

FAM Aktuell

Freunde alter Menschen e.V. informiert

Sommer 2022



Shlomo mit seiner *Alten Freundin* Bärbel, 81 Jahre und Koordinatorin Linh Nguyen

Liebe Leserinnen und Leser,



Antonia Braun

wenn man so will hat die Corona-Pandemie das Thema Alterseinsamkeit in zweifacher Hinsicht verstärkt. Einerseits haben viele alte Menschen zum Schutz der Gesundheit freiwillig Kontakte reduziert. Wenn dazu Schicksalsschläge, Erkrankungen, abnehmende körperliche Mobilität oder Altersarmut die soziale Isolation begünstigen, wird es – für die meisten Menschen über 80 Jahre – fast unmöglich, sich ohne Hilfe aus diesem Zustand zu befreien.

Andererseits beobachten wir, dass es einfacher geworden ist, diesem „stillen“ Problem Gehör zu verschaffen. Seit über 30 Jahren geben wir dem Thema Alterseinsamkeit eine Stimme, leisten Aufklärungs-, und Netzwerkarbeit und setzen uns für generationenübergreifende Beziehungen ein. Einsamkeit im Alter hat viele Facetten und nicht jede Art der Begegnung passt für alle. Darum bemühen wir uns, unsere Angebote vielfältig zu gestalten und zunehmend



Reiner Behrends

auch präventiv tätig zu werden. Wir beobachten eine wachsende Nachfrage nach verbindlichen Besuchspartnerschaften. Um dem zunehmenden Bedarf gerecht zu werden, stärken wir unser Profil als moderne Freiwilligenorganisation. Der Ansatz, alten Menschen auf Augenhöhe zu begegnen und sie nicht als Hilfeempfänger zu betrachten, erzeugt eine hohe Resonanz.

Einsame alte Menschen haben keine „Lobby“ – Soziale Isolation und Einsamkeit zu verhindern ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Für die Kontinuität, mit der Sie unsere Arbeit begleiten und unterstützen danken wir Ihnen von Herzen.

Sommerliche Grüße


Ihre Antonia Braun und Reiner Behrends
Geschäftsführung



Die Rolle der Koordinatorin bei Freunde alter Menschen

Allen unseren Initiativen liegt das Ziel – menschliche Kontakte zur Linderung von Alterseinsamkeit zu knüpfen – zugrunde. Aktuell sind bundesweit 10 Koordinatorinnen mit 260 Wochenstunden aktiv.

Die Koordinatorinnen übernehmen eine Schlüsselstelle, ihre Aufgaben sind vielfältig – reichen von der Freiwilligenbetreuung hin zur Netzwerkarbeit über Veranstaltungsorganisation bis zur größten Herausforderung: einsame alte Menschen zu erreichen, ihr Vertrauen zu gewinnen und mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Ziel ist es, Freundschaften und soziale Kontakte gegen Einsamkeit im Alter zu stiften.

Vermittlung von Besuchspartnerschaften

Im Rahmen einer Besuchspartnerschaft trifft sich ein hochaltriger Mensch regelmäßig mit einem oder einer Freiwilligen. Die Koordinatorin nimmt sich viel Zeit, um in persönlichen Gesprächen herauszufinden, wer gut zusammenpasst und begleitet die Beziehungen kontinuierlich. Stand März 2022 sind 341 Besuchspartnerschaften und 63 Telefonpartnerschaften aktiv. Die größte Motivation ist der Zauber zwischenmenschlicher Begegnungen, wie diese Schilderung einer Koordinatorin zum Ausdruck bringt: „Der Moment, an dem feststand, dass sich zwischen ihr und der Freiwilligen, die ich ihr vorstellte, eine Besuchspartnerschaft anbahnte war magisch. Die beiden waren

sich auf Anhieb sehr sympathisch und unterhielten sich angeregt über Gott und die Welt. Ich freute mich, dass der Wunsch der älteren Dame, künftig nicht mehr allein zu sein, erfüllt werden konnte.“ Um dem wachsenden Bedarf an generationenübergreifenden Freundschaften gerecht zu werden, gehen die Koordinatorinnen zunehmend dazu über, Freiwilligen-Teams aufzubauen, die sie bei der Vermittlung unterstützen. Die Erfahrung zeigt, dass Freiwilligen-Teams – bei guter fachlicher Begleitung – die Qualität des Projekts erhöhen.

Nachbarschaften altersfreundlich gestalten

Das Projekt Generation Nachbarschaft ist seit 2020 in Hamburg aktiv und verfolgt einen präventiven Ansatz. Hier werden nachbarschaftliche, generationsübergreifende Netzwerke aufgebaut und gestärkt. Die Begegnungen älterer und jüngerer Nachbarinnen und Nachbarn stehen im Mittelpunkt. Die Koordinatorin beschreibt ihre Vermittlungsarbeit: „Manchmal ist es eine echte Herausforderung, sich gemeinsam mit den Freiwilligen-Teams immer wieder neue Formate für Nachbarschafts-Veranstaltungen auszudenken, die Jung und Alt gleichermaßen ansprechen und zum Teilnehmen und Vernetzen animieren.“

Community Care

In Hamburg und Berlin setzen wir das Projekt ‚Alt werden in Nachbarschaft‘ um. In Kooperation mit Baugenossenschaften unterhalten wir Beratungs- und Veranstaltungstreffpunkte für die älteren Mieter und für einsame alte Menschen aus der Umgebung. Ein wichtiges Ziel ist die Unterstützung beim gewünschten Verbleib in der eigenen Wohnung. Die Koordinatorin hilft durch die Vermittlung von Dienstleistern, Initiativen und Vereinen. Neben der Beratung finden regelmäßig Erzählcafés, Koch- und Spielrunden, gymnastische Angebote und Weihnachtsfeiern statt. Über die Jahre entstehen so verbindliche Beziehungen. Diese Vertrauensbasis ist während der heftigen Wellen der Pandemie, in der beängstigenden Situation des Ukraine Kriegs aber auch bei individuellen Problemen, die das Alter mit sich bringt, ein wertvoller Anker. Eine unserer *Alten Freundinnen* beschreibt die Wirkung so:



Ich bin sehr froh, dass ich euch gefunden habe und so herzlich aufgenommen wurde; ich bin immer wieder erstaunt, was der Verein für die alten Menschen auf die Beine stellt und sich intensiv kümmert; trotz der schweren Zeit jetzt bleibt der Zusammenhalt – das ist ganz wichtig für mich.

Margot (83 Jahre)

Mit Ihrer Spende machen Sie diese Angebote erst möglich!

In Freundschaft geborgen

Unsere *Alte Freundin* Inge hat mit ihren Freunden gute und schlechte Zeiten erlebt. Nach ihrem Tod erinnern sich die Freiwilligen gemeinsam an sie und halten ihr Andenken in Ehren.

Am 17. März ist unsere *Alte Freundin* Inge im Alter von 83 Jahren verstorben. Inge hat viele Jahre an den Vereinssangeboten, insbesondere den Besuchspartnerschaften, teilgenommen. Die blinde Dame hatte ihren Mann und ihren Sohn überlebt und keine weiteren Verwandten. Bevor sie zu Freunde alter Menschen kam, fühlte sie sich sehr einsam. Sie erzählte, dass sie Weihnachten bisher ganz alleine zuhause verbracht habe. Sie habe es in ihrer Wohnung nicht ausgehalten und sich ins Treppenhaus gesetzt und geweint.

Über Freunde alter Menschen e.V. lernte Inge dann Marion, Yan, Satish und Gabi kennen. Die vier Freiwilligen besuchten sie reihum und brachten viel Abwechslung und Bewegung in Inges Leben. Café-Besuche, Spaziergänge und gemeinsame Gespräche weckten ihre Lebensfreude wieder. An Heiligabend kam sie zur Weihnachtsfeier im Verein und genoss die familiäre Atmosphäre in Gemeinschaft. Unvergessen ist ihre kindliche Freude über den Gesang, das gute Essen und ein kleines, individuell für sie ausgesuchtes Geschenk.

In den letzten zwei Jahren verschlechterte sich Inges gesundheitlicher Zustand und sie zog in ein Pflegeheim. Dieser neue Lebensabschnitt und die Einschränkungen der Corona-Pandemie haben die alte Dame vor große Herausforderungen gestellt. Ihr Lebensmut schwand und sie war oft traurig. Auch in dieser Zeit waren ihr die Freiwilligen eine große Stütze. Die Anrufe und Besuche haben Inge bis zu ihrem Tod Zuversicht und Freude vermittelt.

Nun haben die vier Freunde bei einer Trauerfeier gemeinsam Abschied von Inge genommen. Sie erinnern sich an eine Frau, die ihr Leben selbstbestimmt gelebt und geliebt hat und die ihnen häufig mit ihrer Begeisterungsfähigkeit ein Lächeln entlockt hat. Marion, Yan, Satish und Gabi haben mit ihrer Zeit und ihrem Einsatz dazu beigetragen, Inge vor Isolation und Vereinsamung zu bewahren. Sie haben sie nicht allein gelassen.



Marion, Yan, Gabi und Satish gedenken Ihrer *Alten Freundin* Inge.

Werte teilen

Wir alle wünschen uns ein erfülltes Leben, in dem wir unsere Werte leben können und Beziehungen zu nahestehenden und vertrauten Personen pflegen können. Mit unseren Lieben teilen wir schöne, aber auch sorgenvolle Momente. Ein Leben ohne Familie und Freunde ist schwer vorstellbar. Doch das ist für viele alte Menschen, die nicht mehr mobil sind, traurige Realität.

Freunde alter Menschen e.V. gibt alten, zumeist hochbetagten Menschen ihre Lebensfreude wieder. Mit 643 Freiwilligen betreuen wir 703 *Alte Freunde*. Der Einsatz für alte Menschen ist kostenfrei, die Organisation und Betreuung des Einsatzes verursacht Kosten, die wir zum Großteil über private Spenden finanzieren. Wir freuen uns, wenn Sie unsere Werte teilen und den Einsatz für ein Leben im Alter mit ihrer Spende oder einer Testamentspende ermöglichen.

Unterstützen Sie weiterhin unsere Arbeit!

Spenden können Sie online unter www.famev.de oder auf unser Spendenkonto bei der Bank für Sozialwirtschaft

SWIFT/BIC: BFSWDE33BER
IBAN: DE72 1002 0500 0003 1436 01

Schenken Sie alten einsamen Menschen wieder Lebensfreude.

Sommer, Sonne, Ausflüge

Endlich sind gemeinsame Unternehmungen wieder möglich. An den Standorten werden unterschiedliche Aktivitäten geplant, die Alt und Jung zusammenbringen.

Nach zwei kontaktarmen Jahren sehnen sich viele der *Alten Freunde* danach, wieder einen Ausflug zu unternehmen, Freunde und Bekannte zu treffen und den Alltag mit neuen Eindrücken aufzuhellen. Wie gut, dass sich Freiwillige und Koordinatorinnen in Berlin, Hamburg, München, Köln und Frankfurt dafür einsetzen, ganz besondere Veranstaltungen zu planen.

In München fanden sich unsere *Alten Freunde* und Freiwilligen bereits im Mai zu einer Fahrrad-Rikschafahrt durch den Englischen Garten zusammen. Die Tour führte die Gruppe an Sehenswürdigkeiten wie das Hofgartentor, der Eisbachwelle und dem Chinesischen Turm. Danach kehrten alle bei Bier und Obadza ein. Die Zeit verging wie im Fluge; Frau B. (77), die sich an Sonntagen sonst einsam fühlt, hat „ganz vergessen, dass Sonntag ist.“ Zur Krönung konnte der Bus mit den Fußballspielern des FC Bayern München abgepasst werden, die dort zur Siegerehrung an den Marienplatz gefahren sind. Es war ein gelungener Ausflug für alle Beteiligten!



In Berlin werden 50 *Alten Freunde* und Freiwillige im Juli einen Ausflug zur Pfaueninsel unternehmen. Die Fahrt mit dem Reisebus, eine 7-Seen-Tour per Schiff, kleine Spazier-

gänge durch den Park sowie ein Mittagessen im Restaurant werden die *Alten Freunde* aus dem gesamten Berliner Stadtgebiet verwöhnen.

In Hamburg steht in diesem Sommer die Kunst auf dem Plan. In der Hamburger Kunsthalle können Alt und Jung gemeinsam an vier Terminen das Werk des Künstlers Ernst Wilhelm Nay kennenlernen. Dabei werden die farbtensiven Werke des Malers in der Gruppe erkundet und zugleich eigene kreative Entwürfe geschaffen.



In Köln haben unsere *Alten Freunde* junge Freiwillige in die Kunst des Bingo Spielens eingeführt. Sie trafen sich bei der Werbeagentur Palmer Hargreaves, die uns seit Jahren mit zeitlichem Engagement unterstützt. Bei warmen Waffeln, selbst gebackenem Erdbeerkuchen, Kaffee und Eierlikör verging die Zeit wie im Fluge und die Bingoregeln waren schnell erklärt.

Wir danken allen Unterstützerinnen
und Unterstützern, die diese Erlebnisse
ermöglicht haben.

Jetzt online spenden

unter www.famev.de