

FAM Aktuell

Freunde alter Menschen e.V. informiert

Herbst 2023



Am Internationalen Tag der älteren Menschen ist die gegenseitige Unterstützung zwischen den Generationen ein zentraler Aspekt. Auch an den Standorten von Freunde alter Menschen e.V. laden wir Alt und Jung gemeinsam ein.

Ein Tag für alte Menschen



Antonia Braun



Reiner Behrends

Im Dezember 1990 hat die UN Generalversammlung den 1. Oktober zum Internationalen Tag der älteren Menschen erklärt. An diesem Tag sollten ihre Lebenserfahrung, ihr Wissen und ihre Gelassenheit als Inspiration und Bereicherung für die jüngere Generation verstanden werden. Gleichzeitig wollte man auf die Herausforderungen aufmerksam machen, die mit einer immer älter werdenden Gesellschaft einhergehen: Vor allem in Großstädten lebt schon jetzt etwa die Hälfte der Menschen, die über 60 Jahre alt sind, allein. Häufig fehlen ihnen, unter anderem durch nachlassende Mobilität, Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe.

Im vergangenen Jahr forderte UN-Generalsekretär António Guterres deshalb die Förderung der „sozialen, wirtschaftlichen und politischen Inklusion aller Menschen jeden Alters“. Untrennbar damit verbunden seien die Ziele einer nachhaltigen Entwicklung, u. a.

lebenslanges Lernen, ein starker Sozial-schutz, Unterstützung zwischen den Generationen, Würde und Respekt.

Wie sozial, inklusiv und wertschätzend eine Gesellschaft tatsächlich ist, sieht man immer daran, wie sie mit den Menschen umgeht – unabhängig von Alter, Geschlecht, Herkunft oder Religion. Bei Freunde alter Menschen e.V. bringen wir Alt und Jung zusammen, um zu verhindern, dass Menschen sich mit zunehmendem Alter und nachlassender Mobilität einsam fühlen. Wir engagieren uns jeden Tag für alte Menschen – und der 1. Oktober steht im Zeichen besonderer Veranstaltungen und Aktionen, zu denen wir unsere *Alten Freunde* und Freiwilligen gemeinsam einladen.


Ihre Antonia Braun und Reiner Behrends
Geschäftsführung



Die Besuchspartnerschaften von Freunde alter Menschen e.V. wirken: Die alten Menschen, die am Programm teilnehmen, fühlen sich wieder glücklicher und sozial eingebunden.

Was Freunde alter Menschen e.V. bewirkt

Tagtäglich engagieren sich Freiwillige und Mitarbeitende bei Freunde alter Menschen e.V. Sie setzen Zeit und Herzblut ein, damit sich alte Menschen weniger einsam fühlen. Sie bringen die Gesellschaft voran und erzielen dabei die größtmögliche Wirkung.

Aber was genau ist mit Wirkung gemeint?

Bezogen auf gemeinnützige Arbeit spricht man immer dann von Wirkung, wenn eine Maßnahme zu Veränderungen

- bei der Zielgruppe (bei uns: der alten Menschen und Freiwilligen)
- in deren Lebensumfeld und/oder
- in der Gesellschaft insgesamt führt.

Wie kann die Wirkung unseres Angebots ermittelt werden?

Um die Wirkung unserer Besuchspartnerschaften messen zu können und Veränderungen zu dokumentieren, werden wir zukünftig Befragungen durchführen. Zu Beginn und sechs Monate nach Start einer Besuchspartnerschaft wird es um drei zentrale Fragen gehen:

1. Hat sich das Einsamkeitsempfinden der *Alten Freunde* verändert?
2. Wie schauen die *Alten Freunde* in die Zukunft?
3. Trägt eine Besuchspartnerschaft dazu bei, dass sich *Alte Freunde* wieder sozial eingebunden fühlen?

Darüber hinaus wollen wir herausfinden, was der regelmäßige Austausch mit alten Menschen bei unseren Freiwilligen bewirkt. Die Frage ist in ihrem Fall: Empfinden sie das Engagement als Bereicherung?

Durch diese Erhebungen dokumentieren wir die Veränderungen im Empfinden von *Alten Freunden* und Freiwilligen.

Wie wir wirken – Beispiele

Viele Hinweise auf die Wirkung unseres Besuchsprogramms erhalten wir bislang durch Telefonate und Briefe.

„Dass ich diese beiden Frauen kennenlernen durfte, bereichert mein Leben und macht mich glücklich.“

Annette (74), *Alte Freundin* aus Frankfurt

„Ich bin sehr glücklich, dass mir Kamal vorgestellt worden ist. Seine Besuche sind immer ein Highlight in meinem Alltag!“

Elisabeth (87), *Alte Freundin* aus Hamburg

„Lotti und ich haben nun schon über ein paar Jahre eine schöne Freundschaft. Sie ist auch für mich eine absolute Bereicherung.“

Saskia (31), *Freiwillige* aus Hamburg

Die Aussagen spiegeln das Gefühl der *Alten Freunde*, durch eine Freundschaft auf Augenhöhe wieder gesehen zu werden; die Freiwilligen schätzen die Lebenserfahrung der älteren Menschen. Die Beispiele stehen stellvertretend für

- die 365 Besuchspartnerschaften, die Freunde alter Menschen e.V. im letzten Jahr begleitet hat,
- über 12.000 Stunden gemeinsam verbrachte Zeit und
- über 200 Veranstaltungen an den Standorten, an denen 1.347 alte Menschen und 555 Freiwillige teilgenommen haben.

Das zeigt unter anderem, dass ältere Menschen durch regelmäßige Besuche offener für neue Kontakte werden und sich glücklicher und sozial eingebunden fühlen.

Ziemlich beste Freundinnen

Karin und Franziska haben sich über Freunde alter Menschen e.V. in Hamburg gesucht und gefunden. Die beiden Frauen haben Gemeinsamkeiten entdeckt, führen stundenlange Gespräche und vertrauen sich gegenseitig. Aus ihrer Besuchspartnerschaft wurde eine Freundschaft.

Franziska (34) hatte schon immer ein Herz für alte Menschen. Bereits während des Studiums war sie ehrenamtlich in einem Seniorenheim tätig. Im Sommer 2020, nach dem ersten Lockdown, hatte die junge Frau, die im Personalmarketing arbeitet, das dringende Bedürfnis etwas „zu tun“. Sie meldete sich bei Freunde alter Menschen e.V. in Hamburg – und erhielt bereits nach kurzer Zeit eine Nachricht: „Wir haben jemanden gefunden, der perfekt passen könnte.“



Karin und Franziska haben im Juni 2023 gemeinsam am Sommerausflug von Freunde alter Menschen e.V. auf dem Schaalsee teilgenommen und hatten gemeinsam eine tolle Zeit.

Die alte Dame war Karin (85) aus Borgfelde, eine von 300 *Alten Freunden*, die in Hamburg am Besuchsprogramm teilnehmen.

Karin hat 2014 ihren Ehemann verloren. Sie hat Kinder, Enkel und Urenkel, die sie regelmäßig sieht. „Aber Freunde sind etwas ganz Anderes“, sagt sie. „Und ich hatte eine Sehnsucht nach Menschen und dem Leben.“ Früher war sie als Verkäuferin tätig und genoss die regelmäßigen Gespräche mit Kunden. Als Franziska sie zum ersten Mal besucht, reden die beiden stundenlang. „Das war ein Volltreffer. Es passte gleich von der Chemie her.“ Seitdem besucht Franziska sie etwa einmal pro Monat – manchmal bleiben sie bei Karin, manchmal gehen sie Eis essen oder zu Hagenbeck in den Tierpark.

In den drei Jahren, die seitdem vergangen sind, hat sich zwischen den beiden quirligen Frauen eine tiefe Freundschaft entwickelt. „Für mich sind die Besuche bei Karin keine gute Tat“, betont Franziska. „Für mich sind das Treffen mit meiner Freundin Karin. Wir können uns alles erzählen.“ Karin wiederum sieht einen Schlüssel in ihren vielen Gemeinsamkeiten: „Wir haben den gleichen Glauben, wir haben beide zwei Schwestern, wir haben das gleiche Sternzeichen und wir quatschen beide gerne. Außerdem kann ich Franziska alles anvertrauen – und sie mir.“ Modische Gemeinsamkeiten teilen sie auch: Karin hat Franziska einen fließenden Sommerrock aus früheren Zeiten geschenkt, den diese begeistert trägt.

Beim nächsten Treffen erkunden die beiden Damen die Orte aus Karins Kindheit. Auf den Besuch beim Aal-Händler freuen sich beide sehr.

Für Franziskas Freund Jan-Hendrik waren die beiden Frauen offenbar eine Inspiration: In diesem Jahr hat auch er sich als Freiwilliger bei Freunde alter Menschen e.V. in Hamburg beworben.

**Ihre Spende macht die Vermittlung von
Besuchspartnerschaften möglich**

Jetzt online spenden unter
www.famev.de



Sommerzeit ist Ausflugszeit

An allen deutschen Standorten von Freunde alter Menschen e.V. genossen *Alte Freunde* und Freiwillige gemeinsam Sonnenschein, Geselligkeit und Unterhaltung. Im Vorfeld wurde wochenlang geplant und organisiert, damit es mit Boot, Rikscha, Bus oder Taxi ins Grüne, an den See oder in den Biergarten gehen konnte.

Berlin



Beim diesjährigen Sommerfest im zauberhaften Prinzessinnengarten gab es einen kreativen Workshop, an dem unsere Freiwilligen mit unseren *Alten Freunden* teilnehmen

konnten. Ende August fand ein weiteres Sommerfest für 45 *Alte Freunde* und Freiwillige in der Fasanerie im Berliner Stadtteil Lübars statt.

Frankfurt



In der Metropole am Main stand für *Alte Freunde* und Freiwillige der Besuch einer Äpfelwoi-Wirtschaft auf dem Programm. Bei sommerlichen Temperaturen wurden

auf der Terrasse zur Live-Musik von der Nachwuchskünstlerin DanaMaria typische Frankfurter Speisen und Getränke serviert.

Hamburg



Eine Bootsfahrt, die ist lustig – und wenn viele *Alte Freunde* und Freiwillige gemeinsam über den Schaalsee schippern, gilt das erst recht. Nach einer Landpartie mit dem Reisebus

durch drei Bundesländer ging es mit dem Boot über den tiefsten See Norddeutschlands. Zum Abschluss standen ein Spaziergang sowie Kaffee und Kuchen an.

Köln



Unter der Markise vom Haus am See ließ es sich für die *Alten Freunde* auch bei 30 Grad gut aushalten – und der Blick auf den Decksteiner Weiher war inklusive. „Wir sind

alle sonst alleine zuhause“, so unsere *Alte Freundin* Carmen im Anschluss. „Deswegen freue ich mich sehr, dass wir heute hier sind!“

München



Nach dem gemütlichen Sommerfest am neuen Büro von Freunde alter Menschen e.V. in München wurden die *Alten Freunde* auch in diesem Jahr mit Rikschas nach Hause gefahren.

Neben Buffet und Bingo machte Stephan Hilper von der Agentur „Gute Tat“ und dem Projekt Hofkonzerte Musik.

Freunde alter Menschen

Folgen Sie uns

Sie möchten immer auf dem Laufenden bleiben über unsere Aktivitäten?
Folgen Sie uns auf unseren Social Media Kanälen.

