



<https://bz.112cp.x>

# SENIOR MÜNTEFERING VERRÄT SEIN REZEPT FÜR EIN LANGES LEBEN

Veröffentlicht am 06.12.2019 um 07:24 von Redaktion Stodo.NEWS

**Da haben ganz viele Nicht-Besucher was verpasst:  
Es macht einfach Freude, Franz Müntefering zuzuhören.**

Der ehemalige Spitzenpolitiker brachte das Publikum im Stockelsdorfer Rathaussaal oft zum Lachen, aber dadurch verfestigten sich seine Worte umso mehr.

Zunächst wurden aber alle Anwesenden von der MusikTheater Gruppe Bad Schwartau musikalisch zum Lächeln aufgefordert und Kreissenioresenbeirat Wilfried Lühr hielt die Eröffnungsrede. Ihm folgten Kreispräsident Harald Werner, der anführte, dass das Ehrenamt Sinn und Bestätigung ins eigene Leben bringt und sich zu engagieren keine Frage von Alter, Geschlecht oder ethnischer Herkunft ist. Bürgervorsteher Manfred Beckmann ist sich sicher, dass die viele ehrenamtliche Arbeit in den fast 60 Vereinen und Verbände in Stockelsdorf zum guten Zusammenleben hier führt. Auch der Vorsitzende des Landessenioresenrat Peter Schildwächter sieht das Ehrenamt für den Zusammenhalt in der Gesellschaft als unverzichtbar an.

Neben vielen Anekdoten aus seinen Begegnungen mit Menschen und dass er als passionierter Bahnfahrer natürlich am Vortag mit einer Stunde Verspätung in den Lübecker Hauptbahnhof einlief, verriet Franz Müntefering sein Geheimnis für einen klaren Verstand und ein langes Leben. Seine Devise sind die drei L: Laufen , lernen, lachen. Wobei laufen eher ein Synonym für Bewegung ist. Aber sein Motto „Bewegung der Beine ernährt das Gehirn“ ist wissenschaftlich bewiesen und auch er bewies es durch sein Auftreten. Man merkte ihm sein Alter nicht an. Obwohl er mit seinem Alter kein Problem hat, er steht dazu, dass er 79 ist.

In seiner Funktion als Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) ruft er Senioren gern dazu auf, selbständig soziale Kontakte zu suchen, miteinander zu reden und der Gesellschaft noch zur Seite zu stehen. Natürlich könne man als älterer Mensch noch von Nutzen sein. Gerade auch im ehrenamtlichen Bereich. Er ist der Meinung, Nicht-Handeln hat auch Auswirkungen. „Solange man noch klar im Kopf ist, ist man mitverantwortlich für das was passiert.“ Senioren-Verbände sind wichtig, denn in einer Demokratie muss man seine Interessen vertreten. Trotzdem muss man auch die Interessen anderer Altersgruppen sehen und deren Wichtigkeit akzeptieren.

Viel Applaus gab es auch für seinen kurzen Exkurs zum Risiko in der Rückbesinnung auf Nationalstaaten und Abgrenzung in Hinsicht auch auf Klimapolitik, dass in seinen Augen Europa eine große Hoffnung ist, dass seit 74 Jahren in dem Gebiet von „damals“ kein Krieg herrscht, wir alles dafür tun sollten, „auch wenn der ein oder andere von den Europäern im Moment verrückt spielt, nicht die Nerven verlieren dürfen und zusammenhalten müssen“ und Europa nicht kaputtgehen lassen dürfen.

Zum zweiten L: Durchaus kann man als älterer Mensch noch was lernen und man sollte auch nicht damit aufhören findet Franz Müntefering. Aber das Lehren ist genauso wichtig. „Wenn man ins Rentenalter kommt weiß man noch eine ganze Menge. Wenn wir Maschinen wären, würde man uns noch nicht abstellen, sondern eher überlegen: Den kann ich noch gebrauchen.“ Dieses Wissen könne man dazu benutzen, Kindern, denen das Lernen schwerer fällt oder deren Eltern sie nicht beim Lernen unterstützen können, zu helfen. Dadurch würden sie später als Erwachsene selber einen Beitrag zur Gesellschaft leisten können und nicht auf's Abstellgleis geschoben werden. Das ist nur eins der Beispiele, wie ehrenamtliches Engagement hinterrücks der Gemeinschaft zugute kommt.

Und das dritte L? Wie schon eingangs erwähnt, brachte er die Zuhörer zum Lachen. Bei aller Ernsthaftigkeit, sollte das Lachen miteinander nicht zu kurz kommen, denn auch dafür gibt es medizinische Gründe.