

Einfach zu Hause bleiben



Helene Renke ist eine, die os mit Planung und Hilfen schafft, im Alter in den eigenen vier Wänden zu wohnen.
Foto: Markus Brändli

Senioren Mit Beratungen unterstützt der Kreisseniorenrat Menschen, die im Alter zu Hause wohnen bleiben wollen. Er gibt Handwerkern auch Tipps für altersgerechtes und barrierefreies Wohnen. Von Iris Häfner

Einfach zu Hause wohnen bleiben. Den Wunsch, in den eigenen vier Wänden zu leben, hegen viele Menschen, unabhängig vom Alter. Dass dies auch für Senioren kein frommes Wunschdenken bleibt, dafür macht sich der Kreisseniorenrat stark. Es gibt vielfältige Angebote, damit Menschen in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können – bei den Nachbarn, die sie schon lange kennen, mit dem gewohnten Ausblick auf Terrasse oder Garten mit Vogelhäuschen.

Thema. Deshalb haben wir dieses Projekt gestartet, um die Betriebe für 'ServicePlus' zu sensibilisieren", erklärt Karl Praxl. Er geht sogar noch einen Schritt weiter und empfiehlt, schon beim Neubau an behinderten- und altersgerechtes Wohnen zu denken. "Ich bin Überzeugungster geworden. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie schnell es gehen kann, dass man zu Hause auch schon in jüngeren Jahren gepflegt werden muss – sei es wegen eines Unfalls oder auch

wegen Krankheit. Es kann einfach jeden treffen", sagt der begeisterte Motorradfahrer. Deshalb geht es für ihn auch um frühzeitige Planung. Das kann ein erhöhter Toilettenzentrifuge oder breitere Türen mit niedrigem Griff, damit man problemlos mit Rollator oder Rollstuhl durchkommt. "Ist der Handwerker sensibler, kann er beraten und Tipps geben, was noch alles für die Mobilität in der Wohnung wichtig ist", so Karl Praxl. Deshalb werden auch

Fortbildungen für Handwerker angeboten. Sicherheit in den eigenen vier Wänden ist ein weiteres wichtiges Thema. "Wir sind regelmäßig in Kontakt mit der Polizei, wenn es um Präventionsberatung geht. Das reicht von betriebsärztlichen Machenschaften an Telefon und Haustür bis hin zu einbruchsicheren Fenstern und Türen. Corona hat uns jedoch einen dicken Strich durch die Rechnung gemacht. Wir mussten Informati-

onsveranstaltungen absagen", bedauert Karl Praxl. "Die Nachbarschaftshilfe ist in Dettingen das Fundament für Lebensqualität im Alter. Wir bieten Mittagstisch, Ausflüge, Beratung und freitags beispielsweise auch Tanzen im Sitzen an. Die Leute sollen so lange wie möglich im Haus wohnen bleiben können. Sehr selten machen sie sich darüber Gedanken, das Häusle zu verkaufen. Ins Pflegeheim gehen die Menschen in der Regel erst, wenn es gar nicht mehr anders geht", ist die Erfahrung von Rudi Döfl, akt. beim Forum Altern in Dettingen und im Kreisseniorenrat. Dettingens Bürgermeister Rainer Häußmann erklärt dazu: "Wir versuchen zu helfen, damit die Menschen so lange völlig selbstbestimmt leben können, wie sie es wollen. Wir beraten und geben Tipps für Ältere und Jüngere." Manchmal genüge es schon, auf einen Gärtner aufmerksam zu machen, der den Garten pflegt.

"In der Hochzeit von Corona hat man gesehen, wie abgekapselt die Menschen in den Pflegeheimen waren. Der Schrei nach den eigenen vier Wänden hat sich verstärkt", konnte Karl Praxl beobachten. Über das DOL-Netzwerk hielt die Ehrenamtlichen den Kontakt zu den Senioren, die in Dettingen, Owen, Lenningen und Erkenbrechtsweiler zu Hause leben. "Einmal im Monat haben wir Kuchen ausgefahren und 10 bis 15 Minuten ein Schwätzchen am Fenster gehalten oder telefoniert. Das war sehr hilfreich", erzählt Rudi Döfl. Da sich die Demenzgruppen in Brucklen nicht treffen konnte, wurden den Senioren Geschenke oder Bastelsachen überreicht.

Der Schrei nach den eigenen vier Wänden hat sich in der Pandemie verstärkt.

Karl Praxl
Vorsitzender des Kreisseniorenrats

Eines dieser Angebote ist das Projekt "Altersgerechtes und barrierefreies Wohnen mit 'ServicePlus'". Es wurde gemeinsam vom Kreisseniorenrat Esslingen und der Kreisbandwerkerschaft Esslingen-Nürtingen entwickelt. Kooperationspartner sind der Landkreis Esslingen, die Kreisparke Esslingen-Nürtingen, die Wohnberatungsstellen im Landkreis sowie die Innungskrankenkassen. "Der erste Impuls ist oft, die Wohnung oder das Haus altersgerecht umzubauen, um zu Hause wohnen bleiben zu können", sagt Karl Praxl, Erster Vorsitzender des Kreisseniorenrats Esslingen. "Manchem Handwerker fehlt der mentale Einstieg für dieses

Mit 103 Jahren lebt Helene Renke in ihrem Haus auf dem Dettinger Guckenrain

Gelassen sitzt Helene Renke auf ihrem Sofa mit Blick auf den Garten. Sie ist vielseitig interessiert, was beim Gespräch schnell klar wird. Tags zuvor nahm ihr Neffe sie zu einer mehrstündigen Altfahrt mit. "Das war sehr schön, hat mich aber doch ein bisschen angestrengt", erzählt sie.

Seit 1952 lebt sie in ihrem Haus auf dem Guckenrain in Dettingen. Sie hat es zusammen mit ihrem Mann Oskar Renke gebaut, der gestorben ist und Gründungsmitglied bei Forum Altern war. "Ich darf noch ohne Schmerzen leben und mein Verstand ist noch. Das ist ein Segen und ein großes Geschenk, wenn man in meinem Alter gesund ist", sagt die 103-Jährige.



Schon beim Neubau konnte man an altersgerechte Ausstattung in der Wohnung denken.
Foto: Markus Brändli

"Ein Altersheim ist für mich nie im Raum gestanden", sagt die 103-jährige Seniorin selbstbewusst. Sie genießt ihre gewohnte Umgebung, die Vogel im Garten und freut sich über die Finken Eichenhörschen. "Das ist ein schönes, freies Haus – das ist mein Leben", erklärt Helene Renke ohne Pathos und lässt den Blick durch den Raum schweifen. Ganz allein lebt sie nicht in ihren eigenen vier Wänden. Eine Hilfe versorgt sie, kocht und erledigt den Haushalt. "Meine Frauen sorgen gut für mich. Ich darf an einen gedeckten Tisch sitzen", weiß sie diesen Service durchaus zu schätzen. Morgens liest sie die Zeitung, und um halb zwölf gibt es ein Piccolo. "Ich bin aber keine Säulein", stellt sie energisch klar und fugt

verschmitzt hinzu. "Bei mir herrscht Ordnung. Bis 9 Uhr wird geführt, dann lege ich mich ein bisschen hin und träum' von schönen Zeiten. Und nach dem Essen gibt es natürlich ein Mittagsschlafchen."

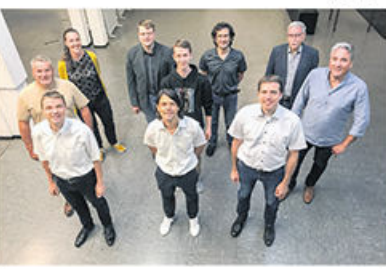
Das Badezimmer ist ihren Ansprüchen entsprechend gestaltet. So hat die Dusche zum Beispiel seit einiger Zeit einen Griff zum Festhalten, eine rutschfeste Matte sorgt außerdem für sicheren Halt. Das Klavier steht inzwischen bei ihrem Patensohn. "Ich kann leider nicht mehr spielen", bedauert sie sehr. Von manchen Gegenständen will sie sich aber dennoch nicht trennen. "Man hängt einfach ein einigigen Dingen", sagt Helene Renke.

Sturmschäden Waldfriedhof ist wieder geöffnet

Kirchheim. Nach dem heftigen Unwetter am Abend des 23. Juni mit Sturm und Hagel und dem schlechten Wetter an den darauffolgenden Tagen waren an den Bäumen des Waldfriedhofs in Kirchheim erhebliche Schäden entstanden, die behoben werden mussten. Wie die Stadtwartung mitteilt, sind die Arbeiten inzwischen erledigt und die Sicherheit ist mittlerweile wieder gewährleistet. Der Waldfriedhof ist somit ab sofort wieder für Besucherinnen und Besucher geöffnet und freigegeben. pm

Stadtkapelle fiebert den nächsten Konzerten entgegen

Kirchheim. Ein halbes Jahr später als eigentlich vorgesehen hielt die rund 300 Mitglieder starke Kirchheimer Stadtkapelle nun ihre Hauptversammlung ab. Wider Erwarten gab es in allen Vereinsbereichen einiges zu berichten, obwohl sämtliche Planungen über den Haufen geworfen werden mussten und gemeinsames Musizieren kaum möglich war. Hervorzuheben ist die Konzertreihe "Summer Winds" im Juli 2020, die in diesem Jahr in die nächste Runde geht. Außerdem bot der Verein mit diversen digitalen Konzerten und zahlreichen weiteren Aktivitäten Zusammenhalt für



seine Mitglieder, aber auch Angebote für das Publikum zu Hause. Alle zu wählenden Amtsinhaber wurden für die nächsten zwei Jahre in ihren Ämtern bestätigt. Nicht mehr zur Wahl standen Stephanie Rauschnabel, die nun von Livia Göbck abgelöst wurde, und Christian Melzer als stellvertretender Leiter der Jugendabteilung. Er wurde von Constantin Greger abgelöst. Nun freuen sich die Vereinsmitglieder auf die kommenden Monate und sind besonders gespannt auf die Konzertreihe "Summer Winds II" am 24. und 25. Juli auf dem Kirchheimer Marktkirchplatz. pm

Die Lust auf Politik wecken

Bildung Abgeordnete laden zur Teilnahme am Schülerwettbewerb ein.

Kreis. Die Kirchheimer Landtagsabgeordneten Andreas Schwarz (Grüne), Dr. Natalie Pfäffler (CDU) und Andreas Kemner (SPD) laden alle Schülerinnen und Schüler zwischen 13 und 25 Jahren dazu ein, beim Schülerwettbewerb des Landtags von Baden-Württemberg mitzumachen.

In Diskussionen bestehen, kritische Stellung zu politischen Themen beziehen, argumentieren und gegenargumentieren – all dies kann man üben. Anmeldungen für den 64. Wettbewerb, der unter dem Motto „komm heraus, mach mir“ steht, sind ab sofort möglich. Die Teilnehmenden haben auch in diesem Jahr die Qual der Wahl zwischen vielen Themen und Arbeitsformen. Wie andere Jugendliche die Zeit der Pandemie erlebt haben, kann zum Beispiel in einer Umfrage erforscht werden. Wer gerne kreativ arbeiten, zeigt in einem Plakat auf, welche Bedeutung Meere haben. In Facharbeiten, Songs, Comics und vielem mehr können eigene politische Fragen erörtert werden.

„Der Schülerwettbewerb will Jugendliche dazu ermutigen, sich mit politischen Fragestellungen und Problemen aktiv auseinanderzusetzen“, so die drei Abgeordneten. „Er will Lust machen auf Politik.“ Mitmachen lohnt sich. Neben der bereichernden Erfahrung locken Sachpreise, Studienfahrten und der Förderpreis des Landtags für besonders gelungene Arbeiten in Höhe von bis zu 1250 Euro. Die Preisverteilung berücksichtigt alle Schularten. Einsendeschluss ist der 15. November. Alle Themen und Infos zum 64. Schülerwettbewerb sind unter www.schuelerwettbewerb-bw.de zu finden. pm

Blaulicht

Im Regen auf der A8 ins Schleudern geraten

Kirchheim. Am Dienstag geriet ein 39-jähriger Nissan-Fahrer gegen 11.45 Uhr bei Regen auf der A8 ins Schleudern, als er von Kirchheim in Richtung Aichelberg fuhr. Weil er so schnell unterwegs war, verlor er die Kontrolle über sein Auto. Rechts neben der Fahrbahn prallte der Nissan gegen eine Leitplanke. Der 39-jährige blieb unverletzt. Sein Nissan, an dem rund 15000 Euro Schaden entstanden war, musste abgeschleppt werden.

Unbekannte plündern Baulasthalter

Kirchheim. Vermutlich mehrere Unbekannte haben zwischen Dienstag und Mittwoch einen Baulasthalter an der Notzinger Steige aufgebrochen. Zwischen 12.30 Uhr und 7.50 Uhr schoben die Diebe eine schwere Radladerschaukel beiseite, brachen das Schloss an der Türe auf und plünderten ihn aus. Soweit bislang bekannt ist, fehlen ihnen dabei neben einem Vibrationsstampfer, einer Rüttelplatte, einer Motobox und einem Stromaggregat weitere Werkzeuge in die Hände. Die Schadenshöhe ist noch unbekannt. fp

ZAHL DES TAGES

6,0
Neuinfektionen pro 100 000 Einwohner in den vergangenen sieben Tagen meldet das Landesgesundheitsamt für den Kreis Esslingen. Damit ist die Inzidenz exakt gleich geblieben. Der Landesdurchschnitt ist mit 8,1 leicht gestiegen.