

# „Gerade jetzt ist Beratung und Austausch wichtig“

Sozialpädagogin Friederike Hellinger steht Ratsuchenden mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen zur Seite

**Wismar/Grevesmühlen.** Friederike Hellinger (35) ist Sozialpädagogin und Teilhabeberaterin. Sonst fährt sie im Elektrorollstuhl und mit dem Auto zu den Ratsuchenden in die Beratungsstellen, jetzt hilft sie am Telefon oder per Mail den Menschen mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen. Beratung ist in Bezug auf das Coronavirus sehr wichtig.

## Teilhabeberaterin, was ist das?

**Friederike Hellinger:** Ich bin Teilhabeberaterin der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB), einem Beratungsangebot für Menschen mit Beeinträchtigungen und ihre Angehörigen. EUTB-Stellen beraten unabhängig von Kostenträgern und Leistungserbringern kostenlos zu allen teilhaberelevanten Themen. Bundesweit gibt es dank Förderung des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales inzwischen gut 500 EUTB-Stellen. Mein Kollege Holger Riesebeck gehört zum Behindertenverband Grevesmühlen, ich bin dem Diakoniewerk im nördlichen Mecklenburg angegliedert. Das Beratungsangebot gestalten wir gemeinsam als Kooperationspartner. Ziel ist es, Menschen mit Teilhabebeeinträchtigungen bei der Umsetzung ihres selbstbestimmten Lebens zu unterstützen.

## Welche Menschen beraten Sie?

Wir beraten Menschen mit psychischen, körperlichen oder kogniti-

ven Beeinträchtigungen, ihre Angehörigen, Fachleute und Interessierte. Zu uns kommen Menschen mit unterschiedlichsten Erkrankungen, wie zum Beispiel Schlaganfall, Depressionen oder Lernbehinderung. Wir sind parteiisch für die Ratsuchenden und versuchen, gemeinsam mit ihnen Lösungswege und Hilfen zu finden, die ihrem persönlichen Lebenskonzept entsprechen.

## Mit welchen Fragen und Problemen kommen die Menschen zu Ihnen?

Die Bandbreite ist enorm: Wie kann ich mit meiner Behinderung wieder oder weiterhin arbeiten? Wie kann ich auch mit meiner Einschränkung meinem Hobby nachgehen? Eltern von behinderten Kindern fragen, wie es nach der Schule weitergehen kann. Junge und ältere Menschen fragen, wie sie trotz umfangreichen Hilfebedarfs weiter in ihrer eigenen Wohnung leben können. In der Beratung geht es um Hilfen und Hilfsmittel, die eine möglichst selbstständige und selbstbestimmte Lebensführung ermöglichen. Wir helfen beim Ausfüllen von Anträgen und dem Verstehen von Bescheiden, dürfen aber keine Rechtsberatung anbieten. Wir haben uns regional und überregional gut vernetzt und können bei Bedarf an Experten weiterverweisen. Oft kommen die Menschen mit einem Thema in die Beratung und dann ergeben sich daraus viele andere Fragestellungen, die verschiedene Lebensbereiche betreffen.



Friederike Hellinger (35) ist Sozialpädagogin und Teilhabeberaterin.

FOTO: NICOLE HOLLATZ

## Sie beraten nach dem Peer-Prinzip, was bedeutet das?

Das ist die Beratung von Menschen mit Behinderungen für Menschen mit Behinderung auf Augenhöhe. In den EUTBs sitzen viele Betroffene und Angehörige.

Ich selbst habe eine seltene Muskelerkrankung und eine stark eingeschränkte Lungenfunktion, nachts muss ich beatmet werden. Ich bin pflegebedürftig. Keinen Tag würde ich ohne Hilfe zurechtkommen. Trotz meines umfangreichen Hilfebedarfes bin ich mit meinem eigenen umgerüsteten Auto und meinem Elektrorollstuhl sehr mobil. Mit viel personeller Unterstützung und technischen Hilfsmitteln führe ich ein selbstbestimmtes, glückliches Leben. Damit nehme ich für

viele Ratsuchende eine Vorbildfunktion ein.

## Sonst beraten Sie im Grevesmühlener Hauptbüro, im Wismarer Zeughaus, im Seniorenclub in Neukloster, in Bad Kleinen im Büro des Bürgermeisters oder aufsuchend. Und nun?

Persönliche Beratungen vor Ort sind derzeit nicht möglich. Ich persönlich gehöre wie viele Menschen mit Behinderung durch meine stark eingeschränkte Lungenfunktion zur Risikogruppe. Wir beraten online und telefonisch. Gerade jetzt ist Beratung und Austausch besonders wichtig.

## Wieso?

Menschen mit Behinderungen gehören sehr oft zur Risikogruppe und sind auf Hilfe im Alltag angewiesen – auf Pflegekräfte, Assistenten, Therapeuten und pflegende Angehörige beispielsweise. Auf die persönliche Nähe kann dabei natürlich nicht verzichtet werden. Die Betroffenen sind verunsichert in einer Zeit, in der dieser persönliche Kontakt ein Risiko darstellt. Hier bieten wir Beratungsgespräche und gleichzeitig den Austausch von Peer zu Peer an und wollen gefährdeten Personen signalisieren, dass sie gerade jetzt in Zeiten von Corona nicht allein sind. Wir als besonders gefährdeter Personenkreis stehen aktuell vor Fragen wie: Was passiert, wenn helfende Personen erkranken. Nehme ich weiterhin meine

wichtigen Therapien in Anspruch oder stellt dies eine zu große Gefährdung dar? Können Hilfspersonen oder Hilfen reduziert werden, damit nicht zu viele verschiedene Menschen in den eigenen vier Wänden ein- und ausgehen?

## Das sind Ängste und Unsicherheiten, die Risikopatienten mit und ohne Behinderungen derzeit kennen...

Genau, auch die Frage, wie ich weiter arbeiten kann, mit wem ich über meine Ängste und Bedenken reden kann. Und wie es gelingt, trotz der Situation das Leben zu genießen. Oft macht es Mut, zu hören, wie andere Menschen in einer ähnlichen Lebenslage mit dieser Situation umgehen. Oder es hilft, zu hören, dass man mit seinen Gedanken nicht allein ist. Dazu kann eine Beratung von Peer zu Peer beitragen. Für alle Menschen ist es derzeit wichtig, dass wir darauf schauen, was alles in dieser Situation dennoch möglich ist. Und nicht darauf, worauf wir gerade verzichten müssen.

## Wie kann man Sie für eine Beratung erreichen?

Mich erreichen Sie telefonisch von Montag bis Freitag über die Rufnummer 01 73/1 53 53 93 oder per E-Mail an [friederike.hellinger@diakoniewerk-gym.de](mailto:friederike.hellinger@diakoniewerk-gym.de). Es gibt auch die Möglichkeit, über die EUTB-App im Vorfeld einen Beratungstermin für eine telefonische Beratung zu vereinbaren. *Interview: Nicole Hollatz*