

# 105 Jahre alt, aber immer noch fit

Die Rotthauserin Martha Kraska feiert heute ihren großen Ehrentag. Bis vor Kurzem hat sie sogar noch in ihren eigenen vier Wänden gelebt

Von Patrick Schleu

Diese Zahl muss man sich auf der Zunge zergehen lassen: 105 Jahre wird Martha Kraska heute alt. Mit einem kleinen Sektempfang und Kanapees feiert die Gelsenkirchnerin ihren Ehrentag im Seniorenzentrum der Arbeiterwohlfahrt an der Grenzstraße. Schon ihre Mutter sei stolze 99 Jahre geworden.

**„Das Leben im Heim ist schwierig, ich habe ja vorher immer eigenständig gelebt“**

**Martha Kraska, 105 Jahre alt**

„Wenn mein Bein mir nicht so Probleme bereiten würde, würde ich durch die Gegend flitzen“, sagt Martha Kraska scherzhaft. Die rüstige Rotthauserin wird zwar von einer zusätzlichen Betreuungskraft für Demenzzranke betreut, ihren eigenen Kopf hat sie aber nach wie vor behalten.

## Leben im Heim fiel anfangs schwer

„Das Alleinsein fällt mir schwer“, sagt die 105-Jährige. Von den Verwandten, Kraska hatte immerhin 13 Geschwister, lebt nur noch der Sohn. Der ist aber ebenfalls Pflegebedürftig, über 80 Jahre alt, und kann die Mutter nicht besuchen. Nach ihrem Geburtstag möchte Martha Kraska stattdessen ihren Sohn mal wieder besuchen. Das Awo Seniorenzentrum wird sich um den Transport der Gehbehin-



Ein Luftkuss für den Fotografen: Martha Kraska feiert heute ihren 105. Geburtstag in Gelsenkirchen.

FOTO: MARTIN MÖLLER

deten kümmern. Ansonsten ist Kraska von schweren Krankheiten verschont geblieben, nur hören kann sie nicht mehr gut, längeres Sprechen bereitet Martha Kraska Probleme, sie wird schnell heiser. „Für 104 Jahre kann ich aber noch ein ganze Menge“, sagt sie kurz vor ihrem Geburtstag nicht ohne Stolz.

Angesprochen auf besondere Ereignisse in ihrem Leben, bewegt Martha Kraska vor allem ein einschneidendes Ereignis: „Der Krieg hat alles kaputt gemacht.“ Daran, dass sie sehr lange im Chor gesungen hat, erinnert sie sich ebenfalls,

ganze 59 Jahre sei sie in ihrem Kirchenchor aktiv gewesen. Auch habe sie immer gerne Handarbeiten wie Stricken oder Häkeln gemacht. Erstaunlich ist, dass Kraska noch bis zu ihrem 104. Lebensjahr in ihren eigenen vier Wänden leben konnte und erst im November 2013 ins Heim kam. Kraska: „Ich bin geboren, getauft und konfirmiert in Rotthausen und wollte eigentlich nie wegziehen.“

Nun kümmert sich die Awo in Schalke um die betagte Dame. Die Umstellung auf das Leben im Heim fiel ihr nicht leicht. „Es ist schwer

mit anderen klar zu kommen, aber man gewöhnt sich daran“, sagt die 105-Jährige, die an der Grenzstraße in einem Doppelzimmer lebt. Die gemeinsamen Feiern, die das Seniorenzentrum veranstaltet, bereiten Kraska Freude. Stolz trägt sie den Karnevalsorden der Bismarcker Funken. Bei einer Karnevalsfeier hat sie den Orden bekommen, weil sie die älteste Bewohnerin ist. Ein Geheimrezept zum Alt werden hat Martha Kraska aber nicht, nur so viel: „Jopie Heester ist so alt geworden, das wollte ich auch immer schaffen.“