

## **Die Geschichte der Rödentaler Seniorenarbeit Teil I 1997 - 2002**

### **Eine Klarstellung**

In dem folgenden Buch kommt häufig meine Person vor und damit auch das Wort „ich“. Es ist aber kein Ich-Buch über mich als Hauptperson, sondern es ist ein Wir-Buch über die Senioren, die seniorenpolitischen Maßnahmen, die wir in Rödental für unsere Senioren ergriffen und vor allem über alle, die mitgearbeitet haben. Die Senioren sind die „Zielperson“. Dabei war ich zwar oft der Initiator, aber umgesetzt werden konnte alles nur im Team. Es sind nämlich zwei meist sehr unterschiedliche Dinge: gute Ideen zu haben – und sie dann auch umsetzen zu können. Für die Umsetzung braucht man immer ein Team und für Entwicklung der guten Ideen eigentlich auch.

Eine weitere Klarstellung: seniorenpolitische Maßnahmen – also kommunale Aktivitäten von und für Senioren – sind 2002 Neuland gewesen, ein Pioniergebiet also. Die Probleme mussten identifiziert werden. Ideen mussten gefunden und dann erprobt werden. Geld ist dafür in der Kommune zunächst nicht vorhanden. Also: zunächst Sachinformationen und Ideen sammeln, viele Gespräche führen, dann Pionierarbeit, und dann erst findet sich vielleicht ein Team für die weitere Umsetzung.

### **1. Frühe Anfänge**

1981 begann ich mit der Hausarztpraxis in Einberg, ein Jahr später folgte meine Frau mit ihrer Hausarztpraxis in Mönchröden. Zwar hatte ich mehrere Jahre nach dem Studium im Krankenhaus gearbeitet, später auch als Leiter des Gesundheitsamtes Aachen Land, aber nirgendwo konnte ich lernen, wie man eine Hausarztpraxis führt. Damit war ich die folgenden Jahre beschäftigt: wie gewinne ich das Vertrauen der Rödentaler, und wie vermeide ich Fehler im medizinischen Bereich. Aber etwas beschäftigte mich zusehends, und das hatte mit der Lebenssituation der Senioren in unseren Altenheimen und der – aus meiner Sicht - fehlenden Unterstützung der Krankenkassen zu tun.

Es begann 1997. Bei der Verordnung von Anti-Dekubitus Matratzen und von Rollstühlen kam ich in Konflikt mit den Vorgaben der Krankenkassen. Diese wollten die Kosten dafür nur noch übernehmen, wenn bereits ein Dekubitus bestand bzw. wenn die Heimbewohner sich noch selbständig mit dem Rollstuhl fortbewegen konnten. Das machte für mich als Hausarzt aber keinen Sinn; denn die Anti-Dekubitus Matratze soll doch den Dekubitus bei den Heimbewohnern verhindern, wenn sie bettlägerig geworden sind. Sie sollen also zur Prävention dienen. Und der Rollstuhl muss doch gerade bei denjenigen Heimbewohnern eingesetzt werden, die sich mehr selbst fortbewegen können. Die müssen dorthin gefahren werden, wo Aktivität herrscht, damit sie dadurch selbst wieder aktiviert werden. Auch das ist sinnvolle Prävention. Der Gedanke der Prävention war damals in den Krankenkassen noch nicht entwickelt. Meine Argumente prallten ab.

Mit dem damaligen Leiter des AWO-Altenheims, Herrn Ernst Jakob, sprach ich diese Konflikte immer wieder durch und konnte ihn schließlich davon überzeugen, mit mir gemeinsam 1998 einen Förderverein für das Altenheim zu gründen. Die Zeit war reif, eigene und neue Initiativen zu entfalten, die im Laufe der Jahre zum Kauf von

zahlreichen Geräten zur Rehabilitation der Heimbewohner, Rollstühlen, Anti-Dekubitusmatratzen, Liftern für Schwerpflegebedürftige u.ä. geführt hat. Die Gelder wurden über jährliche Benefizkonzerte, Modenschauen, Promi-Kochen und anderen Aktivitäten „erspielt“.

Neben der Freundschaft zu dem Heimleiter entstand in dieser Zeit noch eine weitere Verbindung, die für die spätere positive Entwicklung der Seniorenarbeit in Rödental wichtig wurde: mit dem Leiter der neu gegründeten Geriatrischen Klinik am Klinikum Coburg, Prof. Dr. Johannes Kraft. Wir trafen uns regelmäßig in den folgenden Jahren und sprachen darüber, wie man die Erkenntnisse der Gerontologie und speziell seiner geriatrischen Abteilung auf die Kommune übertragen könnte. Viele Ideen aus unseren Gesprächen konnten in den folgenden Jahren in Rödental angepackt werden: Wie könnte die vor- und nachstationäre Versorgung besser verzahnt werden? Wie können wir den „Drehtüreffekt“ der stationären Aufenthalte der Hochbetagten aufhalten? Einige Jahre später erhielt ich in der Geriatrie den Hinweis auf ein neues Gerät, das die im Alter verlorene Muskulatur in relativ kurzer Zeit wieder aufbaut: das Galileo Übungsgerät. Das wurde der Renner in Rödental.

Unabhängig von den Entwicklungen in mir und um mich entstand etwa im Jahr 2000 in Rödental ein informeller Gesprächskreis über die Lebenssituation der alten Menschen. Man traf sich in unregelmäßigen Abständen. Einladend und federführend war die evangelische Kirchengemeinde in Oeslau. Es bildete sich eine Gruppe von 10-15 Männer und Frauen, die darüber nachdachten, welche Versorgung ältere Menschen in unserer politischen Gemeinde brauchen. Ich war mit dabei, und es entstand ein erster politisch unabhängiger „Gesprächskreis über die Versorgung älterer Menschen“. Er signalisierte deutlich ein günstiges Klima für seniorenpolitisches Arbeiten in Rödental. Auch das Ehepaar Joppich vom AWO-Kreisverband war dabei, und ihre Eindrücke durch den Gesprächskreis waren mit entscheidend für den Beginn des Seniorentreffs der AWO schon im Jahr 2002.

## **2. Die Geschichte hinter der Geschichte**

Als Hausarzt erlebte ich „meine“ Senioren und lernte ihr Schicksal kennen, immer älter und schwächer zu werden und schließlich ins Altenheim umzuziehen zu müssen. Der Weg der Älteren war für mich zunächst unabänderlich und wurde von mir nicht hinterfragt.

Ungefähr ab 1995 fing ich an, darüber anders nachzudenken, und ich begann mich zu fragen, ob die Zeit der Älteren zu Hause nicht verbessert und verlängert werden könnte. In den folgenden Jahren beschäftigte ich mich immer mehr mit den Hintergründen und möglichen Antworten für das zukünftige Lebensschicksal der Älteren in unserer Gesellschaft.

Dabei stieß ich auf eine Bibelstelle in Johannes 5, Vers 5-7: dort wird ein Mann beschrieben, der seit 38 Jahren chronisch krank ist – wohl eine orthopädische immobilisierende Erkrankung. Er liegt weitgehend unbeweglich am Teich Bethesda und kann nicht aus eigener Kraft in das heilende Wasser hinein. Jesus sieht ihn dort und lässt sich sein Schicksal berichten. Dann fragt er den Kranken: „Willst du gesund werden“? Was für eine Frage? Der Kranke sagt daraufhin nicht: Was für eine

unnötige Frage! Sondern seine Antwort lautet ganz schlicht: „Herr, ich habe keinen Menschen“.

Dieses Wort drang in mich ein. Übertragen auf die Situation der Älteren mit ihren Abbauprozessen und den schrittweise Verschlechterungen bis hin zur Hilflosigkeit bedeutet es für mich: Ich habe keinen Menschen, der mir hilft. Hätte ich jemanden, der mir in der Wohnung und bei meinen Besorgungen hilft, der mit mir redet und der mich durch mein Alter und die Verschlechterungen begleitet, dann hätte ich den Zugang zu dem einzigartigen Lebenswasser im Teich Bethesda.

Der eine Mensch, der dem Älteren hilfreich zur Seite steht: dieser Gedanke entstand in mir und wurde mit den 3 Inhalten gefüllt, die ich als Hausarzt wesentlich für die Lebensqualität der Älteren sah:

1. Häusliche Versorgung,
2. soziale Begleitung und
3. einfache regelmäßige Übungen, um Kraft und Gleichgewicht zu erhalten und die gefährlichen Stürze im Alter zu verhindern.

Ich sah immer deutlicher, dass dies ein Hilfskonzept für Ältere sein könnte, um ihre Zeit zu Hause zu schützen und zu verlängern. Aber könnte ich das nur in meiner Hausarztpraxis umsetzen oder wäre es nicht sogar etwas für meine ganze Stadt? Ich führte darüber Gespräche mit meinem Neffen in Köln, einem politisch aktiven Lehrer. Er riet mir sofort, mit meinen Ideen für den Stadtrat in meiner Stadt zu kandidieren, ein Gedanke, der mir bisher nie gekommen war. Doch wie sollte ich das anstellen? Einer meiner Patienten war Werner Kessel, damals 2. Bürgermeister in Rödental und pensionierter Schuhmacher. Er hatte sich im Keller seines Hauses in der Au eine kleine Schusterei aufgebaut und arbeitete dort noch ein paar Stunden täglich. In seiner kleinen Schusterei roch es angenehm nach Leder. Zwei Stühle standen dort, und man konnte sich hinsetzen und sein Anliegen vortragen. Viele Kunden kamen nur zum Reden und so setzte ich mich auch dazu und wartete, bis Werner Zeit für meine Gedanken hatte.

Werner Kessel machte mir deutlich, dass ich mich an eine der Fraktionen der Stadt Rödental wenden müsse, dort meine Ideen vorstellen, sie prüfen und bewerten lassen, und – bei Zustimmung – mich auf ihrer Liste bei der nächsten Kommunalwahl aufstellen lassen. Da Werner Kessel bei der SPD-Fraktion war und er mein Vertrauen hatte, war es naheliegend, dass ich mich auf einer Vorstandssitzung der SPD Rödental vorstellte, wo ich Zustimmung erhielt. So wurde ich mit meinen Ideen zur Seniorenarbeit von der SPD-Fraktion Rödental kooptiert, d.h. für die Stadtratswahl aufgestellt, ohne dass ich Mitglied der Partei war. Die nächste Kommunalwahl war im Frühjahr 2002. Jetzt war ich auf der Liste, und jetzt ging es nicht mehr zurück.

### **3. 2002 – Der Beginn**

#### **Inhalt:**

- 1. Die erste Seniorenbefragung in Rödental**
- 2. Der Seniorentreff der AWO beginnt**

### **3. Gedächtnistraining im Senioren Treff der AWO und im AWO Altenheim mit dem COGPACK Programm**

### **4. Das Projekt „Senioren ins Fitness Studio“ startet mit großem Erfolg**

### **5. Der Seniorenbeirat tagt ab 2002 (Satzung, die Mitglieder des Seniorenbeirates 2002, Bericht für die Presse von der 2. Sitzung des Seniorenbeirates am 1.8.2002, abschließende Beurteilung)**

### **6. die Berliner Altersstudie fasziniert mich**

### **7. Der Freundes- und Förderkreis Seniorenheim Rödental e.V. ist sehr aktiv (Jahresbericht 2002)**

### **8. Viele Ideen, viele Gespräche, viele Möglichkeiten**

Bei der Kommunalwahl wurde ich gewählt und war damit Mitglied im neuen Stadtrat. Die CSU stellte erneut den Bürgermeister und für den alten und neuen Bürgermeister Gerhard Preß war ich mit meinem Interesse für Seniorenfragen noch nicht in seinem politischen Konzept angekommen. Es brauchte die Fürsprache meiner Stadtratskollegin Ingrid Ott aus der CSU-Fraktion, die mein Interesse an der Seniorenarbeit kannte und es an den Bürgermeister wirkungsvoll übermittelte. Ingrid Ott war meine entscheidende Hilfe; denn so wurde ich zum ersten Seniorenbeauftragten der Stadt Rödental ernannt. Jetzt konnte ich mir überlegen, wie mein Traum von einem „Kümmerer“, der schwächer werdenden Älteren hilft, umgesetzt werden könnte. Doch zunächst musste ich andere Aufgaben anpacken:

#### **1. Die Seniorenbefragung**

Was ältere Menschen bewegt, erfährt man vor allem aus dem Gespräch ihnen bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen. „Unsere Senioren erreichen sicher ihr Ziel“ - mit diesem Thema habe ich mich an alle Seniorengruppen der Stadt gewandt, mit ihnen Kaffee getrunken und ihnen die Frage gestellt, wie sie sich zukünftig ihre Stadt vorstellen, in der sie gerne leben möchten. Die Antworten wurden protokolliert und ausgewertet. Nach drei Monaten waren etwa 15 Seniorengruppen besucht und die Antworten zusammengestellt. Ich staunte und lernte; denn unsere Senioren hatten sehr klare Vorstellungen über Positives und Negatives in ihre Stadt.

9 Bereiche wurden thematisiert, die wie ein Puzzle zusammengetragen wurden. Dabei sehen Senioren nicht nur ihr eigenes Leben, sondern auch ihre Stadt aus einer einzigen Sicht: **Wie kann ich so lange wie möglich selbständig zu Hause bleiben?** Die 9 zu verbessernden Bereiche lauteten:

1. Stolperfallen im Zentrum beseitigen!
2. Sichere Übergänge für Senioren und Benutzern von Rollatoren an bestimmten Straßen schaffen (Beispiel Rathausstraße am Stadtcafe)!
3. Die Seniorenkompetenz in den Geschäften sollte sich verbessern (Sitzplätze im Ladenbereich und Ausweisung von Toiletten)!
4. Die Geschäfte im Zentrum sollten von selbst öffnende Türen haben!
5. Öffentliche Toiletten werden gebraucht, Beispiel Bahnhof Oeslau!
6. Strategisch angebrachte Bänke werden auf den Verbindungswegen zum Zentrum benötigt, um die Mobilität der Älteren zu erweitern!
7. Ältere benötigen eine bessere und seniorengerechte Gestaltung in und um den Stadtbus wie auch eine größere Schrift beim Fahrplan!

8. Ältere brauchen eine finanzierbare häusliche Unterstützung, wenn sie schwächer werden und vor allem und immer wieder!
9. Weg vom seniorenfeindlichen Naturkopfsteinpflaster!

### **Umsetzung der Befragung und Aufbau von seniorenrechtlicher Infrastruktur**

Was ist daraufhin geschehen? Bereits 2002 wurden die ersten Schritte unternommen. Als erstes wurden die Stürze der Senioren im Zentrum analysiert. Die Stolperfallen wurden identifiziert und repariert. Stufen und besondere Sturzfallen wurden farblich markiert. Die Geschäfte im Zentrum wurden vom Seniorenbeauftragten angeschrieben und auf Sitzmöglichkeiten für Senioren, auf Ausweisung von Toiletten und auf von selbst öffnende Türen angesprochen.

In Gesprächen mit den Geschäftsinhabern wurden im Laufe der folgenden Jahre deutliche Verbesserungen für die Senioren erzielt. Ein Markt im Zentrum hat bereits 2002 seine Tür umgebaut. Sie öffnete sich jetzt von selbst und Rollatorfahrer konnten dort wieder barrierefrei einkaufen. Besonders störend empfanden die Senioren das Naturkopfsteinpflaster auf den Plätzen im Zentrum, das vor vielen Jahren im Rahmen der Stadterneuerung angelegt wurde. Damals wusste man es nicht besser. Aber auch hier bemühte sich der Bürgermeister erfolgreich um nachträgliche Verbesserungen. Auch informierte der Bürgermeister den Bezirk über das Ergebnis der Seniorenbefragung und die Problematik des Naturkopfsteinpflasters für ältere Menschen.

Ich fasste die Erkenntnisse der Befragung in einer Power Point Präsentation zusammen und stellte sie dem Bürgermeister vor und erntete sein erstes Lob. Unsere Senioren haben die Richtung und die Inhalte festgelegt, in die sich unsere zukünftige Seniorenarbeit entwickeln sollte.

## **2. Der Seniorentreff der AWO**

Ein weiterer wichtiger Baustein war die Eröffnung des Seniorentreffs der AWO am Bürgerplatz. Die Räume konnten durch die Unterstützung der Glücksspirale und anderer Spender erworben werden. Das ganze Projekt war ein glücklicher Umstand für Rödental, mit dem das Ehepaar Joppich immer verbunden bleibt. Der nachfolgende Text entstammt aus einem Bericht von 2002:

„Mit einem größeren und einem kleineren Raum, einem Café, zwei Computerarbeitsplätzen mit Internetzugang und einem Büro ist der Seniorentreff ausgerüstet. Er wird von einem Sozialarbeiter betreut. Hier werden zahlreiche Bildungsangebote vermittelt, wie beispielsweise Englischkurse, Malkurse, Spielkurse, gemeinsames „Brunching“, Computerkurse, Online-Banking, Gedächtnistraining und Seniorensport. Die Anzahl der Angebote und die Teilnehmerzahl vergrößern sich jedes Jahr. Jeder Teilnehmer bezahlt eine Kursgebühr zwischen € 1,00 und € 1,50“. 2002 können bereits 104 Kurseinheiten durchgeführt werden mit 579 Besuchern (kumuliert).

### **3. Gedächtnistraining im Senioren Treff der AWO und im AWO Altenheim**

Ein neuer Bereich für unsere Senioren war das Gedächtnistraining. Damit wurde bereits 2002 begonnen. Wir machten gute Erfahrungen mit einem bestimmten Computerprogramm für kognitives Training. Ich lernte es durch meine Besuche bei Prof. Dr. Kraft in der Coburger Geriatrie kennen, und wir haben es im Altenheim und im Senioren Treff installiert. Das Programm heißt „Cogpack“ und kostete als Einzelplatzversion ca. 500 €. Hier können spezielle Gehirnfunktionen wie Sensomotorik, Gedächtnis, Erinnerungsvermögen und Reaktion getestet werden und durch zahlreiche abgestufte Programme trainiert werden. Die Ergebnisse werden gespeichert und mit den Vorergebnissen verglichen. So kann der Lernerfolg dokumentiert werden. Wir haben die umliegenden Neurologen über unser neues Angebot im Seniorentreff informiert und sie machten davon Gebrauch und schickten ihre Patienten“.

In einem damaligen Bericht steht: „Frau E. S., eine noch rüstige und aktive Heimbewohnerin des Seniorenheims der AWO, war aufgeregt, als sie vor der Presse, dem Vorstand des Fördervereins, dem Bürgermeister und Herrn Lang vom Media Markt (Spender des Computers) eine Probe ihres neu erlernten Könnens am Computer abgeben sollte. Die größten Schwierigkeiten hatte ihr jedoch nicht das Cogpack Lernprogramm bereitet, sondern der Umgang mit der Computer Maus. Die alten etwas zittrigen Hände taten sich schwer, die Koordination der Feinmotorik wieder zu erlernen. Aber dann legte sie mit den Übungen los und demonstrierte, wie ein über 80 Jahre alter Mensch noch in der Lage ist, mit dem Computer und dem Programm des kognitiven Trainings zurecht zu kommen. Eine Übung hieß „Schilderwald“. Frau S. simulierte dabei eine Autofahrt und wurde hinterher über Details gefragt: wie viele Autos entgegengekommen sind; wie die Höchstgeschwindigkeit war; ob sie überholen durfte und andere Details.

Auch der Bürgermeister war sehr angetan und wollte anschließend selbst eine Übung durchspielen. Er musste Orte in Deutschland anhand einer Landkarte möglichst genau lokalisieren. Bei Gelnhausen jedoch musste er passen. Alle Programme zeigen am Schluss ein Ergebnis, das beim nächsten Mal wieder aufgerufen wird. So kann man die Lernerfolge dokumentieren. Gedächtnistraining am Computer wurde bisher nur in Abteilungen für geriatrische Rehabilitation z.B. in Coburg durchgeführt. Der Einsatz in der Kommune ist neu“.

Dazu ein Pressebericht: „Aber auch in Rödental gilt: Jeder Senior hat in jedem Alter noch Gedächtnisreserven durch neue Nervenzellen, die durch Training gefördert werden können. Bei der Eröffnung des neuen Angebotes für Gedächtnistraining im Altenheim Rödental führte der Vorsitzende des Fördervereins, Dr. Wolfgang Hasselkus, diese Gedanken aus. Das Computerprogramm für kognitives Training ermöglicht ein gezieltes Training für die verschiedenen Leistungen des Gehirns wie Gedächtnis, Verknüpfungen, Reaktionen, Verarbeiten akustischer Signale, Auffassung und Sachwissen. Der Einsatz des Gedächtnistrainings mit einem Computerprogramm wird im Seniorenkonzept Rödental an zwei Orten eingesetzt: im Seniorenheim der AWO und im Seniorentreff der AWO am Bürgerplatz. Aber es ist auch vorgesehen, das Programm in abgespeckter Form bei Senioren zu Hause einzusetzen. Dr. Hasselkus als Seniorenbeauftragter der Stadt Rödental wird auf dieses Pilotprojekt eine besondere Aufmerksamkeit legen“.

#### **4. Senioren ins Fitness Studio**

Einen weitere sehr erfolgreiche Aktivität war die Einladung der Senioren zum Sport mit mir im Fitness Studio. Mit dem Thema „Senioren ins Fitness Studio“ lud ich durch die Medien 2002 in das Fitness Studio von Erich Bonengel ein, und viele Senioren kamen. Nach einigen Monaten habe ich ein Arbeitskonzept erstellt, wie man mit den Senioren wirkungsvoll Sport betreibt, damit bestimmte Ziele erreicht werden, wie:

- \*Muskelaufbau der Beine: hilft zur Gangsicherheit
- \*Gelenkbeweglichkeit und Muskeldehnung: verbessert die Alltagsbeweglichkeit
- \*Koordinationstraining: stärkt die Gangsicherheit
- \*Rückenmuskeltraining: bessert vielfältige chronische Rückenprobleme
- \*Training mit dem Fahrrad Ergometer: erzielt eine verbesserte Funktion von Herz, Lunge, Kreislauf, Blutdruck und Stoffwechsel.

„Senioren im Fitnessstudio“ sprach sich schnell herum und ebenfalls, dass ein Arzt das Kursprogramm begleitet. So kamen bald - neben den „ganz normalen“ Senioren - auch chronisch kranke Ältere mit austherapierten Krankheiten aus dem orthopädischen, internistischen und neurologischen Bereich: Patienten nach osteoporotischen Frakturen; nach Gelenkersatz mit Komplikationen wie Kontrakturen; nach Frakturen und unzureichender Rehabilitation; nach Schlaganfällen; bei Alzheimer Erkrankung; bei Bluthochdruck; bei Herzschwäche; bei chronischem Lungenleiden usw. Sie alle kamen und wollten Hilfe. Bald waren wir 40 Teilnehmer.

Meine erste Auswertung lautete, dass der Seniorensport der Zukunft mit den vielen chronisch kranken älteren Menschen zu tun haben wird. Dafür werden wir eine besondere Hilfestellung geben müssen. Die älteren Menschen warten auf diese Hilfe und ein so konzipierter Sport hat mit Sicherheit positive Auswirkungen auf die Lebensqualität des älteren Menschen. Doch damit sind wir auf einen neuen Weg geraten: der Seniorensport der Zukunft wird auch Konzepte der Spätrehabilitation einschließen. Damit verknüpft sich unser Seniorensport bereits mit einer vor- und nachstationären Betreuung. Auch ältere Menschen haben noch – oftmals erstaunliche - Reserven und Möglichkeiten zur Verbesserung. Sie müssen gezielt geübt werden.

#### **5. Der Seniorenbeirat**

2002 wurde auf Anregen des Seniorenbeauftragten der Seniorenbeirat als ein Ausschuss der Stadt Rödental gegründet. Die Verwaltung erstellte eine Satzung, in der die Ziele und die Aufgaben geregelt und die Teilnehmer festgelegt wurden. Den Vorsitz hatte der 1. Bürgermeister, der Seniorenbeauftragte war sein Stellvertreter. Aber bereits nach der 1. Sitzung übergab Gerhard Preß den Vorsitz an den Seniorenbeauftragten.

#### **Die Satzung: Auszüge**

##### **§ 1 Aufgaben und Rechte**

1. Die Stadt Rödental bildet einen Seniorenbeirat. Der Seniorenbeirat berät den Stadtrat und die Verwaltung im gesamten Seniorenbereich. Der Seniorenbeirat ist überparteilich und überkonfessionell.

2. Die Beratungsgegenstände werden dem Beirat durch den 1. Bürgermeister zugeleitet. Im Übrigen leitet die Verwaltung dem Seniorenbeirat alle ihn betreffenden Angelegenheiten zu. Unabhängig davon kann der Beirat von sich aus Vorschläge, Anregungen, Stellungnahmen oder Gutachten abgeben, die auf seinen Antrag von den Ausschüssen oder dem Stadtrat zu behandeln sind.

3. Vorschläge und Anregungen des Seniorenbeirates sind von der Verwaltung innerhalb eines Monats oder von den Ausschüssen in ihrer nächsten Sitzung zu behandeln.

4. Der Seniorenbeirat soll die Stadt Rödental und die Institutionen, die mit Angelegenheiten der Senioren befasst sind, in allen anstehenden Fragen beraten und unterstützen, Hilfen für ältere Bürger bei der Vorbereitung auf das Alter aufzeigen und sie im Alter begleiten.

5. Der Seniorenbeirat erfasst konkrete Sachlagen bezüglich der Lebenssituationen der älteren Mitmenschen in der Stadt Rödental und gibt diese an die zuständigen Stellen weiter bzw. erarbeitet mit den zuständigen Stellen Verbesserungen für die Lebenssituationen älterer Mitbürger.

6. Der Seniorenbeirat ist auch ein Organ der Meinungsbildung und des Erfahrungsaustausches und der Planung für Seniorenfragen auf sozialem, wirtschaftlichem und gesellschaftspolischem Gebiet.

7. Der Seniorenbeirat ist ein Forum für den Erfahrungsaustausch der verschiedenen Seniorengruppen und der Seniorenarbeit der freien Wohlfahrtsverbände und ist Ansprechpartner für alle Senioren der Stadt Rödental. Der Vorsitzende oder sein Vertreter bieten dazu regelmäßige Sprechstunden für Senioren an. Der Seniorenbeirat sucht Kontakt zu überörtlichen Seniorenbeiräten und beschäftigt sich mit der Frage nach einem zukunftsweisenden Konzept für kommunale Seniorenarbeit.

## **§2 Zusammensetzung.** Dem Seniorenbeirat gehören an:

Der Bürgermeister als Vorsitzender bzw. der von ihm bestimmte Seniorenbeauftragte

Je ein Vertreter der Fraktionen im Stadtrat

Je ein Vertreter der Kirchengemeinden

Je ein Vertreter der beiden Altenheime

Je ein Vertreter der Vereine und freien Wohlfahrtsverbände, die sich mit Altenarbeit beschäftigen

Je ein Vertreter der Sportvereine, die Seniorensport betreiben bzw. betreiben wollen

Drei Rödentaler Senioren

## **Die Mitglieder des Seniorenbeirates 2002**

1. Bürgermeister Gerhard Press (1. Vorsitzender) Dr. Wolfgang Hasselkus (stellvertr. Vorsitzender); vom Stadtrat: Ingrid Ott (CDU), Georg Burkhard (SPD), Gisela Böhnel (freie Wähler), Ewald Engels (die Grünen); Vereine und Wohlfahrtsverbände: Marienvereine: Ilse Preß (Mönchröden), Renate Suchy (Oeslau), Helga Grams (Einberg), Erika Jockisch (Weissenbrunn); Kirchengemeinden: Günther Bartholmeß (Christuskirche), Ursula Zeltner (St. Marien), Albert Stadelmeyer (St. Johann), Gerhard Köbelin (Weissenbrunn); Ernst Jakob (Altenheim AWO), Uwe Ewald (Seniorenwohncentrum Fazit), Helmut Stingl (VdK Mönchröden), Helmut Wiegmann (VdK Oeslau), Hans Lindert (Versehrtensportverein), Carmencita Hartwig (Hospizverein), Ingrid Klingler-Joppich (AWO Kreisverband Coburg), Hubert Joppich (Seniorentreff am Bürgerplatz), Wolfgang Engeter (DJK/TSV), Dieter Isemann (VfB Einberg), Thomas Gehrlicher (SG Rödental), Helmut Schneider (TSV Mönchröden).

## **Information für die Presse von der 2. Sitzung des Seniorenbeirates am 1.8.2002**

„Der 1. Bürgermeister Gerhard Preß eröffnete die 2. Sitzung des Seniorenbeirates und begrüßte den Vorsitzenden Dr. Wolfgang Hasselkus nach dessen längerer Afrikareise. Dann übergab er an den Vorsitzenden, der durch die Programmpunkte führte. Als sein Stellvertreter wurde Pfarrer Günther Bartholmeß gewählt, der sich gegen Ingrid Ott und Helmut Wiegmann durchsetzte. Dr. Hasselkus gratulierte ihm und wünschte eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Vier innovative und beispielhafte Projekte und Aktivitäten in der Seniorenarbeit Rödentals wurden mittels Power Point Präsentation vom Vorsitzenden vorgestellt. Ihre Verantwortlichen werden auf der letzten Stadtratssitzung des Jahres am 9.12.2002 offiziell geehrt. Es sind: 1. Frau Monika Hammerla mit der Sprechstunde für pflegende Angehörige; 2. Frau Michaela Gehrig für ihr kognitives Training am Computer mit ihren Eltern, dem Arztehepaar Dr. Michael und Auguste Rauscher; 3. Frau Marlene Hutschgau für die erfolgreiche häusliche Rehabilitation mit der ganzen Familie bei Ehemann Horst Hutschgau und 4. Hubert Joppich für den Aufbau des neuen Seniorentreffpunktes am Bürgerplatz. Ebenfalls mit einer Power Point Präsentation wurde von Dr. Hasselkus der neue Seniorenwettbewerb für Rödental vorgestellt. Unter dem Motto „Unsere Senioren kommen sicher ans Ziel“ sollen sich Rödentaler Bürger mit der Frage beschäftigen, wie der Alltag unserer Senioren verbessert werden kann. Vorschläge können bis zum April 2003 erarbeitet und beim Seniorenbeirat abgegeben werden. Der Seniorenwettbewerb stellt eine einmalige Möglichkeit dar, gemeinsam als Stadt mit allen Bürgern und für die älteren Mitbürger Lösungen für ein erfolgreiches Altern zu erarbeiten. Das, was wir jetzt für unsere Senioren tun, kommt in wenigen Jahren uns selbst zugute.

Mögliche Untersuchungen über die Ursachen häuslicher Stürze werden ebenso diskutiert wie die der Einsatz von Tieren als Co-Therapeuten im Altenheim. Gerade die Hunderasse der Retriever hat sich bewährt, um nach entsprechendem Training das sonst so verschlossene Innere der Dementen durch Körperwärme und Streicheln wieder zu öffnen und ihnen wieder ein Stück Lebensfreude zu vermitteln. Menschen mit Demenz sind oft nicht mehr mit Gesprächen zu erreichen, aber erleben noch einen erstaunlich guten Zugang durch ihre Gefühle und ihr Fühlen. Streichelstunden vermögen demente Menschen wieder zum Lächeln zu bringen. Dr. Hasselkus bat den Seniorenbeirat, sich umzuhören, wer in der Bevölkerung Interesse an einem solchen Projekt hätte.

Am 15.01.2003 stellt die Rettungsleitstelle ihren bisherigen Dienst weitgehend ein. Wer einen Arzt außerhalb der Sprechstunde braucht, muss entweder das Call Center in Nürnberg anrufen oder die Arzttelefone abhören, wer gerade Dienst hat. Chaos und Unsicherheit sind vorprogrammiert. Die Änderung des bewährten Konzeptes der Rettungsleitstelle um des Sparens willen, wird auf dem Rücken der Schwachen und Hilflosen ausprobiert. Dafür habe der Seniorenbeirat kein Verständnis, führte Dr. Hasselkus aus. Mit einer Eileingabe wegen der Dringlichkeit hat Dr. Hasselkus einen Antrag beim Stadtrat gestellt, für die Sicherheit der Information über die medizinische Versorgung Sorge zu tragen. Dr. Hasselkus schlägt vor, die Liste der diensthabenden Ärzte alle 2 Wochen im Blättchen abzudrucken und zusätzlich ein Informationstelefon einzurichten, das die aktuellen Informationen über die

Dienstbereitschaft bekannt gibt. Wer sich jetzt nicht auf den 15.01.2003 vorbereitet, der wird große und unliebsame Überraschungen erleben“.

### **Abschließende Beurteilung der Arbeit des Seniorenbeirates 2002**

Soweit berichten die vorhandenen Unterlagen über die Arbeit des Seniorenbeirates. Der Seniorenbeirat arbeitete bis 2006 und traf sich mehrfach pro Jahr. Er war vor allem in den ersten Jahren ein wichtiges Instrument, um die Bedeutung der Seniorenarbeit in Rödental bekannt zu machen. Der Beirat war groß und dementsprechend gab es viele unterschiedliche Ansichten. Aber es war auch ein Treffpunkt, um all die neuen Ideen und Ansätze für seniorenpolitisches Handeln vorzustellen und mit einem Kreis von Interessierten und Verantwortlichen von allen Seiten her zu beleuchten. Was im Seniorenbeirat Zustimmung fand, konnte auch im praktischen Test erfolgreich sein. Die Idee der Therapiehunde für Besuche bei den Dementen in den Altenheimen wurde bereits 2002 aufgegriffen. Wir haben versucht, die Probleme und Interessen der Senioren zu verstehen und zu bündeln und sie dann an die Stadt und die Öffentlichkeit zu vermitteln. Daraus sind Projekte entstanden, von denen manche hilfreich, wirksam und bedeutend für unsere Senioren wurden.

### **6. Die Berliner Altersstudie**

Die Berliner Altersstudie erschien 1999 im Akademie Verlag. Sie ist weltweit die größte Längs- und Querschnittsstudie über Hochbetagte mit einer sehr großen Teilnehmerzahl. Medizinische, psychische, soziale und wirtschaftliche Daten wurden seit 1992 gesammelt und erfassten alle Bereiche des hochaltrigen Menschen wie Alltagskompetenz, subjektives Wohlbefinden und die Unterschiede zwischen Männern und Frauen und mehr. Auf etwa 700 Seiten sind die Daten erfasst und ausgewertet. Das war 2002 eine besondere Entdeckung und ich fing an, mich durch die Ergebnisse der Studie hindurchzuarbeiten und konnte dadurch viele eigene Beobachtungen bei älteren Menschen besser einzuordnen. Aussagen, die heute bekannt und anerkannt sind, wurden bereits in der Berliner Altersstudie erkannt und formuliert, wie die starke Zunahme der Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit jenseits des 85. Lebensjahres. Sie sind schon damals als die vergessene Altersgruppe beschrieben.

„Die große Unsicherheit in der Zukunft des Alterns bezieht sich vor allem auf das Altern der Hochbetagten. Hier ist anzunehmen, dass eine weitere Verlängerung der zu erwartenden durchschnittlichen Lebensspanne deutlich vermehrt schwerwiegende körperliche und geistige Beeinträchtigungen mit sich bringt: Geistige und körperliche Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit werden massiv zunehmen. Jenseits des 85. Lebensjahres ist die persönliche, familiäre und gesellschaftliche Not am größten und in dieser Altersgruppe geschieht es am häufigsten, dass die Probleme der alten Menschen und derjenigen, die sie betreuen, verdrängt und vergessen werden“. (Die Berliner Altersstudie, 1999, Akademie Verlag.

30 Jahre später erleben wir die ganze Wucht der damaligen Aussagen und zusätzlich den Mangel an Fachkräften, der alle Probleme noch potenziert. Aber das Studium der Berliner Altersstudie bestärkte noch einen anderen Gedanken, der mir als alter Hausarzt besonders nahe lag: die Bedeutung von Prävention und Rehabilitation für ältere Menschen. Bisher wurde das Konzept vor allem auf jüngere Menschen

angewendet. Prävention und Rehabilitation bei Hochbetagten war weitgehend unbekannt.

Es gibt jedoch latente und weitgehend unbekanntes Kapazitäten und Reserven in den älteren Menschen, die bisher kaum genutzt wurden. Bereits 2002 wurden in Rödental Ideen und Konzepte für Prävention und Rehabilitation bei alten und sehr alten Menschen in der Kommune durchdacht und entwickelt. Sie wurden den Senioren und in der Öffentlichkeit vorgestellt und in ersten Beispielen umgesetzt.

Prävention und Rehabilitation bei älteren Menschen ist erfolgreich und kostensenkend und für die älteren Menschen ein Gewinn. Allzu häufig werden nur einseitig die Fragen der „Alterslast“ in den Gesundheitskosten diskutiert und viel weniger die möglichen Kosteneinsparungen, vor allem aber die Einsparungen von Leid, durch gezielte Prävention und Rehabilitation. Die Ergebnisse der Berliner Altersstudie machen deutlich, dass auf Grund der latenten Kapazitätsreserven älterer Menschen es prinzipiell einen größeren Spielraum der Erfolgswahrscheinlichkeit solcher Interventionen gibt, als man dies annimmt.

## **7. Freundes- und Förderkreis Seniorenheim Rödental e.V. Jahresbericht 2002**

Wir sind aktiv, sozial, und herzlich. Das ist unser Motto (Ingrid Ott). Der Bericht über das Jahr 2002:

„Mitgliederstand zum 31.12.2002: 40 Mitglieder. Das Benefizkonzert stellte erneut einen wesentlichen Teil der Vereinsarbeit dar. Mit dem Siebengesang, den Weidfeldern, Fritze und Friends, Hans Thum und Landrat Karl Zeitler war diesmal eine gelungene Mischung entstanden aus anspruchsvoller Unterhaltungsmusik, besinnlicher musikalischer Meditation und volkstümlichem Gesang zum Mitmachen. Zahlreiche Gäste und eine mitreißende Stimmung zeichneten den Abend aus. Der Erlös betrug 1.567,24 €.

Im Juli 2002 wurde der vom Media Markt gespendete Computer und die vom Förderverein angeschaffte Software COGPACK der Presse vorgestellt. Cogpack hat 64 Programme mit je mehreren Schwierigkeitsgraden zum Test und Schulung von Auffassung, Reaktion, Merkfähigkeit, Sachwissen und sprachlichen, intellektuellen und berufsnahen Fähigkeiten. Das Einsatzgebiet für das Altenheim sind alle Formen der hirnorganischen Störung.

Durch den Förderverein wurden angeschafft:  
Software COGPACK für kognitives Training: 724 €  
5 Wechseldruckmatratzen (Anti-Dekubitus Matratzen): 841 €  
insgesamt. 1.565 €

## **8. Viele Ideen, viele Gespräche, viele Möglichkeiten**

**Mit der AOK Coburg:** Am 5.9.2002 kommt es zu einem Treffen zwischen Herrn Fuchs, AOK und dem Seniorenbeauftragten. Erörtert wird die Möglichkeit für eine besondere logopädische Praxis in Rödental. Diese logopädische Praxis hat den Schwerpunkt der geriatrisch orientierte Logopädie und Logopädie nach Schlaganfall. Der Seniorenbeauftragte ist davon überzeugt, dass diese Form der Logopädie eine besondere Hilfe gegen die Sprachstörungen der älteren Menschen darstellt, die durch die Abbauvorgänge im Gehirn verursacht sind. Es wäre von Vorteil für die Rödentaler Senioren, diese logopädische Praxis in unserer Stadt zu haben.

Herr Fuchs ist der Sohn des ehemaligen Rödentaler Hausarztes Dr. Theo Fuchs. Diese Vorgeschichte erleichtert den Kontakt zur AOK und klärt die Bedingungen für die Niederlassung einer logopädischen Praxis mit einem besonderen Schwerpunkt für Geriatrie von Seiten der Krankenkassen.

Ebenfalls kann das Seniorenkonzept der Stadt Rödental vorgestellt werden. Das Konzept und die begonnenen und zukünftigen Aktivitäten finden das Interesse der AOK und sollten in einem Gespräch Anfang November vertieft werden. Dr. Hasselkus ist ebenfalls bereit, der AOK als Referent zur Verfügung zu stehen, beispielsweise über neue Wege in der kommunalen Seniorenarbeit.

**Mit dem 1. Bürgermeister:** am 28.9.2003 werden zwischen dem 1. Bürgermeister und dem Seniorenbeauftragten mehrere Themen erörtert:

Das Budget des Seniorenbeauftragten für 2003. Der 1. Bürgermeister macht dazu sehr verständnisvolle und großzügige Vorschläge.

4 x pro Jahr wird der Seniorenbeirat seine Arbeit ganzseitig im Amtsblatt vorstellen. Vorschläge für die besten Initiativen der Seniorenarbeit 2002: die Ehrungen werden auf der Stadtratssitzung am 9.12.2002 bekannt gegeben.

**Mit der Geriatrie in Coburg:** am 1.11. und am 13.12.2002 kommt es zu einem Treffen mit Prof. Dr. Kraft. Dabei ist auch ein Dozent der Fachhochschule und mehrere Studentinnen. Thema der Treffen: Durch wissenschaftliche Untersuchungen im Rahmen von Examensarbeiten Informationen über die Lebenssituation der Senioren in Rödental zu gewinnen, die mithelfen bei zukünftigen seniorenpolitischen Entscheidungen der Kommune. Folgende beide Themen werden erörtert: Eine Analyse der Stürze von Senioren (zu Hause und in den Heimen), sowie die Auswirkung von Therapiehunden auf das Befinden der Dementen und Schwerpflegebedürftigen in den Heimen.

**Mit den Marienvereinen:** Gespräche mit den Marienvereinen, hier aus einem Protokoll mit den Vorsitzenden der 4 Marienvereine am 10.12.2002 (Frau Ilse Preß, Frau Helga Grams, Frau Ortrud Krug, Frau Elfriede Welsch). Der Fragebogen über die Aktivitäten des täglichen Lebens (Barthel Index) wird vorgestellt, der durch eigene Fragebogen ergänzt werden kann. Es geht darum, diejenigen älteren Mitbürger zu erkennen, bei denen eine Sturzgefahr besteht. Den für Stürze gefährdeten Senioren wollen wir nahe legen, einen Hüftprotektor zu tragen. Jeder Sturz, der dadurch nicht zu einer Becken- oder Oberschenkelhalsfraktur führt, verlängert die Zeit zu Hause. Weiteres Vorgehen: die Literatur über den Hüftprotektor soll zusammengestellt und den Marienvereinen zugeleitet werden. Das nächste Treffen findet im März 2003 statt".

