

Keine Scheu vor dem Schwingstock-Training

SENIOREN In Sankt Augustin gab es jede Menge Tipps für ein erfülltes und gesundes Leben – Aktiv beim Shiatsu

VON ANNETTE SCHROEDER

Sankt Augustin. „Wie alt ist die Frau denn? – Neunzig. – Ach so.“ Was in diesem Wortwechsel alles mitschwingt: „Die lebt eh nicht mehr lange. Das lohnt sich nicht mehr, sich zu kümmern“, interpretierte Werner Schell diesen stereotypen Dialog. Der 76-Jährige sieht und hört genau hin, wenn es um die Ressourcen geht, die Betagten zugestanden werden. Politiker aber „nehmen sich da gern zurück“, hat er beobachtet. Denn „mit dem Thema Pflege lässt sich kein Wahlkampf gewinnen. Auch wenn Angela Merkel sagt, dass Pflegekräfte einen viel härteren Job hätten als sie, bleibt das eine Sprechblase.“

Umso wichtiger, dass die Senioren sich selbst für ihre Interessen

stark machen. Dafür ist der pensionierte Neusser Beamte, der beim 10. Sankt Augustiner Seniorentag referierte, eine Symbolfigur. Der einstige Dozent für Pflegerecht „war es leid, über Jahre in Gremien und Seniorenbeiräten zu sitzen. Es wurde diskutiert – und nichts passierte.“ Schließlich begann Schell mit einigen Mitstreitern und dem SKM in seinem Heimatort Neuss-Erfelt ein „Quartierskonzept“ für alte Menschen zu entwickeln. Dafür bieten Freiwillige und professionelle Helfer fast flächendeckend praktische Unterstützung; sie entwickeln auch Neues – wie das Miteinander von Kindern mit Alten in Tagespflegereinrichtungen. Und sie streiten mit der Stadtverwaltung, dass der Supermarkt um die Ecke erhalten bleibt.



Dorle Walther vom Senioren-Dienst „Der Karren“ informierte über die Pflege zu Hause.
Foto: Schroeder

Die Eigeninitiative zu stärken, darauf zielte auch das Motto des Seniorentags: „Gut vorbereitet älter werden“ wollten zahlreiche Besucher, die Shiatsu ausprobierten, sich an Flexibar-Sportgeräten –

an Ständen über ihre Arbeit – von der Avo Wohnberatung über die „Insuliner“ bis zum Senior Experten Service reichte die Palette. Am Tisch des Ambulanten Hospizdienstes hielten viele noch Abstand. Beim Thema Vollmachten war die Scheu weniger groß; die Patientenverfügung unter den Arm geklemmt, schlenderten einige Besucher durch den Ratssaal.

„Man weiß, das es wichtig ist, schiebt es aber gern vor sich her“, meinte Werner Müller. Für den 67-jährigen gab der Seniorentag einen Impuls, „das Thema endlich anzugehen“. In diesem Rahmen werde es leichter gemacht, wozu auch Kaffee und Kuchen, höfische Tänze sowie Klänge vom Zupfensemble der Musikschule und des Collegium musicum beitragen.