

## **Bewegung ist Leben von Antonia Caspari**

Es ist ein warmer, fast ein bisschen zu warmer Tag als Frau Rösner und ich uns Anfang Juni im Stadtteilcafé in Dransdorf begegnen um ein wenig über die vergangenen und kommenden Zeiten zu plaudern. Frau Rösner hat schon so Einiges erlebt. Den zweiten Weltkrieg, eine vom Krieg gezeichnete Kindheit, Eiseskälte und Schnee in Sibirien, wie wir es uns heute nicht mehr vorstellen können... Und nun, 81 Jahre später sagt sie auch Corona den Kampf an. Als ich sie frage, was ihr momentan besonders wichtig sei, da lächelt sie nur und sagt: „Bewegung! Denn Bewegung ist Leben!“ „Und außerdem habe ich auch schon ein bisschen zugenommen“ fügt sie lachend hinzu. Eine schöne Vorstellung ist das, dass ein paar Monate die Zeit still zu stehen scheint und es durch Bewegung doch irgendwie weiter geht. Früh morgens, wenn noch nicht so viel los ist auf den Straßen gehen sie und ihr Mann, mit dem sie nun seit stolzen 61 Jahren zusammen ist, gerne eine Runde spazieren. „So hat man schon was gemacht am Tag und fühlt sich gut“ sagt sie zufrieden. Alternativ kommt aber auch gerne mal der Schrittzähler zum Einsatz, wenn sie in den eigenen vier Wänden auf und ab geht und am Ende des Tages schaut wie viele Schritte sie wohl geschafft hat.

Zudem ist Frau Rösner eine begeisterte Näherin. Als ihre Tochter sie zu Beginn der Coronazeit fragt, ob sie für sie und die Enkel ein paar Masken machen könnte antwortet sie nur: „Die sind längst fertig genäht und schon bereit“. Und auch für das Stadtteilzentrum in Dransdorf hat sie viele schöne bunte Masken zur Verfügung gestellt. Normalerweise arbeitet sie dort nämlich ehrenamtlich jeden Dienstag und gibt Nähkurse, eine Aktivität die ihr jetzt fehlt genauso wie die lieben Kolleginnen dort. Dennoch scheint sie sich doch sehr gut mit der derzeitigen Situation zu arrangieren und nimmt die Dinge wie sie sind. Eine feste Tagesstruktur hilft ihr alles sehr normal erscheinen zu lassen und eigentlich hat sich für sie gar nicht allzu viel geändert meint sie.

Außer die Beziehung zu den Enkelkindern, denn diese kann sie nun nicht mehr so ungehindert besuchen wie zuvor. Die Kinder, beide 14 Jahre alt, sind momentan noch zu Hause, da auch die Schulen geschlossen wurden. Das bringt neue Herausforderungen mit sich, doch auf Omas leckere Speisen müssen sie zum Glück nicht gänzlich verzichten. „Früher haben sie ein bisschen mehr gekriegt“ erzählt Frau Rösner. Doch wenn sie heute backt, dann packt sie alles liebevoll in einen Korb und ihr Mann stellt es den Kindern auf den Balkon und läuft dann schnell wieder nach Hause. In diesen Zeiten muss man schließlich kreativ werden. Manchmal wenn die Kinder in der Wohnung sind und Oma und Opa auf dem Balkon, kann man sich auch mal kurz sehen, aber sonst gehen lieber alle auf Nummer Sicher und greifen dann doch eher zum guten alten Telefon. Auf die Frage wie die Enkelkinder mit dem Onlineunterricht zurechtkommen antwortet Frau Rösner sehr optimistisch. „Es gibt viel zu tun, aber die schaffen das, die machen das super“ sagt sie und erzählt, wie sich über Videochatten Lerngruppen zusammenschließen, denn „was die eine nicht weiß, weiß die andere...“ und so kann sich trotzdem weiter geholfen und ausgetauscht werden.

Frau Rösner erinnert sich auch noch an die Anfangszeit von Corona. „Im März war das, da war ich im türkischen Supermarkt und habe das erste Mal ganz kleine Fläschchen Desinfektionsmittel gesehen. Da dachte ich die nehme ich mit für die Kinder, für die Schule. Und schon ein paar Wochen später gab es auf einmal nirgendwo mehr was. Kaum öffnete das Geschäft war schon alles weg und auch die Lebensmittel wurden knapp“. Und so optimistisch und genügsam Frau Rösner auch scheint, ist da trotzdem auch die Angst. Die Angst vor der Ungewissheit. Es sterben schließlich immer noch Menschen sagt sie und gerade wir als ältere Menschen müssen besonders vorsichtig sein. Daher gilt es zusammenzuhalten. Ihre Mitmenschen in Dransdorf erlebt Frau Rösner als sehr verantwortungsbewusst. An den Abstand wird sich gehalten und die Maske ist immer griffbereit in der Jackentasche. „Wir haben alle Angst, doch wichtig ist, dass wir uns beruhigen, Hoffnung haben und uns bewegen natürlich“, so Frau Rösners Rat.

Zum Schluss schauen wir uns noch gemeinsam alte Fotos von einem Ausflug der Ehrenamtlichen nach Berlin an. Da schießt ihr direkt ein Lächeln ins Gesicht und so zeigt sich auch wenn das Hier und Jetzt vielleicht sehr unbehaglich erscheinen mag, so nimmt uns doch keiner die Freude daran in Erinnerungen an die Vergangenheit zu schwelgen und die Hoffnung auf eine unbeschwertere Zukunft....