

AKTIV ALT

A

Alt und aktiv

Die Deutschen leben immer länger: Vor 100 Jahren starben die Menschen in Deutschland durchschnittlich mit Mitte fünfzig. Mittlerweile liegt die Lebenserwartung von Männern bei 75 Jahren und die von Frauen bei 82 Jahren. Und sie wird in den nächsten Jahrzehnten weiter ansteigen.

B

Vier aktive Rentner

Dieter Frahm, 70 Jahre

Wer hätte gedacht, dass ich mich noch einmal verlieben würde? Als meine Frau vor 15 Jahren gestorben ist, dachte ich, dass ich immer allein bleiben würde. Doch vor zwei Jahren habe ich Bärbel kennengelernt. Ich war mit einem Freund in einem Biergarten, sie hat mit ihrer Nichte am Nebentisch gesessen. Ich fand sie sofort sympathisch und habe sie angesprochen. Ich habe sie ein paar Tage später angerufen, wir haben lange telefoniert und uns dann verabredet. Vor einem Jahr haben wir geheiratet. Meine Kinder fanden es merkwürdig, dass ich noch einmal heirate. Sie mussten sich erst daran gewöhnen. Aber jetzt finden sie es gut.

Hans-Joachim Ziegler, 75 Jahre

Ich bin schon immer gern gereist, doch früher hatte ich wenig Zeit dazu. Ich habe eine Bankfiliale geleitet und sehr viel gearbeitet. Natürlich sind wir auch mit der Familie in den Urlaub gefahren, wegen der Kinder meist an einen See oder ans Meer. Ich habe die Berge schon immer mehr geliebt als das Meer, denn ich wandere gern. Meine Frau zum Glück auch. Und jetzt haben wir endlich die Zeit dazu. In den letzten Jahren sind wir viel gereist: Wir waren in Norwegen, Irland, in den USA, in Kanada und sogar in Chile. Meistens fahren wir aber nicht so weit weg, sondern in die Alpen. Im Winter sind wir jedes Jahr für drei oder vier Wochen auf den Kanarischen Inseln.

Ursula Gerber, 78 Jahre

Seit 15 Jahren bin ich nun schon Rentnerin und habe mich noch keinen Tag gelangweilt. Ich habe 40 Jahre lang als Lehrerin gearbeitet und hatte immer viele Menschen um mich herum. Das ist jetzt immer noch so: Ich arbeite ehrenamtlich für verschiedene Vereine. Geld bekomme ich dafür nicht, aber es macht mir Spaß, anderen Menschen zu helfen. Seit zwei Jahren unterstütze ich Flüchtlinge. Zweimal pro Woche unterrichte ich zum Beispiel in einer Flüchtlingsunterkunft Deutsch, begleite die Menschen zu verschiedenen Ämtern und übersetze auch ein bisschen. Wie praktisch, dass ich früher Englisch- und Französischlehrerin war.

Gertrud Hermann, 65 Jahre

Mein Leben lang habe ich gearbeitet und muss es jetzt als Rentnerin immer noch. Ich bekomme nur 900 Euro Rente pro Monat. Das reicht nicht. Meine Wohnung kostet ja schon 550 Euro. Also gehe ich weiter arbeiten in einem Supermarkt. Ich arbeite dort in Teilzeit und darf nicht mehr als 450 Euro zusätzlich zu meiner Rente verdienen. Auch in meinem Bekanntenkreis arbeiten einige, weil sie das Geld brauchen: Ein Bekannter fährt Zeitungen aus, eine Freundin arbeitet in einer Bäckerei, eine andere passt auf Kinder auf.

C

Alte Menschen ins Altenheim?

Altenheim: Ein Haus für alte Menschen, die nicht mehr allein wohnen können. Die Bewohnerinnen und Bewohner bekommen Essen, sehen gemeinsam fern, spielen oder reden. Ihre Familien können sie dort besuchen. Es gibt auch Ärzte und Krankenschwestern.

Pro

Natürlich ist es besser, wenn sich die Familie um die alten Menschen kümmern kann. Aber oft geht das nicht: Viele Alte sind krank und brauchen sehr viel Hilfe. Das ist in einem Altenheim viel besser. Die Mitarbeiter dort haben eine Ausbildung und wissen, wie man das macht. Den alten Menschen geht es dort viel besser. Und: Sie können mit den anderen reden und Spaß haben.

Kontra

Alte Menschen gehören nicht in ein Altenheim, sondern zu ihrer Familie. Kinder müssen sich um ihre alten Eltern kümmern, das ist doch klar! Keiner möchte von zu Hause weg. In einem Altenheim kann man nicht glücklich sein. Die Altenpfleger dort haben viel zu wenig Zeit für die alten Menschen. Wer sich um die alten Eltern kümmern möchte, kann das auch.

D

Eines Tages, Baby

Julia Engelmann: Poetry-Slammerin auf YouTube

Eines Tages, Baby, werden wir alt sein,
oh Baby, werden wir alt sein
und an all die Geschichten denken,
die wir hätten erzählen können.

Ich, ich bin der Meister der Streiche,
wenn's um Selbstbetrug geht.
Bin ein Kleinkind vom Feinsten,
wenn ich vor Aufgaben steh.
Bin ein entschleunigtes Teilchen,
kann auf keinsten was reißen.
Lass mich begeistern für Leichtsinn,
wenn ein anderer ihn lebt.

Und ich denke zu viel nach,
ich warte zu viel ab, ich nehm mir zu viel vor,
und ich mach davon zu wenig.
Ich halt mich zu oft zurück.
Ich zweifle alles an.
Ich wäre gerne Klug – allein das ist ziemlich dämlich.

Ich würde gerne so viel sagen,
aber bleibe meistens still,
weil, wenn ich das alles sagen würde,
wäre das viel zu viel.
Ich würde gern so vieles tun.
Meine Liste ist so lang,
aber ich werd eh nie alles schaffen.
Also fang ich gar nicht an.

(...)

Unser Leben ist ein Wartezimmer.
Niemand ruft uns auf.
Unser Dopamin, das sparen wir immer,
falls wir's noch mal brauchen.
Wir sind jung und haben viel Zeit.
Warum sollen wir was riskieren?
Wollen doch keine Fehler machen.
Wollen auch nichts verlieren
und es bleibt so viel zu tun,

unsere Listen bleiben lang
und so geht Tag für Tag
ganz still ins unbekannte Land.
Und eines Tages, Baby, werden wir alt sein,
oh Baby, werden wir alt sein
und an all die Geschichten denken,
die wir hätten erzählen können.

Und die Geschichten,
die wir dann stattdessen erzählen,
werden traurige Konjunktive sein wie:
„Einmal bin ich fast einen Marathon gelaufen,
und hätte fast die Buddenbrooks gelesen,
und einmal wär ich beinah bis die Wolken wieder lila
waren noch wach gewesen,
und einmal, fast hätten wir uns mal demaskiert
und gesehen, wir sind die Gleichen,
und dann hätten wir uns fast gesagt,
wie viel wir uns bedeuten“,
werden wir sagen.

Und dass wir bloß faul und feige waren,
das werden wir verschweigen,
und uns heimlich wünschen,
noch ein bisschen hierzubleiben.

Wenn wir dann alt sind und unsere Tage knapp,
und das wird sowieso passieren,
dann erst werden wir kapieren –
wir hatten nie was zu verlieren,
denn das Leben, das wir führen wollen,
das können wir selber wählen.
Also, lass uns doch Geschichten schreiben,
die wir später gern erzählen.
Lass uns nachts lange wach bleiben,
aufs höchste Hausdach der Stadt steigen,
lachend und vom Takt frei
die allertollsten Lieder singen.

© Julia Engelmann: Eines Tages, Baby
📺 youtube.com/watch?v=DoxqZWvt7g8