

# „Seniorenparadies“ Main-Spessart

Beispiele aus dem Landkreis, die das Leben älterer Menschen erleichtern

Das Leben auf dem Land wird gerade für ältere Menschen, die kein Auto haben oder nicht mehr so gut zu Fuß sind, immer beschwerlicher. Nicht selten sind sie gezwungen, wegen mangelnden Einkaufsmöglichkeiten, fehlender ärztlicher Versorgung oder einem ungeeigneten Wohnumfeld in Einrichtungen für Senioren oder zumindest in größere Orte umzuziehen. Damit Betroffene möglichst lange in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können, gibt es auch im Landkreis Main-Spessart viele einzelne Beispiele mit Vorbildcharakter. Einige davon zeigt die Grafik – würde man sie alle an einem fiktiven Ort, zum Beispiel zentral im Landkreis, bündeln, wäre dort vielleicht das „Seniorenparadies“ – zum Nachahmen empfohlen!

**1** Nachbarschaftshilfe „Helfende Hand“, Mittelsinn: Es kann jedem passieren, dass er auf die Schnelle Hilfe benötigt, wenn überraschend eine Notsituation entstanden ist. Die Mitglieder der Initiative leisten Unterstützung. Jeder, der unentgeltlich helfen oder einem anderen zur Seite stehen will, kann sich einbringen. Die Ehrenamtlichen übernehmen Dienste wie Besorgungsfahrten, Rasenmähen, Haustiere versorgen oder Schneeräumen. Jeder bringt seine Fähigkeiten und so viel Zeit ein, wie er kann – nicht nur für Senioren, sondern für alle Bürger.

**2** Stiftung „Heimat im Alter“, Hohenroth: Die SOS-Dorf-gemeinschaft ist Zuhause von etwa 160 Erwachsenen mit geistiger Behinderung. Sie leben in Gemeinschaften mit Hauseltern, können dort arbeiten, Sport treiben und kulturelle Veranstaltungen besuchen. Diese Menschen brauchen auch im Alter einen Lebensort. Um sie nicht aus ihrem gewohnten Umfeld reißen zu müssen, wurde die Stiftung „Heimat im Alter“ ins Leben gerufen. Denn die öffentlichen Mittel reichen nicht aus, um dem Hilfe- und Unterstützungsbedarf dieser Menschen gerecht zu werden.

**3** „Krisanthemen“ – Hausgemeinschaft für Senioren, Lohr: Gleichgesinnte gründeten 2011 einen Verein mit dem Ziel, Senioren eine Alternative zum Heimaufenthalt im Alter zu

bieten. Es soll ein Haus entstehen, in dem Menschen selbstständig leben, aber nicht alleine sein wollen. Dort können die Senioren Kontakte pflegen und sich untereinander unterstützen. Noch liegt das Projekt brach, denn es fehlt ein passendes Grundstück oder Gebäude.

**4** Geriatrische Rehabilitation, Marktheidenfeld: Am Klinikum werden ältere Patienten in der geriatrischen Rehabilitation behandelt. Ziel ist es, die individuelle Selbstständigkeit und die Vermeidung von Pflegebedürftigkeit nach einer Erkrankung wieder herzustellen. Der Blick bei der geriatrischen Reha geht auf die Zeit nach der Entlassung: Welcher Bedarf an familiärer oder fremder Hilfe ist notwendig?

**5** Aktivpark, Marktheidenfeld: An der Seniorenresidenz Mainbrücke gibt es einen „Aktivpark“, der für jedenmann, nicht nur für die Bewohner

der Einrichtung, zugänglich ist. Der Fitnessparcours dient älteren Menschen bei der Verbesserung der Vitalität und motorischer Fähigkeiten im Alltag und beugt Stürzen und Verletzungen vor. Und sie bringen Abwechslung und Bewegung.

**6** Seniorentreff im Internet, Karlstadt: Einmal wöchentlich kommen im Internet-Café ältere Menschen zusammen. Hier kann man im Kreis Gleichgesinnter das Internet kennenlernen. Der Kreis hat sich der Initiative „Seniorentreff im Internet“ angeschlossen. Sie wirbt mit „Gemeinsamkeiten neu erleben – das seriöse Netzwerk für interessante Menschen aus aller Welt“.

**7** Dorfladen, Wiesenfeld: Das Geschäft mit dem Sortiment an Waren des täglichen Bedarfs bietet den Bewohnern des Ortes und des Umlandes nicht nur eine Einkaufsmöglichkeit, sondern ist zum Dorfmittelpunkt ge-

worden. Und dazu gehört auch der kleine Plausch zwischendurch. Im angrenzenden Café trifft man sich auf eine Tasse Kaffee, einen Saft und ein Stück Kuchen.

**8** Mehrgenerationenhaus, Binsfeld: Das Mehrgenerationenhaus in Binsfeld hat seine Schwerpunkte in den Themenfeldern Alter und Pflege, Integration und Bildung, hausnahe Dienstleistungen und freiwilliges Engagement. In dem offenen Tagestreffpunkt wird die Unterstützung von Jung und Alt neu belebt. Das Mehrgenerationenhaus wird zu einer lokalen Drehscheibe, an der sich Angebot und Nachfrage treffen. So fördert es Kinder, entlastet Familien und gibt alten Menschen eine gesellschaftliche Aufgabe.

Dorothea Fischer  
Fotos: Tim Brakermeier (dpa), Uli Deck, Dorothea Fischer, Jürgen Gabel, Julia Haug, Svenja Kloos, Lara Meißner, Alois Wohlfahrt.

Ich arbeite gern im  
Seniorenzentrum Mainbrücke ...  
... weil wir ein gutes Team sind

*... weil ich tolle Kollegen habe*



**Yvonne Weppert**  
Wohnbereichsleitung/  
Altenpflegerin

*... weil ich die uns anvertrauten Menschen in Würde pflegen kann*



**Sabine Gottler**  
Wohnbereichsleitung/  
Altenpflegerin/  
Gerontopsychiatrische  
Fachkraft

*... weil ich mich hier weiterentwickeln kann*



**Zyljak Lindacher**  
Wohnbereichsleitung/  
Altenpfleger

*... weil meine Arbeit hier anerkannt wird*



**Diana Baumann**  
Leitung Ergo

Ergänzen Sie unser Team! Bewerben Sie sich unter:



**ALLOHEIM**  
Seniorenzentrum Mainbrücke  
Wir dienen Ihrer Lebensqualität.

**ALLOHEIM**  
Seniorenzentrum Mainbrücke, Residenzleitung Heri Gudschan  
Ulrich-Wilfer-Str. 15, 97328 Marktheidenfeld  
Telefon 093 91 9 08 72 00; Rudi.Gudschan@alloheim.de

