

I am sailing ...

Schiff ahoi! Die stolze Flotte mit extra für Menschen mit Handicap angefertigten Booten sticht in See.

Der Verein Sailability.ch ist der einzige Segelverein in der Schweiz mit speziell für behinderte Menschen entwickelten Booten. Nach dem ersten Jahr zieht der Arzt und Initiator des Vereins, Willi Lutz, im Interview mit „Lebensqualität“ Bilanz über das sensationelle Unterfangen.





Willi Lutz ist begeisterter Segler. Seit einigen Jahren organisiert er Segelkurse für PLUSPORT Behindertensport Schweiz. Die Aktivitäten von Sailability hat er in den Niederlanden kennengelernt. Mit Sailability.ch möchte Willi Lutz nun den Segelsport auch in der Schweiz mehr Menschen mit einer Behinderung zugänglich machen. Aktiv betreibt der Arzt mit einer Körperbehinderung zusätzlich Rollstuhlsport.

lebensqualität: Sie sind die treibende Kraft hinter Sailability.ch. Wie hat es begonnen?

Willi Lutz: Vor mehr als 20 Jahren habe ich mit dem Yachtsegeln begonnen. Später beteiligte ich mich an Segelkursen für Erwachsene mit geistiger Behinderung. Das war interessant und schön. Ich begann, Segelkurse für Kinder mit geistiger und körperlicher Behinderung oder einer Sinnesbehinderung zu organisieren.

Es hat sich schnell gezeigt, dass man zur Steuerung der Boote eine gute Beweglichkeit braucht, die behinderte Menschen nicht immer haben. Deshalb habe ich mich nach geeigneten Booten umgesehen.

lebensqualität: Sie sind fündig geworden?

Lutz: Ja, in Holland lernte ich Chris Mitchell kennen, einen Bootsbauer aus Australien; er hat spezielle Boote für behinderte Menschen entwickelt. Die wesentlichen Vorteile dieser Boote sind: Die SeglerInnen sitzen immer in Fahrtrichtung, sie müssen keinen Positionswechsel machen, wenn sie manövrieren; und das Boot ist sehr stabil. Man kann mit diesen Booten prüfungsfrei segeln.

lebensqualität: Haben Sie die Boote gekauft?

Lutz: Wir haben zuerst zwei Boote auf eigene Kosten gekauft und dann den Verein Sailability.ch gegründet. Wir wollten eine Organisation aufbauen, in der sich Menschen engagieren können.

lebensqualität: Ich habe gelesen, dass Sailability eine weltweite Organisation ist. Stimmt das?

Lutz: Ja, wir sind die schweizerische Länderorganisation. Dies war uns von Anfang an wichtig, weil Sailability eine starke Einrichtung mit einem guten Ruf ist.

lebensqualität: Sailability.ch ist jetzt ein Jahr alt. Wie ist Ihr erstes Vereinsjahr verlaufen?

Lutz: Das Echo war sehr gut und wir konnten verschiedene Schnuppertage anbieten. Letztes Jahr haben wir mit unseren Jollen bereits den ersten Segelkurs für Kinder durchgeführt. Dieses Jahr organisieren wir zusätzlich auch einen Segelkurs für Erwachsene mit Behinderung.

Die ersten Erfahrungen haben gezeigt: Manche Menschen lieben das Wasser; andere wollen

mit Wasser und Wind nichts zu tun haben. Unsere KursbesucherInnen haben Freude am Spiel mit diesen Elementen und erobern neue Freiheiten auf dem See.

lebensqualität: Wie kann sich unsere Leserschaft einen solchen Kurs vorstellen?

Lutz: Ein Segeltag beginnt mit der Bereitstellung des Materials. Schon hier versuchen wir die SeglerInnen so weit wie möglich einzubinden. Sie haben Gelegenheit, die einzelnen Teile anzugreifen und mitzuhelfen, die Boote vorzubereiten. Es geht beim Segeln aber auch um Sprache und Verständnis: Es ist wichtig, dass die SeglerInnen diese Sprache lernen. Sie sollten wissen, was ein Ruder ist, und dass die Fock (das Vorsegel) mit den Schoten bedient wird.

lebensqualität: Und dann geht's aufs Wasser?

Lutz: Exakt – manchmal als Zweiercrew, manchmal alleine. Etwa 10 bis 12 Leute können einen Kurs besuchen. Auf dem See müssen die TeilnehmerInnen eigenständig handeln. Zu Beginn machen wir Spiele, wo sie erfahren, wie man steuert. Später arbeiten wir auch mit Bojen. Wir setzen die Bojen so, dass die TeilnehmerInnen gewisse Segelkurse (den Halb-Wind-, den Am-Wind-, den Raum-Wind- und den Vor-Wind-Kurs) erlernen können. Wichtig ist uns, praktische Erfahrungen zu vermitteln, und erst im Verlauf der Zeit gehen wir spezifisch auf den theoretischen Stoff ein.

lebensqualität: Fällt es den Kindern schwer, die Theorie in Praxis umzusetzen?

Lutz: Nein, Kindern und Menschen mit Behinderung fällt es nicht schwerer. Sie haben andere Wege, sich damit zu befassen. Sie lernen oft einfacher, indem sie unser Handeln kopieren, über ihre Erfahrungen.

Der Wind ist etwas Abstraktes. Man spürt ihn, sieht ihn aber nicht direkt. Die SeglerInnen müssen lernen, auf indirekte Hinweise zu achten: Wie bewegen sich die Bäume am Ufer, die Fahnen? Im Boot auf dem See wird es noch schwieriger: Man spürt dann eine Kombination von Fahrtwind und dem wahren Wind. Dann werden Beobachtungen noch wichtiger: Was machen die Segel, woher >>



>>

kommen die Wellen? Manche Kinder erkundigen sich nach dem Segeln über die theoretischen Grundlagen, manche Kinder genießen einfach das Segeln.

Lebensqualität: Wie kommen die Kinder nach dem Segeln wieder zurück?

Lutz: Das hängt von den Wetterverhältnissen ab; aber das Ziel ist natürlich, dass sie wiederum in den Hafen segeln. Das ist oft nicht ganz einfach, manchmal müssen sie paddeln. Wir haben zur Sicherheit immer Motor-Begleitboote dabei und können so die Segelboote auch schleppen.

„Eigens konstruierte Bootstypen erlauben Menschen mit einer Behinderung die Kontrolle über das Segelboot, ohne dass sie die Position im Boot verändern müssen. So kann auch ein querschnittgelähmtes Kind in See stechen und sich genüsslich den Wind um die Nase wehen lassen.“

Lebensqualität: Sind am Abend des Kurstages alle erschöpft?

Lutz: Ja schon, schließlich sind wir den ganzen Tag draußen! Trotzdem möchten einige am liebsten nicht mehr aufhören. Die Arbeit ist aber noch nicht abgeschlossen, wenn man in den Hafen eingelaufen ist. Das Boot wieder an Land zu holen und das ganze Material fachgerecht zu demontieren, gehört ebenso dazu. So lernen die Kinder die Boote kennen und – wie schon erwähnt – die Sprache. Und am Abend gibt es dann regelmäßig noch ein Kinderprogramm, das beliebte Leiterlenspiel ...

Lebensqualität: Was ist das?

Lutz: Wir haben dieses Würfelspiel so abgeändert, dass wir spielerisch und mit viel Vergnügen die Theorie üben. Die Gruppe, die beim Würfeln auf ein Fragefeld trifft, muss eine Frage beantworten oder einen Knoten vorzeigen. Als Belohnung rücken sie dann einige Felder vorwärts. Das macht viel Spaß – und vor allem – es wirkt!

Lebensqualität: Wie finanzieren Sie diese Kurse?

Lutz: Wir haben zwei Angebote: Das erste Angebot ist für Mitglieder. Sailability.ch ist ein Verein. Unsere Vereinsmitglieder können monatlich an einem Wochenende unentgeltlich segeln.

Sie können die Boote benutzen und wir stellen die notwendigen BetreuerInnen zur Verfügung. Zweites Angebot: Sailability.ch organisiert Segelkurse im Auftragsverhältnis. Wir bieten diese Dienstleistung anderen Interessenten an; oft sind es Behindertenorganisationen. Für dieses Angebot müssen sich die TeilnehmerInnen bei den Organisationen anmelden und dort das Kursgeld bezahlen. Sailability.ch wird dann für die Dienstleistung von den Auftraggebern bezahlt.

Lebensqualität: Decken die Aufträge die Vereinskosten?

Lutz: Leider nicht. Die eingehenden Kursgelder decken nur einen Teil unserer Fixkosten. Wir sind auf die Mitgliederbeiträge, auf Spenden und Partnerschaften angewiesen. Die gesamte Infrastruktur des Vereins kostet eine Menge Geld.

Lebensqualität: Was begeistert die Menschen mit Behinderung am Segeln?

Lutz: Die sinnliche Wahrnehmung. Bei blinden Menschen kann man erkennen, wie sie lernen, statt ihrer Augen andere Sinne einzusetzen. Sie erfassen anhand ihres Bewegungssinnes, wie sich das Schiff bewegt – und sie spüren die Bewegung des Bootes im Verhältnis zum Wind. Blinde Menschen haben oft sehr schnell ein feinsinniges Gespür für das Segeln.

Lebensqualität: Welches Feedback kriegen Sie?

Lutz: Nehmen wir zum Beispiel einen Rollstuhlfahrer: Sein Alltag ist mit (nur zum Teil überwindbaren) Hindernissen gepflastert. Der See bietet ihm eine riesige hindernisfreie Fläche, und plötzlich gibt es keinen Unterschied mehr zwischen Fußgänger und Rollstuhlfahrer. Beim Segeln in der Gruppe entsteht oft eine Art Wettkampf nach dem Motto: „Ich möchte schneller sein als das andere Boot.“ Es ist wohl zutiefst menschlich, die eigene Leistung mit derjenigen der Mitmenschen zu messen. Der Ehrgeiz wird geweckt. Mit dem Segelsport vermitteln wir den TeilnehmerInnen Erlebnisse und begleiten sie auf dem Weg zu Selbstvertrauen, Mut und persönlicher Leistungsfähigkeit.

Lebensqualität: Gibt es auch sportliche Wettkämpfe für SeglerInnen mit Behinderung – Paralympics?

Lutz: Segeln ist eine paralympische Disziplin. An den Olympischen Spielen für Menschen mit einer Körper- oder Sinnesbehinderung werden derzeit drei



Dahinschweben auf dem Wasser - ohne Barrieren und ohne Beeinträchtigungen!

Bootsklassen gesegelt, der Minizwölfer, die International 2.4mR sowie die SKUD 18 dazukommen. Die SKUD 18 ist ein etwa fünf Meter langes Rennboot für zwei SeglerInnen und kommt aus der gleichen Werft wie unsere Boote. Übrigens gibt es für unsere Boote, die Access Dinghies 303w, auch Regatten und sogar Weltmeisterschaften. Diese Boote kann man alleine oder zu zweit segeln, und natürlich hoffen wir, dass unsere Mitglieder bald auch an Wettfahrten teilnehmen können. An die Paralympics denken wir aber nach dem ersten Jahr noch nicht. Aber wer weiß ...

Lebensqualität: Gibt es auch Boote mit elektrischer Steuerung?

Lutz: Zwei unserer Jollen sind seit dem letzten Sommer mit einer Steuerung per Joystick ausgerüstet, ähnlich wie bei einem elektrischen Rollstuhl. Vom Ausland weiß ich, dass selbst schwerbehinderte Menschen selbständig damit segeln können. Natürlich ist es einfacher, eine schnelle Steuerbewegung mit der Hand dosiert zu machen. Beim Joystick übernimmt ein Motor die Steuerbewegung. Die Bewegung ist dann kontinuierlich langsam, solange bis der Impuls gestoppt wird.

Lebensqualität: Man hat also eine Zeitverzögerung beim Steuern mit dem Joystick?

Lutz: Ja, der Joystick erfordert Routine, und für ein ruhiges Segeln muss man eigentlich vorausdenken

können: Zum Beispiel Windböen an der veränderten Wasseroberfläche erkennen, um rechtzeitig die Korrekturbewegungen einzuleiten. Das ist durchaus machbar – es gibt auch RegattateilnehmerInnen mit diesem Hilfsmittel.

Lebensqualität: Segelt man im Team oder alleine?

Lutz: In der Regel sind es zwei Leute, die zusammenarbeiten. Die eine Person ist für die Steuerung, das Ruder, zuständig und die andere für die Bedienung der Schoten, also der Segel. Man kann diese Boote auch alleine segeln oder einen „Passagier“ mitnehmen. Einige unserer TeilnehmerInnen möchten einfach den Wind spüren und sind glücklich darüber, als Passagier an Bord zu sein. Vom Bootstyp ist alles möglich. Man sitzt nahe am Wasser und man spürt das Segel-Feeling. Trotz der Stabilität haben die Boote gute Segeleigenschaften.

Lebensqualität: Wie ist es vom Bau her? Kann das Boot kentern?

Lutz: Die Boote haben ein mit Blei gefülltes, verhältnismäßig langes Schwert. Das macht sie sehr stabil. Man sagt, sie können nicht kentern; das bestätigen unsere bisherigen Erfahrungen. Bei starkem Wind neigt die Jolle dazu, in den Wind zu drehen, ähnlich wie eine Yacht. Zudem funktionieren bei diesen Jollen Groß- und Vorsegel als Rollsegel; das heißt, wenn kleine Kinder oder ängstliche, un-



Wann	Was	Wo
03./04.05.2008	Club-Wochenende	Bodensee/Arbon
17./18.05.2008	Schnuppertage der Schweizer Paraplegiker Vereinigung	Thunersee/Spiez
24./25.05.2008	Club-Wochenende mit Schiffstaupe und 2. Mitgliederversammlung Sailability.ch	Bodensee/Arbon
31.05./01.06.08	Schnuppertage der Schweizer Paraplegiker Vereinigung	Genfersee/Le Bouveret
07./08.06.2008	Schnuppertage der Schweizer Paraplegiker Vereinigung	Bodensee/Arbon
05./06.07.2008	Club-Wochenende	Bodensee/Arbon
06.-11.07.2008	Kurs für Kinder und Jugendliche für PLUSPORT Behindertensport Schweiz	Bodensee/Arbon
13.-18.07.2008	Kurs für Jugendliche und Erwachsene für PLUSPORT Behindertensport Schweiz	Bodensee/Arbon
02./03.08.2008	Club-Wochenende	Bodensee/Arbon
06./07.09.2008	Club-Wochenende	Bodensee/Arbon
04./05.10.2008	Club-Wochenende	Bodensee/Arbon

An folgenden Terminen findet in ihrer Nähe eine Veranstaltung statt.



Sailability.ch – Segeln für alle

Sailability.ch ist Mitglied bei Sailability World und fördert den Segelsport für Menschen mit besonderen Bedürfnissen, vor allem von Menschen mit einer Behinderung in der Schweiz.

In den achtziger Jahren des letzten Jahrhunderts gründeten Mitglieder der berühmten Royal Yachting Association in Großbritannien erstmals eine nationale Vereinigung für SeglerInnen mit einer Behinderung. Heute ist Sailability World eine weltweit gemeinnützige Organisation, die das Leben von Menschen mit Behinderung, von älteren Menschen, von finanziell oder sozial Benachteiligten mit diesem Sport bereichern möchte.

Im deutschsprachigen Raum gibt es den Verein Sailability auch in Österreich.

Infos unter: www.sailability.ch.



erfahrene TeilnehmerInnen im Schiff sitzen, kann man die Segelfläche dem Können anpassen. Bei starkem Wind reduzieren wir ebenfalls die Segelfläche, indem wir einen Teil des Segels einrollen. Diese speziellen Eigenschaften hat eine normale Segeljolle in der Regel nicht.

Lebensqualität: Haben Sie ein besonderes Erlebnis aus diesen Segelkursen?

Lutz: Unser Kinderkurs im letzten Jahr fand während einer Schlechtwetterperiode in den Sommerferien statt. Als die Eltern am Ende der Woche ihre Kinder abholen kamen, sagten sie: „So ein Pech für euch, dass das Wetter so schlecht war.“ Die Kinder lachten und klärten ihre Eltern auf: „Ihr habt keine Ahnung – das war richtig cooles Segelwetter. Der warme Regen zwischendurch war überhaupt nicht schlimm.“ Genauso ist es: Segeln ist ein Sport im Freien, ein Spiel mit dem Wetter, und das fasziniert uns.

Lebensqualität: Der Verein Sailability.ch ist ein Jahr jung und noch im Aufbau. Ihre Erwartung an die Zukunft?

Lutz: Im ersten Vereinsjahr wollten wir möglichst breit auf unser Angebot hinweisen, den Menschen mit und ohne Behinderung Gelegenheit bieten, den Segelsport einmal zu erleben. Heuer wollen wir zum ersten Mal einen Schnupperkurs am Genfersee anbieten.

Wir sind der erste und bislang einzige Segelverein in der Schweiz mit diesen speziell für Menschen mit einer Behinderung entwickelten Booten. Unsere Vision ist, dass weitere Segelclubs in der Schweiz entstehen, unabhängige oder „Filiale“ von Sailability.ch. Ein Schwerpunkt von uns ist die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Gerne möchten wir ihnen ein regelmäßiges Training anbieten, um den Segelsport als Wettkampfsport zu betreiben. Für erwachsene SeglerInnen könnte ich mir auch Tourenwochen vorstellen. An Ideen fehlt es uns nicht ...

Ich persönlich würde sehr gerne einmal mit betagten Menschen segeln – zum Beispiel mit BewohnerInnen eines Alters- oder Pflegeheimes.

Lebensqualität: Zum Schluss noch eine ganz persönliche Frage: Was bedeutet Lebensqualität für Sie?

Lutz: Lebensqualität ist vielschichtig. Als Mediziner assoziiere ich die Lebensqualität sofort mit den Begriffen Krankheit oder Behinderung. In diesem Kontext ist Lebensqualität das, was ein Leben trotz Einschränkungen lebenswert macht. Also eine Art Wohlbefinden, die über das körperliche Befinden hinausgeht. Neben materiellen Voraussetzungen bilden wahrscheinlich vor allem individuelle Eigenschaften und Fähigkeiten den Schlüssel für eine gute Lebensqualität.

LQ



kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter www.verlag-lq.net oder per Post

verlag lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen

verlag@pro-lq.net
www.verlag-lq.net
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____

Geschenkabonnement für:

Vorname _____

Name _____

Firma _____

Adresse _____

PLZ _____ Ort _____

Land _____

eMail _____