





# A

---

## abl

Allgemeine Baugenossenschaft Luzern

Die abl wurde 1924 in Luzern gegründet und ist heute mit 2000 Wohnungen in 14 Siedlungen, 4500 Bewohner\*innen und 11'500 Genossenschafter\*innen die grösste gemeinnützige Wohnbaugenossenschaft der Zentralschweiz. Contenti ist auch eine dieser Genossenschafter\*innen geworden: Ab 2019 wohnen 20 Bewohner\*innen von Contenti in der abl-Siedlung.

Die abl ist die Kooperationspartnerin und «Türöffnerin» des Projekts Contenti Wohnen Himmelrich. Als Bauherrin und Vermieterin stellt sie uns nicht nur die Infrastruktur zur Verfügung, sondern bietet uns mit den übrigen Wohnungen der Siedlung auch eine Arena des vielfältigen Zusammenlebens. → Vielfalt  
→ Inklusion Die Genossenschaft und die Stiftung passen wunderbar zusammen. Für diese Verbindung sind wir sehr dankbar.

## Akustik

Eine angenehme Raumakustik und eine gute Schallisolation in den Privaträumen sind wichtige Voraussetzungen, um das Konfliktpotenzial im Zusammenleben in einer Schicksalsgemeinschaft

→ Individualität und Gemeinschaft **zu verringern.**

Deshalb haben wir ...

- **auf Schiebetüren in den Wohnungen verzichtet.** → Schiebetüren
- **im Korridor/am Treffpunkt und in Gemeinschaftsräumen eine schallabsorbierende Lochdecke montiert.**
- **einen Bodenbelag ausgewählt, bei dem Gehgeräusche vermieden werden.**

→ Bodenbelag

## Arbeitsweg

Contenti pflegt traditionell eine (grosse) Trennung zwischen den Lebensbereichen Arbeiten und Wohnen. Diese wird auch räumlich manifestiert, liegt nun doch gut ein Kilometer Geh- oder Rolldistanz zwischen Himmelrich (Wohnen) und Gibraltarstrasse (Arbeiten). Unsere Bewohner\*innen aus dem Bereich Arbeit erhalten also einen Arbeitsweg. Sie werden im Stadtbild und im öffentlichen Verkehr sichtbar(er) und können die Stadt ihrerseits vielfältiger wahrnehmen. Und ja: Für eine Minderheit, die diesen Weg nicht alleine bewältigen kann, bedeutet die neue Distanz einen logistischen Mehraufwand.

→ Rollstuhl

## Architektur

Enzmann Fischer Partner AG Zürich haben im Jahr 2012 mit ihrem Projekt LARIX den Architekturwettbewerb rund ums Himmelrich gewonnen. Köpfli Partner GmbH, Luzern, zeichnen für die Umgebungsgestaltung verantwortlich. Anstelle der alten «Erschliessungskorridore» zwischen den Zeilenbauten entstand durch die Blockrandbebauung ein privater, begrünter Innenhof für die Bewohner\*innen. Die asphaltierten Verbindungswege sind ideal für Rollstuhlfahrer\*innen. Zurückhaltend und beinahe zeitlos ist die Erscheinung des neuen Hauses. Und als Sahnehäubchen beschert der Dreiecksbau seinen Bewohner\*innen die längste Dachterrasse Luzerns: Auf dem Dach lässt sich mit dem Elektrorolli rundherum fahren.

# B

---

## Bleichergärtli

Das Bleichergärtli, im Besitz der Stadt Luzern, ist ein öffentlicher Platz mit wechselvoller Geschichte. Im Zuge der Siedlungserneuerung Himmelrich wurde es von der Stadt Luzern auf Vordermann gebracht und erstrahlt nun in neuem Glanz. Viele der Contenti-Zimmer bieten einen Ausblick auf das Bleichergärtli mit dem Kinderspielplatz, wo immer etwas los ist. Manchmal besteht gesellschaftliche Teilhabe  
→ Inklusion → Partizipation **aus interessiertem Zuschauern.**

## Bodenbelag

Über die Auswahl der Bodenbeläge haben wir uns den Kopf zerbrochen, wollen wir doch eine wohnliche Atmosphäre, sehr gute Rollstuhlrolleigenschaften, guten Gehkomfort, Tropfwasserresistenz, gute Sturzprophylaxe-Eigenschaften, Rutschfestigkeit und angenehme Raumakustik unter einen Hut bringen. Vom Parkett mussten wir uns wegen der Nässe-

---

# B

empfindlichkeit verabschieden. Gewählt haben wir nun für beinahe alle Räume einen fugenlosen PU-Granulat-Bodenbelag namens Haltopex.

## Budget

Eine alte Bauregel besagt: «Es wird immer teurer und es dauert immer länger.» → Timing

Leider konnten wir auch im Himmelrich mit dieser unschönen Bautradition nicht brechen.

Die Kosten für die Rohbaumiete standen von Beginn weg fest, das Risiko hierfür trägt die Bauherrin abl. → abl Den Innenausbau hingegen, den wir zur Reduktion der Gesamtkosten mit Spenden finanzieren wollen (oder müssen), prognostizierten wir in der Projektphase 2015 auf ca. 3.5 Mio. Franken. In der Bauabrechnung schlägt dieser jedoch – trotz grossem Kostenbewusstsein – mit knapp 4 Mio. Franken zu Buche. Deshalb sind wir froh um jeden weiteren Spendenbatzen. → Spenden



# C

---

## Contenti

Contenti wurde 1988 unter dem Namen Bürozentrum für Behinderte als Stiftung gegründet. Ziel war und ist es, für Personen mit erheblichen Beeinträchtigungen durch Dienstleistungsangebote berufliche und gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen. Neben dem Angebot Wohnen im Himmelrich bietet die Stiftung 40 Arbeitsplätze an der Gibraltarstrasse 14 in Luzern. Dort erledigen wir für Sie:

### Sekretariatsarbeiten

- Erfassen von Daten jeder Art
- Mitgliederverwaltung/Adressverwaltung inkl. Etikettenausdruck Bestellwesen
- Fakturierung und Zahlungskontrolle sowie Mahnwesen
- Buchhaltungsarbeiten
- Verwaltung von Internetdatenbanken
- Kopierarbeiten
- (Rollstuhl-)Kurierdienste

---

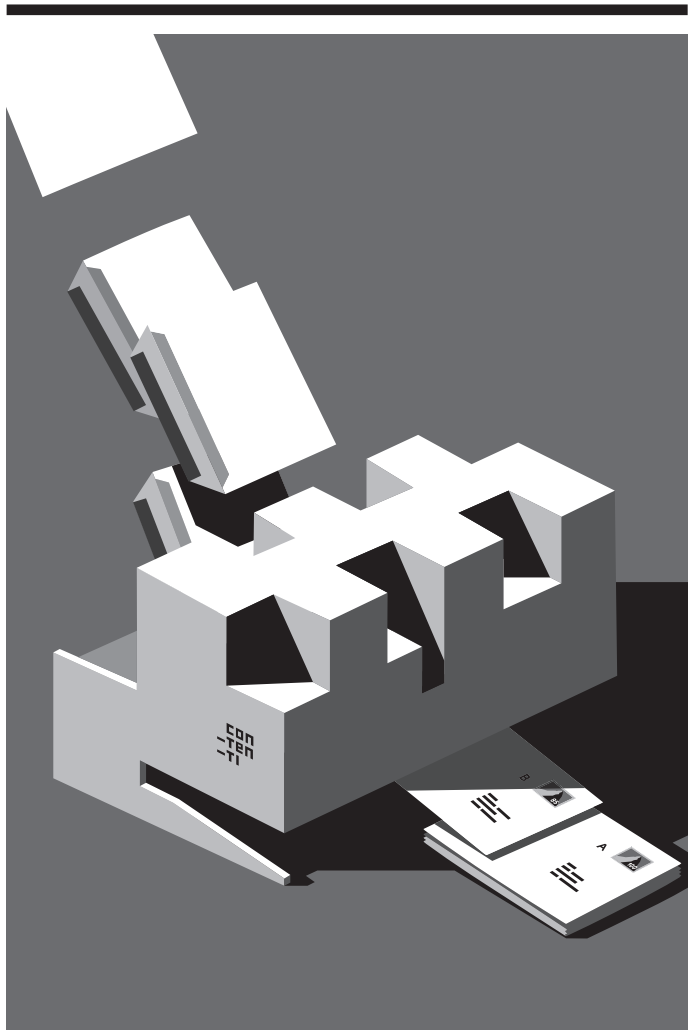
# C

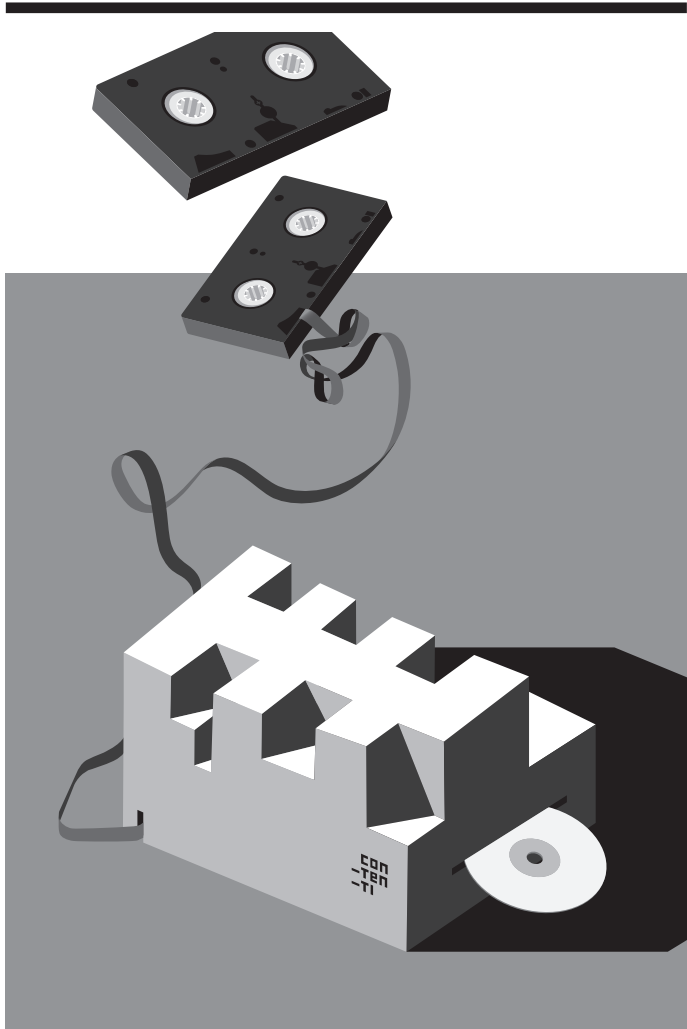
- Zusammenstellen von Drucksachen (Heften, Schneiden, Falzen) und Versand
- Couvertieren, Adressieren, Frankieren und Spedieren von Mailings

## Digitalisierung

- Kopieren von VHS-Kassetten auf digitale Speichermedien
- Scannen von analogen Foto-Dias oder Papierfotos und digitales Abspeichern

**Oder was immer Sie uns in Auftrag geben!**  
**Die operative Stiftung Contenti wird von der Stiftung Pro Contenti** → Pro Contenti **unterstützt, die sich um die Mittelbeschaffung durch Fundraising kümmert, und vom Verein Freundeskreis** → Freundeskreis, **der das Netzwerk darstellt.**





# D

---

## Deckenkran

In der Pflege und Assistenz arbeiten wir nach kinästhetischen Grundsätzen, einer Methode, die mit den körperlichen Ressourcen und dem Eigengewicht von Pflegenden und Pflegebedürftigen arbeitet. Doch manchmal kommen auch die ganze Physik und die Ausnutzung von Schwerkraft und Bewegungsdynamik an ihre Grenzen. Dann ist ein Deckenkran ein Segen. Die Schiene verbindet das Bett mit der Nasszelle und ist präventiv in jedem Zimmer eingebaut. Bei Bedarf kann ein Motor/Gurt eingehängt werden. Das schont Kraft, Rücken und Nerven.

## Dienstleistungen

Die Leistungen, die Contenti Wohnen Himmelrich ihren Bewohner\*innen bietet, lassen sich in drei Bereiche einteilen. Die konkreten Leistungen werden individuell auf den Bedarf abgestimmt:

---

# D

## Infrastruktur

- Privates Zimmer, Gemeinschaftsräume
  - Essen und Trinken/Verpflegung
  - Wäsche
- 

## Begleitung

- Unterstützung und Ermächtigung in der Alltagsbewältigung
  - Psychosoziale Begleitung
- 

## Pflege/Assistenz

- Körper- und Behandlungspflege/Medikamente
  - Assistenzleistungen beim Essen usw.
- 

## Dusch-WC

Was im Normalfall als Komfort- und Lifestyle-lösung erscheint, ist für motorisch erheblich eingeschränkte Menschen ein elementares Hilfsmittel, um höhere Selbstständigkeit zu erlangen, und beim Toilettengang die Menschenwürde zu wahren. Deshalb sind konsequent alle WCs für unsere Bewohner\*innen in der Duschversion ausgeführt worden.

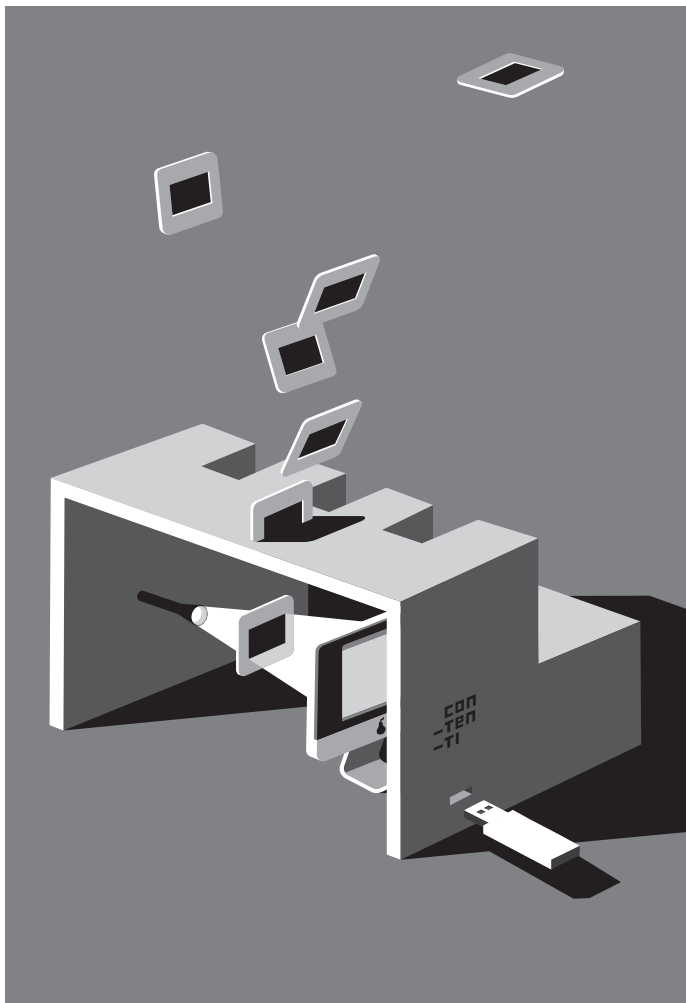
# E

---

## Essen

Essen ist wichtig! Das ist im Contenti Wohnen Himmelrich genauso wie anderswo. Behindierungsbedingt sind die Teilhabemöglichkeiten unserer Bewohner\*innen beim Kochen sehr eingeschränkt. Deshalb kochen wir im Alltag das Essen in einer Küche im Erdgeschoss und verteilen die Gerichte anschliessend mit einem Speiselift auf die verschiedenen Etagen. Dort wird das Essen am gemeinsamen Esstisch, dem Herz des Treffpunkts, eingenommen.

→ Grundriss Wer Unterstützung beim Schneiden oder Essen braucht, erhält Assistenz. Dadurch, dass verschiedene Leute aus dem Fachteam kochen, ist für Abwechslung in Zubereitungsarten gesorgt. Wenn die Bewohner\*innen selber kochen möchten (und können), haben sie die Möglichkeit, bei den Treffpunkten die ausgestatteten Haushaltsküchen zu benutzen; in der Wohnung blu → Namen und Adressen gar mit einer höhenverstellbaren → Höhenverstellbar Arbeits- und Kochfläche.





# F

---

## Fachpersonal

Contenti steht und fällt mit der Qualität der täglich geleisteten Dienste durch das Fachpersonal. Darum stellen wir hohe Anforderungen an die fachlichen und persönlichen Qualifikationen. Die Fachpersonen sind in zwei Teams – «uno» im ersten und «due» im zweiten

**Stock** → Namen und Adressen – organisiert, arbeiten jedoch in zahlreichen Situationen eng zusammen. Total bieten wir 1520 Stellenprocente, verteilt auf 25 bis 30 Personen. Wir sind Lernort für Fachpersonen Betreuung und Sozialpädagog\*innen und unterstützen Weiterbildungen zur Weiterentwicklung.

## Farbe

Die Welt ist um einiges bunter als die an Computerbildschirmen im Schwarz-weiss-Kontrast entworfenen Gebäudepläne es vermuten lassen. Um diese Farbigkeit in unsere Räume zu bringen, entwarf die Farbgestalterin Angelika Walthert ein Farbkonzept, das sowohl Abwechslung, Orientierung als auch eine behagliche Atmosphäre erzeugen soll. Die Bewohner\*innen konnten aus einer Palette von acht verschiedenen Farbtönen eine Farbe für ihr Zimmer auswählen und so einen Akzent setzen.

→ Individualität und Gemeinschaft

---

# F

## Fehler

Der Bau eines so grossen Hauses mit vielen hundert Menschen, die für die Planung und Realisation zusammenarbeiten, stellt eine immense Koordinations- und Kooperationsleistung dar und es ist eigentlich verblüffend, dass am Ende wirklich ein funktionierendes Gebäude dasteht. Denn wenn jeder Beteiligte nur einen gröberen Fehler macht, kommen locker tausend Fehler zusammen. Ein Beispiel gefällig? Beim Besuch der Baustelle fiel uns erstmals auf, dass die Rollstuhl-/Hilfsmittelräume gegen die von den Bewohner\*innen so begehrten Terrassen ausgerichtet sind. Im Plan ist uns das nie aufgefallen. Hätten wir dies rechtzeitig erkannt, wäre vielleicht ein Bewohner\*innenzimmer mehr mit direktem Terrassenanschluss realisiert worden.

---

# F

## Freiwillige

Die Ressource Fachpersonal ist rar und kostbar. Die Beziehungsgestaltung zwischen Fachperson und Bewohner\*in ist nicht ganz auf Augenhöhe (in der Fachsprache spricht man von nicht-reziproker Beziehung), was in der Natur der Sache liegt bei einer bezahlten Anstellung. Um das soziale Umfeld zu erweitern, bilden freiwillige Mitarbeiter\*innen eine willkommene Alternative. Um sie muss man sich bemühen, denn sie werden für ihr Engagement nicht bezahlt. Das bedeutet auch, dass sie nicht dem Diktat der Effizienz folgen müssen. Kurz, sie machen den Betrieb bunter und vielfältiger.

→ Vielfalt

## Freundeskreis

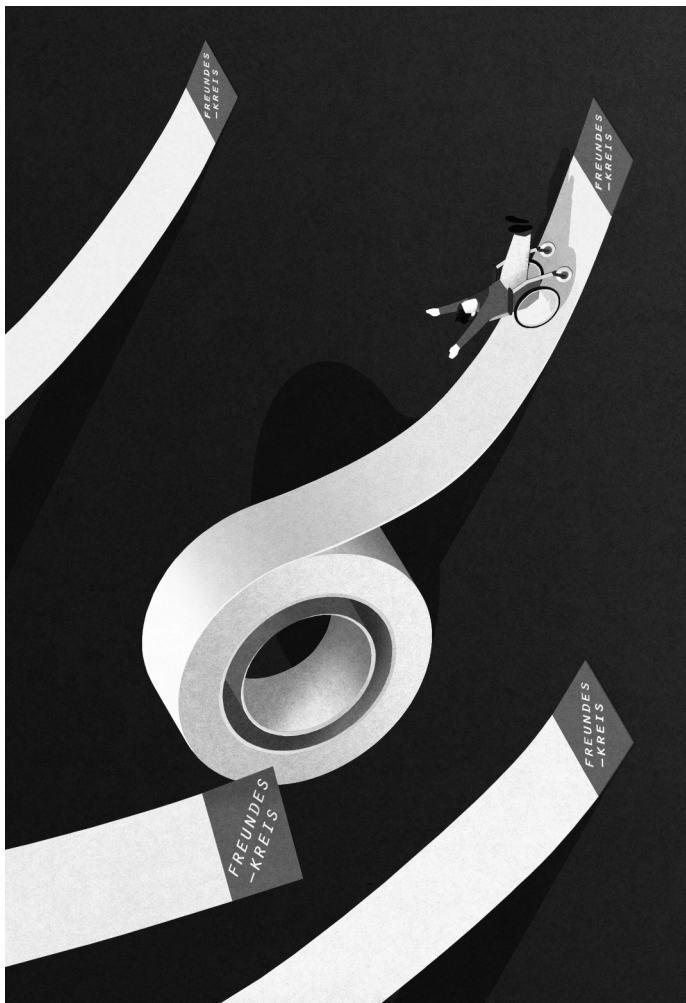
Der Freundeskreis versteht sich als Netzwerk von Menschen und Firmen, die unseren Anliegen wohlgesinnt sind und uns unterstützen möchten.

---

# F

1992 wurde unter dem Namen Freundeskreis der Stiftung Bürozentrum ein Verein gegründet. Der Verein unterstützt Contenti ideell und finanziell. Er fördert das Verständnis und die Sensibilität für die Bedürfnisse von Menschen mit einer Behinderung in der Öffentlichkeit und macht Contenti bekannter. Durch den Freundeskreis sollen Aktionen und Projekte ermöglicht werden, die durch die ordentlichen Mittel von Contenti nicht finanziert werden können. Der Freundeskreis konnte bereits viele Dinge bewirken. So half er auch massgeblich bei der Finanzierung des Projekts Contenti Wohnen Himmelrich mit. Und er kann dank Ihrer Hilfe auch künftig Gutes tun. Der Freundeskreis ist auch der Verleger der Glückwunsch- und Trauerkarten.

**Werden Sie Mitglied beim Freundeskreis der Stiftung Contenti!** → [Contenti](#)



# G

---

## Grundriss

Der Grundriss ist entscheidend bei der Frage, was sich in welchen Räumen wie realisieren lässt und welche Qualität daraus hervorgeht:

- Vom Inklusionsgedanken → Inklusion her hätten wir die 20 Bewohner\*innenzimmer am liebsten im ganzen Dreiecksbau über viele Stockwerke und Treppenhäuser verteilt. Doch was eine ideale Einbettung und Rückzug garantiert ermöglichen würde, hätte zum betrieblichen Fiasko geführt: Die Organisation der Unterstützung wäre viel zu aufwändig.
- Vom Sicherheitsaspekt her wäre eine eingeschossige Nutzung optimal und eine Evakuierung von Rollifahrer\*innen wäre immer gewährleistet (im Brandfall fährt kein Lift). Dabei würden jedoch die Privatsphäre und Rückzugsbedürfnisse ignoriert.
- Und organisatorisch schliesslich müsste alles kompakt sein, wenige Schnittstellen nach aussen beinhalten, damit die «Maschine Contenti» wie geschmiert und ohne Störungen von aussen läuft.

---

# G

Der umgesetzte Grundriss vereint verschiedene Sichtweisen und ist ein Mittelweg: Die Zugänge der Bewohner\*innen sind auf zwei Treppenhäuser verteilt, die Unterstützung kommt «aus der Mitte» und trotz der 20 Zimmer bleibt eine Lebenseinheit mit fünf Personen überschaubar.

Weitere Merkmale:

- Angemessen breite Korridore und Türen (für Elektrorollis).
- Trennung der Wohnzone der Bewohner\*innen und des Backoffice der Fachpersonen. Das Personal muss so nicht die Wohnräume durchqueren, um zum Arbeitsplatz zu gelangen.
- Zonierung in unterschiedliche Zonen: von den halböffentlichen Begegnungszonen in den Gemeinschaftsräumen im Erdgeschoss über den Treffpunkt als Ort der Gemeinschaft der Kleingruppe zum eigenen Zimmer mit hohem Privatheitsanspruch.



---

# G

**Privat**

Zimmer/  
Nasszelle

**Gemeinschaft**

Treffpunkt/  
Gemeinschafts-  
terrasse

**Begegnung**

Nutzungen  
im Erdgeschoss  
(z. B. Mehrzweck-  
raum)

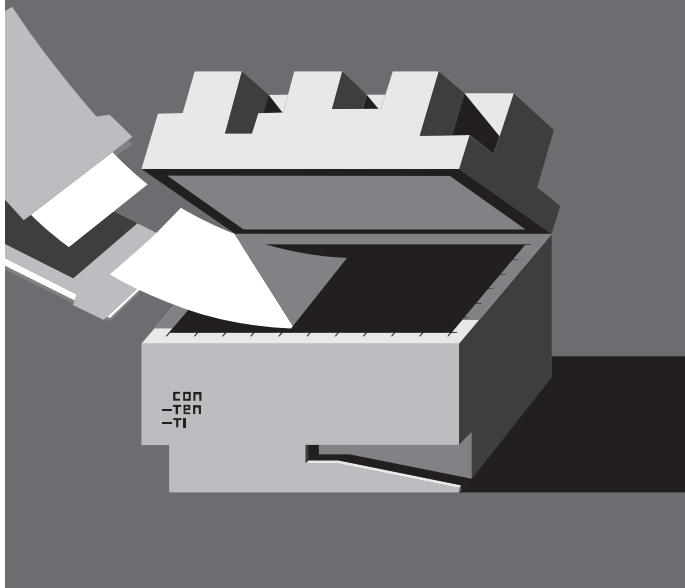
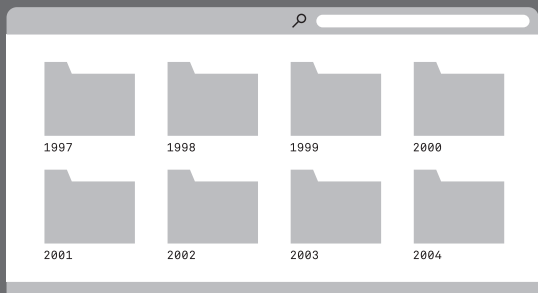
---

**Privatheit  
Intimität**



**Halböffentlich**

---





---

## Himmelrich

Der Begriff Himmelrich ist ein alter Flurname in der Stadt Luzern. Dieser Flurname hat dem Projekt den Namen gegeben. So himmlisch dies auch klingt, es hat auch seine Schattenseiten. Denn der Begriff Himmelrich weckt paradiesische Wünsche und Hoffnungen, die wir nicht erfüllen können. Auch Contenti kocht nur mit Wasser und kann nicht den Himmel auf Erden ermöglichen.

## Hindernisfrei

Hindernisfrei bedeutet, dass Gegenstände, Medien, Einrichtungen und Bauten so gestaltet werden, dass sie von jedem Menschen unabhängig von einer eventuell vorhandenen Beeinträchtigung uneingeschränkt benutzt werden können. Dass wir aufgrund unserer Nutzung eine wesentlich höhere Messlatte als üblich ansetzen müssen, versteht sich von selbst. Auch sind die Bedürfnisse je nach Behinderung sehr unterschiedlich und widersprechen sich teilweise.

---

# H

Eine Zusammenfassung der speziellen Massnahmen:

- **Mindestbreite der Türen: 90 Zentimeter.**
- **Viele Türen öffnen sich automatisch (motorisiert).**
- **Im Bereich der Rollifahrer\*innen tiefer platzierte Bedienungsschalter (Licht, Lift usw.).**
- **Dusch-WC** → Dusch-WC, **Armaturen mit verlängertem Bedienhebel sind in allen Toiletten für die behinderten Bewohner\*innen vorhanden.**
- **Alle Bewohner\*innenzimmer sind für einen allfälligen Bedarf mit einer in der Decke integrierten Kranschiene ausgerüstet.**  
→ Deckenkran
- **Handläufe an den wichtigen Gehwegen.**
- **Wandverstärkungen auf der Höhe Fussbretter der Rollstühle.** → Rollstuhl **Verstärkte Tüorzargen, Schutzpfosten vor exponierten Bauteilen.**

---

# H

- **Induktionsschleife (Höranlage) für Hörgeräte-träger\*innen im Centro in der Ebene 0.**  
→ Induktionsschleife
- **Farbkonzept mit Kontrastunterschieden als Orientierungshilfe.** → Farbe

## Höhenverstellbar

Rollstühle haben in der Regel eine fixe Sitzhöhe (bei den neuesten Modellen von Elektrorollstühlen wurde jedoch dazugelernt). Daher ist es notwendig, die Nutzhöhen um den Rollstuhl herum in der Höhe möglichst veränderbar zu konstruieren. Doch nicht alles ist mach- und finanzierbar. Einige Einrichtungen konnten wir im Himmelrich jedoch höhenverstellbar realisieren:

- Die Tische in der Ebene 0 sind mit einer Kurbel höhenverstellbar. So kann die Nutzhöhe als Kompromiss aller Tischnachbar\*innen eingestellt werden. Bei den Treffpunktischen in den Clusterwohnungen ist dies gar elektrisch möglich.
- Die privaten Toiletten in den Zimmern sind über ein Schraubgewinde um acht Zentimeter verstellbar und so auf die Körpergrösse anpassbar. Ein allgemeines Rollstuhl-WC in der Ebene 0 ist elektrisch einstellbar.
- Bei der Küchenkombination in der Clusterwohnung «blu» → Namen und Adressen kann die Arbeitsfläche verändert werden.

## Hygiene

Wir unternehmen alles, um eine sterile Klinikatmosphäre zu vermeiden. Und trotzdem wollen wir professionelle Standards einhalten.

Zwei Beispiele:

- Die für die Pflege erforderlichen Hygienemassnahmen bedingen ein häufiges Desinfizieren der Hände. Die entsprechenden Spender sind diskret in Papier- und Seifenspender integriert.
- Wenn männliche Rollstuhlfahrer einmal müssen, ja dann ist ein Transfer vom Rollstuhl auf die Toilette und umgekehrt zu aufwändig. So bietet sich die Urinflasche als schnelle und praktikable Lösung an, die je nach Behinderung auch grösstmögliche Autonomie bietet. Die «Waschmaschine» (ein sogenannter Steckbeckenspüler) für die Desinfektion ist im Ausguss in der Profizone platziert, also ausserhalb der Wohnzone der Bewohner\*innen.





---

## Individualität und Gemeinschaft

Unsere Gesellschaft bewegt sich eindeutig in Richtung einer weiteren Individualisierung. Dies betrifft Menschen mit Beeinträchtigung genauso wie alle anderen Gesellschaftsgruppen. Da ist die Frage berechtigt, ob eine gemeinschaftliche Wohnform noch zeitgemäss ist. Dazu ist zu sagen, dass bei allen Individualisierungsbewegungen der Mensch in seiner Geschichte immer in Gruppen gelebt hat. Diese Geschichte steckt uns in den Knochen oder besser gesagt in der DNA. Deshalb benötigt der Mensch ein Gegenüber, ein soziales Gefüge, um sich wohlfühlen. Und es ist auch so, dass die sozialen Netze von Menschen mit einer Beeinträchtigung oftmals sehr schwach ausgebildet sind. So kann das Zusammenleben in einer Schicksalsgemeinschaft mehr Lebensqualität bieten als das isolierte Leben in der eigenen Wohnung. Das ist die eine Seite. Die andere ist: Auch im gemeinschaftlichen Wohnen ist Individualität möglich. So haben wir auf

---

# I

ansprechend grosse Zimmer (ca. 25 m<sup>2</sup>) geachtet und jede\*r Bewohner\*in hat seine, ihre eigene Nasszelle mit Dusche/WC. Genauso individuell wird das Unterstützungspaket geschnürt: so viel Hilfe wie nötig – so wenig wie möglich.

## Induktionsschleife

In der Contenti leben und arbeiten traditionell zum grossen Teil Menschen mit cerebralen Körperbehinderungen. Darüber hinaus bewegen sich auch Menschen mit Lernbehinderungen, Hirnverletzungen, psychischen Einschränkungen oder Seh- und Hörbehinderungen in unserem Haus. Die individuellen Bedürfnisse an die Architektur sind deshalb unterschiedlich und teilweise auch sich widersprechend. Für Hörgeräte-träger\*innen konnten wir im Centro → Namen und Adressen eine wesentliche Verbesserung umsetzen. Die installierte induktive Höranlage überträgt das Sprachsignal über ein Magnetfeld in Sprechfrequenz. Im Hörgerät ist eine Empfangsspule, eine sogenannte Telefonspule, eingebaut, die das gesendete Signal aufnimmt. Dieses System ist Ihnen vielleicht aus Kirchen oder anderen Gemeinschaftsräumen bekannt.

## Inklusion

Inklusion nennt sich die gesellschaftliche Utopie (also ein unerreichbares Ziel), die beispielsweise auch im Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen → UN-BRK beschrieben wird. Ganz selbstverständlich dazugehören (also gesellschaftliche und berufliche Teilhabe) oder Selbstbestimmung zu erfahren, sind wichtige Elemente dieser Vision. Wie und wie weit man sich diesem unerreichbaren Ziel annähern kann, wird unterschiedlich diskutiert. Für Contenti ist das Projekt Wohnen Himmelrich ein Schritt in Richtung inklusive Gesellschaft.

# K

---

## Kanton Luzern

2008 sind im Rahmen der Neugestaltung des Finanzausgleichs und der Aufgabenteilung (NFA) die Dienstleistungen für erwachsene Menschen mit einer Beeinträchtigung von der Verantwortung des Bundes an die der Kantone übergegangen. Seither organisiert, finanziert und kontrolliert der Kanton Luzern die Dienstleistungen der Stiftung Contenti. → **Contenti** Die gesetzlichen Grundlagen finden sich im Gesetz über soziale Einrichtungen (SEG) sowie in der dazugehörigen Verordnung zum Gesetz über soziale Einrichtungen (SEV).

Die Verwerfungen in der Luzerner Staatskasse erreichen so natürlich auch unseren Betrieb. Dies ist mit ein Grund, weshalb Contenti das Projekt Himmelrich nur dank Ihren Spenden realisieren kann. → **Spenden** Anders ausgedrückt: Man muss ja nicht unbedingt Freude am Steuern zahlen entwickeln, aber es ist sinnvoll, diese Bürgerpflicht angemessen und fair bemessen wahrzunehmen.



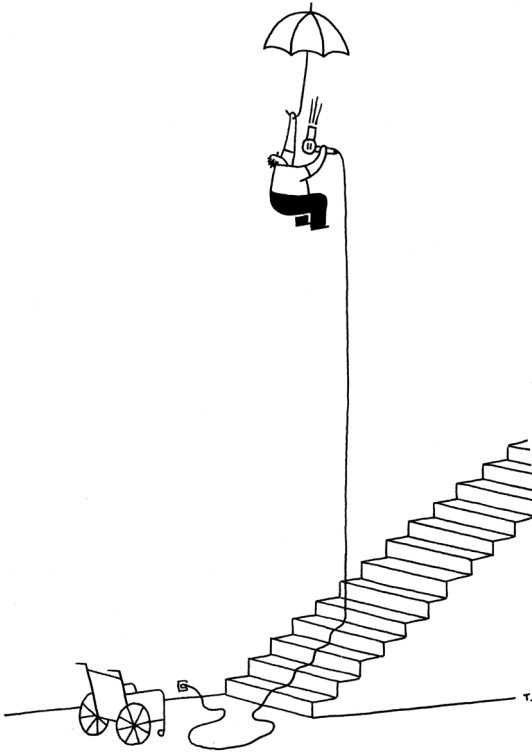


---

## Lift

Der Lift ist für Rollstuhlfahrer\*innen die einzige Möglichkeit, Stockwerkunterschiede zu überwinden (Fussgänger\*innen vergessen oft das Privileg der Alternative Treppensteigen). Neben diesem Mobilitätsnutzen hat der Lift jedoch noch einen weiteren, einen sozialen Nutzen: Er ist ein Ort der nachbarschaftlichen Begegnung und des Austauschs. Damit diese Zusatzfunktion auch für Rollstuhlnutzer\*innen gilt, muss der Lift genug Raum bieten. Deshalb haben wir über ein Crowdfunding vergrösserte Lifte finanziert. Mehr dazu erfährt man im Liftvideo zur Sammelkampagne:

[www.contenti.ch/contenti/film](http://www.contenti.ch/contenti/film)





# M

---

## Mief

Damit kein Mief aufkommt, sind die Räume mit einer Komfortlüftung ausgestattet. Das sorgt nicht nur für frische Luft, sondern ist auch energetisch vorteilhaft. Bei der Wärme- und Stromerzeugung setzt die abl → abl auf erneuerbare Energien. Die neu erstellte Energiezentrale heizt mit Grundwasser und versorgt alle drei Himmereich-Siedlungen – das sind rund 500 Wohnungen. Auf dem Dach erzeugen Solarpanels Strom, der direkt in die Siedlung eingespeist wird.



# N

---

## Nachbar\*innen

Nachbar\*innen sind Schicksal. Sie sind einfach da. In der fachlichen und politischen Auseinandersetzung ist die Nachbarschaft als Allheilmittel für alle möglichen sozialen Gebrechen zurzeit hoch im Kurs. → Vicino → Inklusion

→ Quartier Wie viel sich davon einlösen lässt, wird sich zeigen. Für Personen mit Beeinträchtigung ist es leider noch alles andere als selbstverständlich, überhaupt Nachbar\*innen zu haben. Traditionell liegen Dienstleister\*innen für Menschen mit Beeinträchtigungen oft abseits, in sicherem Abstand zur Gesellschaft, dafür mit wunderbarer Aussicht. Doch es reicht nicht, Angebote für Menschen mit einer Behinderung einfach an einem anderen Ort zu bauen. Es muss sich auch in unseren Köpfen und Herzen etwas bewegen. Das ist nicht immer einfach, wir überlegen vielleicht: Wie soll ich mit einer offensichtlich beeinträchtigten Person umgehen? (Diese Frage stellt sich umgekehrt natürlich ebenso.) Was mache ich mit meinen Gefühlen der Unsicherheit, vielleicht auch mit meiner

---

# N

**Betroffenheit? Diese Fragen zu beantworten, scheint einfach und schwierig zugleich: Wir müssen den gegenseitigen Umgang nach einer Phase der «Entwöhnung» wieder lernen. Dabei dürfen auch Fehler passieren. Aber wir müssen es wagen.**

## **Namen und Adressen**

**Damit wir uns in den weitläufigen Räumen der unterschiedlichen Nutzungen nicht ständig verlaufen und uns im Gespräch verorten können, brauchen die verschiedenen Nutzungseinheiten Namen.**

---

# N

Angelehnt an Contenti haben die Einheiten ebenfalls italienische Namen:

2. Stock

**cosmo**  
Wohneinheit

**due**  
Fachteam

**volo**  
Wohneinheit

---

1. Stock

**blu**  
Wohneinheit

**uno**  
Fachteam

**alba**  
Wohneinheit

---

Parterre

**Centro**

Gemeinschaftsräume, Küche, Wellnessbad

---

Adressen

Himmelrich-  
strasse 14

Himmelrich-  
strasse 16

Clariden-  
strasse 2

---



# 0

---

## Oberflächen

Wegen der starken Beanspruchung der Oberflächen → Bodenbelag durch die Rollstühle → Rollstuhl ist der robusten Ausgestaltung grosse Aufmerksamkeit geschenkt worden. Oftmals beisst sich Robustheit jedoch mit anderen erwünschten Eigenschaften wie Wohnlichkeit oder mit den Kosten. So sind die Türblätter aus strapazierfähigem Kunstharz (genauso wie alle Einbaumöbel), der Wandputz ist zementgebunden und das Schrammbord (Staubleiste auf der Höhe der Rollstuhl-Fussbretter) aus massiver Eiche. Expo-nierte Stellen werden zusätzlich mit einem Poller geschützt.





# P

---

## Partizipation

Menschen mit Behinderungen haben im Vergleich zu Menschen ohne Behinderungen weniger Möglichkeiten zur Partizipation am alltäglichen Leben. Contenti hat sich seit ihren Anfängen für Formen der Beteiligung engagiert. Im Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen UN-BRK → UN-BRK und beispielsweise im Behindertenleitbild des Kantons Luzern → Kanton Luzern nimmt die Erhöhung der und die Ermächtigung zur Partizipation grossen Raum ein. Je nach Fragestellung und Behinderung ist Partizipation jedoch leichter gesagt als getan. Ein Stufenmodell\* hilft, Struktur in diese Fragen zu bringen:

- Miterleben/Miterfahren/Mitdenken/Mitwissen  
Beispiel dazu aus dem Projekt Himmelrich: An Bewohner\*innensitzungen wurde über all die Jahre laufend über den Projektverlauf informiert. Zusätzlich wurden Bauplatz- bzw. Baustellenbesuche organisiert.

---

\*Partizipationshierarchie Roger Hart [1992] und Wolfgang Gernert [1993]

- **Mitwirken/Mittun**

Um den optimalen Grundriss der Nasszelle zu entwickeln, testete ein Rollstuhlfahrer verschiedene Optionen in einer Nasszelle aus, die aus beweglichen Wänden und einhängbarem WC sowie Waschbecken bestand (supponierte Nasszelle).

- **Mitsprache/Konsultation**

Bedürfnisse und Wünsche der Bewohner\*innen wurden abgefragt. So entstand ein ganzer Anforderungskatalog ans Projekt. Die Idee, die Temperaturregelung in jedem Zimmer individuell einstellen zu können, stammt beispielsweise aus einer solchen Konsultation. Wem wäre sonst eingefallen, dass die Bandbreite an Temperaturbedürfnissen je nach Beeinträchtigung derart unterschiedlich ist?

Auch die Zimmerverteilung wurde in einem Workshop diskutiert, die definitive Zimmerverteilung erwies sich jedoch als Knacknuss und hatte hohes Frustrationspotenzial.

- **Mitbestimmung/Mitentscheidung**  
Durch die selbstgewählte Zimmerfarbe konnten die Bewohner\*innen einen Akzent setzen. → Farbe
- **Selbstbestimmung**  
Die Frage, ob das Himmelrich der künftige Lebensort sein wird, ist eine höchstpersönliche: Ziehe ich ein oder nicht?

## Probleme? Weshalb dieses Projekt?

Contenti Wohnen bewährt sich seit 1997. Hier erhalten Menschen mit erheblichen Behinderungen persönliche Begleitung in überschaubarem Rahmen. Am alten Standort im Bruchquartier fühlten wir uns heimisch und wohl. Aber:

- Die alten Räumlichkeiten waren als normale Wohnungen geplant worden. Grundriss und Grösse der Zimmer (11 bis 12 m<sup>2</sup>) waren unpraktisch und zu klein (engste Platzverhältnisse und ungünstige Zirkulationsräume für Elektrorollstühle, Pflegebetten, übliches Zimmermobilier und Pflegefachpersonal).
- Die Zugänge waren nicht rollstuhlfreundlich (verwinkelt und schmal).
- Keines der Zimmer verfügte über ein/e eigene/s Dusche/WC.
- Fehlende Schallisolation belastete die Privatsphäre.

---

# P

- Den 17 Bewohner\*innen und dem Fachpersonal stand ein einziger Lift zur Verfügung.
- Es fehlten Nebenräume für das Pflegepersonal.
- Es gab auch keinen Gemeinschaftsraum für die Bewohner\*innen.

## Pro Contenti

Als vergleichsweise kleine Organisation ist Contenti auf Spendenunterstützung angewiesen. Es gibt viele notwendige Ausgaben, die durch die Maschen des Finanzierungsnetzes fallen. Daher gibt es die Stiftung Pro Contenti. Diese Stiftung ist das Sparschwein für künftige Projekte und der Notgroschen für schwierige Zeiten. Pro Contenti war überaus erfolgreich im Fundraising für das Projekt Himmelrich und konnte zahlreiche grosszügige Spender\*innen gewinnen. → Spenden

# Q

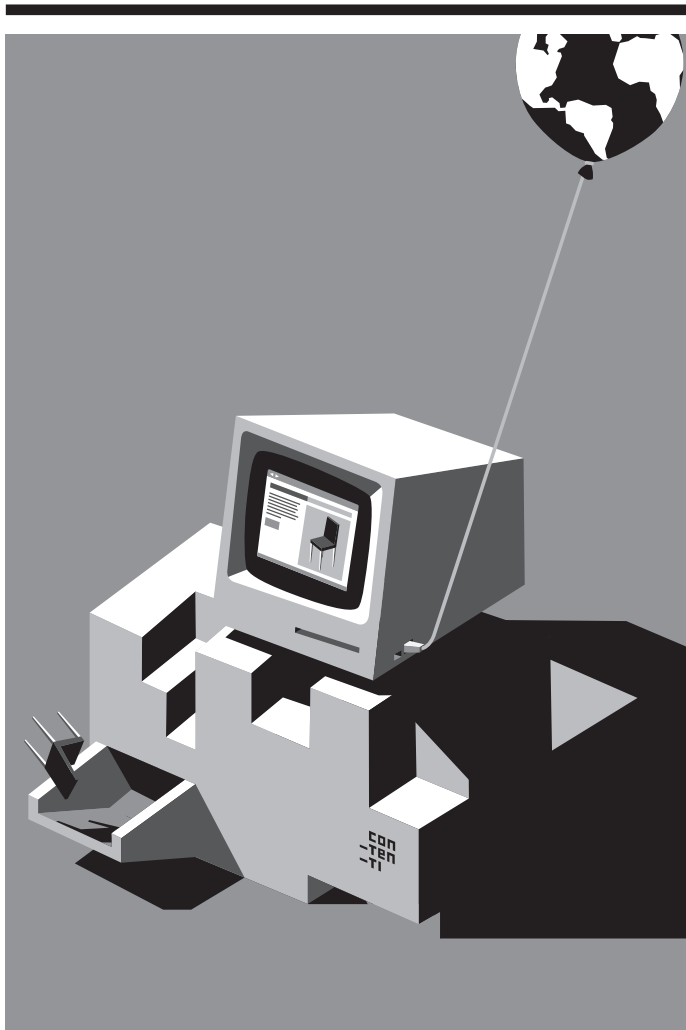
---

## Quartier

**Neben der unmittelbaren Nachbarschaft**

→ Nachbar\*innen **ist auch das Quartier ein Ort, der in der fachlichen Diskussion die Teilhabe von Menschen mit einer Behinderung** → UN-BRK

→ **Inklusion ermöglichen soll. Man spricht in diesem Zusammenhang von Sozialraumorientierung. Was könnte das für Contenti im Himmelreich bedeuten? Das Quartier als Lebensraum bietet Geschäfte und Dienstleistungen für alle Lebenslagen. In der Nähe finden sich Lebensmittelgeschäfte, Bäckereien, Coiffeursalons oder als direkte Nachbarn die Spitex und ein Augenoptiker. Das ermöglicht viele Begegnungs- und Berührungspunkte. Doch Leben bedeutet viel mehr als Konsumieren. Für die Vernetzung im Quartier ist Vicino → Vicino eine ideale Plattform. Menschen mit einer Behinderung sind übrigens nicht nur als Empfänger\*innen von nachbarschaftlicher Hilfe zu betrachten: Viele verfügen über rare Ressourcen wie Zeit oder Aufmerksamkeit und können z. B. mit dem Elektrorolli Botengänge übernehmen und anderes mehr.**





# R

---

## Rollstuhl

Der Rollstuhl ist ein vergleichsweise altes Hilfsmittel für behinderte Menschen, erinnern wir uns doch an den ungeliebten Rollstuhl von Heidis Freundin Klara. Was bei Heidi als Synonym von Verweichlichung herhalten musste, ist in der Lebensrealität das Hilfsmittel für Mobilität, Autonomie und Freiheit. Viele der Contenti-Bewohner\*innen benutzen einen Rollstuhl mit Elektroantrieb. Dieser wirkt wie eine Erweiterung des Körpers und ist deshalb in der persönlichen Wahrnehmung äusserst wichtig. Gespannt schauen wir auf die Entwicklung in der Elektromobilität: Was bedeutet die Verbesserung der Batterietechnologie oder der Steuerung (Stichwort: selbstfahrende Autos) für die Rollstuhlentwicklung?

Für die Bauteile einer Wohnung sind die vielen Rollstühle eine erhebliche mechanische Belastung. Fussbretter oder Steuergeräte hinterlassen oft massive Spuren und die Bauten müssen deshalb verstärkt und reparierbar konstruiert

---

# R

**werden. Die zahlreichen Elektrorollstühle benötigen ausserdem einen separaten Raum, wo die Akkus über Nacht aufgeladen werden können.**

→ Hindernisfrei → Höhenverstellbar

# S-SCH

---

## Spenden

Ohne die grossartige Unterstützung durch viele kleine und grosse Zuwendungen würde Contenti Wohnen nicht ins Himmelreich einziehen! Ein riesengrosses Dankeschön an alle, die für uns in den Geldbeutel gegriffen haben und uns finanziell unterstützen.  
Spendenstand bei Redaktionsschluss am 31. Juli 2019: CHF 3'247'051.92

## Liste der Donator\*innen ab 5000 Franken:

4B AG

Albert Koechlin Stiftung

Alice Bucher-Stiftung Luzern

Anliker AG Bauunternehmung

Anliker Holding AG

Arthur Waser Stiftung

Benecare Foundation

Cofra Holding AG

Franz Murer AG

Freundeskreis Contenti

---

# S

G. und L. Powalla Bunny's Stiftung

Geberit AG

Gemeinnützige Gesellschaft der  
Stadt Luzern

Happel Foundation

I&R Treuhandgesellschaft AG

Josef Müller Stiftung Muri

Josi J. Meier Stiftung

Jürg Walter-Meier-Stiftung

Lichtteam Rothenburg

Lötscher Tiefbau AG

Lozärner Fasnachtskomitee

Mary's Mercy Foundation

MBF Foundation

Mitarbeiter Glencore International AG

Rosmarie Aebi Stiftung

Solanum-Stiftung

St. Anna Stiftung Luzern

Stadt Luzern

Stiftung Cerebral

Stiftung Denk an mich

Stiftung Domarena

Stiftung Ernst Göhner

---

# S

Stiftung Herbert und Helene  
von Moos-Neumann  
Stiftung J. Willmann-Haus  
Stiftung Luzerner helfen Luzernern  
Stiftung Monika Widmer  
Stiftung NAK-Humanitas  
Stiftung Solidaritätsfonds  
Wohnbaugenossenschaften  
Teamco Foundation  
UBS Stiftung für Soziales und Ausbildung  
Verein Lichterball  
Vereinigung Cerebral Zentralschweiz

Und einige nicht genannt sein wollende  
Unterstützer\*innen sowie solche, die noch  
hinzukommen werden.

Alle, die uns weiterhin helfen wollen, finden hier  
unsere Kontoangaben: PC-Konto 60-790027-5  
oder IBAN CH 72 0900 0000 6079 0027 5,  
lautend auf Stiftung Pro Contenti, Luzern.

## Schiebetüren

Schiebetüren sind erste Wahl, wenn es um rollstuhltaugliche Nutzung geht. Sie haben leider zwei grosse Nachteile: Zum einen bereitet die schlechte Schallisolation Sorge, zum anderen wirken sie nicht sehr wohnlich und schaffen eher eine gewerbliche oder industrielle Atmosphäre. Daher sind wir einen Kompromiss eingegangen: In den Erdgeschossnutzungen, den Gemeinschaftsräumen, sind Schiebetüren verbaut, ebenso zu den Nasszellen im Wohnbereich. In den Wohnungen jedoch sind zugunsten einer behaglichen Atmosphäre konventionelle Schwenktüren (oft mit Motorisierung) montiert worden.



---

## Tagesstruktur

Wir haben zunehmend Bewohner\*innen, die aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr (voll) am Arbeitsleben teilhaben können oder wollen. Für sie können wir in der Contenti nun eine Tagesstruktur anbieten, die auch tagsüber durch Assistenz und Aktivitäten die Alltagsgestaltung unterstützt. Vom Kanton sind maximal fünf Tagesstrukturplätze bewilligt.

## Timing

Es ist jeweils schwierig, einen exakten Anfangspunkt eines Projekts zu eruieren. Beim Projekt Himmelrich ist es wahrscheinlich die Stiftungsratsklausur im Frühling 2011. Der Stiftungsrat hat damals festgehalten, dass erstens die jetzige Infrastruktur nicht zukunftsfähig ist und zweitens eine Fortführung bzw. Weiterentwicklung des Bereichs Wohnen umgesetzt werden soll.

Weitere Meilensteine:

- **Mai 2012: Unterzeichnung Absichtserklärung zwischen abl und Contenti**
- **Mai 2012: Projektwettbewerb**
- **Frühling 2013: Planung Räumlichkeiten**
- **Herbst 2015: Abbruch alte Himmelrich-Siedlung**
- **Frühling 2016: Start Hochbau**
- **Winter 2017/2018: Start Innenausbau**
- **23. Oktober 2019: Contenti-Züglete!**



## UN-BRK

Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen

Dieses Übereinkommen stellt eine Konkretisierung der allgemeinen Menschenrechte für Menschen mit Behinderungen dar. Sie trat im Jahr 2008 in Kraft, die Schweiz ratifizierte das Übereinkommen 2014. Es stellt kein einklagbares Recht dar, dennoch verpflichtet sich die Schweiz, die Ziele zu verfolgen, und wird auch bei der Zielumsetzung überprüft. Folgende wichtige Stichworte zeigen die Stossrichtung der (hohen) Ziele der Konvention:

- **Autonomie und Selbstbestimmung** sowie deren Entwicklung und Stärkung durch Ermächtigung (Empowerment)
- **Chancengleichheit**
- **Inklusion** → Inklusion
- **Partizipation** → Partizipation
- **Sozialraumorientierung** → Quartier  
→ Nachbar\*innen → Vicino
- **Vielfaltskultur (Diversity)** → Vielfalt

---

# U

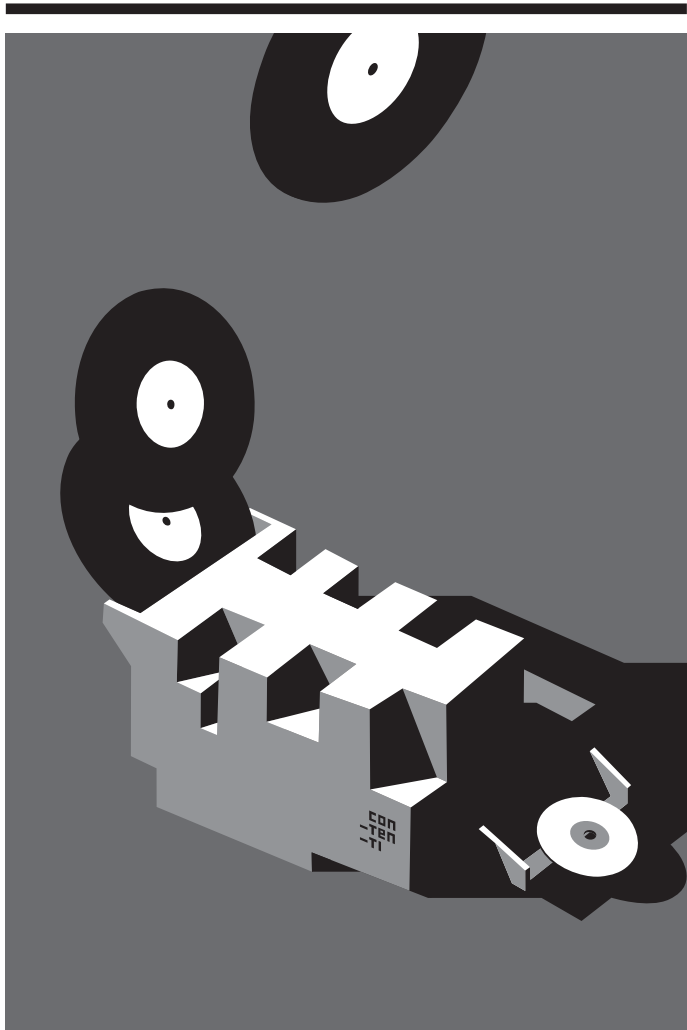
## Ungültig

Wussten Sie, dass das lateinische Wort «invalid» übersetzt «ungültig, wertlos» bedeutet? Man sollte ein hindernisfreies WC also besser nicht «IV-WC» nennen (ganz zu schweigen von der gleichnamigen Versicherung). Nicht viel besser wird es, wenn man als Alternative den englischen Ausdruck «Handicap» benutzt: Handicap beschreibt nämlich «die Mütze in der Hand», also den mit der Mütze bettelnden Behinderten. Viele Organisationen sind durch diese Misere dazu übergegangen, die Nutzer\*innen ihrer Dienstleistungen Klient\*innen zu nennen. Nur, Klient\*innen waren im alten Rom die von reichen Herren abhängigen Claqueure (Pflichtklatzschende). Auch dies ist also keine wirklich erbauliche Bedeutungsherkunft. Die politische Korrektheit ist ein Minenfeld und am besten spricht man gar nicht mehr darüber, denn man kann ja nur scheitern. Allerdings wäre Letztgenanntes die schlimmste Version, denn nicht zu reden, ist um einiges diskriminierender als eine «unkorrekte» Bezeichnung zu benutzen.

---

# U

Wer sich bereits etwas länger im Feld bewegt, konnte beobachten, dass in regelmässigen Abständen neue Begriffe kreiert werden, weil die alten durch Missbrauch oder wegen fehlender Umsetzung/Haltung kontaminiert wurden. Ändern sich jedoch nur die Begriffe, nicht aber die Haltungen, braucht es immer wieder neue Bezeichnungen. Doch, wie sag ich's nun korrekt? Heute spricht man oft von «Menschen mit einer Behinderung». Dieser Begriff wird zunehmend von «Menschen mit einer Beeinträchtigung» abgelöst. Doch fühlen Sie sich nicht gestresst und wagen Sie die vermeintlich «unkorrekte» Benennung: Fassen Sie sich ein Herz und sprechen Sie einfach mit Menschen mit Beeinträchtigung.



# V

---

## Vicino

«Vicino Luzern. In unserem Quartier alt werden» – unter diesem Leitspruch entstand im Himmelfrich-Quartier ein soziokulturelles Projekt, das erfolgreich Menschen im Quartier miteinander vernetzt und sie unterstützt, damit sie möglichst lange im eigenen Quartier leben können. Für Contenti ist Vicino eine geeignete Partnerin darin, unser Ziel, die gesellschaftliche Teilhabe → Partizipation → UN-BRK und Vernetzung von Menschen mit Beeinträchtigung zu verfolgen. Vicino expandiert mittlerweile auch in andere Quartiere der Stadt Luzern.

## Vielfalt

Die Welt ist bunt und Contenti ist es genauso. Seit jeher legt Contenti einen Schwerpunkt bei Personen mit einer Cerebral-Parese (cerebrale, vor allem motorische Beeinträchtigung). Sie repräsentieren die grösste Bewohner\*innen-gruppe. Viele von ihnen bewegen sich im Elektrorollstuhl. → Rollstuhl Ausserdem leben

Personen mit einer kognitiven Beeinträchtigung (Lernbehinderung), mit Sprachbehinderungen, Hirnverletzungen, Sinnesbehinderungen oder einer psychischen Beeinträchtigung im Contenti Wohnen. Einige von ihnen leben mit Mehrfachdiagnosen. Es sind Frauen und Männer, Junge und Alte (zwischen Mitte 20 bis 70-jährig), die hier zusammenleben. Ihre Herkunftsorte verteilen sich auf die verschiedensten Ecken unserer Erde.

Genauso bunt gemischt wie die Bewohner\*innen sind die Teams der Fachpersonen. Diese Menschen weisen unterschiedliche Berufsabschlüsse aus im sozialen oder im pflegerischen Bereich.

In der Zusammensetzung bezüglich des Geschlechts spiegeln sich jedoch die gesellschaftlichen Verhältnisse wider: Ist das weibliche Geschlecht in den Fachteams stärker vertreten, ist es im Leitungsteam genau umgekehrt.

# W

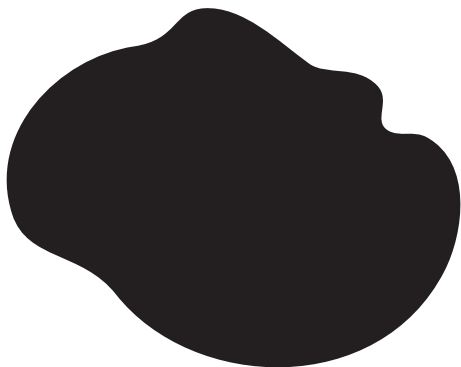
---

## Wellnessbad

Jedes Bewohner\*innenzimmer hat eine eigene Dusche für die täglichen Hygienebedürfnisse. Im Erdgeschoss befindet sich eine Pflegebade-  
wanne mit Sprudel- und Farblichtfunktionen, die nicht der Hygiene, sondern der Entspannung und dem Wohlbefinden dient. Die Gestaltung mit den marokkanischen Kacheln und der einladenden Beleuchtung soll einen Akzent setzen. Der Standort im Erdgeschoss wurde bewusst gewählt: So können auch externe Personen, die vielleicht zu Hause nicht mehr baden können, das Wellnessbad «buchen».

---

W





# XY Z

---

## Zivilgesellschaft

**Wie bereits festgehalten** → Kanton Luzern **ist die Unterstützung von erwachsenen Personen mit einer Behinderung eine Staatsaufgabe.**

**Doch das ist nur die halbe Wahrheit, denn meist werden diese Tätigkeiten an Organisationen aus der Zivilgesellschaft delegiert.**

**So ist Contenti eine private Stiftung** → Contenti **und ihr Freundeskreis ein Verein.** → Freundes-

**kreis Und wie bereits beschrieben** → Spenden, **wäre das Wohnen im Himmelrich ohne die unzähligen freiwilligen Zuwendungen aus der Zivilgesellschaft und aus der Wirtschaft unmöglich gewesen.**

## Zusammenfassung

- **Nutzungsmodell: Rohbaumiete mit Mieterausbau**
- **Architektur: Enzmann Fischer Partner AG, Zürich**
- **Vermieterin/Bauherrin: abl**
- **Mieter/Betreiber: Stiftung Contenti**
- **Mietfläche: 1336 Quadratmeter**
- **Anzahl Bewohner\*innen: 20**
- **davon mit Tagesstruktur: 5**
- **Bezug: Oktober 2019**
- **Kosten Mieterausbau: ca. 4 Mio. Franken (inkl. Möblierung)**



# con -ten -ti

Impressum

Redaktion: contenti, Bruno Ruedge

Lektorat: punkto, Nicole Habermacher

Grafik: meierkolb

Illustrationen: Aurel Märki,

Tizian Merletti

Druck: Engelberger Druck

[www.contenti.ch](http://www.contenti.ch)

Arbeiten und Wohnen für Menschen  
mit einer Behinderung

Gibraltarstrasse 14  
CH-6003 Luzern