

GESELLSCHAFT

WENN DER WEG IN DIE KLINIK ERNEUT GEGANGEN WIRD

RATGEBERKOLUMNE
BLAUES KREUZ

Nadja Stocker



Der Weg aus der Alkoholabhängigkeit ist oft kein gerader, sondern ein steiniger Pfad voller Zweifel, Ängste und auch Rückschläge. Für viele Menschen bedeutet die Entscheidung, sich in eine Klinik einzuweisen, eine der schwersten Hürden: Es kostet enormen Mut, sich einzugestehen, dass man Hilfe braucht. Besonders wenn es bereits das zweite oder dritte Mal ist, kann das Gefühl des Versagens übermächtig werden. Doch ist es wirklich Versagen? Oder vielmehr ein Zeichen von Mut und Stärke? Viele Betroffene kämpfen mit Scham und Selbstzweifeln. Sie fragen sich, ob sie es diesmal schaffen, ob sie wieder scheitern werden. Diese Gedanken sind verständlich, doch sie trüben den Blick auf das Wesentliche: Der Wunsch nach Veränderung, nach einem Leben, das frei von Abhängigkeit ist. Sich erneut für eine Behandlung zu entscheiden, erfordert eine enorme Portion Mut – den Mut, sich selbst einzugestehen, dass man Unterstützung braucht, und den Mut, den Weg der Heilung wieder aufzunehmen. Wiederholte Rückfälle sind kein

Scheitern, sondern Teil vieler Genesungsprozesse. Sie zeigen vielmehr, dass der Weg zur Besserung kein linearer ist. Jeder Rückschlag ist eine Chance, daraus zu lernen und stärker wieder aufzustehen. Die Bewältigung von Rückfällen erfordert eine positive Einstellung, Geduld und die Bereitschaft, wieder Schritte in Richtung Besserung zu gehen. Es ist ein Zeichen von Mut, sich immer wieder neu auf den Weg zu machen, auch wenn es schwerfällt. Letztlich ist die Entscheidung für eine Klinik kein Zeichen von Schwäche, sondern von grosser innerer Stärke. Sie bedeutet, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen und den Wunsch nach Veränderung aktiv zu verfolgen. Es braucht Mut, sich einzugestehen, dass man Unterstützung braucht – und noch mehr Mut, diesen Weg ein zweites oder drittes Mal zu gehen. Denn jeder Schritt in Richtung Genesung ist ein Schritt zu einem selbstbestimmten, gesunden Leben. Und das ist eine der mutigsten Taten, die es gibt.



052 624 78 88, info.sh-tg@blaueskreuz.ch

BUCH-TIPP: UNGEBETENE GÄSTE — AYELET GUNDAR-GOSHEN

LITERATUR
SCHAFFHAUSEN

Sylvia Bühner arbeitet seit 2016 bei den Bibliotheken Schaffhausen. In loser Folge schreibt sie für den «Bock» Buchempfehlungen. In dieser Ausgabe stellt sie eine ihrer Lieblingsgeschichten vor.

Sie hat es wieder getan! Die Psychologin Ayelet Gundar-Goshen schafft es immer wieder, ihre Romanfiguren in einem Dilemma zu stürzen, wobei die Leserin unweigerlich ins Grübeln kommt. Was hätte ich getan, wenn mir das passiert wäre? In «Löwen wecken» begeht der Protagonist Fahrerflucht aus Angst um seine Karriere. In «Lügnerin» hat die Lüge so viele Folgen, dass es keinen Weg zurückgibt, und in «Wo der Wolf lauert» macht eine Mutter alles, um ihren Sohn zu beschützen, obwohl es nicht klar ist, ob er überhaupt geschützt werden muss. Auch in «Ungebetene Gäste» treffen Naomi und ihren Mann Yalev Entscheidungen, die ich als Leserin hinterfrage und bei denen ich versuche herauszufinden, wie ich reagiert hätte. Dieses Buch ist ein sehr israelisches Buch. Das Misstrauen der Israeli gegenüber den Arabern und die gleiche misstrauende Haltung der Araber gegenüber den Israelis sind für mich doch etwas weit entfernt von meiner eigenen Realität. Trotzdem gibt es viele Situationen, in denen ich mich mit Naomi identifiziere. Das grosse Thema des Buchs ist Misstrauen gegenüber Fremden. Die Protagonisten haben Vorurteile gegen-



Dieses Buch fordert die Leser auf, sich Gedanken über die eigenen Vorurteile gegenüber anderen Bevölkerungsgruppen zu machen. Bild: zVg.

über andere Bevölkerungsgruppen und lassen sich nur schwer davon abbringen. Was passiert eigentlich? Ein Hammer fällt von Naomis Balkon. Dummerweise läuft ein Teenager gerade vorbei und wird tödlich verletzt. Die Leute auf der Strasse beschuldigen sofort den arabischen Handwerker, der auf dem Balkon am Arbeiten war. Der «Täter» ist aber Naomis 2-jährigen Sohn Uri. Er hat den Hammer heruntergeschmissen, als der

Arbeiter gar nicht da war. Die darauf folgenden Geschehnisse reissen einen als Leser völlig mit. Es gibt einige überraschende Twists und viel Stoff zum Nachdenken. Dieses Buch ist sicher keine leichte Lektüre. Es gibt aber einen tiefen Einblick in die israelische Gesellschaft und bietet die Möglichkeit, seine eigene Haltung und Vorurteile gegen andere Bevölkerungsgruppen zu überdenken.

Publireportage

EINZIGARTIGE OBJEKTE IN KLEINSTSERIE

Vor 20 Jahren setzte Günter Lanz, mit seinem Unternehmen House & More, die erste Immobilie um. Bis heute wurden es 16 Objekte mit insgesamt 184 Wohneinheiten. Sein Augenmerk legte er zu einem grossen Teil auf Terrassenhäuser. Als Fan lebt er selbst in einem. Das aktuellste und vermutlich letzte Projekt heisst «Venit» und wird bei seinem Abschluss aus vier Gebäuden bestehen. Sein Sohn wird dereinst das Geschäft übernehmen.

PUBLIREPORTAGE
BERINGEN

Sandro Zoller

«Vor 20 Jahren fuhr ich mit dem Velo an einem Stück Land vorbei, worauf eine morsche Holztafel, mit der Aufschrift «zu verkaufen», stand. Ich wollte schon immer in einem Terrassenhaus wohnen und sah da die Möglichkeit auf mich zukommen, Geschäft und Eigenheim zu verknüpfen», beschreibt Günter Lanz, Gründer und Geschäftsführer von House & More, den Anpfiff zu seinem Real-Estate-Business. Bis er von seinen Projekten leben konnte, zogen noch einige Jahre ins Land. Anfänglich übernahm das Unternehmen lediglich den Verkauf der Objekte. Als das Ganze an Fahrt

gewann, kam die Bauleitung hinzu. «Nach etwa zehn Jahren kam der Zeitpunkt, an dem ich guten Gewissen meinen Hauptjob kündigen konnte, um mich vollends dem Immobiliengeschäft zu widmen.»

Planung bis Bau: Qualität und Weitblick Sein Geschäft House & More sieht Günter Lanz eher als kleine und feine Manufaktur an. Schlussendlich produziere er weder am Förderband noch setze er riesige Überbauungen um. Sein Zielpublikum seien all jene, die Interesse an stilvollen und einzigartigen Wohneinheiten haben. «Nicht jeder Beruf hat das Privileg, dass das fertige Produkt so sichtbar und im Normalfall auch so lange nutzbar und zu bestaunen ist, wie eine Immobilie.»

Zurückblickend sei er stolz auf jedes Projekt, das sein Unternehmen verwirklichen durfte. Von Anfang an hat Günter Lanz nur Immobilien angeboten, in welchen er auch selbst gerne wohnen würde. Bereits ab dem zweiten Projekt sei «Bauen nach Minergie-Standard» sozusagen zu seinem Markenzeichen geworden. «Ein Architekt hat mich einmal gefragt, warum das für mich so wichtig ist. Ganz einfach, weil die Baukörper heutzutage dicht sind. Wenn keine Komfortlüftung installiert wird, fängt es früher oder später an zu schimmeln», klärt Günter Lanz auf. Neuere Objekte hat er zudem stets mit einer Photovoltaikanlage versehen. Zudem habe er auf Wärmepumpen und Holzschnitzelheizungen gesetzt – stets mit dem Blick auf die ökologischen Aspekte.

Eine Leidenschaft für Terrassenhäuser Günter Lanz schwärmt für Terrassenhäuser und das aus mehreren Gründen. Das ist bereits daran zu erkennen, dass die Hälfte aller Projekte aus diesen bestand. «Terrassenhäuser haben den Freiraum, die Privatsphäre und das Flair von Einfamilienhäuser mit den Vorzügen des Lebens in einer Gemeinschaft», so der Geschäftsführer von House & More. Gerade heute, wo verdichtetes Bauen in aller Munde ist, müssten die schwindenden Bauflächen an Hanglagen noch effizienter genutzt werden. Das Dach der unteren Wohneinheit ist die Terrasse der Darüberliegenden. Hinzu komme, dass Terrassenhäuser ökologischer seien. All die Einfamilienhäuser an Hanglagen bräuchten ringsherum Stützmauern,



Jubiläumsfeier in der VIP-Lounge des Stars in Town 2025 (v.l.): A. Blatter, M. Wohlfahrt, Karin Lanz, P. Blatter, Caterina Berenati, Francesco Berenati und Günter Lanz. Bild: Sandro Zoller

um das Gelände abzufangen – fast gleich viel Mauerwerk, wie für das Haus an sich. Nur so könnten ebene Flächen für den Garten gewonnen werden. Das sei auch aus finanzieller Sicht fragwürdig.

Einige Veränderungen über die Jahre Passendes Bauland zu finden, sei seit jeher eine knifflige Sache. Unterdessen habe aber die Suche ein neues Level erreicht. Das liege auch daran, dass vielerorts aufgrund der Raumordnungsplanung keine neuen Bauzonen entstehen. Ergo führe das laufend zu steigenden Preisen. Auch mehr Zonen an Hanglagen, um weitere Terrassenhäuser zu

konzipieren, wären wünschenswert, um eine Verdichtung, wie in der Raumordnungsplanung, zu realisieren. Neue Vorschriften und Bauordnungen, wie die Achtung eines Ortsbildes eines Dorfes, das eigentlich gar keinen alten Kern hat sowie die Ausnutzungsziffer, welche im Widerspruch zum verdichteten Bauen stünde, würden unnötigen Mehraufwand erzeugen. Bis Günter Lanz voraussichtlich letztes Projekt namens «Venit» abgeschlossen ist, vergehen noch ein bis zwei Jahre. Dann wird er die Geschäftsführung in die Hände seines Sohnes Steven Lanz geben und nur noch beratend zur Verfügung stehen.



Von der 1. Etappe des Projekts «Venit» in Hallau sind in Haus 1 noch zwei Wohneinheiten verfügbar. In der 2. Etappe sind in Haus 3 und 4 noch je zwei Einheiten erhältlich. Bild: zVg.