

Zeitschrift: Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung

Herausgeber: Ce Be eF : Club Behindter und Ihrer FreundInnen (Schweiz) [1986-1992]; Anorma : Selbsthilfe für die Rechte Behindter (Schweiz) [ab 1993]

Band: 32 (1990)

Heft: 1: Behinderung : Frau

Artikel: [Gedicht]

Autor: Personenl, Regina

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-157957>

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: 02.02.2026

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

*Ich, die ich mich heute noch
manchmal erschreckt
abwende vor dem
eigenen Spiegelbild
im unvermeidlichen
Schaufenster.*

*Ich, die ich vorsorglich Kleider
im Laden nicht
anprobiere,
um der Konfrontation
auszuweichen.*

*Ich, die ich niemals
kurzärmelig herumlaufe,
weil man sonst die
Lähmung
zu stark sehen könnte.*

*Ich, die ich zeitweise mich
schäme, vor anderen
jungen Leuten
ins Tram zu steigen
und deshalb auf die
nächste
Strassenbahn warte.*

*Ich, die ich es als Demütigung
erfahre,
mich vor anderen Leuten
die Treppe hochzuwinden.*

*Ich, die ich Angst und Panik
empfinde,
wenn ich an das Wort
«Badeanstalt» denke.*

*Ich, die ich jetzt auf dem
Weg bin,
solche Gefühle
einzuordnen
und ich selber zu sein...*

Regina Personeni, 1975