



Aktiv sein hält Körper und Geist fit. Zwei Beispiele.

Martin Ries, 71, pensionierter Reallehrer aus Zürich:

«Als ich vor sechs Jahren pensioniert wurde, habe ich beschlossen, eine ehrenamtliche Tätigkeit zu übernehmen, mit der ich Menschen, die weniger Glück im Leben hatten als ich, etwas Gutes tun kann. Dass ich bei Tixi Zürich, dem Fahrdienst für Menschen mit Behinderung, gelandet bin, war eher Zufall. Aber der Entscheid, mich dort für mindestens einen halben Tag pro Woche zu verpflichten, war goldrichtig: Ich habe das Gefühl, etwas wirklich Sinnvolles zu tun, wenn ich zum Beispiel eine geistig schwer beeinträchtigte Frau zu ihrem Arzt fahre oder einen gehbehinderten Mann daheim abhole, der auf den Rollstuhl angewiesen ist und nur dank Tixi einen Verwandtenbesuch machen kann. Es ist mir wichtig, auch im Alter ein aktiver Teil der Gesellschaft zu bleiben und eine Aufgabe zu haben. Während der Fahrt wechsle ich mit meinen Fahrgästen auch ein paar Worte, sei es über das Wetter, Politik, Sport oder das Fernsehprogramm. Wenn jemand nicht reden kann, frage ich ihn, ob er gern etwas Musik hören würde, und schalte das Radio an. All diese Begegnungen tun mir gut, sie erfüllen mich mit Zufriedenheit, auch wenn ich manchmal sehr traurige Geschichten von Verlust oder Schmerz höre und die Betroffenen zu trösten versuche.»



Martin Ries hat mit dem Tixi-Fahrdienst eine sinnvolle neue Aufgabe gefunden und bleibt so mit Menschen im Austausch.