



WOCHENSPIELPLAN

Samstag, 28. Januar
BREMEN ZWEI WINTERGÄSTE
Denis Scheck im Live Gespräch
11 Uhr im noon/Foyer Kleines Haus

SCHAUSPIEL
DREI SCHWESTERN
Tschechow // Pařízek
19:30 Uhr im Theater am Goetheplatz

MUSIKTHEATER
ICH BIN CARMEN
من كارمن هستم
UND DAS IST KEIN LIEBESLIED
Bizet // Dittrich / Molavian
20 Uhr im Kleinen Haus

Sonntag, 29. Januar
OSTOPIE #2: WAS IST „OSTEUROPA“?
In Kooperation mit Junger DGO und Heinrich Böll-Stiftung Bremen
11 Uhr im noon/Foyer Kleines Haus

MUSIKTHEATER / PREMIERE
ARIADNE AUF NAXOS
Strauss / Hofmannsthal // Klingele / Hilbrich
18 Uhr im Theater am Goetheplatz

LESUNG / AUSVERKAUFT!
LITERATOUR NORD
Fatma Aydemir liest aus *Dschinnis*
20 Uhr im Kleinen Haus

Donnerstag, 2. Februar
ERÖFFNUNG BLACK STORY MONTH BREMEN 2023
20 Uhr im Kleinen Haus

Freitag, 3. Februar
MUSIKTHEATER / NUR NOCH ZWEI MAL!
DIE ZAUBERFLÖTE
Mozart // Cho / Talke
19:30 Uhr im Theater am Goetheplatz

SCHAUSPIEL
MOBY DICK ODER DER WAL
Melville // Zandwijk
20 Uhr im Kleinen Haus

Samstag, 4. Februar
BREMEN ZWEI WINTERGÄSTE
Dimitrij Schaad im Live Gespräch
11 Uhr im noon/Foyer Kleines Haus

MOKS
WUTSCHWEIGER
Sobrie / Ruell // Franz
16 Uhr im Brauhaus

SCHAUSPIEL
DIE DREIGROSCHENOPER
Brecht / Weill // Schumacher
19 Uhr im Theater am Goetheplatz

TANZ
COEXIST
Hód – Hodworks / Unusual Symptoms
20 Uhr im Kleinen Haus

Sonntag, 5. Februar
SCHAUSPIEL
RONJA RÄUBERTOCHTER
Lindgren // Schumacher / 6+
10 Uhr im Theater am Goetheplatz

MUSIKTHEATER
ARIADNE AUF NAXOS
Strauss / Hofmannsthal // Klingele / Hilbrich
18 Uhr im Theater am Goetheplatz

SCHAUSPIEL
MUTTER VATER LAND
Şipal // Abt
18:30 Uhr im Kleinen Haus

THEATERBREMEN
www.theaterbremen.de/karten

Jetzt kostenlos anmelden:
www.weser-kurier.de/logenplatz

LOGENPLATZ
Der Kultur-Newsletter

LEBENSABEND: WIE SICH EINE 95-JÄHRIGE AUF DAS ENDE VORBEREITET

„Ich habe keine Angst vor dem, was kommt“



Ingeborg Herich blickt auf ein bewegtes Leben zurück.

FOTO: FRANK THOMAS KOCH

VON KRISTIN HERMANN

Ingeborg Herich hat in den vergangenen 95 Jahren mit nahezu allen großen Themen und Gefühlen zu tun gehabt, die das Leben für einen Menschen bereithalten kann: Liebe, Glück, Freude, Erfolg auf der einen Seite - Verlust, Trauer, Krieg und Flucht auf der anderen. „Es gibt fast nichts, das ich nicht erlebt habe“, sagt sie. Wie blickt man auf die Welt und die eigene Zukunft, wenn man nahezu sein ganzes Leben bereits hinter sich hat?

„Auf jeden Fall ohne Furcht vor dem eigenen Tod“, sagt Herich. Dass sie einmal ein so hohes Alter erreichen würde, darüber habe sie sich früher nie Gedanken gemacht. Doch wie besonders das ist, wird ihr deutlich, wenn sie auf ihr Umfeld schaut. Fast alle Freunde und Bekannte, mit denen sie jahrelang Geburtstage und Freizeit geteilt hat, sind inzwischen gestorben, auch ihr Mann ist schon mehrere Jahre nicht mehr bei ihr. „Das ist kein schönes Gefühl“, sagt sie.

Halt findet sie bei ihrer Familie. Neben ihrer Tochter gibt es noch Enkelkinder und inzwischen sogar zwei Urenkel. Die gemeinsame Zeit wisse man im Alter noch mehr zu schätzen. „Doch sie haben natürlich auch ihr eigenes Leben und das ist richtig so“, sagt Herich. Viel Zeit verbringt sie deshalb allein in ihrer Wohnung in Schwachhausen. So einsam das manchmal ist, Langeweile kennt die 95-Jährige nicht. „Ich habe so viel zu denken, so viele Erinnerungen, auf die ich zurückgreifen kann. Das ist wie ein Schatz“, sagt sie.

Herich wächst bei Großeltern auf
Aufgewachsen ist Herich bei ihren Großeltern in Mecklenburg-Vorpommern. Ihre Mutter brachte sie 1927 mit gerade einmal 17 Jahren zur Welt - unverheiratet. „Ich war aufgrund der damaligen Zeit also erst mal der Schandfleck der Familie“, sagt Herich. Während ihre Mutter fortging,

habe der Großvater darauf bestanden, dass sie in der Familie bleibt. Sie wächst mit einem ihrer Onkel auf, der zum Zeitpunkt ihrer Geburt selbst erst sieben Jahre alt ist. Zu ihrer Mutter habe sie auch später kaum Kontakt gehabt. Wer ihr Vater war, hat sie bis heute nicht erfahren. Bedauert habe sie das nie. „Wer weiß, was das für ein Fidi war, der meine Mutter sitzen lässt und einfach verschwindet.“

Ihre Kindheit beschreibt Herich als glücklich. Auf dem Land wächst sie mit viel Natur und Tieren auf. „Ich war ein kluges Kind, konnte schon lesen, bevor ich zur Schule kam“, erinnert sie sich. Ihr Großvater war während des Ersten Weltkrieges Reiter in der Kavallerie, fuhr anschließend Vierspanner auf großen Bauerngütern ein, weshalb die Familie mehrfach umzog. Schon früh lernt auch Herich den Umgang mit Pferden und hilft in den Ferien oft auf den Feldern aus. Doch ihre Interessen sind vielseitig: Musik, Theater und Bücher spielen eine große Rolle in ihrem Leben. Als Jugendliche und junge Erwachsene verbringt sie ihre Freizeit unter anderem am Schweriner Staatstheater. Dieses Hobby gibt sie auch später in Bremen nicht auf, nimmt unter anderem Hörspiele mit dem Schauspieler Walter A. Kreye auf.

Mit 14 wird sie in die Nähe von Wismar geschickt, wo sie mit 300 anderen jungen Frauen zur Lehrerin ausgebildet wird. Dort erlebt sie auch den Großteil des Zweiten Weltkriegs. Als Wismar bombardiert wird, sitzen die Jugendlichen panisch in den Luftschutzkellern. „Was meine Generation erlebt hat, ist eigentlich unvorstellbar“, sagt Herich.

Besorgt schaut sie deshalb auch auf die aktuellen Entwicklungen in der Welt. Besonders der Krieg in der Ukraine erinnert sie an die Zeit zurück, in der sie selbst in Angst vor Angriffen lebte. „Ich habe geglaubt und gehofft, so etwas würde es nie wieder geben. Es ist mir unbegreiflich, wie die Welt erneut an einen solchen Punkt kommen konnte.“

Ihre Heimat rund um den Schweriner See wird kurz nach Kriegsende erst sowjetische Besatzungszone, später dann DDR. In Schwerin setzt Herich an der pädagogischen Hochschule ihre Lehrerausbildung fort - und lernt dort ihren späteren Ehemann Werner kennen. „Er war ein sehr gut aussehender Mann“, erinnert sie sich. Die beiden heiraten 1946, kurz danach kommt ihre Tochter, später dann Sohn Michael zur Welt.

Dann widerfährt der Familie ein Schicksalsschlag, der Ingeborg Herich bis heute begleitet: Eine Woche vor seinem dritten Geburtstag stirbt Michael durch einen tragischen Zufall. „Wenn das eigene Kind vor einem geht, lebt man damit, bis man selbst stirbt. Dieser Schmerz vergeht nie“, sagt sie.

Flucht aus der DDR

In der DDR übt das Ehepaar weiter den Lehrerberuf aus. Mit Familie im Westen, Herichs Schwiegermutter lebt im niedersächsischen Dauelsen, steht vor allem ihr Mann unter ständiger Beobachtung. Als er verweigert, eine Schülergruppe für das Tragen des evangelischen Kugelkreuzes zu melden, bekommt Herichs Mann von einer Bekannten den Tipp, dass ihm dafür eine Strafe drohen könnte. Innerhalb von 14 Tagen beschließt die Familie deshalb ihre Flucht und flieht zu Beginn der 1950er-Jahre über die Grenze. Später in Bremen kann auch Herich wieder vor einer Klasse stehen. Die Förderschullehrerin liebt ihren Job. „Das war mein Traumberuf.“ Noch heute schreibe ihr ein ehemaliger Schüler regelmäßig Briefe.

Mit Mitte 40 erfüllt sich das Ehepaar den Traum von einem eigenen Haus in Oberneuland. Mehr als 30 Jahre wohnt Ingeborg Herich dort mit ihrem Mann. Als vor einigen Jahren eine Wohnung im Mietshaus ihrer Tochter frei wird, trennt sich Herich schweren Herzens von ihrem Zu-

hause, die kleinere Wohnung mache weniger Arbeit.

Leichter ist das Leben im hohen Alter jedoch nicht geworden. Herich hat inzwischen mit einer Reihe von Krankheiten und Alterserscheinungen zu kämpfen, die ihr den Alltag erschweren - jedoch nur körperlich, darauf legt die 95-Jährige großen Wert und zitiert ihre Tochter: „Von oben bis unten wurmstichig, aber im Gehirn messerscharf.“ Ihre Tochter unterstützt Herich beim Einkaufen oder Kochen. Dennoch beschäftigt sie die Frage, wie es einmal werden soll, wenn sie auf mehr Hilfe angewiesen ist. „Sollte ich irgendwann Vollzeitpflege benötigen, möchte ich gerne ins Hospiz ziehen“, sagt sie. Vor einiger Zeit hat sie deshalb Kontakt zum Verein Hospizhilfe aufgenommen. Die Ehrenamtlichen begleiten Menschen im Alter oder Schwerkranken in ihrem letzten Lebensabschnitt.

Regelmäßig bekommt sie seitdem Besuch und spricht mit einer Ehrenamtlichen über ihr Leben oder ihre Interessen - und diese sind auch jetzt noch vielseitig. In ihrem Büro stapeln sich die Bücher, stolz präsentiert sie selbst verfasste Reiseberichte und Gedichte. In den vergangenen Jahren hat die Rentnerin auch immer wieder Gedichte für den WESER-KURIER geschrieben. Ihre Fähigkeit, sich für Dinge zu begeistern, hat die 95-Jährige in all den Jahren nicht verloren.

Keine Angst vor dem Tod

Für die Zeit, die ihr noch bleibt, wünscht sich die Bremerin Ruhe und Frieden - für sich und ihre Familie, aber auch für die Welt. Vor dem Moment, an dem es so weit ist zu gehen, fürchte sie sich nicht. „Ich habe keine Angst vor dem, was kommt. Ich weiß, was ich bereits überstanden habe“, sagt sie.



Ingeborg Herich als junge Frau.

FOTO: FRANK THOMAS KOCH

An wen sich die Hospizhilfe richtet



FOTO: CHRISTINA KUHAUPT

Regina Heygster

ist gelernte Grafikerin und ehemalige Kunstlehrerin. Die 68-Jährige engagiert sich seit Jahrzehnten in der Hospizarbeit. Seit 22 Jahren ist beim Verein Hospizhilfe Bremen.

Frau Heygster, wann ist der richtige Zeitpunkt, Kontakt zur Hospizhilfe aufzunehmen?
Regina Heygster: Wenn man selbst spürt

oder von dem Arzt die Diagnose erhalten hat, dass es auf das Lebensende zugeht. Wir begleiten schwerstkranken und sterbende Menschen, die sich in diesem Prozess entweder selbst oder ihren Angehörigen Unterstützung zur Seite holen möchten. Wie lang wir begleiten, ist dabei ganz individuell. Bei einigen Menschen sind es Tage oder Wochen, bei anderen Monate oder sogar Jahre. Viele bekommen durch unsere Arbeit einen Energieschub.

Wo begleiten Sie die Menschen?

Unabhängig von Konfession, Nationalität,

Weltanschauung oder der Art der Erkrankung suchen wir die Menschen auf, wo sie leben. Das kann zu Hause sein, in Wohn- und Pflegeheimen, im Krankenhaus oder im Hospiz. Unsere Ehrenamtlichen werden auf diese sensible Arbeit in intensiven Kursen vorbereitet und wir schauen auch immer, dass der jeweilige Hospizbegleiter zu den Menschen passt. Den Betroffenen entstehen für unsere Arbeit keine Kosten.

Welche Aufgaben übernehmen die Hospizbegleiter?

Der Sterbende mit seinen persönlichen Be-

dürfnissen steht bei unserer Tätigkeit im Mittelpunkt. In der Regel besuchen unsere Ehrenamtlichen einmal in der Woche den jeweiligen Menschen - etwa zum Kaffeetrinken, für einen Spaziergang, zum Vorlesen, das variiert stark. Wir gehen individuell auf die Bedürfnisse ein. Vielen tut es gut, noch einmal über die eigene Lebensgeschichte sprechen zu können. Der Vorteil unserer Begleiterinnen und Begleiter ist, dass sie nicht mit der Familiengeschichte verstrickt sind. Sie sehen den Menschen, wie er jetzt ist.

Das Gespräch führte Kristin Hermann.