

1. Lasst sie nicht durch euer Verhalten oder eure Bemerkungen verspüren, dass sie für euch eine Last sind; nichts ist schwerer zu ertragen als die Abhängigkeit.

2. Pfl egt sie gut, sie altern weniger schnell und es wird weniger beschwerlich. Murr t nicht und beschwert euch niemals über ihre Gebrechlichkeit, sie leiden selbst am meisten darunter.

3. Informiert sie über ihre sozialen Rechte und Ansprüche und helf t ihnen in den Genuss dieser zu kommen. Ihnen ihr Recht verschaffen, ist dem Almosenempfang vorzuziehen.

4. Befragt sie über ihr Erleben und Wissen; noch nützlich sein zu können macht sie glücklich. Nichts erhöht die Geduld und Freude, als die Möglichkeit Verantwortung übernehmen zu können.

5. Besucht sie ... aber ohne Eile. Schreibt ihnen. Schlagt Invaliden vor, ihnen die Korrespondenz zu erledigen. Unterhaltet sie mit Gesprächen und Lesestoff, eventuell mit vorlesen. Je mehr wir unsere Beziehung pflegen, je mehr haben sie Freude am Leben.

6. Kinder und Grosskinder haben den ersten Platz im Herzen der alten Eltern. Sie sollten sich diesen Platz durch ihren Respekt, ihre Zuwendung und Liebe verdienen.

7. Hör t sie mit Geduld an. Sie ziehen es vor, von ihren Erinnerungen zu berichten, als eure anzuhören.

8. Entschuldigt das Versagen des Gedächtnisses und ihre ungeschickten Gesten. Dies ist normal, ihr werdet ihnen gleichen, wenn ihr selbst ihr Alter erreicht habt.

9. Vermeidet diese zwei Übermasse: Vernachlässigung und (keine Hilfe, keinen Besuch, keinen Brief) einen übertriebenen Schutz (ihnen jede Möglichkeit nehmen etwas zu tun, aus Angst vor Müdigkeit, oder um sich selbst Sorgen zu sparen. Es erweckt bei ihnen die gleichen Schwierigkeiten: den Eindruck zu nichts mehr nützlich zu sein und sicher auch den Wunsch zu sterben.

10 Seid ihnen gegenüber feinfühlig: alte Leute sind sehr empfindlich. Eine Kleinigkeit macht ihnen Freude; oder auch Mühe.

11. Respektiert ihren Besitz wie bescheiden er auch ist. Was sie besitzen ist ihr persönlicher Schatz, lassen wir sie frei darüber verfügen.

12. Jeder Wechsel kann eine Erregung auslösen. Treff t Vorsichtsmassnahmen, damit der Wechsel angenommen wird und unternimmt nichts, ohne einen wichtigen

Grund zu haben. Zwingt ihnen nichts gegen ihren Willen auf.

13. Lasst sie von den modernen Entwicklungen profitieren: Hörgerät, Haushaltapparate, Zeitschriften, Television ... sie sind modern.

14. Je mehr man ihnen erlaubt, im eigenen, gut eingerichteten Wohnraum zu verbleiben, je glücklicher sind sie. Dies ist für sie ein andauerndes Weihnachtsgeschenk.

15. Sät eure Begeisterung für solche, die in ihren Fähigkeiten nachlassen und keinen Schwung mehr haben. Sät Freude, damit sie das Leben lieben. Sät Frieden und Vertrauen, um Strauchelnde zu stärken.

16. Versucht sie zum Singen, Tanzen und Spielen anzuspornen. Lasst sie von Zuschauern Beteiligte werden.

17. Mit alten Leuten zusammenleben lässt uns schneller alt werden. Fördert für sie den Kontakt mit Kinder und Jugendlichen. Alle gewinnen durch diesen Austausch.

18. Helfen sie ihnen die verbleibende Freiheit auszunutzen und sich zu erfreuen: Ausgang, Beschäftigung, Unterhaltung, Ausbildung - ihre Erinnerungen.

19. So lange ihnen Gott das Leben schenkt, ist ihre Mission nicht abgeschlossen. Sie erwecken nicht nur Mitleid, sie haben auch einen Reichtum weiterzugeben: ihre Liebe, ihr Leiden, ihr Gebet. Bittet sie, davon profitieren zu dürfen.

20. Stellt euch an ihren Platz. Liebt sie ... wie ihr es für euch wünscht, wenn ihr eines Tages an ihrem Platz sein werdet.

20 Ratschläge alte Menschen zu lieben und zu verstehen



Dieses Falblatt kann bezogen werden bei der
Arbeitsgruppe für Altersfragen (AGAF)
c/o Angélica Gerber, Sur le Pont d'Amour,
2732 Reconvilier, agaf@menno.ch
oder unter www.menno.ch (AGAF 506D_Ed. 2009)



Herausgegeben von der
Arbeitsgruppe für Altersfragen (AGAF)
der Mennonitengemeinden der Schweiz