

Wenn Mama schlapp macht, ist Susanne da

Familienhelferin Susanne Opitz aus Grafing springt ein, wenn ein Haushalt Unterstützung braucht. Der Aufgabenbereich reicht von Kochen, Säubern und Einkaufen bis zum Fahrdienst für die Kinder

Von Michaela Pelz

Grafing – Autsch! Ausgerechnet ein Unglück im Haushalt ist schuld daran, dass das geplante Treffen mit Susanne Opitz verschoben werden muss. Drei Stiche hat der Arzt in der Notaufnahme für die Schnittverletzung gebraucht, „mein allererster Berufsfall in 30 Jahren“, sagt die Grafingerin. Ironie des Schicksals: Normalerweise ist sie die 49-Jährige, die in einer Notlage gerufen wird. Als Familienhelferin. „Das kann man sich vorstellen wie die städtische Variante einer Dorfhelferin, bloß ohne melken und Bulldog fahren“, lacht die quirlige Frau mit dem Lockenkopf. Um den häuslichen „Betrieb“ am Laufen zu halten, übernimmt sie die Aufgaben der Person, die ausfällt: Kauft ein, kocht, spült, putzt, näht, bringt die Kinder in den Kindergarten.

Doch die Einsätze erstrecken sich auch auf Alleinstehende oder Paare; zudem geht die Arbeit einer Familienhelferin weit über bloße Haushaltsführung hinaus. Sie umfasst Beratung in der Bewältigung von Alltagsherausforderungen, Begleitung zum Arzt oder Verhinderungspflege. Kostenträger sind Kranken-, Pflege- und Rentenversicherungen, beantragen kann man die Leistung etwa aufgrund von Risikoschwangerschaft, schwerer Grippe, Operation mit Anschluss-Reha, psychischer Erkrankung, Krebs oder MS.

Eine Familienhelferin muss flexibel sein, feste Arbeitszeiten gibt es nicht

Wie vielfältig das Einsatzgebiet ist, zeigt sich eine Woche später, als man den Ortstermin nachholt. Treffpunkt ist eine Ausgabestelle der Tafel. Dort holt Opitz einmal die Woche Lebensmittel für zwei ihrer Kunden. Wie sehr die nun schon dreieinhalb Jahre währende Beziehung von Respekt und Vertrauen geprägt ist, erkennt man daran, dass das Paar, das hier Herr und Frau S. heißen soll, an diesem Vormittag seine Tür für die Reporterin öffnet und ganz offen über die eigene Situation spricht.

Die beiden Mittfünfziger leben in einem Mehrfamilienhaus im ersten Stock. Beide sind an Depressionen erkrankt, zudem leidet die Frau mit durch ihre diversen Autoimmunerkrankungen wie etwa Hashimoto sowie Fibromyalgie („die schwerste Stufe“) permanent unter Schmerzen. „Früher“, so berichtet sie, „hab' ich ganz normal gelebt, zwei Kinder allein großgezogen, bin in die Arbeit gegangen. Da war es bei uns auch einigermaßen ordentlich.“ 2018 allerdings verschlechtert sich ihr Zustand durch die schwere körperliche Arbeit drastisch und mehrere Schicksalsschläge setzen ihr psychisch zu. Seitdem steckt die Bewältigung des Alltags voller Hürden und Herausforderungen. „Ohne Frau Opitz könnte ich das alles hier nicht.“

Die Wohnung ist sauber, aber wenn man sich umschaute, wird klar, dass hier zwei nicht alleine zurechtkommen. Zu groß die Anzahl der Baustellen, zu schwach die Kräfte. Gleichzeitig wird deut-

lich, wie sich – gewusst wie – schon durch eine Kleinigkeit der Raum und seine Bewohner spürbar aufhellen lassen. Denn während der Besuch noch den Mantel ablegt, hat Susanne Opitz schon eine Vase mit gelben Narzissen auf den mit Medikamentenpackungen übersäten Wohnzimmerisch gestellt. Auch die Blumen gehören zur Ausbeute des Tafel-Gangs.

Der erste Weg führt die Familienhelferin dann in den Keller, um dort schnell zwei Maschinen Wäsche zu waschen. Ihre Kundin ist dazu körperlich nicht in der Lage – zu viele Stufen. Außerdem sei sie immer müde und schlapp. „Das stört mich und macht mich wütend auf mich selbst.“

– sowohl an Terminen wie etwa Arztbesuchen, als auch an persönlichen Problemen. Auch das gemeinsame Ordnung schaffen wurde angegangen. „Seitdem Frau Opitz da ist, hat sich bei uns in der Wohnung ganz viel verändert. Sie hat tolle Ideen und setzt Sachen um, die ich mir schon lange gewünscht habe“, sagt Frau S. So kam sie zum von der patenten Familienhelferin selbst geplanten Regal im Bad, inklusive Abholung der Bretter und Montage. Gleichzeitig gibt es auch immer wieder Arbeiten im Haushalt, die Opitz bewusst dem Paar überlässt, um dessen Selbständigkeiten zu erhalten und „uns so darauf vorzubereiten, ins normale Leben zurückzukehren“.



Die Brüder freuen sich schon: Sicher hat Susanne Opitz zu Hause gleich etwas Leckeres für sie parat. FOTO: CHRISTIAN ENDT

Ihr Partner wiederum schaffe es psychisch nicht, sich um diese Aufgabe zu kümmern. Weil man sich auf Augenhöhe begegnet, darf Opitz ganz nebenbei sogar solche Themen ansprechen, ihn sogar liebevoll zum Container „scheuchen“, damit er das Altpapier entsorgt.

Obwohl sich alle schon so lange kennen, siezt man sich. Was dem guten Verhältnis absolut keinen Abbruch tut. „Bei uns geht es auch immer sehr lustig zu“, sagt Frau S., die ihre Lage durchaus realistisch sieht. „Lange konnten wir Hilfe nicht zulassen, es war zu schwer. Bis Frau Opitz kam. Sie war so feinfühlig, eine ruppige hätte ich auch gleich wieder rausgeschmissen.“

Vordergründig beschäftigt sich die Familienhelferin nun mit der Küchenarbeit – etwa, indem sie sich fürs Zwiebelhacken zum Paar an den Tisch setzt oder sich beim Umrühren durch den offenen Zugang mit ihren Kunden unterhält. Tägliches Kochen sei für die beiden oft zu viel Aufwand, der Gemüse-Tomatentopf mit Hirse hingegen halte sich eine ganze Zeit im Kühlschrank, sei also „gesundes Fastfood“.

In Wirklichkeit aber tut sie viel mehr. Sie lässt sich erzählen, was gerade ansteht

ter hochschwanger ist. Die Kindergartenkinder müssen abgeholt werden. Deren Herzen hat sie sich vor allem durch ihre Kochkünste erobert. „Die selbstgemachten Käsespätzle haben ebenso für Begeisterungstürme gesorgt, wie die spontan gezauberten Haferflocken-Pancakes. Auf die täglich neu bestückte bunte Rohkost-Nuss-Box, aus der sie nach dem Abholen nachsehen dürfen, werden wir wohl auch zukünftig nicht mehr verzichten können“, ist von Anna F. einige Zeit später zu hören, als man sie auf die Familienhelferin anspricht.

Der Beruf habe Zukunft, sagt Opitz – doch leider gibt es auch hier ein Nachwuchsproblem

Sie selbst sei beim ersten Auftauchen von Opitz total erleichtert gewesen, dass endlich mal jemand Staubsauger und Wischmopp in die Hand nahm und den ganzen liegengeliebten Haushalt Stück für Stück wieder in Stand setzte. „Wir haben uns einfach so gar nicht mehr wohl gefühlt in unseren eigenen vier Wänden.“ Von Anfang an habe man sich geduzt, in den gemeinsamen Stunden und Tagen auch viel über Privates gesprochen.

Gut getan habe dabei Susanne Opitz' immer fröhliche und muntere Art. „Die Situation ist ja so schon schwierig genug, da ist es gut, wenn man nicht mit zusätzlicher schlechter Laune alles noch schwerer macht.“ Am Ende fügt sie hinzu: „Ich habe ein absolut gesundes und fittes Kind auf die Welt gebracht. Das hätte ich nicht geschafft, wenn ich nicht konsequent Ruhe hätte geben können während der Schwangerschaft.“

Zwei andere Kundinnen brachten ihre Dankbarkeit sogar sichtbar zum Ausdruck: Sie schenken Opitz die Website „Hilfe, die Mama macht schlapp“, inklusive Gestaltung und aussagekräftigem Titel.

Im Rahmen der vorgeschriebenen regelmäßigen Fortbildungen hat sich Susanne Opitz vor einigen Jahren zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin ausbilden lassen. Das kommt ihr im Alltag häufig zugute, denn immer wieder ist sie im Einsatz, weil sich Mutter oder Vater mitten in einer Krebsbehandlung befinden. „Ich bin auch für die Seelennöte der Menschen zuständig.“

Angesichts eines nicht geringer werdenden Bedarfs bezeichnet Opitz ihre abwechslungsreiche Tätigkeit als äußerst zukunfts-trächtig und bedauert, dass auch hier der Nachwuchs fehlt. Nie sei es eintönig und es komme so viel zurück. „Die Leute freuen sich, wenn ich komme, weil sie wissen, jetzt kriegen sie Hilfe. Und sie freuen sich, wenn ich gehe, weil wieder alles gemacht ist und man das sieht“, sagt sie und lacht. Fröhlichkeit ist sicher eine wichtige Voraussetzung für diesen Beruf. Was noch gebraucht wird: Eine autarke Persönlichkeitsstruktur und die Fähigkeit, in jeder Situation schnell entscheiden können, was genau dann wichtig ist. „Reich wird man nicht damit, aber es ist unglaublich erfüllend. Ich habe so viel Freiheit, ich bin mein eigener Job.“