



Viele informative Gespräche rund um das Thema „Altern in Radevormwald“ gab's gestern auf der zweiten Rader Seniorenmesse.

Foto: Michael Sieber

## Kompetente Ansprechpartner im Alter

**MESSETAG** Jede Menge Infos gab's auf dem zweiten Seniorentag, der unter dem Motto „Gut altern in Radevormwald“ stand.

Von Claudia Radzwill

Wissen Sie, wie es sich anfühlt, wenn die Gelenke sich versteifen, das Auge eintrübt, die Kraft schwindet? Manfred Seiferth hat es hautnah erlebt. Nicht, weil ihn die Altersbeschwerden einholten. Vielmehr schlüpfte er am gestrigen Seniorentag in den Alterssimulationsanzug „GERT“. Der Anzug bietet jedem die Möglichkeit, typische Einschränkungen älterer Menschen nachzuempfinden. „Eine Erfahrung, die einem nahe geht und das Verständnis für ältere Leute wachsen lässt“, so Seiferth. Das Mitglied des Seniorenbeirats tat sich mit Gewichtsweste, speziellem Handschuh und einer Brille, die das Gesichtsfeld einengt, schwer, gab er zu. „Allein einen Handschuh vom Boden aufzuheben, ist fast unmöglich, einen Rollator um die

die Pylonen zu steuern, ein Kraftakt.“

Nicht jeder sei natürlich im Alter so eingeschränkt, erklärte Kyra Springer vom Trägerverein „aktiv 55 plus“ dazu. „Aber Altersbeschwerden kennt jeder. Wir möchten mit dieser Demonstration die Leute für das oft langsamere Verhalten älterer Menschen sensibilisieren.“ Die Volksbank sponserte den Anzug, Mitarbeiterinnen des Sana-Klinikums begleiteten die Besucher beim „Erlebnis Alter“.

„aktiv 55 plus“ und Seniorenbeirat hatten gemeinsam zum zweiten Seniorentag in die Aula der Grundschule Stadt eingeladen. „Gut altern in Radevormwald“ hieß das Motto. Und da ging es nicht nur um die Akzeptanz des Alterns, sondern auch um Pflege, praktische Hilfen und Freizeitmöglichkeiten.

Mit dabei waren der Heimat- und Verkehrsverein, der Ausflugsziele und Heimatmuseum vorstellte, „HARVEY.COM“ bot einen Basis-Check für Senioren-PCs, der Pflegedienst Banaczek informierte genauso wie die Heilpraktikerpraxis Jentjens.

Alle zwanzig Minuten startete darüber hinaus ein Vortrag, mal zum Thema „Demenz“, dann zum Thema „Gesundes Altern“ und „Entspannung“.

Wer wollte, durfte bei der Gymnastikgruppe des Bürgertreffs mitmachen. „Aber das ist nur eines unserer offenen Senioren-Angebote“, so Krystyna Betz, von der Ökumenischen Initiative, die den Treff leitet. „Bei uns treffen sich die Leute zum Skat, zum Kochen, zum Gedächtnistraining und zum Bingo.“ Die älteste Dame ist übrigens 91 Jahre: „Jede Woche spielt sie bei uns „Mensch-ärgere-Dich-nicht“.“

Mit dabei war auch das Team des Bürgerbusses. „Komme ich mit Ihnen zum Kaffeetreffen der Gemeinde Dahlerau?“ wollte eine

Besucherin wissen. Na klar, die Strecke wurde ihr sofort erklärt.

Im Alter haben viele aber noch ein anderes Problem: Die passende Kleidung. Seit drei Jahren bietet Ralf Ronge in seinem mobilen „Senioren-Shop“ pflegeleichte, bequeme und dennoch modische Textilien an – bis in große Größen. Auf der Messe stellte er Jacken, Pullover und Hosen mit Schlupfbund vor, die es auf seinen Modenschauen in Altenheimen- und residenzen sowie in Alttreffs gibt. „Auch Pflegedienste kontaktieren uns. Bis ins Hochsauerland fahren wir.“ Dabei merke er immer wieder: „Viele Bekleidungsgeschäfte, die auf die Körperform älterer Menschen ausgelegt sind, gibt es besonders in Kleinstädten nicht mehr. Der Bedarf ist aber da.“

Das Catering übernahm übrigens am Seniorentag ein junges Team: Das Theodor-Heuss-Gymnasium bot leckere Suppe und Kuchen an und schlug damit ein Band zwischen Jung und Alt