

## „Ich genieße mein Alter!“

Vier Menschen, viele unterschiedliche Wege, Interessen und Lebensziele. Gabriel Müller, Bianca Pendl, Sandra Köck und Matthias Trammer sind zwischen 24 und 57 Jahre alt. Die vier haben eines gemeinsam: Sie verlassen sich auf die Angebote der Lebenshilfe, die für alle Altersgruppen die richtigen Dienstleistungen parat hat. Gisela Pfeiler von der LNW Lebenshilfe NetzWerk GmbH. sammelte Impressionen. Fotos von Gisela Pfeiler

### \* \* BIANCA PENDL \* \*

**Hallo, ich bin Bianca und ich bin 24 Jahre alt.** Mein Arbeitsplatz und meine Wohnung sind in Feldbach. So kann ich zu Fuß zur Arbeit gehen. Ich arbeite in einem Shop [sprich Schop] in Feldbach, wo ich verschiedene Aufgaben habe. Meine Lieblingsarbeit ist das Filzen und das Bügeln. Früher habe ich im Textil-Service gearbeitet. Dann habe ich erfahren, dass im Shop ein Platz frei ist. Hier wird Schönes und Nützlich produziert und verkauft. Ich habe geschnuppert und habe sofort gemerkt, dass dieser Arbeits-Platz für mich passt. Ich bin sehr glücklich und zufrieden mit meinem Wechsel in den Shop. Und ich bin sehr froh, dass ich aussuchen konnte. Ich habe auch schon viel gelernt, was gut war für meine persönliche Weiterentwicklung. Auch die Trainings-Wohnung passt sehr gut. Ich verstehe mich mit meiner Kollegin und meinen Kollegen. Wir sind vier und einer kocht immer für alle. Wir unternehmen viel gemeinsam, aber ich kann auch allein was machen. Zum Beispiel nehme ich gerade an einem Tanz-Kurs teil. Das ist mein neues

Hobby. Jeden Dienstag, nach der Arbeit fahre ich nach Graz. Ich habe einen tollen Tanzpartner (Bianca grinst) und es macht super viel Spaß!

**Früher habe ich nicht viel gesprochen.** Heute nehmen mich die anderen wahr, dass ich viel lache, jeden Spaß mitmache und vor allem gern und viel spreche. Am meisten Spaß haben wir in den Pausen beim UNO spielen.



„Ich habe einen tollen Tanzpartner!“

Bianca P.

### \* \* GABRIEL MÜLLER \* \*



„Das Alter ist für mich nur eine Zahl!“

Gabriel M.

**Ich heiße Gabriel, bin 57 Jahr alt** und wohne in Frutten-Gießelsdorf in der schönen Süd-Ost-Steiermark. Ich arbeite in der Natur-Gruppe in Feldbach bei der Lebenshilfe NetzWerk GmbH. Dort übe ich meinen erlernten Beruf aus, flechten – mit Peddig-Rohr. Andere Materialien sind für meine Finger zu schwer zum Verarbeiten. Grundsätzlich geht es mir halbwegs gut, ich muss auf Holz klopfen. Grundsätzlich, da ich beim Gehen einen Geher oder notfalls den Rolli bei längeren Strecken brauche. Und man merkt halt das Alter! Zu meinem Alter muss ich sagen: Ich fühle mich auf jeden Fall jünger als 57 – das Alter ist für mich nur eine Zahl. Aber ich merke schon, dass ich mehr Unterstützung und vor allem mehr Zeit brauche; zum Beispiel beim Anziehen und wenn ich aufs Klo muss. Hier würde ich mir mehr Unterstützung und Zeit wünschen. Bei der Arbeit würde ich mir manch-

mal mehr Zuhören wünschen, auch weil ich nicht so gut und klar sprechen kann. Mein Zuhause ist bei einer Familie, ich habe einen privaten Pflege-Platz. Ich bin gerne dort, es geht mir gut und ich bin zufrieden. Hilfreich wäre ein Hebe-Lifter aufgrund meiner Spastik. Meine Sachwalterin, die jetzt meine Erwachsenen-Vertreterin ist, hilft mir dabei. Die Kooperation mit ihr ist sehr gut. In der Freizeit bin ich am liebsten unterwegs. Ich bin sehr unternehmungslustig. Es gibt ein gutes Freizeit-Programm – aber ich muss immer ein bisschen kämpfen (Gabriel grinst). Was ich alles vorhabe? Jesus [Jesus] – hab noch viel vor! Mehr Bewegung, weil zu viel sitzen ist nicht gut. Ich gehe Physio-Therapie [sprich Füsio-Therapie] und gehe ganz gern in die Therme baden. Warmes Wasser tut mir gut und lockert meine Muskeln. Ich möchte weiterhin gesundheitlich gut drauf sein. Manche Tage sind nicht so gut.

**Ich möchte gern** mal eine Reise unternehmen und mit dem Flugzeug fliegen. Für dieses Jahr habe ich mir eine Reise nach Amsterdam und nach Porec ans Meer ausgesucht. Die Bilder im Reise-Katalog von „frei sein“ haben mir sehr gut gefallen. Aktuell habe ich keine weiteren Projekte vor. Wünsche? Dass ich mehr gehört werde – allgemein, von der Politik und den Leuten, mit denen ich im Alltag zu tun habe. Ich möchte auf jeden Fall anderen Mut machen, dass sie sagen, was sie möchten, brauchen und welche Wünsche sie haben.

## \*\* SANDRA KÖCK \*\*

**Ich heiße Sandra Köck**, komme aus Feldbach und bin 49 Jahre alt. Dieses Jahr feiere ich meinen runden Geburtstag. Es geht mir gut und ich genieße mein Leben. Es ist spannend, älter zu werden. Ich bin sehr aktiv: bei der Arbeit, als Kundinnen und Kunden-Vertreterin und in der Freizeit beim Walken [sprich wok'n] entlang der Raab. Da gibt es einen schönen Weg. Mit meiner Familie und meiner Mutter verstehe ich mich sehr gut. Das ist mir wichtig. Weiters Harmonie und über alles reden können: im Beruf, im Alltag und privat. Meine kleine Katze spielt eine Haupt-Rolle in meinem Leben. Sie wartet auf mich, wenn ich heim komme, spielt gern, hält mich auf Trab und schenkt mir viel Ausgleich und Zuneigung. Emma und Bianca sind meine beiden Freundinnen. Mit Bianca arbeite ich zusammen. Wir lachen viel gemeinsam und es ist immer lustig. Auch mit Michi, unserem Zivi. Emma treffe ich am Sonntag, wenn ich in die Kirche gehe. Sie begleitet mich immer heim.

Wir vertragen uns sehr gut und plaudern gern. Ich arbeite intensiv an meiner Zukunft und habe immer wieder Planungs-Treffen mit meinem Moderator und meinem Unterstützer-Kreis. Mein Moderator macht das sehr gut und mit Unterstützung habe schon einiges erreicht.

**Und ich habe noch einiges vor!** Ein großer Wunsch von mir wäre, besser lesen und schreiben zu können. Und ich würde mir ein Ipad [sprich Ei-Päd] als Hilfs-Mittel wünschen. Ob mein Wunsch in Erfüllung geht, weiß ich noch nicht. Ich möchte auf jeden Fall gern das Lern-Training bei ISOP ausprobieren. Schritt für Schritt. Das kommt mit der Zeit.

*Ich arbeite intensiv an meiner Zukunft.*

Sandra K.



## \*\* MATTHIAS TRUMMER \*\*

**Hallo! Ich bin Matthias**, bin 27 Jahre alt und komme aus Bad Gleichenberg. Ich wohne zuhause bei meiner Familie und es geht mir sehr gut. Irgendwann möchte ich in eine eigene Wohnung ziehen. An meinem jetzigen Arbeitsplatz fühle ich mich sehr wohl. Wir sind ein gutes Team, verstehen uns super, arbeiten gut zusammen und haben viel Spaß gemeinsam. Ich habe einen großen Freundeskreis und gehe gern aus, zum Beispiel zum Buschenschank, wo ich viele Leute kenne. Und ich gehe gern mit Freunden in die Disco, zum Beispiel in den YoYo Stadl oder in die Mausefalle. Ich tue viel für mich und meine Gesundheit, fahre regelmäßig zur Therapie und mache Sport – ich radle und tanze gern, gehe laufen und mag auch gerne Shoppen. Am liebsten nach Graz.

am besten so oft wie möglich. Ich würde sagen, dass es allgemein wichtig ist, Leute zu treffen und gemeinsam Spaß zu haben. Wie geht das? Eine gute, nette Begleitung suchen und gemeinsam ausgehen. Oder ein gemütliches Lokal in der Nähe suchen, wo man immer wieder vorbeischaun kann – ein Stamm-Lokal eben.

*Ich würde sagen, dass es allgemein wichtig ist, Leute zu treffen und gemeinsam Spaß zu haben.*

Matthias T.

**Weil ich so gern tanze**, habe ich mit einem Tanzkurs angefangen – es ist super. Genau das Richtige. Am liebsten aber gehe ich aus und treffe Freunde,