

Veranstaltungsbericht BAK Biberach



v.l.n.r. oben Ulla Reyle, Elisabeth Walcher und Sofie Ogger mit Sketch: Optimist und Pessimist

Treffen für Frauen aus dem Ländlichen Raum im Gasthaus Schützen in Laupheim am

22. Februar 2022 von 9.30 bis 15.30 Uhr

Referentin Ulla Reyle

Thema: Graue Haare- buntes Leben

Leben heißt Veränderung

Laupheim

Beim Treffen für Frauen aus dem Ländlichen Raum am 22. Februar 2022 referierte die Gerontologin, Supervisorin und geistliche Begleiterin Ulla Reyle aus Tübingen. Ihr Thema lautete: „Graue Haare-buntes Leben“ und es wurde ein bunter, beeindruckender Tag für die 45 Teilnehmerinnen im Gasthaus Schützen in Laupheim. Der Bezirksarbeitskreis des Evang. Bauernwerks unter Leitung von Renate Wittlinger hatte eingeladen. Zum Einstieg in das Thema des Vormittags: „Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen“ las Vertrauensfrau Marianne Fay passend zum Thema das Gedicht: „Der lila Hut“.

Ulla Reyle erklärte zunächst ihr Tätigkeitsgebiet der Gerontologie und betonte, es gehe nicht um Alterswissenschaft, sondern um das Altern als Prozess, der bereits ab 40 Jahren einsetzt. Beginnen würden wir Alle unser Leben als schwerer Pflegefall und Viele sind es am Lebensende wieder. Dem gilt es sich ganz nüchtern zu stellen. In der Supervision geht es um die Reflexion und bei der geistlichen Begleitung um die Stärkung einer angstfreien Gottesbeziehung.

„Unser ganzes Leben ist ein Veränderungsprozess und oft verhüllt die äußere vergängliche Hülle, dass im Inneren eine Frucht heranreift, wie bei einer Physalis-Pflanze. Diesen Prozess zuzulassen führt zu mehr Flexibilität und Zufriedenheit. Ziel ist es, sich die Freundlichkeit gegenüber sich selbst und Anderen zu bewahren. Abhängig von der Güte Gottes und der Mitmenschen sind wir ein Leben lang, auch wenn wir das oft nicht sehen wollen oder können. Beziehungspflege ist daher ein entscheidender Faktor für ein gutes Leben vom Anfang bis zum Ende.“

Die demographische Entwicklung zeigt eine überwiegend ältere Gesellschaft, es gilt jedoch auch hier zu unterscheiden zwischen den Lebensphasen zwischen 60 und 100 Jahren, die jeweils in Jahrzehnten durch ihre jeweilige Prägung der Kriegs- und Nachkriegszeit charakterisiert werden können.

Wichtig ist es, sich auf das Älterwerden vorzubereiten und die richtigen Weichen zu stellen, um gut und möglichst lange gesund und zufrieden alt werden zu können. Dabei spielt das Zuhause, die passende Wohn- und Lebenssituation eine immer wichtigere Rolle. Bis zum 70. Lebensjahr sollte diese Frage geklärt sein. Genauso wichtig ist das soziale Umfeld und die Klärung der Frage, ob häusliche Pflege machbar und zumutbar ist. Eine lange Pflege wie sie durch den medizinischen Fortschritt und die hohe Lebenserwartung heutzutage häufig ist, überfordert oft die Angehörigen, meistens sind es die Frauen. Daher empfiehlt Ulla Reyle, die Körperpflege möglichst nicht den Kindern zu übertragen, sondern zumindest dafür professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Auch eine fortschreitende Demenz ist für alle Beteiligten eine große Belastung und Herausforderung, jedoch kann auch hier Lebensfreude erhalten und gefördert werden, wenn die Veränderungen angenommen werden. Das Ziel heißt immer und in Allem: Die Liebe soll bleiben.“

Zur Unterhaltung trug der Sketch „Optimist und Pessimist“ bei, dargestellt von Elisabeth Walcher und Sofie Ogger vom Bezirksarbeitskreis Biberach des Evang. Bauernwerks. Da konnten sich Alle wiedererkennen und entdecken, wie wichtig in allen Lebenslagen Humor und Lebensfreude sind.

Ulla Reyle hat es verstanden, mit ihrer Lebendigkeit und Freude zu motivieren, dieses Ziel zu verfolgen. Es war eine beglückende und ermutigende Veranstaltung, mit der sowohl die Veranstalter als auch die Teilnehmerinnen hochzufrieden waren.

Text und Bilder: Renate Wittlinger