

Liebe hat viele Gesichter

VALENTINSTAG Im Rotenburger Seniorenzentrum pflegen drei Frauen ihre Freundschaft

Wenn am Valentinstag von Liebe die Rede ist, geht es meist um Paare. Im Rotenburger Awo-Seniorenzentrum zeigt sich jedoch eine andere, ebenso wertvolle Form der Zuneigung: die Freundschaft. Drei Seniorinnen haben sich dort gefunden – und gehen seitdem gemeinsam durchs Leben im Heimalltag.

Rotenburg – Drei unterschiedliche Frauen, drei verschiedene Schicksale, doch eines verbindet sie: Evelyne Rupp (79), Erika Sitzmann (90) und Hildegard Schreiber (91) wohnen im Rotenburger Awo-Seniorenzentrum und schlossen dort Freundschaft.

Wie sie so gemeinsam an einem Tisch sitzen, wirken sie recht vertraut miteinander. Dabei kennen sie sich erst seit verganginem Jahr. „Ich kam Ende 2024 als Erste von uns dreien hierher“, sagt Erika Sitzmann. Rupp und Schreiber zogen jeweils 2025 ins Seniorenzentrum ein. Schreiber erlitt gleich zu Beginn einen schweren Verlust, als nur wenige Wochen nach ihrem gemeinsamen Einzug ihr Mann verstarb. Die beiden anderen kennen das Leben als Witwe schon länger, bei ihnen findet Schreiber Trost.

Erika Sitzmann erinnert sich an ihr Kennenlernen: „Wie war das noch mal?“ fragt sie an Evelyne Rupp gewandt, „du kamst an einem Sonntag an genau diesen Tisch hier, oder war’s im Speisesaal? Du hattest jedenfalls eine bunte Bluse an.“ Hildegard Schreiber sagt zu Sitzmann: „Du hast mich und meinen Mann, als wir neu hier waren, sofort begrüßt. Evelyne saß uns gegenüber.“ So geht das öfter während des Gesprächs. Die eine sagt etwas, die anderen klinken sich ein. „Wir waren uns gleich sympathisch“, resümiert die gebürtige Gelnhausenerin Schreiber. Und fügt fröhlich hinzu: „Evi ist jetzt meine Managerin.“ Weil sie nicht mehr gut sehen könne, brauche sie öfter Hilfe, „zum Beispiel wählt sie mir die Num-



Halten zusammen: Erika Sitzmann, Evelyne Rupp und Hildegard Schreiber (von links), die sich im Awo-Seniorenzentrum in Rotenburg angefreundet haben.

FOTO: ELISABEH SENNHENN

mer, wenn ich telefonieren will.“

Zum Beispiel mit dem Fritz, einem guten Freund aus alten Tagen. „Oder sie liest mir meine Post vor. Und beim Bingospielen die Zahlen.“ Wegen ihrer Sehprobleme könne sie leider nur wenig helfen. Die Wäsche sei ja mit Namensschildern versehen, die sie nicht mehr lesen könne. „Aber Handtücher, das geht“, wirft Evelyne Rupp ein, „Hauptsache, es ist schön ordentlich.“ Darüber, dass Schreiber sie hin und wieder „Angie“ nennt, sieht sie mit einem Schmunzeln hinweg.

Im Seniorenheim machen die drei fast alles zusammen, „wir sitzen auch immer gemeinsam am Tisch“, betont Erika Sitzmann. Sie und Rupp gehen zwar am Rollator, Schreiber sitzt im Rollstuhl, doch geistig sind die Damen fit und erzählen begeistert davon, wie schön sie die angebotenen Aktivitäten im Seniorenzentrum finden. Zum Beispiel die Bewegungstherapie.

Schreiber zeigt stolz ihre gepflegten Hände: „Die waren vorher schon ganz schief.“ Kein Wunder, die jahrzehntelange Arbeit als „Reinemachfrau bei der Polizei in Gelnhausen“ hat ihre Spuren hinterlassen. „Ich habe es dort geliebt, es war so schön“, schwärmt die 91-Jährige. Während ihr Mann einen Bauernhof übernommen habe, sei sie „ihr eigener Mann“ gewesen. Auch die beiden anderen haben im Leben viel geleistet. Sitzmann kommt aus der Nähe von Heringen und zog neben der Landwirtschaft ihres Mannes drei Söhne groß. Heute hat sie sieben Enkel und doppelt so viele Urenkel. Die gebürtige Berliner Rupp zog einst der Liebe wegen nach Nordhessen und trug lange Jahre in Bebra die HNA aus, wo sie und ihr Mann lebten.

Alle drei mögen das Gedächtnistraining, bei dem „erstaunlich viel herauskommt“, wie Schreiber erzählt. Erinnerungen an früher zum Beispiel

Auch an einstige Freundschaften, lange vor dem Seniorenzentrum? Alle überlegen. Sitzmann schüttelt den Kopf. Sie erinnert sich dafür an ihre Geschwister: „Ich war die Jüngste.“ Rupp erzählt von Anna aus dem Odenwald, die sie nicht vergessen habe. Und Schreiber hat ja noch ihren Freund Fritz zum Telefonieren, „aber er hört leider nicht mehr gut.“

Besuch aus dem Kindergarten

Besonders mögen die drei Frauen, wenn sie Besuch von Kindergartenkindern bekommen und Schüler mit ihnen basteln. Ob zu Weihnachten, Karneval oder Ostern – es gibt offenbar nichts, wofür sie sich nicht begeistern können. „Naja, Stricken, das mache ich nicht mehr“, sagt Sitzmann.

Nicht zu vergessen aber das Singen! „Wir haben extra einen Musiker im Haus“, schwärmt Rupp. Erst gestern haben sie alle

zusammen „gesungen, dass die Schwarte kracht.“ Ja, ergänzt Schreiber, „Auf der Lüneburger Heide.“ Das sei ihr Lieblingslied. „Ach, es gibt doch auch was Flotteres“, wirft Rupp ein, die genauso wie Sitzmann gerne Schlager hört und singt. Doch alle drei lassen es sich nicht nehmen, so gleich das Heide-Lied anzustimmen. „Ach“, seufzt eine von ihnen manchmal im Gespräch, „wir haben es doch gut hier.“ Und eine Zweite erwidert: „Ja, wir sind zufrieden.“ Die Dritte nickt. „Wir lachen viel“, sagt Rupp dann, und Sitzmann bestätigt: „Man darf nicht alles so ernst nehmen.“

Jetzt warten sie sehnsüchtig darauf, dass das Wetter schöner wird. Damit sie wieder zusammen spazieren gehen können. „Wir laufen zwar am Rollator, aber wir drehen ganz schöne Runden.“ Schreiber fügt hinzu: „Ich komme im Rollstuhl mit. Auf der Straße kann ich nämlich noch ganz gut sehen, wo ich hin-fahre.“ **ELISABETH SENNHENN**

So klappt's mit der Ehe, auch wenn's krieselt

VALENTINSTAG Psychologe Ronald Fleischer kennt alle Kniffe, Tricks und Kompromisse

Hersfeld-Rotenburg – Seit 31 Jahren steht Ronald Fleischer in der psychologischen Beratungsstelle der Diakonie Hersfeld-Rotenburg Paaren zur Seite. Seit Längerem schon liegt der Fokus des Angebots auf Erziehungsfragen – die reine Ehe- und Paarberatung wird nur noch in einzelnen Zentren der Diakonie, zum Beispiel in Kassel, angeboten. Doch wo Kinder sind, geht es im Laufe der Beratung zwangsläufig auch um die Beziehung ihrer Eltern. Oder, wie Fleischer es ausdrückt: „Probleme der Kinder können ein Symptom der Erwachsenenkonflikte sein.“

Die Probleme, wegen denen Eltern zu ihm kommen, sind beispielsweise Verhaltensauffälligkeiten ihrer Kinder. In der Kita, der Schule oder zu Hause. „Oft sind es die Mütter, die den ersten Schritt wagen“, weiß der Diplom-Psychologe. „Frauen fällt es leichter, über Probleme zu sprechen und streben eher eine Lösung an.“ Auch sich einem Thema psychologisch zu nähern, liege ihnen näher als Männern, beobachtet er.

In den Gesprächen zeige sich

oft, dass Mütter und Väter unterschiedlich „aufs Kind blicken“ oder anders ausgedrückt: Nicht immer machen beide dieselben Ursachen für familiäre Probleme aus, untergraben bisweilen die Autorität des anderen Elternteils. Fleischer nennt ein klassisches Beispiel: „Der eine erlaubt dem Kind, länger fernzusehen, während der andere es verboten hat.“ Nicht kongruente Erziehung nennt es der Experte. Dazu komme oft eine sich über Jahre eingeschlichene Sprachlosigkeit bei den Paaren.

Sie stehen ohnehin stark unter Druck, sagt Fleischer. Er führt eine neue Langzeitbefragung von Paaren auf Initiative der Bundesregierung an, wonach Intimität und sexuelle Kontakte zwischen Erwachsenen deutlich nachgelassen haben. Als eine Ursache macht er die allgegenwärtige „Tempoproblematik“ aus. „Überall gibt es die Tendenz zur Verknappung und Intensivierung“. Alles müsse heute schneller gehen, dabei geben Digitalisierung und Social Media den Takt vor. „Vor 20 Jahren hat mir niemand erzählt,



Im aufgeräumten Büro von Ronald Fleischer, Leiter der psychologischen Beratungsstelle der Diakonie Hersfeld-Rotenburg, geht es oft um chaotische Beziehungen.

FOTO: ELISABETH SENNHENN

man habe sich im Internet kennengelernt.“

Heute würden Tinder und Co. mit ihren Parametern die Part-

nerwahl beeinflussen. Sämtliche intime Themen würden medial ausgewalzt: „Nichts ist mehr ein Geheimnis, das macht

Beratung in der Region

Die Erziehungsberatung wird gerne in Anspruch genommen – derzeit gibt es eine Warteliste. Die Anmeldung erfolgt zentral über das Sekretariat der Diakonie in Bad Hersfeld, Kontakt: Telefon 06621/14695, E-Mail: psyeb.diakonie.hefrof@ekkwv.de. Sprechstunden finden in Bad Hersfeld sowie in den Außenstellen in Heringen und Rotenburg statt.

etwas mit Paaren, mit der Gesellschaft.“ Dabei brauche Zweifelsamkeit eine schützende Abgrenzung nach außen. Das schafft einem Paar letztlich wieder mehr Freiraum, den es zur Beziehungspflege nutzen kann. Für Zwiegespräche beispielsweise, sagt Fleischer, frei nach dem Motto „Die Wahrheit beginnt zu zweit“, das der deutsche Paartherapeut Michael Lukas Moeller geprägt habe. „Aber das erfordert aktives Tun“, erinnert der Psychologe.

Oft machten auch hier die Frauen den ersten Schritt. Spätestens dann, wenn die Kinder aus dem Haus seien und sich Paare „neu erfinden“ müssten, sei es Zeit, an der Beziehungskultur zu arbeiten. „Ohne den anderen ändern zu wollen.“

Wenn Fleischer zum Valentinstag Paaren einen Tipp geben dürfte, dann den: „Miteinander im Gespräch bleiben.“ Und für diejenigen, die nicht wissen, ob sie zusammen noch eine Zukunft haben, liege der Schlüssel manchmal im Erinnern an Gemeinsamkeiten.

ELISABETH SENNHENN

TIPP DES TAGES

erlebnisräume

wir machen ihren
lebensraum lebendig



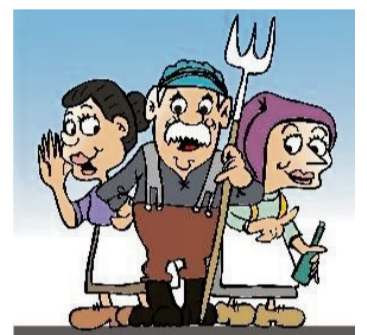
küchen
haus winter

anders als andere

www.haus-winter.de

heinrich-hertz-str. 32
34123 kassel

MARKTGESCHWÄTZ



Wintersehnsucht beim Heckenschnitt

„Vom Eise befreit sind Strom und Bäche / Durch des Frühlings holden, belebenden Blick“ – vor vielen Jahrzehnten hat der Schorsch diese Verse in der Schule auswendig gelernt. Jedes Jahr, wenn der Schnee schmilzt, die Temperatur draußen wieder über Null steigt, wenn der erste Vogel seinen Frühlingsgesang vor dem Fenster vorsichtig anstimmt, fallen ihm diese Zeilen ein. Sie stammen von einem wahren Dichturfürsten aus Weimar und kommen sicher nicht bei „Fack ju Göthe“ vor, erklärt er mir am Gartenzaun.

„Es ist eine Zeit des großen Aufbruchs in jedem Jahr. Das Licht wird heller, unser Blick weiter. Die depressiven Wochen einer feindlichen Finsternis sind vorbei“, philosophiert der Schorsch immer weiter.

Doch ich habe ermüdetende Nachrichten für meinen literarischen Nachbarn: Denn schon wartet das nächste Ungetüm am Horizont – der jährliche Heckenschnitt droht. Nur noch wenige Tage darf man den kahlen Büschen und Bäumen einen radikalen Kurzhaarschnitt verpassen. Also genug Zeit für den Schorsch, sich in seiner geliebten Natur zu verlustieren.

Vielleicht träumt mein kreativer Nachbar beim Heckenschnippeln doch wieder von weißen Wiesen, überlegt verschnitz

Eure Käthe

KORREKTUR

Niedrigere
Hebesätze

Nentershausen – Die Hebesätze A und B für die Grundsteuer liegen in Nentershausen bei 330 v. H. und nicht wie berichtet bei 450. Wir bitten, den Fehler zu entschuldigen.