

<b>Zeitschrift:</b>	Curaviva : Fachzeitschrift
<b>Herausgeber:</b>	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
<b>Band:</b>	84 (2013)
<b>Heft:</b>	7-8: Hinaus ins Freie : Sozialraumorientierte Kinder-, Jugend- und Familienhilfe
 <b>Artikel:</b>	Ein Internetangebot macht Rollstuhlfahrenden Mut zum Wandern : neue Wanderfreuden ohne Hindernisse
<b>Autor:</b>	Pfeifer, Regula
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-804315">https://doi.org/10.5169/seals-804315</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Werd. Denn auf Auskunft von Wanderführern werden die Frauen erstaunt: «Die Städte sind sich nicht anpassen», erinnert sich Ruth Bader. «Die Treppen und Schwellen auf den Bahnsteigen sind ebenso unverändert wie die Bänke. Und die Bänke sind ebenso unverändert wie die Treppen.»

## Ein Internetangebot macht Rollstuhlfahrenden Mut zum Wandern

# Neue Wanderfreuden ohne Hindernisse

Neuerdings können auch Wandervögel im Rollstuhl ihr Hobby einfacher geniessen. «Hindernisfreie Wege» macht es möglich. Wie das in der Praxis geht, zeigt ein Ausflug mit den beiden Rollstuhlfahrerinnen Silvia Knaus und Ruth Bader: Nicht ganz hindernisfrei, aber beglückend.

Von Regula Pfeifer

«Draussen zu sein, den Wind in den Haaren zu spüren und das Seewasser zu riechen ist wunderbar», sagt Ruth Bader. Ihre Kollegin, Silvia Knaus, nickt. Die beiden Frauen, die eine 60, die andere 38 Jahre alt, fahren mit ihren Rollstühlen dem Ufer des Zürichsees entlang. Von Horgen nach Wädenswil.

Die Route ist eine von bisher 57 Wegen, die gemäss dem neuen Informationsangebot «Hindernisfreie Wege» (siehe Box S. 42) mit dem Rollstuhl befahrbar sind. Mobility International Schweiz (MIS) und SchweizMobil erschlossen das Angebot und machten es vor Kurzem publik.

Der Weg ist ebenerdig, acht Kilometer lang und als leicht taxiert. Unterwegs werden wir allerdings merken, dass diese Testfahrt nicht überall ganz leicht zu bewältigen ist. Und wir werden erleben, dass ein leichter Weg im Grunde von Vorteil wäre, um die Wanderlust der Rollstuhlfahrenden zu wecken – eigentlich das Ziel der «Hindernisfreien Wege» nebst der Unterstützung durch Informationen.

### Etwas Geduld ist gefragt bei der Benutzung des Lifts

Den Ausstieg aus der S-Bahn in Horgen meistern die Rollstuhlfahrerinnen bestens rückwärts; sie sind geübte Benutzerinnen öffentlicher Verkehrsmittel. Der Lift für den Bahnübergang ist

bald gefunden und funktioniert einwandfrei. Etwas Geduld brauchtts schon, da nur je ein Rollstuhl darin Platz findet. Unten auf dem Bahnhofplatz ist von Weitem die rollstuhlgängige Toilette beim Busbahnhof zu erkennen. Nichts wie hin nach der langen Zugfahrt. Denn im fahrenden Zug eine Toilette aufzusuchen, ist mit dem Rollstuhl ein schwieriges Unterfangen. Krankheiten haben die beiden Frauen in den Rollstuhl gezwungen. Silvia Knaus seit zehn Jahren. Bei ihr wurde vor 22 Jahren eine Muskelkrankheit diagnostiziert. Ruth Bader ist seit Geburt zerebral gelähmt und fährt seit 2008 im «Rolli». Wegen einer verletzten Halswirbelsäule muss sie zudem momentan Erschütterungen meiden.

### Erste Hürden, dann gehts los

Silvia Knaus, die inzwischen vorgefahren ist, steht seit einer Weile vor der Toilette. Was ist das Problem? Die Tür lässt sich nur mit einem Eurokey öffnen. Natürlich hat sie einen dabei. Doch gleichzeitig den Schlüssel drehen und die Tür öffnen, das geht nicht. Die Tür ist zu schwer, oder wohl eher zu hart angezogen, wie Silvia Knaus bemerkt. Ein Bahnangestellter bietet Hilfe, dreht den Schlüssel und hält der Frau gentlemanlike die Tür auf. Silvia Knaus wird das Problem der Mobility International Schweiz, der Initiantin

der «Hindernisfreien Wege», melden. Sie nimmt solche Feedbacks gern auf, um ihr Angebot laufend zu optimieren.

Der Lift zur Seeseite hin erweist sich als eher klein, wie Silvia Knaus es schon im Routenplaner von SchweizMobil gelesen hat. Sie hat Mühe, ihren Swiss Trac, einen Rollstuhl mit vorne angehängtem Motor, einzuparken. Mit abmontiertem Motor und etwas Unterstützung gelingt es schliesslich. Ruth Bader hingegen hat mit ihrem kompakten Elektrorollstuhl bestens Platz.

### Leichte Wege wecken die Wanderlust der Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer.

>>

Auf dem Seeweg kann die Wanderung losgehen. Ein weißer Pfeil mit Rollstuhlzeichen unter den gelben Wanderzeichen weist die Richtung. Die Sonne scheint, eine leichte Brise weht. Die Rollstuhlfahrerinnen könnten losdüslen, die eine vier, die andere zwölf Kilometer pro Stunde. Doch sie nehmen Rücksicht auf die beiden Begleiterinnen, die Journalistin und die Fotografin, die zu Fuß unterwegs sind, und drosseln das Tempo.

#### Für die eine schwierig, für die andere nicht

Ein kleiner, gewundener Asphaltweg führt den See entlang, kurz unterbrochen von wenigen Metern Kopfsteinpflaster. Problemlos, meint der Routenplaner, und Silvia Knaus fährt tatsächlich locker darüber. Ruth Bader aber muss wegen ihrer Halswirbelsäule vorsichtiger vorgehen und entscheidet sich, dieses Teilstück rückwärts in Angriff zu nehmen. Als der Weg über einen provisorischen Holzsteg und später über eine Wasserrinne führt, zeigt sich der Unterschied ebenfalls, wie die beiden Rollstuhlfahrerinnen die Herausforderungen bewältigen.

Auf einer Baustelle versperrt ein Lastwagen die Durchfahrt. Die Arbeiter wissen wohl nichts vom neuen Rollstuhlfahrweg. Ruth Bader und Silvia Knaus müssen auf die Wiese ausweichen, später auch wegen eines entgegenkommenden Lasters. Solche vorübergehenden Hindernisse können immer wieder auftauchen, sie lassen sich nicht voraussagen. Das wissen auch die

Leute von der MIS. Und Silvia Knaus konstatiert: «Wir richten unser Augenmerk nicht auf solche Details. Das Wandern ist jedes Mal ein Aufsteller.»

#### Im Rollstuhl spazieren fahren bedeutet Freiheit

Alles in allem geht die Spazierfahrt locker über die Bühne. Links zeigt sich der See, einmal als weite, silberne Wasserfläche hinter dem Schilf, dann wieder direkt neben dem Weg. Das Wasser schwappt über das Ufer – es sind wohl Wellen eines unsichtbaren Schiffes –, und Ruth Bader ist entzückt. Hier taucht ein Restaurant auf, später passieren die Frauen ein Schwimmbecken direkt im See, dort gibt es einen romantischen, leicht verkommenen Weiler, bestehend aus alten Häusern, zu bewundern. Rechter Hand verläuft das Bahngleis, die ganze Strecke entlang. In kurzen Abständen brausen Züge vorbei. Die Frauen im Rollstuhl stört das nicht. Sie genießen es, draussen und unterwegs zu sein. «Auf solchen Wegen spazieren zu fahren, bedeutet für mich Freiheit», sagt Silvia Knaus und strahlt. Sie freut sich, dazugehören, Dinge zu unternehmen wie andere auch. Welchen Gewinn bringen ihr denn die «Hindernisfreien Wege»? «Nun weiß ich, was mich erwartet», antwortet Silvia Knaus. Zuhause am Computer sieht sie, welche Route rollstuhlgängig ist, und erfährt, wie sie dorthin gelangt und wo sich geeignete Restaurants und Toiletten befinden. So kann sie auf unbekann-

## Mit Rollstuhl und Kinderwagen gut befahrbar

57 Wege von insgesamt 460 Kilometer Länge sind aktuell in der Schweiz als hindernisfrei taxiert. Das heißt, sie sind mit Rollstuhl oder Kinderwagen gut befahrbar. Rund acht weitere kommen in diesem Jahr noch hinzu. Abrufbar sind sie unter [www.wanderland.ch](http://www.wanderland.ch), einer Internetplattform der Stiftung SchweizMobil. Die Organisation hat sich der sanften Mobilität verschrieben und bietet ein Netzwerk von fast 36 000 Kilometern signalisierter Routen für Velofahrer, Mountainbiker, Inlineskater, Kanufahrer und Wanderer – und neu auch für Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer. Viele «Hindernisfreie Wege» führen Seen oder Flüssen entlang.

Dieses Wanderangebot für Menschen im Rollstuhl initiierten Mobility International Schweiz (MIS), die Reisefachstelle für Menschen mit Behinderung und die Tourismusbranche. Nach Engagements für rollstuhlgängige Wege im Toggenburg und im Kanton Zürich weiteten sie 2010 das Projekt schweizweit aus. Zwölf Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer testeten die Strecken gemeinsam mit Zivildienstleistenden, notierten Bodenbeschaffenheit, Steigung, rollstuhlgängige Toiletten, Verpflegungsmöglichkeiten und anderes mehr. Die Wege wurden in schwierig (schwarz), mittel (rot) und blau (leicht) eingeteilt. Vor Ort signalisiert sind sie mit einem weißen Pfeil und einem grünen Routenfeld, das einen Rollstuhlfahrer zeigt. Diese Richtungszeiger sind in Ergänzung zu den gelben Wanderwegen angebracht.

#### ÖV-Anschluss entscheidend

Ein wichtiges, oft entscheidendes Kriterium für die Wahl eines Wegs ist die Anbindung an den öffentlichen Verkehr. «Die Hälfte unserer Vorschläge mussten wir wegen mangelndem ÖV-

Anschluss streichen», sagt Marcus Rocca, Geschäftsführer von MIS. Gemäss Behindertengleichstellungsgesetz sind die Transportunternehmen des öffentlichen Verkehrs allerdings verpflichtet, das Problem innerhalb der nächsten zehn Jahre zu beheben – und damit einen Quantensprung bei den «Hindernisfreien Wegen» ermöglichen.

Weshalb suchte MIS die Zusammenarbeit mit SchweizMobil? Die «Hindernisfreien Wege» bieten viele Vorteile: Die wichtigsten Informationen sind schnell ersichtlich, über Links gelangen Interessierte zu den entsprechenden Anbietern – etwa im Verkehrsbereich –, und sie können die Wanderkarten in der gewünschten Größe ausdrucken. Was erhofft sich Marcus Rocca vom neuen MIS-Angebot? «Dass nun auch Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer, die sich bisher nicht aus dem Haus getraut haben, Mut zum Wandern und Lust darauf bekommen.»



Tafeln weisen auf hindernisfreie Wege hin.

ten Wegen in der ganzen Schweiz wandern, ohne unüberwindbare Hindernisse zu befürchten. Das ist von unschätzbarem Wert. Denn auf Auskunft von Wanderern ist wenig Verlass. Kaum jemand erinnert sich an Treppen oder Schwelten auf einem begangenen Weg.

Dies wurde den beiden Frauen auch schon fast zum Verhängnis, als sie von Lausanne nach Morges spazieren fahren wollten. Zur Sicherheit fragten sie Leute, die ihnen entgegenkamen. Der Weg sei problemlos, beteuerten alle. Doch kurz vor dem Ziel fanden sich die Frauen auf einem schräg abfallenden, mit Wurzeln übersäten Weg. Eine gefährliche Angelegenheit. Nur dank vier kräftigen Männern, die sie begleiteten und versprachen, sie im Notfall aufzufangen, überwanden die rollstuhlfahrenden Freundinnen das Hindernis. Silvia Knaus und Ruth Bader profitieren nicht nur von den neuen Wanderange-

boten, sie haben auch mehrere Routen der «Hindernisfreien Wege» selber rekognosziert und so massgeblich zum Gelingen des Projekts beigetragen. Beide sind auch sonst gern unterwegs. Ruth Bader besucht Konzerte und Theater in ihrer Stadt.

Silvia Knaus reist ins Ausland, oft allein. 50 Länder wird sie gesehen haben nach diesen Sommerferien in Island, Irland und Schottland. Auch Japan, Indien und China gehören schon dazu.

In der Schweiz sind die Frauen oft zusammen unterwegs. Aus Spass, und weil beide spontan sind. Kaum in Wädenswil angelangt, beschließen sie, auf dem Wasser statt auf Schienen nach Zürich zurückzufahren. Nach wenigen Minuten legt ein Schiff an. Ein Matrose erleichtert den Übergang auf die ausgefahrene Brücke mit einer Zusatzschwelle. Zufrieden rollen die Frauen in den Schiffsbauch. ●

### Dazugehören, Dinge unternehmen wie alle andern auch – was für eine Freude!



Wanderfreuden in einer nicht gerade behindertenfreundlichen Welt: Silvia Knaus, 38, und Ruth Bader, 60, unterwegs auf dem (fast) hindernisfreien Weg zwischen Horgen und Wädenswil.

Fotos: Monique Wittwer