

**Vortrag von Dr. Henning Scherf zum Thema „Strategien gegen Einsamkeit im Alter“ anl. des 31. Altenparlaments am 13. September 2019,**

**Wortprotokoll:**

*„Lieber Hausherr: Wunderbar! Was für ein schöner Ort, ich kann mir keinen schöneren Ort vorstellen, um über diese große Thematik ‚Was kann man gegen Einsamkeit machen?‘ zu reden.*

*Ich will schnell und kurz versuchen, meine Beiträge zu formulieren. Meine allererste Empfehlung, was man gegen Einsamkeit tun kann, ist, sich nicht in die Ecke schieben lassen, sondern alles tun, damit man mit denen, die jünger sind, die nachwachsen, zusammen etwas machen kann. Deswegen ist es eine tolle Idee, zu der Veranstaltung heute junge Leute einzuladen. Das ist nicht nur für Euch Junge spannend, sondern auch für uns Alte, dass wir jede Gelegenheit nutzen können, um uns mit Euch auszutauschen und uns vielleicht gegenseitig anzuregen, um auf neue Ideen zu kommen. Wir Alten sind nämlich neugierig, wir wollen auch noch dabeibleiben und mitmachen.*

*Die erste Strategie, wenn Sie so wollen, ist, Orte, Plätze und Anlässe zu finden, dass die Generationen etwas zusammen machen. Es ist eine Sackgasse, wenn man die Generationen trennt und Gettos schafft, wo dann die Alten unter sich sind und sagen: Früher war alles besser. Das stimmt ja gar nicht, auch wenn viele Alte es sagen, weil sie die alten unangenehmen Sachen schon verdrängt haben.*

*Ich bin dafür, dass wir jede Gelegenheit nutzen, um uns generationenmäßig zu mischen. Das kann man tun. Es gibt inzwischen so viele Grundschulen, die sich freuen, wenn Alte kommen und sagen: Ich mache das. Seit 14 Jahren lese ich jede Woche in so einer Grundschule vor. Ich habe mir eine mit über 70 % Kindern, die nicht muttersprachlich deutsch sind, ausgesucht. Ich wollte wissen, wie die ankommen und wie sie mit einem weißhaarigen Opa wie mir klarkommen. Es ist wunderbar, was sie einem an Vertrauen entgegenbringen, wie sie mit einem*

*umgehen und was sie mir erzählen. Wenn die Eltern wüssten, was die Kinder einem in der Schule erzählen über das, was zu Hause nicht läuft, da würden die sich zusammenreißen!*

*Die Kinder haben Vertrauen zu einem und das ist wunderbar, wenn man das Gefühl hat: Ich kann helfen.*

*Wir haben seit vier Jahren eine Flüchtlingsfrau aus Nigeria mit „zweieinhalb“ Kindern bei uns aufgenommen. Den kleinen Abu hat sie im Flüchtlingsheim bekommen. Die kamen vor vier Jahren hierher: kein Wort Deutsch. Jetzt sind die beiden älteren Geschwister 11 und 12. Beide sind die Besten auf dem Gymnasium. Ist das nicht toll? – Und wir Alten bilden uns ein, dadurch, dass sie mit uns geredet haben, dass sie mit uns Schwimmen und Fahrrad fahren gelernt haben, dass sie mit uns Urlaub gemacht haben – übrigens auch hier an der Ostsee – sie mitgenommen zu haben. Wir haben ihnen eine Brücke gebaut, in unsere Gesellschaft zu kommen. Das hat uns ganz große Freude gemacht. Und wir sind ein bisschen stolz darauf, dass es gelungen ist. Die Kinder strahlen uns an, als wenn sie unsere Enkelkinder wären.*

*Also: jede Gelegenheit nutzen, um die Generationen zu mischen! Ich rate inzwischen denen, die Projekte bauen, zum Beispiel Altenpflegeeinrichtungen, bitte sofort auf dem gleichen Grundstück einen Kindergarten bauen. Alles zusammen, damit die Alten die Möglichkeit haben, in Alltagssituationen die Begegnung mit kleinen Kindern zu erfahren. Das tut uns gut, und den Kindern tut es auch gut.*

*Am besten ist es, wenn man dann noch mit berufstätigen Eltern zusammenkommt, die selbst Angst haben, dass mit ihren Kindern Blödsinn geschieht, weil sie nicht betreut werden, und die dann so einen alten, grauhaarigen Menschen finden, der ihnen sagt: Um eure Kinder will ich mich gerne kümmern, ich bringe sie zum Kindergarten und hole sie wieder ab. Ich koche für sie, wir essen zusammen, und*

*dann kann die Mama zur Arbeit gehen. – Wenn die Mama dann nachmittags oder abends wiederkommt, sind die Kinder ausbalanciert und glücklich. Sie sind gut aufgehoben gewesen, und allen geht es gut: allen drei Generationen.*

*Das Zweite, was mir ganz wichtig ist, ist, dass wir Alte unsere kreativen Potenziale abrufen. Da hinten sitzt ein Delegierter mit so einer Seeräubermütze. Er hat mir sein Heft gegeben, das ich leider noch nicht lesen konnte, mit Strategien gegen Einsamkeit. Wir haben nämlich kreative Potentiale. Eines ist, zusammen zu singen. Ich habe hier im Landtag zusammen mit dem schleswig-holsteinischen Chorverband – damals war Heide Simonis noch dabei – gemeinsam gesungen. Es ist eine wunderbare Sache, wenn man plötzlich auch Leute hat, die Demenzerfahrungen gemacht haben und sich gar nicht mehr richtig erinnern können, was man gerade gesagt hat. Die alten Lieder können sie aber noch und singen sie begeistert mit. Wenn dann noch ein paar Junge dabei sind, ist es doppelt schön.*

*Die gemeinsame Möglichkeit, zu singen und zu musizieren, ist etwas ganz Tolles, eine richtige Ressource. Man darf das nicht unterschätzen, was da an sozialer Integration und Inklusion möglich ist.*

*Das Gleiche habe ich mit Malen erlebt. Ich habe in Hamburg mit einem Freund eine Initiative mit Alzheimererkrankten gestartet. Wir haben das „Konfetti im Kopf“ genannt. Wir haben auf der Mönckebergstraße in Hamburg mit den Erkrankten deren Bilder ausgestellt. Da kamen die Leute und haben gesagt: Das könnt ihr doch mit Alzheimerkranken nicht machen. Die müsst ihr doch bewahren! – Nein, die wollen mit ihren Bildern wahrgenommen werden. Die fanden es gut, wenn da Leute kamen und sagten: Was hast du für ein tolles Bild gemacht!*

*In meiner Kirchengemeinde, die inzwischen Kulturkirche der Bremer Landeskirche ist, haben wir mit Bildern von Demenzerkrankten eine Ausstellung*

*gemacht und haben einen echten Miró und einen echten Picasso dazwischen gehängt. Das hat uns viel Geld und Bewachung gekostet.*

*Das Wunderbare dabei war, dass die demenzerkrankten Malerinnen und Maler plötzlich merkten, dass die meisten Besucher nicht zwischen Picasso, Miró und dem, was sie gemalt hatten, unterscheiden konnten. Das hat sie glücklich gemacht, dass sie plötzlich mit solchen Weltstars verglichen wurden. Es war für sie eine Aufwertung. Sie fühlten sich dann als Künstler wahrgenommen. Kreative Potenziale im Alter darf man nicht einfach vergessen und übersehen.*

*Das nächste Kapitel: Wir sind nicht nur dazu da, hilfsbedürftig zu sein, sondern wir geben auch gerne anderen Hilfe. Das darf man nicht unterschätzen. Klaus Dörner, der große Psychiater in Hamburg, hat darüber dicke Bücher geschrieben. Es ist in unserer Natur, dass wir uns auf Aufgaben einlassen, bei denen wir einmal etwas abgeben können. Das geht bis ins hohe Alter. Es ist eine wunderbare Geschichte, wenn man mit Demenzkranken Teilhabe organisiert und nicht nur Betreuung. Es ist toll, wenn man etwas organisiert, wo sie selbst das Gefühl haben: Wir können noch etwas, wir können noch Gemüse putzen, einen Gemüseeintopf machen, wir können noch helfen, dass diejenigen, die nicht mehr so richtig essen können, ihr Essen bekommen. Es ist eine wunderbare Erfahrung, wenn man im Alter noch gefragt wird und beteiligt wird. Es ist auch wunderbar, wenn man mit so jungen Leuten, wie Ihr es seid, etwas zusammen machen kann. Wenn die jungen Leute dann sagen: Kannst du mir einmal helfen, meine Texte zu korrigieren? Kannst du mir einmal helfen, wenn ich mit anderen Sprachen meine Schwierigkeiten habe oder meine Rechenaufgaben nicht kann? Das ist doch wunderbar, wenn wir noch beansprucht werden.*

*Es ist falsch, das Alter mit Ruhestand zu verwechseln. Ruhestand ist für mich in der traditionellen Psychiatrie das Auf-dem-Flur-sitzen, mit Medikamenten ausgebremst. Die Pfleger sagen: abgeschossen. Da sitzt man nur noch*

*kopfnickend da und wartet, bis das Essen kommt. Das ist Ruhestand, und das möchte ich keinem Menschen wünschen.*

*Ich wünschte, dass wir alle – klar, jeder auf seine Weise und nach seinem Talent und seinen Möglichkeiten – Anlässe suchten, wo wir noch mitmachen können und uns beteiligen können. Schauen Sie einmal in die Sportvereine rein. Wer kümmert sich dort um die kleinen Kinder? Rentner! Die holen die Kinder zu Hause ab. Sie nehmen die kleinen Kinder auch mit. Wir nennen das Pampers-Liga, die kleinen Kerlchen, die immer in der gleichen Richtung hinter dem Ball herlaufen. Die Mamas sind glücklich, dass sie ihre Kinder gut aufgehoben wissen. Und meine Alten sitzen dabei und sagen sich: Guck einmal an! Das ist auch ein therapeutisches Mittel.*

*Ich habe einmal einen alten Wüterich, der nur schimpfte, in einer PflEGEGEWOhNGEMEINSCHAFT kennengelernt. Solche vergrätzten Menschen, die unzufrieden sind, gibt es ja leider auch. Um den Frauen, die da auch waren, eine Freude zu machen, habe ich gesagt: Esst mal euren Kuchen und trinkt euren Kaffee allein, ich mache mit ihm einen Spaziergang. – Da sind wir beide losgegangen. Die Frauen waren froh, dass sie ihn los waren und endlich wieder friedliches Kaffeetrinken möglich war. Und dann sind wir durch die Gegend gezuckelt und auf einen Sportplatz gekommen, auf dem Jungs auf ein Tor spielten.*

*Plötzlich geht mein Wüterich auf die Jungs zu, zeigt ihnen, wie man Flanken schlägt, über eine Mauer schießt. Er hat mir dann gesagt, er sei früher beruflich Fußballtrainer gewesen. In der Einrichtung wusste das aber keiner. Die Jungs mit ihrem Fußball haben ihn erreicht, und er wurde friedlich. Als ich mit ihm zurück in die Einrichtung gekommen bin, haben die alle gedacht, ich hätte ihm etwas in den Tee getan, weil er so friedlich und entspannt war.*

*Jetzt bemühen sie sich, ihm möglichst jeden Tag einen Zugang zu fußballspielenden Jugendlichen zu organisieren. Der ist glücklich, wenn er da*

*seine Kompetenz und Erfahrung loswerden kann. Die Jungs akzeptieren ihn, weil er richtig Ahnung hat. Über eine Mauer ins Tor zu schießen, das muss man schon geübt haben! Er zeigt ihnen das.*

*Wie bekommt man raus, dass man im Alter, noch auch mit verwirrtem Kopf, auch wenn man nicht mehr gut laufen kann, doch noch einbezogen und zum Mitmachen gewonnen werden kann? Wir können keine sechs Stunden mehr arbeiten, das wollen wir auch gar nicht. Wir wollen euch jungen Leuten gar nicht eure Arbeitsplätze wegnehmen, das ist alles kein Thema. Wir wollen aber noch beteiligt und einbezogen werden. Wir wollen noch gern unsere Lebenserfahrung loswerden. Sobald das gelingt, geht es besser. Dann habe ich in meinen Tag eine Struktur hineingebracht und weiß, was ich heute und morgen vorhabe. Wenn ich mich abends ins Bett lege, weiß ich, was ich gemacht habe und was ich morgen machen werde. Dann liege ich nicht rum und sage: Warum soll ich eigentlich aufstehen, ich weiß ja gar nicht, ob überhaupt noch jemand Interesse an mir hat. Einbezogen werden, mittendrin, Teilhabe: das ist mir ganz wichtig. Wir sollten nicht nur als Leute, die Betreuungsbedarf auslösen, wahrgenommen werden.*

*Solche Jüngere sollen lernen, dass wir Alte noch dabei sein können und einen guten Tipp geben können. Wir wissen, dass man die alten Fehler nicht immer wiederholen muss, sondern auch einmal dadurch schlauer werden kann, dass wir uns generationenübergreifend weiter austauschen. Jetzt komme ich zu meinem Hauptthema, dem gemeinsamen Wohnen. Ich glaube, dass es eine Sackgasse ist, die durch die Pflegeversicherung leider ein richtiges Geschäft geworden ist, dass wir unsere Republik mit großen, geschlossenen Einrichtungen vollpflastern. Das ist auch in Schleswig-Holstein so. Da werden Kurkliniken, Pleite gegangene Kreiskrankenhäuser zu geschlossenen Einrichtungen umfunktioniert. Da wird richtig Geld verdient. Es ist ein Milliardengeschäft. Die Investoren wissen genau, dass das ein spannender Markt ist, in den man in der Hoffnung, dass da 10 % Rendite dabei herauskommen, gut investieren kann. Das ist leider in die verkehrte Richtung gegangen. Jetzt merken wir, dass wir dafür kein Personal mehr haben.*

*Schon jetzt reicht das Personal weder vorne noch hinten aus, um diese Einrichtungen zu betreiben.*

*Wir merken aber auch, dass die meisten Alten das gar nicht wollen, so früh wie möglich irgendwo aufs grüne Land in so eine große Einrichtung zu kommen. Die meisten Alten, die ich kenne und wahrnehme, wollen da alt werden, wo sie zuhause sind, sich auskennen, die Läden um sich herum kennen, wo sie die Kneipe kennen, Freunde auf der Straße treffen und nicht nur Gegenstand von Pflege sind. Um das zu erreichen, habe ich mit meinen Freunden und meiner Frau 1987 ein altes Haus gekauft, mitten in der Stadt, und es liebevoll umgebaut. Wir mussten aufpassen, dass wir uns mit dem Geld nicht übernahmen. Wir haben es für zehn Leute als Mehrgenerationenhaus umgebaut. Wir wollten da immer drei Generationen haben, das haben wir auch meistens hingekriegt.*

*Dieses alte Haus haben wir gemeinsam finanziert – die, die kein Geld hatten, haben über ihre Miete mitgeholfen, die Grundschuld abzutragen, die wir aufnehmen mussten, um es umzubauen. Wir sind aber beieinandergeblieben und haben keine Fraktionen Eigentum und Miete gebildet. Wir hatten eine ganz tolle Idee und haben gesagt: Wir wollen nicht mit den Mieten unserer armen Freunde unser Vermögen vergrößern! Deswegen haben wir eine Regelung gefunden, dass wir die Grundschuld, immerhin 800.000 DM gemeinsam getilgt haben, je nach genutzter Quadratmeterzahl. Wer kleine Räume hatte, hat weniger bezahlt. Wer, so wie meine Frau Luise und ich mehr hat, hat mehr bezahlt. Das ist eine wunderbare Erfahrung gewesen, dass wir etwas gemeinsam aufgebaut haben. Jetzt gehört es allen, auch denen, die weniger Geld haben.*

*Einer von ihnen hat 620 € im Monat, der hat ewig studiert, nie Examen gemacht und dadurch nicht so richtig eine Altersversorgung organisiert. Er ist aber zentral und wichtig, macht bei allem mit und ist ein wichtiger Teil der Gemeinschaft. Er wird nie übergangen. Wir machen alles einstimmig.*

*Wir haben dieses Haus umgebaut und dabei darauf geachtet, dass wir genügend Platz für Freunde, Gäste, Kinder und Enkelkinder haben – obwohl damals noch gar keine Enkelkinder da waren. Wenn es eng wird, können wir zu Weihnachten bis zu 20 Personen zusätzlich unterbringen. Es ist eine wunderbare Erfahrung, dass man nicht nur mit denen, die zusammenwohnen ganz eng zusammenkommt, sondern auch die Angehörigen, die gar nicht direkt dort wohnen, sondern ganz weit weg, auf diese Weise Teil dieses Projektes werden. Wir haben es hingekriegt, dass wir gut 60 Leute haben, die sich als Teil dieses Hauses fühlen, obwohl sie da gar nicht wohnen. Wenn sie kommen, fühlen sie sich dort wie zu Hause. Das hat wunderbar geklappt.*

*Was machen wir? – Wir frühstücken nicht jeden Tag gemeinsam, weil wir zu unterschiedlichen Zeiten aufstehen. Wir haben wöchentlich einen festen Termin, das ist das Frühstück am Samstag, wir machen das seit 32 Jahren. Es ist unser Jour fixe. Dort klären wir auch alle unsere Probleme. Seit sechs von uns in Rente sind, kochen wir mittags füreinander. Wir Männer haben Kochen gelernt. Bisher hatte ich nur gern gegessen, aber jetzt kann ich auch einigermaßen gut kochen und bin ganz happy, wenn die anderen das, was ich gekocht habe, aufgegessen haben. Das ist der beste Beweis, dass es nicht danebengegangen ist. Abends essen wir nur bei Gelegenheit warm, wenn wir Gäste haben.*

*Was machen wir sonst noch? Wir haben mit sieben Autos angefangen und haben jetzt nur noch eines. Wir teilen es uns. Damit haben wir viel Geld gespart, und es ist ein wunderbarer Anlass, jeden jedes Mal, wenn man das Auto benutzt, zu fragen: Was kann ich für dich tun? Was kann ich dir mitbringen? Machen wir das zusammen oder macht das jeder einzeln? – Man kann so eine kleine Geschichte nutzen, um etwas Gemeinsames zu machen.*

*Wir haben einen Garten. Wir sind die einzigen in der Straße, die einen Vorgarten haben. Wir haben uns dagegen gewährt, dass unser Vorgarten ein Parkplatz werden sollte. Wir wollten Grün vor und hinter dem Haus haben, fast wie in*

*Schleswig-Holstein. Das haben wir geschafft, und wir machen es gemeinsam. Das funktioniert richtig gut, dass die Nachbarn merken, man kann auch in der Stadt mit Grün gut klarkommen. Es hält uns sehr zusammen. Wir sind da auch ehrgeizig, denn man muss da wirklich etwas tun, damit es wirklich schön blüht und gut aussieht. Wir schaffen das.*

*Was machen wir noch? Wir machen gemeinsam Urlaub. In Mecklenburg-Vorpommern haben wir eine leerstehende Schule übernommen und gemeinsam hergerichtet. Das ist unser Ferienquartier. In der Eifel haben wir ein leerstehendes Haus von einer inzwischen verstorbenen Mutter geschenkt bekommen. Sie hatte uns gebeten: Bitte gebt das nicht auf, ich möchte gern, dass es weitergenutzt wird. Dort haben wir zwei Quartiere, laden unsere Enkelkinder ein. Die sind dort hoch willkommen. Die Eltern finden es gut, wenn wir sie einladen, denn es kostet kein Geld und die haben mal eine Pause von den Kindern und der Erziehung. Es geht!*

*Wir machen jedes Jahr zehn Tage Rad-Erkundung. Wir sind auch hier die ganze Ostseeküste entlang bis nach Polen gefahren, an Oder und Neiße bis zur Ostsee, am Rhein, an der Donau, an der Weser – alles abgeklappert. Die Frauen, die inzwischen keine Lust mehr haben, sich anzustrengen, haben einen Elektromotor an ihren Fahrrädern. Das geht, und es hält uns zusammen. Das sind alles Erfahrungen, wie wir miteinander gemeinsam den Alltag schaffen können.*

*Das Spannendste und Dramatischste war, als die erste von uns nach zwei Jahren todkrank wurde. Da haben wir mit ihr zusammen beredet: Was machen wir nun? Die war total empört, dass sie sterben sollte und wir weiterleben durften. Da hat sie gesagt: Ich möchte das mit euch zusammenmachen. Keine fremden Leute. Wir machen das zusammen. – Und da haben wir sie Tag und Nacht – zwei Jahre lang – nicht alleingelassen. Das ist eine Herausforderung gewesen.*

*Ich war von der Politik manchmal so kaputt, dass ich nachts, wenn ich dran gewesen bin, nicht mehr wach bleiben konnte, habe mich dann neben sie gelegt und einfach nur geschlafen. Das hat ihr gutgetan, dass da jemand neben ihr lag, der ihr vertraute und den sie anfassen konnte, wenn es ihr schlecht ging. Ich habe also im Schlaf geholfen. Das ist ja gar keine große Anstrengung! Morgens bin ich aufgewacht und war gut erholt. Dadurch, dass ich ihr nahe gewesen bin, habe ich ihr geholfen.*

*Solche Erfahrungen sind unglaublich wichtig und für uns, die wir älter werden, natürlich ganz wichtig, weil wir hoffen: Wenn wir einmal dran sind, dürfen wir hoffentlich genauso dableiben, wo wir die ganzen Jahre gelebt haben. Wir hoffen, dass die anderen nicht weglaufen und sagen, jetzt können wir nicht mehr, sondern: Mal sehen, wir schaffen das. Vielleicht brauchen wir Unterstützung, weil wir älter geworden sind. Dieses Bleiben im alten Quartier, zusammen mit den Freunden alt werden, sich darauf verlassen, dass die einen nicht alleinlassen werden: das ist wunderbar und man kann es gar nicht hoch genug schätzen.*

*Kaum, dass sie gestorben war, wurde ihr ältester Sohn auch todkrank. Der war auch bei uns, ein Musikstudent. Der hat dann darum gebeten: Darf ich, wie meine Mutter, bei euch bleiben? – Und da haben wir – darauf waren wir ja überhaupt nicht eingerichtet, wer richtet sich schon auf so etwas ein? – gesagt: Wir wollen das versuchen. Fünf Jahre lang haben wir ihn nicht alleingelassen und all seine Behandlungsnöte und Rückschläge mitgetragen. Das Wunderbare war, dass seine Freundin und seine Geschwister und auch unsere Kinder zu ihm gehalten haben. Wir hatten plötzlich junge Leute, die sagten: Wir wollen mitmachen und mithelfen! Da haben wir uns die Arbeit geteilt. Wenn wir Älteren nicht konnten, hatten wir immer junge Leute, die verantwortlich waren und verlässliche Arbeit gemacht haben. Die saßen nicht rum, sondern wussten, was notwendig war. Die einzige professionelle Hilfe, die wir bei den beiden Sterbebegleitungen hatten, war ein Arzt, der ambulant Palliativmedizin anbot und beweisen wollte, dass man dafür nicht ins Krankenhaus muss. Man kann Schmerzmitteltherapie ambulant*

*machen, wenn man den richtigen Doktor hat, der einen kontrolliert und genau sagt, was notwendig ist. Das war die einzige professionelle Hilfe. Alles andere haben wir selbst gemacht.*

*Das ist auch eine Antwort auf den Pflegenotstand. Wie Sie erinnern, habe ich eben gesagt, dass viele Einrichtungen gar nicht mehr gefahren werden können, weil sie kein Personal mehr finden. Das ist eine wichtige Ergänzung, eine wichtige zusätzliche Struktur, wenn wir es schaffen. Das kann man in jedem kleinen Dorf machen. Dafür muss man nicht in die Landeshauptstadt gehen. In jedem schleswig-holsteinischen Dorf kann man solche Projekte realisieren. Da steht dann irgendwo einmal ein Objekt leer, eine Kneipe, weil es keine Nachfolger gab. Irgendwann wurde eine Bäckerei aufgegeben, die keinen Nachwuchs gefunden hat. Solche Liegenschaften sind dafür gut. Man findet sie auf dem Land noch eher als in der Stadt.*

*Mich haben einmal elf Dorfbürgermeister aus der Oberpfalz eingeladen. Es waren ehrenamtliche Bürgermeister, die, direkt aus dem Stall zu unserer Versammlung kamen. Sie wollten wissen: Was können wir machen, damit unser Dorf nicht immer weniger wird? Die Jungen hauen ab, sie wollen alle nach München oder Nürnberg. Was müssen wir machen? – Da haben wir uns Haus für Haus überlegt: Was kann man mit der leerstehenden Schule, der leerstehenden Apotheke, der leerstehenden Post machen? Ein Bürgermeister hatte ein tausendjähriges Kloster – kaum Menschen drin, aber kulturell und historisch kostbar. Was macht man mit einem alten Kloster? – So haben wir Stück für Stück überlegt. Ich habe dann noch Planer aus Leipzig mitgebracht. Ich fand es besonders schön, dass dann Leipziger Planer denen in der Oberpfalz beibringen, wie man ein Dorf wieder aktivieren kann. Man kann es aber schaffen und Dörfer aktivieren. Mit uns Alten zusammen kann man einen Ort wieder reaktivieren.*

*Ich will mit drei Beispielen schließen. Das erste ist aus dem Ort Werther bei Bielefeld. Das ist eine sehr übersichtliche Gemeinde, vielleicht so groß wie*

*Bordesholm, ungefähr 10.000 Einwohner. Da stand direkt neben dem Rathaus ein kaputter mittelalterlicher Fachwerkbau, völlig ruiniert, die Scheiben eingeschmissen, nur noch Unkraut, Ratten und Ungeziefer. Ich habe zu der Bürgermeisterin gesagt, wenn ich dort in Verantwortung wäre, würde ich es abreißen lassen. Da hat sie gesagt, dass könne sie nicht, weil das Gebäude unter Denkmalschutz stehe. Sie haben dann eine Architektin gefunden, die dieses über 400 Jahre alte Fachwerkhaus wiederhergerichtet hat. Dort wohnen jetzt neun Menschen in einer Wohngemeinschaft, alle zwischen 80 und 90 Jahre alt. Das sind die Pioniere dieses Ortes geworden. Die sind jetzt so stolz darauf, dass sie diese Ruine in Schwung gebracht haben und einen Schmutz zu einem Vorzeigeprojekt verwandelt haben.*

*Wenn die Bürgermeisterin von den ganzen Sitzungen die Nase voll hat, geht sie zu denen hin. Dort wird nicht geklagt, sondern Optimismus verbreitet. Da geht es weiter. Die fühlen sich als Pioniere ihres Hauses. Das muss man sich einfach mal vorstellen! Das ist eigentlich ein Alter, bei dem andere sagen würden: Denen trauen wir gar nichts mehr zu. Klar! Das können die. Und sie sind stolz darauf.*

*Das zweite Beispiel passt besser zu Kiel. In Bochum hat die Stadtverwaltung den Werkhof für die Müllwerker mit den großen neuen Fahrzeugen nicht mehr nutzen können und deswegen vor die Stadt ausgegliedert. Die Fahrzeuge wurden immer größer und kamen gar nicht mehr dorthin. Das stand dann 25 Jahre lang leer, wie eine Kriegsrüine, so ein dreckiger Platz. Die Häuser drum herum gammelten, dann kamen Rotlicht- und Tattoo-Leute, die sich überall reinschummeln, daher. Es wurde immer schräger. Dann die ganzen leerstehenden Wohnungen. Ich dachte immer, was machen die hier mit ihrem Stadtteil?*

*Dann kam eine kleine Stiftung, die Matthias-Claudius-Stiftung. Es ist eine Kirchenstiftung, ich sage einmal Uli Hoeneß würde sein Geld nicht bei denen bunkern. Das sind so Leute, die 100 € einzahlen und damit dann einen Baustein haben und einen kleinen Beitrag leisten, dass es doch einmal weitergeht. Die*

*haben dieses Grundstück übernommen und dort die Claudius-Höfe gebaut. Nun haben sie den Innovationspreis des Wissenschaftsministeriums für ein soziales Projekt gewonnen. Ich bin dort gewesen und habe dort übernachtet. Ich bin aus dem Staunen nicht herausgekommen, was sie da alles zustande gebracht haben. Die ganze Nachbarschaft blüht inzwischen auf. Die Rotlichter und Tattoo-Läden sind weg. Jetzt sind wieder vernünftige Leute da, man kann wieder gern dort hingehen, gut essen. Es ist eine wunderbare Nachbarschaft, Kinder sind dabei, ein Kindergarten ist da. Ich habe da einen alten Kirchentagsfreund getroffen, der Witwer und ziemlich depressiv gewesen war. Er war aus seiner Trauer gar nicht herausgekommen. Da habe ich ihm dann gesagt, was ist denn mit dir los? Du strahlst ja. Hast du dich verliebt? – Nein, noch nicht. Aber ich wohne hier in einer Wohngemeinschaft und bin hier für die Kinder verantwortlich. Das tut mir so gut, ich habe jeden Tag etwas zu tun. Sie warten auf mich. – An dieser Ecke hat die Stadt sich richtig neu aufgestellt. Sie haben mit den Alten gemeinsam eine Sanierung hinbekommen.*

*Das dritte Beispiel passt auch zur Küste und kommt aus Bremen. In Hamburg heißt es Herbertstraße, wo die Dirnen sitzen. In Bremen heißt es Helenenstraße – das passt vom Namen her eigentlich auch nicht.*

*Die Polizei hat sich fast 100 Jahre lang mit dieser Straße abgequält und eine Razzia nach der anderen gemacht. Und jetzt, seit 15 Jahren, hat die Bremer Heimstiftung – das ist eine kommunale Stiftung – das übernommen und diese alten, vergammelten Arbeiterhäuser abgerissen. Wer will schon neben einer solchen Straße in ein Haus investieren? Es sah dort alles runtergekommen aus. Niemand hatte etwas an seinen Häusern getan. 95 neue Häuser haben sie dort gebaut. Da gibt es eine Wohngemeinschaft mit Pflege- und Demenzkranken. Es gibt ein buddhistisches Zentrum, einen Montessori-Kindergarten. Es sind auch junge Leute da mit einem Architekturbüro. Diese Wohnungen sind so etwas von spannend. Die Bewohner machen ganz viel: Theater, Filme, fast jeden Tag ein Kulturprogramm.*

*Plötzlich ist das eine Adresse, wo es früher eine Ecke war, bei der man sich nicht so richtig sehen lassen konnte. Plötzlich ist das ein attraktiver Platz geworden und man kann da Geburtstag feiern, seine Freunde aus Schleswig-Holstein einladen und ihnen sagen: Jetzt schau einmal! Man braucht sich da gar nicht anzumelden, die sind eigentlich Tag und Nacht gastfreundlich und aufgeschlossen. Wir haben mit den Alten ein Projekt hinbekommen, was die Stadt 100 Jahre lang nicht gelöst hat. Jetzt ist es wirklich wieder Teil der Stadtgesellschaft geworden. Wir können jetzt alle sagen: Wir haben diese Nachbarschaft zurückgeholt und in die Mitte unserer Stadt integriert. Die Alten haben dabei mitgemacht. Wir haben Wartelisten von fünf Jahren und mehr, um dort hineinzukommen. So begehrt ist es. Es hat sich rumgesprochen, dass man dort nicht abgeschoben ist, sondern mitten in der Stadt, wo man links und rechts viel um die Ohren hat, dass man einbezogen wird, Anregungen kriegt und mitmachen kann. Dass wollen die Alten, das hält sich in Schwung.*

*Das sind meine Vorschläge gegen Einsamkeit im Alter. Man muss keine großen Reden halten, sondern möglichst viel Teilhabe praktizieren, Erfahrungen schaffen, dass man noch gebraucht und gemocht wird, dass man begrüßt wird, dass man mit einbezogen wird. Wir müssen unsere altersveränderte Gesellschaft als eine Chance nutzen, dass wir mit diesen vielen, die nicht mehr berufstätig sein müssen und darum Zeit haben, vernünftige, intelligente Konzepte und Projekte voranbringt.*

*Eure Verbände leben doch alle von Rentnern! Wenn Ihr die Rentner nicht hättet, wäre das hier nicht so eine große Veranstaltung. Die paar Hauptamtlichen, die bezahlt werden können, können das gar nicht schaffen. Die Rentner machen die Verbandsarbeit. Ist das nicht toll? Die Rentner sind eine Ressource. Wir Pensionäre sind ein aktiver Teil dieser Gesellschaft. Wir wollen niemandem zur Last fallen, sondern gern mithelfen, dass wir auch weiter vorankommen in eine offene Gesellschaft, die sich verständigt, die nicht über das Verbreiten von Angst und Schrecken, über Drohungen und „Oben sticht Unten“ funktioniert, sondern*

*sich verständigt, zusammenkommt, aufeinander freut und immer wieder neue Anläufe nimmt.*

*Ein letztes Wort: In den USA haben sie eine große Untersuchung mit 50.000 Alten gemacht. Die eine Gruppe war traditionell in Pflegeheimen untergebracht, und die andere in solchen Projekten, wie ich sie eben beschrieben habe. Die Untersuchungen kommen zu dem Ergebnis: Die in den Projekten Lebenden leben zehn Jahre länger als die in den traditionellen Einrichtungen. Ist das nicht unglaublich, dass wir unser Leben auf so eine Art und Weise verlängern können, und zwar schön und reizvoll? Alter ist eine Chance. Mein Freund Andreas Kruse – den empfehle ich übrigens beim nächsten Mal einzuladen, ein Heidelberger Professor, der Star der Gerontologen, ein ganz toller Mann – hat ein Buch geschrieben: „Zukunft Alter“. Recht hat er!*

*Ich wünsche Ihnen gute Beratungen, gute Projekte, und dass sie von Leuten getragen werden, die mit Ihnen zusammen etwas machen wollen und sagen werden: Du kommst aus Kiel zurück, hast Ideen eingesammelt und bringst sie bei uns, in unserer Gemeinde ein. Ich wünsche Ihnen natürlich auch Politiker, die merken, dass wir Alte wahlentscheidend sind.*

*Wenn Ihr uns Alte schlecht behandelt, werdet Ihr dafür am Wahltag bestraft. Wir sind ziemlich treue Wähler und haben eine hohe Wahlbeteiligung. Wir sind auch sehr umsichtige Wähler. Ich kann allen Politikern, die sich noch auf Wahlen einrichten, nur raten: Seid umsichtig mit den Alten. Das ist eine ganz wichtige Gruppe unserer Bevölkerung. – Vielen Dank fürs Zuhören.“*