Contenti
Arbeiten und Wohnen für Menschen
mit einer Behinderung

b-post

Nummer 2/22

Raum geben – 25 Jahre Contenti Wohnen

Vor 25 Jahren eröffnete Contenti – nebst dem seit neun Jahren bestehenden Bürozentrum – den Wohnbereich an der Schützenstrasse in Luzern. 17 Menschen mit Beeinträchtigungen fanden im Bruchquartier ein neues Zuhause. Die für Rollstuhlfahrende beengenden Platzverhältnisse in Zimmern und Korridor und das gemeinsame Bad konnten nach gut zwei Jahrzehnten gegen ein zeitgemässes, grosszügigeres Zuhause im Himmelrichquartier getauscht werden. Hier stehen den Bewohner*innen nun individuelle Nasszellen zur Verfügung. Der moderne Neubau entspricht den (räumlichen) Bedürfnissen unserer Bewohnenden; der Privatsphäre wird vermehrt Rechnung getragen. Inzwischen leben im Contenti Wohnen 20 Bewohner*innen; sie erhalten auch am neuen Standort die benötigte Begleitung und Assistenz.

Im August feierten wir das 25-jährige Bestehen des Bereichs Wohnen mit einem Jubiläumfest im Innenhof des Himmelrichs 3. Bewohner*innen, Ehemalige und deren Gäste sowie die Nachbarn der abl-Überbauung waren eingeladen. Ziel des Festes war es unter anderem, Begegnungen zu ermöglichen und das vielfältige Zusammenleben sichtbar zu machen. Bei schönstem Sommerwetter versammelte sich Gross und Klein zum gemeinsamen Feiern. Berührungsängste gab es keine und man darf getrost behaupten: Wir sind angekommen im neuen Zuhause.

Das Fest hat eindrücklich gezeigt, dass nicht nur der nun verfügbare Wohnraum, sondern auch der neue Sozialraum im Himmelrich-Quartier durch die Contenti-Bewohnenden eingenommen wird. Der Standort Himmelrich hat diesbezüglich ein unglaubliches Potenzial für unsere Bewohnenden, mitten unter den Menschen und damit vermehrt sicht- und wahrnehmbar zu sein. Er bietet Raum für Individualität und persönliche Weiterentwicklung. Die Begegnungsmöglichkeiten helfen dabei, beiderseits Vorurteile und Berührungsängste abzubauen und sind ein Mehrwert für die ganze Gesellschaft.

Die Haltung in der Begleitung und Betreuung von Menschen mit einer Behinderung hat sich in den letzten 25 Jahren stark verändert. Die Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention durch die Schweiz 2014 gibt dieser Veränderung in Richtung Teilhabe, Selbstbestimmung, Wahlfreiheit und Normalisierung* zusätzlichen Schub. In dieser **b-post** geben wir einer erfahrenen Betreuungsfachperson und zwei langjährigen Bewohnern Raum, um über diese Veränderungen im Wohnen zu berichten.

Gespannt schauen wir auf die Entwicklungen in den nächsten 25 Jahren Contenti Wohnen. Welchen Raum und Platz werden Menschen mit Behinderungen künftig in der Gesellschaft einnehmen? Wir werden es sehen und wünschen Ihnen vorab Zeit und Raum für die Lektüre unserer **b-post**.

Mit spätherbstlichen Grüssen

Monika Elmiger
Geschäftsleiterin Contenti

* Unter Normalisierung wird Folgendes verstanden: Das Leben von Menschen mit Beeinträchtigung ist in allen Lebensbereichen so normal wie möglich zu gestalten.

«Teil dieser Entwicklung zu sein, ist sehr bereichernd»

Esther Neuenschwander arbeitet seit 2001 im Bereich Wohnen als Betreuungsperson. In ihrem Erfahrungsbericht erzählt sie von Veränderungen, Umstellungen und Entwicklungen, die sie im Contenti hautnah erlebt.

«Ich erinnere mich an meine Einarbeitungszeit im Wohnbereich des damaligen Bürozentrums. Das Team bestand grösstenteils aus Quereinsteiger*innen.

Der Bereich war auf Assistenzleistungen ausgerichtet. Angebote wie Arzt- oder agogisch geplante Begleitungen bestanden nicht. Freizeitangebote oder Unterstützung in anderen Lebensbereichen fanden spontan oder nach Bedarf statt. Man ging davon aus, dass die Bewohner*innen, ausser in der Körperpflege, selbstständig sind.

Gesellschaftspolitisch hat sich für Menschen mit einer Beeinträchtigung in den letzten 20 Jahren viel verändert. Begriffe wie Normalisierungsprinzip, Partizipation, Teilhabe und Inklusion wurden immer wichtiger, insbesondere im Contenti.

Im Sinne des Normalisierungsprinzips hat man die Bewohnenden in die Alltagsaufgaben einbezogen, weg vom ‹Hotel Mama›. Heute sind viele Bewohner*innen stolz auf ihre Aufgaben und erledigen diese eigenverantwortlich.

Um die Klient*innen in der eigenständigen Gestaltung ihres Lebens zu unterstützen, werden sie heute agogisch begleitet. Jedem Bewohnenden ist eine Bezugsperson zugeteilt.

Im Himmelrich haben die Bewohner*innen eigene Hauseingänge und viel grössere Zimmer mit eigenem Badezimmer, im Gegensatz zum alten Standort Schützenstrasse. Die so geschaffene grössere Privatsphäre ist ein wichtiger Faktor für eine eigenständige Lebensgestaltung.

Die neuen Wohnräume sind mitten in einer Wohnsiedlung, dies vereinfacht das Kennenlernen anderer Stadtbewohner*innen erheblich.

Die Einführung und Begleitung all dieser positiven Entwicklungen erfordert neben Fachwissen auch besonders viel Unterstützung. Im Alltag fehlen oft die Personalressourcen zum Beispiel für Begleitungen zu Aktivitäten in der Siedlung oder für das Vorantreiben von Projekten zur Förderung von Teilhabe und Inklusion.

Als ich bei Contenti startete, hatten wir wenig administrative Aufgaben. Dokumentationen, medizinische Begleitungen und viel Administratives mehr bindet heute massiv zeitliche Ressourcen. Obwohl die Teams vergrössert und geteilt wurden, bleibt immer weniger Zeit für unsere Kernaufgabe: die direkte Begleitung der Bewohner*innen.

Contenti hat in den letzten 20 Jahren eine enorm umfassende Entwicklung gemacht. Teil dieser Entwicklung zu sein, fand ich immer sehr bereichernd. Zusätzlich kann ich täglich miterleben, wie einige unserer langjährigen Bewohner*innen ihr Leben mit ihren Möglichkeiten positiv gestalten. Dies sind nur ein paar der Gründe, weshalb ich trotz Ressourcen- und Personalmangel auch heute noch gerne im Contenti arbeite.»

Von Wohnqualität, Komfort und Selbstständigkeit

Toni, beschreib uns doch das Zusammenleben im Contenti, wohnst du gerne hier?

Toni: Ja, ich wohne sehr gerne hier. Bei uns verbringen alle gerne Zeit für sich, aber wir geniessen es auch, miteinander zu reden und uns auszutauschen. Wir können voneinander lernen und uns gegenseitig unterstützen. Ich frage Peter, wenn ich etwas nicht weiss. Er ist sehr hilfsbereit.

Peter, gefällts dir und wie lange lebst du schon im Contenti Wohnen?

Peter: Klar gefällts mir, bin ja auch schon seit 23 Jahren hier und Toni seit 22 Jahren.

Hat sich das Miteinander verändert seit dem Umzug ins Himmelrich?

Peter: Nicht wirklich. Toni und ich haben auch vorher sehr viel Kontakt gehabt. Toni wohnte zwar nicht in der gleichen WG, sondern im vierten und ich im ersten Stock.

Was ist anders an eurer Wohnsituation, seit ihr ins Himmelrich gezogen seid?

Peter: Früher hatten wir nur Schiebetüren zu unseren Zimmern, dadurch war es sehr ringhörig und die Privatsphäre war eingeschränkt. Zudem hatten wir keine eigenen Badezimmer.

Toni: Wir hatten auch nur zwei statt vier Herdplatten in der Küche, mühsam! Was sich auch verändert hat: Die Betreuungspersonen müssen nach dem Kochen nicht mehr so weite Wege zurücklegen. Vorher mussten sie das Essen zu Fuss auf die anderen Etagen bringen.

Peter: Hier gibt es einen Essenslift. Das Essen kommt zwar manchmal immer noch kalt an, aber das ist kein Vergleich zu früher.

Vermisst ihr etwas vom alten Standort?

Toni: Am Anfang war der längere Arbeitsweg eine Umstellung. Es war auch neu für mich, mit dem Bus zu fahren. Jetzt habe ich mich daran gewöhnt und schätze es. Manchmal wäre ich gerne mit dem Velo unterwegs, das konnte ich früher machen. Leider lässt es meine Gesundheit nicht mehr zu.

Peter: Mit dem neuen Arbeitsweg habe ich keine Mühe. Ich fahre sowieso immer und sehr gerne mit dem Rollstuhl.

Gibt es für euch ein Wochenhighlight im Himmelrich, etwas, was ihr besonders gerne macht?

Peter: Der Fyrabigtreff gefällt mir sehr gut. Das war ursprünglich als Projekt-Testphase gedacht und wird nun ausgewertet. Wir trafen uns von Montag bis Freitag zwischen 17 und 18 Uhr im Centro, wo wir Kaffee tranken, Spiele spielten und plauderten.

Toni: Es waren jeweils fünf bis sechs Personen dort, nicht alle Bewohnenden hatten Lust teilzunehmen. Zusätzlich war eine Betreuungsperson dabei. Sie wollten uns nicht alleine machen lassen – aber das ist auch völlig richtig so.

Peter: Es war optimal zum «Abefahre» vom Tag. Ich hoffe, dass der Treff wieder angeboten wird, wenn die Auswertung vorüber ist.

Contenti Wohnen

Himmelrich 3

Was gefällt euch an den Zimmern am besten?

Toni: Mein TV und meine Playstation. Ich game sehr gerne. Aber auch der Gemeinschaftsbalkon zum Innenhof gefällt mir sehr gut. Zudem schätze ich meine eigene Nasszelle und bestaune die schönen Bilder an der Wand.

Peter: Im Gegensatz zu Toni habe ich einen eigenen Balkon, der mir sehr gefällt. Mein Zimmer ist zur anderen Seite ausgerichtet, ins Bleichergärtli.

Und was haltet ihr generell von den Räumlichkeiten und der Infrastruktur im Himmelrich?

Peter: Die Raumgrössen sind super – von meinem Zimmer, aber auch von den Aufenthaltsräumen. Ich komme überall besser mit dem Rollstuhl durch. Das ist gut gelöst und ganz anders als vorher. Früher konnten sich zwei Rollstuhlfahrer nicht problemlos kreuzen. Für Fussgänger ging es gerade knapp. Im Erdgeschoss haben wir ein Wellnessbad. Das habe ich nur einmal getestet. Besser fände ich, wenn es auf unserer Etage wäre. Früher an der Schützenstrasse habe ich oft gebadet, da hatten wir eine Badewanne, die höhenverstellbar war.

Toni: Ich finde es angenehm, dass wir unsere Rollladen im neuen Zuhause nicht mehr selber kurbeln müssen.

Seid ihr selbstständiger als früher?

Peter: Das kann ich so nicht wirklich beantworten, da ich beispielsweise am Abend selten Hilfe oder Assistenz benötige und auch sonst relativ selbstständig unterwegs bin.

Toni: Bei mir ist das auch so.

Peter: Aber klar, nur schon mit dem Badge ist es viel einfacher und das hat somit unsere Selbstständigkeit erhöht – es ist ein Kommen und Gehen. Früher mussten wir den Schlüssel ins Schlüsselloch stecken und drehen. Das ist für manche sehr schwierig.

Wie nutzt ihr den Sozialraum rund ums Himmelrich und gibt es Kontakte, Begegnungen, die ihr schätzt?

Peter: Einige Nachbarn sehe ich regelmässig im Lift und komme manchmal mit ihnen ins Gespräch. Im «Petrus» oder im «Kaffeekranz» treffe ich ebenfalls Menschen.

Toni: Leider gibt es aber auch Personen, die einen links liegen lassen oder ignorieren, weil sie nicht wissen, wie sie mit uns umgehen sollen. Das ist schade und hindert uns manchmal, Kontakte zu knüpfen. Aber mit einigen kann man wunderbar plaudern. Ich bin am liebsten im «Petrus».

Was unternehmt ihr in eurer Freizeit?

Toni: Im Sommer bin ich oft draussen. Ich spaziere gerne und höre Musik mit Spotify oder rede mit Leuten draussen im Innenhof. Mir wird es nie langweilig.

Peter: Ich mache zwei Sportarten sehr gerne: Karate seit 2016 und Bogenschiessen seit 2013. Ins Paraplegiker-Zentrum kann ich zum Bogenschiessen und Karate mache ich in der Dula-Turnhalle in Luzern. Zum Karate kam ich durch einen Schnupperevent und zum Bogenschiessen, weil ich 2013 im Paraplegiker-Zentrum in der Reha war.

Hat sich im Freizeitverhalten verglichen mit früher etwas verändert?

Toni: Ja, alleine schon das Laufen, weil ich den ganzen Arbeitsweg spaziere. Das tut mir sehr gut. Ich kann abschalten und sehe andere Leute. Es ist sehr interessant, abwechslungsreich. In Kontakt zu anderen treten kann ich im Himmelrich-Quartier schon viel besser, aber ich könnte noch offener werden. Mit meiner Bezugsperson übe ich das.

Und die Betreuung, hat sie sich verändert im Lauf der Jahre?

Toni: Ja, man merkt schon, dass die Betreuer*innen weniger Zeit für uns haben, alles ist grösser geworden. Aber sie sind uns gegenüber immer sehr ruhig und weniger streng als früher.

Peter: Mir fällt auf, dass sie offener sind für unsere Vorschläge.

Wovon würdet ihr euch mehr wünschen, woran mangelt es manchmal?

Peter: Schön wäre, wenn die Betreuungspersonen etwas mehr Zeit hätten. Aber es ist nie so, dass wir aufgrund fehlender Zeit zum Beispiel auf eine Freizeitaktivität verzichten müssten.

Toni: Da wir beide auch recht selbstständig unterwegs sind, können wir unsere Freizeitaktivitäten grösstenteils alleine antreten.

Vielen Dank an Toni Emmenegger und Peter Buchmann für das Gespräch.

Interview: Selina Scheiwiller

Toni Emmenegger und Peter Buchmann wohnen beide gemeinsam mit drei weiteren Personen in der Wohngruppe Volo. In drei weiteren Wohngruppen (Alba, Blu und Cosmo) wohnen 15 weitere Bewohnende. Am vorherigen Standort Schützenstrasse gab es ebenfalls vier Wohngruppen, aber auf vier Etagen verteilt.

Quiz – Fünf Fragen zu Contenti Wohnen

Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Klammern.
Wir verlosen unter den Einsendungen mit den richtigen Lösungen zwei Contenti-Badetücher.

1. **Wie viele Jahre lebt der Bewohner mit der längsten Contenti-Wohnen-Erfahrung bei uns?**
   ☐ 23 Jahre (S)
   ☐ 15 Jahre (T)
   ☐ 25 Jahre (B)

2. **Wie viele Bewohner*innen wohnen aktuell im Contenti?**
   ☐ 20 (R)
   ☐ 19 (U)
   ☐ 17 (O)

3. **Wie viele Betreuungspersonen arbeiten im Bereich Wohnen? (inkl. Nachtwache und Praktikant*innen)**
   ☐ 22 (P)
   ☐ 27 (A)
   ☐ 33 (L)

4. **So heisst KEINE Wohngruppe im Himmelrich:**
   ☐ Blu (L)
   ☐ Cosmo (E)
   ☐ Luna (V)

5. **Welches Haustier wohnt ebenfalls im Contenti?**
   ☐ ein Hase (R)
   ☐ ein Hund (T)
   ☐ eine Katze (O)

Lösungswort:

____ ____ ____ ____ ____

Lösung einsenden an info@contenti.ch

Bitte Adressangabe fürs Zustellen des Preises an den Gewinner, die Gewinnerin nicht vergessen.
Teilnahmeschluss ist der 23. Dezember 2022.

Spenden(den) sei Dank!

Während der vergangenen Monate wurden uns zahlreiche CDs gespendet. Wir schätzen das sehr und konnten unseren Mitarbeitenden sinnstiftende Arbeit bieten: Es wird alles für den Verkauf der CDs auf Ricardo vorbereitet. Gerne nehmen wir auch weiterhin solche Naturalspenden entgegen!

IMPRESSUM

Herausgeberin: Contenti, Luzern; www.contenti.ch
Redaktion: b-post@contenti.ch
Auflage: 4800 Ex., erscheint 2-mal jährlich
Abonnement: Für Gönner*innen im Spendenbetrag ab CHF 5.– enthalten
Lektorat/Korrektorat: Textbüro Punkto, Luzern
Fotos: Stefano Schröter (Fest) und Susanne Stauss
Grafik: meierkolb, Luzern
Druck: Gamma Print, Luzern