

<b>Zeitschrift:</b>	Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau
<b>Herausgeber:</b>	Spitex Verband Kanton Zürich
<b>Band:</b>	- (2010)
<b>Heft:</b>	4: Spital und Spitex
<b>Artikel:</b>	Mit der Kraft einer Läuferin
<b>Autor:</b>	King, Sarah / Bürki, Cornelia
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-822107">https://doi.org/10.5169/seals-822107</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:** 11.01.2026

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

# Mit der Kraft einer Läuferin

Hirnverletzungen bedeuten einen radikalen Einschnitt in das Leben der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Das zeigt sich eindrücklich am Beispiel der ehemaligen Spitzensportlerin Cornelia Bürki. Sie gab ihre Karriere im Sport auf, um sich der Pflege ihrer Tochter zu widmen. Den Willen einer Sportlerin hat sie jedoch behalten. Er hilft ihr, die Belastung zu tragen. Und sucht sie den Ausgleich zum Alltag, zieht sie noch heute ihre Laufschuhe an. Und rennt.

**Sarah King** // Mit 20 verliess Cornelia Bürki ihre Heimat Südafrika und zog mit ihrer kleinen Tochter Sora und ihrem Schweizer Ehemann in die Schweiz, wo sie sich mit Leidenschaft dem Sport widmete. 1979 wurde ihr Stiefvater in Südafrika schwer krank und konnte sich nicht mehr um seine siebenjährige Tochter Esther kümmern. Drei Jahre zuvor war schon die Mutter nach einer schweren Krankheit gestorben.

Cornelia Bürki beschloss, die Betreuung ihrer kleinen Halbschwester zu übernehmen, adoptierte sie und nahm sie zu sich in die Schweiz. Zum ersten Mal in ihrem Leben erlebte Esther eine unbeschwerete und glückliche Kindheit. Das Glück war nicht von langer Dauer. 1981 wurde sie beim Überqueren der Strasse von einem Auto erfasst und schwer verletzt.

**«Ein plötzlich behindertes Kind fordert einen so stark, dass das andere Kind eigentlich immer ein bisschen zurückstehen muss.»**

Eigentlich wollte sich Esthi nur ein Znüni holen. Im Laden über die Strasse. Sie war neun damals. Ein aufgewecktes Kind. «Ich hörte einen Schlag. Und dann Bremsen», sagt Cornelia Bürki. Zu diesem Zeitpunkt wusste sie noch nicht, dass dieser Schlag ihr Leben verändern würde: «Dann klingelte das Telefon. Es war der Ladenbesitzer. Esthi sei unter das Auto gekommen.» Im ersten Moment dachte Cornelia Bürki, der Mann erlaube sich einen schlechten Scherz. Sie rannte hinaus auf die Strasse. «Esthi lag dort, war nicht an-

sprechbar. Aus der Nase und aus den Ohren floss Blut. Von einer Sekunde auf die andere ist alles zusammengebrochen.»

Heute wirkt Cornelia Bürki gefasst, wenn sie den Unfallhergang beschreibt. Nicht so vor 29 Jahren, als die Ärzte ihr sagten, dass für Esther keine Überlebenschance bestehe: «Da wurde mir erst bewusst, wie schlimm es ist. Im ersten Moment kann man sich gar keine Gedanken machen. Aber es war sicher der schlimmste Tag in meinem Leben.» Der Unfallhergang ist bis heute umstritten. Der Mann behauptete, das Kind sei ihm vor das Auto gerannt. Zeugen des Unfalls sagten jedoch, das Kind sei schon auf der Strasse gewesen, als das Auto angefahren kam.

Sechs Monate lag das Mädchen im Kinderspital Zürich im Koma. Nachdem es erwacht war, begann eine mehrjährige Therapiezeit. Seine motorischen und kognitiven Fähigkeiten waren stark eingeschränkt. Einzig den rechten Arm konnte es noch bewegen.

Heute ist Esther 37, komplett pflegeabhängig und dennoch glücklich. Zum Beispiel, wenn sie mit ihrer Mutter auf den Sportplatz darf – dort, wo sie schon vor dem Unfall so gerne war. «Wahrscheinlich wäre sie eine Sportlerin geworden», meint Cornelia Bürki. Leises Bedauern schwungt in ihrer Stimme mit.

**Cornelia Bürki, Sie haben Ihre Sportkarriere beendet, um die Pflege Ihrer Tochter zu übernehmen. Bereuen Sie diesen Schritt manchmal?**

## Zur Person

Cornelia Bürki wurde als Mittel- und Langstreckenläuferin 47-mal Schweizer Meisterin. In den Achtzigerjahren erzielte sie bei Olympischen Spielen, Welt- und Europameisterschaften hervorragende Resultate. Im Jahr 1978 wurde sie zur Schweizer Sportlerin des Jahres gewählt. Heute ist Cornelia Bürki (57) als Trainerin beim Leichtathletikclub Rapperswil-Jona tätig. Sie betreut dort zurzeit acht junge Athletinnen und Athleten. Den Profi-Sport gab Cornelia Bürki 1991 auf, um sich ganz der Pflege ihrer behinderten Tochter zu widmen. Seit vielen Jahren lebt sie mit ihrer Familie in Wagen bei Rapperswil im Kanton Zürich.



Bild: Georg Anderhub

Nein, ich bereue ihn nicht. Ich hatte eine lange Karriere. Als Esthi im Rehabilitationszentrum war, trainierte ich jeweils am Morgen und fuhr am Nachmittag zu ihr. Auch als sie nach Hause kam, führte ich meinen Sport weiter. Esthi besuchte in Wetzikon eine Sonder- schule, so hatte ich tagsüber Zeit für das Training.

Ich hörte mit dem Sport erst auf, als Esthi die Schule beendet hatte. Es war schwierig, ein Heim in unserer Nähe zu finden, das sich für junge Leute eignete. Wir versuchten es mit einem Heim in Jona. Aber sie passte nicht dorthin, war mit der Situation überfordert und reagierte mit starken epileptischen Anfällen. Wir versuchten es mit einem zweiten Heim. Doch was sie dort erlebte, schürte ihre Angst vor solchen Institutionen noch mehr.

Für uns kam schliesslich nichts anderes in Frage, als sie nach Hause zu nehmen. Esthi soll glücklich sein. Mein Mann und ich standen damals in Scheidung. Da lag es einfach nicht mehr drin, auf solch hohem Niveau Sport zu machen. Hobbymässig schon. Ich trainiere Leichtathleten in Rapperswil-Jona. Im Durchschnitt bin ich etwa vier-, fünfmal die Woche

auf dem Sportplatz – die Wettkämpfe einberechnet. So hat Esthi weiter Kontakt zu jungen Leuten. Das ist für sie sehr wichtig.

**Hatte Ihre Hingabe an die Betreuung der Tochter einen Zusammenhang mit dem Auseinanderbrechen der Ehe?**

Es hat sicher dazu beigetragen. Es ist eine grosse Belastung für eine Familie. Nicht alle können gleich umgehen damit. Ich hätte Esthi, wenn damals nicht eine Änderung eingetroffen wäre, nicht zu Hause pflegen können. Esthis Wohlergehen war für mich am wichtigsten zu jenem Zeitpunkt.

**Sie haben eine zweite Tochter, die im gleichen Alter ist wie Esthi. Wie erlebte sie diese Zeit?**

Für Sorita war es sehr hart. Sie war natürlich damals noch klein, als der Unfall geschah. Von einem Tag auf den anderen war ich ständig im Spital. Ein plötzlich behindertes Kind fordert einen so stark, dass das andere Kind eigentlich immer ein bisschen zurückstehen muss.

**Cornelia Bürki betreut ihre Tochter Esther zu Hause, nimmt sie aber so oft wie möglich mit auf den Sportplatz, denn dort ist die junge Frau besonders gern.**

&gt;&gt;



Fachtagung Gerontologie

## Trauer – Depression – abnorme Trauerreaktion

Älter werden ist oft verbunden mit Verlusten, Wechsel von vertrauten Lebensformen und Neuorientierung. Ausdrucksformen für deren Bewältigung sind Trauer und bio-psycho-soziale Trauerreaktionen. Sind diese Reaktionen allzu heftig oder dauern sie allzu lange, sprechen wir von abnormer Trauer, die alleine nicht bewältigt werden kann. Wie können wir zwischen Trauer und abnormer Trauerreaktion unterscheiden und welche Strategien helfen uns im Umgang damit? Solchen Fragen gehen wir nach und lernen an Fallbeispielen günstige Umgebungsreaktionen.

**Referentinnen:** Dr. med. Brigitte Ambühl, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und Innere Medizin mit Schwerpunkt Geriatrie; Manuela Barizzi, Projektleiterin Bündner Bündnis gegen Depression

**Freitag, 1. Oktober 2010, 9.30 bis 16.30 Uhr im Bildungszentrum Gesundheit und Soziales BGS, Gürtelstrasse 42/44, Chur**

Kosten: Fr. 250.– inkl. Verpflegung

Anmeldung bis 31. August an BGS, Gürtelstrasse 42/44, 7000 Chur, Tel. 081 286 85 10, E-Mail: ruth.tscharner@bgs-chur.ch

**b·gs**

[www.bgs-chur.ch](http://www.bgs-chur.ch)



**Informiert sein – mitreden können.**

In der Spitex, im Gesundheitswesen, in Altersfragen. Der Schauplatz Spitex macht's möglich. Bestellen Sie jetzt Ihr persönliches Exemplar unter: [www.schauplatz-spitex.ch](http://www.schauplatz-spitex.ch)

# QUALITÄT BEGINNT BEI DER FÜHRUNG

## 5. SPITEX - Führungsforum

Donnerstag, 21. Oktober 2010, 13.45 - 17.30  
Hochschule der Künste (5 Gehminuten ab HB Zürich)

### Private Spitex — Partner oder Konkurrenz?

Andreas Winkler + Michel Baumgartner, PHS AG, Zürich

### Lassen Sie sich nicht stressen!

Evi Giannakopoulos, Stressregulationstrainerin, stressaway.ch

### Vielfalt im Arbeitsteam: Herausforderung und Chance

Potenziale und Ressourcen von transkulturellen Teams nutzen

Anke Kayser, Ethnologin, Schweizerisches Rotes Kreuz

### Ein Führungsgespräch mit Barbara Artmann

Inhaberin und Geschäftsführerin Künzli SwissSchuh AG

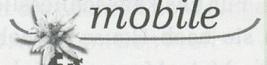
Anschliessend Apéro riche + Netzwerken



IVF HARTMANN AG



**HUBER & LANG**  
DER SCHWEIZER SPEZIALIST  
FÜR FACHINFORMATION

**menu\*\*\*\*\*mobile**  


Programm und Anmeldung unter [myspitex.ch](http://myspitex.ch) > Führungsforum > Anmeldung

**Anmeldeschluss: 30. September 2010**

**myspitex.ch**

andreas meyer postfach 119 7320 sargans 081 723 24 55 [eee@myspitex.ch](mailto:eee@myspitex.ch)

Sorita sagt aber immer, sie habe sich nie benachteiligt gefühlt. Sie unterstützte mich bei allem, so klein sie damals auch war. Sie fuhr mit mir ins Spital, wann immer sie einen freien Nachmittag hatte.

Bis heute ist sie mir eine grosse Stütze und übernimmt auch die Pflege, wenn ich einmal krank oder für ein paar Tage weg bin. Nun hat Sorita aber selber eine Familie, und sie soll für ihre Kinder die Zeit haben, die ich für sie nicht hatte nach Esthis Unfall.

#### **Von wem erhalten Sie sonst noch Unterstützung?**

Mein Lebensgefährte unterstützt mich sehr und auch verschiedene Leute aus dem Bekanntenkreis. Es sind vor allem Hausfrauen mit Kindern, die langsam wieder ins Berufsleben einsteigen wollen. Sie übernehmen die Betreuung von Esthi, wenn ich meiner Tätigkeit als Trainerin nachgehe. Die Frauen erhalten natürlich eine Entschädigung dafür.

#### **Haben Sie auch überlegt, die Dienste der Spitez in Anspruch zu nehmen?**

Ja, aber der Preis ist ein bisschen hoch. Und die Spitez ist weniger spontan. Wenn das Wetter schön ist, nehme ich Esthi mit auf den Sportplatz. Sie liebt es, dort zu sein. Kommt jetzt aber zum Beispiel eine halbe Stunde vor dem Training ein Gewitter auf, so muss jemand flexibel einspringen und Esthi abholen können. Diese Flexibilität kann die Spitez nicht bieten.

#### **Sie trainieren Athleten und betreuen Ihre Tochter rund um die Uhr. Wo nehmen Sie die Kraft für dieses Engagement her?**

Esthi ist ein unglaublich positiver Mensch. Sie gibt sehr viel Liebe und Dankbarkeit. Von ihr können wir sogenannt Gesunden viel lernen.

Es gibt Zeiten, da geht es ihr schlecht und sie hat epileptische Anfälle. Sobald sie wieder zu sich kommt, gilt ihr erster Gedanke in der Regel uns und nicht sich selbst. Sie ist tief gläubig. Ich glaube, das gibt ihr Kraft.

Ich schöpfe selber auch Kraft aus dem Glauben. Es kann fast nicht anders sein.

#### **Wer half Ihnen bei der Verarbeitung des Traumas?**

Es war wirklich mein Glück, dass ich gerne Sport treibe. Ging es mir schlecht, zog ich die Laufschuhe an und rannte durch den Wald. Er liegt gleich vor dem Haus. Und dann ist da noch der Zürichsee. Ich wohne ja an einem wunderschönen Ort. Auf diese Weise habe ich die Vergangenheit bewältigt.

Die Zeit gleich nach dem Unfall war aber schon schwierig. Viele Probleme tauchten auf, die ich alleine lösen musste. Welche Anwälte kennen sich in solchen Dingen aus? An welche Ärzte, Rehabilitationszentren kann ich mich wenden? Gibt es Selbsthilfegruppen?

Neun Jahre nach dem Unfall wurde die Vereinigung Fragile Suisse (s. Kasten) gegründet. Diese Vereinigung kümmert sich nun um solche Fragen und nimmt so Betroffenen eine grosse Last ab. Deshalb bin ich dort im Patronatskomitee.

#### **Wann nehmen Sie sich Zeit für sich selber?**

Eine gute Zeit für mich selber ist, wenn ich allein eine Stunde Sport machen oder einmal mit meinem Lebensgefährten ins Kino gehen kann. Das ist aber eher selten. Meistens nehmen wir Esthi überall mit, sofern es ihr Gesundheitszustand erlaubt.

#### **Was vermisst Ihre Tochter?**

Sie vermisst ihre Selbständigkeit. Es ist für sie sehr hart, immer auf Hilfe angewiesen zu sein. Vor dem Unfall war sie ja ein sehr aktives Kind, rannte immer umher. Ich glaube, ihr fehlt es, sich frei bewegen zu können. Doch sie jammert nie.

Als ihre Schwester Sorita heiratete, ging es ihr schlecht, weil sie ja selber nie heiraten kann. Und auch als Sorita schwanger wurde, war das ein Problem für Esthi. Jetzt liebt sie aber ihre beiden Neffen extrem. Sie sind immer bei ihr auf dem Schoss am Schmusen.

#### **Wie sieht die Zukunft aus?**

Ich bin in einem Alter, wo jederzeit etwas geschehen kann. Die Angst, was dann mit Esthi geschieht, begleitet mich ständig. Ich glaube zwar, je älter sie wird, desto einfacher wird es für sie, in ein Heim zu gehen. Der Altersunterschied zu den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern wird kleiner. Mein Lebensgefährte und Sorita werden sicher die bestmögliche Lösung für Esthi finden. Wir haben auch einen tollen Anwalt, der uns unterstützt. Außerdem habe ich alles schriftlich festgehalten, was für Esthi wichtig ist – es ist wie ein Tagebuch, das ich führe.

#### **Sie strahlen viel Motivation aus.**

Ja, diese Motivation habe ich und die hat auch Esthi. Anders geht es nicht.

## **20 Jahre Fragile Suisse**

**Fragile Suisse, die Schweizerische Vereinigung für hirnverletzte Menschen und Angehörige, wurde 1990 aus einem Selbsthilfegedanken heraus gegründet. Heute ist sie mit elf regionalen Vereinigungen in der ganzen Schweiz vertreten und zählt rund 5600 Mitglieder. In der Schweiz leben mehr als 100 000 Menschen mit einer Hirnverletzung, ausgelöst durch Hirnschlag oder Hirnblutung, Kopfverletzungen und Tumore. Fragile Suisse bietet Betroffenen Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe in Form von Beratung, Kursen, Freizeitaktivitäten und Weiterbildungen für Fachleute. Für Informationen und Gönnerschaft:**

↗ [www.fragile.ch](http://www.fragile.ch)