

HAUS DER BEGEGNUNG



Antwort auf den demographischen Wandel

Im Café trifft man sich zum Spielen oder auch nur zum Ratsch.

Liebe Bürgerinnen und Bürger, seit einem knappen Jahr betreibt die Stadt Erding das Haus der Begegnung in der Straße Am Rätchenbach und damit eine Einrichtung, die sich immer stärker zu einem Glücksfall entwickelt. Für das Gebäude an sich galt das schon lange; indem die Stadt das historische Bauwerk (es gilt als eines der

ältesten Erdings) von Grund auf sanierte, gewann der Zugang zur Innenstadt vom Mühlgraben-Parkplatz aus enorm an Attraktivität. Wo lange Jahre ein baufälliges Haus Tristesse verströmte, herrscht heute reges Kommen und Gehen.

Die Nähe zu Parkplatz (und Bushaltestelle) machte die Adresse zum

idealen Standort für eine Institution, die sich an ein überwiegend älteres Publikum richtet. Mit Vorträgen zum Beispiel über Patientenverfügung und digitalen Nachlass, Lesungen, Spieltreffs, Gymnastik-Kursen oder dem „Ratsch-Café“ spricht es exakt diese Zielgruppe an. Darüber hinaus hat hier die Seniorenbeauftragte der Stadt,

Silke Hörold-Ries, ihr Büro und dient als Ansprechpartnerin, vermittelt Kontakte zu Ämtern, Vereinen und Verbänden, bearbeitet Anfragen und Anträge oder unterstützt soziale Verbände und Einrichtungen. Im Unterschied zu vielen Behörden benötigen Betroffene weder einen Termin noch ein klar umrissenes Anliegen oder eine offizielle Aufforderung, um sich von der Seniorenbeauftragten beraten zu lassen.

In Bezug auf den demographischen Wandel hin zu einer immer älteren Bevölkerung lässt sich die Bedeutung des Hauses der Begegnung praktisch nicht überschätzen. Denn ich bleibe dabei: Mögen die aktuellen Krisen das Thema momentan in den Hintergrund rücken – für uns als Kommune stellt die große Zahl an alten Menschen die Herausforderung der Zukunft dar. Mit dem Haus der Begegnung geben wir eine erste Antwort und gewinnen wertvolle Erkenntnisse.

Bereits heute erfüllen Senioren in vielen Fällen das Haus der Begegnung mit Leben für Senioren, weil eine der wichtigsten Erkenntnisse in der kurzen Zeit seit dem Bestehen lautet: Ältere Menschen wollen (sofern sie können) bis ins hohe Alter aktiv bleiben. Überwiegend ehrenamtlich und damit unentgeltlich geben ältere Menschen ihr Wissen und ihre Fähigkeiten im Rahmen von Kursen und Vorträgen an Menschen gleichen Alters weiter. Umgekehrt suchen hier viele Ältere Kontakt und Anregung, da entweder ihre

Familie nicht mehr in der Gegend lebt oder sie sich sogar dazu entschlossen, ihren Kindern nach Erding zu folgen. Am gesellschaftlichen Leben teilhaben möchten alle und finden im Haus der Begegnung den passenden Ort für Betätigung.

Die Institution trägt also maßgeblich dazu bei, die Wünsche und Bedürfnisse älterer Menschen kennen und verstehen zu lernen. Im besten Fall lässt sich das Wissen auf andere Stadtteile übertragen. Als bestes Beispiel gilt derzeit das Quartiersmanagement Klettham-Nord, wo ein neues Stadtteil-Zentrum entstehen soll und die Integration aller Bevölkerungsgruppen diskutiert wird. Ähnliche Forderungen waren ferner für den am dichtesten bebauten Teil Erdings zu hören, nämlich Alternerdung-Süd.

Ich würde mich freuen, wenn wir uns als gesamte Bürgerschaft dem demographischen Wandel stellen. Das Thema betrifft ja nicht nur die oben genannten Bereiche, es umfasst Barrierefreiheit, Gesundheitsvorsorge oder Pflege und es betrifft nicht zuletzt auch die jüngeren Erdingerinnen und Erdinger in Form des sich massiv abzeichnenden Fachkräftemangels, den Senioren in manchen Fällen (ich denke da an die Kinderbetreuung) lindern können – und wollen. Gestalten wir gemeinsam diesen Prozess!

Max Gotz, Oberbürgermeister

„DER AUSTAUSCH IST WICHTIG“

Helga Obermaier ist verantwortlich für das Café. Am Haus der Begegnung schätzt sie den freundlichen Umgang mit den Besuchern.

Frau Obermaier, was hat Sie veranlasst, sich im Haus der Begegnung zu engagieren?

Helga Obermaier: Ich fand es eine gute Sache, als das Haus der Begegnung eröffnet wurde, weil es ein Treffpunkt ist für alle, die Lust und Zeit haben. Der nette und freundliche Kontakt hat mich bewogen, mich hier ehrenamtlich zu engagieren. Es macht mir wirklich Spaß, hier helfen zu können.

Was verbinden Sie mit dem Begriff „demographischer Wandel“?

Helga Obermaier: Die Bevölkerungsentwicklung verändert sich, gerade in Bezug auf die Altersstruktur. Der demographische Wandel wird Deutschland in seiner Entwicklung verändern.

Wie möchten Sie selbst alt werden?

Helga Obermaier: Ich möchte gesund bleiben und mit Freude und Humor im eigenen Heim alt werden. Dazu tragen auch die Menschen im Haus der Begegnung bei. Denn der Austausch mit anderen ist sehr wichtig, das „Miteinander“.



„Viele Senioren sind heute bis ins hohe Alter körperlich und geistig fit!“

Als Seniorenbeauftragte der Stadtverwaltung kennt Silke Hörold-Ries die Bedürfnisse älterer Menschen in Erding sehr genau. Sie ist nicht nur Ansprechpartnerin und berät bei Fragen, sondern leitet seit vergangenem Jahr auch das Haus der Begegnung und organisiert sein abwechslungsreiches Programm. Seniorenberatung und die erste regelmäßige Veranstaltung, der Aktivtreff, bestehen heuer seit fünf Jahren.



Frau Hörold-Ries, was zeichnet eine Seniorin oder einen Senior heute aus?

Silke Hörold-Ries: Viele Senioren sind heute bis ins hohe Alter körperlich und geistig fit und wollen selbst entscheiden, wie sie ihr Leben führen. Sie waren im Beruf erfolgreich und möchten auch im Ruhestand aktiv bleiben oder ihre Kenntnisse und Lebenserfahrungen weitergeben. Sie haben jetzt Zeit für ihre Interessen, Hobbys und Begabungen. Viele wollen am politischen und gesellschaftlichen Leben weiterhin teilhaben. Das ist ein großes Potenzial und sollte genutzt werden.

Der demographische Wandel gilt als die große Herausforderung der Zeit. Können Sie drei konkrete Beispiele nennen?

Silke Hörold-Ries: Wie oben schon gesagt, werden sehr gut ausgebildete Arbeitskräfte in den Ruhestand gehen. Um bei Freizeit- und sozialen Aktivitäten auch weiterhin dabei sein zu können, müssen sie mobil bleiben. Der öffentliche Nahverkehr und gut ausgebaut Radwege sind ganz wichtig, auch als Voraussetzung dafür, dass die Senioren länger Zuhause wohnen bleiben können. Auch in der digitalen Welt wollen die Senioren weiter „up to date“ sein, Bescheid wissen und mitreden. Die Digitalisierung wird im Alltag immer weiter fortschreiten. Digitale Schulungsangebote und Computerkurse werden deshalb immer stärker nachgefragt. Auch bei Krankheit und Immobilität können digitale Kontakte eine große Hilfe sein.

Und drittens?

Silke Hörold-Ries: Eine weitere große Herausforderung ist der Kampf gegen die Vereinsamung. Einsamkeit ist laut einer Studie ebenso schädlich wie Bluthochdruck und Übergewicht. Niederschwellige Begegnungsstätten sind für eine Kommune wichtig, wie unser Stadtpark, die Wochenmärkte und auch der Senioren-Treff im Haus der Begegnung. Man muss im Alter im Austausch mit anderen Menschen bleiben. Dafür müssen die Voraussetzungen geschaffen werden.

Nach welchen Kriterien gestalten Sie das Programm im Haus der Begegnung?

Silke Hörold-Ries: Es ist mir wichtig, einen Ort des kulturellen Austauschs, der Weiterbildung und der Wissensvermittlung zu schaffen und dazu aktuelle Themen, die die älteren Menschen beschäftigen, aufzugreifen und Referenten dafür zu finden. Ich stehe im engen Austausch mit den Senioren. Sie sagen mir, was sie bewegt und welche Veranstaltungen sie sich wünschen. Besonders freue ich mich, wenn Erdinger Bürger auf mich zukommen und einen Vortrag für unseren Treff anbieten. Auch die Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, zum Beispiel der Stadtbücherei, dem Katholischen Bildungswerk, dem Landratsamt, der Volkshochschule und dem Amt für Landwirtschaft hat sich bei der Suche nach geeigneten Referenten bewährt.

„SPORT IST POSITIV FÜR DIE SEELE“

Helmut Fischer gibt im Haus der Begegnung Kurse für Sitzgymnastik. Er erklärt, warum man im Alter Sport treiben sollte.

Herr Fischer, was ist Sitzgymnastik?

Helmut Fischer: Übungen im Sitzen. Dadurch eignet sich die Gymnastik speziell für Menschen, die Schwierigkeiten beim Gehen oder Stehen haben.

Warum ist Sport im Alter wichtig?

Helmut Fischer: Sport fördert die Koordination, das Gleichgewicht und verringert somit die Wahrscheinlichkeit von Unfällen und Stürzen. Das Risiko für Diabetes, Herzinfarkt und Osteoporose wird gesenkt und Sport wirkt sich auch positiv auf das seelische Wohlbefinden aus.

Wie möchten Sie selbst alt werden?

Helmut Fischer: Ich will mit der Familie und Bekannten mobil bleiben und selbstbestimmt leben, soziale Verbindungen pflegen und Zeit für mich und meine Hobbys haben. Deswegen gehe ich oft an die frische Luft und genieße die Entspannung in der Natur. Ich achte auch sehr auf gesunde Ernährung.



Worauf sollte jeder im Alter achten?

Silke Hörold-Ries: Neugierig bleiben, auch offen sein für neue Kontakte, einmal andere Wege gehen, sich ausprobieren sowie vorhandene Angebote nutzen – und nie den Humor verlieren.

Kontakt

Seniorenbeauftragte:
Silke Hörold-Ries
Haus der Begegnung,
Am Rätchenbach 12
Telefon: 08122 408-108
E-Mail: seniorenberatung@erding.de
Internet: www.erding.de/familie-kinder-senioren/senioren

i IMPRESSUM

Herausgeber:
Stadt Erding
Landshuter Str. 1,
85435 Erding
www.erding.de

Redaktion/Text:
Christian Wanninger

Grafik:
www.hoermannsdorfer.net
Hörmannsdorfer Mediendesign

Bildmaterial:
Stadt Erding

Druck:
Kasdorf & Mayr Druck GmbH

Druckauflage: 14.500

Die Räume im Haus der Begegnung



Der Vortragsraum im Obergeschoss.



Das Lesekabinett eignet sich auch sehr gut als Spielzimmer.



Der Gruppenraum ist für Kurse und Besprechungen ideal.

Herzstück im Haus der Begegnung ist das **Café** im Erdgeschoss (siehe Titelbild). Es dient zum einen als gemütlicher Treffpunkt für alle interessierten Seniorinnen und Senioren. Wer mag, unterhält sich hier mit Bekannten und knüpft neue Kontakte oder liest die Tageszeitung und findet so Gesprächsstoff für nette Unterhaltungen. Der Raum ist zum anderen ein vielseitiger Veranstaltungsort. Regelmäßig finden hier das Ratscafé am Mittwochnachmittag und der Spielevormittag am Freitag statt. Auch Karten wird hier gespielt, jeden Donnerstag beim „Schafkopfen für Fortgeschrittene“.

Der **Vortragsraum** im ersten Obergeschoss bietet das passende Ambiente und die technische Ausstattung für Vorträge, Seminare oder Veranstaltungsreihen, zuletzt unter anderem bei einer Lesung von humorvollen bayerischen Geschichten, dem Kurs „Fit am Tablet und Smartphone“ oder einem Vortrag über die Moore im Landkreis. Auch die Sitzgymnastik findet hier statt.

Das **Lesekabinett** heißt so, weil sich zum einen vielfältige Lesemöglichkeiten bieten und eine Fülle von Infomaterial und Lesestoff ausliegt. Passend zum Namen findet hier auch der Kurs „Lebendiges Lesen“ mit Klaus Schiermann (hinten, stehend) statt. Tatsächlich hat sich der Raum zum anderen als Spielzimmer etabliert, weil sich die Teilnehmer bei Spielen für zwei Personen direkt gegenüber sitzen.

Der **Gruppenraum** befindet sich ebenfalls im ersten Obergeschoss und eignet sich bestens für Veranstaltungen von kleinen Gruppen oder für ungestörte Besprechungen. Angeboten wie zuletzt zum Beispiel dem Origamikurs bietet das Zimmer die geeignete ruhige Atmosphäre; Teilnehmer können konzentriert die filigranen Arbeiten am Papier ausführen.