

## Selbstbestimmt leben

**Selbstbestimmtes Leben hat viele Formen, denn jeder sucht sich eben *seinen* Weg.**



**Heidi Vogel**, Buchautorin und Mitglied des BFZS

### Mein Werdegang

Nach der Lehre hatte ich mich damit abgefunden, im Heim zu leben, und dachte, ich würde den Rest meines Lebens in Heimen verbringen und mein letztes Heim sei dann das Altersheim. Doch ich benötigte fast keine Betreuung und so konnte ich ja auch alleine wohnen. Ich merkte selbst, wie meine Selbständigkeit unter der guten Betreuung im Wohnheim schwand. Ich stellte den Antrag auszuziehen. Dieser wurde aber abgelehnt. Die Arbeit war mir sehr wichtig. Wer im Wohnheim wohnte, durfte ganz sicher im Bürozentrum arbeiten. Ich war total überrascht, als ich einige Monate später erfuhr, dass ich ausziehen durfte. Ich fand relativ schnell eine Wohnung am Stadtrand von Bern.

Als ich umzog, wurde mir bewusst, wie viele kleine Dinge ich besass. Ein Kollege transportierte meine Sachen im Auto zur Wohnung, doch das Einräumen

war sehr mühsam. Am ersten Abend wäre ich am liebsten ins Wohnheim zurückgekehrt. Am zweiten Abend sah ich ein, dass es so nicht weitergehen konnte. Ich klingelte bei den Nachbarn, schilderte meine Situation und bat um Hilfe.



Mein Anliegen war so dringend, dass ich keinen Gedanken daran verschwendete, ob ich sie vielleicht beim Abendessen störte. Sie halfen mir sofort. Meine Wohnung nahm durch das Aufhängen von Bildern eine etwas freundlichere Atmosphäre an. Auch zwei grosse Kisten, die mitten in der Wohnung hatten hingestellt werden müssen, konnte ich ausräumen und versorgen. Die Nachbarin zeigte mir, wie ich die Waschmaschine bedienen muss. Schon nach kurzer Zeit fühlte ich mich dank der Hilfsbereitschaft mir vorher fremder Leute sehr wohl. Als später jemand meinte, im Wohnheim wäre es mir vielleicht wohler, antwortete ich kurz und bündig: «Wenn ich zurückkommen muss, dann kündige ich!»

Oft hörte ich auch, es sei mutig gewesen, die Nachbarn einfach so zu fragen. Hätte ich allerdings die Hilfe nicht unbedingt benötigt, hätte ich es nicht getan.

Heidi Vogel hat zwei Bücher geschrieben, «**Mein langer Weg**» (2011) und «**Das Schicksal heisst Alex**» (2013). Beide sind im Novum Eco Verlag erschienen und können auch per E-Mail bei ihr direkt bestellt werden (vogel.heidi84@gmail.com).

### Interview

**Ruedi Roth, Mitglied des BFZS, sprach mit Bruno Rüege, dem Geschäftsführer der Stiftung Contenti, über das neue Wohnprojekt.**

**R. Roth:** *Zurzeit entsteht in der ABL-Überbauung «Himmelrich» in Luzern der neue Bereich «Wohnen» der Stiftung Contenti. Er soll in knapp drei Jahren bezugsbereit sein. Wie fand Ihre Stiftung diesen schönen und integrativen Standort?*

**B. Rüege:** Der Stiftungsrat erteilte mir den Auftrag, für unsere desolate Wohnsituation Lösungsvorschläge auszuarbeiten. Mehr als ein Jahr trug ich diesen «gordischen Knoten» in meinem Kopf herum. Das Problem schien unlösbar: in «Rollidistanz» des Bereichs Arbeiten mitten in einer grösseren Überbauung eine angepasste Infrastruktur zu einem bezahlbaren Preis zu finden. Als ich vom Projekt Himmelrich las, war mir

sofort klar: Das ist es, das Geschenk vom Himmel. Und wirklich, die ABL empfing uns mit offenen Armen und wir arbeiten konstruktiv zusammen.

**R. Roth:** *Welches sind die grössten Herausforderungen bei der Verwirklichung dieses Projekts, wenn man einmal von der Finanzierung absieht?*

**B. Rügge:** Da gibt es verschiedene. So hat zum Beispiel das Treppenhaus «Normalabmessungen». Das wird für unsere Elektrorollstuhlfahrer eine Herausforderung. Auch konnten wir auf das Fassadenbild nicht so Einfluss nehmen, wie wir es wollten. So mussten wir unseren Wunsch aufgeben, Studios mit einem eigenen Balkon zu haben.



**R. Roth:** *Wie viele Menschen mit Behinderungen werden dort voraussichtlich ein neues Zuhause finden? Sind das vor allem Leute mit schweren körperlichen Einschränkungen?*

**B. Rügge:** Wir werden für 20 Personen Wohnräume anbieten können. Menschen mit schweren körperlichen Einschränkungen werden die grösste Gruppe ausmachen. Aber wie bisher werden auch Personen mit anderen Begleitbedürfnissen ein Zuhause finden.

**R. Roth:** *Welches Menschenbild ist für Contenti massgebend?*

**B. Rügge:** Im Rahmen unseres Leitbildprozesses sind wir diese Frage intensiv am Diskutieren. Im jetzt vorliegenden Entwurf sagen wir: Alle Menschen sind gleichwertig, gleichberechtigt,

lern- und entwicklungsfähig. Sie sind sozial und beziehungsfähig. Wir ermächtigen uns zu so viel Selbstbestimmung wie möglich und üben uns gleichzeitig in Verantwortungsübernahme. Wir orientieren uns an humanistischen und demokratischen Werten wie Selbstbestimmung, Selbstverantwortung, Integration, Gerechtigkeit, Verbindlichkeit, Zuverlässigkeit, Gesundheit, Respekt, Wertschätzung und Nachhaltigkeit. Wir achten die Verschiedenartigkeit der Menschen und Kulturen. Wir wissen um die menschliche Unvollkommenheit und anerkennen sie.

**R. Roth:** *Was unternimmt Contenti, um seinen Bewohnerinnen und Bewohnern die grösstmögliche Freiheit und Autonomie zu gewährleisten? Wo liegen hier die Grenzen des Machbaren und des Tolerierbaren?*

**B. Rügge:** Die absolute Freiheit oder Autonomie ist ein reizvoller, aber unrealistischer Gedanke. Im richtigen Leben sind wir ständig in vielerlei Abhängigkeiten verstrickt und Vorgaben unterworfen. Aber es ist auch unbestritten: Im Leben von Menschen mit Behinderungen gibt es nach wie vor viele unbegründete Einschränkungen. Im Contenti konkret gibt es natürlich auch eine Vielzahl von Restriktionen, die in dieser Frage eine Rolle spielen: Der Personalschlüssel ist eine solche Einschränkung, aber auch die Autonomiebedürfnisse des Mitbewohners setzen Grenzen. Die Sorgfaltspflicht von Contenti ist ein weiteres, in diesem Zusammenhang, immer wieder diskutiertes Thema.

**R. Roth:** *Wer entscheidet in Streitfällen zwischen Bewohnern und Contenti?*

**B. Rügge:** Gegen Entscheide des Geschäftsleiters kann beim Präsidium des Stiftungsrates

Einsprache erhoben werden. Der Kanton Luzern hat zusätzlich für Streitfälle zwischen Organisationen und Nutzern eine Schlichtungsstelle eingerichtet. Es gibt also sowohl einen internen als auch einen externen Weg, sich zu wehren. In Fällen, welche die korrekte Geschäftsführung betreffen, kann man auch an die kantonale Stiftungsaufsicht gelangen. Es ist gut, diese Gefässe zu haben und zu kennen, auch wenn wir hoffen, sie nicht aktiv nutzen zu müssen.



**R. Roth:** Herzlichen Dank für das Interview!

## Impressum

**Behindertenforum  
Zentralschweiz**

**bfzs.ch**

Wir vernetzen Menschen mit Behinderungen

***Emanzipation, Partizipation,  
Gleichstellung***

**Abonnieren Sie unseren  
[bfzs.ch/InfoFlyer](https://bfzs.ch/InfoFlyer)**

**Kontakt@bfzs.ch**

Thomas Z'Rotz  
Kohlgraben 5  
6370 Stans  
Telefon 041 610 54 18

Konto:

CH64 8118 6000 0032 5768 2,  
bfzs.ch, Raiffeisen, 6048 Horw  
(BIC 81186 oder Postkonto 60-4987-2)

**Ihre Unterstützung ist  
herzlich willkommen!**