

# An guten wie an schlechten Tagen

Der Familientlastende Dienst der Lebenshilfe hält Angehörigen von Menschen mit Behinderung den Rücken frei

Von Annabella Angerer-Schneider

**Karlstein.** Es ist ein trister Novembertag, Graupelschauer fallen vom Himmel, graue Wolken hängen zwischen den Bergen und Kälte kriecht in die Finger. Mit Mütze, Daunenjacke und den Händen tief in den Taschen vergraben wartet Helga vor der Haustür auf das silberfarbene Lebenshilfe-Auto.

Alle zwei Wochen holt Marianne Aschauer sie zu einem Spaziergang ab, immer freitagnachmittags. Die Frau, die mit energischem Schritt und einem entspannten Lächeln auf den Lippen über die Straße kommt, ist Ehrenamtliche beim Familientlastenden Dienst der Lebenshilfe, der Pflege und Betreuung von Menschen mit Behinderung entzerren will. Ob Ausflüge, Spielen oder wie bei Helga einfach ein bisschen Bewegung im Freien – Aschauer springt ein, wo Angehörige Unterstützung brauchen.

„Die Menschen sollen möglichst lange zuhause bleiben können“, erklärt Thomas Küblbeck, der die Offenen Hilfen der Lebenshilfe leitet, mit Blick auf die Betreuten, deren Eltern schon älter sind. Aber auch in Familien, die Kleinkinder mit Behinderung haben, ist immer wieder Not am Mann. Ziel sei, die Hauptpflegepersonen zu entlasten, ihnen den Rücken frei zu halten, wenn sie Erholung brauchen oder Erledigungen und Termine anstehen.

Bei Helga, die mit ihrem Vater Helmut zusammenwohnt, spielt das weniger eine Rolle. Die 50-Jährige ist sehr selbstständig und kommt gut zurecht. Vater und Tochter ergänzen sich, erzählt



**Nass geworden** sind die Ehrenamtliche Marianne Aschauer (links) und Helga. Seit ihr Gymnastikkurs in den Pidinger Werkstätten nicht mehr stattfinden darf, genießt sie die Bewegung im Freien noch mehr. „Das tut meinem Rücken gut.“ – Foto: Annabella Angerer-Schneider

Helgas Schwester Regina Gündisch. Für Helga ist die Zeit mit Marianne Aschauer aus einem anderen Grund wichtig: Ihr Vater ist mit 89 Jahren zwar noch fit, geht aber nicht mehr gern spazieren. Und alleine fühlt sich Helga nicht sicher genug. „Sie ist früher öfter umgekippt und wir hatten Angst, wenn sie länger unterwegs war“, sagt Gündisch. Bei Marianne Aschauer weiß sie ihre Schwester in guten Händen.

„Wo gehen wir heute lang“, fragt Aschauer, „Sollen wir zur Saalach?“ Seit September treffen sich die beiden Frauen regelmäßig. Kennen tun sie sich allerdings

schon länger. Denn Aschauer hilft seit drei Jahren beim Therapiereiten mit, das auch Helga besucht. Schon dort haben sie sich gut verstanden, und jetzt sagt Helga: „Ich würde mit niemand anderem lieber spazieren gehen.“

Seite an Seite marschieren sie los. Eine Stammrunde haben sie nicht, sie schlagen immer einen anderen Weg ein. Heute quer über die matschige Wiese in Karlstein zum Kraftwerkkanal und dann am Fluss entlang. Es sind nicht viele Leute unterwegs bei dem Wetter, die vereinzelt Jogger und Radfahrer grüßen freundlich zurück. Vor dem Lockdown sind Helga

und Marianne Aschauer auf ihren Touren oft auf einen Kaffee eingekehrt, den trinkt Helga besonders gerne. Bei Temperaturen unter fünf Grad können sie sich aber nicht einmal mehr kurz auf eine Bank setzen. Auch wenn raus zu gehen in den Wintermonaten Überwindung kostet, die beiden haben fest vor, ihren Spaziergang beizubehalten. „Ich glaube wir würden uns beide nicht aufraffen, wenn wir allein wären“, sagt Aschauer lachend.

## Ansprechpartnerin zwischen Arbeit und Familie

Die 44-Jährige ist eine von über 80 Ehrenamtlichen, die sich bei der Lebenshilfe engagieren. Früher war sie Dorfhelferin und hatte als solche schon mit Menschen mit Behinderung zu tun. Außerdem kümmerte sie sich lange um ihren Onkel, der ebenfalls betroffen war. Irgendwann wollte die Teisendorferin, die zuhause einen kleinen Hof und vier Kinder hat, nebenbei wieder arbeiten gehen. Als Ehrenamtliche konnte sie sich ihre Zeit frei einteilen und kam unter Leute: „Ich habe gern Menschen um mich und will, dass es ihnen gut geht, dass sie mal raus kommen.“

Denn das ist gerade für Menschen mit Behinderung nicht selbstverständlich. „Sie haben kein Auto, mit dem sie spontan zu Freunden fahren können“, weiß Aschauer. Und auch soziale Kontakte hat nicht jeder. „Es tut gut, zwischen Familie und Arbeit mal ein neues Gesicht zu sehen. Und das bin dann ich.“ Helga erzählt ihr heute von der Arbeit in den

Pidinger Werkstätten, diese Woche hat sie Ohrstöpsel verpackt. „Und was sind deine Pläne fürs Wochenende?“ Ausschlafen natürlich, vielleicht Puzzeln oder dem Vater im Garten zur Hand gehen. Der hat sich vor Kurzem den Unterarm gebrochen und jetzt hilft ihm Helga, wo sie kann.

Auf dem Nonner Steg angekommen kämpft sich neben den Gipfeln des Müllnerbergs die Sonne durch die Wolken. Aschauer klappt den Regenschirm zu, Helga die Kapuze zurück. Sie bleiben kurz stehen, und beugen sich über das reiße Wasser. Meistens nehmen sie von ihren Spaziergängen neue Eindrücke mit, mal sind es die Fische im See, mal eine Handvoll Kastanien, die sie einstecken. Oder die Gleitschirmspringer, die auf der Weitwiese landen. „Dann beobachten wir immer, ob es sie schmeißt, oder sie sich auf den Beinen halten“, erzählt Aschauer.

Heute aber ist weit und breit niemand am Himmel zu sehen und gerade gemütlich ist es auch nicht an der frischen Luft. Also geht es zügig am anderen Saalachufer und über die Kretabrücke zurück Richtung Ahornstraße. An einer Abzweigung fragt Aschauer. „Sollen wir noch weiter oder gleich heim?“ Helga schmunzelt und nickt knapp Richtung zuhause. Für heute reicht es. Die beiden Frauen verabreden sich aber für das nächste Mal, dann wollen sie sich Richtung Thumsee aufmachen. „Vielleicht können wir uns dann auch einen Kaffee zum Mitnehmen holen.“

■ Dieser Artikel ist Teil einer Serie, die zum 50. Jubiläum der Lebenshilfe erscheint.