

# Fit - Komm mit Aktiv gesund trotz handycap

2003 ist das Europäische Jahr der Menschen mit Behinderungen (EYDP), 22 Jahre nach dem von der UNO ausgerufenen Internationalen Jahr der Behinderten. Schätzungen zufolge haben ca. 10% der Bevölkerung ein Handicap. Etwa doppelt so viele sind direkt oder indirekt davon betroffen. Frauen haben dabei eine besondere Stellung. In ihren Händen liegt in der Regel die Betreuungs- und Pflegearbeit. Mit dem nachfolgenden Beitrag über Robert Lambrechter, einem querschnittgelähmten Dachdeckermeister zeigen Uwe Mauch und Mario Lang, wie positiv sportliche Aktivität auf ihn selbst, seine Frau und Kinder wirken. Und das Motto könnte lauten: *Fit - Komm mit.*

## Nichtbehinderte behindern Behinderte

Robert Lambrechter ist Rollstuhlbasketballer. Unwissenheit, Ignoranz und Ängste seiner Umwelt behindern die Bewältigung seines Alltages. Nicht nur Sportstätten sind in der Regel (noch) nicht behindertengerecht. Folgende Idee drängt sich daher förmlich auf: Keine Förderungen, wenn neu zu errichtende Sportstätten nicht behindertengerecht gebaut werden. Und zwar ehrlich und fair, nicht nur alibimäßig. Das wäre ein richtungsweisender Schritt, um Gleichberechtigung und Selbstbestimmung zu fördern, aber vor allem auch die Gesundheit der LebensbegleiterIn. Gesund aktiv - Aktiv gesund. Zugegeben - Robert Lambrechters Lebensgeschichte ist vielleicht idealtypisch, wie neue gesundheitssportliche Netzwerke auch den Behindertenbereich erfassen können und im sozialen Umfeld wirken. Die folgende Story beabsichtigt Barrieren zu senken. Es geht um Rahmenbedingungen und Verhältnisse, die einen gesundheitsfördernden Lebensstil für alle Menschen ermöglichen. Sport für Alle.

*Dieser Bericht entstand aus dem Projekt „Netzwerk Gesundheits-sport NEU“, gefördert vom Fonds Gesundes Österreich.*

*Mag. Günter Schagerl*

topaktuelle Sportnews unter [www.askoe.or.at](http://www.askoe.or.at)



## „Am Ende des Tages eine Medaille“

Wie der Dachdeckermeister Robert Lambrechter nach einem schweren Arbeitsunfall als Sportler auf die Siegerstraße zurückkehrt.

Es ist nicht ganz einfach, aus dem Spiel heraus einen Korb zu erzielen. Robert Lambrechter ist ein wahrer Meister auf diesem Gebiet. Seine besondere Spezialität: Die Drei-Punkte-Würfe aus dem Rückraum des Feldes. Mit zwei kurzen, kräftigen Armstößen löst er sich aus der Bewachung seines Gegenspielers, fängt den Basketball mit der rechten und wendet den Rollstuhl mit der linken Hand. Noch ein Armstoß, schon beschreibt der Ball eine Parabel, um am Ende lautlos aus dem nach unten offenen Korb zu tropfen.

## Im Training wie im Leben

Mittwoch, nach 17 Uhr in einer Schule im nö. Klosterneuburg. Unten im Turnsaal trainieren die „Sitting Bulls“, Österreichs Meistermannschaft im Behinderten-Basketball. Mit voller Wucht krachen

▼ **Durch Sport mehr Lebensqualität**



immer wieder die Räder ihrer Rollstühle zusammen und drohen dabei zu kippen. Die sitzenden Bullen drängen sich gegenseitig ab. Und bremsen aus, was das Zeug hält. Robert „Bull“ Lambrecht zeigt auch beim Training an, wo es lang geht. Durch die Ausübung des Sports kehrte bei ihm das Selbstbewusstsein zurück. Der 35-jährige Dachdeckermeister war schon in seinem früheren Leben ein eleganter Skifahrer und ein erfolgshungriger Orientierungstaucher. Und er war der



kräftig zupackende Juniorchef in einem traditionsreichen Wiener Familienbetrieb. Bis zu 100 Stunden arbeitete er pro Woche, im Büro und auf den Dächern von Wien und Umgebung. Seine Eltern konnten immer auf ihn zählen. Bis zu jenem pechschwarzen Freitag im April 1998. Seine Armbanduhr blieb exakt um 8.57 Uhr stehen.



## Mit einem Höllentempo

Während einer kurzen Trainingspause erzählt der Sportler mit den kräftigen Oberarmen seinen Standardwitz: „Wie hört sich der Aufprall eines Dachdeckers nach einem Sturz aus einem und aus zwanzig Meter Höhe an?“ – „Aus einem Meter macht es erst Patsch, dann Ah. Aus zwanzig Meter erst Ah, dann Patsch.“ Lambrecht wartet die verhaltenen Lacher der nicht-behinderten Zuhörer ab. Dann fügt er amüsiert hinzu: „Mich hat's von zwanzig Meter runter gehauen.“

„Es war eine Routinearbeit“, erzählt seine Frau, Manuela, die heute oft am Spielfeldrand steht. „Der Robert sollte auf dem Dach einer alten Villa nur zwei Eternitplatten tauschen. Deshalb hat er sich auch nicht gesichert.“ Unterhalb des Firsts ist ihr Mann ausgerutscht. Im Stürzen wollte er sich noch mit dem Hammer einhaken. Zu spät. Vom First bis zur Dachrinne waren es 13 Meter. „Er ist da mit einem Höllentempo runter gerutscht.“ Von der Dachrinne reißt auch die Erinnerung des Unfallopfers ab. Dreieinhalb Wochen später, nach dem Aufwachen aus dem Koma, sah er seine damalige Lebensgefährtin vor seinem Bett stehen. Mit zwei Eheringen in der Hand, die sie ihm entgegenhielt. Seine Frau und der Sport gaben ihm nach dem Unfall viel Rückhalt.

## Kein Gefühl in den Beinen

Nach dem Aufwachen erfuhr der Patient auch, dass er nie wieder Ski fahren und nie wieder ein Dach decken wird können. Die härteste Zeit in seinem Leben begann. Er musste lernen, seine Lähmung zu akzeptieren und damit umzugehen. Während der Rehabilitation auf dem Weißen Hof etwas außerhalb von Klosterneuburg (das ist eine Einrichtung der Allgemeinen Unfallversicherungsanstalt, AUVA) sah Lambrecht auch den „Sitting Bulls“ beim Training zu.


Die Basketballer im Rollstuhl wurden schnell seine Freunde. Montag und Mittwoch ist Training. An den Wochenenden bestreitet die Mannschaft nationale Meisterschaftsspiele und internationale Turniere. Die meisten Spieler haben durch den Sport wieder zu einem erfüllteren Leben gefunden. Bei dem einen oder anderen vertrieb der körperlich anstrengende Sport auch den Nebel der akuten Verzweiflung. Ein Wurf aus der Distanz zählt nicht nur drei Punkte, er erzeugt jedes Mal aufs Neue ein kurz anhaltendes Glücksgefühl. Er lässt wenigstens für den Moment vergessen, dass man einmal Pech gehabt hat. Nach seinem Unfall muss Lambrecht auf manche Annehmlichkeit des Lebens

verzichten. Auf ein scharfes Gulasch zum Beispiel. Ein zu scharf gewürztes Gulasch kann im wahrsten Sinne des Wortes in die Hose gehen. Wer querschnittgelähmt ist, hat nicht nur das Gefühl in den Beinen, sondern auch die Kontrolle über seinen Darm verloren. Der Mann im Rollstuhl genießt sich dafür nicht (mehr): „Ich habe langsam gelernt, damit umzugehen.“

### Schnell im Out

Einem Mitspieler ist vor kurzem der große Wurf gelungen. Er spielt jetzt in der italienischen Profiliga. Gerne würde auch „Robert, the Bull“ für Geld und vor Fernsehkameras glänzen. Doch der Familie, sagt er, will er das nicht zumuten. Von etwas Anderem träumt der Basketballer: „Mit nichtbehinderten Menschen Sport betreiben.“ Doch da ist er bisher immer an die Grenzen der Architektur und der Toleranz gestoßen. In modernen Fitness-Studios gibt es viele Stufen und keinen (Sanitär-)Raum für Behinderte. Und auf einem Wiener Tennisplatz durften Lambrechtner und seine Frau nicht spielen, weil der Besitzer seinen Platz durch ihn bedroht sah. Natürlich kann man auch ohne Tennis leben. Doch es fällt schwer, zu akzeptieren, dass es Menschen gibt, denen es schwer fällt, einen zu akzeptieren.

### Schlusspiff für heute

Der Trainer der „Sitting Bulls“ erhebt sich wenig später aus dem Rollstuhl und siehe da, er kann gehen. Dahinter steckt nicht Magie, sondern ein relativ unbekanntes Regulativ: Nicht jeder, der Rollstuhl-Basketball spielt, muss gehbehindert sein. Der Spieler Lambrechtner sieht sich dagegen nach dem Training wieder ins Leben zurückversetzt. Er muss den Turnsaal durch eine stufenlose Hintertüre verlassen. Seine Frau hilft ihm in das Auto einzusteigen. Und das Auto hilft ihm, mit einer speziellen Hand-Automatik nach Hause zu gelangen. Dennoch, der Sport hat ihn auf die Siegerstraße zurück gebracht. „Meine beiden Kinder und meine liebe Frau“, erzählt Robert Lambrechtner auf dem Heimweg stolz, „sind bei jedem Spiel live dabei. Sie sehen in mir nicht den Vater und Ehemann, der behindert ist, sondern den Vater und Ehemann, der am Ende des Tages eine Medaille nach Hause bringt.“ 

Infos über den Ablauf der Aktion *Fit – Komm mit* sowie unsere Möglichkeiten schon bestehende und/oder neue Angebote zu unterstützen unter: ASKÖ-FIT/Gesundheitsförderung, 1233 Wien, Steinerstraße 12, Tel. 01-869 32 45/16, Mag. Günter Schagerl

## Die Partner der Aktion *Fit – Komm mit* sind

Die ASKÖ-FIT-Aktion und SportfreundeKampagne dankt folgenden Firmen:

**TUNTURI®**  
THE MOTOR – *it's you.*

Weitere Informationen über Qualitäts-Fahrradergometer, Stepper u.a.m. bei unserem Partner DOWI, Tel. 0316/716 412

AUSTRIAN AIRLINES 

WIENER STÄDTISCHE  **cityrun.at**

HOTEL  
MOSELEBAUER

Tel. 04350 / 2333-0  
www.moselebauer.at

  
WEKO

Der ASKÖ-FIT-Partner  
für aufblasbare Spielgeräte  
Tel. 03132 / 3243  
www.weko.at

 **bständig**

Info-Telefon: 01-403 63 44  
www.bstaendig.at