

Wandern mit Behinderung

Langsam, aber sicher

Auch Menschen mit eingeschränkter Mobilität können wandern gehen – das beweisen die Joëlette -Wanderungen, die die gemeinnützige Tricentenaire asbl mehrmals jährlich organisiert. Wir haben die Wanderschuhe ausgepackt und an der 50. Wanderung im Müllerthal teilgenommen.

Text: Anna-Lena Würz • Fotos: Laurent Blum



Die insgesamt 50. Wanderung des Team Joëlette fand im Müllerthal bei Berdorf statt.

Meine Handtasche!“, ruft Ana-Rita und schaut sich panisch um. Christophe ist direkt zur Stelle, um die junge Frau zu beruhigen. Er reicht ihr die kleine schwarze Tasche, die sie sich umhängt – gerade noch rechtzeitig, bevor sie in die Joëlette geschnallt wird. Die Menschen um sie herum zurren Anschnallgurte um ihren Oberkörper und ziehen ihre Füße mit Klettverschlüssen in Position. Heute steht eine mehrstündige Wanderung durch das Müllerthal an, und die möchte Ana-Rita sich nicht entgehen lassen – denn sie sitzt im Rollstuhl.

Mithilfe der sogenannten Joëlette ist das kein Problem. Denn der geländegängige Rollstuhl, der auf einem Rad rollt und von mehreren Begleitpersonen geführt wird, ermöglicht es auch Personen mit eingeschränkter Mobilität, auf schmalen Pfaden zu wandern. Und somit besonders schöne Ecken des Landes selbst zu entdecken. Neben Ana-Rita nimmt heute auch Sam an der Wanderung teil. Auch er wird von seinem Rollstuhl in die Joëlette gehoben und angeschnallt. Dabei verwechseln einige der Helfer kurz die Schnallen des Rollstuhls mit denen von Sams Schuhen und alle müssen lachen. Auch, wenn viele der Anwesenden sich gerade erst kennengelernt haben, arbeiten

sie schon gut zusammen, die Stimmung ist locker. Christophe, der Erzieher der beiden, schmunzelt: Man würde genau merken, welche freiwilligen Helfer zum ersten Mal dabei sind und wer schon öfter an einer solchen Wanderung teilgenommen hat.

Zusammen durch Dick und Dünn

An diesem Samstagmorgen haben sich besonders viele Helfer finden lassen – das liegt aber nicht nur am schönen Wetter, sondern auch an der Tatsache, dass es sich um die insgesamt 50. Joëlette-Wanderung der Tricentenaire asbl handelt – einer gemeinnützigen Organisation mit Sitz in Walferdingen, die seit 1978 Menschen mit Behinderung begleitet. „Seit 2012 finden zirka fünf bis sechs Wanderungen pro Jahr statt“, so Danielle Petesch vom Service 321 Vakanz des Tricentenaire. Sie selbst habe bereits an zahlreichen Touren teilgenommen, wenn auch nicht an allen 50, wie sie lachend hinzufügt.

Während Christophe die Wanderung durch das Müllerthal geplant und in einem von ihm betreuten Wohnheim nachgefragt hat, wer gerne daran teilnehmen möchten behält Danielle den Überblick über die freiwilligen Helfer.

Sie empfängt diese vor der Tourismuszentrale am Camping Martbusch in Berdorf, lässt sie eine Teilnehmerliste unterschreiben und verteilt extra für die Wanderung bedruckte T-Shirts. „Durch deck an denn“ steht auf der Rückseite – wir halten zusammen.

Einheitlich gekleidet versammeln sich die Helfer nun um Sam und Ana-Rita. Jeweils eine Person sorgt von hinten für das Gleichgewicht der Joëlette, während eine weitere Person den Rollstuhl vorne an zwei angeschraubten Stangen festhält und führt. Durch diese am Ende gebogenen Stangen könnte man den Rollstuhl optisch mit einem Schlitten vergleichen – nur, dass dieser zusätzlich auf einem Rad rollt. „Das Rad muss immer am Boden bleiben, denn darauf liegt das Gewicht der Person“, erklärt Danielle Petesch. Auch links und rechts von Ana-Rita und Sam platzieren sich jeweils zwei Personen: Auch sie sorgen dafür, dass die Joëlette im Gleichgewicht bleibt und nicht zur Seite kippt. Die Sicherheit der Person im Rollstuhl sei nämlich immer am wichtigsten, so Danielle.

Kurz nach zehn Uhr beginnt die Wanderung, mit leichter Zeitverzögerung, da die Einführung der neuen Helfer und der Aufbau der Joëlette etwas gedauert haben. Doch schon nach wenigen Minuten – wir

sind gerade einmal die asphaltierte Straße hinabgelaufen – wartet bereits die erste Herausforderung. Die Route führt an einem sehr schmalen Feldweg neben einer struppigen Hecke entlang. Vor allem die Begleiter, die seitlich der Joëlette gehen, müssen also die Luft anhalten – gleichzeitig aber weiterhin auf die Balance des Rollstuhls achten. Dazu müssen die Begleitpersonen zusammenarbeiten und untereinander gut kommunizieren können.

Teambuilding ab der ersten Minute

Vor allem bei einem Abstieg ins Tal ist das wichtig. Denn sobald die Person hinter der Joëlette die Griffe einstellt oder anpasst, muss die Person vor dem Roll-

stuhl stehenbleiben. Daher erfordert es etwas Zeit und einige „Doucement“-Rufe, bis die Gruppe es in die erste Schlucht geschafft hat. Aber es lohnt sich: Die Luft ist angenehm kühl, Vögel zwitschern im Hintergrund und Sam und Ana-Rita bewundern die Natur. Doch schon führt der Weg über eine Brücke, die in einer sehr engen Kurve mündet. Die Stangen vor dem Rollstuhl müssen also erst abgeschraubt werden, damit das Team die Joëlette langsam und sicher durch die Kurve manövrieren kann. Dann werden die Arme wieder angeschraubt. Danielle Petesch beobachtet das Szenario aus der Distanz und sagt dann zufrieden: „Eine solche Wanderung ist immer eine Teamleistung. Besonders toll ist, dass die Helfer sich teilweise nicht kennen, im Laufe des Tages aber zusammenwachsen.“

Schon jetzt hat sich eine Schlange hinter der Gruppe gebildet. Andere Wanderer warten ungeduldig und versuchen, uns bei erster Gelegenheit so schnell wie möglich zu überholen. Die Helfer lassen sich davon aber nicht beirren. Adam, der zum ersten Mal eine Joëlette-Wanderung begleitet, dreht sich zu ihnen um und scherzt: „Sie können übernehmen, wenn Sie möchten“. Die Gruppe lacht. Und auch, wenn nicht alle Menschen geduldig und freundlich reagieren, so ist es Erzieher Christophe zufolge doch wichtig, dass diese sehen, dass auch mit einer Behinderung alles möglich ist. Außerdem stärkt man so gleichzeitig auch das Selbstvertrauen der betroffenen Personen. „Wir sind alle gleich“, verkündet er bestimmt. Daher stellen sich alle Teilnehmer der Wanderung auch nur mit ihren Vornamen vor.



Auch eine enge Treppe steht der Gruppe nicht im Weg: Wenguo Du, Christophe Dalstein, Michal Zaglaniczny, Stephane Damen Mbiaken und Bruno Van de Vloet (v. l. n. r.) manövrieren Sam Mavrus (mit Kappe) und seine Joëlette durch das Müllerthal.



Michal Zaglaniczny, Christophe Dalstein, Jean-Luc Bourekba, Adam Wilczynski und Danielle Petesch (v.l.n.r.) begleiten auch die zweite Joëlette mit Ana-Rita Da Silva Teixeira über enge und unebene Wege.

Der Wanderweg führt weiter über zwei Hängebrücken, die eine Schlucht miteinander verbinden, und schließlich in einer Treppe münden. Michal und Christophe laufen vor, um abzuschätzen, ob die Joëlette überhaupt durchpassen. Michal erteilt der Gruppe das O.K. und springt zum Scherz kurz auf und ab. Die Hängebrücke wackelt. Ana-Rita entfährt ein amüsiertes Schrei. Für sie ist dieses Wackeln aber nicht neu – es begleitet sie, wie auch Sam, schon die ganze Wanderung über. Wer nämlich davon ausgeht, dass es angenehm ist, in einem Rollstuhl über Wanderwege getragen zu werden, der irrt sich gewaltig. „Das Rütteln ist extrem anstrengend, deswegen schaffen das auch nicht alle Betroffenen über einen längeren Zeitraum“, so Danielle. Adam schlägt vor, dass sich eigentlich jeder der Helfer selbst mal in eine Joëlette setzen müsste, um

das Gefühl nachvollziehen zu können. „Darin hat man ja keinerlei Kontrolle darüber, was passiert“.

Trotzdem scheint es sich für Ana-Rita und Sam zu lohnen. Sie seien beide schon öfter mitgewandert, hätten Erfahrung mit den Joëlette. Vor allem Sam gefällt es hier, inmitten der grünen Landschaft, denn als Kind sei er oft mit seinem Vater im Wald gewesen. Auf der Höhe des Siweschlöff machen wir ein Gruppenfoto, auf dem alle zufrieden lachen – die Stimmung ist noch immer gut.

Und das, obwohl die Wanderung auch für die freiwilligen Helfer anstrengend ist. Vor allem Adam, der zum ersten Mal mitgeht, hätte damit nicht gerechnet – geht er doch sonst regelmäßig laufen und ist nur hier, weil sein Lauf-Freund Michal ihn einmal mitnehmen wollte. Doch auch einige erfahrene Helfer wie Christophe und Michal – die bereits bei

Wettrennen und langen Läufen mit den Joëlette teilgenommen haben – sind sichtlich angestrengt. Dabei sind Christophe, Michal und Ana-Rita erst vor einigen Wochen bei den „20 km de Bruxelles“ mitgelaufen. „Das war cool“, erinnert sich Ana-Rita und lächelt. Und auch Danielle ergänzt, dass sie bei einer Wanderung der 18 Kilometer langen Traumschleife von Manternach vor einem Jahr rund 100 Treppenstufen meistern mussten. Für Christophe war das die schönste der insgesamt 50 Wanderungen. Stephane aber fügt hinzu: „Für mich sind die schönsten Wanderungen immer im Müllerthal“.

Die engen Treppen und die Waldwege mit Baumwurzeln und Felsbrocken, die uns wortwörtlich noch Steine in den Weg legen werden, scheinen ihn also nicht besonders zu stören. Und auch wenn es durchaus nicht schaden kann, als Helfer körperlich fit zu sein, so wächst man laut Christophe bei einer Joëlette-Wanderung immer über sich hinaus. „Man kann ja nicht einfach aufhören, wenn man müde ist. Deswegen findet man die Kraft zusammen.“ Die Wanderungen sind aber auch nicht immer so anspruchsvoll wie an diesem Samstag, so Danielle Petesch. Oft würden sie auch mittags eine Pause einlegen und für die zweite Etappe andere Helfer oder andere Menschen mit Behinderung mitnehmen. „Wir haben auch schon kürzere Spaziergänge mit schwer behinderten Kindern aus einem Wohnheim in Walferdingen gemacht“, ergänzt Christophe. Auch, wenn diese nicht immer eindeutig mitteilen könnten, dass ihnen die Wanderung gefällt, würde man es ihnen doch anmerken: „Sie fühlen die Stimmung des Ortes, sind plötzlich ganz entspannt.“ Man sehe die Freude in ihren Gesichtern – so wie auch bei Ana-Rita und Sam. ▀

Info

Jedes Jahr finden zwischen April und Oktober mehrere Wanderungen des Team Joëlette statt. Personen, die als Begleitperson mitgehen möchten, finden weitere Informationen unter tricentenaire.lu oder können sich per E-Mail an 321vakanz@tricentenaire.lu anmelden.