



Heidi Bolliger lebt jetzt im Wohnheim Mühlehalde

## «Genau das Richtige für mich»

Seite 2

**In dieser Ausgabe:** Textilatelier: Frohes Werken, schöne Dinge • «Mobile – begleitetes Wohnen»: Die Nachbarn sind Teil des Konzepts • Mühlehaldefest am 7. September: Erleben Sie den Sinnesparcours!

## Liebe Leserin, lieber Leser

Selbständig bleiben! Man möchte es ein Leben lang, und doch wird im zunehmenden Alter so vieles zur Last, was wir der Selbständigkeit zurechnen. Vor allem die eigene Wohnung, die eigentlich die grösstmögliche persönliche Freiheit bedeuten soll, erweist sich plötzlich als kräftezehrende Bürde. Das gilt erst recht, wenn die Sehkraft stark nachlässt. Dann wird das «Home, sweet home» unversehens zu einer Art Gefängnis, das aus Angst vor dem Draussen kaum noch verlassen wird. Auch Heidi Bolliger, unsere «Titelfrau», hat diese Erfahrung machen müssen. Jetzt hat sie im Wohnheim Mühlehalde eine neue Heimat gefunden. Ihre Augen erhalten hier die bestmögliche Versorgung, und auch sonst ist für Leib und Seele gesorgt. Dank vieler Orientierungshilfen und

den Handläufen in Haus und Garten hat Heidi Bolliger auch ihre Spaziergänge wieder aufnehmen können. Und kommt sie von draussen zurück, winken ihr von der Fensterbank des Zimmers zierlich modellierte Figuren zu, welche die begabte Gestalterin selbst geschaffen hat. So hat sie ihr Zuhause von einst in die Mühlehalde mitgenommen. Willkommen daheim, Frau Bolliger!



Herzlich

Yves R. Allenspach und  
Michael Nisius,  
Co-Geschäftsleitung



Über die Jahrzehnte hat Heidi Bolliger ein vielseitiges Werk von Figuren und Gemälden geschaffen. Hier ein Stilleben mit Früchten, das sie in ihrem Zimmer im Wohnheim Mühlehalde aufgehängt hat.

## Heidi Bolliger: «Hier bin ich gut aufgehoben»

**Heidi Bolliger fühlte sich bereit, in ein Heim zu ziehen. Aber erst im Wohnheim Mühlehalde hat sie ein Zuhause gefunden, in dem sie mit ihrer starken Sehbehinderung die nötige Unterstützung erhält.**

Es waren gute Jahre in Männedorf. Eine schöne Wohnung mit Seesicht, zentrumsnaher Lage und kurzen Wegen zum Einkauf. Auch ihre Schwester Vreni, zu der sie eine enge Beziehung pflegte, wohnte gleich in der Nähe. «Wir haben uns oft gesehen und jeden Morgen und Abend telefoniert oder mindestens das Telefon klingeln lassen, um ein Lebenszeichen auszutauschen.»

Vrenis Tod im Jahr 2016 war deshalb ein schwerer Schlag für Heidi Bolliger, und im gleichen Jahr erlitt sie im linken Auge einen Venenverschluss der Netzhaut, eine Augenthrombose, mit der sich die bereits bestehende Sehbehinderung nochmals massiv verschlechterte und langwierige Behandlungen nötig wurden.

Die nächsten zwei Jahre nutzte Heidi Bolliger alle Angebote, die unter dem Titel «Ambulant vor Stationär» zur Verfügung stehen: die Spitex für die medizinische Versorgung zu Hause, Hilfe im



«In der Schule riefen sie mir <Einäugli> nach, weil ich ein Jahr lang eine Augenklappe trug.»

Haushalt durch eine private Organisation, und nicht zuletzt erhielt sie in Ruth Staub aus der Nachbargemeinde Stäfa eine Alltagsbegleiterin, die sie seither vielfältig unterstützt.

«Dennoch», erinnert sich Ruth Staub, «ist das Leben in der eigenen Wohnung für Heidi immer beschwerlicher geworden. Zeitweise brauchte sie fast stündlich eine Versorgung mit Augentropfen, und die fortschreitende Einschränkung des Sehvermögens führte dazu, dass sie kaum mehr allein das Haus verlassen konnte.» – «Ich habe immer gesagt, wenn es soweit kommt, dass ein Heim das Beste für mich ist, bin ich einverstanden», ergänzt Heidi Bolliger. So kam die Anmeldung ins nah gelegene Alters- und Pflegeheim zustande. Dann aber erzählte eine gute Freundin, sie habe von der Stiftung Mühlehalde gehört. Deren Wohnheim sei ganz auf die Bedürfnisse von Blinden und Sehbehinderten ausgerichtet.

Heidi Bolliger nutzte also das Angebot zum Probewohnen – und war schnell überzeugt. «Alles hat gepasst», sagt sie, »ein Zimmer mit Balkon und Blick auf viel Grün: genau das Richtige für meine lichtempfindlichen Augen.« – «Und von Anfang an haben wir gespürt, dass die Mitarbeitenden hier vom Fach sind und wissen, was Sehbehinderung für die Betroffenen bedeutet und wie sie professionell unterstützt werden können», fügt Ruth Staub hinzu.

### Eine starke künstlerische Ader

Zum Probewohnen war Heidi Bolliger im Mai dieses Jahres ins Wohnheim Mühlehalde gezogen – und blieb gleich hier. In ihrem Zimmer finden sich die wahren Schätze ihres Lebens: filigran modellierte Figuren und selbstgemalte Bilder, von welchen einige die Wände schmücken und viele als Fotos in mehreren Alben vom reichhaltigen Werk Heidi Bolligers künden. «Das Zeichnen, Malen und Gestalten war von früh auf meine Passion», sagt die 7x-Jährige. Sie ist als jüngstes von sechs

Lehrerskindern in Bad Zurzach aufgewachsen. «Ich war ein sensibles Mäiteli», erinnert sie sich. Schon damals hatte sie mit Augenproblemen zu kämpfen: Weil das eine Auge sozusagen schief, musste sie auf dem andern ein Jahr lang eine Klappe tragen: «Die Mitschüler riefen mich <Einäugli>.» Die Verkäuferinnenlehre, die sie nach Vaters Willen nach der Schule ergriff, absolvierte sie im Wissen, dass das nicht ihr Weg sein würde. Als sie hörte, dass ein Unternehmen, das Sicherungsanlagen für die Eisenbahn baute, eine Zeichnerinnenlehre zu vergeben hatte, packte sie deshalb die Gelegenheit beim Schopf. Sie wurde zur geschätzten Mitarbeiterin, die auch ein Auslandjahr in England absolvieren durfte.

Allerdings liess ihr das technische Zeichnen nicht so viel gestalterischen Raum, dass sie ihr Innenleben hätte ausdrücken können. Sie entdeckte das Modellieren mit Schubimehl. Das ist vorgeleimtes Holzmehl, das nach Fertigstellung und Lufttrocknung wie Holz mit Werkzeug weiter bearbeitet und behandelt werden kann. Markenzeichen ihrer ausdrucksstarken Figuren sind die meist schlanke Gestalt und eine natürliche Anmut. Zudem entdeckte Heidi Bolliger die Malerei



«Die gingen weg wie warme Weggli», erzählt Heidi Bolliger von ihrer Kunstausstellung. Links: Begleiterin Ruth Staub.

für sich. «Ich habe viele Stile und Techniken ausprobiert», sagt sie. In mehreren Ausstellungen zeigte sie, letztmals 2015, ihre Werke. «Die gingen weg wie warme Weggli», schmunzelt sie.

Dank der vielen Orientierungshilfen im und ums Wohnheim geht Heidi Bolliger heute wieder regelmässig zum Spazieren ins Freie, geniesst den Schwatz mit ihrer Tischnachbarin, die Besuche von Ruth Staub und die aufmerksame Zuwendung durch die Mühlehalden-Mitarbeitenden. Vielleicht beginnt sie auch wieder zu malen? In den Ateliers des Wohnheims ist sie jederzeit willkommen.



Hanny Attinger ist trotz Erblindung passionierte Strickerin geblieben. Angela Gesewsky, Arbeitsagogin in den Mühlehalde-Ateliers, bespricht mit ihr am Beispiel eines fertigen Exemplars die «Lismete» für den nächsten Hocker.

## Jede Handarbeit ist ein Erfolgserlebnis

**Das Textilatelier zählt zu den beliebtesten Angeboten von «Ateliers & Aktivitäten» im Wohnheim Mühlehalde. Wir waren zu Besuch in einer nachmittäglichen Werkstunde.**

Klopf, Klopf! Pünktlich um zwei Uhr treffen die Ersten ein. Hanny Attinger und Rosa Meier lassen kaum einen der Textilnachmittage aus, die montags und donnerstags stattfinden. Weitere Damen gesellen sich dazu und nehmen am Werk Tisch Platz. «Ich bin immer wieder beeindruckt, wie sich die Bewohnerinnen und Bewohner trotz Sehbehinderung oder Blindheit auf Neues einlassen», sagt Arbeitsagogin Angela Gesewsky: «Dabei entstehen ganz tolle Produkte.»

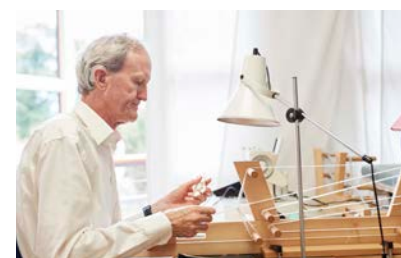
Nähen, Weben, Stricken, Filzen: Viele von ihnen haben das einst aus dem FF beherrscht und reaktivieren mit gelegentlicher Hilfe von Angela Gesewsky das einst selbstverständliche Können. Oder sie eignen sich neue Fertigkeiten an. Irma Wölkner zum Beispiel hat zerschnittene Laken zu Zöpfen geflochten und verwebt sie jetzt zu einer kunterbunten Teppichvorlage. «Ist es so genügend straff gewoben?», fragt sie und fügt fast entschuldigend hinzu: «Wissen Sie, ich sehe es ja nicht, ich spüre es nur.» Der Teppich wird ein Bijou!

Neben den Handarbeiten, die für den Verkauf bestimmt sind, entstehen regelmässig auch Dekorationen fürs Haus und derzeit auch für das kommende Mühlehaldefest. «So sind die Bewohnerin-

nen und Bewohner von ihren Werken umgeben, das ist doch schön!», lacht Angela Gesewsky. Und wirft die Kaffeemaschine an: Pünktlich um drei Uhr ist Pause angesagt. Mit angeregtem Geplauder über Gott und die Welt (heutige Themen: der Tennisgott Roger Federer und vegane Ernährung) ist die Pause im Nu vorbei, und es geht wieder an die Arbeit. Es wird still. «Eine gemütliche, konzentrierte Stille», sagt Angela Gesewsky.



Irma Wölkner (links) und Mathilde Surbeck bereiten den Nähbock fürs «Zöpfle» vor. Bruno Michel webt kunstvolle Aufhänger für die hausgemachten Küchentücher.



Die «Blumen im Rahmen» und die Tastfiguren aus Pompons haben Mühlehalde-Bewohnerinnen und -Bewohner im Atelier selbst gefertigt. Zu sehen am Mühlehaldefest (s. Seite 6).



## Mobile: Die Nachbarn sind Teil des Konzepts

«Mobile – begleitetes Wohnen» bereitet blinde und sehbehinderte Menschen auf ein Leben in Selbständigkeit vor. In einer ganz normalen Wohnumgebung – und mit netten Nachbarn.

Fünf Wohnungen, verstreut in der Siedlung Regina-Kägi-Hof in Oerlikon, gehören zu «Mobile – begleitetes Wohnen». Seit bald 20 Jahren werden hier sehbehinderte und blinde Menschen auf dem Weg in die Selbständigkeit begleitet. Nur unter möglichst «normalen» Umständen kann der Realitätscheck gemacht werden. So gehören auch die ganz alltäglichen Begegnungen und Auseinandersetzungen mit den Nachbarn dazu.

Das Mobile schätzt die tolle und hilfsbereite Nachbarschaft sehr. Drei unserer Nachbarn haben wir getroffen und sie gefragt, was ihnen zu Mobile einfällt.

### Jorge und Mari-Soley: «Mobile ist ein Teil der Siedlung»



Jorge wohnt mit seiner Familie seit 15 Jahren im Regina-Kägi-Hof. Er und seine zehnjährige Tochter Mari-Soley (10) helfen gerne, wenn eine Mobile-Klientin oder ein -Klient in Schwierigkeiten steckt. Mari-Soley erinnert sich, dass ein ehemaliger Klient einmal seinen Langstock eingeklemmt hatte. Sie konnte ihm helfen, diesen zu befreien.

Jorge ist Umgebungspfleger in der Siedlung und kennt deshalb auch unsere Klientinnen und Klienten gut. «Mobile ist ein Teil der Siedlung. Es ist toll, dass sich die Leute vom Mobile auch am Siedlungsfest und anderen Aktivitäten beteiligen. Das ist Inklusion!»



### Andrés: «Da sind echte Freundschaften entstanden»

Andrés wohnt seit 6 Jahren mit zwei Kollegen in einer Dreier-WG im Regina-Kägi-Hof. Das Mobile gehört für ihn einfach zur Siedlung. Er findet es eine wertvolle und schöne Wohnform für Menschen, welche selbständig und in einer normalen Umgebung leben möchten. Wie in jeder Siedlung treffe man sich in der Waschküche, im Lift oder am Briefkasten, aber auch an gemeinsamen Spielnachmittagen und Partys in seiner Wohnung. «Durch die Begegnungen im Mobile sind echte Freundschaften entstanden!»



### Eliane: «Solche Wohnformen sollte es mehr geben»

Seit 19 Jahren lebt Eliane im Regina-Kägi-Hof und pflegt von Beginn an einen regelmässigen Kontakt zu den Mobile-Klientinnen und -Klienten. Sei dies als freiwillige Helferin, als Begleiterin an Events oder einfach als Nachbarin. «Wohnformen wie Mobile sollte es mehr geben, weil dadurch Berührungsängste abgebaut werden und das Normalisierungsprinzip im Fokus steht. Mobile ist ein gutes Sprungbrett, um nachher selbständig leben zu können.»

## Das Wohnheim Mühlehalde: Zum Leben gut, zum Wohnen schön



Haben Sie Angehörige oder Freunde mit Sehbehinderung, die einen Wohnplatz suchen? Oder suchen Sie selbst einen Platz in einem schön gelegenen Wohnheim in der Stadt Zürich? Die Mühlehalde ist als Behindertenheim sowie als Alters- und Pflegeheim anerkannt. Sie bietet auch Übergangspflege und Gästezimmer für temporäre Aufenthalte. **Michael Nisius**, Co-Geschäftsführer und Bereichsleiter Pflege und Betreuung, freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme! Telefon 044 421 11 11, E-Mail [m.nisius@muehlehalde.ch](mailto:m.nisius@muehlehalde.ch)

## Begleitetes Wohnen – ein guter Start ins selbständige Leben



«Mobile – Begleitetes Wohnen» in Zürich-Oerlikon bietet sehbehinderten und blinden Menschen sowie Menschen mit einer Hirnverletzung für eine bestimmte Zeit Unterstützung und gezielte Förderung. Die Begleitung bereitet auf ein Leben in grösstmöglicher Selbständigkeit vor.

**Barbara Portmann**, Leiterin Mobile, freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme. Telefon 044 310 30 10, E-Mail [b.portmann@muehlehalde.ch](mailto:b.portmann@muehlehalde.ch)

## Wir gratulieren

Ihre Ausbildung haben erfolgreich abgeschlossen:

**Olivia Brunner**, Personalassistentin HRSE

**Monika Fodor**, Fachfrau Hauswirtschaft EFZ

### Impressum:

Verlag: Stiftung Mühlehalde, Witikonstrasse 100, Postfach, 8032 Zürich.  
Erscheint vierteljährlich. Abonnement für Gönnerinnen und Gönner im Spendenbetrag ab CHF 5.– enthalten.  
Redaktion/Texte: Martin Jakob  
Fotos: Moritz Hager / Mühlehalde  
Druck: Prowema GmbH, Pfäffikon  
Papier: FSC- und PEFC-zertifiziert, CO<sub>2</sub>-neutral

# mühlehalde

Stiftung Mühlehalde . Witikonstrasse 100 . Postfach . CH-8032 Zürich . Spendenkonto: 80-21096-3 .  
Telefon +41 44 421 11 11 . Fax +41 44 421 11 12 . [administration@muehlehalde.ch](mailto:administration@muehlehalde.ch) . [www.muehlehalde.ch](http://www.muehlehalde.ch) .

## MÜHLEHALDEFEST 2019 Sinneswelten

**Samstag 07. September 2019**

- 12:00 Festbeginn, Buffet und feine Grilladen
- 13:00 Livemusik Old Jazz Band  
«Wizards of Creole Jazz»
- 14:00 Sinnesparcour-Erlebnis
- 14:00 / 15:00 Führungen durch das Haus



## Erleben Sie den neuen Sinnesparcours: Kommen Sie ans Mühlehaldefest 2019

Wir laden alle BewohnerInnen, Angehörigen und Freunde der Mühlehalde ein, gemeinsam ein sinnliches Fest zu feiern! Die Party steigt im Wohnheim, Witikonstrasse 100, Zürich. Anfahrt: Mit Bus 31 ab Zürich HB bis Haltestelle Schlyfi. Parkplätze im Schlyfirank, 300 Meter Richtung Witikon.

## Die nächsten Events in der Mühlehalde

**Humorvolle Geschichten aus dem Leben von Margrit Rohrer**, Lesung mit musikalischer Begleitung. Donnerstag, 19. September, 15 Uhr.

**Klassisches Konzert Trio Arsis**, neues Programm «all'ongarese». Freitag, 27. September, 19.30 Uhr.

**Oktoberfest**, Musik mit Daniele Corciulo und Tanz mit den Taxi Dancers. Donnerstag, 10. Oktober, 15 Uhr.

**Klavierkonzert Peter Korda**, Evergreens, Schlager und Wunschkonzert, Donnerstag, 17. Oktober, 15 Uhr.

Details/weitere Events auf [www.muehlehalde.ch](http://www.muehlehalde.ch)

Bei Blindheit und Sehbehinderung

