



Aktiv im Seniorenbesuchsdienst:
Gertraud Ramming schaut zum
Karteln oder Plaudern vorbei.

„Man kriegt auch wieder viel zurück“

Für andere da zu sein, sie zu unterstützen, das hat Gertraud Ramming sehr früh in ihrem Leben gelernt. „Meine Eltern waren gehörlos, ich musste ihnen von Kindesbeinen an helfen. Vielleicht kümmerere ich mich deshalb gerne um andere“, sagt sie. Das sei wohl irgendwie so in ihr drin. Auch heute noch mit 76. Sie ist im Besuchsdienst aktiv, den das städtische Seniorenamt vermittelt: Einmal in der Woche verschenkt sie Zeit. Zeit zum Shoppen gehen, zum Kartenspielen oder zum Plaudern. An eine 80-Jährige, die im Betreuten Wohnen lebt und auf einen Rollstuhl angewiesen ist.

Für die ältere Dame hat Gertraud Ramming jeden Dienstagnachmittag zweieinhalb Stunden reserviert: „Sie geht für ihr Leben gerne shoppen, das

ist ihr Lebenselixier. Sie ist aber auf einen Elektrorollstuhl angewiesen und kommt deshalb an vieles nicht ran“, sagt Ramming. Bei den gemeinsamen Ausflügen durch die Innenstadt ist sie ihr verlängerter Arm: hält ihr im Kaufhaus die Tür auf, rückt Kleiderständer zur Seite oder holt das Objekt der Begierde aus dem Regal. Auch beim anschließenden Kaffeeklatsch steht Gertraud Ramming der 80-Jährigen helfend zur Seite. Klappt es mit dem Fahrdienst mal nicht, schaut Gertraud Ramming zum Karteln bei ihr in der Seniorenwohnanlage vorbei.

Den Seniorenbesuchsdienst hat sie durch einen Zeitungsartikel entdeckt, nachdem sie als Postbotin in den Ruhestand gegangen war. „Zum Zeitvertreib bräuchte ich es nicht“, scherzt Ramming. Dafür ist sie viel zu aktiv: Sie geht regelmäßig schwimmen, zur Gymnastik, ist im Kirchenvorstand und Schützenverein, pflegt ihren Schrebergarten und schaut, dass ihr Freundeskreis auch nicht zu kurz kommt. „Aber ich spende nichts an irgendwelche Organisationen, sondern engagiere mich eben so. Da kann ich etwas Gutes tun und weiß, dass meine Hilfe direkt ankommt“, sagt sie.

Seit 20 Jahren ist die 76-Jährige ehrenamtlich beim Seniorenbesuchsdienst dabei, hat sich zuvor zehn Jahre um einen dementen Mann gekümmert. Das Seniorenamt sucht in Gesprächen nach einem idealen Gespann und stellt den ersten Kontakt her. Wenn es passt, haben beide Seiten etwas davon: „Es ist schön zu sehen, wenn sich jemand freut und dankbar ist, dass man kommt“, sagt Gertraud Ramming. Aber sie hat auch gelernt, wie wichtig es ist, sich abzugrenzen: Pflegerische Hilfen sind tabu, Putzdienste ebenfalls. Weit schwieriger ist es manchmal, die emotionale Grenze zu wahren: Wenn der Besuchsdienst etwa mit einer Freundschaft verwechselt wird, mehr Besuche gewünscht oder darüber hinaus gehende Gefälligkeiten wie Besorgungen und Erledigungen verlangt werden. „Aber man muss halt miteinander reden. Die Chemie muss stimmen, dann kriegt man auch wieder viel zurück“, sagt sie.