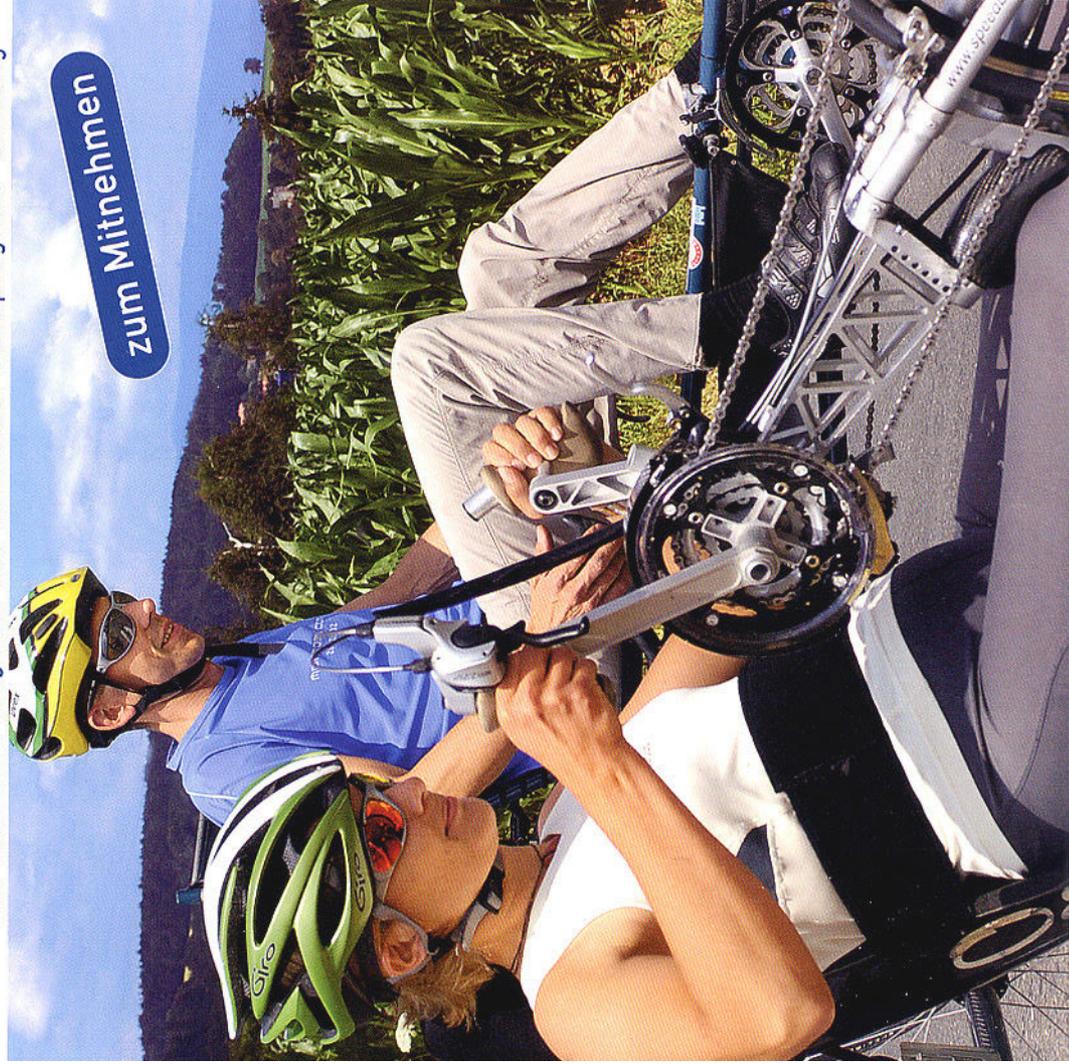


Paraplegie

Das offizielle Magazin der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Zum Mitnehmen



Ursula Schwaller und Marcel Kaderli

Gemeinsam das Schicksal meistern

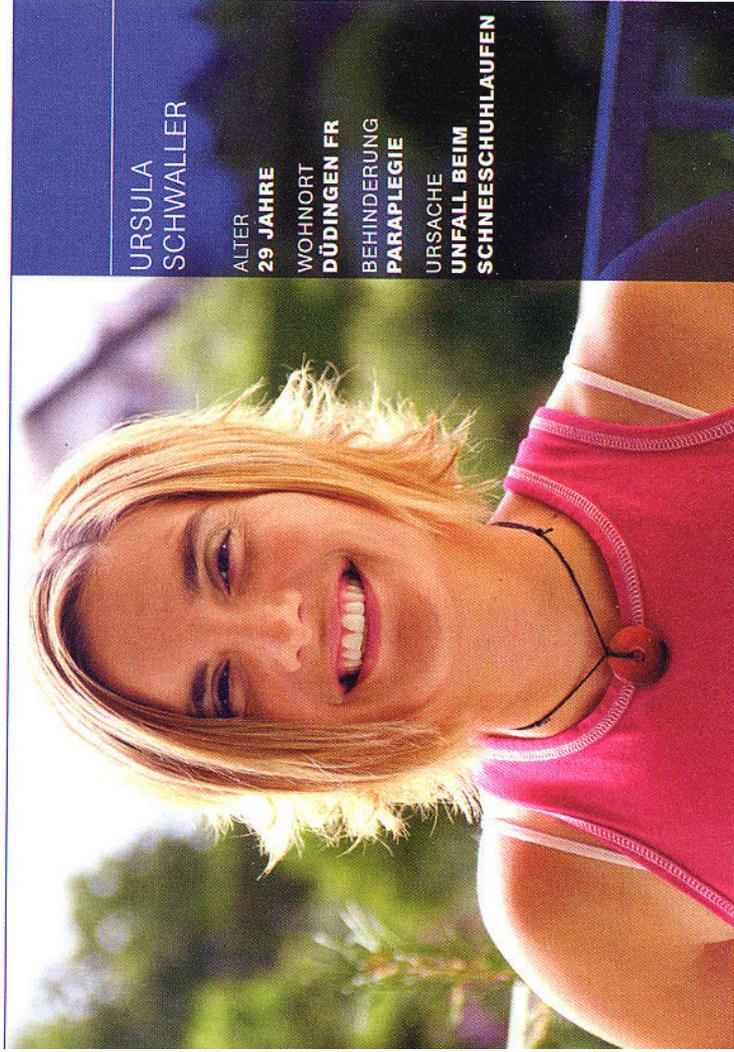
Behindert – und doch grenzenlos

Ursula Schwaller und ihr Freund Marcel Kaderli stiegen auf Berge, erforschten Länder und fuhren Bike, Ski und Snowboard. «Uns geht es fast zu gut», sagte sich das Paar immer wieder. «Schon fast unheimlich. So perfekt kann das doch nicht ewig weitergehen ...» Am 8. Dezember 2002 fand die Idylle ein jähes Ende. Auf einer Schneeschuh-Tour verunglückte Ursula Schwaller. Querschnittgelähmt! Doch Ursula und Marcel haben nie aufgegeben, unternehmen heute mehr denn je. Und bereiten sich jetzt gar auf die Paralympics 2008 in Peking vor.

MARCEL HUWYLER

Als sie die junge Frau im Rollstuhl zum ersten Mal sah, war Ursula Schwaller ganz sicher: «So zu leben – das wäre nichts für mich!» Beim Einkaufen in ihrer Wohngemeinde Düringen FR hatte Ursula Schwaller zufällig eine querschnittgelähmte Frau gesehen und diese genauer beobachtet. Und sich vorzustellen versucht, wie das wohl wäre, wenn sie selber ... Unvorstellbar, dachte Ursula Schwaller damals, wenn man immer im Rollstuhl sitzt und überall an Grenzen stösst. Sie selber würde so ein Leben nicht meistern können, war Ursula zu jener Zeit überzeugt. «Ich im Rollstuhl – das ginge nicht!»

Zwei Jahre später wusste sie, dass es doch möglich ist. Dass man trotz Querschnittslähmung leben kann. Ja gar wieder der Spass haben und gemessen darf. Seit dem 8. Dezember 2002 sitzt Ursula Schwaller selber im Rollstuhl. «Klar ist mein Leben seit diesem Unfall komplizierter geworden», sagt die 29-jährige heute, «aber man lernt zu kämpfen. Man muss ...», sie stemmt sich aus ihrem Rollstuhl hoch, als wolle sie noch präsenter wirken und ihren Worten dadurch mehr Gewicht verleihen, «... muss kämpfen. Jeden Tag!» Oder wie ihr Freund, Marcel Kaderli, es gleichsam charmant und treffend formuliert: «Der Name Ursula bedeutet die Bärin, und genauso zäh, kämpferisch und stark ist meine Ursula geworden.»



**URSULA
SCHWALLER**

ALTER

29 JAHRE

WOHNORT

DÜDINGEN FR

BEHINDERUNG

PARAPLEGIE

URSACHE

UNFALL BEIM

SCHNEESCHUHLAUFEN

mal Atem holen, nur schon beim Aufzählen ihres Freizeitprogramms kommt sie ins Schnaufen: «Kajak, Paraboat, Gigathlon, European Handbike-Circuit, Ski, Langlauf und Wandern.» Einige Bergwanderwege in den Berner Alpen hätten sie, so sagt Ursula, bereits mit Ballonpneus am Rollstuhl bezwungen, und der Luzerner Wanderführer wurde bereits während der Reha auf Herz und Nieren geprüft.

Die junge Frau sprüht vor Energie, plaudert und lacht, erzählt von ihrem Beruf als Architektin, dem Interesse am nachhaltigen Bauen, ihrer aktuellen Zusatzausbildung zur Baubiologin, ihrem Job im Architekturbüro Conrad Lutz, wo nicht

nur die modernen Mimergehäuser entstehen, sondern wo die junge Architektin vom ersten Tag an auf kompromisslose Unterstützung zählen konnte. Wünsche, Ziele und Ideen sprudeln nur so aus ihr heraus, und dann, ganz unvermittelt und schonungslos, sagt sie diesen schweren Satz: «Eigentlich mochte ich erst gar nicht weiterleben und wollte sterben.» Die Unbekümmertheit von vorhin, das Übermütige, Sprudelnde ist plötzlich weit weg. Es sei einfach dumm gelaufen, damals. «Marcel und ich machen uns heute weder Vorwürfe noch grübeln wir endlos über das Warum herum.» Sie ergreift die Hand ihres Freundes und beginnt

Über Stock und Stein: das Paar auf der Schynige Platte bei Interlaken.

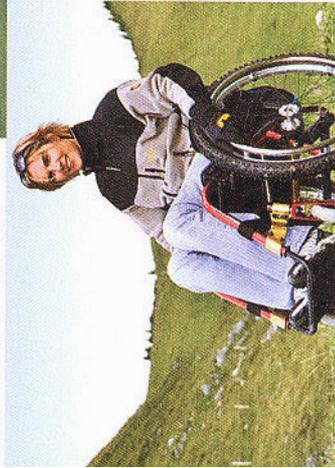
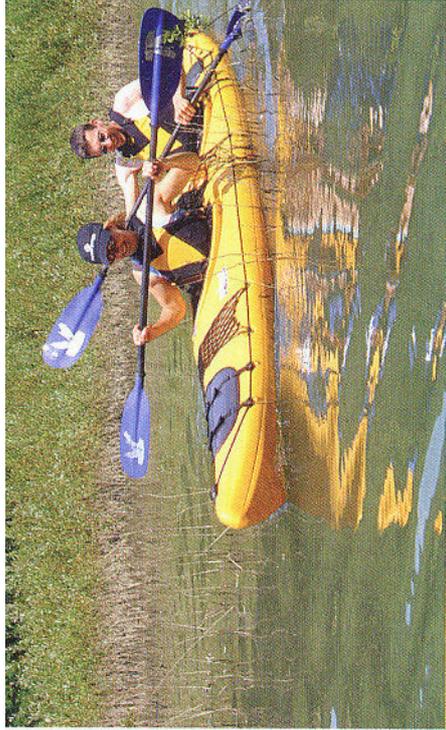


Sport als grosse Lebenshilfe

Die vielen Fotos an den Wänden der Wohnung zeigen ein unternehmungslustiges Paar: Ursula und Marcel beim Wandern, Skifahren, Biken, Kamufahren, die beiden auf Reisen, in fernen Ländern, ja gar ein Bild von einer Fahrt mit Schlittenhunden im hohen Norden prangt da gerahmt über dem Esstisch. Alles Fotos von gemeinsamen Erlebnissen, Fotos von einem dynamischen Paar, das Freizeit, Sport, Spass und Reisen zelebriert, Fotos aus der Zeit vor dem Unfall. Und heute? Haben die beiden

noch Lust, Zeit und überhaupt die Möglichkeit, Sport zu machen? «Zeit ...», Marcel Kaderli, 37, verdreht die Augen. «Wir haben Projektstopp», sagt er lakonisch, sieht seine Freundin herausfordernd an und ergänzt dann, sie hätten fast zu viele Projekte, darum möchten sie gerne einen Gang runterschalten. «Unsere Freizeit ist völlig verplant», bestätigt Ursula. «Wir unternehmen so viel, treiben Sport, besuchen Wettkämpfe und probeln an neuen, für Rollstuhlfahrer adaptierten Sportgeräten herum» – jetzt muss sie erst

Sport als Lebenselixier:
Ursula und Marcel
beim Kanufahren ...



... und unterwegs im Gebirge
mit dem Ballonpneu-Rollstuhl.

dann zu erzählen: von diesem Wintertag und diesem seltsamen Unfall – mit den Schneeschuhen.

Der Unfall im Schnee

Als «lockere Sonntagnachmittag-Tour» betiteln Ursula und Marcel den Ausflug, den sie heute unternehmen. Es ist der 8. Dezember 2002. Mit ihren Schneeschuhen wollen die beiden einen Höhenweg bewandern, nahe des Freiburger Hausbergs Moléson. Der Himmel ist wolkenlos, die Sonne strahlt, nur im Tal unten wabert der Nebel über die Geländekuppen. Sie sind geübte Berggänger. Oft unternehmen sie Touren mit Ski und Snowboard, kennen die Gefahren in den

Bergen und wissen um die Tücken von Schneebrettern und Lawinen. Doch heute liegt so wenig Schnee, dass niemand an Lawinen denken muss;

nur eine Bergkarte und ein Handy hat Marcel mitgenommen. Beide Gegenstände sollten nur

Stunden später Ursulas Leben retten.

Beim Aufstieg sei ihnen ein Mann in Schneeschuhen entgegengekommen, erinnert sich Marcel. Alles sei gut, keine Probleme, habe der ihnen versichert. «Und später sahen wir gar Wanderer, die mit blossen Wanderschuhenausgerüstet waren», sagt Ursula und erzählt, wie sie

«Eigentlich mochte ich
erst gar nicht weiterleben
und wollte sterben.»



Freuen sich auf die gemeinsame Zukunft: Ursula und Marcel zuhause in Düdingen FR.

beide sich noch über diese fahrlässigen Wanderer gewundert hätten. «Nur mit Schuhen im Schnee! Wenn von denen einer ausrutscht ...»

Dann geht plötzlich alles ganz schnell. Ursula gleitet aus, fällt auf den Rücken und rutscht weg. Immer schneller, immer weiter in Richtung Tal. Sie sieht diese Krete kommen, saust über deren Grat, fällt sechs Meter in die Tiefe und schlägt in einem Bachbett auf. Sie sei immer bei vollem Bewusstsein gewesen, protokolliert die 29-jährige, im eiskalten Wasser habe sie gelegen «und meine Beine fühlten sich fremdartig warm und weich an. Das ist nicht mehr mein Körper», habe sie gedacht und gleichzeitig sei ihr dieses Wort durch den Kopf geschossen: querschnittgelähmt!

Marcel hörte den Schrei seiner Freundin. Er hastet zur Kreta, sieht Ursula da unten liegen, steigt vorsichtig hinunter und spricht sie an. «Ursula redete ganz klar und ruhig», erinnert sich Marcel, «sie sagte, dass sie ihre Beine nicht mehr spüre und dass ihr das Atmen Schwierigkeiten mache.»

Stunden später werden die Ärzte mehrere gebrochene Rippen diagnostizieren, eine davon hatte sich in Ursulas Lunge geböhrt.

Die Zukunft begann im Bachbett

Es klinge heute vielleicht eigenartig, sagten Marcel und Ursula, aber damals, in

diesem Bachbett unten, sei ihnen klar gewesen, dass Ursula nie wieder werde gehen können. «Noch auf der Unfallstelle sprachen wir über den Rollstuhl und waren uns sicher: Unser Leben wird weitergehen, egal was kommt.»

Via Handy alarmiert Marcel die Rega und gibt der Einsatzzentrale die Koordinaten bekannt. Doch die Rega zögert: Ein Helieinsatz sei riskant, die Unfallstelle liege im Nebel. Marcel sieht, wie seine Freundin völlig durchnässt vor Kälte zittert. Ihm sei klar geworden, betont Marcel, dass Ursula erfriere, wenn sie nicht bald vom Heli gerettet werde. «Eine Bergung mit einem Fustrupp hätte zu lange gedauert, das hätte Ursula viel-

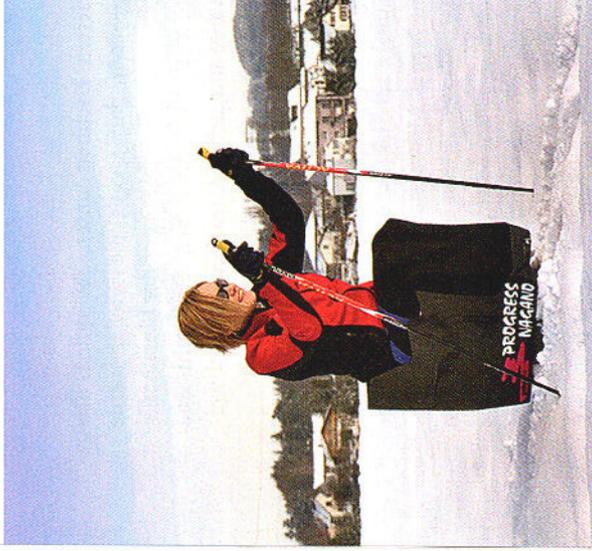
leicht nicht über-

«Noch auf der Unfallstelle sprachen wir über den Rollstuhl.»

Bereits nach zwanzig Minuten ist der Regaheli da. Marcel ist in Kontakt mit der Besatzung. Doch der Pilot kann die Unfallstelle nicht sehen, sie liegt im Nebel drin. Man spricht erneut von Abbruch. Doch plötzlich lichtet sich der Nebel für eine kurze Zeit. Ein Flugehelfer wird mit der Winde hinuntergeschickt und sticht direkt auf die Unfallstelle herab. Schnell und fachgerecht wird Ursula versorgt, transportfähig gemacht und mit der Seilwinde zum Heli hinaufgezogen. Das Ganze dauert nur ein paar Minuten. Dann knattert der Heli davon in Richtung Spital Lausanne, und Marcel



Immer in Bewegung: Ursula bei einem Handbikerennen (oben), beim Langlauf im Schlitten und Monobob-Skifahren.



steht alleine am Bach und fragt sich, wie er nach Hause kommen soll: «Denn unser Autoschlüssel», erzählt er und muss heute lachen, wenn er sich an jenen unwirklichen Moment erinnert, «der steckte in Ursulas Hosensack.»

Ursula weiss heute nur noch, dass sie in den ersten Stunden im Lausanner Spital an starker Unterkühlung, furchtbaren Schmerzen und einem immensen Schock litt. Wohl nur so lasse sich im Nachhinein erklären, betont die 29-jährige, warum sie damals die Ärzte bat, man möge sie doch bitte sterben lassen. Endlich war auch Marcel in Lausanne eingetroffen. Mit dem Todeswunsch seiner Freundin konfrontiert, reagierte er ganz ruhig: «Ich kenne Ursula. Ihr werdet sehen: Schon morgen redet sie ganz anders.» Er sollte Recht behalten.

Am anderen Tag transportierte man die Frischverletzte mit dem Helikopter ins Paraplegiker-Zentrum Nottwil. Irgendwann sei sie aus ihrer Bewusstlosigkeit erwacht, erinnert sich Ursula. Erst habe

sie geglaubt, alles sei nur ein böser Traum gewesen, «doch dann sah ich gegenüber meinem Bett eine Wanduhr». Und da sei es ihr klar gewesen: «In Träumen laufen die Uhren nicht. Diese hier tickt aber richtig – also ist alles wahr. Ich hatte diesen Unfall, ich bin gelähmt.» Ihr Kampf zurück ins Leben hatte begonnen.

Das Sportangebot im SPZ machte Mut

Die anderen Rollstuhlfahrer im SPZ hätten ihr sehr geholfen: «Die zeigten mir, dass es weitergeht – trotz und mit dem Rollstuhl», meint Ursula heute, wenn sie auf ihre gut sechs Monate dauernde Rehabilitation zurückschaut. «Wie im Trainingslager», beschreibt Ursula ihre Reha-Zeit im SPZ. Von morgens sieben

Uhr bis fünf Uhr abends habe sie Therapien und Kurse besucht. «Bei so einem dichten Programm kommt man gar nie ins Grübeln – und das ist prima.» Zu Beginn habe sie befürchtet, so ein halbes Jahr sei furchtbar lang, sagt Ursula heute, «wenn man dann aber ständig etwas zu tun, zu lernen oder trainieren hat, vergeht die Zeit wie im Flug». Und so lernte sie beispielsweise, wie man eine Hose ohne fremde Hilfe anzieht, sie liess ihr Auto umbauen, nahm Fahrstunden und war bei der Auswahl und Anpassung ihres Rollstuhls dabei; «da kam ich gar nie zum Däumchendrehen».

Am wichtigsten für sie war jedoch, dass Marcel seinen Arbeitsplatz für diese Zeit nach Luzern wechseln und ein Studio in

Nottwil mieten konnte. Bei den gemeinsamen Mahlzeiten und abendlichen Gesprächen konnten sie so manche Frage sehr früh angehen. «Und dann natürlich all die Ärzte, das Pflegepersonal, meine Familie und meine Kollegen.» Für sie aber sehr wichtig sei das grosse Sportangebot im SPZ gewesen. «Ich konnte alles ausprobieren und testen. Besonders das Rollstuhlbasketball mit den Krienser «Profis» und mit Marcel tat dem Selbstbewusstsein gut.»

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung half bei der Finanzierung des Autos, beim Umbau der Wohnung und der Rampe zu Ursulas Elternhaus, bezahlte das Studio in Nottwil, das Marcel während der Reha bezog. Überhaupt habe die Paraplegiker-Stiftung, das betonen beide, sehr umfassend, schnell und unkompliziert geholfen. Weil Ursula vorher eine begeisterte Liegebikerin war, entschied sie sich sehr schnell für den Handbikesport, der bald zu ihrer grossen Leidenschaft wurde. Keine drei Wochen nach Abschluss der Reha fuhr sie ihr erstes Rennen. Und sie hat

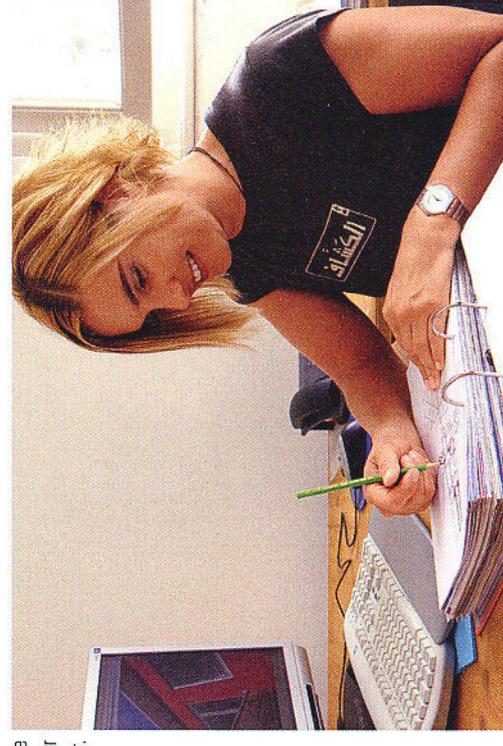


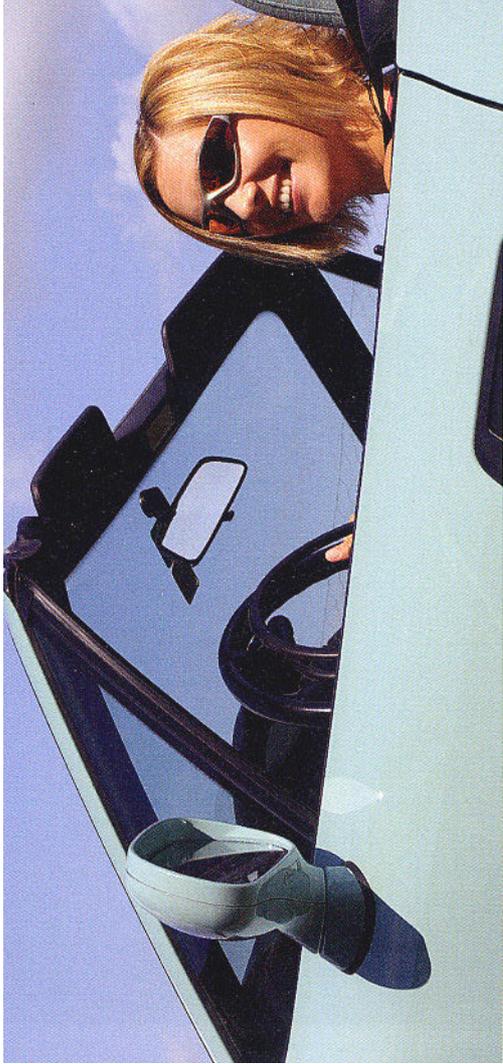
Düdingen hilft mit: Dank der zusätzlich gebauten Rampen kann Ursula ohne Probleme einkaufen.



Am Arbeitsplatz: Ursula mit ihrem Chef, dem Architekten Conrad Lutz.

Berufsziel: Die junge Architektin bildet sich zur Baubiologin weiter.





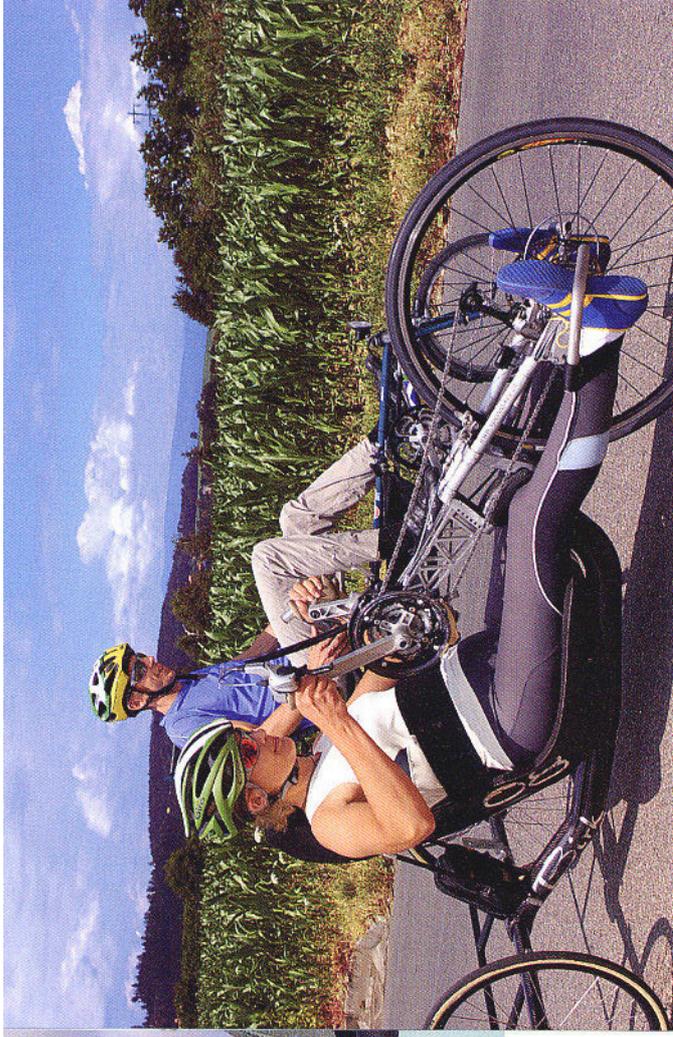
Freiheit: «Ohne Dach durch die Welt fahren ist wunderbar.»

seither viel erreicht. Mit dem von ihr und Marcel gegründeten «Team Handbike-sport.ch» nimmt Ursula an Wettkämpfen teil und gehört zum Kader der Paratletts von Rollstuhlsport Schweiz (RSS). Sowohl Ursula wie auch das Team fahren europaweit ganz vorne mit. Da verwundert es nicht, wenn sie ein grosses Ziel anvisiert: Paralympics 2008 in Peking. «Das wird mein Rennen werden», sagt Ursula. Dafür trainiert sie unter Anleitung ihres Trainers Bruno Knutti und des Nationaltrainers Stefan Wilda bis zu sechs Mal in der Woche. RSS half bei der Anschaffung des Rennbikes, besorgte den Langlaufschlitten für das Wintertraining und beteiligte sich an den Trainerkosten.

Die Sache mit dem Cabrio

Ursula und Marcel haben noch viel vor. Trotz «Projektstopp» sind da noch eine Menge Pläne und Wünsche. Ursula, die Architektin, plant den Bau eines Eigen-

heims; Ende Jahr soll dieses erste Wohnhaus im Kanton Freiburg mit Passivhaus-Label stehen. Natürlich perfekt rollstuhlgängig. Irgendwann möchte sie auch Kinder haben: «Ich war überglücklich, als mir die Ärzte sagten, dass ich trotz Läheb- mung schwanger werden kann.» Natürlich gibt es auch bittere Momente: «Wenn die Blase wieder einmal spuckt, wünscht man sich schon mal ein paar Tage Ferien von der Paraplegie», meint Ursula. Beide nerven sich auch immer wieder über einige Zuschauer bei Handbikerennen, die es «so herzlich finden, dass man für die da im Rollstuhl auch etwas macht». Doch Ursula und erzählt, wie es ist, wenn sie Marcells umgebautes Cabrio («ohne Dach durch die Welt zu fahren ist ein wunderbares Freiheitsgefühl») auf Behindertenparkplätze stellt, übereifrige Leute sie sofort ermahnen, der Platz sei nur für Behinderte, und sie dann grinsend ihren



Angefressene Biker: Ursula mit dem Handbike, Marcel auf seinem Liegevelo.

Rollstuhl aus dem Auto zieht. «Irgendwie passt Ursula halt nicht ins Behinderten-Bild vieler Leute», ist Marcel der Meinung. «Jung, hübsch, blond mit Cabrio – das ist nicht die Behinderte, wie man sie sich vorstellt.» Ursula lacht, bedankt sich für das «Jung-hübsch-blond»-Kompliment und doppelt dann nach: «Wenn ich im Cabrio sitze, gucken mir die Männer oft hinterher. Und werden dann zündrot und schielen verlegen, wenn ich beim Aussteigen meine gelähmten Beine in den Rollstuhl schwinge.» Wie sie solche Episoden genüsslich erzählt, schalkhaft lacht und dabei den Kopf neckisch schräg hält – Ursula Schwaller hat ihr neues Leben

«Wenn ich im Cabrio sitze, gucken mir die Männer hinterher.»

nicht nur akzeptiert, sondern kommt prima mit ihm zurecht. Und geniesst es gar. Und möchte noch mehr geniessen. Irgendwann will sie wieder in den hohen Norden reisen. Nächsten Frühling vielleicht, nach Norwegen. Und dort wieder einmal mit einem Hundeschlittengespann durch die weisse Weite kurven. Man müsste wohl nur, überlegt Ursula, einige Dinge am Schlitten anpassen, dass auch Querschnittgelähmte damit fahren und die Hunde lenken können. Da gebe es bestimmt eine Möglichkeit, das werde schon gehen, irgendwie werde sie auch das schaffen – wie so vieles andere auch. Ursula schaut Marcel an. Der schmunzelt, nickt ihr zu, brummt etwas von «Projektstopp» und meint dann nur: «Klar schafft sie das – meine Bärin.»