

Mehr als ein schöner Urlaub

„Wir fühlen uns in der Gruppe sehr wohl und gut aufgehoben“, sagt das Ehepaar Heinemann. Der 82-jährige Hans und seine drei Jahre jüngere Frau Barbara* sind schon zum fünften Mal dabei. Beim Spaziergang durch die blühende Grünanlage – nach dem Gottesdienst in der Hauskapelle am frühen Morgen – freuen sie sich über den wärmenden Sonnenschein. Und sie freuen sich auf das Frühstück und die Morgengymnastik. Die beiden genießen sichtlich ihre Zeit auf der Seniorenenerholung der Caritas.

Neben Ruhe und Entspannung stehen Spiel- und Bastelabende, gemütliches Beisammensein und gemeinsame Ausflüge auf dem Programm. „Wir schätzen vor allem das Mitbestimmungsrecht bei der gemeinsamen Programmplanung“, sagen die Heinemanns. Jeder kann selbst entscheiden, an welchen Angeboten er teilnehmen will. „Und wenn man einmal zu müde oder erschöpft ist, kann man den Tag auch alleine verbringen.“

Doch meist ziehen sie die Gemeinschaft vor. „Wir haben schon einige Bekanntschaften in den vergangenen Jahren geschlossen und freuen uns immer auf das Wiedersehen“, erzählt Frau Heinemann. Manche Senioren haben im Alltag nicht viel Kontakt, sind einsam und

das Erlebnis der Gemeinschaft mit anderen Menschen tut ihnen gut.

Vor allem aber wollen die Seniorenenerholungen Gesundheit und Beweglichkeit der alten Menschen fördern und Körper, Geist und Seele Entspannung schenken. Liebevoll umsorgt werden die Teilnehmer von ehrenamtlichen Begleiterinnen. Sie kümmern sich um das tägliche Programm und stehen hilfsbereit zur Seite. Mit Schulungen, fundierten Informationen und der kompetenten Betreuung durch Fachkräfte werden sie von der Caritas auf ihre Aufgabe vorbereitet.



Fünf Seniorenenerholungen bietet der Caritasverband für die Erzdiözese Bamberg 2012 an: in Vierzehnheiligen bei Bad Staffelstein, in Garmisch-Partenkirchen, in Cham und in Bad Bocklet sowie eine Weihnachtsfreizeit ebenfalls in Bad Bocklet.

In der Gemeinschaft auszuspanspannen und neue Erfahrungen zu sammeln, schätzen die Senioren. Auch dass sie den Alltag mit all seinen häuslichen Verpflichtungen einmal hinter sich lassen dürfen, um „die Seele baumeln“ zu lassen.

Manche Senioren könnten sich einen anderen „Urlaub“ auch gar nicht mehr leisten. Geradezu bedenklich ist, wie im Alter die Schere zwischen Arm und Reich noch

weiter aufgeht. Gerade in Bayern. 17,7% der Menschen, die 65 Jahre und älter sind, gelten im Freistaat als armutsgefährdet. Das liegt deutlich über dem Durchschnitt von 13,7%. Dabei sind Frauen im Rentenalter besonders benachteiligt. Bei ihnen beträgt die Quote sogar 20,8%.

Erklärtes Ziel der Caritas ist es, auch den Senioren, die materielle Probleme haben, einen Erholungsaufenthalt zu ermöglichen. Daher gewährt die Caritas bei Bedürftigkeit individuelle Zuschüsse. Denn es wäre doch schade, wenn andere Senioren die guten Erfahrungen der Heinemanns nicht auch machen könnten – nur weil die kleine Rente nicht reicht. ■



Sonne, frische Luft, viel Grün – das können Senioren im Exerzitienhaus in Cham genießen