

**«No öppis möchti  
erwähne:  
Ich cha sauguet  
strigge!»**

**Gedanken von Frauen  
mit einer psychischen Beeinträchtigung  
über das Leben**

**«Und no öppis möchti  
erwähne:  
Ich cha sauguet  
strigge!»**

**Gedanken von Frauen  
mit einer psychischen Beeinträchtigung  
über das Leben**

## Inhaltsverzeichnis

<b>Edith Rupps:</b> Verein Arbeitsstube Erika (1953 - 2008)	7
<b>Roland Rüegg:</b> Die Band-Werkstätten heute	10
<b>Cornelia Wenk und Sibylla Müller:</b> Über die geschützte Werkstätte · Über uns · Über das Buch	13
<b>Jacqueline:</b> Mein bewegtes Leben	19
<b>Anita:</b> Zeiten der Geborgenheit	21
<b>Ursula:</b> Kraft für Körper und Seele	23
<b>Rubini:</b> Nur wer sät ...	25
<b>Susi:</b> Meine Kraftquellen	27
<b>Sylvia:</b> Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte	29
<b>Susanne:</b> Gesund sein ...	33
<b>Merlitta:</b> Meine Zukunftspläne	35
<b>Brigitte:</b> Damals und heute	37
<b>Silvia:</b> Freude habe ich ...	41
<b>Myriam:</b> Mein werdendes Baby - meine Freude	43
<b>Beatrice:</b> Us miim bewegte Läbe	45
<b>Elisabeth:</b> Trost aus der Bibel	47
<b>Daniela:</b> Viele wollen sehen ...	49
<b>Heidi:</b> Der Mut und die Kraft!	51
<b>Conny:</b> Der lange Weg zu mir zurück	55
<b>Verena:</b> Mein Leben	59

## Verein Arbeitsstube ERIKA (1953–2008)

Am 27. Januar 1953 wurde der Verein gegründet. Im August 1952 klagte die Trinkerfürsorgerin Hanny Hasler der Polizeiassistentin Elsa Bäumli bei einem zufälligen Treffen, wie schwer es doch sei, bestimmten Frauen Arbeit und ausreichenden Verdienst zu verschaffen. Im konkreten Fall handelte es sich um eine ehemals alkoholranke Prostituierte, die nach absolvierter Abstinylkur ein anderes Leben beginnen wollte, bisher aber trotz eifrigster Bemühungen keine Arbeit mehr fand.

Schon am 1. Oktober 1952 wurden die ersten elf Frauen aufgenommen, meist schwer Alkoholabhängige. Hanny Meyer und Frau Schwizgebel waren die ersten Leiterinnen.

Da auch schon damals Arbeiten gesucht wurden, die mehr Ertrag brachten, wurden statt Teeverlesen und Papiersackkleben Näh- und Flickarbeiten angenommen und ausgeführt. Es entstand eine Nähstube im wahrsten Sinne des Wortes. (Diese Angaben wurden dem 1. Jahresbericht 1953 entnommen.)

Im Laufe der Jahre wechselten die Aufträge. Viele Jahre waren wir für die Zentralwäscherei Basel tätig im Bereich Spitalbedarf. Wichtig waren auch Aufträge von Druckereien, Werbeagenturen, verschiedenen Firmen und sozialen Institutionen. Oft war Werbematerial zu bearbeiten: Prospekte falzen, zusammenstellen, einpacken, Schachteln falzen und füllen mit Gratismustern, Briefe einpacken, für Kirchgemeinden (Fastenopfer, Brot für alle) Broschüren, Kalender, Wahlunterlagen einpacken und Jahresberichte versenden. Die Aufzählung liesse sich beliebig fortsetzen.

Dann kamen aber auch Zeiten der Rezession. Arbeiten, die früher an uns weitergegeben wurden, blieben nun bei den Auftraggebern und wurden selbst erledigt, um die eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu beschäftigen. Dadurch entstanden bei uns Lücken, die wir irgendwie überbrücken mussten. Es wurden Scheren-Schnitte zu Tausenden hergestellt und auf farbige Papier-Servietten geklebt. An den Sommerfesten konnten diese dann verkauft werden. Es gab eine Phase, in der «Amedysli», Halstücher gestrickt und Topflappen gehäkelt wurden. Eine weitere Arbeit in den letzten Jahren war das Malen von Mandalas. Diese wurden dann in Bilderrahmen am Tag der offenen Tür im Februar 2006 zum Kauf angeboten. Ein grosser Teil dieser Bilder verschönert noch heute die Räume am

Nonnenweg 32. Die geschützte Werkstätte wurde im Sommer/Herbst 2005 teilweise renoviert und dank grosszügiger Spenden konnten neue Arbeits-tische und -stühle und weiteres Mobiliar angeschafft werden. Dadurch erhielt die Arbeitsstube ERIKA ein völlig neues, zeitgemässes Aussehen, was allen grosse Freude bereitet.

Dank intensiver Bemühungen durch die Betriebsleiterinnen konnten auch immer wieder neue Auftraggeber gefunden werden. Arbeiten ausführen zu können hatte bei unseren psychisch kranken Mitarbeiterinnen stets erste Priorität, da sie gute Leistungen erbringen und Erträge erzielen wollten. Basteln war immer nur eine Notlösung!

Die finanziellen Probleme begleiteten unseren Verein durch all die Jahre. Bei der Gründung wurde der Name ERIKA gewählt, weil dies eine äusserst anspruchslose Pflanze ist, die auch auf kargem Boden und bei widrigen Bedingungen gedeiht.

Trotz der Erträge aus Arbeit und Unterstützung von Kanton und Bund mussten oft Gesuche gestellt werden, damit Wünsche (Sommerfeste, Ausflüge und Weihnachtsfeiern) erfüllt und die Defizite reduziert werden konnten. Wir danken den Behörden, unseren Mitgliedern und allen Gönnerinnen und Gönnern für die langjährige Treue und Unterstützung. Leider ist es uns nicht gelungen, weiterhin als selbständige Institution unsere Aufgaben zu erfüllen. So dürfen wir es als Glücksfall bezeichnen, dass wir per 1. Januar 2009 von der Stiftung Band-Werkstätten Basel übernommen werden konnten, unter Beibehaltung des jetzigen Standortes. Der Kontakt besteht seit längerer Zeit und wir durften bereits von der guten Auftragslage profitieren.

Da gemäss Gesetz eine Fusion von Verein und Stiftung nicht möglich ist, kam nur eine Übernahme in Frage, was bedeutete, dass der Verein Arbeitsstube ERIKA per 31. Dezember 2008 aufgelöst werden musste und sämtliche Aktiven und Passiven an die Stiftung Band-Werkstätten Basel übertragen werden. Dieser Entscheid wurde an der ausserordentlichen Mitgliederversammlung vom 3. Dezember 2008 von allen anwesenden Mitgliedern einstimmig gutgeheissen, da auch die Vorstandsmitglieder (seit August 2008 nur noch 4 statt 7) an Grenzen stiessen. Neue Vorstandsmitglieder zu finden war - trotz intensiver Bemühungen - nicht möglich. Ganz herzlich danke ich meinen Vorstandskolleginnen für ihre tatkräftige Unterstützung über viele Jahre.

Unsere psychisch kranken Mitarbeiterinnen wurden frühzeitig orientiert

und konnten die Band-Werkstätten an der Prattelerstrasse 23 besichtigen. Sie waren von der Grösse und den auszuführenden Arbeiten positiv beeindruckt.

Entscheidend war für alle jedoch die Zusage, dass alle Mitarbeiterinnen und die Betriebsleiterinnen weiter beschäftigt werden und dass der Standort am Nonnenweg 32 möglichst lange erhalten bleiben soll.

Seit Juni 2008 steht der Verein Arbeitsstube ERIKA als C-Mitglied unter dem Patronat der GGG (Gesellschaft für das Gute und Gemeinnützige) Basel. Sie wurde über unser Vorhaben orientiert und hat unseren Entscheid gutgeheissen. Wir danken herzlich für die gewährte finanzielle Unterstützung und für die Mithilfe und Beratung betreffend Auflösung unseres Vereins.

Uns allen ist dieser Entscheid mit der damit verbundenen Auflösung des Vereins Arbeitsstube ERIKA nicht leicht gefallen. Wir hoffen aber, dass wir richtig gehandelt haben und dass es gelingen möge, das angestrebte Ziel (Weiter- und Voll-Beschäftigung für die Frauen) zu erreichen.

Dem Stiftungsrat und dem Team der Band-Werkstätten Basel danken wir für die gute Zusammenarbeit in der Vorbereitungsphase und wünschen allen Beteiligten eine erfolgreiche Zukunft.

So verabschiede ich mich als Vizepräsidentin und danke allen von Herzen, die sich über viele Jahre für unsere psychisch kranken Mitarbeiterinnen und den Verein eingesetzt haben. Gleichzeitig bitte ich Sie, in Zukunft die Stiftung Band-Werkstätten Basel zu unterstützen und ihr das Wohlwollen zu schenken, das wir von Ihnen erfahren durften. Vielen Dank.

**Edith Rupp**

## Die Bandwerkstätten heute

Seit dem Entschluss der Arbeitsstube Erika, dieses Buch zu erstellen, bis zur Drucklegung hat sich für die Gruppe viel geändert – oder eigentlich fast gar nichts? Kommt wohl auf den Blickwinkel an!

Nach wie vor arbeiten die Frauen am gleichen Ort unter den gleichen äusseren Bedingungen und mit den gleichen Leiterinnen. Eigentlich nur diese bekommen die entlastenden Veränderung zu spüren, die es per 01.01.2009 gegeben hat. Seither können sie sich wesentlich intensiver der Betreuung widmen, denn sie haben einen Chef bekommen und mit und um ihn herum ein professionelles Management, das die administrativen Arbeiten, Verhandlungen mit Kantonen und Behörden sowie die Arbeitsakquisition übernommen hat. Wie kam es dazu? Zum genannten Datum wurde die Arbeitsgruppe Erika als Aussengruppe Erika in die effizient geführte Stiftung Band-Werkstätten Basel integriert.

Wer sind nun wir, die Stiftung Band-Werkstätten Basel?

Die Band-Werkstätten Basel wurden 1962 als Niederlassung von «das Band CH» gegründet und boten wenigen Menschen mit Behinderung einen geschützten Arbeitsplatz. 1974 entstand daraus eine eigenständige Institution, die Stiftung Band-Werkstätten Basel. «Zweck der Stiftung sind die Errichtung und der Betrieb geschützter Werkstätten; diese dienen sowohl der Ausbildung als der dauernden Beschäftigung körperlich, geistig oder psychisch behinderter Jugendlicher und Erwachsener.»

Von den zuerst wenig Arbeitsplätzen wuchs die Institution im Laufe der Jahrzehnte zu einem heute gut organisierten, erfolgreichen Unternehmen, das 40 Vollzeitarbeitsplätze für Menschen mit Behinderung anbietet. Diese Plätze werden von mehr als 40 Menschen in Anspruch genommen, da nicht alle ganztags arbeiten.

Das Arbeitsangebot ist vielfältig und daher für die einzelnen beschäftigten Menschen abwechslungsreich. Es reicht von Montagearbeiten – grossteils für die Elektro- und Sanitärbranche – über Mailings unterschiedlichster Art bis hin zur Erstellung hochwertiger Metallteile in der Mechanikabteilung. Auch der weltweite Bücherversand für einen Verlag war für einige Jahre Bestandteil unseres Auftragsportfolios. Damit sind unsere Möglichkeiten jedoch nicht erschöpft – wir sind immer neugierig auf Neues! Mein Ohr ist offen auch für ganz andere kreative Tätigkeitsfelder.

Im Laufe der Jahre hat – teilweise bedingt durch das Wachstum – der Standort innerhalb Basels einige Male gewechselt. Seit 2000 arbeiten wir in grosszügigen Räumlichkeiten auf zwei Etagen in der Prattelerstrasse. Seither können wir auch die Mitarbeitenden, die dies wünschen, mit einem Mittagstisch – Auswahl aus mehreren Gerichten pro Tag – vor Ort verpflegen.

Die Integration der Arbeitsstube Erika als Aussengruppe ging für die Klientinnen sehr sanft von statten. Für sie hat sich fast nichts geändert – ausser dass die Frauengruppe von Zeit zu Zeit einen Mann zu sehen bekommt, wenn einer der Betreuer Materialien für die Arbeit bringt oder fertige Arbeiten abholt – oder wenn ich als Institutionsleiter meine mindestens wöchentlichen Besuche bei der für uns neuen Aussengruppe abstatte. Dahinter aber wirkt das bewährte, engagierte und motivierte Management der Stiftung Band-Werkstätten Basel, das diese Institution zu dem gemacht hat, was sie im Laufe der letzten Jahre geworden ist: einer wirtschaftlich gesunden, bestens geführten Institution, die alle Anforderungen ökonomischer, agogischer und sozialpädagogischer Art optimal erfüllt und in der sowohl Mitarbeitende als auch Betreute gerne arbeiten.

**Roland Rüegg**

## Über die geschützte Werkstatt

Die geschützte Werkstatt vermittelt eine sinnvolle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und orientiert sich am Normalisierungskonzept. Sie bietet betreute Arbeitsplätze für Menschen mit Beeinträchtigung und trägt dadurch zu deren gesellschaftlicher Integration bei. Sie bietet die Möglichkeit, bei reduzierter Arbeitsfähigkeit eine angepasste Leistung zu erbringen. Dabei werden wertvolle vorhandene Talente und Ressourcen erkannt, gefördert und weiterentwickelt, um den Herausforderungen des Alltags gerecht zu werden. Die Arbeitsweise orientiert sich an marktwirtschaftlichen Kriterien.

Ziel ist es, Menschen mit Beeinträchtigung, die in der Wirtschaft nicht mehr integriert sind, über verschiedenste Arbeitsplätze sinnvolle, sinnstiftende und nachvollziehbare Tätigkeiten anzubieten.

Die Klientinnen und Klienten werden ermutigt, Neues zu entdecken, Vertrauen in ihre Fähigkeiten aufzubauen und bei einer Tätigkeit Befriedigung und Selbständigkeit zu erfahren.

Die sozialpädagogisch geführte Werkstatt bietet den Klientinnen und Klienten angepasste Arbeitsplätze für eine sinnvolle und anregende Tagesstruktur. Das Personal kommt aus den verschiedensten Berufen und hat zudem eine sozialpädagogische oder arbeitsagogische Ausbildung abgeschlossen.

## Über uns

Die Arbeitsstube Erika liegt in einem ruhigen Quartier und bietet 16 geschützte Arbeitsplätze für Frauen mit einer psychischen Beeinträchtigung an. Die Frauen wollen und können sich als Persönlichkeit ganzheitlich wahrnehmen, mitteilen und entfalten, Arbeitsleistungen erbringen, sich als Mitglied einer Gemeinschaft fühlen und integrieren. In der Arbeitsstube Erika wird ein Menschenbild der individuellen Förderung innerhalb der Rahmenbedingungen einer bestimmten Gemeinschaft gepflegt.

Die Arbeitsgruppe ist altersmässig durchmischt. Die Arbeitsabläufe sind transparent und abwechslungsreich. Die Frauen entwickeln eine überdurchschnittliche Identifikation mit dem Zweck ihrer Tätigkeit. Oft lernen sie das Produkt von der Entstehung bis zum Verkaufs- oder Gebrauchsort kennen.

Die Gruppe bleibt mit den 16 Teilnehmerinnen übersichtlich. Eine ganz auf die alltägliche Lebensbewältigung zielende Hilfestellung schafft für die Frauen entscheidende Sicherheit. Das Sommerfest, der Betriebsausflug und das Weihnachtsfest lockern den Alltag auf.

Die auf die Einzelpersonen in der Gruppe ausgerichtete Begleitung der Frauen, sowie der Arbeits- und Betreuungsstandard entsprechen vollumfänglich den Vorgaben der IV und sind SQS-zertifiziert.

Die zu erreichende hohe Arbeitsqualität und Termintreue sind wichtige Säulen unseres Dienstleistungsangebotes. Beide Faktoren gehören zu unserem Leistungsstandard. Wir begründen diesen mit unserer grossen Erfahrung, der Flexibilität aufgrund der kleinen Gruppe und der hohen Leistungsbereitschaft der Frauen. Ausserdem sind die Räume technisch gut ausgerüstet – und wir haben ein feines Gespür für geeignete Arbeit entwickelt.

### Über das Buch

17 Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen, alle mit schwierigen Lebenserfahrungen, entscheiden sich, ein Buch zu schreiben. 17 verschiedene Geschichten, die berühren. Wahre Begebenheiten, die einen innehalten, nachdenken und auch staunen lassen darüber, wie viel Kraft und Mut spürbar ist, weiter zu gehen und den Möglichkeiten eine Chance zu geben. Die Idee, dieses Buch der Öffentlichkeit zugänglich zu machen, entsteht erst bei dessen Zusammenstellung. Diese Entscheidung wirft Wellen.

Die Frauen bestimmen den Inhalt, helfen mit bei der Gestaltung. Sie setzen sich zusammen, diskutieren, kreieren und entscheiden. Sie fotografieren! Jede Frau sucht für sich ihr eigenes Bild, sei das ein Lieblingsort oder ein wichtiger Gegenstand. Es entstehen Fotos, die unmittelbar mit der jeweiligen Geschichte zu tun haben.

Die Frauen lernen, sich in neuen Rollen zu bewegen. Aktiv zu sein, an die Öffentlichkeit zu gelangen und mit ihren Geschichten mitzugestalten, beizutragen, vielleicht auch dazu, dass ihr Arbeitsraum in dieser Form erhalten bleiben kann.

Damit soll die Chance genutzt werden, auf unsere Institution aufmerksam zu machen. Wir sind gesamtschweizerisch die einzige geschützte Werkstätte, die Arbeitsplätze nur für Frauen anbietet. Dies soll erhalten bleiben. Die Lektüre dieses Buches ermöglicht den Leserinnen und Lesern

Einblick in unsere Tätigkeit und in die Geschichten der Frauen.

Das Buch kann gekauft werden und wir werden dadurch unterstützt.

Es wird mit dem Wildwuchs-Festival auf Tournee gehen und es werden Lesungen stattfinden.

Ganz herzlich danken wir Maya Käslin, Sozialpädagogin und Grafikdesignerin, für ihre Fachkenntnis und Unterstützung, für ihre Ideen und ihre Kreativität, für ihre Ruhe und Gelassenheit.

**Cornelia Wenk und Sibylla Müller**



32



## Jacqueline

### Mein bewegtes Leben

Geboren bin ich am 25. Januar 1964 in CH-Rheinfelden und zwar einen Monat zu früh. Mein Vater ist Musiker und meine Mutter kaufmännisch tätig. Wegen grossen Atmungsbeschwerden bei meiner Geburt wurde ein Luftröhrenschnitt gemacht. Ich hatte geringe Überlebenschancen im Brutkasten. Zum Erstaunen der Ärzte überlebte ich. Zurück blieb die spastische Lähmung. Die ersten Jahre meines Lebens verbrachte ich deswegen im Kinderspital. Mein Schuleintritt war im Frühling 1971 in CH-Rheinfelden. Nach neun Jahren Schulzeit folgten im Frühling 1980 zwei Jahre Haushaltungsschule (eine Lehre mit Diplom) in Solothurn. Ein weiteres Jahr betätigte ich mich als Kinderfrau bei einer Familie mit vier Mädchen. Es war lustig. Von 1984–2003 arbeitete ich als gelernte Ladenhilfe in einem Bébé-Geschäft: Eine schöne, bereichernde Zeit mit Kontakt zu vielen Menschen.

Meine Grosseltern, insbesondere meine Oma, haben mich sehr verwöhnt mit Liebe und Verständnis für meine Behinderung. Ich habe meiner Oma viel zu verdanken.

Meine Heirat war am 1. August 1997 in Grenzach-Wyhlen. Nach sieben Jahren Ehe liess ich mich scheiden. Seither lebe ich in meiner jetzigen schönen Wohnung.

All diese Lebenserfahrungen, dem Auf und Ab meines Lebens zum Trotz, machten mich zu einem glücklichen, zufriedenen und selbständigen Menschen, der aus einer gesunden Seele Mut und Kraft schöpfen kann.

Ich habe viele Freunde und dies bereichert mein Leben sehr, nicht zu vergessen sind meine beiden Katzen Bibsi und Babsi.

Ich belege jedes Jahr ein bis zwei Kurse und lerne viel Neues kennen. Dadurch langweile ich mich nie und bin zufrieden und dankbar. Auch reise ich «fürs Leben gerne» in die Ferien.

# Anita



## **Zeiten der Geborgenheit**

Die ständige Anwesenheit meiner Mutter gab mir als Kind und in meiner Jugend ein Gefühl der Geborgenheit, von Halt und Verlässlichkeit. Mein Vater hat mir und meiner Schwester Monika eine Puppenstube gebastelt. Meine Mutter half bei der Innenausstattung der Puppenstube. Meine Eltern gaben mir damit das Gefühl, dass sie für mich da waren.

Als ich etwa sieben Jahre alt war, half ich mir selber mit der Vorstellung, ich läge geborgen in einem Kinderwagen. So fühlte ich mich geschützt. Während meiner Primarschulzeit spielte ich oft mit Nachbarskindern Sitzball oder Federball. Wir hatten es stets lustig. Meine Freundin Jacinta erzählte oft originelle Witze. Diese Freundschaft tat mir sehr gut. Es hat mir Kraft gegeben, dass meine Eltern für mich gesorgt haben, als ich ein kleines Mädchen war.

Heute kann ich mir selber Kraft geben durch gute Gedanken. Wenn ich ein gutes Essen koche, tue ich mir Gutes und wenn ich putze, fühle ich mich stark. Unterstützung von Freunden, die an mich glauben, das gibt mir Kraft.



## Ursula

### **Kraft für Körper und Seele**

Es gibt Dinge, die mir Kraft für meinen Körper geben, und es gibt verschiedene Sachen, die meiner Seele gut tun. Wenn ich schlecht geschlafen habe, krank bin oder mich sonst unwohl fühle, dann gibt mir die Natur Kraft. Ich schaue z. B. dem beginnenden Frühling zu, höre die Vögel zwitschern, oder ich mache einen Spaziergang im nahen Park. Dann fühle ich mich sofort etwas besser. Dann denke ich: So schön kann es nur der Schöpfer gemacht haben! Dieser Gedanke erfreut mein Herz.

Ich fühle mich traurig, weil meine Kinder nicht da sind. Schliesslich gehen die «Kleinen» zur Schule. Die Zeit vergeht und sie werden schnell gross. Alle Kinder verlassen irgendwann einmal das Elternhaus. Dann erinnere ich mich an ihr Lachen und Weinen, als sie noch klein waren, an ihr unbekümmertes Spielen. Und ich freue mich, dass es sie gibt.

Wenn ich am Mittag nach der Arbeit nach Hause komme und die Tür öffne, so steht mein Mann im Korridor und empfängt mich mit offenen Armen. Dabei hüpfen mein Herz vor Freude, und ich fühle mich glücklich. So gibt mir vieles Kraft, und ich verliere das Positive nicht aus den Augen.



## Rubini

Nur wer sät  
kann auch ernten.



## Susi

### Meine Kraftquellen

- dass ich arbeiten kann
- ein zügiger Lauf an der frischen Luft
- eine Velofahrt durch die Natur
- ein gesundes Essen mit Gemüse, Fleisch und Salat
- die Pflege meiner vielseitigen Hobbys:  
Blumendekorationen, Backen, Kochrezepte ausprobieren,  
Konfitüre einkochen, Patchwork-Jacke, Kleider und Taschen nähen,  
Halsketten mit farbigen Perlen auffassen, Karten basteln etc.
- Konzertbesuch (mit Posaune, Flöte, Panflöte, Harfe, Klavier)
- schöne Lieder hören oder singen
- einen Kurs besuchen
- mit dem Schiff oder mit dem Zug ausfahren
- Kraft schöpfen aus der Stille: In der Ruhe liegt die Kraft!
- Kontakte pflegen: telefonieren mit Freundinnen, Besuche machen
- positive Leute, die mich aufstellen
- Einladung zum Essen

Ich habe eine Beziehung zu Gott, und wenn ich mit ihm spreche, gibt er mir Kraft und führt mich durch mein ganzes Leben.

Eine Freude vertreibt hundert Sorgen. (Sprichwort)



## Sylvia

### **Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte**

Ich steckte in einer Lebenskrise und wurde psychisch krank. Das kam so: Einerseits versuchte ich in der freien Wirtschaft in einer Fabrik zu arbeiten, andererseits war ich mit den strengen Bedingungen in der Firma überfordert. Weil ich an einer schnellen Einpackmaschine zu langsam arbeitete, hat man mir gekündigt. Ich kam mir als Versager vor, reagierte krankhaft und musste für zirka drei Monate in die Luzernische Psychiatrische Klinik St. Urban eintreten. Es erging mir bald besser und ich konnte wieder bei meinem Vater in Hochdorf in einem Chalet auf dem Land wohnen. Wir kamen gut miteinander aus.

In einer folgenden Zeit der Arbeitslosigkeit brauchte ich viel Geduld, bis sich eine Tür auftat: Ich konnte in einer geschützten Arbeitsstelle, in der Stiftung Brändi in Luzern, zu arbeiten beginnen. Ich war froh, einen geregelten Tagesablauf zu haben. In den folgenden zwei Jahren begleitete mich ein Gebet von Antoine de Saint-Exupéry: «Ich bitte nicht um Wunder und Visionen, Herr, sondern um die Kraft für den Alltag. Lehre mich die Kunst der kleinen Schritte.» Das Gebet und der Glaube an Gott gaben mir immer wieder die Kraft, nicht aufzugeben. Das hatte ich nötig, denn ich war in jener Zeit viel deprimiert und ich hatte oft keine Lebensfreude.

Im Sommer 2003 war ich nicht mehr zufrieden mit meiner Lebenssituation, eine innere Unruhe packte mich. Ich bekam eine zündende Idee, wie ich aus meiner unzufriedenen Lebenslage ausbrechen könnte: Ich meldete mich an der Bibelschule St. Chrischona in Bettingen, Nähe Basel an.

Nun hatte ich plötzlich ein neues Ziel vor Augen, den biblischen Jahreskurs von August 2003 bis Juni 2004 zu absolvieren. Der Spruch aus der Bibel

«Alles hat seine Zeit» bewahrheitete sich. Mit grosser Vorfreude erlebte ich die letzten Wochen in Luzern und zügelte anschliessend im August 2003 nach St. Chrischona, Bettingen. Es folgte ein glückliches Studienjahr, in dem ich neben der Schule auch mein Leben teilte in der Gemeinschaft mit Mitstudentinnen und -studenten. Ich blühte richtig auf, denn ich bin nach einer Wüstenzeit meines Lebens bei einer Oase angekommen. Ich fühlte mich wie ein blühender, bewässerter Garten.

Leider ging das Bibeljahr viel zu schnell vorbei. Nach diesem Jahr wollte ich in der freien Wirtschaft arbeiten und habe mich dabei überschätzt. Zwar verlief mein Umzug im Juni 2004 nach Riehen reibungslos, aber es kam trotzdem zuviel zusammen. Das forderte seinen Tribut: Meine Krankheit schlug wieder massiv zu. Folglich musste ich für einige Wochen in die Psychiatrische Universitätsklinik Basel eintreten. Mir wurde geholfen, denn es hatte gute Ärzte und Therapien. Erst in dieser Zeit wurde mir meine psychische Erkrankung richtig erklärt, so dass ich lernte, diese meine Grenze besser zu verstehen. Bis Ende des Jahres 2004 lebte ich fortan in einer betreuten Wohngemeinschaft. Mit Geduld und in kleinen Schritten ging es wieder aufwärts. Am Wochenende wohnte ich jeweils allein in meiner Wohnung in Riehen, und am Sonntagabend kehrte ich in die Wohngemeinschaft nach Basel zurück. Dann gab es eine strukturierte Woche, in der wir miteinander einkauften, kochten, putzten usw. Am Donnerstagabend unternahmen wir einen Ausflug, z. B. in ein Museum.

Einen weiteren Schritt wagte ich im Oktober 2004. Ich konnte in der geschützten Werkstätte «Arbeitsstube Erika» in Basel zu arbeiten beginnen. Ich fühlte mich von Anfang an am richtigen Platz. Das gute Miteinander unter den Frauen und die positive Arbeitsatmosphäre motivierten mich. Ein grosser Moment kam Ende Jahr auf mich zu: Ich konnte aus der Wohngemeinschaft austreten, um wieder allein in meiner Wohnung zu sein. Das klappte prima, denn mein Zustand war wieder stabil.

Nun hatte ich einen weiteren Zukunftsplan vor mir: Im Februar 2005 begann ich einen Kurs im PSAG Besuchsdienst in Basel in der Betagtenbetreuung. Dieser dreimonatige Kurs war toll und interessant. Nach dieser Zeit war ich befugt, betagte Menschen zu betreuen.

So konnte ich an je drei Nachmittagen Besuche machen, welche jeweils zwei Stunden dauerten. Diese sinnvolle Aufgabe bereitete mir von Anfang an Freude, bedeutete zugleich auch eine Herausforderung. Denn es gibt

nicht nur zufriedene alte Menschen, sondern auch verbitterte. Ich lernte, mit allen umzugehen.

Von vielen Bekannten und Freunden wurde ich unterstützt, meinen Weg zu finden und zu gehen. Da es mir wieder gut geht, ist es mir ein Anliegen, meine Mitmenschen zu ermutigen. In einem Gedicht kommt dies auch so schön zum Ausdruck:

«Manche Menschen wissen nicht, wie wichtig es ist,  
dass sie einfach da sind -  
Manche Menschen wissen nicht, wie gut es ist,  
wie gut es tut, sie nur zu sehen -  
Manche Menschen wissen nicht, wie tröstlich für uns  
ihr Lächeln ist -  
Manche Menschen wissen nicht, wie wohltuend  
ihre Nähe für uns ist -  
Manche Menschen wissen nicht, wie viel ärmer wir  
ohne sie wären -  
Manche Menschen wissen nicht, dass sie für uns  
ein Geschenk des Himmels sind -  
Manche Menschen wissen nicht, wie sehr wir ihren Rat,  
ihr Verständnis, ihre Liebe brauchen -  
Sie wüssten's, würden wir's ihnen sagen!  
Sagen wir's einander?  
Ich sag's dir heute: Du bist ein Geschenk für mich!»

Heute bin ich glücklich, ein sinnerfülltes Leben führen zu können. Ich wohne immer noch in Riehen und arbeite in Basel an den gleichen Stellen. Da bin ich zu Hause, denn ich fühle mich in der Gesellschaft integriert und ernstgenommen dank meinem Bekannten- und Freundeskreis. Ich hoffe, ich kann mit Gottes Hilfe noch viele Jahre solch ein ausgewogenes und erfülltes Leben führen.



## Susanne

Gesund sein und in  
Frieden leben, das  
ist Glück.

# Merlitta



## Meine Zukunftspläne

Ich wurde am 20. Mai 1954 in Angelescity Pampanga (Philippinen) als fünftes von neun Kindern geboren.

Da meine Eltern arbeiten mussten, war es meine Aufgabe, die kleineren Geschwister zu betreuen. Ich kochte ihnen das Essen, badete sie und spielte mit ihnen. Es war eine schöne Aufgabe. Doch es war auch schön, als ich in die Schule gehen durfte. Am liebsten hatte ich das Fach Lesen.

Nach zehn Jahren Unterricht fand ich Arbeit in einem Kleiderladen, in dem ich Fr. 1000.– im Monat verdiente.

Das war viel für unser Dorf. Eines Tages kam ein Mann in den Laden und kaufte Kleider. Er kam immer wieder, kaufte Hosen, kaufte Pullover und er hätte bald selber einen Laden aufmachen können. Er war Schweizer und ich verliebte mich in ihn. Wir heirateten, und so kam ich nach Basel.

In der Migros-Clubschule lernte ich deutsch sprechen. Ich bekam zwei Töchter, Jolanda und Jacqueline. Die Ehe hielt leider nicht, doch ich wollte in der Schweiz bleiben. Doch jetzt ist meine Mutter alt und braucht mich.

Darum habe ich mich entschlossen, in mein Dorf zurückzugehen. Mit Hilfe meines Bruders werde ich dort einen kleinen Lebensmittelladen eröffnen, und darauf freue ich mich. Es gibt mir Kraft, für meine Mutter da sein zu dürfen. Aber ich fühle mich auch stark genug, wenn ich daran denke, später wieder einmal in die Schweiz zurückzukommen, denn ich liebe meine zweite Heimat sehr. In Zukunft möchte ich auch wieder mit meinen Kindern zusammen sein.

# Brigitte



## Damals und heute

Ich erblickte im Kinderspital in Liestal BL das Licht der Welt. Anfangs wohnten meine Eltern und ich bei meiner Grossmutter (Vaters Mutter) in Thürnen BL. Grossvater hatte ich nie kennengelernt. Er starb einige Monate vor meiner Geburt. Meine Mutter hatte nie Geld, weil mein Vater Alkoholiker war. Er war fast nie zu Hause. Nach der Arbeit ging er in die Wirtschaft und kam spät nach Hause. Manchmal musste meine Mutter leere Bierflaschen sammeln, dass wir wenigstens eine Suppe hatten. Auch wenn Grossmutter meine Mutter nicht mochte, weil sie Ausländerin war (Mutter kam aus Österreich), gab Grossmutter ihr manchmal etwas Geld. Ich kann mich fast nicht mehr an meine Grossmutter erinnern, nur an den Tag, als sie gestorben ist. Ich war damals vier Jahre alt. An dem Tag sperrte mich meine Mutter ins Nebenzimmer. Da ich wissen wollte, was nebenan geschah, schaute ich durchs Schlüsselloch. Ich sah, dass Männer meine Grossmutter forttrugen. Ich konnte damit nichts anfangen, und ich begriff auch nicht, warum Grossmutter nicht mehr nach mir rief. Jeden Tag fragte ich meinen Vater nach meiner Grossmutter. Die Antwort, die ich von ihm bekam, verstehe ich heute noch nicht. Er sagte: «Deine Grossmutter ging einen Kaffee trinken und kommt gleich wieder.» Warum konnte er nicht sagen, dass sie im Himmel ist? Ich weiss nicht mehr, wie es geschah, aber plötzlich wusste ich, dass meine Grossmutter nie mehr kommen würde.

Ich war sechs Jahre alt, als wir nach Buckten BL zogen. Wir blieben nicht lange, weil Vater finanzielle Probleme hatte. Wir zogen wieder um ins Nachbardorf Rümelingen BL. Dort erlebte ich eine schöne, aber auch eine angstvolle Zeit. Der Grund der Angst war, dass Vater oft betrunken nach

Hause kam und meine Mutter ohne Grund schlug. Ich hörte sie weinen, und ich weinte auch.

Die schöne Zeit war, dass ich einen Jungen kennengelernt habe. Er war ein Jahr älter als ich. Immer nach der Schule waren wir zusammen, bauten Holzhütten, fuhren mit den Trottinets durchs Dorf. Er hatte mir sein altes Gefährt geschenkt. Wenn ich nach der Schule nicht nach Hause kam, wusste meine Mutter, wo sie mich suchen musste. An einem heissen Sommer, es waren Schulferien, durften mein Freund und ich in Häfelfingen BL eine Woche lang bei der Heuernte mithelfen. Vom Bauern bekamen wir jeden Tag fünf Franken. Da ich wusste, dass meine Mutter kein Geld hatte, gab ich es ihr.

Eines Tages kam ich mit einem fremden Dreirad nach Hause. Als meine Mutter mich sah, weinte sie, weil sie mir kein eigenes neues Dreirad kaufen konnte. Im Dorf gab es eine Frau, die Mutter etwas unterstützte. Ich bekam Kleider, Schuhe und auch einen Schlitten. Es war auch die Frau, die meiner Mutter sagte, dass es im Tonwerk Lausen Arbeit gab. Als meine Mutter die Stelle bekam, ging es unserer Familie besser. Trotzdem war mein Vater noch weniger zu Hause. Er war Zimmermann, und es gab im Dorf nur eine Schreinerei. Mein Vater arbeitete, wie viele Männer, bei dieser Firma.

Meine Eltern bekamen einen Brief von der Lehrerin. Sie schrieb, dass ich in der Schule nicht mitkam. Ich musste in ein Schulheim, als ich elf Jahre alt war. Zuerst wollte ich nicht gehen, weil ich glaubte, meine Eltern liebten mich nicht mehr. Heute weiss ich, dass es gut war, denn der neue Lehrer kümmerte sich sehr um uns.

Als es Zeit war, mich an eine Sekundarschule zu schicken, nahm sich mein Vater nicht die Mühe, mich dort anzumelden. Nach der Heim-Schule ging ich für zwei Jahre in eine Haushaltungsschule nach Köniz BE. Danach folgte ein schwerer Lebensabschnitt, denn ich war arbeitslos. Eines Tages sagte man mir, ich sei geistig behindert. Zuerst glaubte ich daran, später dachte ich darüber nach und glaubte nicht mehr an diese Lüge.

Plötzlich bekam ich Arbeit in einer geschützten Werkstatt. Zuerst hatte ich grosse Mühe, mich anzupassen. Ich war ein ruhiger Mensch. Meine damalige Chefin bestätigte mir, dass ich gar nicht geistig behindert war, nur etwas verlangsamt.

Mit einer Frau kam ich sehr gut aus. Auch sie ist in diesem Schulheim gewesen. Seither hab ich sie nie mehr angetroffen, erst als ich sie wieder-

sah in der geschützten Werkstatt. Nebst der gemeinsamen Arbeitsstelle waren wir auch privat viel zusammen. Wenn die Kollegin etwas Neues ausprobieren wollte, sagte ihre Mutter: «Das kannst du nicht!» Diese Tatsache machte mich wütend. Ich war überzeugt, man muss im Leben alles probieren. Ich habe viel versucht, scheiterte manchmal, aber ich gab nie auf! Wenn ich einen Sieg errungen hatte, war ich glücklich und das gab mir Kraft und den Mut weiterzumachen.

Man sollte auch vermeiden, einem Kind zu sagen: «Das kannst du nicht.» Heute traue ich mir vieles zu und bin froh darüber, dass ich nie aufgegeben habe!



## Silvia

Freude habe ich an der Natur, besonders an Pflanzen und Tieren. Auch kleine Kinder erfreuen mich, sowie Handarbeiten und Ausflüge. Ich liebe auch lustige Situationen und den Kontakt mit meinen Kindern.

## Myriam



### **Mein werdendes Baby – meine Freude**

Kraft gibt mir das werdende Baby sowie eine gute Schwangerschaft. Ich bin froh, dass ich keine Übelkeit verspüre und habe grosse Hoffnung, dass das Kind gesund heranwächst. Mir gibt auch Kraft, dass meine Partnerschaft gut funktioniert und auch mein Freund sich auf das Baby freut.



## Beatrice

### Us miim bewegte Läbe

Ich bi e ächti Baslere und möcht nüt anders sii. Mir sin vier Schwöschtere, und ich ha das ganz agnähm gfunde, ussert, we mi eini verrätscht het. Ich bi gärn in d'Schuel, aber woni fuffzäh gsi bi, händ sich mini Eltere lo scheid. Denn hani die schlimmscht Erfahrig vo mim Lääbe müesse mache: Mir Meitli sin verteilt worde. Ich bi nach Gontiswil zu Bärnguure choo, und das isch ganz, ganz schlimm gsii für mi. Es het nüt anders gäh, als vom morge früh bis zoobe spoot chrampfe. Ich glaub, es cha chuum öpper ermässe, wie ich ha Heimweh ghaa. Dr einzig Liechtbligg und s'einzig, wo mir Chraft gäh het, isch e jungs Ross gsii. Wenns mi gseh het, hets mit de Hinterbei afooh usschloo, das isch sini freudigi Begrüessig gsii. Ich weiss, es het mi gärn ghaa.

Nach anderthalb Jahr bin ich zrug zu mim Vatter nach Basel cho, ha denn inere Beggerei, spöter in dr Ciba gschafft, wo ni au ha müesse chrampfe. Wo denn mi Sohn, dr Steffi, isch uff d'Wält choo und glii ins «Tagi» het müesse, ischs au nid immer liecht gsii, aber trotzdem grad e Zuggerschlägge gäge die Zyt uff am Buurehof.

Woni no jünger gsi bi, hani oft ghaderet mit mim Schicksal, aber zum jetzige Zytunkt sehn ich au die schöne Siite vo mim Lääbe. Es het doch au viel Positivs gääh. Im Momänt gniess ich s'guete Zämesii mit mine Schwöschtere, das sterkt mi au. Öppis Wichtigs möchti no erwähne, woni au immer wider e bitz Chraft krieg: Ich cha sauguet strigge! Jedi Striggete fang i mit Freud aa, well i weiss, au das git kei Putzlumpe, sondern öppis Schöns, wo me cha Freud dra haa!

# Elisabeth



## Trost aus der Bibel

Mein Leben ist mit vielen Problemen beladen. Trotzdem finde ich in der Bibel einen Trost:

«Kommet her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.» (Matth. 11,28)

«Jesus aber sprach zu ihnen: Wer zu mir kommt, den werde ich nicht hinausstossen.» (Joh. 6,37)

Meine Freuden sind ausserdem: die Astronomie, welche in Sonne, Mond und Sternen so gewaltig zum Ausdruck kommt. Ausserdem liebe ich Tiere und Blumen, sowie Kochen, Backen, die Musik und das Filmen. Auch bin ich froh, in einer geschützten Werkstätte, in der Erikastube in Basel, arbeiten zu können.



## Daniela

Viele wollen sehen  
um zu glauben.  
Wir glauben,  
darum sehen wir.

## Heidi



### **Der Mut und die Kraft!**

In Zeiten, in denen ich mut- und kraftlos bin, ist es schwer, an die Zukunft zu glauben. Ich versuche dann, mich dem kleinen Glück zu widmen, bis die Kraft wiederkehrt. Kleines Glück bedeutet für mich, mit meinem Fotoapparat hinaus in die Natur zu gehen. Dabei gelingt es mir, einen winzigen Teil der Schönheit unserer Erde einzufangen.

Es gibt kein schöneres Gefühl, als im Frühling die Stiefmütterchen, im Sommer ein Bächlein, im Herbst das gelbe Laub und einen verschneiten Weg im Winter, alles in seiner Pracht bildlich festzuhalten.

Damit kann ich mir und vielen anderen Menschen eine Freude machen. Freuen über Augenblicke, auf die Wahrscheinlichkeit, dass heute Nacht die Sterne am Himmel stehen und morgen die Sonne aufs Neue scheint.

Ich versuche, meine Wurzeln ins Heute zu treiben, bis die Kraft wächst, ans Morgen zu denken!

## Die Zeit! Was gibt mir Kraft?

Es gab eine Zeit, da wünschte ich mir alle möglichen Gaben, doch ein Wunsch war sehr stark, nämlich Kinder zu haben. Es blieb nicht nur ein Wunsch und mich begleitete ein Wissen: meine Kinder, diese zwei liebsten Menschen, möchte ich nie, nie missen.

Alleinerziehend bestand meine Zeit meist aus hasten und rennen, oft fehlte sogar Zeit zum Zufrieden sein können. Doch ich lernte, mir Zeit zu nehmen, mit den Kindern spielen und singen. Ich wusste, diese wichtige Zeit muss ich nutzen, die kann uns viel bringen.

Später die Schule, viel Arbeit, mir fehlte die Zeit für mein Tun und mein Denken, nicht nur für mich, sondern auch zum Verschenken. Wichtig war die Zeit, in der es hiess, Beziehungen muss man pflegen, das hiess: streiten, sich versöhnen und zusammenraufen, eben Erwachsenenleben. Wie schön waren doch die Versuche, nach den Sternen zu greifen. Wir alle drei brauchten noch Zeit zu wachsen, das heisst, zu reifen. Als kleine Menschen brauchten sie meine Kraft und meinen Mut. Später, in meinen Krisen, kam es hundertfach zurück und tat unendlich gut. Auf unserem gemeinsamen Weg hatte ich Zeit, zu mir selber zu finden. Meine zwei tollen Kinder, sie geben mir Kraft, ohne sie hätte ich einiges nicht geschafft!

Heute ist es mir gegönnt, jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden. Heute habe ich Zeit nur für mich, es gibt nichts mehr zu verschieben. Und Hoffnung, in welcher Form auch immer, gibt immer neu die Kraft, zu lieben, auch immer aufs Neue zu staunen, aufzubauen, vielleicht sogar eines Tages wieder zu vertrauen.



# Conny



## **Der lange Weg zu mir zurück**

Ich ging durch die Hölle und trotzdem fand ich den Weg zu mir zurück. Gefangen von Depressionen, Psychosen und dunklen Gedanken spürte ich weder die Wärme der Sonne noch die Kälte des Winters. Alles war verstummt in mir, das Leben ging an mir vorbei, jeder Tag wie der andere eine Qual. Ich habe den Weg wieder zu mir zurückgefunden. Es brauchte viele Jahre dazu. Schritt für Schritt, begleitet von Therapien, habe ich angefangen, die Natur (Bäume, Blumen und Tiere) mit andern Augen zu betrachten. Ich habe aus ihr meine verloren geglaubte Kraft und Energie zurückbekommen. Zudem fing ich an, Gedichte und meine Gedanken auf Papier zu bringen. Das gab mir Kraft zu leben. In meinen schriftlichen Gedanken ist alles enthalten: Verzweiflung, Angst und Trauer. Aber ich habe sie für mich ins Positive umgewandelt. Mein Fazit ist: Am Schluss ist alles offen über den Weg, den du selber gehen willst.

Die Jahre verblühen wie die Rose an einem Tag.

## Gedankenspiel

«Es war einmal eine Zeit,  
in der auf der Welt alles ruhig und dunkel war,  
wo die Freiheit noch ein Wort bedeutete und  
nicht nur ein Name.  
Diese Zeit wird eines Tages wiederkehren.»  
Wenn die Nacht den Tag verabschiedet  
und die dunklen Schatten der Nacht die Angst heraufbeschwören,  
das Dunkle, Undurchdringliche sich auf dich herniederlegt  
und dich erdrücken will,  
dann das Licht einer Kerze den dunklen Vorhang zerreisst  
und warm der Schein auf deine Seele fällt,  
dann ist herangebrochen die Zeit für dich,  
sich schwingend dem Himmel empor durch Wolken  
und Dunkelheit ins Licht des Lebens zu gleiten,  
einem Engel gleich.  
Dort herrscht Friede und Liebe und nicht Geld und Macht,  
keine Dunkelheit des Hasses dich beherrschen.





## Verena

### Mein Leben

Ich bin am 10. Februar 1945 geboren. Meine Zeit als Kleinkind war schön. Ich war jedoch so viel krank, dass ich in der Schule zurückversetzt wurde. Ja, ja, die Schule, sie war nicht meine Stärke! Nach der Schulzeit absolvierte ich eine Lehre als Floristin. Es bereitete mir viel Freude, aus Blumen etwas Schönes, Lebendiges zu kreieren, und ich hatte die Phantasie und die nötige Ruhe dazu. Lange Zeit übte ich diesen Beruf aus, was mich glücklich machte, bis Neid und Missgunst alles zunichte machten. Folglich hatte ich den Lebensinhalt verloren und wusste nicht weiter.

Eine Tür tat sich auf: Ich wagte den Sprung in die Schuhbranche. Der Verkauf von Schuhen machte mir einerseits Freude, andererseits trauerte ich meinem Beruf als Floristin nach, in dem ich Erfüllung erlebte und mich darin lebendig fühlte.

Ich bin von kleiner Statur, aber auch eine hübsche Frau. Zudem war ich in meiner Jugend humorvoll und kam überall gut an. Das nutzte ich aus, denn ich hatte viele Freundschaften, zu viele.

Ich war übermütig, naiv und überhaupt nicht informiert über das Thema Mann/Frau. Dann kam der Moment, da ich mit 16 Jahren meinen Blick auf Männer richtete. Der Himmel hing voller Geigen, denn ich verliebte mich und fand meine grosse Liebe. Ich war glücklich, bis der Tag kam, an dem ich mit meiner Mutter zum Arzt ging. Er schaute mich ernst an und sagte: «Sie bekommen ein Kind!» Ich war glücklich und traurig zugleich, denn ich wusste, dass meine Mutter die Schwangerschaft niemals zulassen würde. Es kam noch dazu, dass mein Freund verheiratet war. Ich hatte lange Mühe, darüber, dass ich abtreiben musste, hinwegzukommen.

Ich zog mich zurück und fand nie mehr das Glück, einen Partner zu finden. Mir blieb die Hoffnung, meinen geliebten Beruf als Floristin zu meinem Lebensinhalt zu machen bis zum Ende meines Lebens, doch es kam alles anders. Meine Mutter trat immer mehr in mein Leben und nahm mich in Beschlag, folglich war ich nur noch für sie da. Ich ging mit ihr in den Ausgang, nahm sie überall mit.

Auch um meinen Vater kümmerte ich mich, aber er stand immer ein wenig zurück. Doch wenn ich mit Vater zusammen war, ging es immer lustig zu und her. Die Spaziergänge mit ihm waren jedes Mal ein Erlebnis. So habe ich beigetragen, dass meine Eltern ein schönes Rentenalter hatten.

Wie schon erwähnt, übte ich meinen zweiten Beruf als Schuhverkäuferin aus. Es war zwar nicht meine Erfüllung, trotzdem wurden 26 Jahre daraus. In den letzten Jahren wurde ich immer mehr gemobbt und ich wurde schwer krank. Auch die Pflege meiner Mutter wurde mir zu viel. Sie kam in ein Heim, was ihr gar nicht gefiel. Ich fühlte mich schuldig, dass ich meine Mutter nicht mehr pflegen konnte. Sie starb vor drei Jahren mit 94 Jahren, worüber ich sehr traurig war.

Gott wird mir helfen, den goldenen Abschnitt, meine Zukunft, schön zu gestalten, bis er mich zu sich holt.



## Impressum

**Herausgeberin:** Aussengruppe Erika, Nonnenweg 32, 4053 Basel,  
[www.band-werkstaetten.ch](http://www.band-werkstaetten.ch)

**Dank:** Futurum Stiftung, Basel; Kiwanis Club Basel Merian und  
Vorstadt Gesellschaft zur Krähe, Basel

**Buchidee:** Angela Gerik und Cornelia Wenk

**Projektleiterin:** Sibylla Müller

**Konzept und Gestaltung:** Maya Käslin, [www.mayakaeslin.ch](http://www.mayakaeslin.ch)

**Fotografie:** von den Frauen der Aussengruppe Erika,  
mit speziellem Dank an Heidi Meneghini; S. 61 Andrea Sigg

**Lektorat:** Edith Rupp und Edeltraud Schmitz-Angelini

**Dank:** Sibylla Müller und Andrea Sigg

**Druck:** von Ah Druck, Sarnen

**Buchbindung:** An der Reuss, Littau

**Auflage:** 300 Exemplare

**Festival:** [www.wildwuchs.ch](http://www.wildwuchs.ch)

**Copyright 2009:** Aussengruppe Erika, Basel

