www.spina-hydro.ch

SBH INFO **NR. 3/23**

Editorial 3

SBH-Digital 5

SBH-Welt
Verschiedenes..... 7

SBH-Welt
Sieben Väter in Solothurn,
der Stadt der Zahl 11 9

SBH-Interview
Jahn Graf: der Moderator
seiner rollenden Welt.....13

SBH-Welt
Der Tag der Demokratie oder warum
es die Inklusions-Initiative braucht.....19

SBH-Partner
Magisches Wochenende
für die ganze Familie 21

SBH-Interview
Siri Anesini über die Liebe und
ihre berühmte Mutter..... 22

Therapien
Feldenkrais für Kinder –
Handlung im Zentrum..... 24

Therapien
Bewegungsmuster erweitern
im Gespräch mit SBH Info 28

Medizin
Bakteriophagen 30

SBH-Welt
Verschiedenes..... 35

Politik
Cyrill Scheuber engagiert
sich politisch..... 37

SBH-Welt
Limmattalerlauf 39

Cerebral
Informationen 40

SBH
Kontaktpersonen 43

Unser nächstes Heft
Erscheint Mitte Dezember 2023

Redaktionsschluss
10. November 2023

Dieses Heft wird unterstützt von

cerebral

Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind
Fondation suisse en faveur de l'enfant infirme moteur cérébral
Fondazione svizzera per il bambino affetto da paralisi cerebrale

Wird unterstützt von

MATTENBACH
print und digital

Wenn Hilfsmittel nicht mehr reichen

Liebe Leserinnen und Leser

«Ist dein Rollstuhl nicht eine riesige Einschränkung für dich?» Erst kürzlich habe ich diesen Satz wieder gehört. Früher wurde mir diese Frage noch viel öfter gestellt, hinterfragt habe ich dies aber nicht. Jedoch wird mir, je älter ich werde, immer klarer, dass es nicht meine Behinderung ist, die mich «behindert». Es sind die nicht barrierefreien öffentlichen Gebäude, die steilen Gehwege oder die fehlenden barrierefreien Toiletten, welche uns Menschen mit einer körperlichen Einschränkung nicht immer am öffentlichen Leben teilnehmen lassen. Der Rollstuhl, der Rollator oder die Krücke sind dabei nicht das Hindernis, sondern ein Hilfsmittel, welches unser Leben um einiges einfacher macht.

Oft ist es auch so, dass die «Barrierefreiheit» erst im Nachhinein erschaffen wurde, und so kommt es dazu, dass ein*e Rollstuhlfahrer*in für einen Toilettengang im Restaurant eine halbe Weltreise in Kauf nehmen muss, nur um dann in einer «Putz- und Abstellkammer» pinkeln zu können.

Aber nicht nur Menschen mit offensichtlichen Einschränkungen müssen tagtäglich Einbussen machen. So ist es zum Beispiel für eine sehbehinderte Person eine grosse Einschränkung, wenn die weissen Leitlinien, welche wichtige Orientierungspunkte sind, nicht freigehalten werden. Genauso ist es für eine gehörlose Person nicht möglich, sich im Kino einen Film anzuschauen, wenn es keinen Untertitel hat.

Rahel Stalder

Mir ist bewusst, dass es schwierig ist, es allen recht zu machen. Ich würde mir aber vor allem im öffentlichen Raum etwas mehr Mitgefühl und Flexibilität wünschen. Schliesslich weiss niemand, ob er oder sie schon morgen auf genau dieses eine Hilfsmittel angewiesen sein wird, welches blockiert wird respektive nicht vorhanden ist.

Ich wünsche allen Lesenden ein barrierefreies Vergnügen!

Rahel Stalder,
Redaktorin

Luja™

NEU
Der Katheter der nächsten Generation

Mikro-Öffnungen. Makro-Unterschied.

Mit Luja™ setzen wir einen neuen Standard für die Blasenentleerung:

- Vollständige Blasenentleerung in einem Fluss*
- keine Neu-Positionierungen erforderlich
- und dadurch ein vermindertes Risiko von Blasenentzündungen**

Jetzt Luja™ Muster bestellen:
de.coloplast.ch/Luja_sbh

* Luja™ hat nahezu keine Flussunterbrechungen und eine vollständige Blasenentleerung ist definiert als <10 mL (CP353, NCT05485922).
** Definiert durch das HWI-Risikofaktorenmodell (Kennelly M., et al. (2019), 10.1155/2019/2757862).

Micro-hole Zone Technology™

Coloplast

PM-26880
Coloplast AG, Euro 1, Blegistrasse 1, 6343 Rotkreuz, Hotline 0800 777 070
The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2023-05. All rights reserved Coloplast A/S

Trotz rollstuhlgängiger Ratssäle: keine Chancengleichheit

Der «Blick» stellt die Behindertenliste vor und beleuchtet gleichzeitig, dass das Bundeshaus nicht durchgängig rollstuhlgängig ist. Auf Menschen mit Behinderungen warten zahlreiche Hürden.

http://bit.ly/3OMngju

Neue Inklusionsbeauftragte am Technorama Winterthur

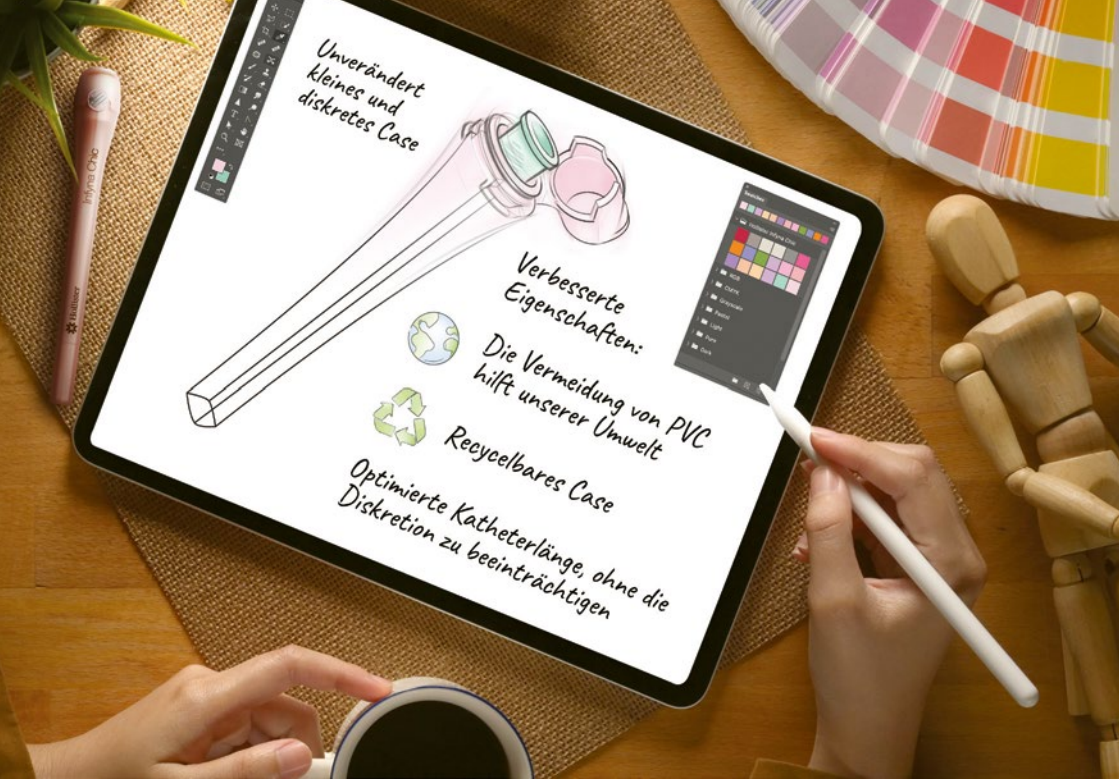
Die schulische Heilpädagogin Simone Russi kümmert sich um das Thema Inklusion im Technorama – auch bereits Austragungsort einer Mitgliederversammlung. Sie hat einen Massnahmeplan für die nächsten vier Jahre erstellt. Mehr darüber in Ihrem Porträt.

http://bit.ly/3Pf6rz5

Beat Glogger: «Mein Sohn ist nicht handicapiert»

Der bekannte Wissenschaftsjournalist Beat Glogger schreibt in der Annabelle über die Doppeldeutigkeit des Begriffs «Behinderung». Er erklärt, warum man das Wort benützen sollte. Lies den ganzen Beitrag.

http://bit.ly/45NBrvG



Mit Bedacht weiterentwickelt - abgestimmt auf die Bedürfnisse der Frau

Der verbesserte Infyna Chic™ Einmalkatheter

Erfahren Sie mehr unter
www.hollister.ch/InfynaChic

Infyna Chic™

Intermittierender Einmalkatheter

Lesen Sie vor der Verwendung die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmassnahmen und Anleitungen.

Hollister, das Hollister Logo, sowie Infyna Chic sind Warenzeichen von Hollister Incorporated. © 2023 Hollister Incorporated.

CE 0050

Hollister®

Making a difference in the journey of life.

Wir kondolieren

Der Vorstand der SBH Schweiz hat die schmerzliche Pflicht, die Leserinnen und Leser vom Hinschied des langjährigen Berner Vereinsmitgliedes Xaver P. Klaus, geboren am 18.08.1977 und gestorben am 19.06.2023, in Kenntnis zu setzen. Den Eltern Silvia und Peter Klaus sprechen wir unser tiefes Beileid aus und wünschen ihnen viel Kraft und Zuversicht in der schweren Zeit.

Herzenswünsche erfüllen

Die Stiftungen Wunderlampe in Winterthur sowie Sternschnuppe in Zürich erfüllen jungen Menschen mit Behinderungen Herzenswünsche und lassen Träume wahr werden. Sie setzen alles daran, Unmögliches möglich zu machen, um dir ein unvergessliches Erlebnis zu schenken.

Starte jetzt deine Anfrage.

- *wunderlampe.ch/de/wuensche/wunschanmeldung*
- *sternschnuppe.ch/de/angebot/herzenswuensche*

SBH-Börse

Verkauf von neuen und neuwertigen **Jeanshosen** (6 Stk.), Gr. 52, zum Preis von CHF 20.– resp. CHF 40.– pro Stück der Marke Rollimoden. Kontakt: *marc.ruder@bluewin.ch*

Handbike Sopur Shark, Jg. 2005, VP: CHF 1000.–, NP: CHF 5259.50, letzter Service Juni 2023

Sitzposition/Sitzlänge und Beinposition können verstellt werden. Daher eignet sich das Handbike für Kinder ab ca. 12 Jahren und für erwachsene Personen.
Kontakt: *yolanda.elmiger@bluewin.ch*

Hast du auch etwas zu verkaufen? Oder suchst du etwas? Sende uns dein kostenloses Inserat an *redaktion@spina-hydro.ch*

Save the Date : SBH Schweiz 50-Jahr-Jubiläum in Nottwil

Die SBH Schweiz führt am 7.–8.09.2024 im Hotel Sempachersee das 50-Jahr-Jubiläum mit Hilfsmittelmesse und Unterhaltungsprogramm durch.

Save the Date: ASBH Kongress 2024 in Weimar

Die ASBH-Informationsveranstaltung (Kongress 2024) findet vom 22.–23.03.2024 in den Weimarhallen statt.

Mehr Infos unter: asbh.de/aktuelles/termine/asbh-kongress-in-weimar-thema-pflege/

Wir liefern bis an die Tür. Ausser Ihr Hund ist dagegen.

Knapp 13'000 Produkte für die Versorgung von Stoma, Wundbehandlung, Inkontinenz und Tracheostoma. Kostenlose Beratung und Versand. Bis 17 Uhr bestellt, morgen bei Ihnen. Und wenn möglich direkt mit Ihrer Versicherung abgerechnet.

publicare.ch

Ihr zuverlässiger Partner für Beratung und Lieferung medizinischer Hilfsmittel

publicare

Sieben Väter in Solothurn, der Stadt der Zahl 11

Der diesjährige Väterausflug der SBH Schweiz führte nach Solothurn. Ein kurzweiliger Tag rund um eine Zahl.

Treffpunkt Bahnhof Solothurn, 10 Uhr. Sieben Väter fanden sich ein und dann gings los mit der magischen Solothurner Zahl 11: 11 Brunnen, 11 Kirchen, 11 Türme, 11 Museen, eine Uhr mit 11 Stunden, 11 … – nein, wir besichtigten nicht alle diese Sehenswürdigkeiten, aber der kurze Bummel durch die Altstadt, mitten durch den Samstagsmarkt, vorbei an zwei der 11 Brunnen, führte uns schliesslich zur Solothurner Kathedrale.

Die Kathedrale

Unser einheimischer Führer Markus erklärt uns: Die St.-Ursen-Kathedrale, eines der schönsten Barockbauwerke der Schweiz, wurde in hellem «Solothurner Marmor» errichtet. Die Kathedrale gilt als Meisterwerk der «magischen 11». Die imposante Treppe führt in dreimal 11 Stufen empor zur Kathedrale. Im Innern gibt es 11 Altäre, der Grundriss hat 11 Ecken, die Anzahl Orgelpfeifen ist durch 11 teilbar und der Turm ist sechsmal 11 Meter hoch und hat 11 Glocken.

Der dritte völlige Neubau an dieser Stelle erfolgte durch die Architekten Vater und Sohn Pisoni von 1762 bis 1773 und dauerte somit exakt 11 Jahre. Ein Besuch im Innern zeigte uns, dass auf der 11. schwarzen Platte im Mittelgang alle 11 Altäre zu sehen sind. Fast etwas benommen von der Zahl 11 gings runter an die Aare und wir wurden überrascht mit Gipfeli und Wasser, aus dem Rucksack gezaubert von Markus.

Gut gestärkt machen wir uns auf den Weg über Zuchwil Richtung Luterbach. Ein lauschiger Weg entlang der Aare, bei strahlendem Sonnenschein, und das im schö-

Ms Pisoni

nen, kühlen Schatten. Nach einer guten Stunde erreichen wir den Emmenspitz. Eine Halbinsel, die gesäumt wird auf der einen Seite von der Aare, auf der anderen Seite von der Emme. Hier fliesst die Emme in die Aare. Ein paar Hundert Meter weiter Mittagshalt und gediegendes Essen im Restaurant Rössli in Luterbach.

Die ehemalige Cellulosefabrik

Nach dem Mittagessen überqueren wir eine grosse, weite Ebene, früher Holzlager, die uns zum Restaurant Kantine 1881 im Areal Attisholz führt. Wir tauchen in die Geschichte der ehemaligen Cellulosefabrik Attisholz ein und erfahren, was bis 2045 hier alles entstehen soll.

In Kurzform:

Während 130 Jahren wurde auf dem Attisholz-Areal industriell Cellulose produziert. Seit Ende 2016 arbeitet die Halter AG zusammen mit der Standortgemeinde Riedholz und dem Kanton Solothurn daran, das Areal für zukünftige Generationen einer neuen Nutzung zuzuführen. Die beeindruckende Erscheinung der Industrieanlage soll bewahrt werden. Sie erinnert an eine wichtige (Industrie-)Epoche. Auf der grössten Industriebrache der Schweiz ist bereits neues Leben erwacht. So entsteht in den nächsten 20 bis 30 Jahren ein Ort an der Aare, wo vieles miteinander und nebeneinander möglich sein wird: Wohnen, Arbeiten, Forschen, Bilden, Geniessen, Musizieren, Kunstschaffen, Dinieren, Erholen und Begegnen.

Im heute vor allem für Partys genutzten Areal erleben wir Graffiti-Schulungen, alte Betonmauern, riesige Hallen, riesige Porträtbilder und einen Hauch von Zukunft, Träumen und Projekten. Unsere Führerin hat sich vielleicht schon erhofft, dass sich der eine oder andere von uns vielleicht doch noch entscheidet, eine der Wohnungen zu mieten, die in den nächsten Jahren hier entstehen werden.

Die 11 zum Abschied

Und schon verkündet Markus die nächste Überraschung: Mit dem Boot gehts zurück nach Solothurn. Leider nicht mit dem Öufiboot, sondern mit der MS Pisoni. Damit wir aber das Elfi nicht ganz vergessen, geniessen wir auf dem Boot Öufi-Bier. Was für ein gelungener Abschluss!

Herzlichen Dank an Markus Frenzen für die Organisation und den gemütlichen, beeindruckenden und lehrreichen Tag in der Elferstadt Solothurn.

Para Help
Let's Celebrate 20 Years

Einzigartige Beratung für Kinder und ihre Eltern. Wir unterstützen Ihren Familienalltag.

parahelp.ch

ParaHelp AG | Guido A. Zäch Strasse 1 | CH-6207 Nottwil | T +41 41 939 60 60 | info@parahelp.ch | parahelp.ch
Ein Unternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Jahn Graf: der Moderator seiner rollenden Welt

Der Zuger Jahn Graf moderiert, ist Influencer und Podcaster. SBH-Info-Redaktor Silvan Kleeli hat sich mit ihm getroffen und über sein Leben und seine Arbeit gesprochen.

Interview: Silvan Kleeli

An einem schönen Sommertag wurde ich von Jahn Graf eingeladen zu einem Interview-Podcast. Diese Gelegenheit habe ich gleich wahrgenommen und den Spiess umgedreht. Ich machte dann ebenfalls ein Interview mit ihm für unsere Zeitschrift.

Wie bist du zu dem coolen Projekt gekommen, einen eigenen Podcast zu machen?

Ich habe meine Schulzeit an der Sonderschule Rodtegg verbracht. Wenn man eine Sonderschule besucht, ist man von Noten befreit. Das hat Vor- und Nachteile. Wenn man vor allem auf Jobsuche ist, hat man nicht allzu viele Möglichkeiten. Ich habe dann den Weg in den geschützten Arbeitsbereich gewählt und eine Büroanlehre gemacht.

Das erklärt es aber noch nicht.

Ich hatte schon immer das Bedürfnis zu reden. Der Computer hat mit mir zu wenig gesprochen (lacht). Im Jahr 2015 hatte ich eine schwere Nierenoperation mit einer Nahtod-Erfahrung. Dort habe ich dann eine zweite Überlebenschance erhalten. Danach habe ich mir überlegt, was ich gerne machen würde. Ich habe meine Arbeitsstelle gekündigt und einige

Fotos: SRF/Oscar Alessio

Zeit nur von der IV gelebt. Dann habe ich herausgefunden, dass es sehr spannend ist, Youtube kennenzulernen, und wie die Abläufe auf der Plattform sind. Ich habe dann herausgefunden, dass ich mit meinem Hochdeutsch und Schweizer Charm viele Klicks generieren kann. Ich habe dann eine Reihe mit dem Thema Behinderung gemacht und auch erläutert, dass ich selbst betroffen bin. Dadurch habe ich viel Resonanz erhalten und das Konzept verändert. Ich habe dann eine Zeit lang nur über das Thema Behinderung Videos erstellt und Selbstbetroffene und Politikerinnen und Politiker interviewt. Dann kam Nik Hartmann zu mir, der damals noch bei SRF gearbeitet hat.

Orthotec

“

#Bewegungsfreiheit ist für mich, das machen zu können, worauf ich Lust habe. Auch im Rollstuhl selbständig, ohne Barrieren und Hindernisse.

// Tanja

”

orthotec.ch

Er hat selbst einen Sohn mit Handicap.
Nik Hartmann hat mir etwas Wichtiges gesagt: Begrenze dich nicht nur auf Behinderung, ich nehme dich als offenen und interessierten Menschen wahr. Mache es nicht abhängig vom Thema Behinderung. Ich habe in der Zeit mit den Handicap-Interviews immer nur dasselbe gehört. Es wurde irgendwann repetitiv. Deshalb habe ich begonnen, andere Leute einzuladen. Ich erhielt dann die Einladung in die Sendung von Kurt Aeschbacher für ein Interview. In der Sendung äusserte ich den Wunsch, selbst eine Fernsehsendung zu lancieren. Ich ging auch zu Robin Rehmann in den Podcast. Durch Rehmanns Sendung bekam ich die Einladung in die Sendung «Tabu» bei Renato Keiser. Der Redakteur und Planer der Sendung «Tabu» kam dann auf mich zu und fragte mich, ob ich Lust hätte, die Fernsehsendung rund um die Paralympics zu moderieren. Jetzt bin ich Moderator, Podcaster, Selbstvertreter und Hochschuldozent für die Gesellschaft. Im August treffe ich dann den Bundesrat Albert Rösti zu einem Interview.

Wie kommst du an die Leute heran, die du in deinem Podcast interviewst?
Ganz einfach mit Fragen. Mit Mails anfragen. Je mehr man mich kennt, umso einfacher gehts. Ich finde alle Menschen spannend. Ich finde die Sportmoderatorin, die ich interviewte, spannend und finde auch dich, Silvan, spannend. Seit ich die Leute einlade, die ich spannend finde, und ich nicht überlege, was bei den Menschen draussen gut ankommt, wirds auch immer besser. Ich habe, denke ich, eine gute Mischung gefunden.

Das beste Interview steht kurz bevor, oder?
Ich bin mir nicht sicher, ob das Interview mit Herrn Bundesrat Albert Rösti das beste Interview werden wird. Frag mich danach. Vom Prestige her, von der Grösse und der Dimension her gesehen, wird es sicher ein grosses Highlight sein. Ich stelle eigentlich nie die Interviews nebeneinander und bewerte sie. Jedes einzelne gehört in den grossen Topf aller Interviews zu «Jahns rollende Welt». Da mache ich keinen Unterschied zwischen Albert Rösti oder Silvan Kleeli. Die Interviews sind im Gesamtkunstwerk sehr wichtig.

Waren dein persönliches Highlight die Auftritte beim SRF in der Sendung «Para-Graf» rund um die Winter-Special-Olympics 2022?
Ja, sicher ein Highlight. Und auch sehr wichtig für meine eigene Entwicklung. Da habe ich mich schon jeweils hart herausgefordert, auch das SRF. Weil ich ja ein sportlicher Wettkampftyp bin, nahm ich sehr gerne diese Challenge an. Habe viel über mich, über das Thema Para-Sport, aber auch über das Thema Behinderung in der Gesellschaft kennengelernt. Ich musste mich zuerst daran gewöhnen, dass dich 30 000–40 000 Menschen jeden Tag sehen und sich für Behinderung und Para-Sport interessieren.

Was machst du heute beruflich?
Ich würde mich als Moderator/Podcaster bezeichnen. Dies mache ich hauptberuflich. Ich lebe zwar immer noch grösstenteils von der IV-Rente. Habe aber doch zwei monetäre Jobs, wo ich Geld verdiene. Zum einen bin ich beim Kleintheater Luzern angestellt. Dort bin ich für die Inklusion im Haus zuständig. Neben der Bühne und auf der Bühne. Und zum anderen bin ich bei Procap Zentralschweiz angestellt. Dort wirke ich in der Öffentlichkeitsarbeit. Ich bezeichne mich aber eher als Selbstständiger. Ich moderiere auch Podiumsdiskussionen oder Veranstaltungen. Werde auch für Referate für Hochschulen angefragt. Habe jetzt auch einen Teil meiner IV-Rente zurückgegeben, da ich mich selbst finanzieren kann. Der Plan ist ganz klar, dass ich mich eines Tages selbst finanzieren kann.

Wenn man mich als Marathonläufer bezeichnen würde mit den Einkünften, bin ich jetzt etwa bei einem Viertel angelangt. Mein grösster Wunsch ist es, mich mal selbst zu finanzieren.

Was hast du für Hobbys?

Ich spreche wahnsinnig gern. Ich spreche auch mit Leuten, die ganz anders sind als ich. Ich philosophiere oft auch über das Leben. Mein Job ist eigentlich mein grösstes Hobby! Du musst es dir so vorstellen: Die Interviews sind natürlich aufwendig, mit Vorbereitung: Ich lese mich in die Person ein, ich orchestriere ein Interview. Gehe nach dem Interview in die Nachbearbeitung. Das ist momentan mein Lebensinhalt. Ich bereite mich auf Podien vor. Ich schaue sehr gerne Filme an, habe 800 bis 1000 Filme. Ich habe einen Kinopass, ich möchte einfach leben und es geniessen. Ich reflektiere immer wieder das Leben. Das grosse Hobby ist, mich mit anderen Leuten auseinanderzusetzen und mit diesen in den Dialog zu gehen. So wird mein Leben farbiger.

Woher kommt die Liebe zum Sport?

Ich bin selbst nicht sportlich aktiv, betreibe aber ab und zu Fitness. Ich bin jedoch ein grosser Sportkonsument und verfolge aktuell die Frauenfussball-WM in Australien und Neuseeland mit. Es sind grossartige Sportlerinnen am Werk. Zudem bin ich ein grosser Eishockey-Fan des HC Ambri-Piotta, schon seit meiner Kindheit. Wenn ich jetzt nicht als Sportkommentator tätig wäre, würde ich den Sport dennoch verfolgen. Wenn man als Kind mit Ambri aufwächst, wird man automatisch zum Eishockey-Fan. Ich verfolge auch den Breitensport und den Para-Sport, nicht erst seit meinem grossen SRF-Projekt, sondern schon viel früher. Die Schweizer Sportförderung ist grossartig und Plusport macht im Breitensport einen super Job. Was ich mir manchmal wünschen würde, ist, dass es im Spitzensport auch mehr Para-Sport geben sollte. Im Breitensport sollte es einfach um den Sport gehen und nicht nur um Klassifizierung. Hier gibt es noch viel Arbeit für die Gesellschaft und die Sportorganisationen. Es sollte einfach um den Sport gehen, nicht um Para-Sport und «normalen» Sport.

Was ist deine Meinung zu den bevorstehenden Gesamterneuerungswahlen mit der Behindertenliste?

Ich finde es gut, um die Aufmerksamkeit zu stärken. Rund 1,8 Millionen Menschen leben in der Schweiz mit einer Behinderung, und diese Zahl wächst sicherlich, da die psychisch Beeinträchtigten eine Dunkelziffer darstellen. Diese Menschen sollten auch entsprechend repräsentiert werden. Es freut mich, dass die Kandidierenden, die sich zur Wahl stellen, schon länger politisieren. Was mich stört, ist, dass es mehr Menschen in den Räten braucht, die das politische Rüstzeug besitzen und sich politisch Gehör verschaffen können. Personen wie Simone Leuenberger oder Christian Lohr sind bereits politische Schwergewichte.

Es macht Freude zu sehen, dass sich auch neue Menschen politisch interessieren und kandidieren. Das SRF hat mir mal gesagt, dass so viele Personen mit einer Behinderung wie noch nie kandidieren, und das freut mich riesig. Das Thema Behinderung und Inklusion wurde noch nie so breit abgestützt und gesellschaftlich diskutiert wie aktuell. Es kann ruhig so weitergehen, meiner Meinung nach. Ich hoffe, dass es auch deine Meinung ist.

Sicher! Ein ganz anderes Thema: Hast du eine Partnerin?

Momentan nicht. Ich habe mir gesagt, dass mein Selbstwertgefühl bis jetzt noch nicht bereit war, eine Partnerschaft einzugehen. Ich war bis jetzt damit beschäftigt, mich zu verwirklichen, und wollte mir und der Welt beweisen, dass ich einiges leisten kann. Es kommt jetzt langsam bei mir an, dass ich in meinem Leben schon viel erreicht habe, und darauf bin ich zu Recht stolz. Für eine Partnerschaft ist es jedoch sehr wichtig, dass man sich zuerst selbst mag, bevor man von einer anderen Person gemocht wird. Wenn man möchte, dass die andere Person einen liebt und mag, man sich selbst jedoch nicht mag, wird es irgendwann kompliziert. Ich mag mich selbst und bin mir selbst wichtig. Ich weiss jetzt, dass ich offen für eine Partnerschaft sein kann. Dies ist eines der nächsten Themen, das ich angehen werde.

Möchtest du der SBH-Gemeinschaft noch etwas sagen?

Bleibt offen und sucht den Dialog. Macht weiterhin so gute Arbeit wie bisher und fördert auch die Mitglieder im Selbstwert und pusht sie ein bisschen. Sie sind ein wichtiger Teil einer inklusiven Gesellschaft.

Herzlichen Dank, Jahn, für das wunderbare Interview. Wir wünschen dir nur das Beste in allen Belangen und weiterhin viel Freude und Erfolg.

Der Tag der Demokratie oder warum es die Inklusions-Initiative braucht

Die SBH Schweiz unterstützt die Inklusions-Initiative. Wir sagen dir, worum es geht. Und was das mit dem Tag der Demokratie am 15. September zu tun hat.

Text: Bruno Habegger

Dieses Jahr am 15. September, dem Internationalen Tag der Demokratie, jährt sich der Kickoff der Inklusions-Initiative. Die Unterschriftensammlung läuft und soll eine urdemokratische Abstimmung ermöglichen, nämlich die Teilhabe von Behinderten jeder Art am demokratischen Geschehen. Demokratie ist Inklusion. Demokratien, die ausschliessen, sind unvollständig.

Fast zwei Millionen Menschen mit Behinderungen leben in der Schweiz. Die einen sind so geboren, die anderen wurden von einem Tag aufden anderen dazu. Und wir alle werden irgendwann mehr oder weniger durch das Alter dazugehören.

Nobles Ziel, doch die Praxis …

Seit 23 Jahren gibt es in unserer Verfassung ein Verbot der Diskriminierung aufgrund von Behinderung. Die Schweiz verfügt zudem über ein Behindertengleichstellungsgesetz und hat die UNO-Behindertenrechtskonvention ratifiziert. Trotzdem haben Menschen mit Behinderungen nicht denselben Zugang zu Menschenrechten wie nicht behinderte Menschen.

Die Inklusions-Initiative fordert Selbstbestimmung für Menschen mit Behinderungen und will ihnen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen. Machbar ist dies durch einen freien Zugang zu vollumfänglicher Assistenz. Der Artikel 13 der geplanten Anpassung der Bundesverfassung soll gewährleisten, dass Menschen mit Behinderungen ihre Wohnform und ihren Wohnort selbst bestimmen können und dabei unterstützt werden.

Die Inklusions-Initiative soll laut den Initianten «ein Schritt in eine inklusive Gesellschaft sein, die Behinderungen und Krankheiten als Teil des Menschseins anerkennt und konsequent mitdenkt».

Mach mit, sammle Unterschriften

Die Inklusions-Initiative wird von einem breiten überparteilichen Zusammenschluss von zivilgesellschaftlichen Netzwerken, von Menschen mit Behinderungen, Fachorganisationen und Verbänden getragen.

Weitere Informationen und Unterschriftenbögen: *inklusions-initiative.ch*

Was ist beim Unterschreiben wichtig?

Jeder Eintrag muss handschriftlich ausgefüllt werden.

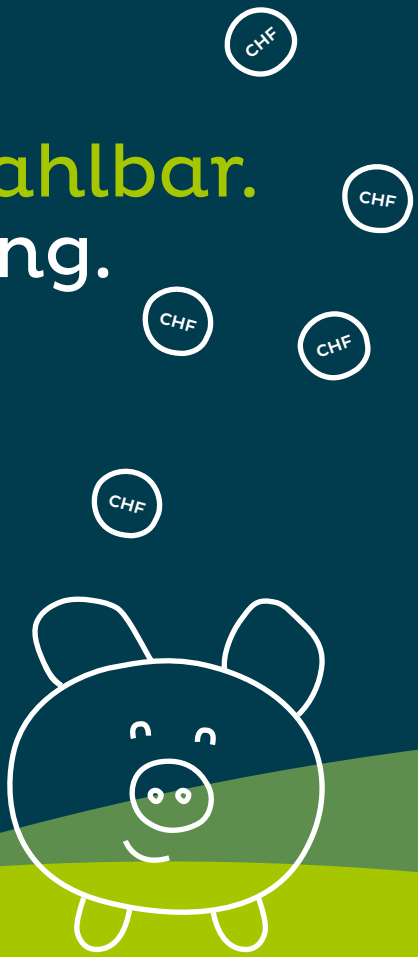
Auf der Unterschriftenliste müssen die Menschen ihren Kanton sowie die Postleitzahl und den Namen der Gemeinde angeben, in welcher sie abstimmen.

Dazu müssen sie auch den Vornamen und den Nachnamen sowie das Geburtsdatum und die Adresse eintragen – und noch Unterschreiben.

Kostet nichts, ist aber unbezahlbar. Unsere Beratung.

Kostenlos ist übrigens nicht nur unsere Beratung. Das gilt auch für den Versand unserer knapp 13'000 Produkte für Stoma, Wundbehandlung, Inkontinenz und Tracheostoma. Und wir rechnen wenn möglich direkt mit Ihrer Versicherung ab.

publicare.ch



Ihr zuverlässiger Partner für Beratung und Lieferung medizinischer Hilfsmittel

publicare

Magisches Wochenende für die ganze Familie

Das von der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung organisierte Kids Camp in Nottwil (17./18.6.2023) stand ganz im Zeichen von Zirkus, Sport und Bewegung.

Text: Martina Meyer

Rundum zauberhafte Erlebnisse für die Rolli-Kids wie auch ihre Familien waren das Ergebnis. Die Kids waren nicht nur sportlich, spielerisch und hoch zu Ross unterwegs, sondern erarbeiteten zusammen mit Clown Jeanloup ein ganzes Zirkusprogramm, das Eltern und weiteres Publikum begeisterte.

Die Eltern erfreuten sich ebenfalls am abwechslungsreichen Rahmenprogramm und gaben gemeinsam mit ihren Kids bei der abschliessenden Roll-Olympiade richtig Gas.

An einem Wochenende, an dem ein Höhepunkt den nächsten jagte, waren sich zum Schluss alle einig: Das Kids Camp war einmal mehr ein magischer, rundum gelungener Anlass.

Ein herzliches Dankeschön an die Spina-bifida-Vereinigung für die grosszügige Unterstützung.

Save the Date: Das nächste Kids Camp findet am **Wochenende vom 15./16. Juni 2024** statt.

Fotos: Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

Siri Anesini über die Liebe und ihre berühmte Mutter

Die Mutter von Siri Anesini kennen viele Menschen in der Schweiz. Längst hat die von Spina bifida selbst betroffene Tochter ihr eigenes Leben gefunden. Sie spricht mit SBH Info über ihr Leben, ihre Liebe und ihre berühmte Mutter.

Interview: Hanny Müller-Kessler

Siri Anesini ist mit einer Spina bifida geboren worden, als Tochter der ehemaligen Skiweltmeisterin Maria Walliser. Diese gründete zur Prävention des Geburtsgebrechens in der Folge die Stiftung Folsäure Schweiz. Das hat auch Siri immer wieder ins Rampenlicht gerückt. Sie war oft prominent vertreten in den Medien, vor allem in der «Schweizer Illustrierten».

Wie war das für dich, die Tochter einer prominenten Skisportlerin der Schweiz zu sein?

Siri Anesini: Für mich als Kind war meine Mama einfach meine Mama. Es war für mich die Normalität, ich kannte es nicht anders. Es war mir aber schnell bewusst, dass meine Mama eine gewisse Bekanntheit in der Schweiz hat. Jedoch haben wir als Familie das Leben einfach so genommen, wie es kam. Und ich war immer stolz darauf, was meine Mama geschafft hat.

Was hat es mit dir im Kindes- und Jugendalter gemacht?

Es gab schwierige Momente, in denen ich der Tatsache ausgeliefert war, dass meine Lebenssituation besonders ist. Ob das jetzt aufgrund meiner Spina bifida oder der Bekanntheit meiner Mama war, kann ich nicht sagen, aber ich habe daraus gelernt und bin stärker geworden. Ansonsten, glaube ich, war ich ein völlig normales Kind und hatte als Teenager dieselben Fragen und Probleme wie alle anderen auch.

Wie ist es für dich heute als erwachsene junge Frau?

Mittlerweile bin ich im Reinen mit mir, meiner Geschichte und allem, was dazugehört. Ich habe auch schon länger mein eigenes Leben und es geht nicht darum, «die Tochter von» zu sein.

Über die Gesprächspartnerin

Siri Anesini, 31, ist Juristin und lebt mit Mann und Haustieren in Malans.

Du hast im Jahr 2018 deinen Freund Thomas geheiratet. Die Medien waren nicht eingeladen. Warum?
Weil unsere Hochzeit etwas sehr Persönliches war, an dem niemand, der uns nicht am Herzen liegt, teilhaben durfte. Da hatte die Presse nichts verloren.

Freundschaft und Partnerschaft sind bei Menschen mit einem Handicap ein grosses Thema. Wie hast du deinen Mann Thomas kennengelernt?
Ich habe ihn im, Jahr 2011 bei der Arbeit kennengelernt, als ich nach meiner Matura ein Zwischenjahr eingelegt habe und verschiedene Praktika absolvierte.

Was macht eure Partnerschaft aus?
Wir lieben uns mit allem, was dazugehört. Wir vertrauen einander blind, können uns immer auf den anderen verlassen. Selbst die nicht so guten Tage sind miteinander wertvoll. Und wir haben wahnsinnig viel Spass. Kleinigkeiten machen es aus, dass wir auch nach 12 Jahren gemeinsam jeden Tag geniessen. Wir sind in so vielen Dingen gleich und in den anderen ergänzen wir uns perfekt.

Worauf achtet ihr?
Er achtet wirklich wahnsinnig gut auf mich und meine Bedürfnisse, ist immer da, wenn ich Hilfe brauche. Kümmert sich um Haushalt und alltägliche Erledigungen, die mir schwerfallen. Unterstützt mich in jeder Lebenslage. Das versuche ich ihm ebenfalls zurückzugeben. Wir sind füreinander da, egal, worum es geht.

Viele Menschen mit und ohne Behinderung leben alleine, sehnen sich nach einer Partnerschaft. Was rätst du ihnen?
Das ist eine schwierige Frage, ich habe lange Zeit mit der Suche gehadert. Es war schwer, sich zu öffnen und zu vertrauen. Ich wurde oft verletzt. Als ich Thomas kennengelernt habe, war ich eigentlich an einem Punkt, wo ich nicht mehr gesucht habe. Ich stand kurz vor meinem Studium und wollte mich darauf konzentrieren. Schlussendlich glaube ich an das Schicksal, das mich mit Thomas zusammengeführt hat. Und plötzlich war alles ganz einfach und klar. Wichtig ist, einfach zu vertrauen, dass es so kommt, wie es kommen soll. Man kann nichts erzwingen, weder Liebe noch Freundschaft oder Zuneigung im Allgemeinen. Das geht schief und führt zu Verletzungen. Trotzdem versuche ich jeden Tag, auch wenn es nicht leicht ist, der Welt immer mit offenem Herzen zu begegnen.

Feldenkrais für Kinder – Handlung im Zentrum

Zahlreiche Therapien und Methoden versprechen Linderung und eine bessere Lebensqualität. Feldenkrais ist eine von ihnen. Wir stellen die Methode vor. Ob sie einen Nutzen bringt, erfährt man nur, wenn man sie selbst ausprobiert. Die Feldenkrais-Expertin Monika Praxmarer schätzt ein.

Interview: Franziska Wetzler

Monika Praxmarer in Aktion. (Fotos: zVg)

Was fasziniert dich an Feldenkrais?

Monika Praxmarer: Die Feldenkrais-Methode schafft ein ganz konkretes Lernumfeld, eine Umgebung, einen Kontext, in dem Kinder dieses Potenzial entwickeln können. Wir ermöglichen Kindern, Bewegungserfahrungen zu machen, die auf ihren Fähigkeiten aufbauen und neue Bewegungs- und Handlungsmuster ermöglichen. Dabei wird das Kind immer als handelnde Person gesehen, die ihr Handeln in der Welt erweitern kann und möchte. Unsere Arbeit sieht oft leicht und spielerisch aus, weil wir Kindern nichts aufzwingen, sondern sie einladen, die eigenen Möglichkeiten zu erkunden. Das hat etwas sehr Positives und Unterstützendes. Und die Kinder spüren das.

Was ist Feldenkrais?

Die Feldenkrais-Methode arbeitet mit dem Selbstbild. Es ist zu einem grossen Teil durch Erfahrung entstanden, also durch die Umstände und wie wir sie erleben. Und es ist veränderbar, wenn wir uns der gewohnten Muster bewusst werden, die unser Selbstbild ausmachen, und mit Aufmerksamkeit andere Bewegungsmöglichkeiten erforschen. Dieses Erforschen von Bewegungsmöglichkeiten jenseits der gewohnten Bahnen ist die Basis unserer Arbeit, und Kinder sind in einem hohen Mass fähig, diese neuen Erfahrungen in ihr Selbstbild zu integrieren. Wir nennen diesen Prozess auch organisches Lernen, weil es denselben Prinzipien unterliegt wie unser ursprüngliches Lernen von Fähigkeiten als Babys und Kinder. Organisches Lernen braucht Erfahrungen, die sich vom bisher Erfahrenen unterscheiden, also etwas Neues muss stattfinden. Die Herausforderung darf dabei nicht zu gross sein,

also nicht meilenweit entfernt von den bisherigen Fähigkeiten. Und die neue Erfahrung muss in einem sicheren Rahmen stattfinden.

Wie läuft so eine Einzelsitzung ab?

In einer Einzelstunde Feldenkrais oder JKA mit einem Kind wird zuerst für diesen sicheren Rahmen gesorgt. Kinder brauchen eine sichere Beziehung und ein sicheres Lernumfeld, um neue Möglichkeiten zuzulassen oder auszuprobieren. Die Bewegungs- und Berührungserfahrungen durch die Hände des Therapeuten sind sanft und freundlich, wir zwingen nichts auf und bieten spielerische Lösungen an. Kind und Therapeut sind ein Team, und im weitesten Sinne gibt das Kind vor, was es zu erkunden bereit ist.

Was ist der Jeremy Krauss Approach (JKA)?

JKA wurde ursprünglich für die Arbeit mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen entwickelt, basierend auf der Feldenkrais-Methode und der langjährigen Erfahrung von Jeremy Krauss, einem Schüler von Moshé Feldenkrais, dem Begründer von Feldenkrais. Seine besondere Perspektive und die entwickelten Techniken helfen Kindern, ihr Potenzial zu entfalten und sich weiterzuentwickeln.

Benötigen Feldenkrais-TherapeutInnen die JKA-Zusatzausbildung, um gut mit beeinträchtigten Kindern arbeiten zu können?

Moshé Feldenkrais selbst hat sehr viel mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen ge-

münger
orthopädie

Tag der offenen Werkstatt

am Samstag, 16. September 2023, von 9 bis 15 Uhr

Neue **Winterschuhe** in vielen Grössen zum Probieren – perfekt für Kleinkinder und Orthesenträger

- Streichelzoo vor Ort
- Grosse Auswahl an Winterschuhen
- Marktstand von BesondereKinder.ch
- Ghackets und Hörnli (CHF 5.00, Kinder kostenlos)
- münger orthopädie ag, Horwerstrasse 24a, 6010 Kriens

arbeitet, und seine Erfahrungen aus dieser Arbeit sind in seine beiden Ausbildungen eingeflossen. Auch in den Feldenkrais-Ausbildungen heute sind viele Inhalte auf die Kindesentwicklung bezogen. Ein Feldenkrais-Therapeut kann mit Menschen jeden Alters arbeiten, auch wenn nur wenige Feldenkrais-Therapeuten ohne eine Zusatzausbildung wie JKA sich auf die Arbeit mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen spezialisieren.

Was ist das Ziel der Sitzungen?

Das Ziel der Arbeit mit Kindern ist immer, ihnen zu einer grösseren Selbstbestimmtheit im Handeln zu verhelfen. Wenn Kinder tun können, was sie tun möchten, stehen alle Türen offen.

Ab welchem Alter kann mit Feldenkrais begonnen werden?

Es gibt kein Zu-früh, um mit Feldenkrais zu beginnen. Wir brauchen auch nicht unbedingt eine Diagnose. Manchmal merken Eltern sehr früh, dass ein Kind sich anders als erwartet entwickelt. Das ist schon ein guter Grund, mit Feldenkrais zu beginnen. Je jünger das Gehirn, desto grösser ist das Potenzial für Veränderung.

Inwiefern können auch Erwachsene mit Spina bifida von Feldenkrais profitieren?

Auch Erwachsene mit Lähmungen durch Spina bifida können mit Feldenkrais ihre Bewegungsorganisation insgesamt so verbessern, dass es sich mit den strukturellen Einschränkungen besser und leichter leben lässt.

Über die Gesprächspartnerin

Monika Praxmarer arbeitet seit 20 Jahren in eigener Praxis in Berlin mit der Feldenkrais-Methode und seit zehn Jahren mit dem Jeremy Krauss Approach mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen.

Die Feldenkrais-Methode

Moshé Feldenkrais (1904-1984), geb. in der heutigen Ukraine, war Physiker, Ingenieur und Sportler (schwarzer Gürtel im Judo). Er hat Ende der 40er-Jahre begonnen, Prozesse der Lern- und Änderungsfähigkeit des Gehirns zu beschreiben. Zu diesen Erkenntnissen ist er durch eigene Erfahrungen gekommen, indem er eigene Verletzungen geheilt hat, die Ärzte nicht behandeln konnten. Er erforschte sein eigenes Bewegungsverhalten und verband es mit seinem wissenschaftlichen Hintergrund als Physiker. So entwickelte er die Feldenkrais-Methode. (fwe).

Bewegungsmuster erweitern

Die erfahrene Feldenkrais-Lehrerin Asha Leitner gibt Einblick in die Feinheiten der Feldenkrais-Methode.

Text: Franziska Wetzler

Asha Leitner arbeitet seit 2008 mit Erwachsenen und Kindern, zuerst in ihrer Heimatstadt New York und jetzt in Berlin. Schwerpunkt ihrer Arbeit sind Kinder mit unterschiedlichsten Entwicklungsschwierigkeiten sowie Erwachsene mit neurologischen Problemen und chronischen Schmerzen. In New York hat sie am Field Center for Children's Integrated Development gelernt und gearbeitet. Zur Zeit reist sie international, um intensiv mit Kindern und Erwachsenen zu arbeiten, und sie arbeitet ebenfalls in Berlin im Feldenkraiszentrum Schöneberg.

Erfahrung mit Spina-bifida-Kindern

Ich habe Erfahrung in der Arbeit mit Kindern mit Spina bifida mit unterschiedlichen Fähigkeitsgraden. In der Feldenkrais-Methode beobachten wir als Feldenkrais-Praktizierende die Organisation einer Bewegung durch die Person – in diesem Fall das Kind – und verbinden uns mit ihrer Bewegung/Handlung durch Berührung und Bewegung. Der Schwerpunkt liegt auf den Fähigkeiten des Schülers und darauf, wie diese Fähigkeiten genutzt werden können, um seine Bewegungsmuster auf ein breiteres Spektrum von Aktionen auszuweiten.

Herausforderungen durch Spina bifida

Belastung und Gleichgewicht sind für Kinder mit Spina bifida sehr wichtige Themen, da die Verletzung des Rückenmarks zu einem Verlust der Innervation und damit zu einem Verlust der Kontrolle über motorische Funktionen führt. Egal, ob sie sich auf den Füssen oder auf dem Gesäss bewegen oder einfach nur den Kopf in eine vertikale Position bringen, unsere Aufgabe ist es, ihnen das Gespür für ihre Bewegungen beizubringen und ihnen dabei zu helfen, die Art und Weise zu verfeinern, wie sie ihr Skelett und ihre Muskulatur sowie ihre Propriozeption und Interozeption nutzen. Wir helfen Kindern, besser selbst zu lernen, sich von ihren eigenen Handlungen leiten zu lassen und ihre angeborene Neugier spielerisch zu wecken. Sie erledigen den Rest – erforschen, spielen, erfinden Variationen und übertragen ihre neuen Fähigkeiten auf alle Aspekte ihres Lebens. Und das alles mit respektvoller und liebevoller Berührung, die dem Menschen das Gefühl gibt, angenommen zu werden, so wie er oder sie ist.

Beispiel einer Feldenkrais-Sitzung

Wenn zum Beispiel ein Kind unflexibel/steif im Gehen ist, kann ich es unterstützen, indem ich es auf einem Sofa oder an eine Wand angelehnt auf einem Bein stehend in verschiedene Richtungen hüpfen lasse, was zu einer Art Spiel wird. Oder ich lasse es mit stehenden Füssen auf dem Rücken liegen und das Becken anheben, sodass die Füsse in einer anderen Ausrichtung belastet werden, als es das Kind bisher erlebt hat. Dies ist ein sehr vereinfachtes Beispiel, nur um die Idee der Entwicklung aus Fähig-

Asha Leitner lehrt Feldenkrais. (Foto: zVg)

keiten zu verdeutlichen, anstatt sich auf das zu konzentrieren, wozu das Kind nicht in der Lage ist, wie es bei vielen anderen Therapiemodalitäten der Fall ist.

Worauf Feldenkrais-Lehrende trainiert sind

Wir sind darauf trainiert, kleine Unterschiede in der Art und Weise, wie eine Bewegung oder Handlung ausgeführt wird, durch Berührung zu spüren. Mit unserer Berührung, durch Bewegung und Empfindung teilen wir dem Schüler nonverbal/gespiegelt mit, wie das Nervensystem des Schülers an einer Aktion / einem Bewegungsmuster beteiligt ist. Da Empfindungen und Bewegungen die Sprache unseres Nervensystems sind, ist diese Kommunikation sehr effektiv und fühlt sich mühelos an.

Foto: Zoe Tempest

Bakteriophagen: die zukünftige Wunderwaffe in der Bekämpfung von Harnwegsinfektionen?

Gerade Menschen mit Spina bifida sind oft von Harnwegsinfektionen betroffen. Antibiotika sollten jedoch nur mit Bedacht eingesetzt werden. Mit den Bakteriophagen stehen möglicherweise Alternativen bereit.

*Text: Dr. med. Lorenz Leitner, Prof. Dr. med. Thomas M. Kessler**

Harnwegsinfektionen gehören weltweit zu den häufigsten Infektionen. Gerade Menschen, welche mit einer Spina bifida zur Welt kommen, sind infolge damit verbundener Harnblasenbeschwerden häufig auf die Benutzung eines Katheters zur Harnblasenentleerung angewiesen und besonders gefährdet, einen Harnwegsinfekt zu bekommen. Der stetige Einsatz von Antibiotika führt zu einem dramatischen Anstieg von resistenten Bakterien, die nur noch schwierig zu behandeln sind. Entsprechend sind Alternativen zur Infektbehandlung dringend notwendig.

Ein Phage pro Bakterium

Bakteriophagen (Kurzform: Phagen, Abbildung 1), sogenannte «Bakterienfresser», abgeleitet von den altgriechischen Wörtern «βακτήριον» (baktérion: Bakterium) und «φαγεῖν» (phageín: fressen), stellen eine solche Alternative dar. Bei den Phagen handelt es sich um Viren, welche ausschliesslich Bakterien befallen und abtöten. Sie finden sich überall in der Natur, bilden die zahlenmässig sich am häufigsten vervielfältigende biologische Einheit und spielen eine entscheidende Rolle in allen Ökosystemen. Phagen sind sehr spezifisch für Bakterien, was bedeutet, dass sich für jedes Bakterium ein Phage findet, ein Phage jedoch meist nicht verschiedene Bakterien befallen kann.

Im Westen verdrängt

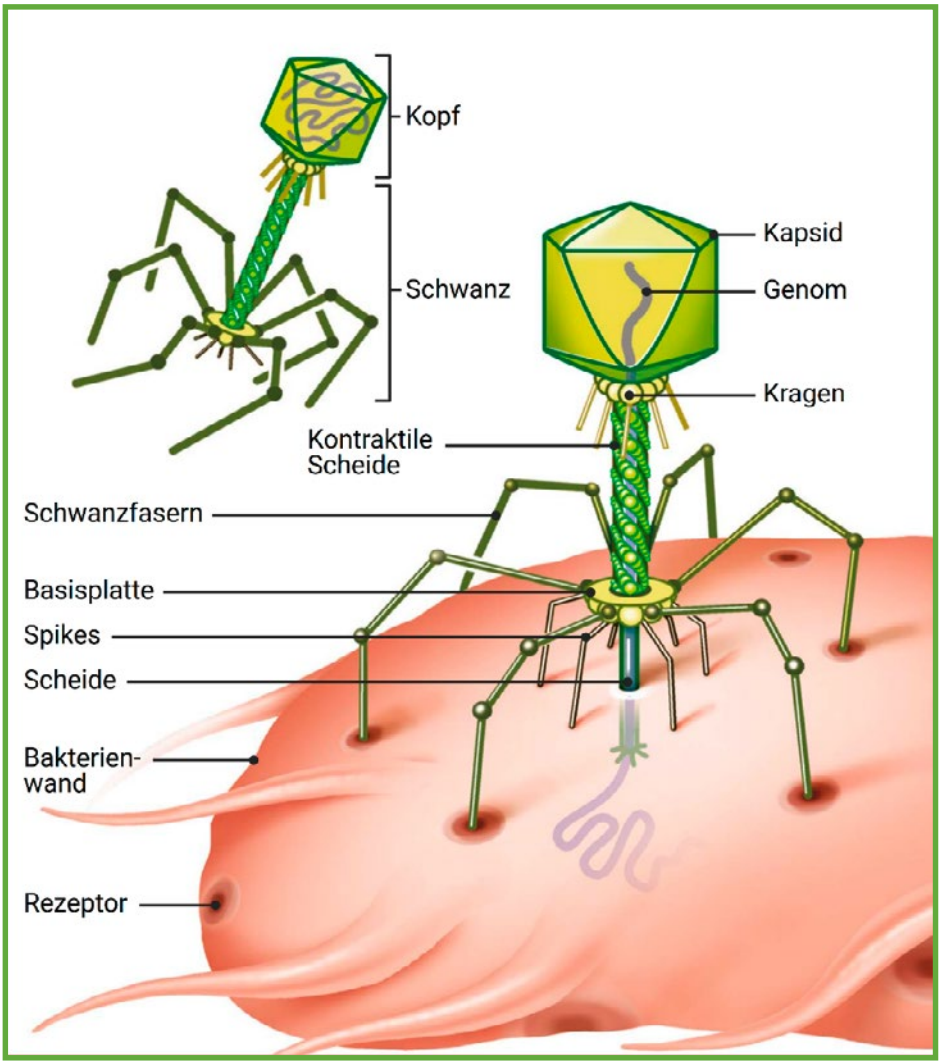
Die Entdeckung der Phagen gelang den Forschern Frederick Twort und Félix d'Hérelle, unabhängig voneinander, bereits vor über einem Jahrhundert. So wurden die Phagen wegen ihrer antibakteriellen Eigenschaften bereits in den 1930er-Jahren in der Medizin eingesetzt. Durch Alexander Flemings Entdeckung des Penicillins kam in der westlichen Welt die Erforschung der Phagentherapie weitgehend zum Erliegen. In einigen Ländern Osteuropas und der ehemaligen Sowjetunion ging die Entwicklung weiter. Dort ist die Phagentherapie heutzutage eine zugelassene Behandlungsmethode und bildet ein wichtiges Standbein der Behandlung bakterieller Infekte. Die weltweite Zunahme von Antibiotikaresistenzen hat in den letzten Jahren auch in der westlichen Welt das Interesse an dieser vielversprechenden Therapiemöglichkeit wieder geweckt.

In verschiedenen in Georgien durchgeführten Studien konnten wir von der Universitätsklinik Balgrist und der Universität Zürich, gemeinsam mit dem Eliava-Institut in Tiflis, einem der renommiertesten Phagentherapie-Zentren weltweit, eine positive Wirkung von Phagen in der Bekämpfung von Harnwegsinfektionen zeigen.

Abbildung 1

Ein Bakteriophage (Phage) findet ein Bakterium und bindet sich mit seinen Schwanzfasern und Spikes an die Bakterienoberfläche. Über die Scheide bringt er sein Genom ins Bakterium ein und infiziert dieses. Die Bakterienoberfläche ist meist sehr spezifisch, sodass bestimmte Phagen nur eine begrenzte Anzahl ausgewählter Bakterien befallen und infizieren können.

Grafik: Stephan Spitzer, Atelier für Medizinische Illustration, spitzer-illustration.com



BESSER LEBEN MIT NDO

Bei Ihnen wurde eine neurogene Blasenfunktionsstörung diagnostiziert oder Sie sind Elternteil/Angehöriger eines Menschen mit dieser Erkrankung?

Dann sind Sie im Infoportal rund um das Thema neurogene Detrusorüberaktivität (NDO) genau richtig.

Ist Ihre Blase wirklich gut eingestellt?

Nutzen Sie unsere Checkliste fürs nächste Arztgespräch!

Und das erwartet Sie

- Ursache und Diagnose: Was ist eine NDO?
- Welche Therapieziele sind realistisch – und welche Behandlungsoptionen gibt es?
- Was passiert bei einer Urodynamik?
- Welchen Herausforderungen begegnet man im Alltag – und wie meistert man sie?
- Checkliste: Wie bereitet man sich aufs Arztgespräch vor?

leben-mit-ndo.ch

Jetzt informieren und besser leben mit NDO!

Melisana Consumer Health – Melisana AG
Grüngasse 19 – CH-8004 Zurich
Téléphone ——— +41 44 247 72 00
Fax ——— +41 44 247 72 10
E-mail ——— info@melisana.ch

MELISANA CONSUMER HEALTH

Aktive Selbstheilung durch Phagen: Forschung in der Schweiz

Mit dem Ziel, Patient:innen mit Harnwegsinfektionen auch in der Schweiz nach modernsten medizinischen Standards mit Phagen anstelle von Antibiotika zu therapieren, laufen aktuell die Forschungsprojekte CAUTIphage und ImmunoPhage. In beiden Projekten arbeiten wir gemeinsam mit Kolleg*innen der Eidgenössischen Technischen Hochschule (ETH) Zürich, der Universitätsklinik Zürich und des Inselspitals Bern an entsprechenden Therapien. Anstelle der Anwendung herkömmlicher Phagen ist es unser Ziel, «Designer-Phagen» mit verbesserten Wirkmechanismen, einem breiteren Anwendungsspektrum und einem Boost fürs Immunsystem zur aktiven Selbstheilung herzustellen. Den Einsatzstart dieser «Designer-Phagen» bei Patient*innen mit Harnwegsinfektionen im Rahmen einer klinischen Studie erwarten wir für Ende 2023.

Noch ein langer Weg bis zum breiten Einsatz

Trotz dieser vielversprechenden Entwicklungen sind wir in der westlichen Welt noch weit von einer Phagenanwendung ausserhalb klinischer Studien oder experimenteller Therapieversuche entfernt. Zum aktuellen Zeitpunkt erlauben die zuständigen Behörden keine anderweitigen Phagentherapien. Dies lässt sich nur mit neuen Studien ändern, die allen Kriterien der modernen Medizin entsprechen und einen eindeutigen klinischen Nutzen sowie einen sicheren Therapieeinsatz beweisen.

**Die Autoren sind in der Abteilung für Neuro-Urologie der Universitätsklinik Balgrist in Zürich tätig. Kontakt: neuro-urologie.sekretariat@balgrist.ch*

Erfolgreiche Phagentherapie in Genf

Im Sommer machte ein Fall aus Genf Schlagzeilen. Hier überlebte ein Mann dank Phagentherapie eine chronische Lungeninfektion. Das Team publizierte seine Erkenntnisse in einem Fachmagazin. Mit zunehmender Zahl der inhalierten Phagen sank diejenige der Bakterien. Der Fall zeigt aber auch, dass die Phagentherapie anspruchsvoll ist. Derzeit braucht es dafür in der Schweiz eine Bewilligung. Einen Ratgeber gibt es hier:

thomashausler.com/ratgeber-phagentherapie/

(bha)

33

Ortho Medica
Alles Gute für Ihre Kontinenz

orthomedica.ch

Nur das Beste für Sie

Ortho Medica macht es Ihnen so einfach wie möglich. Wir bieten Ihnen beste Produkte und nützliche Services rund um die Kontinenzversorgung. Mit individuellen Lösungen für Ihre optimale Lebensqualität. Dabei ist uns wichtig, dass Sie sich rundum gut betreut und sicher fühlen.

Lassen Sie sich beraten
– wir sind gerne für Sie da.

Unsere praktischen Services für Sie:

→ Musterbestellung
Fordern Sie noch heute Ihre kostenlose Musterbox an.

→ Lieferabo
Sie bestimmen die Lieferfrequenz nach Ihren Bedürfnissen.

→ Abrechnung
Einfach und schnell: Wir rechnen wenn möglich direkt mit Ihrem Versicherer ab.

Vereinigung Cerebral: Erkenntnisse aus der Präsidentenkonferenz

Text: Peter Ringger

Anlässlich der Präsidentenkonferenz der Vereinigung Cerebral Schweiz vom 16./17. Juni 2023 war die SBH Schweiz mit Marcel Studer und Peter Riwngger vertreten. An der zweitägigen Tagung wurden verschiedene Themen bearbeitet und auch das gesellschaftliche Zusammensein gepflegt. Am ersten Tag gab es ein Kennenlern-Spiel – fast wettkampfmässig, damit sich die Teilnehmenden gegenseitig besser kennenlernten. Das Spiel wurde gespickt mit sogenannten Cerebral-Challenges. Diese waren Eigenheiten der einzelnen Regionalvereinigungen, die dann recherchiert und herausgefunden werden mussten; spezielle Veranstaltungen, realisierte Projekte, aussergewöhnliche Vorstandszusammensetzungen oder Engagement in speziellen Bereichen wie z. B. Politik. Damit lernten die Teilnehmenden nicht nur die Tätigkeiten und Personen, sondern auch die Regionen besser kennen.

Am zweiten Tag stand die statutarische Präsidentenkonferenz und am Nachmittag eine Vertiefung der Strategie 2024–27 auf dem Programm. Die strategischen Ziele wurden in Gruppenarbeiten beleuchtet und entsprechende Massnahmen daraus generiert. Hier wurde deutlich, dass die Regionen auch grosse Unterschiede aufweisen, teilweise andere Strukturen haben und mit anderen Voraussetzungen (z. B. finanzieller Art) zu leben – und manchmal auch zu kämpfen – haben.

Neues Beratungsangebot für Mütter

Anna-Katharina Frisch bietet neu spezielle Beratungen für Mütter mit einem behinderten Kind an, persönlich oder per Videokonferenz und Telefon. Sie verfügt über eine Ausbildung als Pädagogin und ist zertifizierter Coach. Ausserdem verfügt sie selbst über eigene Lebenserfahrung mit ihrer behinderten Tochter. «one of you» heisst ihr Podcast (Spotify).

Mehr Informationen: *akafrisch-coaching.ch*

Anna-Katharina Frisch
– Zertifizierter Coach
– Pädagogin
– Integrationshelferin für Schüler:innen mit besonderen Bedürfnissen
– Beraterin bei Hilfe für Hirnverletzte Kinder (hiki)

Wellspect®
A REAL DIFFERENCE

Intermittierende Katheterisierung für Männer. Benutzerfreundlich und sicher, in einer cleveren Verpackung

LoFric® Origo™ erfüllt die Bedürfnisse seiner Anwender. Auch bei Langzeitanwendung ist er nachweislich sicher[1] und stellt daher oftmals die bevorzugte Wahl bei Nutzern dar[2].

Diskretes Design

Faltbar auf ein handliches, diskretes Taschenformat.
Die Verpackung dient gleichzeitig der Entsorgung.

Hygienisch und einfach in der Anwendung

Der bewegliche Einführgriff gewährt besseren Halt und Kontrolle, ohne den Katheter berühren zu müssen, wodurch das Risiko von Infektionen minimiert wird.

Bestellen Sie Ihr persönliches Musterpaket auf **wellspect.ch** oder telefonisch unter: **0800 620 240.**

Weitere Informationen:

wellspect.ch

LoFric® Origo™

1. Hakansson et al. Urol Nurs 2015;35:239-47 2. Koeter et al. Abstract 806, ICS 2016 3. Survey of 1029 LoFric Origo users. Wellspect (UK) 2017

736.08.-CHDE-2023-05-01 © 2023 WELLSPECT. All rights reserved. WELLSPECT verzichtet nicht auf jegliche Rechte an seinen Marken, indem es die Symbole ® oder ™ nicht verwendet.

Cyrill Scheuber engagiert sich politisch

SBH-Schweiz-Mitglied Cyrill Scheuber war im Frühjahr Teilnehmer der Behindertensession im Bundeshaus. Er berichtet über seine Erfahrungen und will sich nun für die Inklusions-Initiative engagieren.

Text: Cyrill Scheuber

Am 1. Dezember 2022 wurde bekannt, dass es im Jahr 2023 die erste Behindertensession im Bundeshaus Bern geben wird. Ohne zu zögern, habe ich mich da sofort angemeldet. Meine Kandidatur streute ich auf allen möglichen sozialen Kanälen (Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn). Ebenfalls streute ich meine Kandidatur im Umfeld. An einem Wochenendnachmittag sass ich am Tisch und schrieb 139 National- und Ständeräte an. Dazu schrieb ich an alle Gemeinderätinnen und Gemeinderäte im Kanton Nidwalden. Dies liess ich laufen bis zur Abstimmung über die endgültige Auswahl der Sessionsteilnehmenden. Ich bekam viele positive Rückmeldungen.

Foto: Markus Schneeberger

Ein echter Wahlkampf

Ende Januar bekam ich dann die äusserst erfreuliche Nachricht, dass ich den Sprung ins Parlament geschafft hatte. Ich hatte riesige Freude und konnte es kaum glauben. Für mich war es wie ein echter Wahlkampf, welcher sich mehr als gelohnt hat und welchen ich wieder so machen würde.

Im März war dann der grosse Tag. Am Donnerstag vor der Session konnte ich vor lauter Nervosität kaum arbeiten. Es war richtig anstrengend mit der Konzentration. Ich wollte doch nur noch in den Nationalratssaal und nichts anderes mehr. Auch in der Nacht schlief ich sehr spät und dann kaum.

Am Freitag, 24. März 2023, war dann endlich der lang ersehnte Tag da. Meine Kollegin aus Emmetten und ich bestiegen um 9.34 Uhr den Zug nach Luzern. Als wir in Luzern ankamen, warteten bereits Medienleute zweier Medien. Sie machten mit uns auf der ganzen Fahrt nach Bern Interviews. Dies war toll trotz Müdigkeit.

Ein speditiver Tag

Im Bundeshaus angekommen, durften wir unsere vorreservierten Plätze einnehmen. Ich genoss die Atmosphäre und war hell begeistert.

Um 13.30 Uhr wurde die Session mit drei Reden eröffnet. Danach sprachen wir über acht Schwerpunkte:
– Hindernisfreiheit
– Stimm- und Wahlrecht
– Einbezug in politische Geschäfte
– Finanzen
– Diskriminierung
– Institutionen
– Erweiterung auf andere Lebensbereiche
– Zukunft

Ich habe etwas zum Thema Finanzen gesagt. Nach der Sitzung war ich äusserst fasziniert, wie speditiv wir die Themen abgehandelt haben.

Mein Fazit zur Session

Es wurden unglaublich starke Voten von den Anwesenden abgegeben. Mir wurde klar, wie viele Bereiche eigentlich noch nicht in Ordnung sind.

Durch diesen Tag habe ich noch mehr das Gefühl bekommen, dass 2023 ein Inklusionsjahr wird. Ich habe grosse Freude, dass auch die Unterschriftensammlung für die Inklusions-Initiative gestartet worden ist. Ich werde ebenfalls meinen Beitrag zum Unterschriftenziel von mehr als 100 000 Unterschriften leisten.

Limmattalerlauf: Die Anstrengung hat sich gelohnt

Gut geölt ist halb gewonnen oder fit wie ein Turnschuh, könnte es auch heissen. Unsere SBH-Gruppe hat mit sensationellem Erfolg am Limmattalerlauf teilgenommen.

Text: Silke Korn

Im Vorfeld des 16. Limmattalerlaufs, der mit der SBH Schweiz zum ersten Mal eine nationale Organisation als Spendenempfänger berücksichtigte, galt es zunächst Sponsoren zu gewinnen. So haben die registrierten Läufer:innen fest die Werbetrommel gerührt. Oft waren es aber auch die «Familien-Managerinnen», welche im Familien- und Bekanntenkreis persönlich oder per WhatsApp geworben haben, um so viele Gelder wie möglich zu gewinnen. Dies legte den Grundstock für den Erfolg. Die Sponsor:innen konnten pro Kilometer spenden oder ein festes Startgeld angeben.

Am Samstag, dem 10. Juni, trafen wir uns in Urdorf. Das Wetter war superschön, fast schon zu warm für solch sportliche Betätigung, aber viel besser als Regenwetter. Ria und Hanny waren zeitig vor Ort, um fleissig den SBH-Stand aufzubauen. Unsere bunte Truppe bestand aus motivierten Selbstbetroffenen, sportlich-fitten Eltern, zwei laufenden Unterstützerinnen aus der nahen Kantonsschule sowie weiteren Familienmitgliedern als Supportteam. Es wurde gerollt, gerannt, angefeuert, mit Schwämmen gekühlt und alle gaben ihr Bestes. Ian (schwer erkältet) ist tapfer seine Runde gelaufen/spaziert und dann wieder nach Hause aufs

Kurz vor dem Start: das SBH-Schweiz-Team am Limmattalerlauf 2023

Sofa, um sich auszukurieren, aber er wollte seine Sponsorengelder nicht verlieren.

Währenddessen haben Leonie und Maurus sensationell Runde um Runde gedreht. Nicht einmal ein Sturz aus und mit dem Rolli konnte Leonie aufhalten. Voller Einsatz auch bei unseren Fussläufer:innen mit Ergebnissen über 20 km!

Es wurden insgesamt über Fr. 30 000.– erlaufen. Diese werden auf die Teilläufer-Gruppen und die zwei Hauptprojekte aufgeteilt. Bei den Männern lag die weiteste Strecke bei 28 km, bei den Frauen bei 19 km. Bei der Kategorie Kind betrug die längste Distanz 24 km – so cool, ich wäre zusammengebrochen.

Ein herzliches Dankeschön dem OK Limmattalerlauf, den sieben reformierten Kirchgemeinden im Limmattal und dem Helferteam.

Aus dem Jahresbericht der Stiftung Cerebral

2022 war für uns alle wiederum ein forderndes Jahr: Der Krieg in der Ukraine hat alles überschattet und auch unsere Stiftung vor verschiedene Herausforderungen gestellt. Wir sind sehr froh und dankbar, dass wir uns trotz der unsicheren Lage wiederum auf unsere vielen treuen Spenderinnen und Spender verlassen konnten.

Rund 9700 Einzelpersonen und Familien waren bei uns angemeldet, sie alle erhielten je nach Bedarf fachkundige und schnelle Unterstützung in allen Bereichen des täglichen Lebens. Den wichtigsten Teil unserer Arbeit stellen nach wie vor der Beratungsdienst und die Direkthilfe dar. Wir waren auch im vergangenen Jahr für die bei uns angemeldeten Einzelpersonen und Familien eine wichtige Anlaufstelle und konnten mit unseren Hilfsangeboten und finanziellen Leistungen in vielen Fällen dringend nötige Perspektiven schaffen.

Der Jahresbericht der Stiftung Cerebral kann auf der Website unter *cerebral.ch > Publikationen > Jahresbericht und Jahresrechnung* heruntergeladen werden.

Neue JST-Mietstationen in der Innerschweiz und im Tessin

Anfang Juni durften wir auf dem Stoos (SZ) eine neue Mietstation für unsere geländegängigen Elektrorollstühle einrichten. Es stehen drei verschiedene schöne Rundwanderungen für die Nutzung mit dem JST zur Verfügung: So kann man das Bergdorf Stoos erkunden, auf dem Moorweg unterwegs sein oder eine Wanderung zur Stoos Hüttä unternehmen. Der geländegängige Elektrorollstuhl wurde bei der Bergstation der Standseilbahn Schwyz – Stoos stationiert und steht dort jeweils täglich nach vorgängiger Reservation ab 9.30 Uhr für die Ausleihe bereit.

Ebenfalls konnten wir auf dem Monte Tamaro (TI) eine Mietstation eröffnen. Diese befindet sich bei der Bergstation, Betroffene können den Rollstuhl nach vorheriger Reservation unkompliziert und günstig ausleihen und damit die Alpe Foppa erkunden. Auch die weltbekannte Kirche Santa Maria degli Angeli des Stararchitekten Mario Botta kann mit dem JST befahren werden, bald sollen weitere Routen hinzukommen.

Insgesamt umfasst unser JST-Mietnetz neu 15 verschiedene Destinationen in der ganzen Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein. Unkomplizierte Ausflüge fernab von Asphaltstrassen und Wegen sind so auch für Menschen im Rollstuhl und ihre Angehörigen vielerorts möglich geworden.

Mehr Infos zu unserem JST-Mietnetz gibts unter *cerebral.ch/de/jst*

Poollifte

Damit Menschen mit einer Beeinträchtigung bequem ins Wasser und wieder hinausgelangen können, helfen wir bei der Finanzierung von Poolliften in Hallen- und

Erlachstrasse 14, Postfach, 3001 Bern, Telefon 031 308 15 15

Freibädern mit. Diese automatische Einstiegshilfe erleichtert den Betroffenen den Besuch eines öffentlichen Bades enorm. Inzwischen konnten wir schon viele verschiedene Schwimmbäder in der ganzen Schweiz mit Poolliften ausstatten, und die Liste wird immer länger.

Unter *cerebral.ch > Hilfsangebote > Erholung & Freizeit > Hilfsmittel Freizeit > Poollift* findet sich eine detaillierte Liste mit allen Hallen- und Freibädern, die über einen Poollift verfügen.

Ferien auf dem Campingplatz

Unkomplizierte Campingferien mit der ganzen Familie und trotzdem bestens versorgt? Erleben Sie erholsame Ferien in einem rollstuhlgängigen Bungalow am Vierwaldstättersee, am Rhein, an der Aare, am Sempachersee, am Lago Maggiore und am Brienzersee. Die Bungalows der Stiftung Cerebral sind komplett rollstuhlgängig ausgebaut und bieten Familien mit einem beeinträchtigten Angehörigen alles, was das Urlauberherz begehrt. Auf dem Camping Lido in Luzern steht ausserdem ein rollstuhlgängiger Wohnwagen auf einem festen Standplatz für Sie bereit.

Unsere Angebote für Campingferien finden Sie unter *cerebral.ch > Hilfsangebote > Erholung und Freizeit > Bungalows/Campingferien*

Mit dem Cerebral-Fahrschulauto fahren lernen

Seit vielen Jahren können Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen unsere speziell angepassten Fahrschulautos nutzen, um damit die Fahrprüfung zu absolvieren. Wir verfügen über eine moderne Flotte von umgebauten VW Caddy, die von Fahrlehrerinnen und Fahrlehrern in der ganzen Schweiz zu günstigen Konditionen gemietet werden können. Damit die Fahrlehrerinnen und Fahrlehrer sich auf die besonderen Bedürfnisse ihrer Fahrschülerinnen und Fahrschüler mit Beeinträchtigung vorbereiten und unsere Fahrzeuge optimal nutzen können, werden sie vorher in Workshops geschult.

Bis jetzt umfasste unser Fahrschulangebot sechs VW Caddy. Um der grossen Nachfrage gerecht zu werden, haben wir nun zwei zusätzliche Fahrzeuge angeschafft. Je nach Bedarf unterstützen wir die Fahrschülerinnen und Fahrschüler, die bei uns angemeldet sind, auch bei der Finanzierung ihrer Fahrstunden.

Mehr Infos zu diesem Angebot gibts unter *cerebral.ch > Hilfsangebote > Mobilität*

all4care

Inkontinenz - und Stoma-Versorgung

MEHR LEBENSQUALITÄT
DURCH GENAU AUF DICH
ABGESTIMMTE PRODUKTE

- Inkontinenz - und Stoma-Versorgung mit allen Herstellern und allen Produkten
- Lieferung portofrei direkt zu Ihnen nach Hause
- Individuelle Instruktion und Beratung

Sie erreichen uns jederzeit unter
tel: +41 58 255 12 33
fax: +41 58 255 12 32

Oder schreiben Sie uns eine Mail an
info@all4care.ch

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite: www.all4care.ch

all4care SA
Firmesitz und Kundenservice
Route du Verney 18
CH – 1070 Puidoux
www.all4care.ch

Kontakt Deutschschweiz
Heidelberg 1
CH - 9216 Hohentannen
info@all4care.ch
all4care@ovan.ch

www.spina-hydro.ch

Präsident
Marcel Studer, Engisteinstrasse 3, 4633 Hauenstein,
062 293 00 07, 079 466 85 63
marcel.studer@spina-hydro.ch

Kassierin
Ria Liem Ringger, Uetlibergstrasse 19, 8902 Urdorf,
044 737 30 06, ria.liem@spina-hydro.ch

Ärztlicher Berater
Dr. med. Alexander Mack, Ostschweizer Kinderspital,
Claudiusstrasse 6, 9006 St.Gallen, 071 243 71 11,
alexander.mack@kispisg.ch

Geschäftsstelle SBH Schweiz/Vertreter KVEB
Hanny Müller-Kessler, Aehrenweg 6,
8317 Tagelswangen, 076 496 99 69,
geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Spendenkonto SBH Schweiz
Obwaldner Kantonalbank (OKB), 6060 Sarnen
IBAN CH91 0078 0000 3010 5315 1
PC Konto 60-9-9 zugunsten von Kto. 301.053-151
zugunsten: SBH Schweiz, Aehrenweg 6, 8317 Tagelswangen

Facebook-Seite
facebook.com/SBHSchweiz/

Kontaktpersonen Region Bern/Suisse romande
Irina Mattenberger, irina.mattenberger@spina-hydro.ch
Gabi Siegenthaler, gabi.siegenthaler@spina-hydro.ch

Kontaktperson Region Nordwestschweiz
Rahel Bauer, rahel.bauer@spina-hydro.ch

Kontaktperson Region Ostschweiz
Remo Truniger, remo.truniger@spina-hydro.ch

Kontaktperson Region Zürich
Tanja Fabian, tanja.fabian@spina-hydro.ch
Silke Korn, silke.korn@spina-hydro.ch

Zentralschweizer Vereinigung
Séverine und Marcel Müller, Co-Präsidium,
beim Bahnhof 2, 6312 Steinhausen,
041 780 88 37, severine@fammuell.ch

Spendenkonto SBH Zentralschweiz
Obwaldner Kantonalbank, 6061 Sarnen 1
PC 60-9-9/IBAN CH04 0078 0013 0546 1180 7
Zentralschweizerische Vereinigung zugunsten
von Personen mit Spina bifida und Hydrocephalus,
6060 Sarnen

Instagram-Seite
@sbh_schweiz

SBH INFO
redaktion@spina-hydro.ch
erscheint 4 × jährlich
jeweils Mitte März, Juni, September, Dezember
Redaktionsschluss: 10.2./12.5./11.8./10.11.2023

Redaktion
Bruno Habegger, Mumenthalstrasse 5,
4912 Aarwangen, 076 307 16 16,
bruno.habegger@spina-hydro.ch

Hanny Müller-Kessler, Aehrenweg 6,
8317 Tagelswangen, 076 496 99 69,
hanny.mueller-kessler@spina-hydro.ch

Tanja Fabian, Götze 19, 8197 Rafz,
tanja.fabian@spina-hydro.ch

Silvan Kleeli, Turnerstrasse 28, 9000 St.Gallen,
silvan.kleeli@spina-hydro.ch

Franziska Wetzler, Matthäusstrasse 14, 4057 Basel,
franziska.wetzler@spina-hydro.ch

Rahel Stalder, Churfirstenstrasse 21, 9630 Wattwil,
rahel.stalder@spina-hydro.ch

Inserate und Verkauf
Geschäftsstelle SBH Schweiz, Hanny Müller-Kessler,
geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Abonnemente
Jahresabonnement inkl. Versandkosten und MwSt.
Schweiz CHF 35.–, Europa CHF 50.–.

Adressänderungen
Geschäftsstelle SBH Schweiz, Aehrenweg 6,
8317 Tagelswangen, 076 496 99 69,
geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Druckvorstufe, Druck und Spedition
Mattenbach AG, Technoramastrasse 19,
8404 Winterthur, 052 234 52 52,
office@mattenbach.ch

Auflage 850 Ex.
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Zustimmung durch die Redaktion.

Copyrights Fotos: SBH Schweiz oder zVg
(wenn nichts anderes vermerkt)

P.P.
8317 Tagelswangen
POST CH AG

Adressänderungen
Geschäftsstelle SBH Schweiz
Aehrenweg 6
8317 Tagelswangen

Spina bifida und Hydrocephalus

Wir informieren, unterstützen und setzen uns für Betroffene und ihre Angehörigen ein.

Werde jetzt Mitglied:
spina-hydro.ch/registrierung/