im häuslichen Umfeld gewährleistet sein müssen. «Unsere Aufgabe ist komplex», sagt Silvia Lötscher. «Es braucht das ganze Behandlungsteam mit allen Berufsgruppen, bis jemand nach dem Austritt wieder gut ins Alltagsleben starten kann.»

**«Es ist wie eine Neugeburt»**

Nach der Wohnraumabklärung warten Fabian und Mirjam Schuler nun auf das Protokoll der Bauberatung des ZHB mit samt der Kostenschätzung. Die zwei rechnen mit grösseren Anpassungen wie dem Vertikallift, für den es auch noch eine Baubewilligung braucht.

Fabian Schulers ältester Freund stellt ihnen für die Übergangszeit seine soeben fertiggestellte neue Wohnung zur Verfügung – und bleibt dafür länger

in seiner alten. Ein eindrückliches Beispiel für die grosse Solidarität in Alpthal. «Fabians Unfall hat uns noch mehr zusammengeschweisst», sagt seine Frau. «Alle helfen, wo sie nur können.» Das gilt für die Familie ebenso wie für das ganze Dorf.

Besonders dankbar sind die beiden für die Unterstützung durch die Sozialberatung in Nottwil, die ihnen viel Last abgenommen hat, und die Ergotherapie, die ihnen auch zeigte, wie sie in der provisorischen Wohnung möglichst viel Selbstständigkeit erreichen. Auch dem ganzen interprofessionellen Team dankt Mirjam Schuler: «Als Angehörige fühle ich mich am Schweizer Paraplegiker-Zentrum sehr gut betreut.»

Das junge Paar durchlebt eine Zeit mit vielen Unsicherheiten. Welche Fortschritte kommen noch in der Reha? Wie geht es weiter mit dem Umbau und dessen Finanzierung? Wie weiter mit der Arbeit? «Es ist wie eine Neugeburt», sagt Fabian Schuler. «Man muss vorwärtschauen und das Beste draus machen. Nur nicht aufgeben.» (kste/kohs)

# «Auch viele Betagte könnten länger zu Hause wohnen»

**Das Zentrum für hindernisfreies Bauen ZHB der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung ermöglicht Wohnlösungen für Menschen mit Querschnittlähmung – von der architektonischen Planung bis zur Bauleitung und Übergabe.**

## **Felix Schärer, welches sind die grössten Herausforderungen bei Umbauten?**

Häufige Probleme sind der Gebäudezugang und die interne Erschliessung über mehrere Stockwerke, wenn kein Lift vorhanden ist. Auch kleine, enge Räume, in die man keine Nasszelle installieren kann, oder der Zugang zu Balkon und Terrasse sind typische Hindernisse. Hinzu kommen viele Details wie zu schmale Türen oder ungeeignet angeordnete Apparate.

## **Auch die Gebäude sind sehr unterschiedlich.**

Wir sehen hier die ganze Palette – vom komplett ungeeigneten Objekt bis zur schwellenlosen Etagenwohnung mit hindernisfreiem Zugang. Es braucht daher eine gewisse Erfahrung, die Situation vor Ort richtig einzustufen.

## **Wie gehen Sie vor, wenn es schwierig wird?**

Für fast alles gibt es eine technische Lösung – allerdings müssen Aufwand und Bedürfnisse zusammenpassen. Eine besondere Rolle spielt die Höhe der Lähmung: Eine sportliche Paraplegikerin ist nicht mit einem hochgelähmten Tetraplegiker vergleichbar, der im Elektrorollstuhl sitzt und nur seinen Kopf bewegen kann. Ihm eine gewisse Selbstständigkeit zu Hause zu ermöglichen, ist herausfordernd.

## **Zugleich soll der Umbau rasch fertig sein.**

Wenn immer möglich, versuchen wir, dass das Wohnumfeld weitgehend bereitsteht, wenn die Betroffenen aus der Rehabilitationsklinik entlassen werden. Einzelne Elemente wie Treppenlifte oder Balkontürschwellen haben jedoch Lieferfristen und Vertikallifte benötigen eine Baubewilligung. Das verzögert die Fertigstellung. Aber wir suchen jeweils Wege, damit es keine langen Übergangslösungen braucht.

## **Bei der Beratung vor Ort sind Sie auch psychologisch gefordert?**

Manchmal sind solche Abklärungen sehr emotional – auch seitens der Angehörigen. Wir müssen früh während der Rehabilitation anfangen, für einige Betroffene ist das zu früh. Sie haben einen Schicksalsschlag zu verarbeiten und vielleicht die Hoffnung, wieder gehen zu können. Andererseits soll der Bauprozess nicht hinausgezögert werden. Da braucht es viel Fingerspitzengefühl.

## **Besonders, wenn auch die Kosten deutlich werden.**

Wenn wir über Varianten diskutieren, ist auch Feinfühligkeit seitens der Personen gefragt, die den Blickwinkel der Invalidenversicherung vertreten. Die definitive Finanzierung be-



**Felix Schärer, Bereichsleiter Zentrum für Hindernisfreies Bauen (ZHB) der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung.**

stimmt die IV dann später nach dem Grundsatz «einfach und zweckmässig». Dank der Schweizer Paraplegiker-Stiftung kann das ZHB nachhaltige Lösungen höher gewichten als die reine Wirtschaftlichkeit der IV.

## **Oft werden auch Einsprachen nötig.**

Der Druck der Kostenträger auf bauliche Anpassungen hat stark zugenommen. Daher ist es wichtig, dass die von Streichungen betroffenen Menschen vom Rechtsdienst der SPV unterstützt werden.

## **Was erwarten Sie von der Immobilienbranche?**

Die Konzepte des anpassbaren Wohnens sollten auf alle Bauten angewendet werden. So verhindert man von Anfang an, dass der Allgemeinheit unnötige Kosten entstehen. Davon würden nicht nur Personen mit einer Querschnittlähmung profitieren, sondern auch viele Betagte könnten länger zu Hause wohnen. Angesichts der demografischen Veränderungen sollte hier ein Umdenken stattfinden.

## **Und was reizt Sie persönlich an dieser Aufgabe?**

Wir entwickeln Lösungen, die Lebensqualität und eine barrierefreie Teilhabe an der Gesellschaft ermöglichen. Das ist eine sinnstiftende Aufgabe, für die wir grosse Dankbarkeit zurückbekommen. Was gibt es Schöneres? **(kste/najo)**

# Typische Umbauten

**Für Menschen mit Querschnittslähmung werden kleine Hindernisse zum grossen Problem.**

## Die Küche

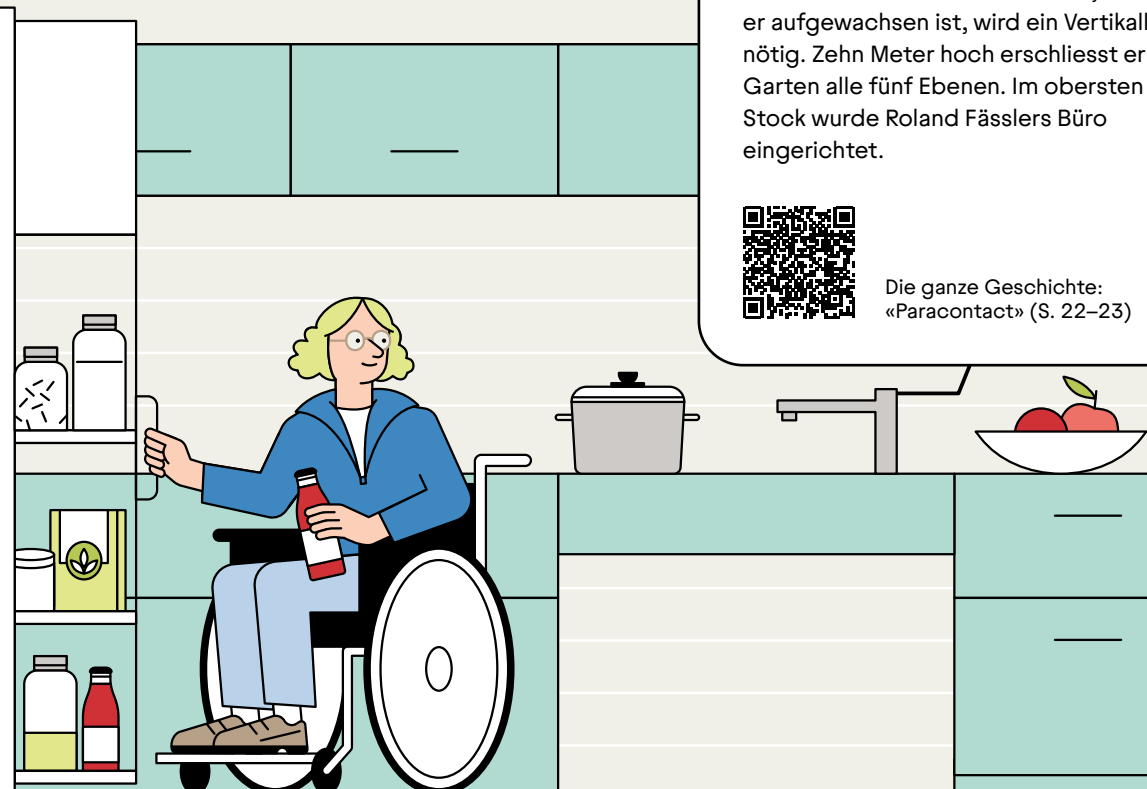
In der Küche geht es um Zugang und die Bewegungsfläche für den Rollstuhl. Herd und Spülbecken sollen unterfahrbar sein, Schubladen, Kühlschrank und Backofen seitlich zu öffnen. Zweckmässig sind Auszugsschränke und ein ergonomischer Arbeitsplatz, da alle Tätigkeiten sitzend ausgeführt werden. Die Beschläge sollten angepasst sein und auf der Arbeitsfläche muss sich heisses Geschirr ohne Verbrennungsgefahr verschieben lassen. Nur eingeschränkt nutzbar sind Oberschränke.

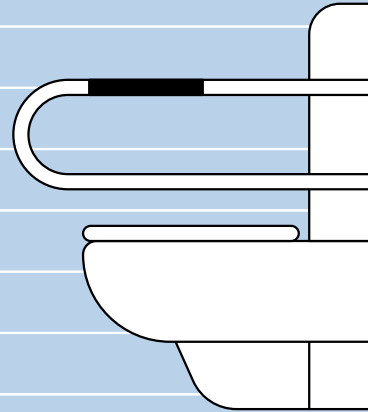
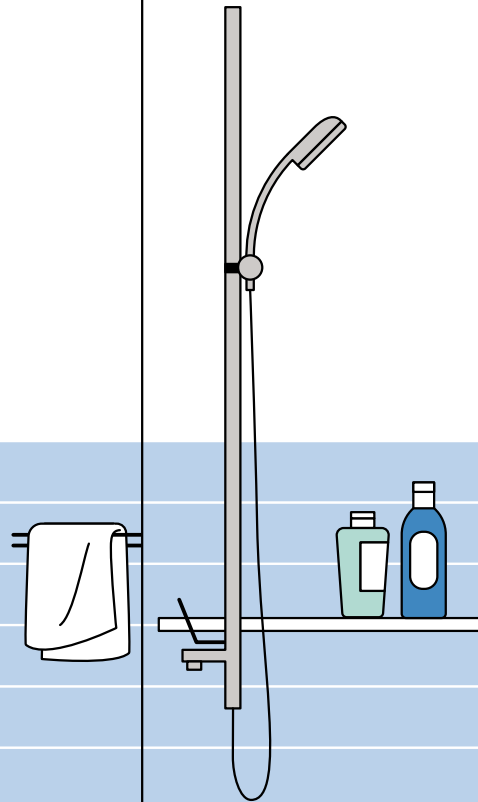
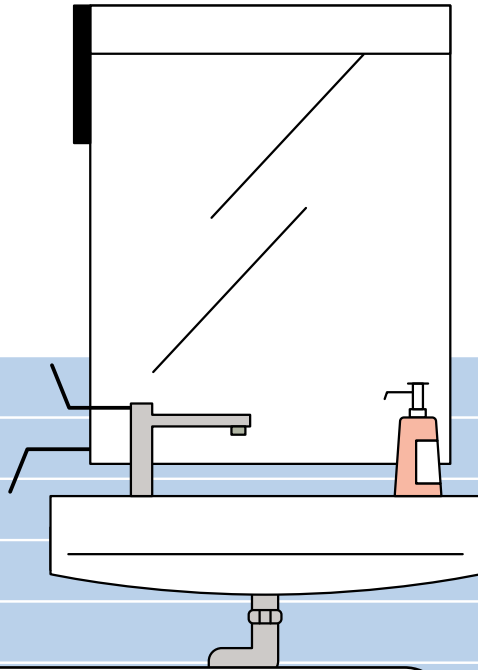
## Der Vertikallift

Ein Skiunfall machte Roland Fässler aus Wädenswil ZH zum Tetraplegiker. Die Platzverhältnisse lassen den Einbau eines Treppen- oder Deckenlifts nicht zu. Um weiter im Mehrgenerationenhaus aus dem Jahr 1880 leben zu können, in dem er aufgewachsen ist, wird ein Vertikallift nötig. Zehn Meter hoch erschliesst er via Garten alle fünf Ebenen. Im obersten Stock wurde Roland Fässlers Büro eingerichtet.



Die ganze Geschichte:  
«Paracontact» (S. 22–23)





## Das Badezimmer

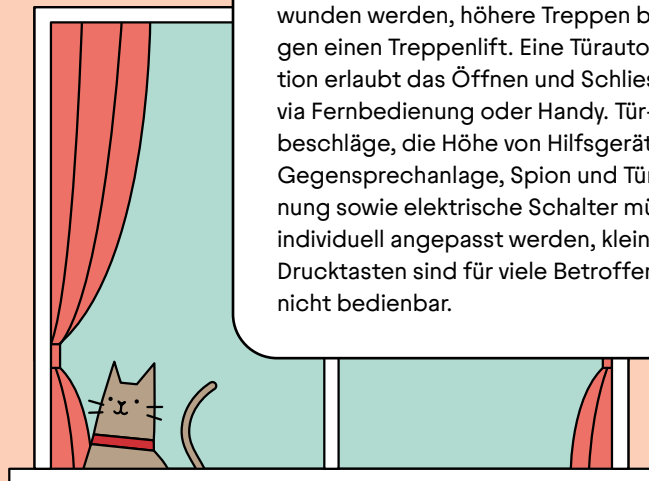
Zum Badezimmerumbau gehören eine barrierefreie Dusche, ein unterfahrbares Waschbecken, das angepasste WC und diverse Haltegriffe. Hinzu ein Kippspiegel, der Duschrollstuhl, einarmige Armaturen sowie in Altbauten oft breitere Türen. Für seine Loftwohnung in Wald ZH hatte er nur «begrenzte Anpassungsmöglichkeiten», erzählt Christian Roth im Filmbeispiel. Für den Tetraplegiker wurde mit dem ZHB eine zweckmässige Lösung gefunden, in der er sich wohl fühlt.



Christian Roths Geschichte  
im Filmbeispiel.

## Der Hauszugang

Typische Probleme beim Hauseingang sind Treppen, Schwellen, zu schmale Türen oder zu kleine Bewegungsflächen. Einzelne Stufen können mit Rampen überwunden werden, höhere Treppen benötigen einen Treppenlift. Eine Türautomation erlaubt das Öffnen und Schliessen via Fernbedienung oder Handy. Türbeschläge, die Höhe von Hilfsgeräten wie Gegensprechanlage, Spion und Türöffnung sowie elektrische Schalter müssen individuell angepasst werden, kleine Drucktasten sind für viele Betroffene nicht bedienbar.



# Die Fernbedienung für die Wohnung

**Martin Hailer lebt zu Hause weitgehend selbstständig. Ein ausgeklügeltes Umweltkontrollsystem ermöglicht ihm die Bedienung seiner Wohnung ohne fremde Hilfe.**

# A

An diesem Tag im Dezember arbeitet Martin Hailer hoch konzentriert am PC. Beim Blick weg vom Bildschirm bemerkt er überrascht, dass es bereits dunkel geworden ist. Er klickt mit der Maus auf ein Symbol – und schon geht das Licht in seiner Wohnung an. «Früher sass ich im Herbst am späten Nachmittag häufig im Finstern», sagt der 45-jährige. «Ich dachte am Mittag selten daran, meine Assistenzperson vorsorglich das Licht einschalten zu lassen.» Heute steuert der Rollstuhlfahrer zahlreiche Bereiche seiner Wohnung über ein Umweltkontrollsystem, darunter Türen und Telefon, Lampen und Storen, Fernseher und DVD-Gerät.

Martin Hailer wurde mit einer Spinalen Muskelatrophie geboren, einer genetisch bedingten Erkrankung, die sich auf Nerven und Muskeln auswirkt. Seit über zehn Jahren wohnt er mit persönlicher Assistenz in Rothenburg LU, zusammen mit seiner Partnerin und Kater Zorro. Der studierte Übersetzer und Dolmetscher ist heute mehrheitlich als Autor tätig. Er hält Lesungen aus seinem Buch «Was guckst du so behindert?» (2012) und besucht Schulklassen, um vom Leben mit einer Beeinträchtigung zu erzählen.

## Kindheit ohne Barrieren

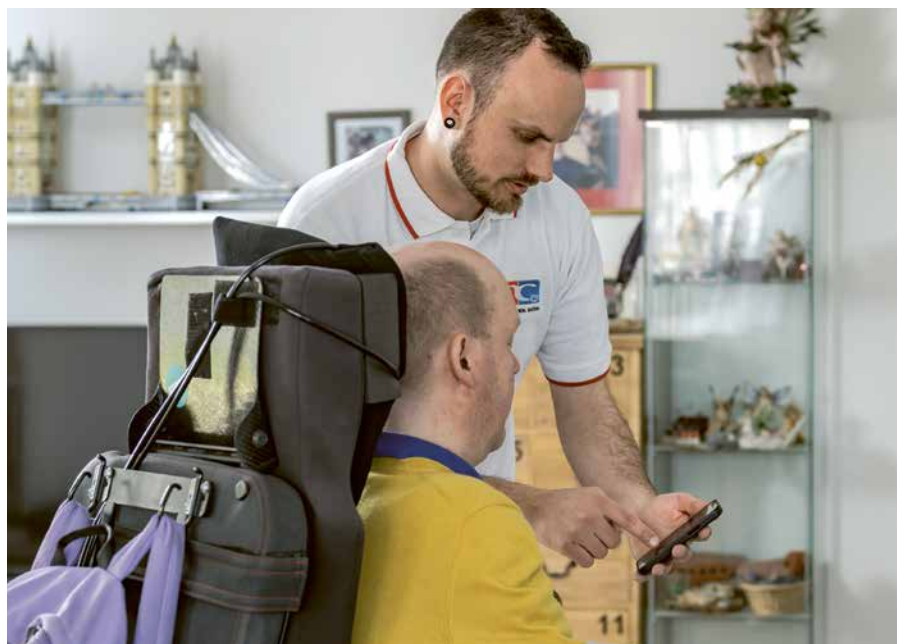
Mit sechs Jahren erhält er den ersten Elektrorollstuhl. «Ich war stets von Kindern ohne Beeinträchtigung umgeben, aber hatte nie das Gefühl, ich sei grund-

legend anders», sagt Martin Hailer. Auch in Situationen, in denen die Krankheit nicht zu ignorieren ist, fühlt er sich selten zur Passivität gezwungen: «Wenn für mich etwas unmöglich war, dann trug ich in einer anderen Rolle zum Spiel bei, zum Beispiel als Schiedsrichter oder Kommentator.»

In der Teenagerzeit begreift er, was ihm alles verwehrt bleibt. Er hadert mit seiner Behinderung und rebelliert gegen alles, was damit zusammenhängt – etwa neue Hilfsmittel oder Physiotherapie. In einem Sommerlager lernt er

dann im Austausch mit anderen Betroffenen, seine körperlichen Einschränkungen zu akzeptieren.

Die Krankheit schreitet nur langsam voran, doch alle paar Jahre fordert sie ihren Tribut. Früher konnte er noch selbstständig essen oder von Hand schreiben, heute geht das nicht mehr. Kraft und Reichweite seiner Hände sind zunehmend eingeschränkt. Deshalb ist er auf Hilfsmittel angewiesen. Für den Transfer zwischen Rollstuhl und Bett benutzt er einen Hebelift, zum Duschen einen wasserfesten Rollstuhl ohne Elek-



**Berater Elia Di Grassi (AC) erklärt die praktische Anwendung des Systems.**



**Dank eines Umfeldsteuerungssystems kann Martin Hailer selbstständig zu Hause arbeiten.**

tronik. Wenn wieder einmal ein neues Hilfsmittel nötig wird, sei dies ein schmerzlicher Prozess, erzählt er: «Es bedeutet, dass ich eine Fähigkeit endgültig verloren habe.»

### **Eine unerwartete Lebensqualität**

Seine Partnerin arbeitet am Luzerner Kantonsspital, entsprechend häufig ist Martin Hailer allein zu Hause. Als er sich in der Wohnung zunehmend unselbstständig fühlt, kontaktiert er Active Communication (AC), eine Organisation der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Es geht um die Abklärung eines neuen Umweltkontrollsystems. Denn mit der bisherigen Installation kann er das Telefon nicht mehr bedienen und schafft es nur noch an guten Tagen, einem Besuch die Tür zu öffnen – und er will seinem Umfeld nicht unnötig zur Last fallen.

Von den neuesten technischen Möglichkeiten ist der Rollstuhlfahrer begeistert: «Der Berater von Active Communi-

cation hat mir Lösungen aufgezeigt, die nicht nur Probleme beheben, sondern eine neue, unerwartete Lebensqualität ermöglichen.» So funktioniert sein Smart-Home-System Loxone sowohl per Mausklick als auch sprachgesteuert. Wenn Martin Hailer nicht am Computer sitzt, behält er via Stimme weiterhin die Kontrolle: «Das System gibt mir die Sicherheit, dass ich jederzeit Hilfe rufen oder meine Assistenzpersonen einlassen könnte», erklärt er.

### **«Auch die Beziehung profitiert»**

Das Umweltkontrollsystem ist eine Art Universal-Fernbedienung für die gesamte Wohnumgebung. Wenn ein neues Bedürfnis oder ein technisches Problem auftaucht, begleitet Active Communication den Prozess bei ihm zu Hause weiter. Das Ziel für den Autor und Übersetzer ist klar: «Ich möchte solange es geht ein möglichst normales Leben führen – normal im Sinne von ungehindert und unbeschwert.»

Der IV-Assistenzbeitrag ermöglicht es ihm, seine Pflege mit einem Netzwerk von Assistentinnen und Assistenten selbst zu gestalten. Und das neue Umweltkontrollsystem ist ein prägendes Element seines Alltags geworden: «Früher war ich in vielen Dingen von meiner Partnerin abhängig, die ich nun selbst tun kann. Es klingt banal, aber für unsere Beziehung bedeutet es viel, dass nicht immer nur sie unter der Bettdecke hervorkriechen muss, um das Licht zu löschen, sondern dass auch ich es tun kann – ganz einfach mit der Stimme.»

**(red/baad)**

[+ paraplegie.ch/hailer](https://paraplegie.ch/hailer)

# «Wir bringen Ersatz für verlorene Körperfunktionen»

**Active Communication, eine Organisation der Schweizer Paraplegiker-Gruppe, bietet Technologien, die Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes und barrierefreies Wohnen ermöglichen.**

## **Florian Blattner, worauf legen Sie den Fokus im Bereich des Wohnens?**

Bei der Bauberatung klären wir, welche motorischen Fähigkeiten vorhanden sind und wobei die betroffenen Menschen Unterstützung benötigen. Typische Themen sind Türen und Fenster öffnen, Lichter und Storen bedienen, das Bett verstellen, elektronische Geräte oder den Lift benutzen. Unsere Systeme steuern alles Notwendige an, wenn eine Hand keinen Schalter oder Griff mehr drücken kann.

## **Wie gehen Sie dabei vor?**

Im Zentrum steht das individuelle Bedürfnis der Klientinnen und Klienten. Wir zeigen ihnen Lösungsmöglichkeiten und je nach Situation weitere Optionen. Es sind verschiedene Stufen von Beratungsgesprächen, in die auch Fachpersonen aus Nottwil, das Zentrum für hindernisfreies Bauen in Muhen und lokale Partnerfirmen eingebunden sind.

## **Sie stellen also Verbindungen zur technischen Installation her?**

Wir sind Fachleute für die Schnittstellen zwischen Mensch und Technik, damit die Betroffenen eine möglichst hohe Selbstständigkeit in den eigenen vier Wänden haben. Wenn zum Beispiel eine Person mit dem Finger noch einen Bildschirm berühren kann, nutzen wir das Handy als Verbindung zur Installation, die die Türe öffnet. Für hochgelähmte Menschen setzen wir spezialisierte Geräte ein, die man mit dem Kopf oder per Kinn-Joystick bedienen kann. Auch Augensteuerungen sind möglich.

## **Und Sie schauen, dass damit alles Notwendige ferngesteuert werden kann?**

Ja. Wir schauen auch, welche Anforderungen zu hundert Prozent funktionieren müssen und wo einfachere Systeme zum Beispiel per Sprache über das Smartphone bedient werden können – auch im Verbund mit den bekannten Home-Apps, etwa von Google oder Apple. Wir nutzen alle vorhandenen Systeme, um daraus die optimale Lösung für unsere Klientinnen und Klienten zusammenzustellen.

## **Was sind aktuelle Trends?**

Dazu gehört die standortabhängige Automation: Anhand des Standorts weiss das System, was passieren soll – und öffnet

rechtzeitig die Türe oder regelt das Licht. Intelligente Hausautomationen lernen, die Umgebung an das jeweilige Verhalten der Nutzenden anzupassen. Solche Komfortfunktionen werden immer mehr kommen.

## **Kümmern Sie sich auch um Finanzierungsfragen?**

Das ist ein grosses Thema. Für die Invalidenversicherung muss eine Lösung «einfach und zweckmässig» sein. Wenn die Betroffenen bereits im AHV-Alter sind, ist die IV nicht mehr zuständig. Dann braucht es Privatmittel und Stiftungen, die einspringen. Die technische Herausforderung ist oft kleiner, als die Finanzierung sicherzustellen und alle Partner zu koordinieren.

## **Was fasziniert Sie an dieser Arbeit?**

Die Kombination von Beziehungen zu Menschen in Verbindung mit der Technik: Wir bringen den Betroffenen Ersatzlösungen für verlorengegangene Körperfunktionen nach Hause. Die Wertschätzung, die wir dabei erleben, ist enorm. Auch der Umgang der Betroffenen mit ihrem Schicksal ist für mich immer sehr bewegend und motivierend. **(kste)**



**Florian Blattner, Leiter Versorgungen technische Hilfsmittel, Active Communication.**



# Einladung zur GöV- Mitgliederversammlung

Mittwoch, 29. April 2026, 18 Uhr  
Aula Schweizer Paraplegiker-Zentrum  
Nottwil



## Traktanden

1. Begrüssung Heinz Frei, Präsident Gönner-Vereinigung
2. Genehmigung Protokoll der Mitgliederversammlung vom 30. April 2025 <sup>1)</sup>
3. Jahresbericht des Präsidenten
4. Informationen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS),  
Heidi Hanselmann, Präsidentin SPS
5. Abnahme der Jahresrechnung 2025 <sup>1)</sup>
6. Anträge <sup>2)</sup>
7. Wahl der Kontrollstelle
8. Informationen
9. Varia

<sup>1)</sup> Das Protokoll 2025 sowie die Jahresrechnung 2025 können ab 31. März 2026 auf [paraplegie.ch/Jahresbericht-GoeV](https://paraplegie.ch/Jahresbericht-GoeV) eingesehen oder schriftlich angefordert werden bei: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.

<sup>2)</sup> Anträge an die Mitgliederversammlung sind bis 9. April 2026 einzureichen an: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil; oder an: [sps.sec@paraplegie.ch](mailto:sps.sec@paraplegie.ch). Es gilt das Datum des Poststempels bzw. des E-Mail-Versands mit Lesebestätigung.



[paraplegie.ch/  
mitglieder-  
versammlung](https://paraplegie.ch/mitglieder-versammlung)



## Anmeldung Mitgliederversammlung 2026

☐ Ich nehme an der Mitgliederversammlung teil

Name  Vorname

Strasse  PLZ/Ort

Mitglieder-Nr.  Telefon

Bitte senden Sie den Anmeldetalon an: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung,  
Service Center, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil  
Anmeldung online: [paraplegie.ch/mitgliederversammlung](https://paraplegie.ch/mitgliederversammlung)

# Ein Ort der Inspiration

**In Zürich gibt es die erste inklusive ParaWG der Schweiz. Personen im Rollstuhl leben mit Studierenden der ETH zusammen, deren Wohnerlebnisse in Forschungsprojekte einfließen.**

## D

Die drei jungen Menschen geben sich sichtlich Mühe. Sie wagen zum ersten Mal, Sushi selbst zuzubereiten – und sparen nicht mit Sprüchen. «Das sieht ja aus wie eine Skipiste», sagt Delia Guggenheim, als sie zuschaut, wie Jan Karabowicz ein Sushi-Blatt mit Reis vollpflastert. «Das nächste Mal machen wir besser Raclette ...»

Am Küchentisch herrscht eine heitere Stimmung und man könnte meinen, dass diese Studierenden in einer ganz gewöhnlichen Wohngemeinschaft zu Hause sind. Tatsächlich leben sie eine besondere Form des Wohnens, die in der Schweiz einzigartig ist: Im Sommer 2025 entstand in Zürich die erste inklusive ParaWG. Rollstuhlfahrende wie die Paraplegikerin Delia Guggenheim und Studierende der Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH) wie Jan Karabowicz wohnen gemeinsam unter einem Dach. Die WG im Seefeldquartier bietet in einer barrierefrei gestalteten Umgebung zwölf Schlafzimmer und sieben Nasszellen.

### **Sensibilisierung beginnt zu Hause**

Das Konzept, initiiert vom Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil, verfolgt zwei Ziele. Zum einen wird das bereits in der Innerschweiz sehr erfolgreiche ParaWG-Angebot ausgebaut und für Personen aus der Ostschweiz zugänglich gemacht. Zum anderen erhalten die Studierenden im WG-Alltag Inputs, die sie in künftige Forschungsprojekte einfließen lassen. Sensibilisierung ist dabei ein zentrales Thema: Wenn das Verständnis für die Bedürf-

nisse der Betroffenen wächst, entstehen Ideen für neue Hilfsmittel.

Die Wohngemeinschaft in Zürich soll ein Ort der gelebten Inklusion und Inspiration sein. Ein Ort, wo die Bewohnenden voneinander profitieren, zweimal pro Woche miteinander kochen, gemeinsam essen und sich gegenseitig helfen. «Ich schätze es besonders, dass ich weiss: Im Zimmer nebenan ist eine Person, die ich bei Bedarf um Unterstützung bitten kann. Ich muss nur klopfen», sagt Delia Guggenheim.

Ende März 2025 war sie mit dem Rennvelo unterwegs, als ein Auto sie von hinten erfasste. Der Unfall machte die Ausdauersportlerin zur Paraplegikerin. Sechs Monate verbrachte sie in der Universitätsklinik Balgrist in Zürich. Irgendwann kam die Frage auf: Wo soll sie nach der Rehabilitation leben? Die Wohnung ihrer Mutter in Zumikon ZH hätte zuerst baulich umfassend angepasst werden müssen.

### **Die Zweifel sind längst verflogen**

Als Option bot sich die Zürcher ParaWG an, in der die Betroffenen maximal drei Jahre wohnen können. Dabei absolvieren sie ein Wohntraining, das sie befähigt, selbstständig einen Haushalt zu führen. Die Psychologiestudentin reagierte zunächst skeptisch: «Eigentlich bin ich kein WG-Mensch. Ich kannte die anderen Mitbewohnenden nicht und wusste nicht, worauf ich mich einlasse.» Mangels sinnvoller Alternativen wagte sie den Schritt trotzdem.

Die anfänglichen Zweifel sind längst verflogen: «Das Zusammenleben funk-

**«Erste Erkenntnisse zeigen: Das besondere Engagement lohnt sich.»**

**Regula Isenring-Butz,  
Leiterin ParaWG Zürich**



**Sushi-Premiere in der inklusiven ParaWG: Delia Guggenheim (links) und Regula Isenring-Butz bereiten das Abendessen vor.**

tioniert bei uns problemlos, es herrscht ein sehr kollegiales, wohlwollendes Klima.» Ein wenig fühle es sich an wie ein längeres Klassenlager, sagt sie. «Und es ist schön, Menschen um sich herum zu haben.»

Im Bereich Wohntraining lernt die 23-jährige, sich mit ihren körperlichen Beeinträchtigungen zurechtzufinden. «Üben auf natürliche Art», nennt sie das: «Ich eigne mir Kompetenzen an, die nützlich sind, wenn ich dann in eine eigene Wohnung ziehe.»

### **Gesteigertes Selbstbewusstsein**

Der Alltag in der bunt zusammengewürfelten Gruppe wirkt sich positiv auf ihr Selbstbewusstsein aus. Am Anfang fühlte sie sich im Rollstuhl noch unsicher. Doch nach einigen Wochen fand sie sich gut zurecht und konnte ihre Selbstständigkeit deutlich steigern.

Die ParaWG in Zürich bezeichnet sie als «perfektes Probesetting». Durch den Austausch mit den Kolleginnen und Kollegen der ETH erhofft sie sich Fort-

schritte in der Integration: «Zum Beispiel sollte ein angehender Architekt bei der Planung eines Hauses nicht nur an Treppen denken, sondern auch an eine Rampe oder einen Lift.»

Tatsächlich schärfen die Studierenden in der WG ihr Bewusstsein für Themen rund um Menschen mit Querschnittslähmung. «Früher achtete ich kaum auf Barrierefreiheit. Das hat sich geändert», sagt Physikstudent Jan Karabowicz. Ähnliche Erfahrungen macht die angehende Gesundheitstechnologin Amelie Grossmann: «Hindernisse fallen mir heute viel stärker auf. Bei Treppen frage ich mich oft: Wieso hat man hier nicht an Menschen im Rollstuhl gedacht? Wäre keine andere Lösung möglich gewesen?»

### **«Das Engagement lohnt sich»**

Das Projekt in Zürich ist vielversprechend angelaufen. Den Projektaufbau unterstützte neben der Schweizer Paraplegiker-Stiftung auch die Nina L. Kummerfeldt Stiftung mit 150 000 Franken.

Zudem halfen 26 Mitarbeitende der IKEA, Betten und Schränke zusammenzubauen oder Bilder aufzuhängen. Geleitet wird die Wohngemeinschaft in Zürich von Regula Isenring-Butz mit einem kleinen Team. Sie sagt: «Unsere ersten Erkenntnisse zeigen: Das besondere Engagement lohnt sich. Die inklusive ParaWG hat das Potenzial für eine echte Erfolgsgeschichte.»

Bis spätestens im Sommer 2026 soll der Betrieb auf Hochtouren laufen. Dann möchte die Chefin vermelden können: «Die ParaWG in Zürich ist komplett ausgebucht.» (pmb)

# Den Humor lässt er sich nicht nehmen

**Eine Durchblutungsstörung des Rückenmarks macht Gion Stiffler zu einem hochgelähmten Tetraplegiker. Der 43-Jährige aus dem bündnerischen Trimmis meistert seine Situation mit Pragmatismus – und oft mit Witz.**

## D

Die Kreditkarte steckt im Lesegerät an einer Tankstelle in Bad Ragaz SG, als etwas Unheimliches geschieht. In seinem Rücken breitet sich ein seltsamer Schmerz aus, und für einen Moment fühlt sich alles wie in einem stockfinsternen Raum an. Gion Stiffler realisiert, dass etwas nicht stimmt. Er versucht, das Ganze zu verdrängen. Schliesslich ruft die Arbeit. An diesem 28. August 2014 jedoch wird der Lokomotivführer seinen Dienst nicht antreten, sondern um sein Leben kämpfen.

Er eilt zurück in sein Auto, der rechte Arm wird bleischwer, und jetzt spürt er auch in den Beinen ein Taubheitsgefühl. «Und ja», sagt der 43-Jährige am Stubentisch seiner Wohnung in Trimmis GR, «dann war halt fertig ...» Einfach so. Ohne Ansage.

Der Bündner schätzt als gelernter Automechaniker Motoren und Geschwindigkeit. Er arbeitet als Lastwagenchauffeur und Mechaniker für das Formel-1-Team von Sauber, reist oft nach Spanien und ist vom Rennsport fasziniert. 2009 lässt er sich zum Lokomotivführer ausbilden, erhält eine Stelle bei der Rhätischen Bahn und liebt besonders die Strecke zwischen Chur und Disentis.

### Die abgesagten Flitterwochen

So sehr er schätzt, was er tut: Bis zur Pension möchte er noch anderes sehen

und erleben. Er sucht eine neue Herausforderung, von der er sich mehr Abwechslung verspricht – und bewirbt sich für die Polizeischule. Gion Stiffler besteht den Eignungstest, 2015 soll es mit der Karriere losgehen.

Zur Vorfreude auf die beruflichen Pläne kommt das private Glück. Am 26. Juli 2014 heiratet er in Scuol seine Freundin Manuela. Die beiden haben Wünsche und Ziele, sie denken an Kinder, an einen unbeschwerten Alltag mit ihrer Familie – und zum Start in die Zukunft als Ehepaar wollen sie Ferien auf Mauritius geniessen. Das Reiseparschwein ist dank Zustupfen der Hochzeitsgäste prall gefüllt.

33 Tage später platzen die Träume an der Tankstelle in Bad Ragaz. Detailliert schildert er, was in diesen Minuten und Stunden passiert ist. Das Trauma hat sich fest in sein Gedächtnis eingebrannt. «Diesen Sch...tag vergesse ich nicht», sagt er.

### Die Dashcam zeichnet alles auf

Sein Zustand verschlechtert sich zusehends. Gion Stiffler muss es irgendwie zu seinem Hausarzt in Malans schaffen und wählt instinktiv den Weg über die Landstrasse, die Autobahn erachtet er als zu gefährlich. Eine Dashcam zeichnet seine Emotionen auf. Er ist verängstigt und verzweifelt, er brüllt, als ein Lenker vor ihm zu gemächlich unter-

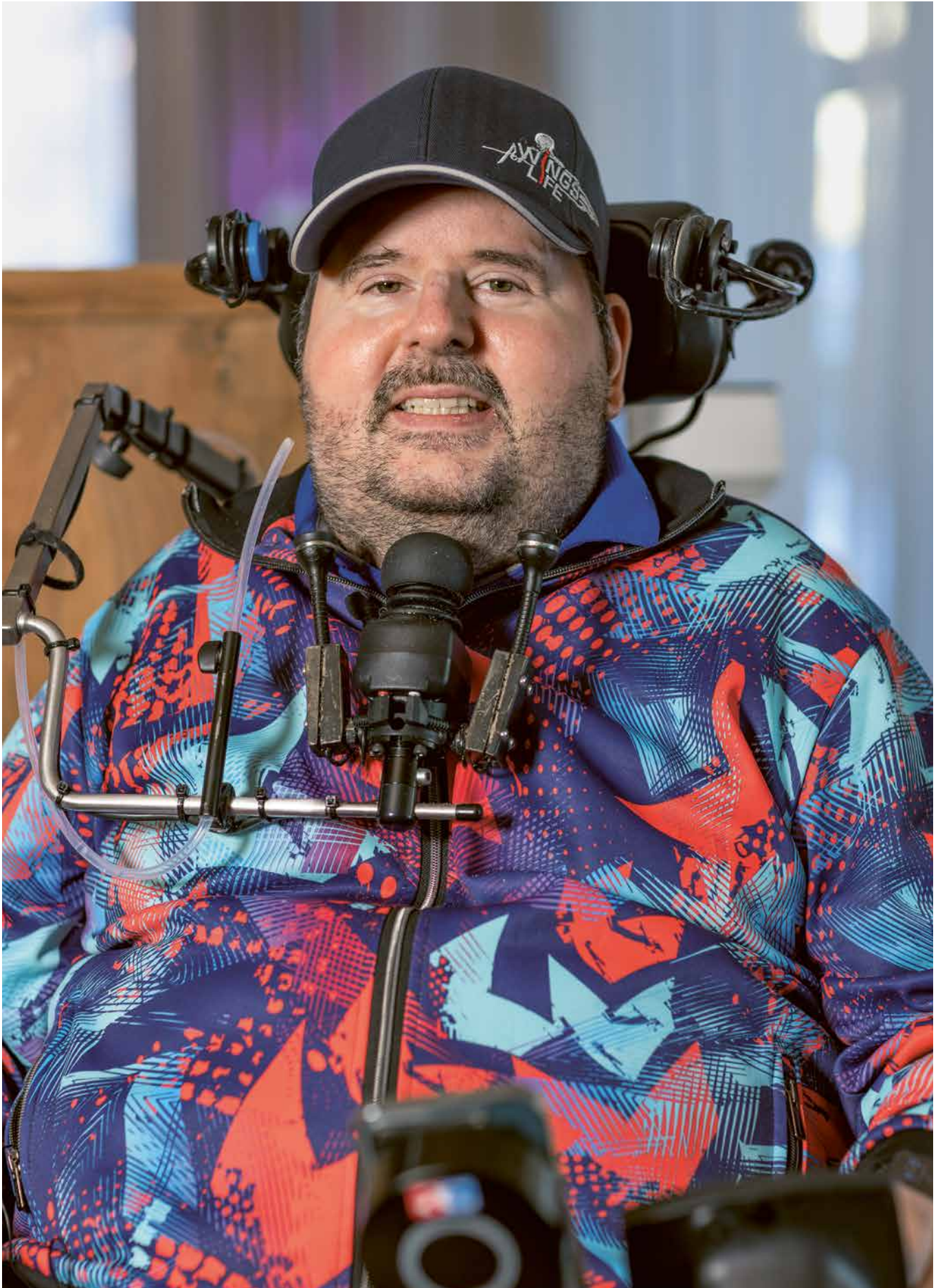
wegs ist. Das Video schaut er später einmal an. Bis heute hat er es sich kein zweites Mal angetan.

Die wenigen Minuten von Bad Ragaz bis Malans ziehen sich endlos hin. Als er ankommt, trifft ihn fast der Schlag. Die Praxis ist geschlossen, der Arzt in den Ferien. Gion Stiffler kann sich inzwischen hinter dem Steuer kaum mehr bewegen. Er wählt die Notfallnummer 144 und schildert seine dramatische Situation, die Lähmung in allen Extremitäten. Nach diesem Telefonat muss ein Anruf noch sein: «Ihr müsst jemand anders auf meinen Zug schicken», meldet er seinem Arbeitgeber.

Dann verlassen ihn die letzten Kräfte. Das Mobiltelefon fällt aus der Hand. Er hört die Sirene des Rettungswagens, ringt zunehmend um Luft und hat Angst, zu ersticken. In Panik geraten schreit er um Hilfe.

### Die letzten Worte vor dem Filmriss

Unterwegs ins Kantonsspital in Chur ist er noch bei Bewusstsein. Schwach erinnert er sich an eine Frage des Notarztes, die ihm vorkommt wie ein schlechter Witz: «Haben Sie Drogen konsumiert?» Kopfschütteln. Und er hat eine Stimme im Ohr, die ihn im Schockraum bittet, kurz die Luft während einer Computertomografie anzuhalten. Die Luft anhalten, in seiner Verfassung? Er kann



# «Gefüttert zu werden wie ein Baby – wer mag das als Erwachsener schon?»

**Gion Stiffler**

gerade noch einen Satz herauspressen: «Sehe ich so aus, als wäre ich dazu noch in der Lage?» Es sind seine letzten Worte vor dem Filmriss: «Es wurde dunkel. Was auf der Intensivpflegestation geschah, weiss ich nur aus den Erzählungen, die das Pflegepersonal in einem Tagebuch festgehalten hat.»

Die Untersuchungen bestätigen die schlimmsten Befürchtungen: Arterio-spinalis-anterior-Syndrom. Es handelt sich um eine Durchblutungsstörung des Rückenmarks, die ihn zum inkompletten Tetraplegiker macht. Die Diagnose erschüttert Gion Stiffler zunächst nicht: «Ich ging davon aus, dass sich bestimmt etwas verbessern würde.»

Erst nach der Verlegung ans Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil realisiert er langsam die Tragweite. Er muss beatmet werden und ist vom Hals an abwärts gelähmt. Wenn er sich mitteilen will, muss er den Kopf und die Augen einsetzen. Die Sensibilität in seinem Körper ist zwar erhalten geblieben, aber er kann nichts mehr bewegen. Er fühlt sich ohnmächtig, ausgeliefert, komplett hilflos: «Plötzlich ist es vorbei mit der Selbstbestimmung und Selbstständigkeit. Nicht einmal mehr die Finger bewegen zu können, das regte mich extrem auf.»

## «Gleiche Persönlichkeit wie vorher»

Sein Schicksal wühlt auf. Als Adrian Derungs, der Trauzeuge von Gion und Manuela Stiffler, zum ersten Mal in Nottwil zu Besuch ist, verschlägt es ihm die Sprache. Der Anblick seines Freundes, den er seit der Primarschule kennt,

schockiert ihn und lässt ihn lange nicht mehr los. In ihrer Jugend hatten die beiden einmal darüber diskutiert, was sie tun würden, wenn sie nach einem Unfall querschnittgelähmt im Rollstuhl sässen. «Den Stecker ziehen», hätten sie gesagt. Es würde alles keinen Sinn mehr machen.

Aber Adrian Derungs lässt sich nicht anmerken, dass ihm die Situation zusetzt. Und er unterlässt alles, was sein Freund als Mitleid auffassen könnte. Lieber bemüht er sich um Gespräche, die Normalität suggerieren. Manchmal lockert auch schwarzer Humor die Stimmung auf.

Gion Stiffler verbringt neun Monate in der Erstrehabilitation und sagt, er habe sich relativ schnell mit seiner Querschnittslähmung abgefunden. Dass er zu neuem Lebensmut findet, hängt auch mit Kollegen zusammen, die er in Nottwil kennenlernt. Mit Momenten, die ein Stück Normalität zurückbringen, wenn sie gemeinsam Pizza essen und einen Eishockeymatch oder Film im Fernsehen schauen. Und es hat sehr viel mit seiner Frau Manuela zu tun, die nie von seiner Seite weicht und keinen Gedanken daran verschwendete, sich von ihm abzuwenden. «Gion ist mein Mann. Ich habe ihn geheiratet, weil ich ihn liebe», sagt sie. «Daran hat sich nichts geändert. Er ist die gleiche Persönlichkeit wie vorher.»

Sie kümmert sich liebevoll um ihren Mann, gibt das Essen ein, führt einen Trinkhalm zum Mund, damit er einen Espresso trinken kann, und schaut ihn lächelnd an: «Wir können nicht mehr einfach spontan etwas unternehmen,

aber wir freuen uns über alles, was noch funktioniert.»

## Als ihm fast das Herz brach

Gion Stiffler nennt Manuela einen «Diamanten» und wird sentimental, als sich das Gespräch um das Thema Familie dreht. Der Kinderwunsch bleibt unerfüllt, weil er glaubt, den Anforderungen seiner Rolle nicht gerecht zu werden: «Was für ein Vater wäre ich mit diesen Einschränkungen?» Gleichzeitig plagt ihn bis heute ein schlechtes Gewissen gegenüber seiner Frau: «Es brach mir fast das Herz, ihr sagen zu müssen, dass es für mich keinen Sinn mehr machte, Kinder zu haben.»

Die Abhängigkeit ist das, was ihn am stärksten belastet. «Gefüttert zu werden wie ein Baby, trinken mit einem Röhrli, wer mag das als Erwachsener schon?» So viel wie möglich will er selbstständig erledigen. Und das klappt tatsächlich: Er steuert sein Leben mit dem Kinn. So lenkt er seinen Rollstuhl, und dank Hilfsmitteln von Active Communication, einer Organisation der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, kann er über sein Handy die elektronische Umgebung kontrollieren: den Fernseher einschalten, Türen öffnen, den Lift holen oder sogar das Geschirr für die zwei Büsi Arlo und Gin mit Trockenfutter füllen.

Die Wohnung in Trimmis verlässt er nur ungern. In den eigenen vier Wänden fühlt er sich geborgen und sicher, dank moderner Technik benötigt er tagsüber keine Unterstützung. Ausflüge sind mit gezielter Vorbereitung und viel Energieaufwand verbunden. Aber ganz



In den eigenen vier Wänden fühlt er sich geborgen: Gion Stiffler arbeitet mit der Mundmaus am Computer, verfolgt ein Eishockeyspiel und hat seine Frau Manuela als grosse Stütze an seiner Seite.



## Blick ins Bilderbuch

**Gion Stiffler öffnet sein privates Fotoarchiv. Die Schnappschüsse zeigen Momente eines Lebens, das am 28. August 2014 eine dramatische Wende nahm.**



**2008:** Mit seinem Chef Antonio Perdicchia an Formel-1-Tests in Jerez (Spanien).



**2014:** Junggesellenabschied, Gion Stiffler (2. v. r.) mit Freunden Martin Derungs (hinten), Werner Businger, Adrian Derungs und Raphael Clement (v. l.).



**2014:** Gion und Manuela Stiffler feiern ihre Hochzeit mit Trauzeugen Adrian Derungs und Trauzeugin Tamara Thanei.



**2016:** Gion und Manuela Stiffler an einer Hochzeit von Freunden in Ardez.



**2018:** Das Paar am Wings for Life World Run, der ihnen viel bedeutet.



**2024:** Mit Schwiegermutter, Mutter und Frau am Wings for Life World Run.

## «Ich habe Gion geheiratet, weil ich ihn liebe. Er ist die gleiche Persönlichkeit wie vorher.»

Manuela Stiffler



Die beiden halten zusammen: Manuela Stiffler legt ihre Hand auf die ihres Mannes.

ohne geht es auch nicht: Konzerte oder gelegentlich ein Abendessen in Chur – das liegt drin.

### «Ich bin das perfekte Handmodel»

Gion Stiffler strahlt Gemütlichkeit und Zufriedenheit aus. «Mir geht es gut», sagt er. Es gibt Momente, in denen er hadert, sich Fragen stellt und mit der Welt schimpft. Lange hält der Unmut indes selten an, weil er weiss, dass Fluchen nichts nützt. Schon eher hilft ihm sein Pragmatismus, schwierige Phasen zu überwinden: «Es ist nun mal so, wie es ist.» Oder er verblüfft sein Gegenüber mit Humor. «Ich bin das perfekte Handmodel», sagt er auf einmal. Manuela schaut ihn fragend an. «Sieh dir meine sauberen Hände an – seit mehr als zehn Jahren sind sie nicht mehr durch eine Arbeit dreckig geworden.» Sie lacht: «Mein Mann hat ein gesundes Selbstvertrauen.»

Gion Stifflers Radius und seine Möglichkeiten sind stark eingeschränkt. Doch er weiss, mit seiner Zeit etwas anzufangen. Viele Stunden verbringt er vor dem Computer, liest im Internet und hat ein Hobby entdeckt, das zu einer Leidenschaft geworden ist: Mit einer Mundmaus entwirft und druckt er verschiedene 3D-Teile.

Sein Freund Adrian Derungs denkt, dass sich sein Mindset verändert hat. Früher habe Gion seinen Standpunkt

pointiert geäussert und sich auch nicht geschämt, damit anzuecken. «Heute lässt er andere Meinungen zu, ist vielseitiger interessiert, geduldiger und lockerer geworden», sagt er und ergänzt: «Ich weiss nicht, wie es ihm gelingt, diese Situation zu meistern. Ich bin zutiefst beeindruckt.»

### Wings for Life – ein Herzensprojekt

Bald zwölf Jahre sind seit der Durchblutungsstörung in seinem Rückenmark vergangen. Seine Zuversicht, einmal in einen manuellen Rollstuhl wechseln zu können, ist ungebrochen. Darum engagiert er sich mit Hingabe für Projekte, die sich mit der Rückenmarksforschung auseinandersetzen. Der Wings for Life World Run ist für das Ehepaar eine solche Herzensangelegenheit – ein Solidaritätslauf, bei dem alle Teilnehmenden auf der ganzen Welt zur gleichen Zeit starten und gemeinsam gegen einen «Catcher Car» laufen. Hundert Prozent der Startgelder und Spenden fliessen unmittelbar in die Rückenmarksforschung. Die Schweizer Paraplegiker-Gruppe ist nationale Partnerin des Events, der in diesem Jahr am 10. Mai stattfinden wird.

Vor elf Jahren nahmen Gion und Manuela Stiffler zum ersten Mal daran teil, inzwischen sind sie Stammgäste. «Für Wings for Life machen wir alles. Das ist unser Ding», sagt er. Seine Frau

ergänzt: «Ohne Forschung sind Fortschritte auf dem Gebiet der Querschnittslähmung nicht denkbar.» 2024 leisteten die zwei einen ausserordentlichen finanziellen Beitrag. Am Dorfmarkt in Trimmis verkauften sie selbst gemachte Produkte wie Gewürzmischungen, gebrannte Mandeln oder Guetzli und sammelten so 576.50 Franken.

Die Sensibilisierung für das Thema Querschnittslähmung ist ihm ein grosses Anliegen. Die Hoffnung, dass er eines Tages in den manuellen Rollstuhl wechseln kann, begleitet ihn von Anfang an. Gion Stiffler hat Träume, die er erfüllen möchte. Zum Beispiel: die Flitterwochen nachholen. Die 5000 Franken für Mauritius liegen immer noch unangerührt auf dem Bankkonto. (pmb/kohs)

### So hilft Ihr Mitgliederbeitrag

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung unterstützte Gion Stiffler mit Vorfinanzierungen und Beiträgen – beim Wohnungsumbau und bei der Anschaffung und Anpassung eines VW-Busses.

# Neu am SPZ: die ambulante Rehabilitation

**Etwas in der Therapie lernen – und dann zu Hause anwenden: Das Angebot der ambulanten Rehabilitation schliesst auch eine wichtige Lücke im Behandlungsspektrum des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ).**

# W

Was von aussen locker aussieht, ist für ihn ein Kraftakt: Tom Hug geht in den Vierfüsslerstand, verteilt sein Gewicht auf die Hände und Knie. «Unzählige Male habe ich diese Übung bereits gemacht», sagt er. Abwechslungsweise streckt er den linken und den rechten Arm nach vorne und balanciert den Körper aus. «Noch etwas weiter nach oben mit dem Arm», motiviert ihn Physiotherapeutin Sibille Bühlmann und stützt sein Becken. Die Übung kräftigt Rumpf, Schultern und Hüften. Und sie verbessert die Stabilität.

Tom Hugs Tetraplegie ist inkomplett. Er hat zwar Lähmungen, kann aber stehen und gehen. Im November 2024 stürzte er auf dem Heimweg von der Sporthalle kopfüber in ein Bachbett. Nach einer sechsmonatigen stationären Erstrehabilitation am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) konnte er bereits zurück nach Hause. «Ich hatte Zeit, mich einzugewöhnen und in meinem neuen Leben anzukommen», sagt der 51-Jährige aus Malers LU. Zwei Wochen später startete er in Nottwil mit einer ambulanten Rehabilitation und dem Ziel, die Funktionen seiner Hände und das Gehen zu verbessern.

## Behandlungslücke geschlossen

Tom Hug war der erste Patient, der im Mai 2025 von der ambulanten Rehabilitation in Nottwil profitierte. In diesem neuen Angebot des SPZ arbeiten Perso-



**«Ambulante Behandlungen ergänzen die stationäre Versorgung wirkungsvoll.»**

**Pirmin Oberson,  
Co-Leiter Therapien**

nen mit einer Para- oder Tetraplegie auf persönlich definierte Ziele hin. «Um die Betroffenen optimal zu unterstützen, erstellen wir einen individuellen Therapieplan, der regelmässig überprüft und angepasst wird», sagt Physiotherapeutin Sibille Bühlmann. Während zwanzig Therapietagen steht das ambulante Angebot des SPZ zur Verfügung, darunter

Physio-, Ergo- und Sporttherapie, die Abteilung ParaWork zur Wiedereingliederung ins Berufsleben, der Sozialdienst, die psychologische Betreuung sowie ärztliche Leistungen.

Zum Projektteam gehören medizinische und therapeutische Fachpersonen. Weitere Expertinnen und Experten werden je nach Bedarf hinzugezogen. «Im ersten Jahr haben wir den notwendigen Rahmen geschaffen und getestet, wie und mit welchen Fachgebieten die ambulante Rehabilitation am besten ausgestaltet wird», sagt Sibille Bühlmann. «Jetzt bauen wir die ambulante Rehabilitation weiter aus.»

Entstanden ist das neue Angebot aus mehreren Gründen, sagt Pirmin Oberson, Co-Leiter Therapien am SPZ: «Einerseits besteht ein klarer politischer Wille, ambulante Behandlungen auszubauen. Andererseits haben wir immer wieder festgestellt, dass nach der Erstrehabilitation mit ihrer sehr intensiven Betreuung in der Klinik das Ankommen zu Hause für die Betroffenen schwierig sein kann.» Das Angebot der ambulanten Rehabilitation schliesst also eine wichtige Lücke im Behandlungsspektrum einer Querschnittlähmung.

## Erfolge machen Mut

Im Gegensatz zur Erstrehabilitation kommen die Patientinnen und Patienten bereits mit Erfahrungen aus ihrem neuen Alltag in die ambulante Rehabili-



**Tom Hug bei einer Übung mit Physiotherapeutin Sibille Bühlmann. Rechts: In der Ergotherapie mit Martina Müller arbeitet der Patient heute mit dem Therapieroboter Diego.**



tation. «Der Vorteil dabei ist, dass wir gezielt an jenen Fähigkeiten arbeiten können, die sie mitbringen und weiter optimieren möchten», sagt Ergotherapeutin Martina Müller. Das gilt auch für Personen, die bereits länger im Rollstuhl sitzen: «Vielleicht verändern sich die Lebensumstände oder ihre Gesundheit, wodurch neue Herausforderungen entstehen.»

Für grössere Strecken oder wenn er lange sitzen muss, benötigt Tom Hug weiterhin seinen Rollstuhl. Um ihn anzutreiben sind kräftige Schultern und Arme wichtig. In der Therapiestunde mit Martina Müller sitzt er deshalb heute am Therapieroboter Diego, der die Beweglichkeit und Kraft der Arme und Schultern trainiert.

Die Arme des Patienten sind am Roboter befestigt und werden entlastet. «Meine Arme fühlen sich leichter an und ich kann sie besser bewegen», sagt er. Auf dem Bildschirm vor ihm erscheint ein Computerspiel mit einer dreispurigen Strasse. Je nach Stellung der Arme kann er seine Fahrspur wechseln und den Fahrzeugen ausweichen – und das Computerspiel macht die not-

wendigen häufigen Wiederholungen im Rahmen der Therapiestunde angenehm kurzweilig.

Seine rechte Hand zeigte zu Beginn der ambulanten Rehabilitation noch deutliche Einschränkungen. «Jetzt kann ich die Handflächen zusammenpressen, die Feinmotorik ist besser und die Spannung in den Fingern hat nachgelassen», sagt Tom Hug. Er ist auch stabiler auf den Beinen und muss beim Gehen nicht mehr hoch konzentriert auf den nächsten Schritt achten. «Ich kann mich sogar wieder mit jemandem unterhalten», freut er sich. Der Zuwachs an Funktionsfähigkeit bedeutet für die betroffenen Menschen mehr Unabhängigkeit und Teilhabe.

### Das Projekt soll wachsen

Mit rund einem Dutzend Patientinnen und Patienten im ersten Jahr haben sich die Abläufe in Nottwil gut eingespielt. Manchmal ist der Schritt zur ambulanten Rehabilitation bereits während der Erstrehabilitation absehbar. In anderen Fällen kann diese auch erst Monate oder Jahre nach dem Eintritt der Querschnittslähmung angezeigt sein.

Für Patientinnen und Patienten, deren Anreiseweg für eine mehrtägige ambulante Rehabilitation zu lang ist, stehen Zimmer im Hotel Sempachersee auf dem Campus Nottwil zur Verfügung. Je nach Bedarf kann die notwendige Pflege dazugebucht werden, die vom SPZ-Team übernommen wird. Zurzeit tragen Unfall-, Militär- oder Invalidenversicherung (bis zum Alter von 20 Jahren) die Kosten für das ambulante Rehabilitationsangebot. Die Krankenkassen vergüten sie noch nicht vollständig, hier wird die Entwicklung von weiteren Abrechnungsmodellen notwendig.

Das Ziel für 2026 sei es, das Angebot bekannter zu machen, sagt Sibille Bühlmann: «Es wäre schön, wenn jede Woche eine neue Patientin oder ein neuer Patient in das Programm aufgenommen werden könnte.» – Damit wirklich alle Betroffenen vom neuen Angebot in Nottwil profitieren. (zwc/kohs)

[+ paraplegie.ch/therapie](https://paraplegie.ch/therapie)

# «Die Sinnhaftigkeit muss täglich erlebbar sein»

**Am Swiss Arbeitgeber Award erreicht die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) erneut Rang drei. HR-Leiter Marcel Unterasinger Stäger schildert, was das Arbeiten in Nottwil so besonders macht.**



**Marcel Unterasinger Stäger,**  
Leiter Human Resources SPG.

## **Marcel Unterasinger Stäger, was bedeutet der Swiss Arbeitgeber Award für die Schweizer Paraplegiker-Gruppe?**

Es ist eine schöne Anerkennung, die direkt aus der Befragung der Mitarbeitenden kommt und eine hohe Glaubwürdigkeit hat. Dieser Preis macht gegen innen wie aussen transparent, dass wir gute Anstellungs- und Arbeitsbedingungen haben.

## **Die Gruppe hat in den letzten Jahren viel ins Personal investiert.**

Die Coronapandemie und die Zeit danach waren aufgrund des Personalmangels sehr anspruchsvoll. Wir versuchten fortlaufend, die Anstellungsbedingungen weiter zu verbessern. So haben wir einerseits in die Löhne investiert, aber auch an vielen weiteren Stellschrauben gedreht, die Nottwil zu einem attraktiven Arbeitsort machen – sowohl für einzelne Berufsgruppen als auch für alle Mitarbeitenden. Besonders stolz bin ich auf die Anstrengungen im Bereich Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben, etwa die betreute Ferienwoche für Schulkinder und den Neubau einer Kindertagesstätte auf dem Campus Nottwil.

## **Was zeichnet die SPG besonders aus?**

Unsere Firmenkultur stützt sich auf eine klare Vision. Alle wissen, wofür sie sich in ihrem Bereich einsetzen, um zur Erfüllung dieser Vision beizutragen – als Teil von etwas Grös-

serem. Gleichzeitig prägt der legendäre «Spirit von Nottwil» die Zusammenarbeit über alle Berufsgruppen und Gruppengesellschaften hinweg: Wir begegnen uns wertschätzend und auf Augenhöhe. Wir unterstützen uns gegenseitig und werden gemeinsam besser, um für die betroffenen Menschen möglichst wirkungsvoll und wegbereitend zu sein. Als Gruppe haben wir international eine Vorreiterrolle und fördern unsere Mitarbeitenden dabei, sich stetig weiterzuentwickeln.

## **Viele Mitarbeitende betonen die Sinnhaftigkeit ihrer Aufgaben.**

Diese Sinnhaftigkeit entsteht nicht einfach von selbst aus unserem Auftrag heraus, man muss täglich dafür sorgen, dass sie auch erlebbar ist. Das Personal muss sehen können, dass die eigene Arbeit dazu beiträgt, Menschen mit Querschnittslähmung ein selbstbestimmtes Leben bei bestmöglicher Gesundheit zu ermöglichen. Ist das nicht der Fall, sinkt die Motivation – eine schöne Vision allein nützt nichts.

## **Als Resultat der verbesserten Rahmenbedingungen nahm der Fachkräftemangel in Nottwil stark ab.**

Wir haben eine deutlich tiefere Fluktuation und können unsere Vakanzen schneller besetzen. Dazu beigetragen hat auch unsere Arbeitgeberkampagne. Früher lag der Marketingfokus auf der Mitgliedergewinnung. Heute präsentieren wir ebenfalls die vielen spannenden und vielseitigen Aufgaben, die es in der Gruppe gibt. Die Institution SPG mit ihren zwei Millionen Gönnerinnen und Gönnern geniesst schweizweit eine hohe Reputation. Jetzt sollen auch die attraktiven Jobs und das gute berufliche Umfeld bekannter werden. Auszeichnungen wie der Swiss Arbeitgeber Award helfen uns dabei.

## **Wie beeinflusst der demografische Wandel die Aufgaben des HR?**

Die Coronapandemie war ein erster Hinweis, worauf sich das Gesundheitswesen im Personalbereich vorbereiten muss. Der Personalmangel wird sich mit dem Wandel der Alterspyramide noch stärker akzentuieren. Da entstehen gesellschaftliche Fragen, die unsere Organisation nicht allein lösen kann. Aber wir können uns so aufstellen, dass wir auch in Zukunft ein gutes Umfeld bieten und unsere Mitarbeitenden begeistern können. **(kste/kohs)**

+ [paraplegie.ch/karriere](https://paraplegie.ch/karriere)

# Die feinfühilige Mutmacherin

**Isolde Kunde ist Pflegefachfrau auf der Intensivstation des Schweizer Paraplegiker-Zentrums.**

Die langen Stunden haben an den Kräften gezehrt, doch Isolde Kunde geht zufrieden in den Feierabend. «Ich schätze jeden Tag, an dem ich hier arbeiten darf», sagt sie. «Ich habe eine erfüllende Aufgabe, die mich immer wieder von Neuem fordert.»

Seit sieben Jahren leistet die 58-jährige als Pflegefachfrau auf der Intensivpflegestation (IPS) ihre Dienste am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). Sie kümmert sich um Menschen in einer Notsituation und kann sich dabei auf ihr Fingerspitzengefühl verlassen.

**«Höchstleistungen sind nur möglich, wenn das Team funktioniert.»**

**Isolde Kunde,  
Pflegefachfrau**

Wenn sie ein Zimmer betritt, versucht sie als Erstes, die Atmosphäre richtig einzuordnen: «Ich scanne den Raum. Danach weiss ich, welche Worte angebracht sind.» Anfang 2025 wurde sie zur Gruppenleiterin IPS befördert.

Isolde Kunde lebt ihre Berufung. Die gebürtige Hessin bringt Berufserfahrung aus 23 Jahren an der Universitätsklinik Mainz mit. Sie bekam im Schockraum aufwühlende Schicksale mit und lernte, in der Hektik einen kühlen Kopf zu bewahren. Sie kämpfte um Leben und erlebte die Ohnmacht, wenn ihr Team machtlos war. «Ich war da, wo es brannte», sagt sie. In Nottwil versteht sie sich auch als Mutmacherin.

**«Gestern hatten Sie Glück ...»**

Die Basis einer erfolgreichen Zusammenarbeit ist für die Gruppenleiterin das gegenseitige Vertrauen. Ihr Antrieb

ist es, einen Beitrag zu leisten, damit Menschen mit Querschnittlähmung eine möglichst hohe Selbstständigkeit erlangen. Und sie bemüht sich, eine gute Stimmung zu erzeugen. Manchmal klappt es mit einem Spruch: «So, gestern hatten Sie das Glück, einen netten Kollegen zu haben. Heute bin ich für Sie da.»

Sie tröstet, motiviert, witzelt. Mal ist sie feinfühlig, mal geradeheraus, mal unbequem. Nur auf eines verzichtet sie: auf Mitleid. «Das hilft nichts. Das Leben geht weiter, und wir setzen alles daran, damit es möglichst gut weitergeht.»

Isolde Kunde ist regelmässig nachts oder an Feiertagen im Einsatz, zuletzt an Heiligabend. Immer wieder hat sie mit Angehörigen zu tun, die auf der Intensivstation aufgewühlt sind und Emotionen nicht zurückhalten können. Sie sei in belastenden Situationen einfach «der

Blitzableiter», sagt sie. «Ich nehme das nie persönlich.»

**Fasnächtlerin und Fussballfan**

Sie schafft es gut, sich abzugrenzen. Den Rosenmontag in Mainz lässt die leidenschaftliche Fasnächtlerin nie aus. Als Fussballfan feuert sie ihren Lieblingsclub Mainz 05 auch im Stadion an. Und an Festen ist sie meist bis zum Schluss dabei. «Es darf auch mal krachen», erzählt Isolde Kunde.

Ihre Batterien lädt sie beim Reiten auf oder auf Abenteuer. Sie bestieg schon den Kilimandscharo, und zuletzt kehrte sie aus der Antarktis zurück. Die Energie nach solchen Reisen hilft ihr im Alltag. Doch sie betont: «Höchstleistungen sind nur möglich, wenn das ganze Team funktioniert.» Am SPZ ist das der Fall. Deshalb schätzt sie es so, hier arbeiten zu dürfen. (pmb/kohs)



## Facebook

### Yanina Baltaze

Vielen Dank, dass Sie die Geschichten von mutigen Menschen teilen, die sich von den Herausforderungen des Lebens nicht unterkriegen lassen. Besonders schätze ich an Ihren Reportagen, dass sie nicht zu kurz sind, sondern detailliert und mit schönen Fotos.

*Kommentar zur Patientengeschichte von Markus Buser*

### Andreas Hahn

Ich bin seit 2014 Mitglied und seit 2017 hochgradiger kompletter Paraplegiker. Die (damals) 200 000 Franken Gönnerunterstützung haben uns enorm geholfen – unter anderem zur Finanzierung eines umgebauten Autos, mit dem ich jetzt selbstständig unterwegs bin.

### Brigitta Häfliger

Beim Besuch in Nottwil im Jubiläumsjahr durfte ich viel Neues dazulernen. Dafür bin ich als Rollstuhlfahrerin sehr dankbar. Mein Dank geht auch an das Pflegepersonal und an alle anderen Mitarbeitenden, die immer ein offenes Ohr und ein freundliches Wort haben.

### Christine Haldi

Schön gibt es die Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Wir haben für unsere drei Kinder schon vor Jahren die lebenslange Mitgliedschaft einbezahlt.

## Instagram

### Jenny L.

Danke, dass es Euch gibt und Ihr uns das Thema Querschnittlähmung näherbringt.

### Ramona Moretti

Herzlichen Dank an alle Beteiligten und ans SPZ, dass Ihr den Kindern so einen tollen Zukunftstag geboten habt. Meine Tochter ist begeistert.

## E-Mail

Dass meine Mitgliedschaft etwas an diese wertvolle, unschätzbar tolle Einrichtung beiträgt, ist mir eine Genugtuung. Es ist dem Personal zu danken, was für die Menschen geleistet wird, die durch unglückliche Umstände ans SPZ kommen und dort die allerbeste Behandlung erhalten, um sich in ihrem neuen Leben möglichst gut zu integrieren. Ich habe höchsten Respekt für Ihre Leistungen und Hingabe an diese anspruchsvolle Aufgabe.

### Hans Rudolf Koller



Ich bin immer wieder begeistert über die interessanten Artikel im Magazin «Paraplegie». Beim Bild des Langlaufschlittens von Gabriela Bühler frage ich mich: Haben solche Schlitten keine Handbremsen?

### Jvan Schelker

*Antwort der Redaktion: Es gibt zwei Varianten von Langlaufschlitten. Modelle von Tessier haben Bremsen, jene von Prashberger nicht.*

*Die Redaktion behält sich vor, Zuschriften gekürzt wiederzugeben.*

## Altgold



Meine Altgoldspende: ein Anhänger, eine Halskette und ein Ohrstecker. Den Anhänger liess ich von einer Goldschmiedin aus dem Verlobungsring meines verstorbenen Verlobten machen. Danke für alles, was Ihr macht.  
**L. F.**

Mit viel Dankbarkeit verfolge ich die Tätigkeiten des Schweizer Paraplegiker-Zentrums. Dankbar, dass Menschen in schwierigen Situationen bei Ihnen gut aufgehoben sind. Dankbar auch, dass wir nicht bei Ihnen behandelt werden müssen. Gerne sende ich Ihnen ein paar Goldstücke.  
**C. V.**

### Folgen Sie uns:



facebook.com/  
paraplegie



linkedin.com/  
company/paraplegie



tiktok.com/  
@paraplegie



youtube.com/  
ParaplegikerStiftung



instagram.com/  
paraplegie

## Briefe an die Stiftung

Für die Kostenübernahme der Aufricht- und Liftfunktion zum Elektro-Rollstuhl meines Sohns bedanke ich mich von ganzem Herzen. Sie können sich kaum vorstellen, welche Erleichterung und Lebensqualität diese Unterstützung für uns bedeutet.

**Veronika Höhn,**  
**Fislisbach AG**

Nach mehreren Rückenoperationen wurde ich zum Tetraplegiker und war verzweifelt. Die in jeder Hinsicht ausgezeichnete Betreuung in Nottwil hat mir neuen Mut und Hoffnung auf eine Zukunft gegeben. Dank Ihrer finanziellen Hilfe an ein umgebautes Auto habe ich eine grosse Unabhängigkeit und Selbstständigkeit zurückerlangt. Ich weiss nicht, wie ich Ihnen dafür danken soll.

**Joël Raaflaub,**  
**Corcelles NE**

Da meine Wohnung nicht rollstuhlgängig war, musste ich umziehen. Das war für mich sehr traurig. Durch die Schweizer Paraplegiker-Gruppe wurden am neuen Ort Anpassungen vorgenommen, sodass alles barrierefrei ist. Ohne Ihre Unterstützung und Hilfsmittel wäre mein Alltag sehr kompliziert. Tausendmal DANK!

**Susanne Huber,**  
**Sumiswald BE**

Ich bin der Stiftung zutiefst dankbar für die Spende, die mir die Anschaffung verschiedener Hilfsmittel ermöglicht hat. Dadurch habe ich Mobilität zurückgewonnen und kann wieder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen.

**Christian Bransch,**  
**Corsier-sur-Vevey VD**

Ganz herzlichen Dank für die finanzielle Unterstützung an den Umbau eines rollstuhlgängigen Badezimmers. Unser Sohn freut sich sehr und wir schätzen diese Erleichterung für die Pflege enorm.

**Alois und Ursula Müller,**  
**Ermensee LU**

Für die Hilfe bei der Finanzierung des Stehbretts von Silas danken wir Ihnen von Herzen. Dieses Hilfsmittel bringt ihn in eine aufrechte Position und bedeutet mehr Lebensqualität.

**Familie Inauen,**  
**Kirchberg SG**

## Besondere Spende



Alyson Greenwood Paus' Spendenaktion beginnt in Land's End, einem spektakulären Kliff an der Atlantikküste.

## Von Lands End nach John O'Groats

Durch einen Unfall wurde Alyson Greenwood Paus' Mann im April 2023 zum Tetraplegiker. Sieben Monate Rehabilitation in Nottwil verhalfen ihm zu einem neuen Leben in Selbstständigkeit, der Rückkehr nach Hause und in die Gesellschaft – was für das Paar zunächst kaum vorstellbar war.

Aus Dankbarkeit startete Alyson Greenwood Paus eine aussergewöhnliche Spendenaktion: Sie fuhr mit dem Velo 1400 km entlang der legendären Route von den südlichsten Klippen Cornwalls zum nördlichsten Punkt Schottlands. Dabei kamen 5070 Franken für die Schweizer Paraplegiker-Stiftung zusammen. Die zurückgelegte Strecke ist ein starkes Zeichen der Solidarität. Herzlichen Dank.

[+ paraplegie.ch/besondere-spenden](https://paraplegie.ch/besondere-spenden)

21. März, Nottwil

### 18. First Responder Symposium

Die grösste Fortbildungsveranstaltung für First Responder, Betriebs-sanitätskräfte und Ersthelfende in der Schweiz, organisiert von SIRMED. Praxisrelevante Referate, attraktive Workshops und eine Fachausstellung sorgen für einen spannenden Informationsaustausch.

+ [sirmed.ch/frs](http://sirmed.ch/frs)

23. März, Nottwil

### Vorsorge- und Nachlassplanung

Fachreferate erklären, worauf beim Verfassen eines Vorsorgeauftrags, einer Patientenverfügung oder eines Testaments zu achten ist. Die Spezialistinnen beantworten auf Wunsch auch persönliche Fragen. Die Teilnahme ist kostenlos.

+ [paraplegie.ch/vorsorge](http://paraplegie.ch/vorsorge)

10. Mai, Zug

### Wings for Life World Run

Laufen für die Rückenmarkforschung: Rund um den Globus starten die Teilnehmenden zur gleichen Zeit – sei es an einem Flagship Run oder beim Lauf mit der App. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ist nationale Partnerin des Events.

+ [wingsforlifeworldrun.com](http://wingsforlifeworldrun.com)

21.–23. Mai, Nottwil

### ParAthletics 2026 Nottwil

Die Weltelite der Para-Leichtathletik trifft sich in Nottwil: An den «ParAthletics 2026» stehen rund dreihundert Athletinnen und Athleten in die Sportarena des Schweizer Paraplegiker Zentrums im Einsatz.

+ [parathletics.ch](http://parathletics.ch)



## Das Häufchen

Als ich meinen Hund bekam, wusste ich noch nicht, mit welcher Technik ich seine Notdurft beseitigen kann. Sogleich passierte es – und ein Häufchen lag auf der Strasse. Also bat ich eine Frau um Unterstützung. Die Frau starrte mich an und sagte: «Ich muss dringend auf den Bus.» Doch irgendetwas hielt sie zurück. Widerwillig nahm sie den Beutel und entfernte das Übel. Im Alltag helfen mir Menschen meistens

problemlos. Aber nach mehreren unangenehmen Erlebnissen bleibt es für mich schwierig, um Hilfe zu bitten, wenn das Häufchen an einem Ort liegt, den ich nicht erreichen kann.

Erlebt von Corina Hofmänner.

Illustration: Roland Burkart.

Schicken Sie Ihr Rollstuhlerlebnis an:

+ [redaktion@paraplegie.ch](mailto:redaktion@paraplegie.ch)



### Mitgliedschaft:

Einzelpersonen mit und ohne Kinder CHF 45, Paare und Familien CHF 90, Dauermitgliedschaft CHF 1000. Mitglieder erhalten CHF 250 000 Gönnerunterstützung bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit ständiger Rollstuhlabhängigkeit. [paraplegie.ch/mitglied-werden](http://paraplegie.ch/mitglied-werden)

### Adressänderungen online

### und Fragen zu Ihrer Mitgliedschaft:

[paraplegie.ch/service-center](http://paraplegie.ch/service-center)

Schweizer Paraplegiker-Stiftung  
Service Center  
6207 Nottwil  
T 041 939 62 62  
[sps@paraplegie.ch](mailto:sps@paraplegie.ch)

# Werde Teil von etwas Grösserem.



Arbeite mit über 2000 Spezialist\*innen aus über  
100 Berufen und ermögliche Menschen mit  
Querschnittlähmung ein selbstbestimmtes Leben.

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



**Schweizer  
Paraplegiker  
Gruppe**



Schweizer  
Paraplegiker  
Stiftung

# Mechaniker aus Leidenschaft dank Ihrer Mitgliedschaft

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ermöglicht, dass über 60 % der querschnittgelähmten Menschen ins Berufsleben zurückkehren. Danke für Ihre Solidarität.

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

