

Eine WG, die psychisch Beeinträchtigten guttut

Wohnhaus in Ürikon Im Wohnhaus Sternen in Ürikon lernen Menschen, trotz ihrer psychischen Krankheit den Alltag zu bewältigen. Zwei Betroffene erzählen, wie es ihnen dort ergeht.



Bettina Gasser und Ozan Güzelgün sind froh, dass sie im Haus Sternen auf gute Tagesstrukturen treffen. Foto: Michael Trost

Andrea Baumann

Auf einmal wurde alles eine Last: die KV-Lehre, der Alltag überhaupt. Ozan Güzelgün konnte nicht mehr. Der Horgner suchte sich Hilfe in der Klinik in Richterswil. Es waren vor allem seine schweren Stimmungsschwankungen und Psychosen, die ihn zu diesem Schritt geführt hatten.

Heute, gut sieben Jahre später, sitzt der 31-Jährige in der Stube einer stattlichen ehemaligen Üriker Taverne hoch über dem Zürichsee. Der grosse, in Holz gekleidete Raum strahlt viel Wärme und Geborgenheit aus. Und diese Atmosphäre wiederum trägt wohl einiges dazu bei, dass Güzelgün nun sagt: «Ich bin stärker und lebendiger geworden.»

Alle arbeiten extern

Denn das ehemalige Gast- und heutige Wohnhaus ist als solches

kein gewöhnliches. Der Sternen, wie das 11-Zimmer-Haus heisst, beherbergt eine Wohngemeinschaft mit derzeit acht Menschen. Sie alle leiden an einer psychischen Beeinträchtigung, die ihnen das selbstständige Leben verunmöglicht oder erschwert. Im Sternen lernen sie nun, sich mit ihrer Beeinträchtigung im Alltag zurechtzufinden.

Was das genau heisst? Von Bewohnerin zu Bewohner ganz Unterschiedliches – wie sich eben auch deren Diagnosen und Lebenshintergründe voneinander unterscheiden. Entsprechend erhält jede und jeder Neueintretende von den fünf Betreuerinnen deren eine als Bezugsperson. Allerdings müssen alle Sternen-Bewohner so viel Selbstständigkeit mitbringen, dass sie mindestens 50 Prozent ausser Haus arbeiten können.

Sich selber kennen gelernt

«Gemeinsam fragen wir, welche Bedürfnisse und Ziele die jeweilige Person hat», erklärt Rebecca Landös. Die Sozialpädagogin gehört zum Betreuersteam; hierfür ist sie vom Verein Noveos angestellt. Dieser – vor 50 Jahren gegründet – hat sich zur Aufgabe gemacht, psychisch beeinträchtigte Menschen zu einem möglichst selbstbestimmten Leben hinzuführen (siehe Kasten).

Ein selbstbestimmtes Leben: Darüber, was ihm hierfür vor allem wichtig ist, muss Ozan Güzelgün nicht lange nachdenken. «Eine Lehre», sagt er. Derzeit hat er eine geschützte 50-Prozent-Stelle in der Zürcher Arbeitsstät-

«Ohne die Tagesstruktur in der WG würde ich in ein Loch fallen. Sie gibt mir Halt.»

Bettina Gasser
Bewohnerin im Wohnhaus Sternen

te Drahtzug, und wenn er davon spricht, spürt man, was es mit seiner neu gewonnenen Lebendigkeit auf sich hat: Sein anfangs noch eher zurückhaltendes Erzählen gewinnt an Schwung.

Seit er hier, im Wohnhaus Sternen, lebe, habe er denn auch durch die zahlreichen Gespräche mit der Betreuerin und dem externen Psychiater sich selber erst richtig kennen gelernt und gelernt, seine Fähigkeiten zu entwickeln, mehr mit den Leuten zu reden – und, auch, mit Hochs besser umzugehen. Noch weiss er zwar nicht, wo es ihn beruflich hinzieht. Doch steht er dafür auch nicht unter Zeitdruck: Der Aufenthalt im Wohnhaus ist zeitlich nicht begrenzt.

«Zum Glück», sagt Bettina Gasser dazu. Die 41-Jährige sitzt mit bei dem Gespräch in der Stube. In den fast fünf Jahren, die sie in Ürikon wohnt, hat sie vor allem eines gelernt: «Zur Ruhe zu

kommen.» Gebe sie sich nicht genug Zeit, wie etwa die eineinhalb Stunden nach dem Aufstehen, sei sie schnell überfordert, erklärt sie.

Eigene Wohnung als Ziel

Diese Selbstfürsorge ist das eine. Das andere ist, dass sie im Zusammenleben in der Wohngemeinschaft eine Tagesstruktur erhält. «Ohne diese würde ich in ein Loch fallen», sagt Gasser, «die Struktur gibt mir Halt.» Dahinter steckt etwa das Einhalten der Pflichten im gemeinsamen Haushalt nach Ämtliplan. Pünktliches Kochen etwa. «Die anderen Bewohner erwarten, dass um halb sieben das Abendessen bereit ist», erläutert Sozialpädagogin Landös.

Das sei, ergänzt Gasser, für sie erst eine Herausforderung gewesen, die mitunter Stress bedeutet habe – sich dann Unterstützung zu holen, habe sie nun aber gelernt. Dank Ruhe und Struktur hat die einst von Ängsten, Psychosen und Depressionen Geplagte viele ihrer Medikamente absetzen können, «und ich möchte sie noch ganz auf null bringen». Gassers grosses Ziel aber ist eine eigene Wohnung. Und vielleicht auch mal als Peer-Workerin tätig zu sein, also anderen Betroffenen mit ihren Erfahrungen zu helfen. «Untereinander versteht man sich am besten», erklärt sie. Hier, im Wohnhausalltag, würden sie miteinander gar nicht so über ihre Krankheiten sprechen. «Vielmehr stehen unsere Fähigkeiten im Zentrum.»

Noveos hilft seit 50 Jahren

Der Verein Noveos, zu dem seit 2016 das Wohnhaus Sternen gehört, feiert heuer sein 50-jähriges Bestehen. Angefangen hat damals, 1972, alles in Oetwil: Eine Gruppe von Mitarbeitern der Klinik Schlössli – die heute zur Clientengruppe gehört – gründete den Verein Sozialpsychiatrie Zürcher Oberland. Hintergrund davon war, dass zu der Zeit «die Bewegung der Antipsychiatrie, veränderte Finanzierungsmodelle sowie die Einführung der Milieutherapie dazu führten, dass zahlreiche

Personen mit chronischer psychischer Krankheit aus den Kliniken entlassen wurden», wie auf der Vereinswebsite zu lesen ist. Eine geschützte Werkstatt, und, 1974, ein Wohnhaus in Uster waren die ersten Angebote. Heute unterstützt der Verein Menschen mit psychischer Beeinträchtigung mit unterschiedlich stark betreuten Wohnformen, mit Programmen zur Arbeits(re)integration oder mit geschützten Arbeitsplätzen in den Bezirken Hinwil, Pfäffikon, Uster und Meilen. (and)

Anlässe

Fischen lernen für Kinder

Thalwil Fischen heisst nicht einfach, einen grossen Fisch fangen, sondern vielmehr: sich mit der Vielfalt der Fische, ihrem Verhalten in ihrem Lebensraum Gewässer, der Technik des Fanggerätes und den gesetzlichen Vorschriften auseinanderzusetzen. Für Kinder zwischen dem 8. und dem 12. Altersjahr (wenn möglich in Begleitung einer erwachsenen Person), die sich für diese Themen interessieren, führt der Fischer-Verein Thalwil am Wochenende vom 21./22. Mai einen zweiteiligen Kurs durch. Anmeldeschluss ist der Samstag, 14. Mai. Unkostenbeitrag für beide Kurstage: 80 Franken. (red)

Anmeldeschluss: Samstag, 14. Mai, bei: Fischer-Verein Thalwil, Rolf Schatz, Sihltalstr. 60, 8135 Langnau, oder unter rolfschatz@hi-speed.ch. Kursdaten: Samstag, 21. Mai, 8 bis 11.45 Uhr; Sonntag, 22. Mai, 7.30 bis 12 Uhr. Kursort: Langnau und Umgebung.

Sänger für Ad-hoc-Chor gesucht

Hombrechtikon Als Sänger oder Sängerin in einem Ad-hoc-Chor mitsingen – wen diese Idee begeistert, ist ab Mai in Hombrechtikon gefragt. Der Reformierte Kirchenchor Hombrechtikon und der St.-Niklaus-Chor führen am Bettag – Sonntag, 19. September – in der reformierten Kirche Hombrechtikon Vivaldis Gloria und das zeitgenössische Gloria von Bob Chilcott auf; die Chöre suchen nun Verstärkung. Ab 3./4. Mai jeweils dienstags oder mittwochs finden die Proben statt. (red)

Proben ab 3./4. Mai. Weitere Informationen unter: https://www.ref-staefa-hombrechtikon.ch/kirchenchor_hombrechtikon.

Tanznachmittag für Senioren

Horgen Am Samstag sind Tanzfreudige ins Senioren-Begegnungszentrum Baumgärtlihof geladen: Es findet dann ein Tanznachmittag statt – mit Walzer, Cha-Cha-Cha, Schlager, Evergreens und weiteren Klängen, zusammengestellt vom Duo Jan und Susi. Unkostenbeitrag 10 Fr. (inkl. Kaffee und Zvierli). (red)

Samstag, 23. April, 14 Uhr, Senioren-Begegnungszentrum Baumgärtlihof, Baumgärtlistrasse 12, Horgen.

Etwas gesehen oder gehört?

Die Redaktion der «Zürichsee-Zeitung» erreichen Sie unter Telefon 044 928 55 55. (red)

ANZEIGE

IN DEN GEMEINDERAT

CHRISTOPH PORTMANN
bisher

CASIMIR SCHMID
neu

GEMEINSAM FÜR STAFFA

ANZEIGE

FDP Die Liberalen

15. Mai 2022

In den Gemeinderat

Gemeinsam weiterkommen

Markus Ernst (bisher)
(wieder als Gemeindepräsident)

Pia Guggenbühl (bisher)

Gauthier Rüegg

fdp-kuesnacht.ch