

„Alt werden – was bedeutet das?“

Seminarreihe der Bürgerstiftung Haldem-Arrenkamp angelaufen / Noch für weitere Vortragsabende im Gemeindezentrum

HALDEM (ges) ■ Der Anfang ist gemacht: Waltraud und Achim Strohmeyer eröffneten am Mittwochabend vor annähernd 20 Zuhörern im Gemeindezentrum in Haldem die von Michael Welters erarbeitete Seminarreihe „Beratung und Hilfe im häuslichen Bereich“. „Alt und älter werden – was bedeutet das?“ stand als Thema über dem Auftaktabend.

In den nächsten Wochen geht es jeweils mittwochs (11., 18. und 25. März sowie 1. und 8. April) um 19.30 Uhr mit vier Vorträgen und einer abschließenden Zusammenfassung weiter. Michael Welters spricht am kommenden Mittwoch über das Thema „Wie kann Hilfe aussehen?“, Richter Beimann referiert eine Woche später über das Thema „Ich möchte helfen – rechtliche Grundlagen“, ein Referent der Firma Westerholt informiert am 25. März darüber, was es für Pflegemittel gibt und wie man sie erhält, und Dr. Hafer bezieht am 1. April zum Thema „Ernährung und medizinische Betreuung im Alter“ Stellung. Während der abschließenden Rückschau von Michael Welters soll auch über die weitere Planung gesprochen werden.

Hinter der vom Kuratorium Bürgerstiftung Haldem-Arrenkamp initiierten Seminarreihe steht die Absicht,



Achim (links) und Waltraud Strohmeyer referierten zum Auftakt der von Michael Welters (rechts) organisierten Seminarreihe der Bürgerstiftung Haldem-Arrenkamp über das Thema „Alt und älter werden – was bedeutet das?“. Foto: Scheland

Menschen zu informieren, die zu Hause bereits alte Menschen pflegen oder in Zukunft pflegen wollen. „Wir wollen Menschen unter uns finden, die sich vorstellen können, anderen bei der Begleitung ihrer Angehörigen zu helfen“, sagt Michael

Welters. „Ganz nach dem Motto unserer Stiftung: „Bürger helfen Bürger“, ergänzt Vorsitzende Helga Steckel. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben jetzt die Möglichkeit, sich für sich selbst oder andere kundig zu machen, um gut und sicher

mit alten Menschen umgehen zu können.

Was bedeutet Hilfe für andere? Die Frage beantwortet Helga Steckel: „Beispielsweise kann es sein, dass eine pflegende Angehörige zum Friseur möchte und mal für zwei Stunden jemanden

braucht, der sie im Hause des zu Pflegenden vertritt, einfach nur da ist. Oder man braucht mal Hilfe, wenn Besuch kommt, oder, oder, oder...“. Die Kuratoriumsvorsitzende wünscht sich, „dass sich in Haldem und Arrenkamp Bürgerinnen und

Bürger finden, die Zeit und Lust haben, sich nach Beendigung oder schon während des Seminars für solch eine Begleitung anderer zu entscheiden.“

In ihrem Auftaktvortrag unterschied Waltraud Strohmeyer zwischen vollendeten Lebensjahren und dem Lebensgefühl („man ist so alt, wie man sich fühlt“) eines Menschen. Menschen mit einem Lebensalter könnten sich gut fühlen und kaum körperliche und geistige Beeinträchtigungen im täglichen Alltagserleben haben, andere dagegen krankheitsbedingt schon frühzeitig auf Hilfestellungen in vielen Lebensbelangen angewiesen sein.

Zum körperlichen Abbau sagte die Referentin, dass er schleichend beginne und bei den ersten Anzeichen gern „überspielt“ werde. Menschen würden sich Defizite wie beispielsweise das Nachlassen der Sehkraft nicht eingestehen. Hinzu komme schnell, dass die täglichen Verrichtungen mehr Zeit in Anspruch nähmen. „Auch der geistige Abbau geht schleichend vor sich und wird vom Betroffenen selbst und auch von seinem Umfeld nicht sofort erkannt. Das Langzeitgedächtnis bleibt meist bis zuletzt erhalten, Defizite betreffen zuerst das Kurzzeitgedächtnis“, betonte die Referentin.