

Ein Pfleger übergibt mir eine Dame für einen Spaziergang. Zuerst geht sie schweigend mit unsicheren Schritten, dann stellt sie die Frage – kommt da schon unser Zug?

Heute ist ein herrlicher Herbsttag. Wir entschließen uns zu einer Bergwanderung. Zunächst fahren wir mit der Bahn – wir haben Glück und finden einen Fensterplatz. Die Sonne scheint durch's Fenster und wir ziehen Jacke und Schuhe aus. Doch dann müssen wir umsteigen, für das letzte Stück nehmen wir den Bus, der zum Glück nicht lange auf sich warten lässt.

Angekommen! Wir wandern über einen langen Bergrücken, genießen die wärmende Sonne und freuen uns über herrliche Blumenwiesen. Unterwegs kehren wir ein. Hungrig bestellen wir: Fritattensuppe, Hendl und zum Trinken ein Glas Wein. Rot oder weiß? Egal – gut soll er sein. Die Bestellung dauert sehr lange und ich frage, ob wir lieber in ein anderes Gasthaus wechseln sollen. Aber ich lasse mich überzeugen, wir sitzen gerade so gut, warten wir noch. Als es uns dann doch zu lange wird, machen wir uns auf die Suche nach einem anderen Gasthaus. Wieder haben wir Glück und finden auf unserem Weg ein zweites Gasthaus. Meine Begleiterin wird dort von einer Krankenschwester erwartet und zu ihrem Platz geführt. Das Essen steht schon auf dem Tisch – wie jeden Tag ein Brei.

Die Dame, mit der ich diese Wanderung unternommen habe, ist dement. Bevor sie mit mir losging, stand sie auf der Station an einen Handlauf geklammert und schrie.

Unsere Wanderung hat über 2 Stunden gedauert und wir haben uns in dieser Zeit nicht aus der Station entfernt. Gemeinsam haben wir diese Wanderung, die eine Gedankenreise war, unternommen.

Diese Spaziergänge bedeuten: Geduld, sich zig-mal die gleichen Geschichten anhören, immer wieder auf die gleiche Frage antworten und sich selbst mit Fragen zurückhalten. Gedanken aufnehmen und Widersprüche hinnehmen. Zeit haben, ganz da sein, sich einlassen, achtsam sein im Umgang mit dem Gegenüber und ganz nebenbei, sich selbst durch die Bewegung etwas Gutes tun – so bleibe ich in Schwung.

Frische Luft, Bewegung und immer wieder unvorhersehbare, spannende Unterhaltung mit Sprüngen durch Raum und Zeit. Ich lasse mich gerne in andere Welten entführen. Auf einem Spaziergang an der Dornbirner Ache bewegt man sich zwischendurch in Kärnten und Buschwindröschen werden kurzerhand zu Schneeglöckchen. Diese Spaziergänge machen mir viel Freude denn eine Unterhaltung mit einem demenzkranken Menschen kann zu einer faszinierenden Reise in die Vergangenheit und durch das Leben dieses Menschen werden. Wobei jede Spaziergängerin selbstverständlich zur Verschwiegenheit verpflichtet ist.

Jeder von uns hat Stärken und Schwächen, aber wer wird schon gerne direkt auf seine Schwächen angesprochen und wie fühlen wir uns dabei? Jedem von uns ist es doch schon das eine oder andere Mal passiert: „Ja, kennst du mich denn nicht mehr?“ Auch wenn alte Bekannte nicht mehr erkannt werden, teilt man doch immer noch das Gemeinsame aus der Vergangenheit. Ein freundlicher Gruß und vielleicht das Geschick einiger unverfänglicher Sätze genügen für eine - für beide Seiten - angenehme Begegnung.

Meine Bewunderung gilt den Angehörigen von Demenzkranken, die sich nicht nach 2-3 Stunden verabschieden können, sondern Tag und Nacht Verantwortung und Sorge tragen, oft jahrelang. Sich selbst einschränken um für diesen Menschen da zu sein, ihm so lange wie möglich ein Leben zu ermöglichen, das er sich fürs Alter gewünscht hat. Jeder, der das leistet, verdient Unterstützung. Wenn ich den Angehörigen durch meinen Einsatz ein wenig das Gefühl gebe, dass sie nicht ganz auf sich alleine gestellt sind, kann das schon eine kleine Entlastung sein.

Eine Spaziergängerin