

Lebenplus

DAS HALLER TAGBLATT
FÜR DIE ERFAHRENE GENERATION

AUSGABE 4 | DEZEMBER 2019

Ehrenamt bereichert

Heike Krömer ist eine der ehrenamtlichen Seniorinnen, die sich im Sonnenhof engagieren. Beim Adventskranz binden hatte sie mit den Bewohnern und Gleichgesinnten viel Freude. Die Einrichtung ist für solche Menschen wie die Hallerin dankbar.



FOTO: Ufuk Arslan

Editorial

Claudia Linz
Redakteurin



Beine nicht hochlegen

65 ist das neue 55“ sagen Demografen und Altersforscher. Als das Rentenalter im Jahr 1916 auf 65 Jahre festgesetzt wurde, waren viele Menschen in diesem Alter schon körperlich erschöpft, nicht mehr belastbar und dem Tod nahe. Nur drei von zehn Deutschen erreichten überhaupt die 65. Heute sieht das anders aus.

Der Übergang in die Rente heißt auch nicht mehr, dass man dann automatisch aufhört zu arbeiten: Die einen verdienen weiter Geld, weil sie es mangels Altersvorsorge müssen, die anderen, weil sie eine erfüllende Tätigkeit nicht einfach wegen einer Jahreszahl aufgeben wollen. Viele engagieren sich ehrenamtlich, in dem sie sich um andere Ältere oder um Kinder kümmern. Manche finden ein neues Betätigungsfeld in der Lokalpolitik, andere sind in Sportvereinen aktiv und übernehmen dort Verantwortung. In dieser LebenPlus-Ausgabe stellen wir eine Frau vor, die 23 Jahre lang ehrenamtlich Gefangene in der Haller Justizvollzugsanstalt besucht hat.

Dass man sich schon vor dem Renteneintritt Gedanken über die Gestaltung der nachberuflichen Zeit machen sollte, rät die Gerontologin Ulla Reyle. Um Abbauprozesse so weit wie möglich hinauszuzögern, hilft es, sich immer wieder auch außerhalb seiner Komfortzonen zu bewegen, neugierig zu bleiben und öfter mal Dinge zu tun, bei denen man nicht weiß, was am Ende dabei herauskommt.

Ich wünsche Ihnen viele nützliche Anregungen beim Lesen dieser Ausgabe,
Ihre Claudia Linz

Brücken schlagen für einen guten Zweck

Engagement Über zehn Senioren helfen ehrenamtlich im Schwäbisch Haller Sonnenhof beim Projekt „Adventskranz binden“. Für die Bewohner der Einrichtung ist das mit viel Freude und Spaß verbunden. *Von Corinna Janßen*

Im Mobilé des Haller Sonnenhofes riecht es an diesem vorweihnachtlichen Mittwochnachmittag nach Tannengrün. Tische sind in dem rund gebauten Haus, das als Treffpunkt für diverse Veranstaltungen dient, aufgestellt, Stühle sind in Kreisen angeordnet. Mittendrin: Stapelweise Zweige. Und in jeder der kleinen Gruppen sind ältere Leute mit grünen Schürzen und Namensschildern auszumachen.

„Die Menschen hier sind mit solch großer Begeisterung bei der Arbeit.“

Gerda Augsten
Seniorin aus Schwäbisch Hall

„Das sind unsere Ehrenamtlichen, die uns Jahr für Jahr beim Projekt ‚Adventskranz binden‘ helfen“, sagt Margot Gropper, Referentin für bürgerschaftliches Engagement im Sonnenhof.

Mit flinken Händen ordnet Gerda Augsten (69) kleine Zweige um den Kranzrohling an und umwickelt ihn mit Draht. Nicole, eine der Sonnenhof-Bewohnerinnen, schneidet derweil die Zweige zurecht und reicht sie der Ehrenamtlichen. Gerda Augsten ist voll des Lobes: „Ich bin schon über zehn Jahre dabei, aber eine so gute Schnipplerin wie Nicole

hatte ich noch nie.“ Die junge Frau freut sich sichtlich und strahlt. Die Hallerin ist gemeinsam mit ihrem Mann Heinz Augsten (73) zum Kranz binden gekommen. „Wir möchten uns im Ruhestand noch etwas beschäftigen“, sagt der Senior. Es sei wichtig, dass sich Menschen für die Einrichtung engagieren.

Auch Rita Koch aus Hall gehört zum Team der Ehrenamtlichen. Alle zwei Wochen kommt sie dienstags ins Sonnenhof-Café, um zu helfen. Und das seit acht Jahren. „Die Leute hier sind so freundlich“, berichtet die 76-Jährige. Berührungängste hatte sie von Anfang an keine. „Ich habe Geduld und genieße es, hier zu sein“, erzählt Rita Koch. Ein Urlaub im westafrikanischen Staat Burkina Faso öffnete der Hallerin die Augen. „Ich habe dort so viel Elend gesehen, dass ich nach meiner Rückkehr beschloss, selbst dort zu helfen, wo Hilfe nötig ist“, nennt sie ihre Beweggründe.

Langjährige Freundschaften

Über all die Jahre, in denen sich die Ehrenamtlichen vor Weihnachten im Mobilé treffen, sind auch Freundschaften untereinander entstanden. Käthe Damm (73) aus Michelbach/Bilz und Doris Holl (64) aus Frankenhardt freuen sich stets aufeinander. „Es ist schön, wenn man Leute trifft, die schon viele Jahre dabei sind“, sagt Käthe Damm. Auch lobt sie die Art der Betreuung der Ehrenamtlichen durch die Koordinatorin Margot Gropper. „Das gibt einem



Käthe Damm (links) aus Michelbach und Doris Holl aus Frankenhardt sind schon viele Jahre beim Adventskranz binden dabei. Die Wiedersehensfreude ist jedes Jahr groß.
Foto: Ufuk Arslan

viel“, beschreibt die Michelbacherin.

Ganz aufhören keine Option

Doris Holl hatte zu Beginn ihrer ehrenamtlichen Mitarbeit im Sonnenhof einen Jungen betreut – zehn Jahre lang, bis der Bewohner umgezogen ist. Inzwischen hat sie sechs Enkel. „Für mich stand fest, dass ich den Umfang des Ehrenamtes reduzieren muss, aber nicht ganz“, erzählt sie.

Die ersten Kränze sind zwischenzeitlich fertig. Nun müssen sie nur noch geschmückt werden. Auf einem Tisch liegen Dekorationsartikel und auch eine Heißklebepistole. Das ist der große Moment für die Sonnenhof-Bewohner. Rote Sterne, Zapfen und goldene Glöckchen werden befestigt. Die Freude ist groß und die Wohngruppen dürfen sich nun über handgemachten Weihnachtsschmuck freuen.

Das Konzept des Sonnenhofs

Der Sonnenhof begleitet und unterstützt Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Das Ziel ist dabei, individuell zu fördern und zu begleiten. Die Bewohner sollen als eigenständige Persönlichkeiten gestärkt werden und selbstbestimmt leben können – mit möglichst hoher Lebensqualität. Der Inklusionsgedanke: Teilhabe von Menschen mit Behinderung ist überall möglich.
Mehr unter: www.sonnenhof-sha.de.