

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 22 (1980)  
**Heft:** 11: Alltag

## **Sonstiges**

### **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:** 07.02.2026

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



## ALLTAG

Es ist 5 uhr nachmittags. Ich sitze auf einer bank auf einem hügel über biel und schaue auf die stadt hinunter. Rechts von mir beginnt der juraberghang, vor mir in der ferne liegt der see.

Ich bin hierher gekommen um nachzudenken. Als cbf-mitglied bin ich gebeten worden, über meinen alltag zu schreiben. Ich kann mich erinnern, dass ich selber einmal an einer puls-sitzung den vorschlag brachte, man könnte puls-leser direkt für einen artikel anfragen, um mehr leserbeiträge zu erhalten . . .

Und jetzt bin ich also selber angefragt worden (und kann mich schon aus diesem grund nicht so leicht drücken). So will ich denn versuchen, mich vorzustellen und meinen alltag zu beschreiben, der stark von meiner ausbildung abhängt. Ich bin 23 jahre alt, besuche die schule für ergotherapie in Biel und wohne mit John zusammen, der strassenmusiker ist.

Es ist z.b. dienstag, 7.30 uhr. Der wecker summt, ich stehe auf, mache ausgiebig morgentoilette und frühstücke. Meistens fällt mir das aufstehen nicht allzu schwer und das morgenritual kann ungestört ablaufen. Wenn ich jedoch mühe habe wach zu werden, beneide ich John, der noch im bett bleiben kann und verwünsche die ungerechte welt. Für den schulweg nehme ich mir immer genügend zeit, gemütlich radle ich durch kleine hinterstrassen, denn ich geniesse diese paar minuten am morgen mit mir allein, bevor die schule beginnt.

Im allgemeinen gehe ich gerne zur schule, weil's mich vom stoff her interessiert. Ich bedauere nur, dass sich die schüler so wenig füreinander interessieren und ausserhalb der schule nur selten etwas gemeinsam unternehmen.

Mittagspause. Ich radle nach hause. John ist eben aufgestanden. Wir pick-nicken wieder einmal, kochen geht zu lang bei meinem hunger. Ich erzähle von der schule, John schmiedet pläne für den tag.

Am nachmittag wieder schule. Nach der schule einkäufe, wenn's mir nicht gar zu sehr stinkt ein bisschen haushalt, wieder ein pick-nick und dann arbeiten für die schule, oder ins jazz-ballet gehen, oder jemand besuchen, oder stundenlang mit meiner schwester telefonieren. Dann zähneputzen und schlafen. John kommt erst spät, bringt ein paar freunde zum übernachten. Manchmal sieht's aus wie in einer jugendherberge; dann muss ich mir am morgen einen weg durch am boden schlafende gestalten bahnen, freue mich, sie wieder zu sehen- oder wünsche sie alle ins pfefferland.

Mittwoch, 7.30 uhr, der wecker summt. . .

Dany Brock, Reuchenettestr. 20, 2500 Biel

\*

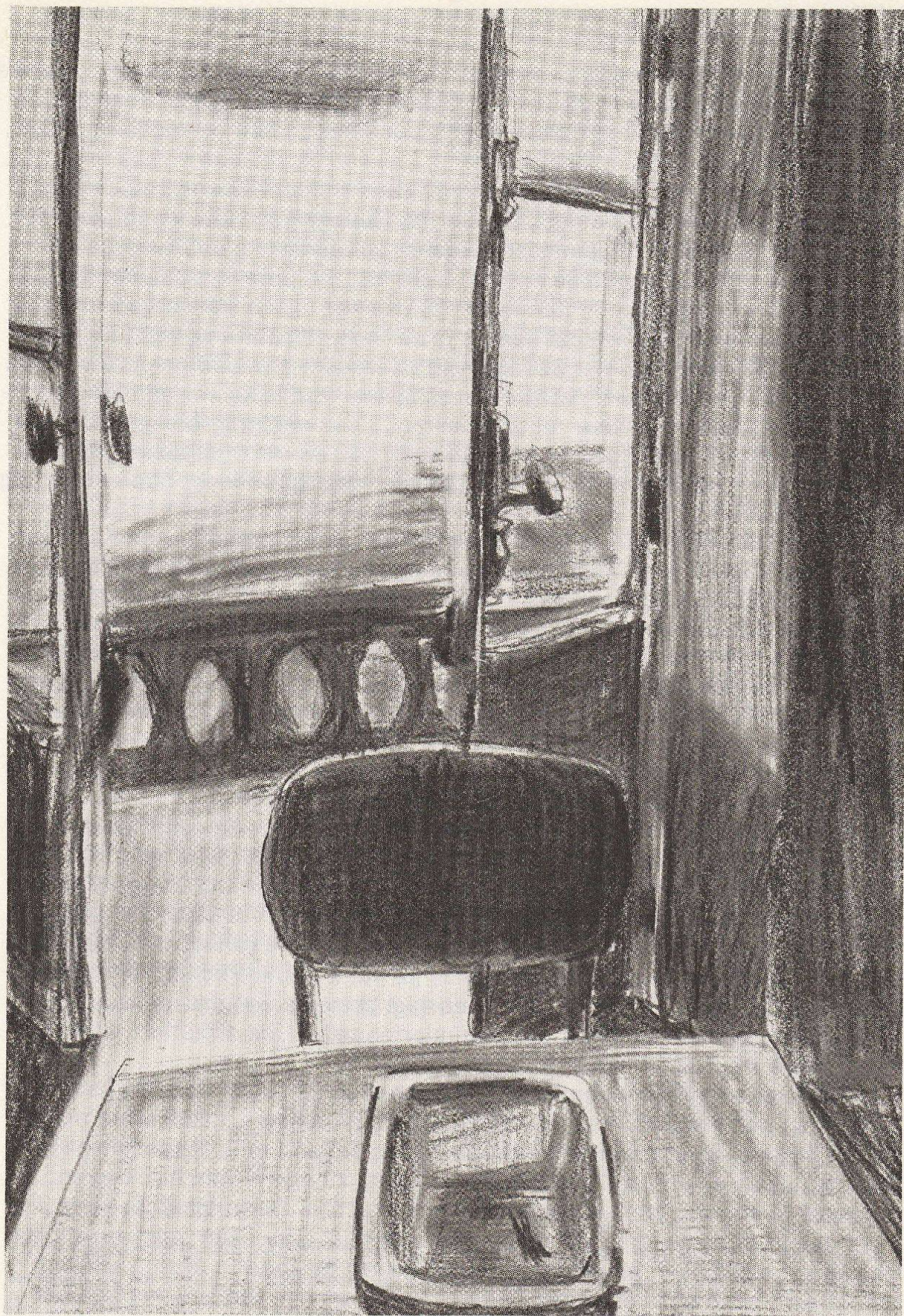
## Gedanke

*Trage die positiven  
begegnungen  
deiner tage zusammen,  
als wären es steine auf's baugerüst.*

*Du wirst dir daraus  
eine brücke bauen  
aus einem enttäuschenden  
gestern  
in ein zuversichtliches morgen.*

Walter Elmer, Frytigen, 8767 Elm





Zimmerregen