

Für Abwechslung im Seniorenalltag

Heino Döscher besucht regelmäßig die Tagespflege in Vegesack, um weiter aktiv sein zu können



Heino Döscher absolviert sein Sportprogramm regelmäßig in der Tagespflege in Vegesack.

FOTO: CHRISTIAN KOSAK

VON DANIELA SCHILLING

Vegesack. Wie möchte ich im Alter leben? Diese Frage hat sich jeder schon einmal gestellt. In der Regel stellt man sich ein aktives, selbstbestimmtes Leben vor. Dass es jedoch anders kommen kann, sei es durch eine Krankheit, einen Unfall oder einfach die üblichen Alterserscheinungen, daran denken die wenigsten. Doch auch wenn der Ruhestand aufgrund von Krankheitsfolgen oder eingeschränkter Mobilität nicht mehr so gestaltet werden kann, wie man es sich wünscht, gibt es Möglichkeiten weiterhin aktiv zu bleiben. Zum Beispiel in einer Tagespflege, die mit einem vielfältigen Programm für Abwechslung im Alltag sorgt. Es gibt zahlreiche Anbieter wie die Bremer Heimstiftung, die Stiftung Friedehorst und das Sozialwerk der freien Christengemeinde.

Ein Beispiel ist die Tagespflege Vegesack, die in direkter Nachbarschaft zum Kito und in der Nähe des Fähranlegers liegt. Seit 2004 wird dort an drei bis fünf Wochentagen eine breite Auswahl an Aktivitäten geboten, die sich ganz an den Bedürfnissen der Tagesgäste orientieren. Darunter ein spezielles Sportprogramm, das Körper und Gehirn herausfordern soll. Aufgrund dieses Angebots hat sich auch der Vegesacker Heino Döscher für den Besuch der Einrichtung entschieden.

Der ehemalige Besitzer des Spiel- und Schreibwarengeschäfts an der Dobbheide ist für viele ein bekanntes Gesicht, denn sein Laden gehört zu den ältesten seiner Art in der Umgebung. Gegründet wurde das Unterneh-

men 1931 von den Eltern Döschers als Heißmangel an der Gerhard-Rohlf's-Straße. Bald erweiterte sich das Angebot um Seifenpulver, Parfum und weitere Produkte. 1952 eröffnete die Familie ihre dritte Filiale an der Dobbheide, die Heino Döscher 1960 in ein Geschäft für Spiel- und Tabakwaren sowie eine Bücherei umwandelte. „Das war nicht mehr als eine einfache Holzbude“, beschreibt Heino Döscher die Anfänge seines Ladens.

Lange stand Heino Döscher selbst im Geschäft. Seit Kindesbeinen war er es gewohnt zu arbeiten. So brachte er im Alter von zehn Jahren die Wäsche der Heißmangel zu den Kunden. „Das gab zehn Pfennig und ab und zu auch mal Bonschen oder ein Malzbier in der Kneipe“, erinnert sich der ehemalige Geschäftsmann. Auch habe er für 50 Pfennig bei einer Nachbarin Holz und Kohle in den Keller getragen. „Arbeiten war aber von meinen Eltern aus nie ein Muss. Ich habe es freiwillig gemacht, weil ich Spaß daran hatte.“

Abwechslung und Geselligkeit

Immer in Bewegung war Döscher jedoch nicht nur bei der Arbeit, auch in seiner Freizeit legte er Wert auf Abwechslung und Geselligkeit. So ist er seit 63 Jahren Mitglied im Schützenverein Vegesack, seit 50 Jahren im Kegelvein aktiv und gemeinsam mit seiner Frau fuhr er regelmäßig nach Bayern in den Urlaub. Heute noch trifft er sich mit seinen Schützenbrüdern zum Kniffeln. Fürs Schießen seien seine Hände nicht mehr ruhig genug, sagt der 85-Jährige. Auch die Kegelgruppe ist auf eine andere Aktivität umgestiegen: Inzwischen

wird alle 14 Tage Skat gespielt. Als Heino Döscher in den Ruhestand ging und seine jüngste Tochter den Laden übernahm, vertrat er weiter die Ansicht, dass man seine Zeit nicht nur zu Hause auf dem Sofa verbringen sollte. So hält er es bis heute, auch wenn ihn Alterserscheinungen und die Folgen von zwei Herzinfarkten in seinem aktiven Lebensstil einschränken. Die gesundheitlichen Umstände waren es schließlich, die die Tagespflege für ihn interessant machten.

„Ich konnte meinen vorherigen Sportkurs nicht mehr besuchen und wollte nicht nur herumsitzen“, so Döscher. Seine ältere Tochter kannte die Einstellung ihres Vaters und schlug vor, die Tagespflege an der Vegesacker Fähr zu testen. Das Programm, der Tagesablauf sowie die individuelle Betreuung überzeugten Heino Döscher, sodass er seither dreimal in der Woche dort zu Gast ist, allerdings ohne seine Frau. „Sie hat andere Interessen.“

Der Vegesacker fühlt sich wohl zwischen den anderen Tagesgästen, auch weil der Austausch von Geschichten und Erfahrungen immer wieder zu spannenden Gesprächen führt. „Wir haben viele alteingesessene Bremen-Norder hier, die viel zu erzählen haben, zum Beispiel von ihrer Zeit bei der Steingut, der Wollkammerei oder auf dem Bremer Vulkan“, erzählt Einrichtungsleiterin Susanne Gill. Die Stimmung unter den Besuchern sei gut. Es gebe keine Grüppchenbildung, man sei eine Gemeinschaft, die gemeinsam Zeit verbringe. Dazu gehört auch das gelegentliche Kochen, das die Mahlzeiten aus der Zentralküche ergänzt. „Kartoffelpuffer bereiten wir selbst zu.

Die Tagesgäste schnibbeln dafür die Zutaten und machen auch das Apfelmus selbst“, so Susanne Gill. Weitere Besonderheiten seien die regelmäßigen Feste, zu denen auch Angehörige eingeladen sind, sowie Tagesausflüge oder Spaziergänge an der Weser.

Heino Döscher bestätigt den Eindruck der Einrichtungsleitung über das Gemeinschaftsgefühl und die Abwechslung, die die Tagespflege bietet. „Ich hab absolut keine Beschwerden. Die Betreuung ist toll, das Essen ist gut und die Umgebung auch.“ Nur beim Kuchen gibt es seiner Meinung nach Verbesserungsbedarf.

Angebot für Senioren

Die Tagespflege Vegesack ist eine Einrichtung des Sozialwerks der freien Christengemeinde. Eröffnet wurde die Einrichtung (Zur Vegesacker Fähr 49) im Jahr 2004. Der Tagesablauf in der Einrichtung ist fest durchstrukturiert und soll die Senioren körperlich und geistig herausfordern. Neben diversen Beschäftigungsangeboten, Sport und regelmäßigen Ausflügen beinhaltet das Programm Frühstück, Mittagessen und eine Kaffeepause. Die Tagesgäste werden morgens zu Hause abgeholt und nachmittags wieder zurückgebracht. Neben den Gästen, die durch das Angebot lange aktiv bleiben und vor Vereinsamung geschützt werden, profitieren auch die pflegenden Angehörigen, die eine deutliche Entlastung im Alltag erfahren. Ein Großteil der Kosten der Betreuung wird von den Kassen übernommen, sobald ein Pflegegrad vorliegt. DAN