Portrait «Wenn ich unter Menschen bin, geht es mir gut »



«Am Montag machen wir Qi Gong, das tut mir gut, da spüre ich meinen Körper», sagt Lucia Kunz, 61 Jahre alt. Sie ist Besucherin der Tagesstruktur in Au im Rheintal, untergebracht in einer Fabrikantenvilla direkt am Bahnhof. Von Montag bis Freitag kommt sie, kommt jeweils aufs Mittagessen und bleibt am Nachmittag. Die gleichen Angebote des Förderraums gibt es auch noch zweimal in St. Gallen, in Gossau und seit Mai 2022 in Uznach.

«Unsere Angebote in der Tagesstruktur bieten Begegnungsräume mit der Möglichkeit zur kreativen Betätigung, zu Bewegung und sozialem Austausch», schreibt der Förderraum auf seiner Website. Seit neun Jahren besucht Lucia Kunz dieses Angebot – eine lange Zeit. Sie schätzt die kreative Betätigung, die Bewegung und vor allen auch den sozialen Austausch. Sie erzählt: «Am liebsten bin ich im Garten, gebe den Pflanzen Wasser oder füttere die Vögel.» Auch malt und töpfert sie gerne, geht mit auf die Spaziergänge und Wanderungen, die jede Woche in einem festen Rhythmus stattfinden. Dann wieder sitzt sie mit den anderen Besucherinnen und Besuchern zusammen und trinkt Kaffee. «Ich bin so froh, hier andere Menschen zu treffen, denn wenn ich unter Menschen bin, geht es mir gut», sagt sie.

Es war und ist bis heute kein einfaches Leben, das Lucia Kunz führt, es begann schon früh: «Ich war schon als Kind schüchtern und einsam und immer eine Aussenseiterin.» Als Teenager kamen die Ängste und sie blieben, auch als sie Mutter wurde. «Ich hatte Angst, mit den Kindern in die Badi zu gehen, am Elternabend in der Schule sass ich ganz hinten, und auch in einen Verein hätte ich nie gehen können», erzählt sie. Zu den Ängsten kamen Zwänge: Stundenlang musste sie staubsaugen, musste die Bettwäsche ausschütteln und die Kleider. «Ich musste immer etwas wegschütteln.» Dennoch «boxte» sich Lucia Kunz durch ihr Leben, zog drei Kinder gross – und litt.

Vor rund zehn Jahren suchte sich Lucia Kunz erstmals Hilfe von aussen. Sie erfuhr, dass es in Heerbrugg eine Psychiatrische Tagesklinik gibt. Dort ging sie fortan hin, dort gab es Gespräche, sie durfte in die Kunsttherapie und in die Ergotherapie. Dort lernte sie auch die Tagesstruktur des Förderraums kennen. Diese «verhilft Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung, einer Lernbehinderung oder einer Verhaltensauffälligkeit zu einer Struktur im Alltag ...», wie es auf der Website des Förderraums heisst. Gerade diese Struktur im Alltag ist es, die Lucia Kunz und die meisten Besucherinnen und Besucher schätzen: «Ich habe grosse Fortschritte gemacht in diesen neun Jahren», sagt Lucia Kunz, «und ich bin stolz auf das, was ich geschafft habe.»

Lucia Kunz und der Förderraum kennen sich schon seit vielen Jahren. Wir vom Förderraum sind auch stolz, nämlich darauf, dass wir Frau Kunz ein bisschen Heimat sein dürfen.