

Zugang zur Gemeinschaft

Im schwäbischen Neuhausen auf den Fildern bemüht sich seit 2012 eine Initiative, Menschen vom Rand in die Gemeinschaft zu holen. Vor allem Menschen mit Demenz. Die örtliche Caritas-Stiftung unterstützt das Vorhaben.

Wie jede Woche seit Juli 2013 treffen auch an diesem Mittwoch um Punkt 9.15 Uhr bis 10.45 Uhr Damen und Herren im Gemeindehaus der katholischen Kirchengemeinde von St. Petrus und Paulus in Neuhausen auf den Fildern ein. Beim „Was geht – Fünf Esslinger und mehr“-Kurs stehen oder sitzen sie im Gemeindesaal im Kreis und machen unter fachkundiger Anleitung von Petra Raditsch ihre Fitness-Übungen, umrahmt von Rhythmik, Spielen, Gesang, Gedächtnistraining, Sitztanzen und Achtsamkeitsübungen. Jeder so, wie er kann. Dass es sich hier nicht um eine ganz normale Gymnastik-Gruppe handelt, fällt auf den ersten Blick nicht auf.

Hier sind Menschen eingeladen, die schon mit manchen Gebrechen kämpfen, aber fit bleiben und sich gegen Stürze oder Krankheiten wappnen wollen. Oder die einfach fit für Alltagsdinge bleiben wollen: vom Stuhl aufzustehen, etwas ganz oben aus dem Schrank nehmen oder die gefüllte Kaffeetasse von A nach B transportieren. Aber auch solche, die unter Parkinson oder Demenz leiden, sind hier ganz normale Teile des Ganzen. Maßgeblicher Grund für diese Besonderheit ist das Engagement von Petra Raditsch. Die heute 63-Jährige hat es sich seit 2011 zur Lebensaufgabe gemacht, Mauern einzureißen. Vor allem solche in den Köpfen. Sie sagt: „Wenn die Menschen heute das Wort ‚Demenz‘ hören, kriegen sie einen Schrecken. Wer unter dieser Krankheit leidet, mit dem spricht man nicht mehr, man redet im Beisammensein über ihn. Der ist draußen.“

Petra Raditsch reißt Mauern ein – in den Köpfen und in der Wirklichkeit

Dagegen tat Petra Raditsch etwas. Im Caritas-Ausschuss der Gemeinde, als Referentin von Demenz-Support Stuttgart und bei den Caritas-Konferenzen Stuttgart-Rottenburg, als Vorsitzende des Kuratoriums der Caritas-Stiftung der Kirchengemeinde, als Kirchengemeinderätin, als Sterbe- und Trauerbegleiterin – und eben als ehrenamtliche Leiterin der Gymnastikgruppe, unterstützt durch Susanne Weber, Cornelia Herrmann und ab 2016 auch von Mechthild Walz. Überall wirkt sie darauf hin, dass Menschen mit Beeinträchtigungen mitmachen. „Teilhabe“, wie das auf Neudeutsch heißt. Dass sie dabei sind, dass sie – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – Wiesenfeste, Tanz- und Musikveranstaltungen, „Urlaub ohne Koffer“ oder Tagesausflüge genauso genießen können wie alle anderen.

Über die Demenz aufklären und so gut wie möglich mit ihr umzugehen, ist ein Kernanliegen von Petra Raditsch, die bereits mit 15 die Mutter verlor und sieben Jahre lang eine nahe Angehörige begleitete, die unter Alzheimer litt. Deshalb sorgt sie dafür, dass demenzkranke Menschen daheim besucht und nach Möglichkeit aktiviert werden, während deren Angehörige einmal Zeit für sich haben. Dazu leitete sie die Ausbildung von Betreuungshelferinnen in die Wege. Finanziert wird diese Schulung von der Caritas-Stiftung von St. Petrus und Paulus. Die Helferinnen betreuen und aktivieren die

Menschen zuhause, reden mit ihnen, lesen ihnen vor, machen Spaziergänge, besuchen ein Café und versuchen, sie in ihren Kompetenzen zu fördern oder sie stabil zu halten. Empathisch gehen die Helferinnen auf die Betroffenen ein und steigern so deren Wohlbefinden. Mit viel Fingerspitzengefühl können sie auch deren – zunächst unverständliche – Reaktionen richtig annehmen und sie positiv fördern. Das wiederum zögert die Entwicklung einer fortschreitenden Demenz hinaus. Die Betreuerinnen werden in Teambesprechungen von Petra Raditsch geführt. Sie organisiert die Einsätze in den Betreuungsfamilien und ist ihre Ansprechpartnerin.

Demenz lässt sich mit Fingerspitzengefühl hinauszögern

In die Bewegungsgruppe sind schon viele Damen und Herren gekommen. Leider sind auch schon viele gestorben, weggezogen oder können nicht mehr in die Gruppe kommen. Bis zum Beginn der Corona-Pandemie kamen bis zu 20 Teilnehmer*innen und Begleiter. Nach Corona hat sich die Zahl auf rund 14 Teilnehmer*innen reduziert. Alle genießen die Übungen, das Plaudern in den Pausen und besonders die Spiele. Hier kann man förmlich die Freude (das innere kleine Kind) und die Glückseligkeit spüren. Und natürlich freuen sich die Teilnehmer immer auf die Oster- und Weihnachtsfeier und gelegentlich auch auf einen Nachmittagsbesuch in einem umliegenden Café. Petra Raditsch formuliert das so: „Teilhabe ist einfach so wichtig und Bewegung in der Gruppe macht mehr Freude als alleine zuhause etwas tun!“

Genauso hatte sie sich das bereits in 2011 vorgestellt.

Hintergrund: Die Caritas-Stiftung Neuhausen fördert die Caritas-Arbeit in St. Petrus und Paulus in Neuhausen auf den Fildern. Sie unterstützt Familien, Kinder und Jugendliche, alte und kranke Menschen, Menschen mit Behinderungen und Randgruppen. Sie fördert die Ausbildung von Betreuungshelferinnen und die Bewegungs-Gymnastik-Gruppe, Vortragsreihen zu verschiedenen Thema wie Demenz oder Vorsorge und Veranstaltungen wie Filmabende, Unterhaltungsnachmittage oder Ausflüge.

Kontakt

Petra Raditsch: 0176-21253789 oder beratungen_pr@gmx.net oder caritasstiftung@t-online.de

Caritas-Stiftung Neuhausen: stpetrusundpaulus.neuhausen@drs.de.

Lebenswerk Zukunft: www.lebenswerk-zukunft.de.



Wenn Menschen „Demenz“ hören, schrecken sie zurück. In Neuhausen wird mit Menschen mit kognitiven Veränderungen oder Demenz geturnt, gelacht und hauptsächlich „Teilhabe“ gepflegt!