



Huuszytig Solino

Informationen aus dem Solino Boswil – Wohnen im Alter | Ausgabe Nr. 11 | April 2020

Aus unserem Vorstand – ein Mann im Mittelpunkt

Weit über das Freiamt hinaus kennt man Cornel Villiger als erfolgreichen Handbike-Athleten. Neben seiner Familie engagiert er sich in regionalen Vereinen und Gruppierungen als aktives Mitglied. In zwei Vereinen gar im Vorstand, im «Para Racing Team» und im Solino – Wohnen im Alter als Vize-Präsident. Seinen Werdegang durfte er schon öfters an Veranstaltungen und Podien präsentieren. Heute beschreibt er seine Geschichte, erzählt von seinen Erfolgen und auch Tiefs in unserer «Huuszytig».

Handicap hin oder her – viele ist möglich

Ich ohne Sport? Das konnte ich mir nie vorstellen. Seit meiner Jugendzeit betrieb ich Wettkampfsport als Leichtathlet und Läufer. Durch einen schweren Motorradunfall auf der Rückfahrt als Leiter eines Jugendsportlagers im Juli 2004 erlitt ich eine Querschnittlähmung (Paraplegie), seither rolle ich mit dem Rollstuhl durchs Leben. Unverschuldet auf einer riesigen Öllache in einer Kurve ausgerutscht und mit einer Brückenmauer kopfveran kollidiert.



Cornel Villiger im Element an seinem Handbike

Vom Sicherheitspolizei-Instruktor und Polizei-Grenadier – meine Challenge vor dem Unfall – wanderte ich weiter zum Betriebswirt, noch immer bei der KAPO Aargau. Sportlich entwickelte ich mich vom Läufer, Biker, Inliner, Skifahrer und Snowboarder zum Rollstuhlleichtathleten, Handbiker und «Langläufer». Und der Spassfaktor ist mindestens so hoch. Früher wie noch heute kann ich auf ein hervorragendes Umfeld zählen, welches mich im sportlichen Aufbau unterstützt, sei es in Trainingspartnern, den Sponso-

ren und natürlich der Familie und Freunden.

Change und Chance im Leben

Vorher sehr aktiv unterwegs im Leben, auf vielen «Hochzeiten» gleichzeitig getanzt, die Agenda immer reizvoll gefüllt und hoch motiviert unterwegs im Leben. Und dann plötzlich und unverhofft: ein Hammerschlag und nur schon glücklich, wenn du ein solches Ereignis überhaupt überlebst.

Ich erinnere mich gut an den Moment auf der Unfallstelle, als ich blitzschnell realisierte, dass sich

Fortsetzung von Seite 1

mein Leben komplett verändern wird. Die Gedanken an meinen damals 10 Monate alten Sohn Gian und an meine Frau Karin. Und ich drückte dort, hilflos auf dem Asphalt und am Abgrund liegend den Knopf «Neustart». Der Kampf zurück ins Leben startete ich genau dort.

Feste Säulen im Leben

Mir war immer wichtig, meine Lebenszeit auf verschiedene «Lebenspfeiler» aufzuteilen. Ich denke hier an die Familie, an den Beruf, den Sport und die Vereinsangehörigkeit und an das soziale Umfeld mit Freunden. Meine Überzeugung war und ist noch heute, dass dies einerseits das Leben ausgewogen, vielseitig und in einem «Krisenfall» auch weniger anfällig macht. Und genau auf diese starken Stützen konnte ich mich immer verlassen.

Zurück in den Wettkampfsport

Auf der Intensivstation schon, nach der definitiven Diagnose der irreparablen und kompletten Paraplegie war mir klar, dass ich meinen Körper neu fordern werde und alle verfügbaren, ansteuerbare Muskeln reizen und aufbauen werde. Einfach, um mit der eigenen Körperkraft von A nach B zu gelangen und ein eigenständiges Leben mit guter Lebensqualität weiterführen zu können.

Dass der neue Reiz und meine Grundmotivation mich zurück in die neuen Sportarten bringen wird, war anscheinend meinem Umfeld sehr bald klar. Ich selbst wollte zuerst abtasten, ob ich denn auch den notwendigen Spassfaktor und Reiz wieder verspüren werde. Natürlich. Nach der Rehabilitation liess ich mir einen Rennrollstuhl und ein Handbike anfertigen, investierte in einen eigenen Kraftkeller und machte meinen Leistungssport wie früher als Läufer einfach weiter. In einer anderen Form zwar, aber immer noch bissig und motiviert.

Und wenn ich heute auf den Tachometer im Handbike blicke oder die Gewichte im Krafttraining kontrolliere – ja dann weiss ich genau: egal in welcher Situation, wenn die Motivation und der Reiz stimmen, dann ist so vieles wieder möglich. Und egal ob 20-, 40- oder 70-jährig, den Körper fordern und in Schwung halten lohnt sich mit Blick auf die Lebensqualität insbesondere mit zunehmendem Alter immer.



Cornel Villiger ist seit 2016 Vize-Präsident im Verein Altersheim St. Martin

Positives mitnehmen

Gut und gerne hätte ich auf das Unfallereignis verzichtet. Der Unfall, das Comeback ins Leben und die heutige Themenverteilung in meinem Alltag haben mein Leben doch sehr verändert. Aber vor allem sehr bereichert. Hätte ich ohne den Unfall ein Betriebswirtschaftsstudium absolviert? Hätte ich mich nochmals für derartige Höchstleistungen im Leistungssport motivieren können? Hätte ich jemals an einem internationalen Titelanlass mitgekämpft? Und hätte ich neue Gremien, neue Kollegen und vor allem diese neuen Freunde jemals kennen gelernt?

Aktuelle Wettkämpfe und Ausblick

Die letzten zwei Jahre konnte ich mich immer für die Weltmeister-

Editorial



Liebe Leserinnen
Liebe Leser

Corona – man möchte es nicht mehr hören. Aber Covid-19 bestimmte unser aller Leben während der letzten Wochen – und auch noch in naher Zukunft? Neben den gefährdeten Bewohnern unseres Hauses, sind es die Mitarbeitenden, die über Massen gefordert sind. Ihnen allen ein herzliches Dankeschön mit konkreter Wertschätzung in hoffentlich bald ruhigeren Zeiten.

Nicht Krankheit, sondern ein Unfall war es, der das Leben von Cornel Villiger veränderte. Im Leitartikel beschreibt er sein Leben «danach». Eine totale Lebensumstellung, die es zu bewältigen galt. Wie bescheiden sind da unsere temporären, persönlichen Einschränkungen durch Corona. Die daraus resultierenden, Solino-spezifischen Termin-Verschiebungen haben wir auf Seite 4 aufgeführt. Wir sind überzeugt: Es wird wieder gut. Lassen wir uns von dieser Zuversicht leiten. Wir wünschen Ihnen einen virenfreien Sommer und ein Wiedersehen in alter Frische.

Richard Gähwiler
Vorstand Verein Altersheim St. Martin

schaften qualifizieren. Dorthin will ich wieder. Die Paralympics in Tokyo 2020 kommen für mich nach dem Sportartenwechsel in den Radsport noch ein bisschen früh und die insgesamt nur drei Startplätze für die Herren Schweiz versprechen einen knallharten Kampf. Aber das reizt mich, da will ich mitmischen. Und motiviert noch weitere 3–4 Jahre auf höchstem Level Leistungssport betreiben. Fazit – ob mit Handicap oder ohne – viel entscheidender scheint mir, was man aus der Situation zu machen weiss oder versucht. Es geht immer weiter... «still on the move!»

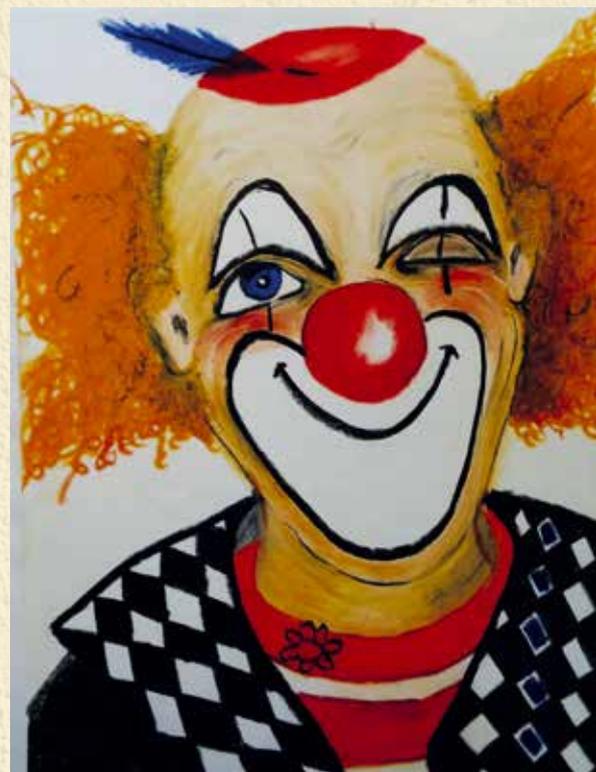
Solino verlängerte das «bunte Treiben»

Die Fasnacht war vorbei, trotzdem gings bunt weiter im Solino. Es sind die farbenfrohen Bilder von Hildegard Huwiler welche in den nächsten Wochen eine Auswahl ihrer Werke in der Solino-Cafeteria präsentiert.

Die in Abtwil wohnhafte Hildegard Huwiler, Mutter von fünf, heute erwachsenen Kindern, entdeckte ihre Freude und Faszination an Farben Ende der 1990er Jahre. Neugier erweckende Kurse und bereichernde Weiterbildungsschritte eröffneten ihr ein weites Spektrum

der Malerei. Mit verschiedenen Farbtypen und Maltechniken kreiert die Künstlerin heute moderne Bilder in natürlicher Umgebung. Dies mit Kohle, Aquarell-, Öl- oder Acryl-Farben oder auch mal mit Neocolor, wie der verschmitzt lachende Clown.

Allen Werken gemeinsam ist die fröhliche Ausstrahlung der Farben. An der Vernissage vom 6. März, beschrieb die Künstlerin vor zahlreichem Publikum einzelne Bilder aus ihrer Sicht und erläuterte ihre Maltechniken. Die bunten Werke sind noch bis zu den Sommerferien im Solino ausgestellt.



Mit «Feuerwerk» ins Jubiläumsjahr

Mit einem imaginären Feuerwerk aus Worten und Bildern eröffneten Heimleiter Ralph Huggel und Präsident Ronni Hilfiker das Jubiläumsjahr 2020 im Solino. In der voll besetzten Cafeteria begrüßten sie Bewohner, Angehörige und Besucher zum Neujahrs-Apéro.

Gleich mehrere Jubiläen im Jahre 2020 geben Anlass zum Feiern: 50 Jahre Verein St. Martin Boswil, 45 Jahre Alters- und Pflegeheim und 25 Jahre Alterswohnungen. Vorstand und Heimleitung, zusammen mit dem Personal und Dorfvereinen, organisieren daher über das ganze Jahr verteilt Anlässe für Bewohner, Angehörige und Bevölkerung, unterhaltende Veranstaltungen, Events, und Feier-



lichkeiten für Jung und Alt. Für das detaillierte Programm wurde auf die aufliegenden Flyer verwiesen. Aus bekannten Gründen, Covid-19 war auch im Freiamt nicht zu vermeiden, mussten jedoch bereits

erste Anlässe abgesagt oder terminlich verschoben werden. Bekannte Änderungen haben wir auf Seite 4 aufgeführt – über weitere werden wir mit Flyer oder in den Medien informieren.

Was Sie auch noch wissen müssten



Jubiläums-Mitgliederversammlung – verschoben auf Freitag, 4. September 2020

Es war notiert – das Wochenende vom 2. und 3. Mai 2020. Die Jubiläums-Mitgliederversammlung am Samstagabend und der «Tag der offenen Tür» am Sonntag. Wie viele andere Anlässe fällt auch unsere Jubiläums-Feier dem Coronavirus zum Opfer.

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben: Die Jubiläums-Mitgliederversammlung findet in reduziertem Rahmen an Freitag, 4. September 2020 statt.



...und danach geht's gleich weiter!

am Samstag, 5. September 2020, treffen wir uns am Solino-Fäscht – wie im Jahresprogramm vorgesehen mit den Staufberg-Musikanten, dem Jodelclub Echo vom Lindenberg, Kliby und Caroline sowie mehreren Verpflegungsständen – gemütliches Beisammensein.



...zuerst aber doch die Bundesfeier

*Ohne Verschiebung auch die Bundesfeier –
natürlich am Samstag, 1. August 2020*

- ab 14 Uhr, Feier mit den Bewohnern
- ab 17 Uhr, offizielle Bundesfeier der Gemeinde organisiert durch den Frauenturnverein Boswil.

Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher/innen und auf ein gemütliches Feiern und Geniessen.

Jubiläen 2020
Verein 50 Jahre
Alters- und Pflegeheim 45 Jahre
Alterswohnungen 25 Jahre

Solino

Wohnen im Alter

Martinsstrasse 23, 5623 Boswil
Telefon 056 677 85 00
verwaltung@solinoboswil.ch
www.solinoboswil.ch