

## Leben

# Immer die Chancen betonen

von Heidi Scharvogel



Eka Oehne mit ihrem batteriegetriebenen „Easy Rider“ bei einer Fahrradtour in Bad Zwischenahn.  
Bild: privat

**Oldenburg** - Dass alle Menschen selbstbestimmt leben können, dafür setzt sich [Eka Oehne](#) ein. Denn „viele Menschen mit Behinderung wissen gar nicht, dass sie selbst entscheiden dürfen wie, wo und mit wem sie leben“, berichtet die Oldenburgerin aus ihrer etwa 20-jährigen Beratungserfahrung.

Kurz nachdem sie mit 45 Jahren die Diagnose Multiple Sklerose (MS) erhalten hatte, „einen Schub nach dem anderen“ bekam und kaum noch laufen konnte, gründete sie mit einer Freundin ein Internetforum, das Betroffenen Möglichkeiten zum Austausch gab. „Wir haben uns mit wichtigen Informationen unterstützt und zu einigen Usern von damals habe ich immer noch Kontakt, aber es ging nur um MS und mir hat der direkte Kontakt gefehlt“, sagt die 69-Jährige.

### Plus an Lebensqualität

Den fand sie bei SeGOLD e.V. – Selbstbestimmt Leben – Gemeinschaft Oldenburg. Seit 2002 ist Eka Oehne Vereinsmitglied und seit mehreren Jahren im Vorstand. Sie engagiert sich auch als „Profi für Vielfalt“ der Stadt Oldenburg. In dem Projekt des Fachdienstes Bürgerschaftliches Engagement teilt sie ihre Erfahrungen mit Schulklassen sowie öffentlichen

und/oder gemeinnützigen Organisationen. So trägt sie dazu bei, Barrieren und Ängste abzubauen.

Bei SeGOLD erfuhr Eka Oehne von der Möglichkeit, mit einer persönlichen Assistenz in der eigenen Wohnung zu leben. Die damit verbundene Selbstbestimmtheit bedeute ein großes Plus an Lebensqualität. Sie selbst nutzt eine Fahrassistenz und schätzt dabei die klare Rollenverteilung zwischen ihr, als Arbeitgeberin, und dem Assistenten als Arbeitnehmer: „Wenn Freunde diese Aufgabe übernehmen, ist die Rollenverteilung eine andere.“

Mit der EUTB SeGOLD e.V. bietet der Verein eine unabhängige Beratung für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige. „Ein Problem wäre zum Beispiel die Aussage der Agentur für Arbeit, dass jemand auf dem Arbeitsmarkt nicht mehr vermittelbar ist, während aber noch keine Rente bewilligt wird. Hier können wir mit unserer Erfahrung weiterhelfen oder Tipps geben, wo Gelder beantragt werden können“, so Eka Oehne.

Auch bei der [Inklusionswoche](#) ist SeGOLD jedes Jahr sehr aktiv. „2016 haben wir im ganzen Land die meisten Aktionen auf die Beine gestellt. Danach kam München“, lächelt die Oldenburgerin. Dieser engagierte Einsatz habe sich auch positiv auf die Zusammenarbeit mit der Stadt Oldenburg ausgewirkt. „Wir arbeiten wirklich zusammen, hören einander zu, gehen Kompromisse ein – das ist nicht selbstverständlich, wenn wir in der Beratung Tipps geben, wo Anträge gestellt werden können und die Stadt häufig das Geld geben muss. Wir haben gemeinsam wirklich viel erreicht. Darauf können wir stolz sein und nur so geht es“, ist Eka Oehne überzeugt.

Die MS-Erkrankung sieht sie auch als Chance: „Ich habe mich sehr, sehr lange überfordert. Ich hatte viele, auch schwere Allergien, aber wenn ein Arzt mich nach Krankheiten gefragt hat, sagte ich: Keine. Die MS hat mich gezwungen, auf dem Sofa zu sitzen und über mein Leben nachzudenken. Das war heilsam.“

### Rollstuhltanzgruppe

Natürlich sei sie nicht scharf auf die Krankheit gewesen, „aber sonst hätte ich meine Arbeit als Steuerfachassistentin vielleicht nicht aufgegeben, obwohl ich viel lieber mit Menschen arbeite und ich hätte nie mit Rollstuhltanz angefangen“, schmunzelt die dreifache Mutter und sechsfache Großmutter. „Ich habe schon immer gern getanzt, mein Ex-Mann aber nicht und allein geht man als Frau eher selten tanzen.“

Für Rollstuhltanz gründete sie eine eigene Gruppe in Oldenburg und verwirklicht Tanzprojekte mit Kindern vom Rollstuhlclub Oldenburg. „Das macht so viel Spaß. Mit einem Projekt haben wir 2019 den Selbsthilfepreis der [Caritas](#) gewonnen“, erzählt Eka Oehne, die immer Mitstreiter sucht, um ihre vielen Ideen mit Leben zu füllen. Passend zu ihrem Motto: Lebenskrisen sind keine Barrieren, sondern Aufbruchschancen, um seine Visionen zu verwirklichen (frei nach [Hermann Hesse](#)).