

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF

**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behindter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)

**Band:** 23 (1981)

**Heft:** 11: Leben lernen

**Artikel:** Wie sich bei mir eine Tür öffnete

**Autor:** Lengacher, Hansruedi

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-156061>

#### 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:** 19.02.2026

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

## Wie sich bei mir eine Tür öffnete

Ich sitze da in der stube meiner eigenen 3-zimmerwohnung und sinniere über dieses thema nach. «Immer wieder gehen tote auf, die lange verschlossen waren,» steht da als einleitung. Ich will erzählen, wie sich bei mir eine tür öffnete, an deren existenz ich nie zu denken wagte.

Mein leben schien unabänderlich vorgezeichnet zu sein. Seit 10 Jahren lebte ich in einem heim für körperlich schwerbehinderte. Da hatte ich mein zimmer, mein essen, die hilfe, die ich brauche und auch eine arbeit, welche mir ein bescheidenes einkommen sicherte. Was wollte ich noch mehr. Wenn ich mich einigermassen anständig, (heimkonform) aufführte, brauchte ich mir für meine zukunft keine sorgen zu machen.

Aber eben, das leben hält sich selten an festgelegte programme. Ganz plötzlich nimmt es eine völlig unerwartete wendung und läuft allen schönen und sicheren plänen zuwider.

Dabei fing alles ganz harmlos und «normal» an. Ich traf nach langer zeit eine schulkameradin wieder. Wir berichteten uns ein wenig, was wir in all den Jahren so erlebt und erfahren hatten. Meine kameradin lebte noch zuhause bei ihren eltern, aber dort war es ihr recht eng geworden und sie suchte nach einer möglichkeit, sich von den eltern unabhängig zu machen. Doch bei der schwere ihrer behinderung war das nicht einfach. An etlichen orten war sie schon abgewiesen worden und hatte oft unerfüllte hoffnung begraben müssen.

Ich sagte ihr darum, vielleicht böte sich in unserem heim eine möglichkeit für sie, die sie wenigstens prüfen sollte. Im grossen und ganzen lebten da die pensionäre zufrieden und genossen die grösstmögliche freiheit und eigenständigkeit. Die heimleitung erwies sich offen für mein anliegen, meiner kameradin gelegenheit zu geben, das heim näher kennenzulernen. Über 2 wochenenden durfte sie zu besuch kommen und dann wurde eine 3-wöchige ferien-probezeit vereinbart. Alles verlief gut und einer definitiven aufnahme ins heim schien nichts im wege zu stehen.

Nur eben, wie schon oben gesagt, das leben macht immer wieder unerwartete kurven und ränke. Aus der kameradschaft zwischen uns beiden war inzwischen mehr geworden, es war etwas gewachsen und gross geworden, was gesellschaft und heimleitung bei schwerbehinderten nicht unbedingt zu tolerieren bereit ist. Im heim wurde diese entwicklung sowohl von der leitung wie den pensionären mit wachsendem misstrauen verfolgt. Je näher der termin rückte, an dem meine freundin vorläufig für ein halbes jahr ins heim kommen sollte, desto unsicherer wurde die heimleitung. Da kam etwas neues auf sie zu, dessen konsequenzen nicht abzusehen waren. Und die pensionäre hüllten sich in ein fast unheimliches schweigen. Eine knisternde spannung lag in der luft. In einem solchen heim kann nichts verborgen bleiben. Obwohl ich mir während den 3 wochen die grösste mühe gegeben hatte, nicht aufzufallen, war halt doch bemerkt worden, dass ich oft erst nach mitternacht, manchmal erst gegen morgen in mein zimmer gegangen war. Zweieinhalf wochen bevor meine geliebte kam, platzte für mich buchstäblich eine bombe. An einem heiterhellen nachmittag in der z'vieripause rief mich der leiter zu sich. Er wolle mir nur mitteilen, dass in absehbarer zeit eine der invalidenwohnungen hinter dem heim frei würde und ich solle doch überlegen, ob das nicht etwas für uns beide wäre.

Da stand ich nun und wusste nicht was ich tun sollte. Dieser gedanke, eine eigene wohnung zu haben, mit meinem liebsten zusammen darin zu wohnen, war so verlockend. Ein solches angebot musste man doch einfach ergreifen. Wie oft hatte ich im stillen davon geträumt, mit einer frau zusammen in einem eigenen heim zu leben. Doch ich war mir bewusst, dass das kaum je erreichbare luftschlösser waren, und die «traumfrau» unbehindert sein müsste. Doch meine geliebte war ja noch viel hilfloser und pflegebedürftiger als ich.

Ein nervenaufreibendes hin und her, ein werweissen, ein abwägen von für und wider, fing an. Ich schrieb der leitung alle gründe auf, die mir dagegen zu sprechen schienen und auch die möglichkeiten, die ich sah, doch zu zweit in einem heim leben zu können, wo wir all das hätten, was wir eben einfach brauchten. Man sollte es wenigstens einmal versuchen, ob ein paar für das heim, für die übrigen bewohner wirklich nicht zu ertragen sei. Aber eben, die wohnung war jetzt frei und wenn es sich in einem halben jahr zeigen sollte, dass es nicht ging, wäre eine einmalige gelegenheit verpasst und wir beide würden wahrscheinlich wieder auseinander gerissen. Die haltung der heimleitung verhärtete sich, sie zählte ihrerseits gründe auf, warum ein zusammenleben im heim nicht möglich sei, in der art, wie wir es uns vorstellten. Schon von der baulichen konstellation her liesse es sich nicht mit anderen heimen vergleichen, in denen das zusammenleben von einzelnen paaren beschränkt möglich wäre. Zum andern könnte eine solche beziehung gar nicht gedeihen und sich entfalten, unter den neugierigen und kritischen augen von 23 mitbewohnern.

Da entschlossen wir uns, das wagnis einzugehen, vor allem weil sich 2 frauen bereit erklärten, uns zu helfen. Irgendwie musste es gehen. Wie das so ist, wenn man einmal zu etwas entschlossen ist, kommen mut und begeisterung. Wir unterschrieben den mietvertrag und fingen an die wohnungseinrichtung zusammenzutragen. Das ist gar nicht so einfach, eine wohnung von grund auf einzurichten und auch nur mit dem nötigsten auszurüsten, wenn noch gar nichts vorhanden ist. Manchmal beschlich mich ein ungutes gefühl, wenn ich ausrechnete wieviel geld wir da investierten, auf das risiko hin, dass es doch nicht gehen würde und wir alles wieder aufgeben müssten.

Doch dann kam der denkwürdige tag an dem uns die wohnung übergeben wurde und wir einziehen konnten. Nun waren wir ganz auf uns selber gestellt. Über alles konnten wir selber bestimmen, mussten aber auch für alles selber besorgt sein. In einem haushalt gibt es so viele dinge zu erledigen, mit denen wir bisher nichts zu tun hatten, weil andere sie für uns erledigten. Das essen kam nicht mehr ohne unser dazutun einfach auf den tisch. Das menu musste geplant und die esswaren eingekauft werden. Am ende des monats mussten löhne, mietzins und vieles andere abgerechnet werden und noch vieles mehr, was bisher die heimleitung für die pensionäre erledigte und ihnen einfach eine kontorechnung in die hand drückte. Zum ersten mal in meinem leben hatte ich nun einen richtigen arbeitsweg zurückzulegen. Er ist zwar nur etwa zweihundert meter lang, aber es gibt doch irgendwie ein ganz neues lebensgefühl. Statt nur durch den geschützten korridor vom wohnheim in die werkstatt gehen zu können, wurde ich nun jeden morgen mit dem wechselhaften wetter konfrontiert. Was ich bisher nur durch schützende glasscheiben ahnte, erlebte ich nun hautnah, regen, wind, schnee und sonnenschein.

Das schönste und beglückendste aber war und ist am abend das nachhausegehen. Nur wer schon längere zeit in einem heim gelebt hat, kann ermessen, was das bedeutet. Jeden abend, wenn sich die werkstatt-türe hinter mir schliesst, über-

kommt mich ein unbeschreibliches glücksgefühl: nach hause gehen zu können, wo eine liebe frau schon sehnstig auf mich wartet und mit der ich alles bereden kann. Vorbei sind die zeiten, wo ich mich nach dem nachtessen einsam in mein zimmer und in mich selber zurückzog, weil ich bei meinen wohnkollegen keine rechten anschlusspunkte fand, da nach einem langen gemeinsamen arbeitstag jeder möglichst seine eigenen wege gehen wollte.

Von anfang an war uns ja bewusst, dass wir ein risiko eingingen und die probleme und schwierigkeiten nicht weit weg suchen müssten. Das grösste problem war und bleibt es, leute zu finden, die bei uns arbeiten wollen. Den haushalt besorgen und meine zukünftige frau zu pflegen. Die heimleitung hatte uns zwar eingeredet, das werde nicht so schwierig sein, und kürzere zeiten ging es auch recht gut, aber in den dreiviertel Jahren eigenständigkeit waren wir fast immer auf der suche nachfrauen, weil keine über längere zeit bei uns bleiben wollte. Ursprünglich war vorgesehen, dass die frau eines behinderten, welche im selben block wohnt, und den haushalt und alles andere besorgen würde und eine andere frau, welche ich von früher her kannte sie ablösen würde. Doch schon bald stieg diese ablösefrau aus und es erwies sich als fast unmöglich, sie zu ersetzen. Wer auf verdienst angewiesen ist, der nimmt keine arbeit für nur einen tag pro woche und 2 wochenenden im monat an und weres aus gutem helperwille oder gar aus mitleid tut, hat keine ausdauer und will sich nicht bindend verpflichten. «Wenn ich gerade nichts anderes los habe, komme ich gerne», heisst es dann etwa. Doch uns ist damit nur halb gedient und oft bedrückt uns die bange frage, ob daran unser wagnis scheitern werde und wir doch alles wieder aufgeben müssten.

Irgendwie hatten wir von anfang an das gefühl, von der umgebung, den nachbarn misstrauisch beobachtet und sehr zurückhaltend behandelt zu werden. «Man wird ja sehen wie lange das gut gehen wird», «so zwei schwerbehinderte können doch nicht selbständig haushalten», «für solche gibt's doch heime», scheinen sie zu denken und sprechen diese gedanken auch mehr oder weniger unverhohlen aus. Und auch behinderte können es nicht ohne weiteres akzeptieren, dass da zwei einfach so etwas wagen, das sie für sich für unmöglich gehalten und darum selber nicht gewagt hätten. Das merken wir an der reservierten haltung, mit der man uns allenthalben entgegentreitt.

Und doch, trotz alle dem bereuen wir diesen schritt nicht. Jedes glück kostet wohl seinen preis und die schwierigkeiten stärken die bande zwischen uns nur noch mehr. Niemand kann wissen, was mit uns geschehen wäre, wenn wir es nicht gewagt hätten, das schützende heim zu verlassen.

Hansruedi Lengacher, 3645 Gwatt/Thun

## Leben lernen

Als langjähriges, doch eher passiv als aktiv, mitglied, möchte auch ich mich wieder einmal zu wort melden: leben lernen.

Richtig zu leben gelernt habe ich nämlich eigentlich seit ich hier im Altried bin. Seit ich hier im Altried bin, geht es mir körperlich und seelisch viel besser. Denn erstens habe ich sehr viel abgenommen, kann also dadurch viel besser gehen. Denn angefangen mit meiner gewichtsabnahme habe ich auch seit ich hier bin und muss sagen mit grossem erfolg. Aber was mir wichtiger scheint, ist, dass es mir seelisch sehr gut geht und zwar weil ich langsam aber sicher alles viel realistischer sehe als