Transkript Podcast #BayernGemeinsamStark, Folge 20

Viele, die das erleben, dass sie jemanden verlieren, den sie in ihrem Leben eben geliebt haben oder aus der Familie. Das passiert uns ja allen. Aber dass man loslassen muss und das weggepackt. Man trägt den Schmerz des Verlustes sein Leben lang sowieso in sich. Aber man darf ihn nicht überhand nehmen lassen über das, was in der Gegenwart passiert. Weil sonst verliert man die schönen Dinge.

Man sieht die dann nicht vor lauter Leid und Mitleid mit sich selbst verliert man den Blick offenzuhalten für den Moment, für den Augenblick. Ich schreibe immer, genieße den Augenblick. Bayern gemeinsam stark. Der Podcast mit Menschen, die uns inspirieren.

Herzlich willkommen zu Bayern! Gemeinsam Stark. Heute bin ich wieder hier. Lena Prieger und wir sprechen in diesem Podcast mit Menschen aus Bayern. Menschen, die Bayern ausmachen. Die Bayern bewegen und inspirieren. Heute zu Gast: Eine Frau, die als die Ur-Münchnerin schlechthin gilt. Die Schauspielerin Michaela May. Herzlich willkommen! Ja, hallo. Ich darf dich kurz vorstellen, Michaela. Gerne. Hinterher sagst du mir, ob alles richtig ist.

Michaela May wird im März 1952 als Gertraud Elisabeth Berta Franziska Mittermayr in München geboren. Genannt wird sie aber Traudi. Sie ist das dritte Kind nach zwei Brüdern. Acht Jahre später bekommt sie noch eine kleine Schwester. Mit sechs Jahren wird sie beim Ballett für Werbeaufnahmen entdeckt. Erste Filmrollen kommen, als sie neun ist, und Traudi

wird ein Kinderstar. Auch als Jugendliche wird sie weiter regelmäßig angefragt, schließt aber trotzdem die Fachschule für Sozialpädagogik und eine Ausbildung zur Erzieherin ab.

Außerdem besucht sie die Schauspielschule, dreht Filme und spielt Theater. Ihren heutigen Namen Michaela May hat sie sich mit etwa 16 Jahren selbst ausgesucht. In den 70er und 80er Jahren dreht sie mit Helmut Dietl die Kultserien Münchner Geschichten, Monaco Franze und Kir Royal. Danach folgen unzählige Film- und Fernsehproduktionen und immer wieder auch Theaterengagements. Ihre Rolle im Polizeiruf 110 beschert Michaela May den Titel Ehrenkommissarin der Bayerischen Polizei.

Sie engagiert sich außerdem seit Jahrzehnten für Mukoviszidose-Patienten, die Welthungerhilfe und ist Schirmherrin vom Verein Retla, der sich in der Seniorenhilfe einsetzt. Seit dem Jahr 2007 ist sie Trägerin der bayerischen Sozialmedaille. Im Jahr 2022 veröffentlicht Michaela May ihre Autobiografie "Hinter dem Lächeln", in der sie sehr offen über ihre Familiengeschichte berichtet. Michaela May hat zwei erwachsene Töchter, ist seit 20 Jahren in zweiter Ehe mit dem Regisseur Bernd Schadewald verheiratet und lebt in München.

Ja, fast richtig alles. Ja, ich habe mir meine meinen Namen nicht selber ausgesucht. Das war eigentlich eine Idee meiner Agentur damals. Das war in den 68er Jahren. Da war der Name Mittermaier belegt von drei sehr bekannten Schwestern, Skifahrerin nämlich Rosi, Heidi, Evi, Mittermaier, die ich auch alle drei sehr gut kenne oder kannte. Und da hat die Agentur dann gesagt: Du bist jetzt kein Kind mehr.

Als Kind hatte ich eben auf den ganzen Plakaten und im Nachspann - wenn man heute Heidi sieht, wo ich die Klara gespielt habe oder Onkel Toms Hütte mit OW Fischer noch - da steht Gertraud Mittermayr. Und als ich dann ins jugendliche Alter kam und keine Kinderrollen mehr hatte, haben die gesagt: So, wir wechseln das jetzt. Da hatte ich dann auch eine Agentur, die das dann gemacht hat. Die hat gesagt, dann nehmen wir aus dem Mittermayr, dieses Bayerische, ohne das e hinten.

da nehmen wir das "May" raus, das schaut doch gut aus. Und dann habe ich gesagt, dann will ich aber auch nicht Gertraud heißen, weil die Tapfere mit dem Schwert,diese germanische Anmutung dieses Namens mochte ich nie, obwohl man mich auch nie Gertraud, sondern Traudi nannte. Selber ausgesucht habe ich mir nur den Vornamen, nämlich Michaela.

Das war das einzige, was ich dann bestimmt habe. Bevor wir gleich einsteigen ins Gespräch, Michaela, möchte ich dir ein paar Fragen stellen mit der Bitte um eine kurze Antwort, wenn's

geht. Denn dieser Podcast heißt "Bayern gemeinsam stark". Was bedeutet Bayern für dich? Bayern ist ein warmes Gefühl für mich. Wo erlebst du Gemeinschaft und welchen Wert hat sie für dich?

Gemeinschaft habe ich ganz früh schon toll erlebt in meiner Familie. Als Hauptsache ist für mich die Gemeinschaft immer noch meine Familie, inzwischen meine Enkelkinder und meine Kinder. Dann auch: Ich habe so einen Freundeskreis. Wir nennen uns Yoga Mädels, weil wir immer einmal in der Woche Yoga machen. Ganz wichtig: Freunde. Und natürlich alles, was mit meiner Arbeit zusammenhängt.

Als Schauspieler ist man ja immer in einer großen Gruppe von Menschen eingebunden und das ist auch immer ein bisschen wie eine Familie, die sich dann immer wieder auflöst und anders zusammenkommt. Aber auch da fühlt man sich irgendwo für einen Zeitraum, für einen gewissen, ganz eng verbunden. Was ist deine Stärke? Was können Menschen von Michaela May lernen?

Auweia! Sich selbst zu beurteilen ist immer wahnsinnig schwierig, finde ich. Aber ich glaube, meine Stärke ist die Menschenliebe, dass ich auf Menschen zugehe und mich nicht verschließe. Sondern eigentlich immer aufmache und versuche, denjenigen zu verstehen, der mir begegnet. Und generell Menschen zu mögen, das ist ganz wichtig. Du hast gerade schon gesagt, wie wichtig Familie für dich ist.

2019 ist deine Mutter Anneliese gestorben. Das war eine sehr enge, liebevolle Beziehung. Und du hast dich daraufhin noch mal ganz intensiv mit deiner Familiengeschichte beschäftigt und die Biografie geschrieben "Hinter dem Lächeln". Die ist im Piper Verlag erschienen. Du beschreibst eine sehr, sehr glückliche Kindheit mit viel Kreativität, mit viel Zeit, mit den Geschwistern in der Natur. Du würdest heute sagen, du hast eine richtig schöne Kindheit gehabt, oder?

Ich habe eine traumhafte Kindheit gehabt. Mir war das ganz wichtig, weil ich dann ja später einfach ein großes Schicksal erlitten habe. Zu zeigen, dass das nicht unbedingt abhängig ist von der Erziehung oder wie man aufgewachsen ist, von den Eltern. Ich hatte wirklich sehr kreative, liebevolle, wunderbare Eltern und wir hatten eben so ein Wochenendhäuschen, wo wir sehr mit der Natur verbunden waren.

00:07:18:18 - 00:07:42:15
Unknown

Meine Eltern haben sich viel oder ausschließlich am Wochenende mit uns beschäftigt. Ich war viel mit meinem Vater in den Bergen. Als Kind mochte ich das. Später dann, als Jugendliche, war mir das a bissl fad. Aber trotzdem. Von meiner Mutter habe ich gelernt, welche Pilze es gibt, wie man Pflanzen anpflanzt, wie man erntet, wie schön das ist, wenn man es anfängt zu blühen und zu wachsen.

Wie das Gras riecht, wenn es mit der Sense geschnitten ist. Damals, nicht mit dem Roboter. Wir haben viel im Wald gespielt, einfach mit der Natur. Ich habe sehr viel mit der Natur gelebt und es prägt mich auch heute noch. Das eine ist die Liebe zur Natur, die du sehr schön beschreibst.

Diesen Zauberwald, in dem ihr da als Kinder ganz frei spielen konntet und einfach wirklich wild durch die Gegend geräubert seid und Freiheiten hattet und euch austoben konntet. Und von der du ja bis heute auch wirklich zehrst - von dieser Liebe zu Natur. Und das andere ist die Kreativität deiner Mutter, also das, was dich dann ein Stück weit auch in deinem Beruf getragen hat.

Das lag tatsächlich auch schon in deiner Familie, denn da wurde nicht nur viel gemalt und gebastelt und deine Mama hat sich wahnsinnig viel mit euch am Küchentisch beschäftigt, sondern es wurden auch regelmäßig Aufführungen gemacht und Verkleidungen gebastelt und so. Ja, in unserer Familie gab es keinen Geburtstag, wo nicht bekannt war "Die Mittermayrs führen wieder was vor". Meine Mutter hat dann Sketche geschrieben oder Ballettaufführung mit meiner Cousine.

Dass wir da getanzt haben oder gesungen. Gstanzln waren immer dabei, bei jedem Geburtstag, die sie gedichtet hat und mit ihrem Akkordeon begleitet hat. Mein Vater mit der Gitarre. Die beiden - auch meine Eltern beide - haben immer irgendwelche witzigen Sachen aufgeführt. Mein Vater ist gerne als Frau verkleidet gegangen, zum Beispiel oder meine Mutter als Mann.

Ja, und sie haben uns immer eingebunden und von Anfang an eben habe ich gelernt, was es heißt...auch von meiner Oma, die immer verkleidet am Faschingsdienstag auf den Viktualienmarkt gegangen ist und sich als Herr verkleidet hat und gesagt hat "Ich bin der Prüfer für die Lebensmittelläden, ist Lebensmittelprüfer" hat sie gesagt und ist dann immer von Stand zu Stand gegangen.

Und sie kannten sie schon, haben immer gewartet, dass sie kommt und hat gesagt "Warum sind die Eier so klein? Habt die Hennen nicht richtig gefüttert? Und warum sie an die Gurken so krumm?" Das war immer sehr lustig und da habe ich gemerkt, wie schön es ist, Menschen zum Lachen zu bringen. Und was es für eine Freude macht und wie die Leute eben auch reagieren und sich freuen, wenn man sie zum Lachen bringen kann.

Das war so eine Initialzündung, die sicher in mir ruht. Auch bis heute. Oder die mich zur Schauspielerei auch dann gebracht hat. Ihr seid ja wirklich auch gefördert worden. Also ihr solltet sogar Instrumente spielen als Kinder. Du durftest zum Ballett gehen und tanzen und das war ja eigentlich der Start deiner Karriere. Ja, klar. Also das Musische war meinen Eltern ganz wichtig. Mein Vater war ja Handwerker früher, der war Hafnermeister.

Ein Beruf, den man heute gar nicht mehr kennt. Das sind die Ofensetzer und Kaminbauer, die die Kachelöfen, auch die Kacheln selber machen. Und da gab es sehr viel Ton in unserer Familie. Und meine Mutter hat mit diesem Ton eben Figürliches und ganz tolle Sachen modelliert. Auch Gartenfiguren, speiende Enten, der in einem Brunnen gespeit haben. Oder eine Madonna, die heute noch steht in einer Kirche in Bierdorf bei Dießen, in Riederau auch, wo ich aufgewachsen bin.

Meine Mutter hat viel auch für die Gemeinde gemacht, hat alte Marterl restauriert. Das sind diese Heiligenstationen, die oft am Wegesrand sind. Also die hat sich da auch sehr engagiert, aber hat uns eben auch angeleitet dazu und auch inspiriert. Ich kann leider nicht so gut zeichnen und malen wie meine Mutter, aber die Schauspielerei ist mir eben geblieben.

Dieses Grundstück, in dem deine Liebe zur Natur begonnen hat, sozusagen, liegt am Ammersee. Und ihr habt da zuerst in sozusagen einem Hühnerstall gewohnt, am Wochenende. Ja, das war ein Grundstück, das war nicht direkt am See, zehn Minuten zum See zu Fuß, da waren nur Bäume und einn Hühnerstall. Und mein Vater hat es ausgebaut. Dann immer mehr, noch was dran gebaut und noch was. Und später dann haben sie dann selber - mein Vater selber geplant und auch gebaut - ein Steinhaus gebaut.

Aber zunächst war es eben nur ein Holzhüttchen und es war sehr romantisch. Aus der heutigen Sicht hat mich das auch sehr geprägt. Sehr einfach. Wir hatten auch kein Wasser. Wasseranschluss wurde erst später dazu gemacht. Wir hatten keine Toilette. Hinten ein Klo, ein Plumpsklo. Dann einen Brunnen mit dem Wasser, kein Eisschrank, keine Elektrizität erstmal. Sondern wir hatten so einen Kellerverschlag, den man aufmachen konnte.

Der war dann ausgelegt, damit es kühl bleibt da drin. Alles solche Dinge. Das war nach dem Krieg. Es war in den 50er Jahren, da hatte man noch nicht so viel. Und als du deine ersten Rollen gespielt hast in den 60er Jahren, habe ich gelesen, hat deine Familie manchmal zu dir zu Hause gesagt "Jetzt sei nicht so filmig!". Wenn du vom Film kamst und vielleicht so ein bisschen diese Art oder Attitüde der Filmwelt mit reingebracht hast. Ja, die haben mich halt immer wieder auf den Boden der Realität zurückgezogen.

Und das war für mich als Kind auch ganz wichtig. Weil von außen kriegst du dann irgendwie natürlich ein Feedback von Leuten, die sagen: "Was! Toll! Warst du im Film! Wo warst du denn wieder? Oh, Jugoslawien" - hieß es damals noch. "Wahnsinn! Und du bist geflogen im Flieger!" Das war auch noch ganz was Tolles. Bei Heidi bin ich immer - das haben wir in Wien gedreht - zum größten Teil mit dem Flieger geflogen.

Das waren damals noch die Turbopropmaschinen mit dem Propellern. Damals war Fliegen noch was ganz was Außergewöhnliches. Und meine Eltern haben aber immer, wenn ich nach Hause kam und irgendwie gedacht habe, ich bin was Besseres, gesagt: "Na, jetzt putz mal deine Schuhe" oder "Du bist jetzt dran mit dem Abspülen und mit dem Abtrocknen".

Denn wir hatten so einen Plan, welches Kind in welcher Woche was zu tun hatte. Und da haben sie eben gesagt "Sei nicht so filmig und macht des jetzt." Und es hat mir sehr gut getan, weil ich einfach wieder gemerkt habe, der Alltag ist für mich genauso wie für meine Geschwister und für alle anderen Kinder auch. In der heutigen Zeit finde ich das wahnsinnig schwierig, dass durch die Medien jemand so hochgepuscht wird, oft in sehr jungem Alter, dass er glaubt, er ist jetzt irgendwie in einer anderen Sphäre. Und dann oft ganz hart landet, wenn plötzlich irgendwie der Erfolg nicht mehr da ist.

Es sind ja oft so Eintagsfliegen, dass man durch irgendeinen ein Song oder ein Buch oder irgendeinen Instagram-Auftritt plötzlich eine Öffentlichkeitsaufmerksamkeit kriegt, die einen glauben lässt, man ist was Besseres. Und das, finde ich, ist total gefährlich. Also, das war für mich sehr gesund, auch dann noch immer in der Schule zu sein. Und als ich die Schule aufhören wollte, im Alter von 16, in der zehnten Klasse - da wollte ich dann mal aufhören, weil die in der Schule auch plötzlich gesagt haben "Oh, unser Filmstar, was weiß ich denn, wie toll."

Die Lehrer fanden das auch aufregend und haben mir immer gesagt, ich soll berichten von den Filmaufnahmen. Und die waren natürlich sauer, weil ich habe keine Schulaufgaben mitgeschrieben. Ich kam nur zum Nachschreiben in die Schule und sie mussten jeden Tag in die Schule gehen. Und fanden das dann irgendwann nicht mehr so lustig. Und da wurde ich so

ein bisschen gemobbt, wo ich dann gesagt habe: Naja, dann gehe ich halt nicht mehr in die Schule, dann werde ich halt wirklich Filmstar.

Aber das war dann eine blöde Filmzeit in den 68er Jahren. Das war noch vor dem Literaturverfilmungen. Das waren diese kleinen Lustspielfilmchen..."Wenn die tollen Tanten kommen". Dann war es Karl May. Oder Lümmel-Filme oder Krimis. Einen Lümmel-Film habe ich noch gemacht. Dann "Pepe, der Paukerschreck". Und den Krimi "Jerry Cotton - Todesschüsse am Broadway".

Und dann kam ein Drehbuch an, das hieß "Grimms Märchen für lüsterne Pärchen". Das waren dann diese leichten Sexfilmchen, "Der Maler mit dem goldenen Pinsel" oder "Komm doch, mein liebes Vögelchen". Und da wollte ich nicht mehr mitspielen und hab dann gedacht: Nee, ich will eigentlich auch wieder wie meine Freundinnen dazugehören. Und bin dann auf die Fachschule für Sozialpädagogik gegangen und hab die Ausbildung als - damals hat man gesagt Kindergärtnerin.

Heute heißt es Erzieherin - gemacht, drei Jahre lang. Ich habe vier Jahre dazu gebraucht, weil ich das Praktikum in zwei Jahren gemacht habe und immer wieder zwischendurch doch gedreht habe und Theater gespielt habe. Aber ich habe die Ausbildung fertig gemacht. Ich bin also staatlich geprüfte Erzieherin. Und du wärst sehr gefragt heutzutage, denn es gibt einen großen Fachkräftemangel in dem Bereich. Und deswegen gibt es auch zum Beispiel ein Quereinsteiger-Programm vom Sozialministerium für Menschen, die tatsächlich aus anderen Berufen sagen, sie möchten gerne in diese Sparte.

Könnte ich da in meinem Alter wieder einsteigen? Auch als sogenannte Rentnerin? Mit Sicherheit, gerade da. Und da kommen wir ja später noch mal drauf, wie wichtig eigentlich diese Verknüpfung der Generationen ist und wie sehr beide Seiten davon profitieren, darüber sprechen wir auf jeden Fall noch. Also, ich bin mir sicher, es gäbe wenige Münchner Kindergärten, die dich ablehnen.

Du beschreibst in deinem Buch auch sehr offen, wie du alle deine drei Geschwister durch Suizid verloren hast. Und das innerhalb von acht Jahren. Ihr habt da in der Familie kaum drüber gesprochen, deswegen auch jetzt nach so langer Zeit erst ein Stück weit diese Aufarbeitung von dir. Deine Eltern, für die war das wirklich die einzige Möglichkeit, diese Schicksalsschläge durchzustehen, in dem sie nicht darüber reden, die Wunden nicht immer wieder aufkratzen.

Das war damals einfach auch schwer und unerklärlich, wie so was passieren kann. Damals war die Psychotherapie und die Behandlung von Depressionen und seelischen Schwierigkeiten noch schwer zu finden: Weil die Therapeuten, die es heute gibt und die Psychologie hat einen ganz anderen Raum heute, damals gab es noch nicht das Max Planck Institut. Das war dann erst, als mein Bruder schon krank war.

65 wurde das erst eröffnet, glaube ich, in München, in der Kraepelinstraße. Und es war schwierig für die, uns das zu erklären. Der Psychologe, der bei uns zu Hause war, der Psychiater, der hat gesagt, mein Bruder hätte wahrscheinlich eine nervliche Belastung, weil er so viel gewachsen ist in einem Jahr. Darum sind die Nerven nicht mitgewachsen, und darum ist er depressiv geworden.

Das waren damals so ganz simple Erklärungen. Da sieht man, wie wenig weit man damals noch war. Eben überhaupt jemand zu finden, der das behandelt. Es war schwierig. Ja, warum haben wir nicht drüber gesprochen? Ich war ja damals beim ersten Bruder, der starb, das war der zweitälteste, da war ich zwölf, als er krank wurde und als er starb.

Es war alles zwischen zwölf und 20, da ist es passiert. Und ich habe dann schon viel gedreht, war viel weg. Und meine Eltern haben versucht, mich und auch meine Schwester, die damals noch ganz klein war, möglichst fern zu halten davon und uns auch nicht so zu belasten mit ihren eigenen Sorgen. Die haben immer nur gesagt, die sind nervenkrank.

Also auch mein anderer Bruder später dann, da hieß es, der ist nervenkrank. Bei meiner Schwester war ich dann schon alt genug, da waren es dann eher die Drogen. Das waren drei verschiedene und sehr unterschiedliche Geschichten, wie es dazu kam. Aber es waren auch Folgetaten von meinen Geschwistern, mit Sicherheit. Meine Eltern - man kann sich vorstellen, ich bin ja auch Mutter von zwei Kindern,

was es für Eltern heißt. Ich war die Schwester und eben ein bisschen weiter draußen. Meine Mutter hat nur immer auch später gesagt, wenn der Todestag war oder der Geburtstag meiner Geschwister: "Ich weiß schon, hat sie mir gesagt, ich weiß schon, dass es heute ist, aber lass uns lieber malen gehen. Ich möchte nicht drüber reden. Und es hat sie immer belastet. Und meinen Vater auch.

Mein Vater ist früher gestorben. Die haben sich sehr geliebt und es damit, glaube ich, sehr gut verarbeitet. Auch mit ihrer Religion oder ihrer Gläubigkeit, dass sie sie wiedersehen. Die ich leider nicht teilen kann. Für mich ist es eigentlich viel schwieriger, weil ich glaube nicht, dass

ich sie wiedersehe, sondern dass das Leben, das wir hier führen, dass wir hier den Sinn zu erfüllen haben und nicht in einer virtuellen Welt, die wir nicht kennen. Aber ich muss sagen, dass ich das gut verstehen kann und dass ich es auch wichtig finde und es für mich immer noch ist, obwohl ich es jetzt geschrieben habe:

Sich nicht allzu viel von der Vergangenheit einholen zu lassen und zu belasten mit dem, was man in seinem Rucksack so mitträgt. Und dieses Buch hat gezeigt, dass das anscheinend so ein Haltegriff ist für viele, die das erleben, dass sie jemanden verlieren, den sie in ihrem Leben eben geliebt haben oder aus der Familie. Das passiert uns ja allen.

Aber dass man loslassen muss und das wegpackt. Man trägt den Schmerz des Verlustes sein Leben lang sowieso in sich, aber man darf ihn nicht überhand nehmen lassen über das, was in der Gegenwart passiert. Weil sonst verliert man die schönen Dinge. Man sieht die dann nicht vor lauter Leid und Mitleid mit sich selbst, da verliert man, den Blick offenzuhalten für den Moment, für den Augenblick.

Ich schreibe immer, genieße den Augenblick, weil das ist so wichtig, dass man das eben weggepackt in ein Kästchen, das in seinem Herzen auch Platz hat, der Schmerz, den man ja nicht wegdrücken kann und auch nicht soll. Aber man muss sie nicht immer wieder rausholen und sich selbst bemitleiden und sagen "Ich habe so ein schweres Leben, ich habe ja so ein Schicksal, ich habe ja so schreckliche Sachen erlebt". Sondern im Gegenteil eher zukunfts-, aber vor allen Dingen gegenwartsaufmerksam

zu sein. Dass man die schönen Sachen, die wir hier haben, oder die Sachen, die man noch vorhat, zu machen, dass man sich darauf konzentriert und nicht auf das, was das Leben schwer macht und das, was einem alles passiert ist im Leben. Für dich war wirklich die Erkenntnis oder das, was sich danach durchgesetzt hat, bei dir: Ich will leben und jetzt will ich erst recht leben. Ein Stück weit vielleicht sogar für meine Geschwister mitleben.

Na ja, natürlich haben die mich auch in der Kindheit erfüllt. Oder gefüllt mit ihrer unterschiedlichen Art. Mein einer Bruder war technisch sehr begabt, das bin ich leider gar nicht. Aber den mochte ich sehr gern, weil der hat alles in unserer Familie sozusagen erkämpft als erster, mein ältester Bruder. Wann man weggehen darf und wie lang. Und dass man sich auch mal dagegen auflehnt gegen die Eltern.

Dass man eben nicht alles gut finden muss, was die Eltern gut finden. Das habe ich sehr bewundert. Er war der erste, der nicht mit ging in die Kirche und das angezweifelt hat. Ich

habe das alles erst mal als Kind so genommen und alles geglaubt, was meine Eltern gesagt haben. Dieses auch mit Kritik den Eltern gegenüber stehen.

Mein anderer Bruder war musisch sehr begabt, er konnte auch sehr gut malen, Geige spielen. Meine Schwester hat unheimlich tolle Gedichte geschrieben, also auch die haben mich sehr viel inspiriert in ihrer Art, weil ja jeder Mensch einem etwas mitgeben kann. Und das ist sicher auch noch in mir aus der Zeit. Das trägt man ja immer mit in sich.

All das, was man erlebt hat mit dem Menschen, auch wenn er gegangen ist, das macht einen ja aus. Und so hoffe ich auch, dass ich was weitergeben kann, was meine Kinder und Enkelkinder dann mit tragen können und sie ausmacht. Apropos deine Kinder: Du warst tatsächlich, als deine kleine Schwester Gundi sich das Leben genommen hat, im fünften Monat schwanger mit deiner ersten Tochter.

Wie sehr hat das geholfen? Wie sehr hat das den Fokus vielleicht auch woanders hin gelegt? Ja, das war natürlich gefährlich. Weil es mich unheimlich erschüttert hat. Und alle hatten sich bemüht und Angst um mich. Auf der anderen Seite war das mein erstes Kind und ich hatte nur Angst, dass diese Sorge und die Angst - es hat sich ja schon so angebahnt durch ihre Drogengeschichte, dass das immer schlimmer wurde und ich auch versucht habe, das abzuwenden, aber nichts machen konnte, weil sie schon so verschlossen war.

Auch dass ich Angst hatte, das Kind zu verlieren. Oder dass das Kind im Mutterleib vielleicht auch von meinen ganzen Ängsten was mitkriegt, Schaden nimmt. Meine Freunde, bei der Beerdigung haben die gesagt: Nee, du gehst da nicht hin, du musst mit uns. Sie sind mit mir weggefahren. Ich musste meine Eltern da alleine lassen, aber es hat wahrscheinlich auch seine Richtigkeit gehabt.

Die Geburt meiner ersten Tochter hat aber für meine Eltern und auch für mich gezeigt, dass wieder neues Leben kommt. Und dass nicht alles geht und dass es nicht so wie eine Eintagsfliege alles jetzt rundherum stirbt. Das hatte so ein Gefühl "Jetzt noch mal jemand, das packe ich eigentlich gar nicht". Sondern da kommt wieder Neues Leben und die Konzentration auf dieses Kind und dieses neue Leben hat uns alle so viel Hoffnung und so viel Licht und so viel Freude gebracht, dass diese Dunkelheit dadurch plötzlich wieder heller wurde.

Und man irgendwann auch darüber hinwegkam. Deine Mutter hat auch eine ganz wichtige Rolle gespielt in der Erziehung deiner Kinder. Sie war eine ganz engagierte Oma und du hast ja tatsächlich immer weitergedreht, immer weiter gearbeitet, auch als du deine Kinder

bekommen hast. Der Vater deiner Kinder, dein erster Mann Jack Schiffer, der hat sich sehr intensiv engagiert mit als Vater.

Also ihr habt, glaube ich, eine relativ moderne Ehe geführt. Ja, er war oder ist Anwalt und war natürlich dadurch in München und immer da. Und wir hatten immer mit dem Kindermädchen auch eine Hilfe. Aber es war wichtig, dass einfach einer immer da ist und dadurch hatte ich die Freiheit. Damals habe ich sehr viel auch auswärts gedreht, nicht nur die ganzen Münchner Serien, sondern auch viel im Ausland.

Und da konnte ich auch weg, weil er abends immer da war. Und dass die Kinder eben bevor sie ins Bett gehen - Kinder sprechen über ihre Probleme nicht, wenn man sie fragt: Hast du ein Problem oder so? Sondern das kommt ja so jeden Tag zwischendurch raus. Und dass da immer einer da ist, der wirklich einer der Eltern ist, das war ganz wichtig: Kann natürlich auch das Kindermädchen sein.

Aber dass man mitkriegt, was ist in meinem Kind, was passiert so in der Schule oder im Kindergarten? Oder wo hat es Probleme. Dass man da die Aufmerksamkeit hat, weil man da ist. Es ist schwierig sonst für einen, dass man wirklich herausfindet, was braucht mein Kind im Moment? Wichtig sind Bezugspersonen und das können eben verschiedene Menschen sein.

Das muss nicht nur die Mama sein. Das kann auch die Oma sein. Ich hab ein ganz tolles Verhältnis. Gerade mit dem Kind, das in München ist, mit dem Enkelkind. Drei Leben in London, da bin ich nicht so nah dran. Das merke ich auch, weil ich einfach nicht immer da bin. Und den in München sehe ich sehr viel.

Und der ist auch sehr auf mich gepolt. Ich hol ihn jetzt dann nachher auch gleich wieder ab, weil seine Mutter hat Homeoffice und der Kindergarten ist heute unterbelegt, da wird man angerufen "Können Sie das Kind vielleicht zu Hause lassen?" Und ja, so ist es. Ich sage es ja, die brauchen dich im Kindergarten.

Ich mach das auch wahnsinnig gerne. Natürlich. Und freue mich immer, wenn der so strahlend auf mich zuläuft. Das ist das größte Geschenk. Und so ging es deiner Mutter auch, glaube ich. So wars für meine Mutter auch. Ja, die waren noch zu zweit. Mein jetziger Mann macht natürlich auch mit, aber hauptsächlich bin ich die, die das auch anstrebt, weil es meine Enkelkinder sind.

Jetzt habe ich gerade schon gesagt, Du hast deinen Beruf, der ja wirklich Leidenschaft und Erfüllung ist bei dir, immer weiter ausgeübt. Also immer auch geschaut, dass du was für dich tust. Und du hast ja eigentlich alles gespielt. Eine Liebe für jedes Genre, eine Liebe fürs Theater, Film, Fernsehen, mit wahnsinnigen Regisseuren gearbeitet. Du hast jetzt, das ist glaube ich, so ein bisschen, wie wenn sich ein Kreis schließt, mit dem Sohn von Helmut Dietl wieder gearbeitet.

Ja, ich habe einen Kinofilm gemacht "Ein Münchner im Himmel". Der aktuell im Kino läuft. Ja, und das ist der Sohn David Dietl von Helmut Dietl, den ich nur als Kind kannte oder kennengelernt habe. Später, meine älteste Tochter ist so alt wie er, und die kennen sich über die Kreise damals, Tanzkurs oder ich-weiß-nicht-was, aber als die Anfrage kam, habe ich mir gedacht: Ach, hoffentlich darf ich das machen.

Ich musste ja auch casten, wie man das heute machen muss und habe dann die Rolle spielen dürfen. Eine sehr lustige Rolle. Eine esoterische Schwiegermutter vom "Münchner im Himmel". Mehr will ich nicht verraten. Meine Tochter ist die Hannah Herzsprung. Und ja, er sieht aus wie sein Vater, wie der Helmut Dietl. Er hat eine Stimme wie er und lacht auch wie sein Vater, vor allen Dingen und immer in der Früh, wenn er reinkam.

Ich habe seine Stimme gehört, da hab ich wirklich gedacht, der Helmut Dietl kommt um die Ecke. Er ist viel ruhiger und ruht mehr in sich als der Helmut. Und ja, er macht es ganz toll. Ist auch ein lustiger Film geworden. Nach dieser Geschichte von Ludwig Thoma, der Kofferträger, der in den Himmel kommt, weil er sich überarbeitet hat am Bahnhof und der aber dann nicht bleiben will, sondern gerne wieder runterkommt.

Und bei uns ist es in dem Fall ein Taxifahrer. Die Geschichte ist also nur die Grundlage dafür, der auch so sein Unwesen treibt auf dieser Erde und dann einen Unfall hat und in den Himmel kommt und auch da nicht bleiben will. Das ist der Maxi Brückner. Und sein Vater - der kommt ja in der normalen Geschichte vom Thoma gar nicht vor -

das ist der Heiner Lauterbach. Also unbedingt ins Kino gehen. Es ist ein lustiger Film für die ganze Familie. Und witzigerweise, ich habe gedacht, das ist nur was Bayerisches. Aber das ist bekannt bis in Hamburg, dieses "Halleluja, zefix, luja sog ih. Im mog koa Manna saufn. Geh ma weg mit dem Manna!" Das ist sehr in den Köpfen. Bis heute. Nicht nur meine Generation, sondern auch die Jungen kennen dieses "Frohlocken mog i ned". Das kennt man bis in den Norden rauf.

Und schön ist auch, dass es natürlich ein Film ist für alle. Da können alle reingehen. Familienfilm. Du bist gut beschäftigt weiterhin beruflich, das merkt man. Und trotzdem hast du schon seit vielen, vielen Jahrzehnten immer auch Zeit gefunden, dich nebenbei zu engagieren, sozial zu engagieren. Ich glaube, mit der Krebshilfe ging's los. Ja, es ging damals los.

Also in dem Moment, wo die ersten Anfragen kommen, "Können sie sich für uns engagieren?". Das war bei mir die Krebshilfe, die Haunerschen Kinderklinik hier in München. Und ich fand es auch sehr sinnvoll. Da gab es eine Aktion in der Fußgängerzone jedes Jahr an Weihnachten. Die Mütter von krebskranken Kindern haben gebacken und ein Backbuch geschrieben und wir haben es verkauft in der Fußgängerzone. Und Glühwein ausgeschenkt.

Lauter Leute vom Film und Fernsehen, die man kannte. Jede Stunde haben wir abgewechselt. Und es war dann aber medial so wahnsinnig, wurde immer wilder. Da kamen so viele Fotografen, dass die Leute an unseren Stand gar nicht mehr ran kamen und dann gesagt haben: Na ja, das machen die ja sowieso, bloß damit sie in der Zeitung stehen. Und das hat mich dann sehr gestört, dass man in eine Ecke gedrängt wurde, dass man das macht aus Selbstsucht oder um sich gut hinzustellen.

"Ich mache auch was Karitatives". Und das wollte ich dann nicht mehr und hab dann gedacht, ich muss was Eigenes finden und vielleicht was in einer Nische, die nicht so wirklich unterstützt werden. Und das war dann für mich, das ist, glaube ich, fürs Ehrenamt ganz wichtig, dass man, wenn man sich engagiert, etwas macht, womit man eine Beziehung hat, was man kennt, wo man sagt, da kann ich helfen, da muss ich helfen, weil ich weiß, wie es da wirklich aussieht.

Und es war bei mir ein Junge, der hatte Mukoviszidose und wohnte in unserem Haus. er war ungefähr 20, und die Mutter sagte zu mir eines Tages: Sie haben doch eine Tochter, die ist jetzt fünf. Will die nicht ein Instrument lernen? Mein Sohn unterrichtet. Der ist nämlich krank und kann sein Beruf als Musiker nicht ausüben, weil er immer die Konzerte wieder absagen muss.

Der spielt Klavier und Saxofon. Will Ihre Tochter nicht Klavier lernen? Und dann habe ich gesagt: Was hat er denn? Ja, Mukoviszidose. Das ist zwar ein Wort, das konnte man damals noch nicht aussprechen, inzwischen weiß das jeder. Die Krankheit war damals nicht bekannt. Das ist eine Stoffwechselerkrankung der Lunge oder des Blutes. Blut wird nicht gereinigt und dadurch verklebt die Lunge und die Menschen, wenn man es ganz ernst nimmt, ersticken. Können irgendwann nicht mehr atmen.

Es wird versucht, diese Lunge also immer zu reinigen und die Kinder sind damals als Kinder gestorben oder in den Zwanzigern. Also der war schon nah dran. Es gab damals nur die Methode der Lungentransplantation. Man hat damals sehr viel auch schon abgeklopft. Das macht man heute auch gar nicht mehr, dass dieser Schleim rauskommt. Es gab natürlich auch Medikamente, aber lange nicht das, was wir heute haben.

Und es gab vor allen Dingen niemand, der diese Krankheiten unterstützt hat. Man kannte sie nicht. Es gab und gibt davon bis heute ungefähr 8000 Betroffene in Deutschland. Das gehört zu den seltenen Krankheiten. Und die Pharmaindustrie hat gesagt, dass es sich nicht lohnt. Und die Eltern haben gesagt, wir können unsere Kinder doch nicht einfach sterben lassen!

Man muss doch was dagegen tun! Und damals war die Frau Herzog noch Bundespräsidentengattin. Die hat sich schon eingesetzt dafür und hat Kinder vermittelt, die die Krankheit hatten, denn die sind schwerbehindert, dass sie eine Lehrstelle kriegen. Hat Ambulanzen errichtet, weil die müssen keimfrei sein. Das gab es dann auch nur in ein paar Städten. Die Eltern mussten weit fahren mit ihren Kindern.

Die Eltern haben gesagt, wir brauchen Forschung, wir brauchen Gelder, damit wir das erforschen können. Und ich habe dann eben einen Artikel in der Zeitung gemacht, habe diesen Jungen von meinem Haus besucht. Auf Amrum, in einer Klinik, wo die Kinder in der Nähe des Salzwassers immer zur Erholung geschickt wurden. Und ich habe dann eben einen Brief gekriegt

Von den Eltern: "Können sie uns nicht unterstützen? Wir brauchen prominente Hilfe für Gelder für die Forschung." Und die Frau Herzog hat dann gesagt: Ja, engagieren Sie sich doch für die Forschung, ich mache weiter in der Fallhilfe. Und so habe ich Gelder akquiriert. Und heute? Und das ist das, was im Ehrenamt so toll ist, wenn man spürt, dass es greift, dass es hilft.

Und wir haben wirklich heute durch Veränderung der Medikamentierung, dass man was gefunden hat, auch der Behandlung, der Physiotherapie: Das Lebensalter ist bis über 60. Unser Vorstand ist weit über 60, der hat selbst Mukoviszidose. Die Frauen können Kinder kriegen. Wenn sie jemanden haben, der nicht Mukoviszidose hat, werden es auch gesunde Kinder. Denn das ist eine genetische Erkrankung, die übertragen wird.

Man kann gesunde Kinder kriegen. Wenn zwei Leute disponiert sind bei den Eltern aber eben auch ein krankes Kind. Das ist eine schreckliche Krankheit, wirklich. Aber man kann die

Krankheit nicht heilen, aber man kann sie soweit behandeln heutzutage, dass man eben ein fast normales Leben oder zumindest eine fast normale Lebensdauer hat. Und das ist schon mal etwas, was einen so glücklich macht. Wenn man sieht, was es heißt, keine Luft zu kriegen oder nicht atmen zu können.

Das merkt man, wenn man erkältet ist. Für eine kurze Zeit. Aber man kann es gar nicht ermessen, was es für Ängste sind, wenn man keine Luft kriegt. Und da engagiere ich mich immer noch und freue mich, dass es inzwischen wirklich so viel Früchte getragen hat. Und darum habe ich jetzt auch Zeit und Raum gefunden, noch andere Dinge zu unterstützen.

Da hat sich unglaublich viel getan in den letzten 40 Jahren. Ich habe mal gelesen, die Durchschnitts-Lebenserwartung war neun Jahre in den 80ern. Als sie auf mich zu kamen waren es die 90er Jahre, da wurden die so um die 20. Und der Junge von meinem Haus wurde Anfang 20. Er hat ein Lungentransplantation erwartet, die hat er nicht mehr erlebt.

Aber ich habe ihm versprochen, noch als er schon darauf gewartet hat - und es ging ihm wirklich schon sehr schlecht - dass ich mich dafür einsetze. Und ja, das habe ich dann auch gemacht. Bis heute. Aber du hast, wie du gerade schon gesagt hast, auch Zeit gefunden, dich noch für andere Dinge zu engagieren. Und dann kam 2019 der Verein Retla dazu.

Ich glaube, damals hat Elmar Wepper dich gefragt, ob du das mit ihm gemeinsam machen willst. Der wurde als erster angefragt und hat mich gefragt. Und hat gesagt, er möchte gerne, dass eine Frau und er das zusammen machen. Und ich habe gesagt, ich habe schon drei Sachen. Ich bin eigentlich ausgefüllt. Und dann hat er gesagt: Aber das ist unser Alter, das geht uns an und ich finde, es ist ein wichtiges Projekt und wir müssen jetzt auch erst mal nur ans Telefon.

Es geht immer erst um eine Aktion, das bekannt zu machen. Und dann hat er mich überzeugt. Weil wirklich ja die Überalterung unserer Gesellschaft und die Vereinsamung immer mehr Raum greift. Insbesondere durch unsere Multimediageschichten. Dass jeder nur mehr zu Hause sitzt und mit einem Gerät spricht. Und eben, dass die Menschen immer älter werden. Und wenn man sein umliegendes Feld verliert, seine Nachbarn oder seine Freunde oder seinen Lebenspartner.

Dass es viele Menschen gibt, die dann einfach nicht mehr zurückfinden in die Gemeinschaft. Und dann nach einer gewissen Zeit auch überhaupt keinen Mut mehr haben rauszugehen und Lust haben. Und alle nur mehr vom Fernsehen sitzen oder vor dem Handy oder vor dem

Laptop und nicht mehr teilnehmen. Und das versuchen wir mit Patenschaften. Retla heißt der Verein, Retla e.V.. Und "Retla" steht für Alter rückwärts.

Ja, Retla heißt, wenn man es rückwärts liest, Alter. Man kann uns anrufen und sagen Ich habe Zeit. Ich würde mich gerne um einen Senioren kümmern und die Senioren vor allen Dingen auch können. Bei uns anrufen und sagen: Ich hätte gerne, dass mich jemand begleitet zu den Veranstaltungen, die wir veranstalten. Wir bieten Kurse an, machen Veranstaltungen. Gestern waren 300 Retla-Leute bei mir, wurden eingeladen ins Theater.

Wir haben auch Filmvorführungen, wo Filme gezeigt werden, mit mir oder mit dem Elmar damals. Wir haben einen Mittagstisch, wo die Leute sich treffen können, wo es ein sehr gutes Essen für wenig Geld gibt, das wir auch unterstützen, wo sich die Leute eben auch treffen. Und ich war auch ein paar Mal schon dort. Und sich zusammen finden.

Da gab es dann fünf Frauen, die gesagt haben: Ja, wir fangen jetzt wieder an zu stricken. Wir treffen uns einmal in der Woche. Und so sich da wieder treffen. Dort im Hansa Haus ist das in München derzeit. Wo wir auch Neuromentale Gymnastik oder Neuro-Mentaltraining haben. Das ist ganz toll, das habe ich auch mitgemacht.

Wo Körper und Geist zusammengeführt werden durch Bewegung. Dann haben wir - ganz wichtig - dass einem geholfen wird mit Handy oder Computer, wenn man sich nicht auskennt. Und das wird ganz toll angenommen. Das ist auch ein oder zweimal im Monat, wo man kommen kann und sagen kann: Bitte helfen Sie mir, ich muss ein Formular ausfüllen und ich kenne mich nicht aus.

Ich habe zu viele Nummern auf meinem Handy. Ich will eigentlich nur meine Tochter anrufen, hat neulich einer gesagt. Bitte machen Sie mir alles andere weg. Ja, ich bin auch aus der Generation. Ich kann das auch wirklich nicht. Ich geh zu meiner Tochter. Aber das ist ein tolles Angebot. Ich habe eben jetzt auch einen neuen Partner, den Leo Reisinger, der für den Elmar jetzt auch übernommen hat, Botschafter zu sein und auch selber Musik macht.

Und es gibt jetzt auch einen Chor. Singen ist ganz was Wichtiges, um die Seele frei zu machen und zueinander zu finden. Es geht eben um gesellschaftliche Teilhabe, um Lebensfreude, um Kontakt, um echten menschlichen Kontakt. Denn tatsächlich ist es so, dass Einsamkeit wirklich ein Problem ist, unter anderem deshalb hat sich das Netzwerk "Bayern gemeinsam gegen Einsamkeit" gegründet. Ein offenes Bündnis, in dem sich Vereine, Institutionen, Initiativen zusammenschließen und vernetzen.

Und da ist Retla auch ein Best-Practice-Beispiel. Es gab eine Auftaktveranstaltung zu dieser Gründung, da war Caro Matzko mit dabei, die wir auch schon hier begrüßen durften im Podcast. Was offenbar wirklich ganz wichtig ist, ist, dass man eben die Akteure vor Ort hat, dass es in der Nähe der Menschen ist. Also dass man einfach schaut, wo sind schon Initiativen, die in dem Bereich sich engagieren und wie kriegt man die an die Menschen heran?

Wir werden das auf jeden Fall in den Shownotes verlinken: Die Liste von allen Teilnehmern in diesen Netzwerk. Es sind inzwischen über 350 und es werden immer mehr. Ja, wenn jemand sich inspiriert fühlt und sich beteiligen möchte, ehrenamtlich engagieren möchte. Erstens gibt es das ganz tolle Ehrenamtsportal und dann gibt's bei Fragen auch die E Mail-Adresse: Einsamkeit@stmas.bayern.de.

Wie gesagt, wir verlinken es auch in den Shownotes. Dieses Thema Einsamkeit - Du beschreibst das ja auch, man muss erst mal an die Leute rankommen und so ein bisschen Vertrauen gewinnen. Und es ist auch eine Aufgabe für uns als Gesellschaft. Denn soziale Teilhabe ist einfach auch wichtig für die Demokratie. Und man weiß, je einsamer die Menschen sind, desto anfälliger sind sie einfach auch für Radikalisierung.

Dieses "Im Gespräch bleiben miteinander" innerhalb der der Generationen ist glaube ich ganz, ganz wichtig. Du selbst hast Erfahrung mit deinen eigenen Töchtern. Die waren nämlich zum Teil in England auf der Schule. Genau. Und dort gibt es verpflichtend Besuche im Altersheim in der Schulzeit. Ich habe damals versucht, das anzubringen. Damals war die Frau Hohlmeier noch Kultusministerin und meine Tochter war in einem Projekt.

Die war auf der Schule in Seven Oaks in England. Die letzten zwei Jahre haben wir beide Mädchen nach England geschickt. Erstens, um die Sprache zu lernen und zweitens einfach noch mal unabhängig von uns - ab 16 kann man das verantworten - Erfahrung zu machen in einem Internat. Sie wollten das auch beide. Und beide Schulen - meine andere Tochter hat IB gemacht und war in Rugby, in einer nicht ganz so elitären Schule.

Aber auch da wurde einmal in der Woche die ganze Klasse mit einem Bus und dem Lehrer in ein Altenheim gefahren. Und die Lehrer haben die Verteilung gemacht, damit eben die Kinder bei den alten Menschen auch mal abwechseln: Wenn sie an jemanden kommen, der nicht mehr spricht oder so, dass sie also nicht immer nur einen schwierigen Fall haben. Dass das betreut wird, ist ganz wichtig.

Und da haben die dann zwei Stunden mit einem Senioren in einem Altenheim irgendwas machen müssen. Meine älteste Tochter hat angerufen und gesagt: Mama, der kann ja gar nicht mehr reden, was soll ich denn mit dem machen? Und dann habe ich gesagt: Lies ihm einfach was vor oder sing was oder erzähl ihm was. Oder nimm dir was mit und lies ihm eine Geschichte vor.

Und dann, nach einer Weile, war das für meine Kinder beide so wichtig. Wenn sie heim gekommen ist, hat sie gesagt, sie muss jetzt in der Dose Weißwürste mitnehmen, damit sie ihm die machen kann. Oder hat ihm Karten aus München geschickt. Die haben so einen richtigen Bezug gekriegt. Und sie hat gesagt, in der Klasse hat es auch was verändert, weil wenn Jugendliche in dem Alter 15, 16 erfahren: Es gibt Menschen, denen geht es schlechter wie uns. Dann ist plötzlich der Zusammenhalt in der Klasse auch ein ganz anderer geworden.

Auch das Mobbing in der Klasse, dass man sagt, man muss nicht immer gegeneinander hetzen. Es gibt Schlimmeres als das, was ich mit demjenigen jetzt erlebe. Und das, hat sie gesagt, war das Größte, was sie erlebt hat. Dass sich innerhalb der Klasse auch sie als Deutsche - dort in der Klasse waren sie auch Außenseiter - und plötzlich waren sie mehr integriert. Dieses Projekt wollte ich gerne installieren.

Aber da hat man mir dann gesagt: "Jetzt ist Pisa, wir sind auf der Rangliste ganz schlecht. Wir müssen uns jetzt erst mal um Pisa kümmern. Und wir haben nicht das Geld. Wir haben einmal am Nachmittag Sport. Das können wir nicht streichen. Und zweimal am Nachmittag, da haben wir kein Geld und Busse sowieso nicht. Und Lehrer, die das betreuen.

Es war sehr nett, Frau May, vielen Dank. Aber leider geht das nicht. Wir haben ja manchmal Projekte, da ist eine Woche im Krankenhaus oder im Kinderheim oder auch im Altenheim." Aber eine Woche! Dieses Projekt ging über zwei Jahre! Immer wieder, sich zurechtfinden, einen alten Menschen zu sehen. Die Herzensbildung, die Sozialbildung wird in unserem Land, nicht nur in Bayern, wirklich total unterschätzt.

In England kriegen die dafür eine Note. In jedem Fach gibt es zwei Benotungen, eine für das Fach und eine für das Sozialverhalten. Und zwar eine schriftliche, beschriebene. Es ist wirklich extrem, wie toll die beobachtet werden. Und da fehlt es bei uns weit. Bei uns gilt Leistung, Leistung, Leistung. Du musst was wissen, wissen, wissen. Die Herzensbildung, dass man aufeinander aufpasst, dass man miteinander und nicht gegeneinander, dieses Ranking, ich bin der bessere und ich muss auch gleich nach dem Abitur studieren, damit ich ein Platz kriege und Erfolg.

Das ist bei uns an erster Stelle. Empathie. Es geht um Empathie. Ja, ich greife das wirklich an, dass hier auch von der politischen Bildung her zu wenig getan wird. Und die Aufmerksamkeit - jetzt langsam, das war vor vor 20 Jahren, dass ich das angeprangert habe, jetzt langsam sagt man: Ja, man muss wieder ein bisschen mehr Sozialstruktur kriegen in die Jugend.

Und ja, Wissen kommt heute durch die KI, da wird sich das eh alles verändern. Die Kinder holen sich eh alles aus dem Netz. Ich muss jetzt trotzdem ein gutes, ein positives Beispiel bringen, eine Lanze brechen. Denn was es schon gibt bei uns und in Bayern sogar in 88 Städten und Gemeinden, sind Mehrgenerationenhäuser. Und zwar nicht im Sinne von Wohnen, sondern es sind Begegnungsstätten. Begegnungsorte im Quartier, wo sich Menschen jeglichen Alters treffen und auch mit unterschiedlichen Bedürfnissen kommen können.

Da wird von der Kinderbetreuung - zum Beispiel Leih-Omas und -Opas angeboten bis hin zu Seniorenhilfe, Alltagshilfe. Das ist auch eine schöne Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren. Und es ist auch eine schöne Möglichkeit, im sozialen Umfeld, im nahen Umfeld Kontakt zu kriegen. Ja, das ist ganz toll. Es gibt ja auch diesen Minister, der in so einem Mehrgenerationenhaus auch wohnt?

Über das Thema Wohnen im Alter wollte ich sowieso gerade sprechen. Ganz tolles Projekt. Also das ist ja wirklich etwas, wo es so viel mehr Möglichkeiten gibt heutzutage. Auch da hat sich ganz viel getan, denn die allermeisten Menschen, man muss sich nur selbst überlegen, möchten eigentlich gerne zu Hause im gewohnten Umfeld alt werden. Und es gibt inzwischen einfach so viel mehr Möglichkeiten, wirklich selbstbestimmt zu leben.

Auch im Alter. Von Generationen-WGs bis hin zu Mehrgenerationenhäusern. Komisch, dass man das jetzt in unseren Tagen, dass es wieder ganz was Tolles ist. Früher eben war es so bei den Familien, automatisch. Ich bin noch mit meinen Großeltern in einem Haus, auch in München in einem Haus aufgewachsen, die bis zu ihrem Tod da gepflegt werden. Die auch auf uns aufgepasst haben,

00:49:38:12 - 00:50:07:17
Unknown
wenn meine Eltern weg waren. Heute - und das haben wir, unsere Generation, meine, wir auch selber sozusagen vorangetrieben. Wir Frauen mit Women´s Lib-Bewegung, wir wollten unabhängig sein, wir wollen gleichberechtigt sein, was auch wichtig ist. Dadurch sind wir

berufstätig und haben einfach auch nicht mehr die Zeit. Meine Mutter war zu Hause. Diese Großfamilien-Struktur ist völlig verschwunden. Und die Eltern kommen automatisch ins Altersheim.

Ich weiß es von mir selber. Meine Mutter war im Stift. Heute ist das wieder, dass man wieder zusammenführt. Das ist sozusagen eine Reform, die es, als ich jung war, noch ganz natürlich gab. Und am Land ist es meistens oder ist es sehr oft auch noch möglich. In Bauernhöfen ist es eigentlich immer noch üblich, da kommen die Eltern ins Austraghäusl und passen auf die Kinder auf. Und es ist eine fruchtbare Begegnung durch die Enkelkinder.

Wir müssen das jetzt erst mal wieder sozusagen selber konstruieren, organisieren. Klar, es wird sich nicht zurückdrehen, das Rad. Die Frauen, Gott sei Dank, haben die Möglichkeit, heute genauso selbstständig und erfolgreich - noch nicht überall gleich bezahlt - aber so wie die Männer zu arbeiten. Nicht überall noch gleichberechtigt oder die Frauenquote ist...aber sie ist auf jeden Fall auf dem Weg dahin.

Aber es hat natürlich den Nachteil, dass die Großfamilie dadurch nicht mehr die Möglichkeit hat, organisch, jung und alt zusammenzubringen. Es hat immer zwei Seiten. Und dass es da jetzt wieder neue Möglichkeiten gibt, nicht nur innerhalb der Familie, sondern dass man eben sagt "Ja, da könnt ihr euch treffen" - das finde ich eine großartige Idee. Dass man das wieder schafft und Orte schafft und Begegnungen schafft und sinnvolle Beschäftigungen auch schafft, wo beide voneinander profitieren können.

Das ist natürlich toll. Das Sozialministerium unterstützt finanziell auch den Aufbau von Beratungsstellen, die zum Beispiel zum Thema Wohnen im Alter auch beraten. Wenn es einfach darum geht, dass man das Badezimmer umbaut oder Stolperfallen irgendwie ausräumt oder so. Treppenlift. Ja genau. Aber auch aktuell finden statt die Aktionswochen "Zu Hause daheim". Da geht es um das Thema "Selbstbestimmt Leben und Wohnen im Alter".

Auch die Homepage werden wir in die Shownotes packen, www.zu-hause-daheim@bayern.de. Denn da gibt es ganz viele verschiedene bayernweite Veranstaltungen zu dem Thema, wo man sich einfach auch inspirieren lassen kann und beraten lassen kann. Übrigens ist eine der Unterstützerinnen Marianne Sägebrecht. Da gibt es ein sehr schönes Video von ihr. Sie sagt darin unter anderem "Älterwerden - da braucht es halt Humor".

Siehst du das auch so? Und solltest du irgendwann dein Zuhause mal verlassen müssen, wo würdest du dann gerne leben und alt werden? Also, wenn ich das in meiner Wohnung nicht

mehr allein packe, würde ich gerne aufs Land gehen. Meine Mutter war in einem Augustinum in Dießen. Die ist sehr früh, die war zwei Jahre jünger als ich jetzt, als sie mit meinem Vater dahin gegangen ist.

Das kann ich mir jetzt noch nicht vorstellen. Am Anfang fand ich es auch schrecklich, die Vorstellung, dass meine Eltern da reingehen. Aber die waren dann ganz glücklich. Meine Mutter war glücklich, dass sie nicht mehr kochen musste. "Mein Leben lang habe ich gekocht und jetzt kriege ich so ein tolles Essen." Und dass sie dort auch die Möglichkeiten hatten, sich weiter zu entfalten.

Meine Mutter hat dort malen können und einen Modellierkurs gemacht. Und mein Vater ist gewandert mit Leuten und hat organisiert. Er war ja ein Organisierer. Und da konnte er mit im Beirat sein. Sie haben eine Theatergruppe gegründet und so was. Also, das kann ich mir auch vorstellen. Die sind reingegangen mit Freunden. Wir haben immer so mit 40 oder 50 in unserem Freundeskreis haben wir gesagt, wir machen mal das selber. Wir kaufen oder mieten zusammen drei Häuser und dann machen wir einen Koch, einen Arzt und so für uns.

Wir gehen nicht ins Altenheim, wir machen das selber. Aber je älter man wird, umso mehr verändern sich die Partner der anderen. Oder die Umstände. Oder auch die Menschen werden anders. Dass man sagt: Also mit dem kann ich's mir jetzt nicht mehr vorstellen, der ist mir zu schwierig. Ich glaube, das ist nicht so einfach, das selber zu organisieren.

Wenn man das kann, super. Aber auch da, wenn man so nahe ist, dann stört einen immer mehr plötzlich, irgendwelche Eigenheiten. Man wird, wenn man zueinander kommt, feststellen, dass das das Zusammenleben so einfach nicht ist. Und dass man die vier Wände zumachen kann und sagen kann, ich geh mittags da raus und werde versorgt, kann mich mit denen treffen, es wird was organisiert, aber ich muss nicht.

Das ist, glaube ich, in so einem Seniorenstift nicht so schlecht, wie ich es damals gedacht habe. Also im Idealfall bleibe ich da, wo ich bin und habe meinen Garten und kann vielleicht mir auch leisten, dass mich jemand betreut. Das fände ich schön. Aber ich habe auch gesehen, dass meine Eltern, die hatten ein Haus ganz in der Nähe am Ammersee, das diesen.

Das Augustinum ist im Nachbarort und die haben gesagt: Im Winter gehen wir ins Augustinum und im Sommer bleiben wir in unserem Häuschen im schönen Garten. Aber irgendwann, als mein Vater starb, hat meine Mutter gesagt: Ich bin eigentlich nur mehr hier zum Rasenmähen

und Rosenschneiden, das packe ich nicht mehr. Und ich bin so allein und ich möcht unter Leute. Ich bin schon auch eine, ich brauche Menschen um mich.

Ich möchte nicht alleine sein, das wäre mein Hauptpunkt. Ich kann mir es vorstellen, mit einer Freundin zusammen zum Beispiel. Ich kann mir vorstellen, die Jutta ist in der gleichen Situation. Die Jutta Speidel ist eine Freundin von mir. Mit Freundinnen zusammen. Wenn man ganz allein ist, zu zweit oder zu dritt zu leben. In so einer WG. Und vielleicht mit einer Hilfe, die einem hilft, wenn man bestimmte Sachen nicht mehr machen will oder kann.

Das fände ich ne ganz gute Idee. Eine Frauen-WG. Ja, sehr schön. Ein Plädoyer für Gemeinschaft. Auch im Alter, in jedem Alter. Und da gibt es wirklich ganz, ganz viele kreative Möglichkeiten. Wer sich informieren möchte, kann das auf der Seite des Sozialministeriums tun. Michaela May, ich gehe davon aus, dass es noch ganz lange dauern wird, bis du dich dazu entscheidest, tatsächlich irgendwann in irgendein betreutes Wohnen zu gehen.

Erst mal werden wir wahrscheinlich noch sehr, sehr lange, hoffentlich sehr viele schöne Filme und Fernsehproduktionen und Theaterstücke von dir sehen. Das wünsche ich mir natürlich auch. Ganz herzlichen Dank für dieses sehr, sehr schöne Gespräch. Danke, Lena! Es war - ja, wir haben viel erzählt und viel wichtige Sachen auch. Und ich hoffe, dass es auch viele Leute hören. Das hoffe ich auch! Danke! Dankeschön.

Bayern gemeinsam stark. Der Podcast mit Menschen, die uns inspirieren. Eine Produktion des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales.