

## ZWAR in Heckinghausen: Zwischen Arbeit und Ruhestand

Vor 15 Jahren kam die ZWAR-Idee nach Wuppertal. Im Stadtteil Heckinghausen fiel sie von allen Wuppertaler Stadtteilen als erste auf fruchtbaren Boden. „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ heißt die Abkürzung ZWAR – eine Idee, die sich, vom Ruhrgebiet kommend, auch im Bergische Land ausbreitete: Arbeitsplätze an Rhein und Ruhr gingen verloren, Stahlwerke wurden geschlossen, Zechen starben – sehr viele Menschen hatten plötzlich ganz viel freie Zeit, die ihnen im Berufsleben gefehlt hatte. In Dortmund fanden Rudi Eilhoff und Dr. Rainer Klehm den Schlüssel, um gegen diese Misere anzugehen. Ihr Gedanke: Jeder Einzelne kann etwas, hat Interessen und Fertigkeiten. Man muss sich zusammentun und selbstorganisiert Freiräume füllen. So ist ZWAR entstanden, wird wissenschaftlich von der Uni Dortmund begleitet und vom Land NRW gefördert. Das Motto von ZWAR in Wuppertal ist „Ich für mich mit Anderen für Andere.“ Oder auch „Es geht ZWAR auch ohne, aber mit ZWAR geht es besser.“



Der Startschuss in Heckinghausen fiel am 24. März 1999. Heckinghausen war in Wuppertal der erste Stadtteil, der die ZWAR-Idee aufnahm. Es folgten Barmen, Elberfeld, Ronsdorf, Uellendahl und Wichlinghausen. Darüber hinaus entstanden das PCafe und eine ZWAR-Frauengruppe. Die Idee wurde durch die Arbeiterwohlfahrt nach Heckinghausen und damit nach Wuppertal gebracht. Das erste Gruppentreffen fand am 24. März 1999 in der Färberei statt. Von den damals knapp 90 Teilnehmer/innen sind immer noch einige dabei. Jetzt sind es rund 35 Männer und Frauen, die ganz viel Schönes und Interessantes zusammen unternehmen. Alle 14 Tage gibt es ein sogenanntes Basistreffen im Bürgertreff Heckinghausen; dort wird besprochen, was war und was in absehbarer Zeit vorgesehen ist. Die einzelnen Vorhaben finden in den sogenannten Aktivgruppen statt. Es wird gewandert, und regelmäßig finden Spaziergänge statt. Im Sommer macht sich des öfteren eine Radfahrgruppe auf den Weg. Darüber hinaus gibt es Spielegruppen, Kegler, Sänger und eine Kreativgruppe, immer beste-

hend aus Männer und Frauen, meist Menschen ab 50+. Dabei lernt man sich kennen, kommt sich auch näher und tauscht Tipps und Meinungen aus. Außerdem gibt es auch Einzelunternehmungen wie Besichtigungen, Ausflüge sowie Kino- und Theaterbesuche. Ganz wichtig ist der monatliche Stammtisch, an dem in gemütlicher Runde so manches Vorhaben besprochen wird. In der Heckinghauser ZWAR-Gruppe, eine der größeren in Wuppertal, ist für jeden etwas dabei. Niemand wird angehalten, alles mitzumachen, sondern nur nach Lust und Laune.

ZWAR-Gruppen sind konfessionell ungebunden und politisch neutral. Sie sollen tragfähige soziale Netzwerke im Nahbereich, bzw. im Stadtteil sein. Ziel aller Zusammenkünfte ist es, Freundschaften und Freundeskreise aufzubauen. Die in Wuppertal inzwischen acht existierenden ZWAR-Gruppen bestimmen ihre Inhalte selbst, die auf Freiwilligkeit beruhen. „Wir sind kein Verein, haben keinen Vorstand und zahlen keinen Beitrag. Wir sind – sagt unser Flyer – lediglich gleichberechtigte Teilnehmer. Wir nehmen zusammen am Leben teil“, sagt Anke Prohm, über die Kontakte zu den ZWARlern geknüpft werden können.(jk).

**Kontakt:** ZWAR-Gruppe Heckinghausen  
Anke Prohm  
E-Mail: a.prohm@t-online.de  
Telefon: 0202/4670364

### ZWARler beschreiben das, was sie in ihren Gruppen erleben, oft so:

Möglichkeit, lange zurückgestellte Wünsche, Vorhaben und Projekte mit Anderen zu realisieren, vielfältige Möglichkeiten der gemeinsamen Freizeitgestaltung, Chance, gesund älter zu werden, gemeinsam statt einsam, neue Bekanntschaften und Freundschaften, gegenseitige Unterstützung im Alltag, vor allem dann, wenn das Älterwerden mit Einschränkungen und gesundheitlichen Problemen verbunden ist.

