



Seit mehr als zehn Jahren gibt es bei Forum Altern den Mittagstisch, der bei den Senioren sehr gut ankommt.

Fotos: Jean-Luc Jacques

Schwäbischer Sonntagsbraten zum Jubiläum

Bereits zum 500. Mal lädt der Dettinger Verein Forum Altern interessierte Senioren zum Mittagstisch ein

Dettingen. Im Speisesaal von Forum Altern in Dettingen sitzen etwa 20 Senioren an langen weißen Tischen. Fröhlich begrüßen sie bekannte Gesichter und unterhalten sich, während sie auf das Mittagessen warten.

HANNAH HENRICI

Aus der Küche weht leckerer Bratengeruch in den Speisesaal. Das Küchenteam, bestehend aus Uli Grötzinger, Elfriede Licht und Rose Schwarz, ist bereits seit 9 Uhr mit den Vorbereitungen für das Mittagessen beschäftigt. In einem großen Topf kochen Spätzle, der Salat ist bereits angerichtet, und im Ofen wird ein Braten knusprig braun. Den Braten hat Uli Grötzinger schon am Vorabend vorbereitet. „Manchmal ist es schon ein bisschen stressig, aber es ist machbar“, sagt er.

An diesem Tag herrscht besonders reger Betrieb bei Forum Altern: Bereits zum 500. Mal findet der Mittagstisch statt. Hier treffen sich seit mehr als zehn Jahren jeden Mittwoch Menschen fortgeschrittenen Alters aus Dettingen und Umgebung. Zur Feier des Tages gibt es ein ganz besonderes Gericht: ein traditionelles schwäbisches Sonntagsgessen.

Nachdem alle an den Tischen Platz genommen haben, begrüßt der Vorsitzende Rudi Dörfel die anwesenden Gäste. Auch Bürgermeister Rainer Haußmann und Pfarrer Daniel Trostel sind gekommen. Anschließend singen alle gemeinsam ein Lied, und Pfarrer Trostel spricht ein kurzes Tischgebet. Das Küchenteam serviert dann den ersten Gang: eine Tomaten-

cremesuppe. Während des Essens unterhalten sich die Senioren lebhaft miteinander und erzählen sich von ihren Erlebnissen – zum Beispiel von den Enkelkindern oder aus früheren Zeiten. Für viele Rentner aus der Teckregion stellt der Mittagstisch von Forum Altern das Highlight der Woche dar. Hier haben sie die Möglichkeit, sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen. Manche kommen regelmäßig auch aus Kirchheim oder Weilheim her.

Die 97-jährige Helene Renke und der 92-jährige Karl Blankenhorn gehören zu den ältesten Stammgästen. Trotz ihres stolzen Alters sind sie regelmäßig beim Mittagstisch anzutreffen. Sie genießen nicht nur das frisch zubereitete leckere Essen, sondern freuen sich auch darüber, sich mit anderen Senioren austauschen zu können.

Auch Bürgermeister Haußmann ist begeistert von dem Verein: „Forum Altern ist ein wahrer Glücksfall für unseren Ort“, meint er. Er sei „richtig stolz“ darauf, dass alles so gut funk-

tioniere, obwohl der Verein am Anfang von einigen skeptisch betrachtet worden sei. Besonders freut er sich darüber, dass hier Ehrenamtliche tätig sind. „Ehrenamtliche Arbeit braucht mehr Unterstützung, damit sie wieder Spaß macht“, betont Haußmann und weist darauf hin, dass die Bürger nicht nur Wohnungen brauchen, sondern auch Einrichtungen und Organisationen, die ihnen im Alltag helfen. „Je älter man wird, umso mehr beginnt man, zuvor selbstverständliche Dinge wertzuschätzen“, sagt er und erzählt von seiner älteren Nachbarin, die sich sehr über Unterstützung durch Anwohner freut. Der Generationenaustausch sei ein relevantes Thema: „Wir brauchen eine gesunde Mischung aus Alt und Jung“. Dettinger Bürger unterschiedlichen Alters sollen zueinanderfinden, sich austauschen und so voneinander profitieren, betont Haußmann. „Gerade im Alter ist es umso wichtiger, sich auf Neues einzulassen und neue Kontakte zu knüpfen.“ Das funk-

tioniert bei Forum Altern sehr gut, wie sich zeigt: Hier sind bereits viele Freundschaften entstanden. Und der wöchentliche Mittagstisch sorgt für Struktur im Leben der Senioren.

Endlich ist es an der Zeit für den Hauptgang: Braten mit Spätzle und Soße, dazu Kartoffelsalat. Bei diesem Anblick läuft den Gästen das Wasser im



Mund zusammen. An den Tischen finden entspannte Gespräche statt, auch Rudi Dörfel und die Büroleiterin des Vereins, Anka Kosch, plaudern munter mit den Gästen.

Zum Nachttisch gibt es selbst gemachten Obstsalat. Dann ist der Mittagstisch leider auch schon wieder vorbei. Die Gäste verabschieden sich: „Bis nächste Woche“.

Wie berichtet, bekommt Forum Altern bald neue Räume. Diese werden wesentlich altersfreundlicher sein als die bisherigen Räumlichkeiten in der Kirchheimer Straße 102, vor allem für Rollstuhlfahrer. Darauf freuen sich besonders die Dettinger Senioren, für die Forum Altern auch in Zukunft eine wichtige Rolle in ihrem Alltag spielen wird.

Was ist das Forum Altern?

Der Verein Forum Altern unterstützt Senioren, solange sie noch in den eigenen vier Wänden wohnen können: Er leistet Nachbarschaftshilfe, hilft alten Menschen nach einem Krankenhausaufenthalt sowie beim Putzen und Kochen und begleitet sie zum Arzt im Ort und nach

Kirchheim – alles ehrenamtlich. Auch wer Beratung zu Patientenverfügungen oder Vollmachten braucht, findet bei Forum Altern Hilfe.

Außerdem veranstaltet der Verein **regelmäßige Treffs** für Senioren in der Gemeinde: Dienstags kann

man auf dem Kelterplatz Boule spielen gehen, mittwochs wird gemeinsam in der Vereinsräumen gekocht und gegessen, donnerstags gibt es Kaffee und Kuchen und freitags wird im Sitzen getanzt. Von April bis Oktober organisiert der Verein auch Ausflugsfahrten in der Region.

Darüber hinaus initiierte der Verein Forum Altern im Jahr 2013 den **Bürgerbus** in der Schlossberggemeinde. Mit einer Finanzspritze der Gemeinde Dettingen und des Krankenpflegevereins konnte der kleine Bus angeschafft werden, der wöchentlich interessierte Senioren zum Einkaufen

bringt. Die laufenden Kosten werden durch Sponsoringelder von Rewe, Wohnbau Birkenmaier, Schuh Schmid und der VR-Bank Hohenneuffen-Teck gedeckt, allerdings nie gedeckt. Ansonsten ist das Forum Altern auf Mitgliedsbeiträge und Spenden angewiesen.

Die Vereinsräume von Forum Altern sind in der Kirchheimer Straße 102 in Dettingen. Weitere Infos gibt es im Internet auf www.forum-altern.de oder unter der Telefonnummer 07021/93 93 74. Wer mit dem Einkaufsbus mitfahren will, sollte sich einen Tag vorher anmelden. mona