

Man bekommt viel zurück

Urlaub für Senioren, ehrenamtlich betreut: Die Freizeit „Ferien im eigenen Bett“

Seit fünf Jahren bereiten Martina und Hartmut Hipp Senioren ehrenamtlich schöne Ferien: Das Gomaringer Ehepaar leitet die Freizeit „Ferien im eigenen Bett“ – eine Initiative der evangelischen Kirchengemeinde.

AMANCAY KAPPELLER

Gomaringen. Bereits vor 31 Jahren hat die evangelische Kirche das Urlaubsangebot für ältere Menschen in Gomaringen ins Leben gerufen; vor einem halben Jahrzehnt haben Martina und Hartmut Hipp das „Freizeit-Ruder“ übernommen. Im Schnitt, erzählt das Paar, sind die Teilnehmer 82 Jahre alt – „von Mitte 70 bis Ende 80“. Manche leben noch zu Hause, andere im betreuten Wohnen. Eine Gruppe von rund 20 Senioren kommt alljährlich im Mai zusammen und verbringt eine Woche gemeinsam. Ort der Begegnung war in den letzten Jahren das Gemeindehaus in Undingen. Morgens werden die Senioren zu Hause abgeholt, ein Bus bringt sie auf die Alb. Abends werden sie wieder heimgefahren: Geschlafen wird zu Hause – im eigenen Bett.

Fast nur Frauen melden sich für die Freizeit an. Hartmut und Martina Hipp finden es „ein bisschen schade“, dass sich nicht mehr Männer trauen, teilzunehmen. Viele der Senioren leben alleine, weiß Martina Hipp; während der Freizeit-Woche suchen sie Ansprache und genießen die ungewohnte Geselligkeit, erzählen oftmals auch selber viel. „Das Publikum ist sehr dankbar“, freut sich Hartmut Hipp. Der 43-Jährige arbeitet als technischer Angestellter bei den Stadtwerken Reutlingen. Um die Seniorenfreizeit betreuen zu können, nimmt er sich, ebenso wie seine



Sonnige Stimmung unter Senioren – bei „Ferien im eigenen Bett“.

Privatbild

Frau, Urlaub. Die 40-Jährige ist Erzieherin, hat eine Stelle in einem Gönninger Kindergarten. „Wir machen es sehr gerne“, sagen beide; „man bekommt so viel zurück“. Einen Zugang zu alten Menschen haben beide. An die große Glocke hängen wollen sie ihr Engagement aber nicht: „Es gibt so viele, die sich einsetzen, das ganze Jahr über“, sagen sie.

Die Freizeit-Woche über fühlt sich Martina Hipp „schon in einer anderen Welt“. Manche Teilnehmer sind sehr hilfsbedürftig – und das ist auch vollkommen in Ordnung. Viele der Feriengäste lassen sich einfach gerne einmal verwöh-

nen, sowohl beim Mittagessen, stets einem Drei-Gänge-Menü, als auch mit kleinen Wellness-Einlagen. Kopf- und Handmassage kommen besonders gut an. Vielen älteren Menschen, das wissen die Gomaringer, fehlen im Alter auch Berührungen. Im Betreuungsteam machen sowohl Martina als auch Hartmut Hipps Eltern mit: „Es ist eine große Familienveranstaltung“, freut sich das Paar. Mittlerweile laufe so gut wie alles Hand in Hand.

Viel Wert legen die Senioren auf eine angenehme Atmosphäre: Die Räume, in denen schließlich auch der Großteil der (Frei)Zeit verbracht wird, werden gemütlich gestaltet, erklärt Martina Hipp. Die Vermittlung von Freude und Fröhlichkeit stehe im Mittelpunkt. Zunächst wird gemeinsam gefrühstückt, anschließend gibt es meist eine konfessionsunabhängige Kurzliturgie, danach Sitzgymnastik. Nachmittags vergnügen sich die Rentner beim Basteln oder beim Musizieren. Vorträge stehen ebenso auf dem Programm wie Vorlesestunden und Mühle-, Dame-, Malefiz- oder Bingo-Spiele-Angebote. „Es darf nicht läppisch werden“, sagt Hartmut Hipp – dann, sagt der 43-Jährige, machen die Senioren auch jeden Spaß mit. Und um den geht es; einen therapeutischen Ansatz verfolgt man nicht. Schwungtücher kamen zuletzt besonders gut an, auch das Würstle-Grillen berichtet Martina Hipp. Am Freitag Nachmittag gibt es fast schon traditionell einen Bil-

der-Rückblick. Wer noch gut genug zu Fuß ist, der kann Spaziergänge rund ums Undinger Gemeindehaus unternehmen – auch mit dem Rollator.

Aber nicht jede Minute ist verplant: „Vieles passiert sehr spontan“ – diese Erfahrung hat die 40-Jährige bereits des öfteren gemacht. Im Dorf gibt es einen „Tante Emma-Laden“ und ein Schuhgeschäft. Dort kaufen die Seniorinnen liebend gerne selber ein – was im Alltag ja auch nicht immer möglich ist. Nach dem Besuch im Schuhgeschäft wird auch schon mal spontan eine Schuh-Modenschau gemacht – sehr zur Freude aller Beteiligten. An das Schuh-Intermezzo erinnert sich Martina Hipp gerne.

Motto der letzten Freizeit war „Lebensfreude“. Das Betreuer-Team gibt den Teilnehmern, passend zum Thema, jedes Mal auch kleine Erinnerungsstücke mit nach Hause: einen Bodensee-Stein als Handschmeichler, ein Seifenstück, eine Schachtel, die selbst verziert werden kann. Diese „Mitgebsel“ schätzen die Rentner sehr, erzählen Martina und Hartmut Hipp. Das Ende von „Ferien im eigenen Bett“ sei jedes Mal ein sehr emotionaler Moment, berichten die Gomaringer. Ein Abschied für immer ist es aber (meist) nicht: Im November gibt es in Gemeindehaus in Gomaringen ein Nachtreffen. Dann ist Zeit zum „Schwätzen“ und Bilder anschauen. Das nächste Freizeit-Zusammentreffen steht bereits vor der Tür.



Seit fünf Jahren engagiert für Ältere, die Lust auf Erlebnisse haben: Hartmut und Martina Hipp aus Gomaringen. Bild: Freese