



# Integration

## Der Bon-Vivant, der um 6 Uhr aufsteht

**Damien Mottet lässt sich durch den Rollstuhl nicht bremsen.** Er fährt alleine zur Arbeit, geniesst Konzerte und gutes Essen, besucht Kulturanlässe. Der Romand wohnt in Belp (BE) – ein geografischer Kompromiss, der sich als Glücksfall erwiesen hat.

Der See war nicht tief genug. Trotzdem wagte Damien Mottet den Kopfsprung. Spät abends in Apulien, auf der Diplomreise der Ecole hôtelière de Lausanne 2011. Damien Mottet war 24 Jahre alt: «Wir waren übermütig und wir feierten unseren Abschluss.» Der Tetraplegiker erzählt die Geschichte seines Unfalls rational, mag aber nicht in alle Details gehen. «Ein Freund hat mich aus dem Wasser geholt, auf einen Liegestuhl gelegt und Hilfe organisiert. Ich war nur noch halb präsent. Es ging lange, bis die Sanität kam. Aber in der Ambulanz realisierte ich schon, was passiert war: Ich spürte meinen Körper nicht mehr.»

Frühmorgens im Spital von Lecce drängen die Ärzte zur Operation. Sie stabilisieren vier Halswirbel, die Operation verläuft gut. Der Vater kommt sofort nach Süditalien. Nach zwei Tagen liegt Damien Mottet im Rega-Jet auf dem Rückflug in die Schweiz. «Mein einziger Flug im Privatjet. Ich habe ihn allerdings nicht so geniessen können», scherzt der Romand.

Am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil wird der Verunfallte ein zweites Mal operiert, um sicher zu sein, dass die Halswirbelsäule optimal stabilisiert ist. Das sei schnell gegangen und problemlos: «Ich hatte auch Glück, dass in Nottwil gerade Platz frei war.»

### Momente der Trauer bis heute

Die Folge des Kopfsprungs ist ein Bruch der Halswirbelsäule, dazu kommt eine Blutung im Spinalkanal. «Dabei sterben zusätzliche Nerven», erklärt der Tetraplegiker. «So kam es zu weiteren Funktionsausfällen.» Selber bewegen kann er nur Hals und Kopf, Schultern, Arme und Handgelenke. Mehr nicht.

Wie fühlte er sich in den ersten Tagen nach dem Unfall? «Ich bin ein rationaler Mensch und sah das alles nicht als Weltuntergang. Das heisst aber nicht, dass es einfach war. Ich hatte sehr

schwierige Phasen, im Zimmer in Nottwil, mit meinen Eltern. Wir haben viel geweint. Es gab auch schwarze Gedanken – aber keinen Zusammenbruch.»

Schmerzhafte sind bis heute Momente, wo er akzeptieren muss, gewisse Sachen nie mehr machen zu können. Latin tanzen zum Beispiel, mit Freunden klettern, als Backpacker reisen. «Manchmal ist es auch ein Musikstück oder eine Filmszene, wo die Trauer hochkommt und ich plötzlich weine. Aber nach einem Moment ist das wieder vorbei. Ich rede mit meiner Freundin darüber und schaue vorwärts.» Damien Mottet will nicht überall Probleme sehen, sondern lösungsorientiert leben.

### Leben-lernen ausserhalb Nottwil

Am SPZ weiss der Tetraplegiker rasch, was er will. Er geht seine Rehabilitation sehr aktiv an, macht gute Fortschritte. Neben vielen Trainings für sein neues Leben bietet ihm das Zentrum auch einen intensiven Deutschunterricht. «Die Matura und einen Berlin-Aufenthalt hatte ich schon. Mit den besseren Deutschkenntnissen war mein Ziel ein Master-Abschluss in Wirtschaft.»

Die Rehabilitation in Nottwil endet nach neun Monaten und Damien Mottet zieht in eine Wohngemeinschaft nach Luzern: «Die Spezialisten vom SPZ haben mir bei der Wohnungssuche geholfen. Das Einleben in der Realität war aber fast wie eine zweite Reha. In Nottwil ist alles optimal geregelt. Draussen beginnt das Lebenlernen nochmals neu.»

Mottets Art ist es, viel selber anzupacken. Mit finanzieller Unterstützung der IV schliesst er an der Hochschule Luzern den Master in Wirtschaft nach drei Jahren ab. Bei Manor in Basel macht er anschliessend ein ebenfalls von der IV unterstütztes Praktikum. Sein Ziel: Fit und attraktiv für den Arbeitsmarkt zu werden.



Oben: «Im flachen Belp kann man gut spazieren», erklärt Mottet. Dank seinem E-Antrieb wird er weniger schnell müde.»

Linke Seite: Der Tetraplegiker bedient sein Auto mit den Armen. «Das geht gut. Aber ich kann's kaum erwarten, bis die Schweiz selbstfahrende Autos zulässt. Dann wird der Weg zur Arbeit so richtig erholsam!»

>

## «Ich will die Zeit nutzen, arbeiten, etwas leisten.»

Damien Mottet

Das SPZ hinterlässt noch eine zweite Spur in seinem Leben. In Nottwil trifft Damien Mottet die Ergotherapeutin Rahel Huber. Sie lächelt: «Wegen einer Stellvertretung eines Kollegen lernte ich ihn kurz kennen.» Damien sei es dann gewesen, der sich zuerst für sie interessiert habe. Oder war es doch umgekehrt? Das Paar in Belp ist sich nicht so einig ...

### Selbstorganisiert durch den Tag

Nach dem Master-Abschluss suchen die beiden eine gemeinsame Wohnung. Näher zu den Arbeitsstellen. Näher zu Damien Mottets Heimat, der Romandie, und zum Oberwallis, wo Rahel Hubers Wurzeln liegen. Die Ergotherapeutin arbeitet heute in der Akut-Neuro-Rehabilitation im Inselspital Bern, der Tetraplegiker hat ein Pensum von sechzig Prozent im Logistik-Zentrum der Armee in Grolley (FR). «Ich kann einen Tag im Home Office arbeiten – das ist absolut ideal», sagt er. Gegenwärtig zeichnet sich eine Beförderung in eine andere Abteilung ab. Auch über diese Entwicklung freut er sich sehr: «Das Stellenprofil entspricht mir noch etwas mehr.»

Wie sucht man als Tetraplegiker eine Wohnung? «Eine grosse Herausforderung!», sagt Mottet. Mittlerweile weiss er: Wenn in einem Inserat «rollstuhlgängig» steht, muss das nicht viel heissen. Der Hauseingang kann immer noch unüberwindbare Stufe haben. Im Neubau in Belp stimmte alles: «Nicht nur der Wohnungsgrundriss und die Tiefgarage, auch die Nähe zu unseren Arbeitsplätzen und zum Kulturangebot im Raum Bern und Freiburg sind ideal.»

Damien Mottet organisiert seinen Alltag selber. Fürs Aufstehen und zu Bett gehen kommen eine private Spitex-Firma und persönliche Assistenten. «Das macht nicht Rahel – wir trennen das. Rahel ist meine Freundin, nicht meine Pflegerin.» Als zuhause Wohnender erhält er von der IV seines ehemaligen Wohnkantons Freiburg ein Assistenzbudget, mit dem er private Helfer im Stundenlohn anstellen kann. «Ich plane jede Woche die Schichten per WhatsApp. Ein Einsatz kann auch nach Mitternacht sein, zum Beispiel nach einem Konzert. So spät kommt keine Spitex mehr.» Unter der Woche steht Damien meistens um 6 Uhr auf. «Ich will die Zeit nutzen, arbeiten, etwas leisten», sagt er – und lässt seine Zielorientierung aufblitzen.

### Eigentlich fährt er Lamborghini

«Mein Auto ist sozusagen ein Lamborghini», grinst der Tetraplegiker. «Da steckt viel teure Technik drin.» Er lässt sich im Rollstuhl mit einem Lift in den VW-Bus heben und klinkt sich am Lenkrad in ein Bodenraster ein. Linke Hand in den Lenkrad-Haken, rechte Hand in den Hebel für Gas und Bremse. Und los geht's. In seinem Bus steckt sehr viel individuelle Hydraulik, Mechanik und Millimeter-Arbeit.

An den Bus leistete die Schweizer Paraplegiker-Stiftung einen wichtigen Beitrag. Der aufwändige Fahrzeugumbau in Nottwil kostete weitere 75'000 Franken. Weil Damien Mottet keine Rente erhält und er ohne Auto nicht arbeiten kann, hat die IV diese Lösung unterstützt. Doch der Tetraplegiker musste lange auf den Entscheid warten. Ohne die rasche Hilfe der Schweizer Paraplegiker-Stiftung wäre seine Integration nur verzögert möglich gewesen. «Sehr wichtig war in diesem Moment die Vorfinanzierung durch die Stiftung. So konnte ich schnellstmöglich in der Arbeitsalltag starten, wofür ich allen Beteiligten enorm dankbar bin.»

### Die Welt entdecken

Damien Mottet meistert und geniesst sein Leben so autonom wie es nur geht. Er arbeitet diszipliniert, nennt sich Bon-Vivant, geht mit Rahel gerne an Konzerte und ins Kino, ans Theater Spektakel und in den Zirkus, oder auch gut essen. Auch Ferien nach Übersee lässt sich der Tetraplegiker nicht nehmen. Im Frühjahr 2018 reisen Damien und Rahel mit einer Spitex-Begleitung nach Südafrika. Mit Safari, Hochzeitsfest eines Freundes und einem Abstecher nach Kapstadt. «Wenn alles gut organisiert ist, wird vieles möglich. Das braucht zwar Zeit, aber es macht mir Spass.»

Seit seinem Unfall in Apulien hat Damien Mottet schon viele Orte entdeckt: Paris, Marokko, Schottland, Miami, die Vereinigten Arabischen Emirate. «In Miami gibt es gratis E-Rollstühle mit dicken Pnests für den Strand – das ist toll!», schwärmt er. Sein Leben hat der Romand präzise organisiert. Und geniesst es. «Ich lebe so, dass der Rollstuhl zur Nebensache wird. Du bleibst Mensch, ob mit oder ohne Rollstuhl.»

(tom meyer/we) ■

Oben: Das Paar liebt Brettspiele. «Damien spielt rational und gewissenlos», sagt Rahel. «Einmal flogen ihm deswegen auch schon Spielkarten an den Kopf!»

Kleine Bilder: Die Ergotherapeutin brachte Geräte in den Haushalt, die das Alltagsleben vereinfachen. Mit dem Thermomix kann der Tetraplegiker selber kochen.

Unten: Regelmässiges Krafttraining ist wichtig: «Wenn ich meine Muskeln nicht fordere, merke ich das sofort. Ich kann weniger leisten und werde schneller müde.»

### So hilft Ihr Mitgliederbeitrag

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung hat einen Teil der Anschaffungskosten für sein Auto übernommen und den Fahrzeugumbau vorfinanziert. So konnte Damien Mottet schnellstmöglich wieder in den Arbeitsalltag starten.



