Landrat Richard Reisinger, Bayerns Sozialministerin Emilia Müller, Oberbürgermeister Michael Cerny, Landtagsabgeordneter Harald Schwartz, Waltraud Lobenhofer (AOVE) und Barbara Hernes (Seniorenmosaik Naturpark Hirschwald) bei der Eröffnung der Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“. Die geladenen Experten debattierten über Bewegung im Alter, altersgerechtes Bauen, Ehrenamt und Erfahrungswissen. Bilder: Steinbacher (4)

Im Alter endlich frei sein

Überraschend, berührend und humorvoll sind die Bilder der Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“. Zur Einstimmung auf die anschließende Podiumsdiskussion ließen die Besucher die Fotos am Donnerstagabend auf sich wirken.

Noch nie waren ältere Menschen so fit wie heute. Sie bereichern unsere Gesellschaft enorm.

Emilia Müller, Sozialministerin

Ich bin alt. 74. 1900 wäre ich wohl schon 25 Jahre tot gewesen. Eher 30. Ich bin sehr dankbar.

Herbert Blüml, Seniorenakademie Bayern, München

Wir müssen weg von dem alten Bild: Alt sein ist gleich krank sein.

Gerd Miehling, Zentrum für Erwachsenen- und Seniorensport (ZEUS), Nürnberg

Amberg. (wih) Bis Freitag, 17. Februar, kann die Ausstellung des Bundesfamilienministeriums noch im Landratsamt besucht werden. Dafür gesorgt hat der Landkreis, gemeinsam mit Stadt, Seniorenmosaik Naturpark Hirschwald und AOVE-Koordinationsstelle „Alt werden zu Hause“. Gut Hundert Interessierte kamen zur Auftaktveranstaltung mit Bayerns Sozialministerin Emilia Müller.

„Es ist paradox: Jeder will älter werden, aber keiner will alt sein“, begann Müller ihre Rede: „Deshalb brauchen wir ein differenziertes und realistisches Bild vom Altern, bei dem es um Kompetenzen geht und nicht nur um Defizite.“ Sie betonte, dass „unsere Wirtschaft und Gesellschaft nicht auf den Erfahrungsschatz der Älteren verzichten kann“. Besonders genutzt werden kann der im Ehrenamt.

Wie ältere Menschen dafür am besten angeworben werden, weiß Dr. Theresia Wintergerst von der Hochschule für angewandte Wissenschaften Würzburg-Schweinfurt: „Wer so lange in einem engen Zeitkorsett gelebt und gearbeitet hat, will endlich flexibel und selbstbestimmt sein.“ Die Senioren dürften nicht das Gefühl haben, dass nur ein Zeitvertreib für sie gesucht wird, sondern dass sie wirklich gebraucht werden.

Kreativ und aktiv

Auch Herbert Blüml, Referent der Seniorenakademie Bayern, bestätigte: „Alt sein heißt frei sein“. Für ihn bedeutet das, endlich ohne Chef seiner Kreativität freien Lauf zu lassen, und Ideen umzusetzen. Auch am Wochenende – zum Unmut seiner arbeitenden Frau. Er erklärte: „Erfahrungswissen kann nicht wirklich beschrieben werden, kommt aber bei uns an. Weil wir es selber schon gefühlt oder erlebt haben.“ Er erläuterte es am Beispiel Küssen. Ein Kuss kann sprachlich zwar beschrieben werden, aber nur durch Erfahrung versteht man.

Dieses Erfahrungswissen ist bei älteren Menschen ausgeprägter. „Dadurch haben sie oft den richtigen Riecher bei Problemlösungen und können andere besser motivieren“, schilderte Blüml. Er sagte aber auch, dass Erfahrungswissen einem Alterungsprozess unterliegt. Manches angesammelte Wissen werde alt und unbrauchbar. Wie wichtig Bewegung für Körper und Geist ist, verdeutlichte Gerd Miehling vom Zentrum für Erwachsenen- und Seniorensport. Dabei lud er gleich den ganzen Saal zum Mitmachen ein. Für das „Jäger jagt Hase“-Spiel brauchten die Zuhörer nur ihre beiden Hände.

Wohnen neu denken

Müller wies darauf hin, wie wichtig seniorenpolitische Gesamtkonzepte sind. „Ich bin der festen Überzeugung, die wichtigste Grundlage in unserer sich wandelnden Gesellschaft ist der Zusammenhalt von Jung und Alt“, sagte sie. Auch im Bereich Bauen seien Konzepte zur Gesamtentwicklung nötig, erklärte Martina Dietrich vom Architekturbüro Stadt und Raum. Im Publikum wurde der Wunsch nach einem neuen Gesetz geäußert, das Neubauten nur erlaubt, wenn diese alters- und behindertengerecht geplant sind.