

„Wir müssen die Menschen an die Hand nehmen“

Interview mit Michaela May, Schauspielerin und Schirmherrin von RETJA, über Einsamkeit im Alter und die neue Zusammenarbeit mit dem Deutschen Bridge-Verband. Ein Gespräch über Karten, über eine Großmutter auf dem Viktualienmarkt und über die Frage, warum ein Spiel gegen die Einsamkeit helfen kann.

Frau May, wenn Sie an Karten denken: Welches Bild kommt Ihnen zuerst?

Meine Großmutter. Ich bin ein Kind aus Bayern, bei uns wurde viel gespielt, „Watten“ beherrsche ich bis heute. Vor allem aber die Großmutter: Mit ihr habe ich für mein Leben gern Patience gelegt und Rommé gespielt. Ich bin noch mit den Großeltern unter einem Dach aufgewachsen, in einem kleinen Reihnhaus. Oben wir Kinder, darunter die Eltern, im ersten Stock die Großeltern. Es war beengt und wunderbar zugleich. Weil die Großeltern da waren, konnten meine Eltern ausgehen. Wir lernten von ihnen und sie von uns. Diese Nähe unter einem Dach gibt es heute kaum noch.

Sie sagen, Ihre Liebe zum Theater stammt auch von dieser Großmutter.

Ganz sicher sogar. Meine Großmutter ist im Fasching auf den Viktualienmarkt gegangen und hat sich als Mann verkleidet, als Lebensmittelprüfer. Dann hat sie an den Ständen herumgemäkelt: Die Eier seien zu klein, weil die Hennen zu schlecht gefüttert würden, die Bananen zu krumm, die Tomaten nicht reif. Sie hat die Leute zum Lachen gebracht. Jedes Mal hat sie sich anders verkleidet, und die Händler haben schon darauf gewartet, dass der Lebensmittelprüfer wiederkommt. Ich durfte mit, vielleicht sechs Jahre alt, und dachte: Wie schön ist es, Menschen zum Lachen zu bringen. Das ist geblieben. Vielleicht steckt darin schon alles, was ich später gemacht habe. Vor der Kamera und heute für RETJA geht es im Kern um dasselbe: Menschen zusammenbringen, ihnen einen Moment schenken, in dem sie nicht allein sind.

Können Sie selbst Bridge spielen?

Nein. Ich kenne Bridge nur vom Hörensagen; es gilt als kompliziert, und davor habe ich großen Respekt. Eine Freundin von mir spielt und schwärmt, wie sehr es dem Gedächtnis hilft und den Kopf fit hält. Das glaube ich

sofort. Bridge hält das Gehirn jung, so wie mich meine Rollen jung halten. Andere wundern sich, wie ich mir all die Texte merke. Das ist reines Training, und Bridge ist Gehirntaining. Das, wovor alle Angst haben, nicht mehr Herr ihrer Sinne zu sein, hält man damit im besten Fall auf, vielleicht vermeidet man es sogar. Ich finde das einen klugen Ansatz.

Seit 2019 sind Sie Schirmherrin von RETJA. Wie ist das entstanden?

Über meinen Schauspielkollegen Elmar Wepper. Zuerst hatte man ihn für die Schirmherrschaft angefragt. Er wollte sie nicht allein übernehmen, sondern mit einer Frau, und rief mich an. Eigentlich hatte ich abgesagt, wie seit Jahren fast alles: Drei Engagements trage ich bereits, das älteste seit über 30 Jahren die Mukoviszidose-Hilfe, dazu die Welthungerhilfe und die SOS-Kinderdörfer. Doch Elmar blieb hartnäckig, und beim Thema Alter spürte ich, dass es uns alle betrifft. RETJA, „Alter“ rückwärts gelesen, ein Name, den sich jeder merkt.

Ihre eigene Mutter hat viele Jahre in einem Seniorenstift gelebt. Was haben Sie dort über das Alter gelernt?

Meiner Mutter ging es dort gut. Sie war ein aktiver, künstlerischer Mensch, hat gemalt, modelliert und sogar eine eigene Theatergruppe gegründet. Unter Einsamkeit hat sie nicht gelitten, im Gegenteil. Sie zog aus eigenem Entschluss früh in die Einrichtung, mit dem Argument, ich sei durch meinen Beruf ohnehin ständig unterwegs und selten für sie da. Erst erschrak ich, dann war ich froh, weil sie sich dort so wohlfühlte. Doch ich sah auch die anderen. Jene, die nur zum Mittagessen aus dem Zimmer kamen und mit niemandem sprachen. Wenn der Partner stirbt, wenn die Beine nicht mehr wollen, wenn die Kraft fehlt, sich aufzuraffen, verliert ein Mensch rasch den Anschluss. Das habe ich aus nächster Nähe erlebt. →

Was kann Einsamkeit im Alter noch konkreter bedeuten?

Ich bekomme Autogrammwünsche, in denen Menschen schreiben: Ich stelle Ihr Bild auf meine Kommode, und jeden Morgen rede ich mit Ihnen. Dann denke ich: Wie einsam muss dieser Mensch sein? Ich bin für ihn ein Fremder. Man kennt mich aus dem Fernseher, der im Wohnzimmer steht. Und morgens sagt ein solcher Mensch zu einem Foto: Guten Morgen, Michaela, was ist heute los, hilf mir, mir geht es schlecht. Er redet mit einem Foto, aber eigentlich mit der Wand. Das ist eine Krankheit unserer Zeit. Deshalb haben wir während Corona die Telefonengel gegründet. Inzwischen haben sich bundesweit über 2.000 Patenschaften daraus entwickelt. Wer Zeit hat, ruft regelmäßig einen Menschen an, der allein ist. Entscheidend ist die Verlässlichkeit: Man darf niemanden ein zweites Mal enttäuschen.

Warum passt ausgerechnet Bridge zu RETJA?

RETJA hat vier Themen: Einsamkeit, Demenz, Teilhabe, Alt und Jung. Bridge trifft alle vier. Man spielt zu viert, bleibt im Kopf beweglich, und Junge wie Alte können am selben Tisch sitzen. Nur darf man sich nicht täuschen: Die Menschen, um die es uns geht, kommen nicht von allein zum Tag der offenen Tür. Das ist nicht ihre Welt. Viele sind über keine Website und kein Handy erreichbar; schon das Online-Banking und jedes Passwort überfordert sie. Deshalb funktioniert bei uns nur der persönliche Weg. Wir müssen sie an die Hand nehmen, sie zum Kartenspiel führen, die Lust in ihnen wecken und sie dadurch wieder unter Menschen bringen. Ich stelle mir ein Schnupperangebot bei uns im Haus vor, wo die Leute sich schon auskennen. Sobald sich genug Interessierte gemeldet haben, übernimmt jemand die Anleitung, und aus Einzelnen wird eine Gruppe. Es geht uns nicht darum, dass jemand einmal hineinschnuppert, sondern dass die Menschen wieder zueinander finden.

Sie setzen sich für ein Thema ein, mit dem man keine Preise gewinnt.

Das stimmt. Es ist schwierig, Sponsoren für Senioren zu finden. Für ein Kinderprojekt sind alle sofort bereit, da macht man gern ein Foto in der Mitte der Kindergruppe. Ein Kinderlächeln ist verlockender als das Lächeln eines alten Menschen. Dabei gibt es durch die Überalterung längst mehr Menschen über 65 als kleine Kinder. Ich bin selbst gelernte Erzieherin, und ich finde: Die Menschen, die sich um andere kümmern,



Zur Person

Michaela May, geboren 1952 in München, gehört zu den bekanntesten Schauspielerinnen des Landes. Bekannt wurde sie unter anderem durch die „Münchner Geschichten“ und den Münchner „Polizeiruf 110“, dazu kamen über vier Jahrzehnte zahlreiche Film- und Fernsehrollen. 2022 erschien ihre Autobiografie „Hinter dem Lächeln“. Als junge Frau hat sie zunächst Erzieherin gelernt. Später absolvierte sie noch eine Schauspielschule. Seit 2019 ist sie gemeinsam mit dem 2023 verstorbenen Elmar Wepper Schirmherrin des Münchner Vereins RETJA, der sich gegen die Vereinsamung im Alter engagiert. Zu ihren langjährigen Engagements zählen außerdem die Mukoviszidose-Hilfe, die Welthungerhilfe und die SOS-Kinderdörfer.

(Fortsetzung nächste Seite) →

sind bei uns unterbezahlt und unterbewertet, obwohl sie die wichtigste Arbeit machen. Ich mache das, weil ich im Leben so viel Gutes erfahren habe und etwas weitergeben möchte. Wenn bei einer Kinovorstellung die Leute kommen, mich umarmen und sagen: Vielen Dank, Frau May, dass Sie das machen, dann ist das die Belohnung.

2023 ist Elmar Wepper gestorben, Ihr Mit-Schirmherr. Was hat das für RETLA bedeutet?

Ein großer Verlust, persönlich und für die Arbeit. Elmar und ich standen schon 1986 zusammen vor der Kamera, bei „Irgendwie und Sowieso“. Diese Verbindung hat ein Leben lang gehalten, und dass wir das Alter am Ende gemeinsam zu unserem Thema gemacht haben, war für mich eine schöne Fortsetzung. Es ist gar nicht einfach, einen Nachfolger für ihn zu finden, weil die meisten in meinem Alter schon ihr eigenes Projekt haben. Inzwischen haben wir aber zum Glück zwei gewonnen: Leo Reisinger, ein junger Schauspieler, und Traudl Siferlinger, die viele aus dem Bayerischen Rundfunk

kennen. Wir machen es jetzt zu dritt, wobei ich immer noch an vorderster Front stehe. In seinem Namen vergeben wir seit zwei Jahren den Elmar-Wepper-Preis, mit dem wir jedes Jahr ein besonderes Seniorenprojekt auszeichnen. So bleibt er ein Teil der Arbeit.

Woran würden Sie merken, dass sich die Zusammenarbeit mit dem Bridge-Verband gelohnt hat?

Bei einem Sozialprojekt können Sie sich nicht am Profit ausrichten, sondern am sozialen Zusammenhalt. Die Frage ist: Haben wir es geschafft, Menschen wieder ins Leben zurückzuführen? Wenn durch das Kartenspiel neue Gruppen entstehen, wenn zwei sich ihre Telefonnummern geben und keinen Paten mehr brauchen, wenn vielleicht sogar eine Freundschaft oder mehr daraus wird, dann hat es sich gelohnt. Die Liebe hört nicht mit siebzig auf. Am Ende geht es um genau das, was ich als Kind bei meiner Großmutter gespürt habe: wie schön es ist, unter Menschen zu sein.

Frau May, herzlichen Dank für das Gespräch.