

Zu unserer Serie: **Was macht eigentlich...?**

Susanna Lundsgaard

Vom Rosengarten...



...in den Alterssitz Neuhaus

Mit Jahrgang 1933 ist Susanna «Sünni» Lundsgaard zurzeit die zweit-älteste Bewohnerin im Alterssitz Neuhaus. Seit ungefähr vier Jahren wohnt sie hier zusammen mit ihrer Katze in einem Studio. Sie ist sehr zufrieden mit ihrer neuen Wohnsituation, nachdem sie während vielen Jahren im mittleren Schloss Rosengarten in Gerzensee gewohnt hat.

Hier, im Neuhaus, kann sie sich in die eigenen vier Wände ihres Studios zurückziehen, wenn sie ihre stillen Hobbys (schreiben, lesen, puzzeln) pflegt oder sie geniesst im wunderschönen hellen Aufenthaltsraum die Gesellschaft ihrer MitbewohnerInnen. Gespräche führen, lachen, miteinander z'Nacht essen, jassen oder stricken – alles ist in dieser grossen, gemütlichen «Stube» möglich: Hauptsache, man macht etwas gemeinsam. Susanna Lundsgaard liest unheimlich viel und gern, dadurch kommen auch ihre Gschpäni oft in den Genuss einer Vorlesestunde. Schon früher hat sie in Spitälern oder Altersheimen vorgelesen. Als ehemalige Biblio-

thekarin hat sie natürlich eine besondere Affinität zum geschriebenen Wort und korrespondiert auch heute noch viel mit der Familie, mit Freunden und Bekannten und schreibt dabei alles von Hand, und dies erst noch in mehreren Sprachen. Mit Berndeutsch als Muttersprache hatte sie grosse Freude, Englisch, Spanisch, Französisch und Italienisch zu lernen. Mit den dänischen Verwandten und Freunden ihres Mannes, Per Lundsgaard, konnte sie sich auch bald in deren Sprache verständigen. Besonders schön findet sie hier im Alterssitz, dass sie vieles vor Ort unternehmen kann, ohne weg zu müssen. Zum Beispiel liebt sie noch heute die

Arbeit mit Pflanzen, Gemüse oder Blumen und freut sich, dass sie nun auch im Neuhaus bei der Gartenarbeit mithelfen kann. Sie liest gerne vor im Heim und macht lange Spaziergänge Richtung Münsingen. Auch Gottesdienste kann sie im Heim besuchen. Zu ihren beiden Söhnen und deren Familien mit Enkelkindern und Urenkeln hat sie einen guten Kontakt, wird von ihnen häufig besucht oder auch abgeholt für entferntere Einladungen oder Termine.

Eine Freizeitbeschäftigung, die sie schon als Kind liebte, ist das «Puzzeln». Endlich hat sie genügend Zeit, sich sogar an tausendteilige zu wagen! Aber natürlich sind in dem fortgeschrittenen Alter nicht mehr alle Hobbys machbar. So verzichtet sie auf das geliebte Schwimmen im Gerzensee und fährt auch nicht mehr Velo. Dafür liest und schreibt sie umso mehr, steht immer noch in reger Beziehung zu «ihrer» Bibliothek in Kiesen, wo sie lange gearbeitet hat. Von dort wird sie monatlich mit neuen Büchern versorgt und oft zu einem Besuch eingeladen. Alle kennen sie noch und es ist immer ein lustiges Zusammensein. Auch für das regelmässig stattfindende «Zäme Zmittag ässe» in der Gemeinde Gerzensee wird sie stets abgeholt. Darüber freut sie sich besonders, weil sie noch mit vielen TeilnehmerInnen befreundet ist und es immer interessant und fröhlich zu und her geht.

Einsamkeit oder unfreiwilliges Alleinsein, das so viele ältere Menschen bedrückt, kennt sie nicht. Trauer hingegen schon, hat sie doch schon lange ihren Mann verloren und auch ihre beiden besten Freundinnen leben nicht mehr. Aber auch sie muss erkennen, dass das ein echtes Problem des Älterwerdens

ist, bald einmal die Letzte im eigenen Kreis zu sein. Trauer und schwere Gedanken verarbeitet sie mit ihrer positiven und offenen Art und kann so auch zur Trösterin für andere werden.



Fragt man die vitale, Zuversicht ausstrahlende Zweiundneunzigjährige nach ihrem Rezept für das lebensbejahende Älterwerden, antwortet sie mit einem fröhlichen Lachen:

- positiv denken
- Kontakte zu vielen Menschen pflegen
- alte Kontakte nicht abbrechen lassen
- neue Kontakte knüpfen
- mit Jung und Alt verbunden bleiben.

Das Wichtigste dabei: Man muss immer **selber** etwas dazu tun und nicht nur darauf warten, bis vielleicht jemand zu einem kommt!

Text: R. Hage, Gerzensee
Bild: S. Lundsgaard, Neuhaus
Quelle: SEE-SPIEGEL 3/2025