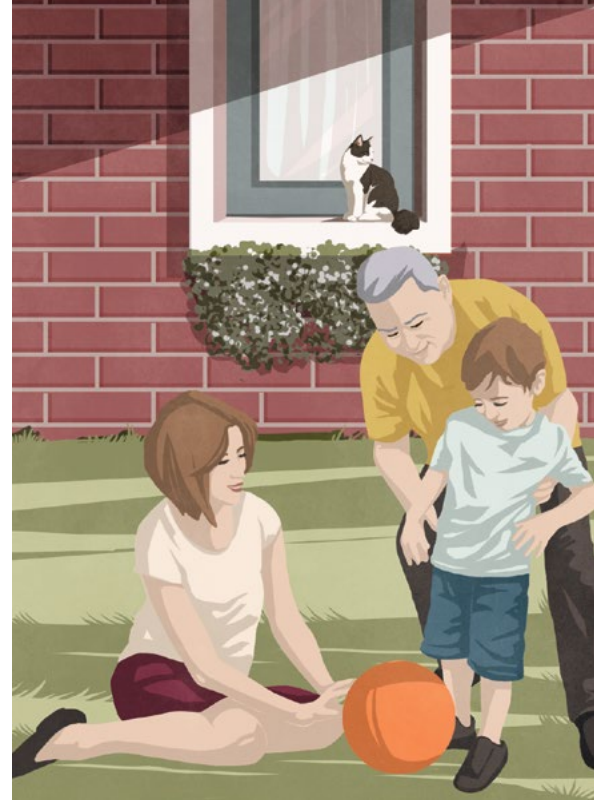


## EIN DORF, GEMACHT ZUM ÄLTERWERDEN

*Rot verlinkerte Häuser, schmucke Vorgärten, eingebettet zwischen Feldern und geschützter Moorlandschaft: das niedersächsische Dorf Vrees. Wer hier im Alter Hilfe oder Pflege braucht, soll weiterhin im Ort leben können. Dafür sorgen die Vreeser mit Seniorenwohnungen, einem Pflegehaus und einer lebendigen Gemeinschaft.*

Karin Sickert steht auf der Terrasse, umrahmt von bepflanzten Hochbeeten und einer Gartenbank mit Blümchenkissen. Sie geht durch einen Vorhang aus dicken Stoffstreifen in ihre seniorengerecht gestaltete Wohnung. Vor vier Monaten sind die Sickerts eingezogen – Karin, 70, und Horst, 82. Sie seien erst skeptisch gewesen, vor allem ihr Mann, erzählt Karin Sickert. „Aber nach der Besichtigung haben wir schnell ja gesagt.“ Die Aussicht, nicht mehr die Hecke schneiden oder Rasen mähen zu müssen, überzeugte Karin Sickert davon, umzuziehen – weg aus dem 180-Quadratmeter-Haus mit Garten. Für ihren Mann war die kleine Werkstatt im angebauten Schuppen ein überzeugendes Argument.



Das neue Domizil des Ehepaars – das sind 70 Quadratmeter Wohnfläche, offene Küche, Wohnzimmer, Schlafzimmer und Bad. Praktische Schiebetüren trennen die Räume, breit genug für einen Rollstuhl. „Besonders schön ist, dass unter dem Dach noch ein separates Zimmer mit Bad ist – für eine Pflegekraft oder unsere Kinder, wenn sie zu Besuch kommen“, sagt Karin Sickert.

Fünf seniorengerechte Wohnungen im Ortskern hat die Gemeinde gebaut. Sie sind ein Baustein dafür, dass Menschen in Vrees auch im hohen Alter in ihrem gewohnten Umfeld leben und vertraute Kontakte aufrechterhalten können.

### „MENSCH, PAUL, KOMM DOCH MAL MIT“

Dienstag Nachmittag, 14 Uhr, nebenan im Bürgerhaus. Ein Dutzend Seniorinnen und Senioren sitzt zusammen, spielt Doppelkopf und Rummikub. Die Tagesbetreuung ist ein weiterer Pfeiler für selbstbestimmtes Älterwerden in Vrees – und der zentrale Anlaufpunkt für viele ältere Menschen im Dorf. Auch für Paul Wessels, den 86-jährigen ehemaligen Viehhändler und Taxiunternehmer. Er hörte auf Freunde, als die ihm rieten:



„Mensch, Paul, komm doch mal mit.“ Jetzt ist er regelmäßig Gast in der Tagesbetreuung und genießt die Nachmittage. „Hier lachen wir viel miteinander“, sagt Wessels. „Solange ich es gesundheitlich kann, werde ich auch herkommen.“

Heute schaut auch Bürgermeister Heribert Kleene vorbei. Er tut das regelmäßig und klönt mit den Senioren. Sein Büro ist ebenfalls im Bürgerhaus, das die Gemeinde im Jahr 2014 als Mehrfunktionenhaus baute. Bei ihm und dem Verein „Wir für Euch – Altwerden in Vrees“ laufen alle Fäden zusammen. Kleene ist ein Mann mit vielen Ideen und, seit er als Schulleiter in Pension ging, fast rund um die Uhr für sein Ehrenamt da: „Die älteren Leute werden schnell an den Rand gedrängt, aber das soll bei uns nicht passieren.“ Das hat man in Vrees schon vor über zehn Jahren entschieden.

### EIN PFLEGEHAUS ENTSTEHT

Die Vreeser haben für ihr Engagement zahlreiche Auszeichnungen gewonnen, Projekte werden vom Bund und vom Land Niedersachsen gefördert. So profitiert Vrees etwa vom Programm „Demografiewerkstatt Kommunen“ des Bundesfamilienministeriums. Ziel des fünfjährigen

Programms ist es, Kommunen für den Demografiewandel fit zu machen. Die Erfahrungen der Vreeser werden auch anderen Gemeinden zugutekommen.

Auf der Wiese zwischen dem Bürgerhaus und den Seniorenwohnungen entsteht gerade ein Pflegehaus, in das Bewohner ab Pflegegrad 1 einziehen können. Zwölf Zimmer mit kleiner Terrasse werden gebaut, dazu ein Behandlungszimmer für die ortsansässige Ärztin. Wieder steht das Miteinander im Vordergrund: Im Zentrum zwischen den zwei Gebäudeflügeln hat die Architektin eine Gemeinschaftsküche geplant – einen Treffpunkt, wie es ihn in vielen Bauernhäusern in der Region gibt.

### CHIP STATT SCHLÜSSEL

Die Wohnung von Karin und Horst Sickert ist noch nicht ganz fertig. Für die Haustür gibt es aber statt eines Schlüssels schon einen Chip. Weitere digitale Funktionen sollen dazukommen. Heizung, Licht und Jalousien werden bequem vom Tablet aus steuerbar sein. Eine Kommunikationsplattform soll Kontakte zu anderen Vreesern leichter machen und ein Notrufsystem beinhalten. In seiner kleinen Werkstatt baut Horst Sickert gerade ein Vogelhaus. Seine Frau plant, sich im Heimatverein anzumelden. Für beide steht fest: „Wir gehen entspannt ins Älterwerden.“

# 05



Aktiv bleiben in der Werkstatt