

# Selbstständig leben trotz Handicap

**LÜTZELSACHSEN.** Ein Wunsch eint alle Menschen, egal ob jung oder alt, egal ob mit oder ohne Handicap: möglichst selbstständig leben, selbst entscheiden, was man wann tun möchte. Doch es gibt Einzelne, die die Eigenständigkeit erst üben und vorbereiten müssen. Hilfe gibt es im Pilgerhaus in Lützelsachsen beim sogenannten „Trainingswohnen“.

„Bei diesem Angebot leben Menschen mit Behinderung eigenständig, sind aber gleichzeitig in ein betreutes Umfeld eingebunden“, heißt es in einer Pressemitteilung des Pilgerhauses. Das Pilgerhaus bietet mehrere Wohnplätze als Trainingswohnen an. Für einen Zeitraum von maximal zwei Jahren können vor allem jüngere Menschen mit einer leichten geistigen Behinderung oder einer Lernbehinderung das eigenständige Leben außerhalb der Familie trainieren.

Die Teilnehmer leben in einem Ein-Zimmer-Appartement mit Küchen- und Sanitärbereich in unmittelbarer Nähe einer Wohngruppe und werden stundenweise betreut. „Das Ziel ist es, im Anschluss das Leben in einer ambulant betreuten Wohnform zu realisieren“, heißt es in einer Pressemitteilung. Für die ersten Teilnehmer hat sich die Trainingsphase bereits gelohnt. Sie haben das Trainingswohnen inzwischen verlassen und sind unter an-

derem in das Betreute Wohnen am Pilgerhaus gewechselt. Der 26-jährige Tobias lebt seit Herbst letzten Jahres neu im Trainingswohnen. An manches muss er sich erst gewöhnen, doch das selbstständigere Leben gefällt ihm: „Ich muss an vieles denken, aber es macht mir Spaß, selbst zu entscheiden.“

Wenn er Rat oder Hilfe braucht, steht ihm ein Betreuer der benachbarten Wohngruppe zur Seite. Hier findet er auch Anschluss, wenn er etwas mehr Gesellschaft möchte.

Zum Februar 2017 wird ein weiterer Wohnplatz im Trainingswohnen frei. Wer sich hierfür interessiert, sollte eine gewisse Selbstständigkeit mitbringen und sich in der näheren Umgebung alleine zurechtfinden können. „Es ist von Vorteil, wenn man beispielsweise sich selbst anziehen oder selbst das Frühstück richten kann“, sagt Wohnbereichsleiterin Hildegard Nörling-Meisner. „Auch sollte man in der Lage sein, eine gewisse Zeit alleine klar zu kommen.“ Beim Trainingswohnen wird insbesondere die hauswirtschaftliche Selbstversorgung mit den Teilnehmern geübt. Auch eine sinnvolle Gestaltung der Freizeit gehört dazu.

Informationen gibt es bei Hildegard Nörling-Meisner, Telefon: 06201/50 05 69, E-Mail: noerling-meisner@pilgerhaus.de