



Anything is possible

2017 suchte sich Celine van Till eine neue Herausforderung: Joggen. Sie erhofft sich, dass sie damit ihren Gleichgewichtssinn und ihre Koordinationsfähigkeit weiter verbessern kann.

Foto: David Wagnières

Celine van Till war ein Nachwuchstalent im Schweizer Nationalkader für Dressurreiten. Mit 17 Jahren, im Juni 2008, erlitt sie bei einem Reitunfall ein Schädel-Hirn-Trauma. Heute setzt sie sich als Botschafterin für Menschen mit Behinderung ein. In «das Gehirn» erzählt Sie, wie Sie heute lebt.

«das Gehirn»: Wie geht es Ihnen heute, zehn Jahre nach Ihrem Reitunfall?

Celine van Till: Ich bin glücklich. Zehn Jahre sind eine lange Zeit. Der Unfall ist für mich noch immer nah, weil ich seither eine Behinderung habe, die mich jeden Tag begleitet. Aber wenn ich zurückschaue, was ich in dieser Zeit alles erreicht habe, kann ich kaum glauben, dass es nur zehn Jahre sind. Heute ist es meine Leidenschaft, anderen Menschen zu zeigen, dass alles möglich ist. Ich möchte ihnen helfen und sie inspirieren.

Mit welchen Einschränkungen im Alltag leben Sie?

Zu Beginn hatte ich eine partielle Tetraplegie. Ich konnte nicht gehen, nicht sprechen, nicht nachdenken. Als junge Erwachsene musste ich wie ein kleines Kind alles neu lernen. Schritt für Schritt. Heute sieht man meine Behinderung fast nicht mehr, aber sie ist noch da. Ich habe Koordinations- und Gleichgewichtsschwierigkeiten und bin sehbehindert, denn ich sehe doppelt.

Im Dezember 2017 hatte ich diesbezüglich die letzte Operation. Seither sind die Bilder quasi übereinander, nur noch leicht verschoben. Ich sehe keine Distanzen und keine Tiefen – das kann manchmal kompliziert sein. Dafür habe ich andere Sinne stärker entwickelt, beispielsweise das Gehör.

Reiten Sie noch?

Ja, aber nur zum Spass. Bis 2017 habe ich Wettkämpfe geritten. Das war eine schöne Zeit und ich habe viel erreicht. Nach zwei Europameisterschaften, zwei Weltmeisterschaften und den Paralympics in Rio brauchte ich eine neue Herausforderung. Ich mache jetzt Leichtathletik. Das klingt total verrückt und vielleicht ist es das auch. Aber für mich ist es ein neuer Weg, um weiter zu kommen und neue körperliche Bewegungen zu entwickeln.

Wie meinen Sie das?

Ich erhoffe mir, dass ich meinen Gleichgewichtssinn und meine Koordinationsfähigkeit verbessern kann. Ich glaube daran, dass in meinem Gehirn immer noch neue Verbindungen entstehen. Bereits zwei Monate nachdem ich mit dem Lauftraining begonnen hatte, merkte ich, dass ich einfacher gehen kann und dass mein Gleichgewicht sich entwickelt. Für mich heisst das, dass ich immer noch Fortschritte mache, auch wenn es ganz langsam vorwärts geht.



Celine van Till an den Paralympischen Sommerspielen in Rio de Janeiro im Jahr 2016.

Foto: Caroline Schunk

Was möchten Sie mit Leichtathletik erreichen?

Die Teilnahme an den Weltmeisterschaften und den Paralympics war ein unbeschreibliches Gefühl, das ich gerne nochmals erleben würde. In meinem Herzen ist das mein Ziel. Die letzten Jahre haben mir gezeigt, dass mein Körper viel lernen kann und ich mental sehr stark bin. Dennoch ist es ein sehr weiter Weg.

Das ist ein hohes Ziel.

Ich habe mir immer hohe Ziele gesetzt. Das Laufen ist eine ganz neue Herausforderung. Ich möchte herausfinden, wo mein Limit liegt. Dabei muss ich aufpassen: Die Gesundheit steht an oberster Stelle. Mein Körper ist verletzlich und ich muss Sorge tragen. Ich mute meinem Körper viel zu, aber Sport ist meine beste Therapie.

Hat Ihnen dieser Ehrgeiz bei der Rehabilitation geholfen?

Ja, ohne ihn wäre ich heute nicht an diesem Punkt. Ich hatte immer ein Ziel vor Augen und dieses habe ich mit aller Kraft verfolgt. Als oberstes Ziel stand für mich das Leben. Gleich nach dem Koma hat sich dies in meinem Kopf festgesetzt. Und dann habe ich mir Zwischenziele gesetzt, beispielsweise ein paar Wörter sprechen zu können. Es kamen immer wieder neue Ziele – manchmal ganz kleine – hinzu. Ich habe gekämpft und hart gearbeitet – für das Leben. Und es hat sich gelohnt! Das möchte ich anderen Menschen zeigen, ihnen Kraft geben und ein Vorbild sein.

Was würden Sie anderen Menschen mit Hirnverletzungen raten?

Dass sie so positiv denken wie nur irgendwie möglich. Und dass sie eine Vision haben, die ihnen Kraft gibt. Das ist sehr wichtig für die Motivation und den Willen. Mir hat es sehr geholfen, an das Reiten zu denken. Das wollte ich unbedingt wieder erleben. Meine Familie, meine Freunde und mein Pferd haben mich auf diesem Weg begleitet und unterstützt. Für diese Unterstützung sollte man dankbar sein und seine Wertschätzung ausdrücken. Zwischendurch hatte ich auch depressive Phasen, aber die gehören zur Rehabilitation dazu und gehen vorbei.

Was bedeutet für Sie die Hirnforschung?

Sie ist sehr wichtig, einerseits um für Hirnverletzungen zu sensibilisieren und sie bekannter zu machen. Andererseits trägt sie zu einem besseren Verständnis des Gehirns bei. Für mich war das Wissen über die Plastizität des Gehirns die grösste Motivation! Im Krankenhaus habe ich sofort verstanden: Dank dieser Plastizität habe ich die Chance, meine Fähigkeiten zurückzugewinnen. Für mich hat das bedeutet, dass alles möglich ist. Deshalb gab es damals und gibt es heute keine Barrieren. Mein Motto lautet: «Anything is possible!»

Fragile Suisse

Wie auch Celine van Till macht sich die schweizweit tätige Fach- und Selbsthilfeorganisation FRAGILE Suisse für eine bessere Integration von Menschen mit Hirnverletzung stark. FRAGILE Suisse leistet Sensibilisierungsarbeit und unterstützt Betroffene und Angehörige bei der Bewältigung des Alltags. Die Dienstleistungsangebote von FRAGILE Suisse sind breit gefächert und reichen von der Gratis-Beratung für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen zu Kurs- und Weiterbildungsangeboten bis hin zum Begleiteten Wohnen. Zudem leisten die Regionalvereinigungen unter anderem mit Selbsthilfegruppen einen weiteren wichtigen Beitrag. FRAGILE Suisse finanziert das Angebot zum grössten Teil aus Spenden und ist von der Stiftung ZEWOW als gemeinnützig anerkannt.

FRAGILE Suisse
Badenerstrasse 696, 8048 Zürich, Tel. 044 360 30 60
Mail: info@fragile.ch, www.fragile.ch