



Dokumentation (nur Text)

Fachtagung Alt – einsam – isoliert!? Wege zur Teilhabe

am 13. und 14. Dezember 2018, Kassel

Impressum

Herausgeber

Der Paritätische Gesamtverband
Oranienburger Str. 13-14
10178 Berlin
Tel.: 030 24636-0
Fax: 030 24636-110
info@paritaet.org
www.paritaet.org

Inhaltlich Verantwortlicher gemäß Presserecht: Ulrich Schneider

Redaktion:

Ulrike Bauer

Gestaltung:

Christine Maier, Der Paritätische Gesamtverband

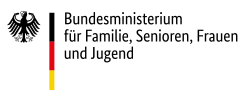
Bilder:

Titel: De Visu - Fotolia.com, alle weiteren © Der Paritätische Gesamtverband, sofern nicht anders angegeben.

Februar 2019

Die Veranstaltung wurde

Gefördert vom:



Vorwort

Seit dem vorigen Jahrhundert ist die Gefahr, in soziale Isolation zu geraten, in unserem Kulturkreis stetig gestiegen. Großfamilien mit mehreren Kindern und weiteren Angehörigen im Haushalt sind selten geworden, die Kirchen und ihr Gemeindeleben verlieren an Bedeutung, ebenso wie die Nachbarschaft. Weil Individualität immer wichtiger wird, geht die Bereitschaft zurück, sich den Bedingungen größerer Gemeinschaften unterzuordnen.

Auch in der Arbeitswelt hat sich das Zusammenleben in den vergangenen Jahrzehnten rasant verändert. Rationalisierung und beschleunigte Arbeitsprozesse führen dazu, dass immer weniger Zeit für informelle Sozialkontakte mit Kolleginnen und Kollegen sowie der Kundschaft bleibt. Und wer länger ohne Erwerbseinkommen ist oder keine ausreichende Altersrente hat, muss oftmals erleben, dass soziale Kontakte bröckeln, weil alltägliche Unternehmungen nicht mehr finanzierbar sind. Insbesondere für alte Menschen gehört, angesichts häufig auch eingeschränkter Mobilität, Einsamkeit zur traurigen Realität.

Die wachsende soziale Isolation stellt eine große Herausforderung dar. Die Bundesregierung hat dies erkannt und sich in ihrem Koalitionsvertrag vorgenommen, „angesichts einer zunehmend individualisierten, mobilen und digitalen Gesellschaft Strategien und Konzepte zu entwickeln, die Einsamkeit in allen Altersgruppen vorbeugen und Vereinsamung bekämpfen“. Dabei sieht sie die Kirchen, Religions- und Weltanschauungsgemeinschaften sowie Wohlfahrtsverbände als Stifter von Identität und Wertevermittlung. Mit ihrer Arbeit leisten diese einen wichtigen Beitrag zum Zusammenhalt unserer Gesellschaft.

Mit seiner verbandsübergreifenden Fachtagung zum Thema „Alt, einsam, isoliert!? – Wege zur Teilhabe“ hat der Paritätische Gesamtverband Mitte Dezember 2018 Initiativen, Vereinen und Akteur*innen der Zivilgesellschaft eine Plattform gegeben, ihre erfolgreichen Projekte gegen Einsamkeit und Isolation vorzustellen. Gleichzeitig diente die Tagung der Vernetzung und bot die Möglichkeit, Impulse für andere Interessierte zu geben.

Mit ihren vielfältigen Projekten zeigten die Teilnehmenden auf, dass es viele Möglichkeiten gibt, Einsamkeit und sozialer Isolation, gerade auch im Alter, etwas entgegen zu setzen.

Im Folgenden sind die wichtigsten Erkenntnisse aus den Vorträgen und Diskussionen zusammengefasst.

Die Veranstaltung wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und der Glücksspirale.



Prof. Dr. Rolf Rosenbrock



Die Tagungsstätte in Kassel

Inhalt

Vorwort	3
Begrüßung und Einführung	
• Prof. Dr. Rolf Rosenbrock, Vorsitzender, Der Paritätische Gesamtverband	6
Risiko Einsamkeit in Deutschland	
• M. Sc. Susanne Bücker, Ruhruniversität Bochum	11
„Einsamkeit – Alleinsein – Netzwerklücken im höheren Alter“	
• Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt, KDA.....	12
Politik und Verwaltung im Spannungsfeld – Kommunale Praxis	
• Andreas-Paul Stieber, Stadt Düsseldorf	13
Hilfe für alte Menschen in schwierigen Lebenslagen	
• Holger Marx, Sozialpsychiatrischer Dienst, Kreisverwaltung Mainz-Bingen	14
Workshops-Phase I: Institutionen und Lebensformen	
WS A: Religion und Gesellschaft	15
<i>Moderation und Protokoll : Dr. Wolfgang Busse, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Matthias Krieg, 7 gegen Einsamkeit, Caritas Paderborn	16
• Ingrid Reich, Frauennotruf München	17
• Katharina Steinich, Caritas Rhein-Mosel-Ahr	18
WS B: Quartier und Dorfgemeinschaft	19
<i>Moderation und Protokoll: Mara Dehmer, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Thomas Nerlinger / Daniela Kösters, Dorf 2.0, Gesundheitsregion EUREGIO	20
• Gisela Gehrmann (Schickes Altern), Gesundheitsbuddy, Potsdam	21
• Michael Bruder, Gemeinde Eichstetten am Kaiserstuhl	22
WS C: Familie	23
<i>Moderation und Protokoll: Thorsten Mittag, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Gudrun Münchmeyer-Eliş, Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien	24
• Bernd Naumann, Ria Ostwald, Quäker Nachbarschaftsheim, Köln	25
• Christine Halbrichter, Mehrgenerationenhaus Dorflinde Langenfeld	26
WS D: Arbeitswelt	27
<i>Moderation und Protokoll: Lisa Schmidt, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Alexander Wagner, DGB Senioren Frankfurt/Main	28
• Günter Kuhn, Senior Experten Service SES, Kassel	29
• Angela Schönemann, Arbeit und Bildung, Marburg	30

Workshops-Phase II: Menschliche Bindungen schaffen	
WS E: Internet und social media	<u>31</u>
<i>Moderation und Protokoll: Lisa Schmidt, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Elke Schilling , Silbernetz, Berlin	<u>32</u>
• Dagmar Hirche , Wege aus der Einsamkeit, Hamburg	<u>33</u>
• Katharina Hefenbrock , Sozio-Med-Mobil, DRK Wolfenbüttel	<u>34</u>
WS F: Vereine und Verbände	<u>35</u>
<i>Moderation und Protokoll: Joachim Hagelskamp, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Dieter Hackler , Grüne Damen, Berlin	<u>36</u>
• Karolina Molter , DRK – Besuchsdienst, Berlin	<u>37</u>
• Asli Peker Gaubert , Volkssolidarität Berlin	<u>38</u>
WS G: Selbsthilfe	<u>39</u>
<i>Moderation und Protokoll: Dr. Wolfgang Busse, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Alfred T. Hoffmann , Die Abbeyfield-Idee	<u>40</u>
• Bettina Schau , Das GIA-Haus, Kassel	<u>41</u>
• Elke Dorothea Badur-Siefert , Uhlenbusch GmbH, Bosau	<u>42</u>
• Erwin Stroot , Wohnen für Hilfe, Münster	<u>43</u>
WS H: Begegnungsstätten und aufsuchende Hilfe	<u>44</u>
<i>Moderation und Protokoll: Thorsten Mittag, Der Paritätische Gesamtverband</i>	
• Elsbeth Rütten , Ambulante Versorgungsbrücken, Bremen	<u>45</u>
• Olaf Schwarzenberger , Volkssolidarität Reichenbach	<u>46</u>
• Günter Lühning , Dorfladen-Netzwerk, Kirchlinteln-Otersen	<u>47</u>
Ideenwerkstatt – Was brauchen wir?	<u>48</u>
Schlusswort	
• Joachim Hagelskamp , Der Paritätische Gesamtverband	<u>49</u>
Anlage: Verzeichnis der durch Teilnehmende vertretenen Organisationen	<u>50</u>

Begrüßung und Einführung

- **Prof. Dr. Rolf Rosenbrock,**
Vorsitzender des Paritätischen Gesamtverbandes



Prof. Dr. Rolf Rosenbrock

1. Der Mensch ist ein geselliges Lauftier

Genetisch ist der Mensch in vielerlei Weise geprägt, Epigenetik und Lebensbedingungen tun ein Übriges, um die Verschiedenheit und Vielfalt unserer Spezies hervorzubringen. Aber im Kern gilt: Der Mensch ist ein geselliges Lauftier. Unsere Spezies befindet sich dabei in guter Gesellschaft: Viele Säuger sind gesellige Lauftiere, Pferde, Elefanten, die meisten Gazellen und viele andere.

Geselliges Lauftier – was heißt das beim Menschen? Der Mensch lebt in Gemeinschaften, in konzentrischen Kreisen von Kontakten und Beziehungen um sich herum, im Mittelpunkt die stärksten Beziehungen, Primärbeziehungen, immer noch meist die Familie, drum herum mit meist abnehmender Intensität Kolleg*innen, Nachbarn, Jugendfreundinnen, Schul- und Studienkameraden, Kirchengemeinden, Einkaufs-, Spielplatz- und Hunde-Bekanntschaften, Interessen- und Hobby-Gemeinschaften, Sport, Alltagskontakte bei Spaziergängen und Besorgungen. Gruppen finden sich und lösen sich wieder auf, einzelne Beziehungen überdauern, Netzwerke entstehen. Netzwerke sind mitgestaltbar, man kann in seinem Netzwerk aktiv sein oder abwartend, man kann sich zeitweise auch mal ganz zurückziehen. Netzwerke bieten vielfältige Hilfe und, kein Bisschen weniger wichtig, das Gefühl: man wird gebraucht. Geselligkeit ist ein anregender und Leben spendender Möglichkeitsraum.

Leben spendend? Ja. Gesundheitswissenschaften haben ein gutes Instrumentarium dafür, zu erkennen, was der Mensch zum Leben braucht. Messpunkte sind: wie gesund er sich fühlt, ob und woran er krank wird und wie lange er lebt. Diese Faktoren sind – entgegen landläufiger Meinung – ganz überwiegend nicht von der Medizin zu beeinflussen, bestimmen aber in großem Ausmaß die Qualität, die Gesundheit und die Länge unseres Lebens.

Menschen haben eine gute Lebensqualität und ein langes Leben, wenn sie gut gebildet sind, wenn sie ein gutes Einkommen haben. Geld ist in der Marktgemeinschaft der Generalschlüssel für Teilhabe, und Bildung eröffnet Zugänge zur Welt und zu Menschen und damit größere Freiheit der Gestaltung des eigenen Lebens. Die im Bevölkerungsdurchschnitt steigende Lebenserwartung ist ja in erster Linie nicht eine Folge verbesserter Krankenversorgung und Medizin (so wichtig dies ist), sondern das Ergebnis verbesserter Lebensbedingungen durch höheres verfügbares Einkommen und verbesserte Infrastruktur, durch bessere Bildung und ein trotz aller Defizite und Rückschläge verbessertes Gesundheitsverhalten, also insgesamt: durch Verbesserung und Vermehrung von Dingen und Verhältnissen, die der Gesundheit zuträglich sind.

Solche Lebensverhältnisse sind auch günstig für die Entwicklung dessen, was wir die subjektiven Gesundheitsressourcen nennen und die für Gesundheit und Lebensdauer ebenso wichtig sind: ein starkes und stabiles Selbstwertgefühl, die Sicherheit, selbst gesetzte Ziele auch erreichen zu können (Selbstwirksamkeitsgefühl), das Erleben von Sinn und – unser Thema – die Eingebundenheit in gegenseitig hilfreiche soziale Netzwerke. Bricht oder schwindet diese Eingebundenheit, also die Geselligkeit, dann werden auch die anderen Ressourcen – Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeitsgefühl und Sinnerleben – brüchig, die Lebensqualität sinkt, die Anfälligkeit für Krankheit steigt

Vor allem die Ressourcen Bildung und Geld sind in unserer Gesellschaft sehr ungleich verteilt. Der Armutsbericht 2018 des Paritätischen zeigt das wieder einmal sehr eindrucksvoll. Das führt zu den großen und stabilen Ungleichheiten der Gesundheitschancen und der Länge des Lebens; denn die sozialen Verhältnisse verteilen nicht nur die Gesundheitsbelastungen sondern auch die Gesundheitsressourcen sehr ungleich. Deswegen findet sich in allen Studien Einsamkeit, vor allem

unfreiwillige und als Defizit empfundene Einsamkeit, sehr viel häufiger bei armen Menschen. Das bedeutet auch: je mehr Altersarmut, desto mehr Einsamkeit.

Gesundheitsförderung zielt nun darauf ab, diese Unterschiede zu verringern. Dabei geht es im Kern darum, durch Ermöglichung und Unterstützung von Teilhabe die psychosozialen Gesundheitsressourcen – also Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeitsgefühl und die Einbindung in hilfreiche soziale Netze –, zu fördern und zu entwickeln. Sie lassen sich auch unter schwierigen Lebensbedingungen entwickeln.

2. Was passiert, wenn Geselligkeit nicht funktioniert?

Louise Hawkley und Kollegen (2010) fassen es in ihrer Studie "Loneliness matters" so zusammen: Ungewollte Einsamkeit ist das soziale Äquivalent von physischem Schmerz, Hunger und Durst. Der Schmerz des Alleinseins sowie der Hunger und Durst nach sozialer Verbundenheit treiben uns an zur Herstellung und Aufrechterhaltung sozialer Verbindungen. Und wenn dies nicht gelingt? Das Gefühl, einsam und verlassen zu sein führt im Durchschnitt zur Erhöhung von Morbidität und Mortalität, zur Erhöhung des Körpergewichts, höherem Blutdruck, höherem Risiko für Herzinfarkt und Diabetes. Chronische Einsamkeit ist assoziiert mit Persönlichkeitsstörungen und Psychosen, mit mehr Depressionen und Suizid, und es gibt auch einen starken Zusammenhang mit Demenz.

Und wie wirkt Einsamkeit? Auch dazu noch einmal Louise Hawkley und Kollegen: Das Gefühl, sozial isoliert zu sein ist gleichbedeutend mit Unsicherheit. Das führt zu erhöhter/überhöhter Wachsamkeit gegenüber Bedrohungen aus der Umwelt. Unbewusste Bemühungen, soziale Bedrohungen rechtzeitig zu erkennen, führen zu verzerrter Wahrnehmung: Im Vergleich mit nicht einsamen Menschen sehen einsame Menschen ihre Umwelt eher als bedrohlich an. Sie erwarten mehr negative soziale Interaktionen und erinnern sich auch häufiger an negative Interaktionen. Negative Erwartungen an die soziale Umwelt führen dazu, bei anderen Menschen besonders stark solche

Verhaltensweisen wahrzunehmen, die die eigenen Erwartungen bestätigen. Auf diese Weise werden die psychischen Mechanismen der sich selbst erfüllenden Prophezeiungen freigesetzt. In der Folge distanzieren sich einsame Menschen von möglichen Kommunikations- und Interaktionspartnern und sehen die Gründe für das Nichtzustandekommen von Kontakten bei den Anderen und damit außerhalb ihrer Einflussmöglichkeiten. Dieser sich selbst verstärkende Weg in die Einsamkeit wird von Gefühlen der Feindseligkeit, von Dis-Stress, Pessimismus, Ängstlichkeit und dem Schwinden von Selbstwertgefühl begleitet. Damit werden auch neurobiologische Mechanismen aktiviert, die gesundheitlich ungünstige Verhaltensweisen aktivieren und generell die Gesundheit weiter belasten. Eine der Konsequenzen von Einsamkeit und der damit einhergehenden Erwartung sozialer Bedrohungen ist die Verminderung der Fähigkeit zur Selbstregulation. Diese Fähigkeit, die eigenen Gedanken, Gefühle und das eigene Verhalten zu kontrollieren ist aber notwendig, um eigene Ziele zu erreichen und soziale Normen beziehungsweise Erwartungen zu erfüllen. Das Gefühl, sozial isoliert zu sein, behindert die Fähigkeit zur Selbstregulation derart automatisch, dass solche Entwicklungen außerhalb der eigenen Aufmerksamkeit beziehungsweise Wahrnehmung verbleiben. Gelingende Gefühlsregulation verbessert die Fähigkeit, das eigene Verhalten zu steuern, sie führt unter anderem zu mehr Bewegung, während Einsamkeit die körperliche Aktivität vermindert: Das Lauftier läuft mehr, wenn es gesellig lebt. Einsamkeit erhöht das Risiko für Übergewicht und Fettleibigkeit, führt zu mehr Alkoholkonsum und mindert zwar nicht unbedingt die Schlafdauer, aber vor allem die Schlafqualität.

Das alles beschädigt nicht nur Lebensqualität und Gesundheit, sondern bleibt auch nicht ohne Wirkung auf die Lebensdauer: In einer methodisch gründlichen Zusammenschau aller brauchbaren vorliegenden Studien mit insgesamt über 300.000 Teilnehmern kamen Julianne Holt-Lunstad und Kollegen (2010) zu dem Ergebnis, dass Einsamkeit das Sterberisiko um circa 50 Prozent erhöht, wenn die Einsamkeit als unglücklich empfunden wird, sogar um 90 Prozent.

Wir sehen: Der Mangel an der Ressource „soziale Netze“ wirkt sich wie eine eigenständige Belastung aus und wird dadurch zu einem ernstem Gesundheitsproblem.

3. Was behindert die Geselligkeit?

Vereinzelung des Menschen in der Moderne ist seit 100 Jahren Thema der Soziologie und der Sozialpsychologie. Das Thema ist also nicht neu, aber die Folgen werden jetzt immer sichtbarer – und das ist gut so.

Die Zahl der Singlehaushalte steigt kontinuierlich: Waren es 1991 noch 11,8 Millionen Haushalte, so waren es 2017 bereits 17,26 Millionen Haushalte (+ 57 Prozent). Rund 14 Prozent der Menschen in Singlehaushalten geben an, dass sie sich einsam fühlen. Nicht berücksichtigt sind dabei die Menschen, die in Gemeinschaftsunterkünften leben (Pflegeheime, Behindertenwohnheime).

Das klassische Modell der Drei-Generationen-Familie mit drei und mehr Kindern unter einem Dach kommt immer seltener vor. Immer häufiger entstehen Konstellationen, bei denen zum Beispiel die Eltern in Kassel leben, die Großeltern in Marburg und Aschaffenburg und die Kinder in Kiel und Brüssel. Bereits 2011 stellten Eltern mit drei und mehr Kindern nicht einmal mehr fünf Prozent aller Haushalte. Die häufigste Wohnform ist der Singlehaushalt, rund 41 Prozent der Bevölkerung leben allein in einer Wohnung, so das Statistische Bundesamt. In den Großstädten ist der Anteil noch viel höher. So lebt zum Beispiel in Hamburg in 54 Prozent aller Haushalte nur ein Mensch. Rund 34 Prozent der Alleinlebenden sind älter als 64 Jahre alt, davon sind rund 44 Prozent Männer und 56 Prozent Frauen. Faktoren wie gesundheitliche Einschränkungen, geringes Einkommen und Partnerlosigkeit kumulieren miteinander, je älter der Mensch wird. Ein höheres Risiko tragen dabei Männer.

Auch die Alltagskontakte dünnen sich aus: Bezahlen an der anonymen Supermarktkasse statt Beratung und Austausch im Laden, das Eintippen der Geheimzahl am Geldautomat tritt an die Stelle des kurzen Schwatzes am Bankschalter, durch die Rund-um-die-Uhr-Verfügbarkeit von Waren und Dienstleistungen entfallen viele früher selbstverständliche Begeg-

nungsrhythmen. Und natürlich führt auch die Digitalisierung zunächst einmal nicht zu einer Vermehrung persönlicher Kontakte.

Der Mensch, das gesellige Lauftier, ist aber auch anpassungsfähig. Und es wird auch nicht alles schlimmer. Vielfach treten an die Stelle der Familie frei gewählte Freundeskreise. Der deutsche Alterssurvey verzeichnet für das Jahr 2014 gegenüber 1996 eine Zunahme der Menschen mit einem engen Netzwerk aus Freundinnen und Freunden, und auch die durchschnittliche Anzahl der Menschen in diesem engeren Netzwerk hat zugenommen. Es zeigt sich aber auch hier: Wer die bessere Bildung hat, hat mehr Freundinnen und Freunde und hat auch öfter Partner für Freizeitaktivitäten. Aber diese positiven Entwicklungen können nicht über die Schattenseiten hinwegtäuschen: Weniger als ein Viertel (22 Prozent) der 70- bis 85-Jährigen nennt im Jahr 2014 Freundinnen oder Freunde, die emotionale Unterstützung leisten können. Drei Viertel der alten Menschen haben keine solche Unterstützung. Auch bei den 40- bis 54-Jährigen ist dies weniger als die Hälfte (44,8 Prozent). In der internationalen Literatur findet sich immer wieder der Befund, dass sich zehn Prozent aller Menschen (also nicht nur der Alten) oft allein und einsam fühlen, ein Drittel der Befragten hat einen nahen Freund oder Verwandten, den sie für sehr einsam halten, und die Hälfte der Bevölkerung meint, dass die Menschen in unserer Gesellschaft generell einsamer werden. Das sind gewichtige und massenhafte Defizite, die zum Handeln auffordern.

4. Was ist zu tun?

Was tun andere?

In Großbritannien wurde Anfang 2018 Tracey Crouch als Staatssekretärin mit dem Kampf gegen die Einsamkeit betraut. „Einsamkeit ist die traurige Realität des modernen Lebens“, begründete Premierministerin Theresa May die Entscheidung für das neue Amt. In Großbritannien leben rund 65,6 Millionen Menschen – neun Millionen Einwohner fühlen sich nach Angaben des englischen Roten Kreuzes häufig oder immer einsam. May bezog sich auf die am stärksten betroffene Gruppe: Senioren oder Pflegebedürftige seien

„Menschen, die niemanden haben, mit dem sie reden oder ihre Gedanken und Erfahrungen teilen können“. Studien des Roten Kreuzes haben ergeben, dass etwa 200.000 Senior*innen in Großbritannien nur einmal pro Monat mit einem Freund oder einem Verwandten ein Gespräch führen. Die menschlichen Stimmen, die sie im Rest der Zeit hören, kommen aus dem Radio und dem Fernseher. Diese „Epidemie im Verborgenen“, wie die Organisation die zunehmende Einsamkeit in der Bevölkerung bezeichnet, könne die Lebenserwartung senken.

In Frankreich können seit Mai 2017 Angehörige ab 19,90 Euro pro Monat den Briefträger ein- bis sechsmal pro Woche zu den betagten Eltern schicken. Dieser verbringt dann rund zehn Minuten mit dem Senior, plaudert mit ihm, macht auf Wunsch hin auch beim Kaffeekränzchen kurz mit – fast wie in früheren Zeiten, als das einfach zum Beruf des Postboten dazugehörte. Im Abo inbegriffen ist auch das Fragen nach Wünschen für den Einkauf, nach dem Befinden und das Mitteilen von Nachrichten der Familie. Um die jüngere Generation zu beruhigen, erfasst der Postbote anschließend auf einer entsprechenden App ein kurzes Resümee des Besuchs für die Angehörigen. Der neue Service ist Teil der Diversifikationsstrategie der französischen Post, da sich mit dem Zustellen von Briefen zunehmend weniger Umsatz machen lässt. Eine Idee, die angeblich auch in Deutschland in Kreisen der Deutschen Post AG diskutiert wurde. Aber ob es der richtige Weg ist, Einsamkeit durch gekaufte Dienstleistungen zu kompensieren, bleibt zu diskutieren.

Auch die neue Bundesregierung stellt sich dieser Entwicklung. Im Koalitionsvertrag heißt es im Kapitel IX. (Seite 118): „Gesellschaft und Demokratie leben von Gemeinschaft. Familiäre Bindung und ein stabiles Netz mit vielfältigen sozialen Kontakten fördern das individuelle Wohlergehen und verhindern Einsamkeit. Angesichts einer zunehmend individualisierten, mobilen und digitalen Gesellschaft werden wir Strategien und Konzepte entwickeln, die Einsamkeit in allen Altersgruppen vorbeugen und Vereinsamung bekämpfen.“ Das klingt gut, dabei wollen wir gerne mitwirken.

Für die Lösung dieser selbst gestellten Aufgabe gibt es sicherlich keine Patentrezepte, aber wir fangen auch nicht bei Null an.

Die zentrale Leitlinie einer modernen Politik für eine alternde Gesellschaft muss es sein, Teilhabe und Engagement zu ermöglichen, den Menschen Gründe und Chancen zur Aktivierung zu geben. Dazu erfahren wir hier von Beispielen aus Düsseldorf und Mainz. Wohlfahrtsverbände und ihre Gliederungen und Einrichtungen können dazu Angebote und Orte und Rahmenbedingungen schaffen. Und dies gelingt, wenn der Paragraf 71 des Sozialgesetzbuchs XII über die Altenhilfe beim Wort genommen und die dort im Einzelnen aufgeführten Maßnahmen zur Ermöglichung von Teilhabe als Aufgabe ernst genommen werden. Ob es weiterhin sinnvoll ist, die Altenhilfe als freiwillige Aufgabe der Kommunen zu handhaben, oder ob Altenhilfe Pflichtaufgabe werden muss – auch das muss diskutiert werden. Schließlich finden wir die größten Einsamkeitsprobleme in denjenigen Kommunen, in denen die Armut am größten ist. Und diese Kommunen können meist kein Geld dafür ausgeben, weil ihre Finanzmittel von den Pflichtaufgaben vollständig verbraucht werden.

Jedenfalls enthält dieser Paragraf in den sechs Punkten seines zweiten Absatzes gute Leitlinien, wie Isolation und Einsamkeit vermieden und wie älteren Menschen Teilhabe ermöglicht werden kann. Damit Nachbarschaften zum Beispiel durch Nachbarschafts- oder Quartiersprojekte gefördert werden, damit in Mobilitäts- und Nahversorgungskonzepten investiert wird, Barrierefreiheit im öffentlichen und auch im privaten Sektor selbstverständlicher ist und nicht nur die Bedrohungen, sondern auch die Chancen der Digitalisierung ankommen.

Wie dies bereits vor Ort in Kirchen, Gemeinden und Wohlfahrtsverbänden gelingt, zeigen die 24 Projekte, die sich Ihnen in den acht Workshops dieser Tagung vorstellen werden.

Viele dieser positiven Beispiele zeigen die Chancen und Möglichkeiten auf, wie es gelingen kann, Orte und Rahmen zu schaffen, Einsamkeit zu vermeiden.

Zugleich zeigen sie jedoch auch auf, dass es stets auch beim Individuum liegt, sich zu beteiligen und einzubringen. Gerade in einer alternden Gesellschaft bedarf es deshalb zugleich eines Wandels – weg vom Einkauf von Hilfe hin zu mehr Selbsthilfe und eigenem Engagement. Auch hier begegnen wir der säkularen Innovation in der sozialen Arbeit, mit der wir noch lange nicht zu Ende sind: der Wandel der sozialen Arbeit von der paternalistischen Fürsorge hin zur Unterstützung der Selbsthilfe.

Es wäre ein wichtiger erster Schritt, bestehende Angebote und Einrichtungen daraufhin zu durchforsten, ob sie so weit wie möglich diesem Kriterium genügen. Ein weiterer notwendiger Schritt ist die Prüfung, ob die heute bestehenden Angebote auch wirklich die Bedürftigsten erreichen. Denn das muss die Zielmarke bleiben. Auch in der Altenhilfe und auch bei der Verminderung von Einsamkeit gilt das Präventionsdilemma: Wir erreichen mit unseren Projekten und Angeboten regelmäßig die, denen es noch relativ gut geht. Mit dem Ergebnis, dass Angebote ankommen und Projekte erfolgreich sind, am Ende aber die Ungleichheit größer ist als vorher. Erfahrung aus anderen Bereichen und Projekten zeigen, dass es oft nicht ohne ganz persönliche Ansprache gehen wird; dazu werden Senioren gebraucht, die Angebote zur Kommunikation, zum Mitmachen, zum Sport oder was auch immer persönlich und direkt an die Personen herantragen und sie zur Aktivierung gewinnen. Das ist eine neue Form von Selbsthilfe, und sie sollte ausgebaut werden.

Das Leben der meisten Menschen ist immer noch kleinräumig organisiert, das Quartier bleibt deshalb der wichtigste Ansatzpunkt. Im Pflegestärkungsgesetz III, im Programm Soziale Stadt, im PsychVVG (Gesetz zur Weiterentwicklung der Versorgung und der Vergütung für psychiatrische und psychosomatische Leistungen), in der kommunalen Gesundheitsförderung nach dem Präventionsgesetz, bei den Konzepten für die Integration von geflüchteten Menschen – überall wird die Bedeutung des Sozialraums als zentraler Ansatzpunkt hervorgehoben. Die Praxis entspricht dem nur sehr selten. Denn gute Arbeit im Sozialraum ist immer Gemeinwesenarbeit. Sachlich geboten wäre deshalb ein Quartiersmanagement, das all diese Gruppen einbezieht und ihnen durch direkte Partizipation Möglichkeiten und Anreize gibt, ihre physische und soziale Umwelt gemeinsam zu gestalten. Leider scheitert dieser Ansatz aber meist immer noch an oftmals unüberwindbaren bürokratischen Hürden, weil verschiedene Träger und Finanziere zuständig sind. Auch dies ist ein Thema, das angegangen werden muss, wenn Einsamkeit überwunden werden soll. Denn das Ziel ist unstrittig: Wir wollen in den Kommunen die Sozialräume so gestalten, dass Alte und Junge, Männer, Frauen und Diverse, Ansässige, Migrant*innen und Flüchtlinge, Gesunde und Unterstützungsbedürftige, Sportler und weniger Aktive hinreichend Möglichkeiten und Anreize finden, mit oder ohne professionelle Unterstützung sich selbstbestimmt kennenzulernen, miteinander zu kommunizieren, miteinander zu gestalten und miteinander zu leben, das wäre der wichtigste Beitrag zur Verminderung von Einsamkeit.

Vortrag: Risiko Einsamkeit in Deutschland

- M. Sc. Susanne Bücken, Ruhruniversität Bochum



Susanne Bücken

Während Großbritannien bereits eine „Ministerin für Einsamkeit“ hat, um der zunehmenden Vereinsamung vieler Briten entgegenzuwirken, gibt es in Deutschland bisher nur wenig Forschung zum Thema Einsamkeit und zu deren gesundheitlichen Auswirkungen. Eine Studie der Ruhr-Universität Bochum gilt als der erste Versuch, Einsamkeit in Deutschland vom jungen bis ins sehr hohe Erwachsenenalter statistisch zu erfassen. Susanne Bücken stellte die Studie, deren Ergebnisse und ihre Schlussfolgerungen vor.

Einsamkeit, so Bücken, beschreibt die Diskrepanz zwischen dem Wunsch nach sozialen Beziehungen und den tatsächlichen sozialen Beziehungen, die ein Mensch hat. Wer weniger enge emotionale Bindungen hat, als er oder sie sich wünscht, fühlt sich meist einsam. Doch auch Menschen, die viele Kontakte haben, können unter Einsamkeit leiden. Denn die Qualität und Intensität der Beziehung spielt meist eine noch größere Rolle als die Anzahl an Sozialkontakten. Daher fühlt sich längst nicht jede/r einsam, der oder die nur wenige soziale Kontakte hat.

Das Gefühl von Einsamkeit sei grundsätzlich nichts Ungewöhnliches, sondern gehöre phasenweise zum Leben vieler Menschen, so die Psychologin und Wissenschaftlerin. Es treffe auch junge Leute. Problematisch werde es erst, wenn es über einen langen Zeitraum anhalte, also chronisch werde.

Einsamkeit hängt sowohl von materiellen als auch nicht-materiellen Ressourcen einer Person ab, führte die Wissenschaftlerin aus. Sie wird also beeinflusst durch Fakten wie Armut und Arbeitslosigkeit, aber auch durch genetische Veranlagung, emotionale Stabilität, die gesundheitliche Situation, Wohnumstände und Beziehungsstatus. „Einsamkeit schmerzt“, so Susanne Bücken. Und sie ist gesundheitsschädlich: Sie kann zu erhöhtem Blutdruck führen, zu höherer Anfälligkeit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und mithin zu erhöhter Sterblichkeit. Möglichkeiten, der Einsamkeit zu begegnen sind laut Bücken im Bereich der persönlichen Intervention folgende: stärkere soziale Unterstützung der Betroffenen und Hilfe beim Aufbau neuer Kontakte (zum Beispiel Kommunikationstraining), Auseinandersetzung mit Bewertung gelungener oder nicht gelungener sozialer Interaktionen (z.B. Erwartungshaltung, verzerrte Wahrnehmung), und Entstigmatisierung von Einsamkeit in der Gesellschaft.

Kontakt:

Susanne Bücken, M.Sc.
Ruhr-Universität Bochum
Universitätsstr. 150
IB 4/179 44801 Bochum,
Tel.: 0234 3227986
E-Mail: susanne.buecker@rub.de
www.pml.psy.rub.de

Vortrag: Einsamkeit – Alleinsein – Netzwerk-Lücken im höheren Alter



Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt

- **Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt**
Vorstandsvorsitzender des Kuratoriums Deutsche Altershilfe e.V.

Immer mehr Menschen werden immer älter – diese Hochaltrigkeit, die es zuvor in der Geschichte der Menschheit nicht gab, stellt unsere Gesellschaft vor neue Herausforderungen. Mit ihnen beschäftigte sich Professor Dr. Frank Schulz-Nieswandt in seinem Fachvortrag aus soziologischer und anthropologischer sowie sozialpolitischer Perspektive.

Ein hohes Alter zu erreichen, gehe für den einzelnen Menschen mit beachtlichen Risiken einher, machte Schulz-Nieswandt deutlich. Mit gesundheitlichen und körperlichen Einschränkungen stelle sich auch eine höhere Verletzbarkeit und Gefährdung ein. Daher sei der Mensch zwingend auf sorgende Gemeinschaften im Rahmen sozialer Infrastrukturlandschaften angewiesen. Bewältigung von Risiken durch soziale Unterstützung ist das Stichwort. Im Fokus müsse die Lebensqualität stehen, die Teilhabe als sozial eingebettete Person. Schulz-Nieswandt sprach in diesem Zusammenhang von „Sozialraum statt Selbstversorgung zu Hause“. Es stelle sich dabei aber auch die Frage, wie offen die Ge-

sellschaft gegenüber dem „homo patiens“ sei. Denn dieser konfrontiere sie mit der Tatsache, dass das menschliche Dasein als Zumutung empfunden werden könne, da der Mensch ja letztlich zum Tode hin lebe. Selbst die beste Sozialpolitik könne dem Menschen diese dramatische Seite seines nicht selten tragischen Daseins nicht ersparen, räumte Schulz-Nieswandt ein. Aber eine ganzheitlich integrierte Versorgung hochaltriger, hilfebedürftiger Menschen werde durch Schnittstellenprobleme der Sozialgesetzbücher erschwert. So beklagte Schulz-Nieswandt beispielsweise, dass Selbsthilfegruppen einsamer Menschen anders als gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen nicht gefördert würden. Um Einsamkeit und Isolation im Alter zu begegnen, brauche es sozialpolitische Antworten. Besonders in den Kommunen als Orten, wo die Menschen leben, sterben, lieben, leiden, müsse die Infrastruktur so gestaltet werden, dass sie alten, unterstützungsbedürftigen Menschen soziale Integration ermögliche: „Der Mensch ist biologisch zwar nicht tot, aber sozial tot, wenn er keine Rolle mehr spielt.“

Kontakt:

Kuratorium Deutsche Altershilfe e. V.
Professor Dr. Frank Schulz-Nieswandt
Michaelkirchstraße 17-18
10179 Berlin

Oder

Professor Dr. Frank Schulz-Nieswandt
Universität zu Köln
Albertus Magnus Platz
50923 Köln
Tel.: 0221 470-2766
E-Mail: schulz-nieswandt@wiso.uni-koeln.de

Vortrag: Düsseldorfer Wege aus der sozialen Isolation



Andreas-Paul Stieber

- **Ratscherr Andreas-Paul Stieber**, Stadt Düsseldorf

In der nordrhein-westfälischen Landeshauptstadt Düsseldorf leben in 50 Stadtteilen rund 640.000 Einwohner*innen. 2016 waren davon rund 120.000 älter als 60 Jahre. In zwölf Jahren sollen es Prognosen zufolge mehr als 130.000 sein. Parallel wächst auch die Zahl der Haushalte, in denen nur eine Person lebt. Für viele Menschen machen demzufolge nicht mehr automatisch familiäre Kontakte einen großen Teil ihres sozialen Miteinanders aus. „Die moderne Stadtfamilie ist nicht mehr untereinander verwandt, sie stammt nicht mehr aus dem selben Genpool“, so Andreas-Paul Stieber. Für viele Menschen rücken freundschaftliche Beziehungen an die Stelle der Familie. Gleichwohl bewahren auch sie nicht generell vor Einsamkeit, wenn im Alter mehr und mehr Freunde und nahe Bekannte sterben oder nicht mehr mobil sind. Dann ist es wichtig, auf anderen Wegen soziales Eingebunden-Sein zu erfahren, um nicht in Einsamkeit zu versinken. „A person is a person because of people“, zitierte Ratscherr Stieber ein Sprichwort. Wir brauchen andere Menschen, um Mensch zu sein.

Bereits 2005 hat die Stadt Düsseldorf im Zusammenhang mit den demografischen Veränderungen das Projekt „Düsseldorf – gemeinsam aktiv für das Alter“ ins Leben gerufen. Das Ziel: die Lebenssituation älterer Menschen verbessern. „Dabei war klar: Politik, Verwaltung, Kirchen und Sozialverbände müssen an einem Strang ziehen“, sagte Andreas-Paul Stieber. Und es muss Verbindlichkeit geben. Wie beispielsweise durch einen Rahmenvertrag, der die Palette der sozialen Leistungen definiert und deren Finanzierung garantiert.

Wichtig ist der Stadt Düsseldorf, die Eigeninitiative und die selbstbestimmte Lebensführung der älteren Menschen zu stärken. Damit diese so lange wie möglich und so lange wie gewünscht in ihrem eigenen Zuhause leben können, wurden der Ausbau sozialer Netzwerke und die Schaffung von Begegnungsstätten gefördert. Dabei konnte auf einem bereits bestehenden, breit gefächerten Hilfesystem aufgebaut werden. Die Vernet-

zung von Beratungsangeboten und die Stärkung des Ehrenamts im sozialen Bereich kamen ebenfalls auf die Agenda.

Eine wichtige Säule von „Düsseldorf – gemeinsam aktiv für das Alter“ ist die sozialräumlich orientierte Einführung der sogenannten „zentren plus“: An 32 Standorten wurden diese multifunktionalen „zentren plus“ in Trägerschaft der Düsseldorfer Wohlfahrtsverbände etabliert. Sie werden von der Landeshauptstadt Düsseldorf finanziell gefördert. Zielgruppe der „zentren plus“ seien sowohl Menschen im (Vor-)Ruhestand und jüngere Seniorinnen und Senioren im Alter von 55 bis 74 Jahren sowie Menschen ab 75 Jahren, die – mit oder ohne spezifischem Unterstützungsbedarf – im eigenen Haushalt leben, berichtete Andreas-Paul Stieber. Die Mitarbeiter*innen der „zentren plus“ beraten sie zu allen Fragen rund um das Leben im Alter. Sie koordinieren individuelle Hilfen und besuchen die älteren Menschen auf Wunsch auch zu Hause. Sie helfen, neue soziale Kontakte aufzubauen und bieten viele Freizeitaktivitäten an, ganz konkrete Schritte gegen Einsamkeit und Isolation also. Die „zentren plus“ kooperieren auch eng mit anderen Fachstellen. Angepasst an die besonderen Bedürfnisse der Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil machen sie zudem besondere Angebote, zum Beispiel für Migrantinnen und Migranten, pflegende Angehörige oder demenziell erkrankte Menschen.

Kontakt:

Andreas-Paul Stieber
CDU-Ratsfraktion
Marktplatz 3
40213 Düsseldorf
E-Mail: andreas-p@ul-stieber.de

Vortrag: Hilfe für alte Menschen in schwierigen Lebenslagen



Holger Marx

- **Holger Marx**, Fachbereichsleiter und Psychiatriekoordinator, Sozialpsychiatrischer Dienst der Kreisverwaltung Mainz-Bingen

Holger Marx stellte in seinem Vortrag ältere Menschen mit einer psychischen oder demenziellen Erkrankung in den Mittelpunkt. Denn sie sind besonders gefährdet zu vereinsamen. „Einsamkeit hängt (auch) von materiellen und nicht-materiellen Ressourcen ab“, betonte der Referent. Häufig gingen Alter sowie Krankheit und wenig Geld „Hand in Hand“. Seien die Betroffenen bereits in die soziale Isolation geraten, hätten es Helfende besonders schwer, noch an sie heranzukommen. Nicht selten betonten die Menschen, sie lebten bewusst so, wie sie leben und bräuchten keine Hilfen. Hier sei es bei allem Respekt vor der Selbstbestimmung des Menschen erforderlich, genauer hinzuschauen und sich im Einzelfall auch einmal „aufzudrängen“.

Denn: Die die Möglichkeit, die eigene Situation zutreffend einzuschätzen und nach dieser Einsicht zu handeln, könne aufgrund der psychischen Erkrankung oder Demenz eingeschränkt oder ganz aufgehoben sein, so der Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes und der Betreuungsbehörde im Kreis Mainz-Bingen. Für einen Menschen, der sich beispielsweise wegen einer Psychose von anderen verfolgt fühle, sei es schwer, Kontakte zuzulassen. Grundsätzlich sollte man vorrangig versuchen, die Menschen zu befähigen, sich aktiv am sozialen Leben zu beteiligen. Manchmal sei aber auch „fürsorgliche Belagerung“ angesagt, hob Holger Marx hervor.

Der Referent betonte, es bedürfe einer regionalen sowie kleingliedrigen Hilfe- und Versorgungsstruktur, um alte Menschen in problematischen Lebenslagen zu erreichen. Beispielfhaft schilderte er, welche Strukturen und Angebote es im Kreis Mainz-Bingen gibt. Dazu gehören unter anderem:

- der „Gemeindepsychiatrische Verbund“ (GPV) Mainz-Bingen. In ihm haben sich Träger, Organisationen, Institutionen und sonstige Leistungsanbieter zusammengeschlossen, um die psychiatrische Versorgung im Landkreis sicherzustellen. Ein wichtiges Ziel ist, die Lebensqualität der Betroffenen in deren unmittelbarem Umfeld zu verbessern.
- Zwei Kontakt- und Informationsstellen (KIS): Sie sind offene Anlaufpunkte für alle Menschen, die von einer psy-

chischen Erkrankung betroffen oder bedroht sind, Menschen in seelischen Krisen- und Notsituationen sowie deren Angehörige, Freunde und Interessierte. Sie können sich dort über regionale Hilfsangebote informieren. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, einen Teil der Freizeit dort zu verbringen, um so den Tag zu strukturieren. Die KIS arbeiten nach dem Prinzip der Offenheit und Freiwilligkeit. Sie fördern die Hilfe zur Selbsthilfe und unterstützen die Menschen als Lotsen dabei, die für sie „richtigen“ Ansprechpartner*innen zu finden.

Ehrenamtliches Engagement sei bei dem Bemühen, Einsamkeit und Isolation alter Menschen zu begegnen eine unverzichtbare Stütze, betonte Marx. Zum Beispiel: Besuchsdienste, Betreuungs- und Entlastungsdienste, Nachbarschaftshilfe, Behördenlotsen, Mehrgenerationenhäuser, aber auch nicht zuletzt die Pflege und Versorgung durch Familie und Angehörige. Diese ehrenamtlich Tätigen bräuchten Begleitung, Beratung, Hilfe und Unterstützung sowie Entlastung und Anerkennung, ist Marx überzeugt. In diesem Sinne wirke auch das Bundesprojekt „Selbst-Bestimmt im Alter – Vorsorgeunterstützung im Team“, an dem sich Akteure aus dem Kreis Mainz-Bingen beteiligen. Im Rahmen des Projekts werden Interessierte zu ehrenamtlichen „Alltagsbegleitern“ ausgebildet. Sie sollen älteren Menschen den Zugang zu Hilfen und Angeboten erleichtern, indem sie diese als „Brückenbauer“ unterstützen. Träger des Projekts ist das Altenheim Stift St. Martin Bingen.

Eine wichtige Maxime ist für Holger Marx: „Man muss offen sein für neue Konzepte und Ideen und Mut haben Ungewöhnliches zu erproben.“

Kontakt:

Kreisverwaltung Mainz-Bingen Fachbereich 42b
Sozialpsychiatrischer Dienst / Betreuungsbehörde
Fachbereichsleiter Holger Marx
Georg-Rückert-Str. 11
55218 Ingelheim
Tel.: 06132 7874230
E-Mail: marx.holger@mainz-bingen.de

Workshops-Phase I: Institutionen und Lebensformen

WS A: Religion und Gesellschaft

Moderation und Protokoll: Dr. Wolfgang Busse, Der Paritätische Gesamtverband

Im Workshop Religion und Gesellschaft wurden drei Projekte vorgestellt, die sich mit dem Thema Überwindung und Vermeidung von Einsamkeit im Alter beschäftigen: zum einen im Gebiet des Erzbistums Paderborn, in einer stadtnahen, aber ländlich geprägten Gemeinde, der Gemeinde Grafschaft, und in der Großstadt München.

1. Das Projekt „**7 gegen Einsamkeit**“ ist ein Gemeinschaftsprojekt der sieben Fachverbände im Caritasverband Paderborn (Caritas-Konferenzen (CKD), IN VIA, Kreuzbund, Malteser, Sozialdienst katholischer Frauen, Sozialdienst Katholischer Männer und Vinzenz-Konferenzen). Matthias Krieg, Geschäftsführer der Vinzenz-Konferenzen im Erzbistum Paderborn, führte aus, dass nach dem Verständnis der beteiligten Verbände, Vereinsamung zu Unrecht als privates Schicksal gilt. Der schrittweise, unumkehrbare Verlust wichtiger sozialer Bindungen sei in alternden, kinderarmen Gesellschaften ein systemisches Risiko. Das Gemeinschaftsprojekt der sieben Fachverbände soll für das Thema Einsamkeit sensibilisieren und ehrenamtliches Engagement fördern, das hilft, Isolierung und Einsamkeit einzudämmen. Die Fachverbände reagieren damit auch darauf, dass die Einbindung von älteren Menschen in Kirchengemeinden schwieriger wird, weil die Kirche sich aus der Fläche zurückzieht. Die katholischen Fachverbände wollen gemeinsam zeigen: „Wir sind weiterhin bei Euch“.
2. „**Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten**“ ist ein Projekt des Caritas Verbandes in Ahrweiler, das sich mit Quartiersentwicklung in der Gemeinde Grafschaft, einem Zusammenschluss von mehreren Dörfern zwischen Bonn und Koblenz, beschäftigt. Es verfolgt einen sozialraumorientierten Versorgungsansatz, um die Lebenssituation alter Menschen zu verbessern. Zur Zielgruppe gehören insbesondere hochaltrige, pflegebedürftige, an Demenz erkrankte Personen. Für sie gewinnen das Haus beziehungsweise die Wohnung und das Wohnumfeld

(Straße, Dorf, Quartier) aufgrund ihrer Beeinträchtigungen an Bedeutung. Über das Projekt berichtete die frühere Koordinatorin Katharina Steinich.

Mit Hilfe von Ehrenamtlichen und in Kooperation mit den örtlichen Vereinen wurden neue Angebote und Aktivitäten entwickelt wie zum Beispiel ein Filmcafé, Kreativangebote, Mittagstisch, Tanzkurse, Sportgruppen, eine Spaziergangsgruppe, offenes Singen sowie die „Grafschafter Nachbarschaftshilfe“ als dorfübergreifendes Unterstützungsangebot.

3. Einen ganz anderen Ansatz verfolgt die Beratungsstelle Frauennotruf in München mit ihren „**Frühstücksgruppen für Frauen ab 60**“, über die Ingrid Reich berichtete.

Der Partner ist gestorben, das soziale Umfeld wird kleiner. Menschen im Alter erfahren in unserer Kultur wenig Wertschätzung. Nach einem langen, durch Krieg und Nachkriegszeit beschwerlichen Leben, ist der Alltag älterer Frauen oft geprägt durch Verlust, Einsamkeit, gesundheitliche Beeinträchtigungen, begrenzte finanzielle Mittel und geringe gesellschaftliche Teilhabe. Dies alles fördert Altersdepressionen und kann bestehende Symptome posttraumatischer Belastungsstörungen verstärken. Die Frühstücksgruppen, die der Frauennotruf für Frauen ab 60 Jahren in vier Münchner Alten- und Servicezentren anbietet, erfüllen mehrere Funktionen: Sie eröffnen Wege aus der Einsamkeit, ermöglichen es den Teilnehmerinnen, belastende Erfahrungen aufzuarbeiten und positiv nach vorne zu schauen.

Alle drei Vorträge zeigten, dass es sehr unterschiedliche Wege gibt, der Vereinsamung älterer Menschen zu begegnen. Es zeigte sich deutlich, dass die Zielgruppe keineswegs homogen ist und jeweils individuelle Herangehensweisen gefunden werden müssen.

WS A: Praxisprojekt 1

7 gegen Einsamkeit

Caritas Paderborn

- Vorgestellt von **Matthias Krieg**

Im Caritasverband für das Erzbistum Paderborn haben sich sieben Fachverbände zusammengetan, um der Vereinsamung von Menschen zu begegnen: die Caritas-Konferenzen (CKD), IN VIA, Kreuzbund, Malteser, Sozialdienst katholischer Frauen, Sozialdienst Katholischer Männer und Vinzenz-Konferenzen. Sie wollen in ihrem Aktionsfeld und darüber hinaus für das Thema Einsamkeit sensibilisieren und ehrenamtliches Engagement zugunsten isoliert und einsam lebender Menschen fördern. Ihre Überzeugung: Vereinsamung ist kein privates Schicksal. Der schrittweise, unumkehrbare Verlust wichtiger sozialer Bindungen ist in alternden, kinderarmen Gesellschaften ein systemisches Risiko. Und er betrifft bei Weitem nicht nur alte Menschen.

Religiöse Verbundenheit kann Menschen helfen, mit ihrem Gefühl der Einsamkeit besser fertig zu werden. Doch mit dem Rückzug der Kirche aus dünnbesiedelten Regionen fällt auch dieser Anknüpfungspunkt für viele Menschen weg.

Die genannten sieben Fachverbände haben aus ihren Aufgabenstellungen heraus je einen eigenen Zugang zu einsamen Menschen, sei es über die Beratungsarbeit, sei es über Besuchsdienste, sei es über Selbsthilfegruppen. Sie versuchen verbandsübergreifend gemeinsame Möglichkeiten zu nutzen, um Menschen Wege aus der Isolation zu eröffnen.

Das geschärfte Augenmerk innerhalb jedes Verbandes hilft, aufmerksamer für Ausdrucksformen von Einsamkeit zu sein. Beispiel Malteser: Beim Hausnotruf der Malteser gehen häufiger Anrufe ein, bei denen kein medizinischer Notfall vorliegt. Den betroffenen Menschen sei es wichtig, einfach mal ein Lebenszeichen zu senden: „Es gibt mich noch!“, Die Malteser in Paderborn haben mit Hilfe ehrenamtlicher Kräfte einen Telefon-Besuchsdienst gestartet, um Menschen in Einsamkeit zu helfen. Ein persönlicher Besuch, so die Erfahrung, wäre vielen älteren Menschen schon zu viel. Sie fühlten sich dann verpflichtet, diesen auch zu bewirten. Ein Telefonat ist wesentlich unverbindlicher, und trotzdem kann sehr große Nähe entstehen

Kontakt:

Matthias Krieg
Geschäftsführer
Vinzenz-Konferenzen im Erzbistum Paderborn e.V.
Tel.: 05251 209213
E-Mail: vk@caritas-paderborn.de
www.7gegen einsamkeit.de

WS A: Praxisprojekt 2

Ressourcegruppen für Frauen ab 60 Frauennotruf München

- Vorgestellt von **Ingrid Reich**



© Frauennotruf München

Inge und Christine

Im Jahr 2010 hat der Frauennotruf München begonnen, Frühstücksguppen für Frauen ab 60 Jahren in vier Münchner Alten- und Servicezentren anzubieten. In einem geschützten Rahmen finden die Teilnehmerinnen dort neben sozialen Kontakten auch Möglichkeiten, persönliche Probleme anzugehen. Viele Frauen haben in der Vergangenheit Erfahrungen gemacht, die sie auch jetzt im Alter noch belasten. Ihr Leben ist häufig geprägt durch Verlust, Einsamkeit, gesundheitliche Beeinträchtigungen, begrenzte finanzielle Mittel und geringe gesellschaftliche Teilhabe. In der Gruppe lernen sie unter anderem im Rahmen von Biografiearbeit Bewältigungsstrategien kennen, entdecken ihre eigenen Stärken (wieder) und blicken ermutigt nach vorne. Die Frauen lernen zudem Angebote der Beratungsstelle Frauennotruf kennen, vernetzen sich und unterstützen sich gegenseitig. Die Altersspanne der Teilnehmerinnen reicht von 60 bis über 90 Jahre.

Seit November 2018 bietet der Frauennotruf München eine spezielle Fortbildung für Frauen an, die solche Ressourcegruppen leiten möchten.

Kontakt:

Beratungsstelle Frauennotruf
Saarstraße 5
80797 München
Tel.: 089 4521597-10
E-Mail: info@frauennotruf-muenchen.de

oder ingrid.reich@frauennotruf-muenchen.de
www.frauennotruf-muenchen.de

WS A: Praxisprojekt 3

„Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten – gemeinsam aktiv“

Caritasverband Rhein-Mosel-Ahr e.V.

- Vorgestellt von Katharina Steinich

Die Gemeinde Grafschaft liegt im ländlichen Raum unweit der Städte Bonn und Koblenz im Landkreis Ahrweiler, besteht aus elf Ortsbezirken und hat rund 11.500 Einwohner und Einwohnerinnen. Im Januar 2015 startete dort das Projekt „Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten“. Es hat das Ziel, die Lebensqualität insbesondere von hochbetagten, pflegebedürftigen und demenzkranken Bürgerinnen und Bürgern zu verbessern. Bis 2020 sollen dort im Rahmen der Quartiersentwicklung Schritte zum Aufbau einer generationengerechten Infrastruktur getan werden. Dafür haben sich der Caritasverband Rhein-Mosel-Ahr e.V., die Katholische Kirchengemeinde, die Gemeinde Grafschaft und viele örtliche Vereine und Verbände zu einem Netzwerk zusammengeschlossen. Dank der finanziellen Unterstützung durch die Fernsehlotterie konnte eine halbe Projektstelle geschaffen werden.



© Projekt „Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten“

Zukunftsschmiede

Das Projekt „Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten“ bietet viele Beteiligungs- und Aktionsmöglichkeiten. Dazu gehören zum Beispiel ein ehrenamtlich getragener Fahrdienst, der ältere Menschen unter anderem zu Veranstaltungen und wieder nach Hause bringt, gemeinsame Mittagstische, ein Filmcafé, Sport- und Bewegungsangebote, das Café Mittendrin (ein Angebot für Menschen mit Demenz) und eine Nachbarschaftshilfe. Sie soll mit Begleit- und Besuchsdiensten, Einkaufsservice und kleinen häuslichen Reparaturdiensten älteren Menschen mit Beeinträchtigungen einen Verbleib im häuslichen Umfeld ermöglichen. Wichtig für das Gelingen und die Weiterentwicklung des Projektes ist die kontinuierliche Abstimmung der Vorhaben in den Vernetzungs- und Planungstreffen mit den zahlreichen Akteuren sowie interessierten Bürgerinnen und Bürgern, die ihre eigene Zukunft und die der Gemeinde mitgestalten möchten.

Kontakt:

Projekt
„Älterwerden in der Grafschaft mitgestalten“
Caritasverband Rhein-Mosel-Ahr e.V.
Geschäftsstelle Ahrweiler Bahnhofstr. 5
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel.: 02641 759875

Ansprechpartnerin:
Lena Janssen
E-Mail: janssen-l@caritas-ahrweiler.de
www.aelterwerden-grafschaft.net

Workshop B:

Quartier und Dorfgemeinschaft

Moderation und Protokoll: Mara Dehmer, Der Paritätische Gesamtverband

Im Rahmen des Workshops sollten sowohl Best-Practice-Modelle vorgestellt als auch mit den Teilnehmenden über die Gestaltungsoptionen auf Quartiers- und Dorfebene diskutiert werden, um Einsamkeit entgegenzuwirken.

Deutlich wurde in allen drei vorgestellten Beispielen, dass es dafür des Engagements verschiedener Akteure bedarf – insbesondere von Politik und Verwaltung sowie Trägern und Anbietern sozialer Dienste. Zentral ist aber insbesondere auch der Einbezug der Nutzer*innen. Eine starke Bedarfsorientierung in der Gestaltung von Angeboten sichert deren Qualität und Akzeptanz. Werden Angebote vielfältig genutzt, senkt dies wiederum die Hemmschwelle auch für andere Interessierte.

Die Gestaltung von Angeboten zur Unterstützung von älter werdenden, zunehmend immobilen Menschen als ein gemeinsames Projekt verschiedener Akteure setzt eine gemeinsame Verantwortung und ein gemeinsames Ziel voraus. Durch den Einbezug der Bürger*innen können lokal passende Lösungen gefunden werden – gleichzeitig erfordert der starke Einbezug von Bürger*innen neue Aushandlungsprozesse zwischen Fachkräften und Bürger*innen.

Deutlich wurde zudem, dass insbesondere Kommunen sich in der Verantwortung fühlen, Zukunftsperspektiven für ihre älter werdenden Bewohner*innen zu schaffen – und ihren Handlungsauftrag aus einem weiten Verständnis von Daseinsfürsorge ableiten. Wo Kommunen Daseinsfürsorge auf die Bereitstellung von Wasser, Elektrizität und Müllabfuhr beschränken, ist es mitunter schwerer, ein gemeinsames Leitbild zu entwickeln – so die Berichte mehrerer Teilnehmenden im Workshop.

Gleichzeitig sind es insbesondere Träger und Anbieter, die durch die Nähe zu den Nutzer*innen veränderte Bedarfe und Nutzungsmuster wahrnehmen und diese in innovative Konzepte überführen können. Dabei können auch digitale Lösungen eine wichtige Rolle spielen, wie das Beispiel Dorfgemeinschaft 2.0 zeigt. Gleichzeitig machten die Teilnehmenden deutlich, dass gerade die flächendeckende Versorgung mit verlässlichem Internet ein großes Problem darstellt – manche Regionen seien buchstäblich abgehängt.

Neben den digitalen Angeboten wurde deutlich, dass insbesondere aufsuchende Angebote eine wichtige Rolle spielen, um Menschen einzubinden, aber auch zu begleiten. Dafür wünschten sich die Beteiligten zusätzliche, stabile Finanzierungsmöglichkeiten.

Anhand der Best-Practice-Beispiele und Berichte der Teilnehmenden wurde deutlich, dass ein aktives Gestalten in kleinen Schritten ein Erfolgsfaktor ist – anfangen, unkonventionelle Lösungen finden, Entscheidungen treffen, ausprobieren, scheitern, neu starten: Wer mit Mut und aktiv die Dorf- und Quartiersentwicklung mitgestaltet, kann damit die Lebensqualität der (älter werdenden) Menschen vor Ort positiv beeinflussen.

WS B: Praxisprojekt 1:

Dorfgemeinschaft 2.0 – Ein gesundheitsbezogenes Versorgungskonzept

Gesundheitsregion EUREGIO e. V.

- Vorgestellt von **Thomas Nerlinger** und **Daniela Kösters**

Wenn ältere Menschen auch bei zunehmender Hilfsbedürftigkeit in ihrem gewohnten Lebensumfeld im ländlichen Raum bleiben möchten, geht das oft mit Einbußen bei Lebensqualität und Sicherheit einher. Das gilt für die meist nicht altersgerechte Wohnung ebenso wie für die Versorgung mit Gütern des täglichen Gebrauchs, für die gesundheitliche Versorgung, die soziale Einbindung und Mobilität in strukturschwachen Gegenden. Denn familiäre Hilfe vor Ort ist nur noch selten möglich. Und auch Nachbarschaftshilfe ist längst nicht mehr selbstverständlich.

Im Rahmen des Forschungs- und Entwicklungsprojekts „Dorfgemeinschaft 2.0“ entwickelt der Verein Gesundheitsregion Euregio gemeinsam mit acht Verbundpartnern, sieben Pilotkommunen und rund 40 Projektbeteiligten im Raum des niedersächsischen Landkreises Grafschaft Bentheim/südliches Emsland modellhaft ein bedarfsgerechtes gesundheitsbezogenes Versorgungskonzept, das für alle Bürgerinnen und Bürger zugänglich ist.

Die Basis bildet ein „Virtueller Dorfmarktplatz“, auf dem die unterschiedlichsten Dienste aus dem Bereich des Gesundheitswesens und sozialer Anbieter zusammengeführt werden und angefordert werden können. Ergänzend gibt es eine „Rollende Praxis“, mit der eine aufsuchende telemedizinische Gesundheitsversorgung etabliert wird. Das Projekt setzt stark auf digitale Assistenzsysteme in der häuslichen Pflege und Gesundheitsversorgung. Wobei eine ausreichende persönliche Zuwendung nicht zu kurz kommen soll.

Darüber hinaus werden bedarfsgerechte Versorgungs-



Im Gespräch: Michael Bruder, Thomas Nerlinger, Daniela Kösters und Mara Dehmer (von links)

möglichkeiten mit Dingen des täglichen Lebens entwickelt. Hierzu zählen beispielsweise Dorfläden und mobile Lieferdienste. Und auch neue Konzepte zur Mobilität fehlen nicht. Sie verknüpfen den Öffentlichen Personennahverkehr mit Fahrgemeinschaften oder Taxis sowie Bürgerbuslinien und Begleitdiensten für Menschen, die Assistenz benötigen.

Das Projekt läuft von November 2015 bis Oktober 2020. Der Kostenrahmen wird mit 5,82 Millionen Euro beziffert.

Kontakt:

Gesundheitsregion EUREGIO e. V.
Thomas Nerlinger
Geschäftsführer, Vorstandsmitglied und Projektleiter
Dorfgemeinschaft 2.0
Tel.: 05921 841006
E-Mail: info@dorfgemeinschaft20.de

Vereinsbüro:
Hohenkörnener Weg 42
48527 Nordhorn

Daniela Kösters
Bürgermeisterin der Samtgemeinde Emlichheim
Rathaus Emlichheim
Hauptstraße 24
49824 Emlichheim
Tel.: 05943 809134

WS B: Praxisprojekt 2

Gesundheitsbuddy

Potsdam

- Vorgestellt von **Gisela Gehrman**



Gisela Gehrman

© Privat

Es sind wortwörtlich bewegende Erfolgsgeschichten, mit denen Gerontologin Gisela Gehrman vom Projektbüro „Schickes Altern“ in Potsdam aufwarten kann. Wie die von Hans und Maria Müller (Namen geändert). Drei Jahre hatte das Ehepaar das eigene Haus nicht mehr verlassen und lebte zunehmend zurückgezogen. Dann bekamen die über 80 Jahre alten Eheleute Besuch von einem ehrenamtlichen Gesundheitsbuddy. Nach einigen Wochen Bewegungsprogramm eroberten sich Hans und Maria Müller zunächst ihr häusliches Umfeld zurück. Inzwischen sind die Müllers mit Rollator und Elektromobil auch wieder draußen unterwegs, erledigen ohne fremde Hilfe ihre Einkäufe und nehmen wieder viel aktiver am Leben teil.

Gesundheitsbuddys helfen alten Menschen durch ein gezieltes Training beim Aufbau von Kraft, Koordination und Gleichgewicht. Dafür werden sie entsprechend ausgebildet. Der Verein Selbstbewusst altern in Europa e.V. und das Projektbüro "Schickes Altern" wollen mit diesem Angebot die Alltagsmobilität hochaltriger Menschen verbessern, die zu Hause oder im Betreuten Wohnen leben. Das Angebot ist durch das Landesamt für Versorgung und Soziales und bei den Pflegekassen als „Entlastungsangebot nach §45b SGB XI“ anerkannt.

Derzeit sind 35 Gesundheitsbuddys im Einsatz. Rund 120 Menschen waren beziehungsweise sind Nutzer.

Kontakt:

Selbstbewusst altern in Europa e.V.

Gisela Gehrman

Charlottenstr. 19

14467 Potsdam

Tel.: 0331 6207974

oder 0331 620 79 73

E-Mail.: info@gesundheitsbuddy-in-potsdam.de

www.gesundheitsbuddy-in-potsdam.de

WS B: Praxisprojekt 3

Sorgende Gemeinschaft

Gemeinde Eichstetten am Kaiserstuhl

- Vorgestellt von **Michael Bruder**



Michael Bruder

In Eichstetten haben sich Gemeinde und Bürger*innen dazu entschlossen, den Generationenvertrag selbst mit Leben zu füllen. Die Dorfgemeinschaft betrachtet es als ihre Aufgabe, für ältere Menschen zu sorgen und sie zu integrieren. Dazu wurde bereits 1998 die Bürgergemeinschaft Eichstetten e.V. gegründet, berichtete Michael Bruder, Bürgermeister der Gemeinde Eichstetten am Kaiserstuhl. Sie hat das Ziel, die vielfältigen sozialen Aufgaben und Herausforderungen im Dorf anzunehmen und Strukturen zur Unterstützung hilfebedürftiger Bürgerinnen und Bürger aufzubauen. Viele Eichstetter bringen sich mit bürgerschaftlichem Engagement ein. Konkret bietet die Bürgergemeinschaft hauswirtschaftliche, pflegerische und betreuerische Hilfen für ältere Menschen an. Es gibt Betreutes Wohnen, eine Tagespflege, eine Pflegewohngruppe und eine Nachbarschaftshilfe mit vielfältigen Angeboten. Auch Familien mit Kindern profitieren von den Diensten der Bürgergemeinschaft durch die Kernzeitbetreuung der Grundschul Kinder inklusive Organisation der Schulmensa sowie bei der Mittagessensausgabe für die Kindergartenkinder.

Außerdem gehört ein gemeinnütziges Inklusionsprojekt, das Café „Mitnander“ als Kommunikations- und Begegnungsstätte zur dörflichen Infrastruktur. Träger sind die Gemeinde Eichstetten am Kaiserstuhl, die Bürgergemeinschaft Eichstetten e.V. sowie das Hofgut Himmelreich. „Mitnander“ bringt Menschen mit und ohne Behinderung in Arbeit und Freizeit zusammen.

Kontakt:

Bürgergemeinschaft Eichstetten
Hauptstr. 32-34
79356 Eichstetten am Kaiserstuhl
Tel.: 07663 948686
E-Mail: info@buergergemeinschaft-eichstetten.de
www.buergergemeinschaft-eichstetten.de

Workshop C: Familie

Moderation und Protokoll: Thorsten Mittag, Der Paritätische Gesamtverband

In diesem Workshop wurden ganz überwiegend Projekte vorgestellt, die das Fehlen des familiären Kontextes kompensieren und zwar auf unterschiedlichen Ebenen: Angebote für Migrantinnen und Migranten in Form eines Nachbarschaftsheimes und eines Mehrgenerationenhauses.

Als Kernbotschaften und Problemlagen wurden grundsätzlich benannt, dass die Finanzierung häufig auf tönernen Füßen steht und dass die bürokratischen Hürden zu viel Energie aufzehren. Für die Angebote stellt sich immer wieder die Frage nach der Erreichbarkeit der Zielgruppe. Es kann nicht davon ausgegangen werden, dass „vereinsamende“ Personen ohne weiteres auf Angebote aufmerksam werden, gerade, wenn sich die Wohnung für sie aufgrund eingeschränkter Mobilität immer mehr als Gefängnis erweist und die sozialen Kontakte abgerissen sind. Die Angebote sind insofern darauf ausgerichtet, dass sie vor Ort in Netzwerke eingebunden sind oder diese selber initiieren und mit andern Akteuren (Behörden, Ärzten, Beratungsstellen etc.) zusammenarbeiten.

Der demografische Wandel und die zusehends individuellere Lebensart verbunden mit dem Auseinanderdriften von Familien lassen den Bedarf enorm steigen. Das betrifft insbesondere auch die Gruppe von Migrantinnen und Migranten.

Die Akteure der vorgestellten Projekte wünschen sich, dass das Thema „Einsamkeit“ enttabuisiert und politisch angegangen wird. Zudem ist ein klares Handlungsfeld darin zu erkennen, dass für die Zielgruppe die Mobilität verbessert wird. Es mangelt an Möglichkeiten für betroffene Personen, eben mal einfach von A nach B zu kommen beispielsweise durch Bringdienste. Mit ihnen könnten viel mehr Angebote wahrgenommen werden. Bedarfsgerechte Mobilitätsangebote könnten präventiv gegen Vereinsamung wirken.

Wichtig ist zudem, Freiwillige für ehrenamtliche Tätigkeiten zu begeistern.

Bessere Rahmenbedingungen würden für Projekte und Angebote dann entstehen, wenn sich diese auf Dauer verstetigen könnten. Planungssicherheit müsste dann auch einhergehen mit der Beschäftigung von mehr hauptamtlichen Mitarbeiter*innen. Angebote, die auf Landesverordnungen zur Anerkennung von Entlastungsangeboten nach § 45a ff SGB X angewiesen sind, wünschen sich, dass das Ordnungsrecht klarere Vorgaben schafft und gleichzeitig entbürokratisiert wird.

WS C: Praxisprojekt 1

„Im Alter sind wir alle bunt!“

Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien

- Vorgestellt von **Gudrun Münchmeyer-Eliş**

Zentrales Thema des 1981 gegründeten Zentrums für Migranten und Interkulturelle Studien – ZIS ist die Integration von Migrant*innen in die Gesellschaft.

Anhand zweier Arbeitsbereiche des ZIS wurden auf der einen Seite die Problemlagen älterer Migrant*innen gezeigt, insbesondere Altersarmut und die Hürden, die zur Teilhabe an Angeboten der Altenhilfe zu überwinden sind. Und auf der anderen Seite die Potenziale, die ältere Migrant*innen durch freiwilliges Engagement in die Gesellschaft einbringen. Dafür stellte Gudrun Münchmeyer-Eliş einerseits die Kontaktstelle für ältere Migrant*innen mit dem Namen „Köprü“, – auf Deutsch Brücke – vor. Sie wird seit 2012 als Regelangebot in Bremen von der Senatorin für Soziales, Jugend, Frauen, Integration und Sport gefördert. Außerdem berichtete sie über das dreijährige Projekt „Alt ist nicht gleich alt“, gefördert vom Ministerium des Innern, Bau und Heimat. Zum Angebot „Köprü“ gehören regelmäßige Beratung, die Koordinierung der Angebote freiwilliger Senioren/innenbegleiter*innen sowie die Unterstützung von selbstorganisierten Gruppentreffen.

Zielgruppe des Projektes „Alt ist nicht gleich alt“ sind vor allem Migrant*innen, die in den 1960er und 70er-Jahren im Zuge der Anwerbeabkommen nach Deutschland kamen. Sie leben oft sehr zurückgezogen, was zum einen an der häufig schwierigen finanziellen Situation liegt, nicht selten aber auch an mangelnden Informationen über Möglichkeiten der gesellschaftlichen Teilhabe. Projektziel ist es, die Ressourcen dieser Menschen zu stärken, ihre Potenziale sowie ihre Lebensleistung bewusst zu machen und gemeinsam mit ihnen nachhaltige interkulturelle Angebote und Ak-



© ZIS

Ausstellungseröffnung der Malgruppe

tivitäten zu schaffen. Es gibt eine Nähgruppe, Tischlerwerkstatt, Hobbymalgruppe, einen Gesprächskreis und eine Theater-AG. Ein besonderes Anliegen ist allen das „Virtuelle Museum der Migration“, anzuschauen unter: www.migranten-bremen.de. Die Grundlage des Museums haben 50 Lebensläufe gebildet, die im Projekt erarbeitet wurden.

Die wichtigsten Ergebnisse der Arbeit des ZIS in Bremen: In allen gesellschaftlichen Bereichen sollte ein Dialog mit älteren Migrant*innen stattfinden, der sie nicht auf eine passive Rolle reduziert sondern sie als Expert*innen wahrnimmt, für das was sie geleistet haben. Probleme müssen erkannt und gelöst werden, aber es müssen auch die Potenziale erkannt und gewürdigt werden, die in die Gesellschaft aktiv eingebracht werden.

Kontakt:

Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien e.V. ZIS
 Gudrun Münchmeyer-Eliş
 Gröpelinger Heerstraße 228
 28237 Bremen
 Tel.: 0421 83947936
 E-Mail: gudrunelis@zis-tdi.de
www.zis-bremen.de
www.migranten-bremen.de

WS C: Praxisprojekt 2

Besuchsdienst des Quäker Nachbarschaftsheim Köln

- Vorgestellt von **Bernd Naumann** und **Ria Ostwald**

Immer mehr alte Menschen leben allein. Viele von ihnen haben Partner und Freunde überlebt und wohnen weit weg von der eigenen Familie. Das Quäker Nachbarschaftsheim will alte Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind und keine Angehörigen oder Freunde mehr haben, vor Einsamkeit und Isolation bewahren. So entstand der Besuchsdienst und die Zusammenarbeit mit dem Berliner Verein „Freunde alter Menschen e. V.“.

Seit 2013 gibt es eine Kooperationsvereinbarung mit „Freunde alter Menschen“ in Berlin und dem Quäker Nachbarschaftsheim in Köln. „Freunde alter Menschen“ hat in Köln seine Heimat unter dem Dach des Quäker Nachbarschaftsheim gefunden.

Seitdem ist das Quäker Nachbarschaftsheim für „Freunde alter Menschen“ aktiv und vermittelt Besuchspartnerschaften zwischen Alt und Jung. Die Freiwilligen besuchen jeweils einen alten Menschen. Im Mittelpunkt der Begegnungen stehen das Gespräch, die Möglichkeit, sich etwas von der Seele zu reden, der Austausch und das Zuhören. Aber auch Spaziergänge oder Spielenachmittage sind möglich. Dabei sei es wichtig, dass sich Freiwillige und alte Menschen auf Augenhöhe begegnen, betonten die Ria Ostwald und Bernd Naumann. „Jede Seite kann etwas eingeben.“ Ria Ostwald war zudem folgende Feststellung wichtig: „Niemand kann sich zu 100 Prozent vor Einsamkeit im Alter schützen. Es sind ganz ‚normale‘ alte Menschen, die sich bei uns melden, nicht die Sonderlinge oder Eigenbrötler, Menschen wie Sie und ich, nur eben deutlich älter!“



© Sophia Gajewski

Besuchspartnerschaft: Frau Blum und Sophia

Kontakt:

Quäker Nachbarschaftsheim
Kreutzerstr. 5-9
50672 Köln

Ansprechpartnerin:

Ria Ostwald

Tel.: 0221 951540-49 oder

Tel.: 0221 951540-0

E-mail: freundealtermenschen@quaeker-nbh.de

oder E-Mail: gf@quaeker-nbh.de

www.famev-koeln.de

Es liegt keine Präsentation vor, da es sich um eine freigesprochene Projektdarstellung handelte.

WS C: Praxisprojekt 3

Angebote zur Unterstützung im Alltag nach Paragraf 45 a ff. SGB XI

Mehrgenerationenhaus Dorflinde Langenfeld

- Vorgestellt von **Christine Halbrichter**

Das Mehrgenerationenhaus Dorflinde Langenfeld im Steigerwald ist vielfach preisgekrönt. Eine der jüngsten Auszeichnungen ist ein Sonderpreis für das Projekt „Daheim statt im Heim!“ beim Wettbewerb „DemografieGestalter 2018“. Mit seinen generationenübergreifenden Angeboten trägt das Mehrgenerationenhaus auf vielfache Weise zur Lebensqualität in dem rund 1.000 Einwohner*innen zählenden Ort bei. Viele Bürger*innen bringen sich mit ehrenamtlichem Engagement ein.

Eine wichtige Zielgruppe der Aktivitäten des Mehrgenerationenhauses sind Senioren und Seniorinnen. Ein breites Spektrum von Angeboten soll helfen, ihnen möglichst lange ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden und die Teilhabe am Leben in der Dorfgemeinschaft zu ermöglichen. Beispiele sind Besuchsdienste, Nachbarschaftshilfen, Fahrdienste, Mittagstisch und vieles mehr.

Seit 2017 schöpft die Dorflinde auch die Möglichkeiten aus, die dadurch gegeben sind, dass die Pflegekasse jetzt allen Pflegebedürftigen, unabhängig vom Pflegegrad und der Alltagskompetenz, einen Entlastungsbetrag von bis zu 125 Euro monatlich zahlt. Der Betrag ist dafür gedacht, Pflegebedürftige im Alltag zu unterstützen und die Pflegenden zu entlasten. Das gilt nicht nur für ältere Menschen, sondern auch für Kinder mit Beeinträchtigungen. Dieses unterstützende Angebot wird in Langenfeld durch einen Helferkreis ermöglicht, dessen Mitglieder extra geschult werden und für ihr Engagement eine steuerfreie Entschädigung (Übungsleiterpauschale) erhalten.



© MGH Langenfeld

Bei der Verleihung des Sonderpreises für das Projekt „Daheim statt im Heim“: in der Mitte mit Urkunde Christine Halbrichter

Christine Halbrichter, die als „Sozialmanagerin“ die Aktivitäten der Dorflinde mit einer halben Stelle koordiniert, berichtete von der erfolgreichen Arbeit des Helferkreises, hob aber auch hervor, dass es noch Optimierungspotenzial gibt. Dies gelte insbesondere für Vereinfachungen bei der Beantragung des Entlastungsbetrags, bei Auflagen und Nachweispflichten. Diese erschwerten in der Praxis häufig die Nutzung des Entlastungsbetrags.

Kontakt:

Mehrgenerationenhaus Dorflinde Langenfeld
Flößleinstraße 6
91474 Langenfeld
Tel.: 09164 996638
E-Mail: dorflinde@langenfeld-mfr.de

Workshop D: Arbeitswelt

Moderation und Protokoll: Lisa Schmidt, Der Paritätische Gesamtverband

In diesem Workshop standen die Auswirkungen des Übergangs zwischen Arbeitswelt und Ruhestand im Mittelpunkt. Ein zentraler Aspekt war die Gestaltung dieses Übergangs, auch im Hinblick auf Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements nach dem Berufsleben. Ein wichtiger Punkt war die Frage, wie man Zugang zu Menschen im Rentenalter bekommt, die von Armut und Einsamkeit betroffen sind.

Zum Auftakt stellten Günter Kuhn und Ursula Richter-Dickhaut den Senior Experten Service der Stiftung der Deutschen Wirtschaft für internationale Zusammenarbeit vor. Beide Referierenden sind selbst im SES tätig und schilderten ihre Eindrücke aus ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit.

Alexander Wagner stellte im Anschluss die Aktivitäten des Deutschen Gewerkschaftsbundes in Frankfurt Rhein-Main im Bereich der gewerkschaftlichen Senioren*innenarbeit vor. Der DGB unterstützt mit seiner Senior*innengruppe die Fortführung des politischen Engagements auch im Ruhestand z.B. durch Bildungsarbeit, Einbindung der Seniorinnen und Senioren in lokale politische Gremien oder auch die Einbindung in die Organisation von gewerkschaftlich organisierten Streiks. Meist, so wird deutlich, werden Seniorinnen und Senioren aktiv, die sich bereits im Berufsleben als Mitglied gewerkschaftlich und politisch engagiert haben.

Angela Schönemann stellte in ihrem Beitrag das Projekt „In Würde teilhaben“ des Trägers „Arbeit und Bildung“ vor. Ziel des Projektes ist es, personenzentrierte Gesprächsangebote über Telefonate und Hausbesuche anzubieten sowie nach außen gerichtete Begegnungen zu ermöglichen, die Informationen bieten und/oder Freizeit-Charakter haben. Sie sollen den Austausch der Teilnehmenden untereinander ermöglichen. Die Ansprache erfolgt über Netzwerkpartner und Arbeitskreise in der Region; erreicht werden sollen zurückgezogene, vereinsamt und sozial isoliert lebende Seniorinnen und Senioren. In der Anfangsphase des Projektes wurde bereits deutlich, dass die

Zielgruppe schwierig zu erreichen ist. Aus Scham nicht teilhaben zu können, ziehen sich Menschen in die privaten Räume zurück.

Deutlich wurde auch, dass die Ansprache der Betroffenen bereits in der aktiven berufstätigen Phase erfolgen muss, ansonsten ist der Zugang zu Angeboten wie beispielsweise des SES oder des DGBs schwierig. Der Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand muss aktiv gestaltet werden, denn in den wenigsten Fällen bleiben betriebliche Zusammenhänge danach noch bestehen. Zudem kam die Frage auf, welche Serviceleistungen der DGB für Mitglieder im Ruhestand anbietet. Die Teilnehmenden regten an, dass Gewerkschaften mehr Angebote zur positiven Gestaltung des Übergangs in den Ruhestand machen könnten. In diesem Zusammenhang wurde auch die Auseinandersetzung mit Begriffen wie Selbstbestimmung versus Fremdbestimmung angeschnitten.

Es herrschte Übereinstimmung, dass Prävention von Einsamkeit bereits im Arbeitsleben ansetzen muss!

WS D: Praxisprojekt 1

DGB Senioren Frankfurt-Rhein-Main

- Vorgestellt von **Alexander Wagner**



Alexander Wagner

Bei den DGB SeniorInnen Frankfurt am Main sind Gewerkschafterinnen und Gewerkschafter aus den Mitgliedsgewerkschaften des Deutschen Gewerkschaftsbunds aktiv. In der Regel haben sie sich vorher bereits gewerkschaftlich in ihren Betrieben engagiert. Im SeniorInnen-Ausschuss, in dem Delegierte aller DGB-Gewerkschaften vertreten sind, bringen sie sich mit ihrer Erfahrung und ihren Meinungen ein. Sie beteiligen sich an politischen Aktivitäten der Gewerkschaften und organisieren jedes Jahr ein vielfältiges kulturelles und politisches Bildungsprogramm. Es geht dabei aber auch um Themen wie Mobilität im Alter, Patientenverfügung und ähnliches. All diese Aktivitäten helfen, auch nach dem Eintritt ins Rentenalter weiterhin Kontakt zum Gewerkschaftsleben zu halten und sich an der Gestaltung der Gewerkschaftsarbeit zu beteiligen. Die Botschaft: Ruheständler gehören längst nicht zum alten Eisen. Sie sind nicht aussortiert, sondern weiter aktiv.

Gewerkschaftssekretär Alexander Wagner machte in seinem Beitrag deutlich, dass für viele ältere Menschen mit dem Ausscheiden aus der Berufstätigkeit ein zentraler sozialer Kontext wegbricht, wenn es ihnen vorher nicht möglich war, jenseits von Familie und Lohnarbeit andere Aktivitäten und Kontakte zu pflegen.

Eine wichtige Facette des Problems von gesellschaftlicher Isolation im Alter ist zudem die soziale beziehungsweise oft prekäre materielle Lage vieler Seniorinnen und Senioren. Sie engt die Gestaltungsspielräume des Lebens im Alter häufig ein.

Kontakt:

Alexander Wagner
Gewerkschaftssekretär
DGB Frankfurt-Rhein-Main
Wilhelm-Leuschner-Str. 69-77
60329 Frankfurt
Tel.: 069 273005-74
Mobil: 0175 5800505
E-Mail: alexander.wagner@dgb.de

WS D: Praxisprojekt 2

Senior Experten Service (SES)

- Vorgestellt von **Günter Kuhn** und **Ursula Richter-Dickhaut**

Mehr als 12.500 Expertinnen und Experten engagieren sich ehrenamtlich beim Senior Experten Service. Es sind in der Regel Fach- und Führungskräfte im Ruhestand oder in einer beruflichen Auszeit. Die Expertinnen und Experten kommen aus den verschiedensten Berufsfeldern

Die Organisation ist als Stiftung der Deutschen Wirtschaft für internationale Zusammenarbeit weltweit tätig. Die ehrenamtlichen Einsätze finden in erster Linie in Entwicklungs- und Schwellenländern statt. Einsatzstellen sind vor allem kleine und mittlere Unternehmen, öffentliche Verwaltungen, Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitswesen sowie im Bildungssektor. Das Prinzip der Hilfe zur Selbsthilfe steht im Mittelpunkt. In Deutschland engagiert sich der SES hauptsächlich für die Förderung junger Menschen in Schule und Ausbildung.

Günter Kuhn berichtete zum einen von den Aufgaben des SES-Büros Kassel und zum anderen beispielhaft von zwei Auslandseinsätzen. Einer führte ihn in eine indische Mopedfabrik, ein zweiter in eine chinesische Firma, die Teile für die stahlerzeugende Industrie herstellt. Dort brachte er sein Know-how unter anderem zur Optimierung der Produktionsprozesse und zur Qualitätssicherung ein.

Ursula Dickhaut berichtete von den Erfolgen des Schulprogramms „Neue Impulse für Schülerinnen und Schüler“ (SuS). Diese betreffen zum einen die Gestaltung des Übergangs von der Schule in den Beruf und zum anderen die Förderung von Jugendlichen in der Berufsausbildung, um Ausbildungsabbrüche zu verhindern. Hier können SES-Expertinnen und -Experten mit Ihren Erfahrungen aus dem Berufsleben den jungen Men-



Günter Kuhn



Ursula Richter-Dickhaut

schen viel Nützliches mit auf den Weg geben. Bewerbungstraining gehört ebenso dazu wie die Begleitung und das Coaching von Schülerinnen und Schülern, die Schwierigkeiten haben, ihren Schulabschluss zu schaffen.

Kontakt:

Senior Experten Service (SES)
 Büro Kassel
 Günter Kuhn, Ursula Richter-Dickhaut
 c/o Landesbank Hessen-Thüringen Helaba
 Wilhelmsstraße 2
 34117 Kassel
 Tel.: 0561 766-2080
 E-Mail: ses@ses-buero-kassel.de

WS D: Praxisprojekt 3

„In Würde teilhaben...“

Arbeit und Bildung, Marburg

- Vorgestellt von **Angela Schönemann**



Angela Schönemann

© privat

„Arbeit und Bildung e.V.“ engagiert sich in Marburg und Umgebung seit mehr als 30 Jahren auf vielfältige Weise gegen Arbeitslosigkeit. Mit dem Projekt „In Würde teilhaben...“ setzt sich der Verein auch für die Verbesserung der Lebenssituation älterer Menschen ein, die einsam und isoliert leben. Menschen mit unterbrochenen Erwerbsbiografien haben im Alter häufiger nur eine kleine Rente und können sich dann nur das Notwendigste zum Leben leisten. Soziale Kontakte verbunden mit Freizeitaktivitäten, die Geld kosten, sind daher kaum möglich. Hinzu kommen oft gesundheitliche Probleme, die den Aktionsradius der Menschen einschränken. Die Folgen sind Isolation und Vereinsamung.

Das Projekt „In Würde teilhaben...“ hat es sich zum Ziel gesetzt, in Marburg und Stadtallendorf Kontakte zu älteren, isoliert lebenden Menschen zu knüpfen, um ihnen (wieder) mehr Teilhabe am sozialen Leben durch persönliche Kontakte zu ermöglichen. Von Telefongesprächen über Besuche bis zu gemeinsamen Aktivitäten im Quartier reicht das Angebot. Einmalige Kontakte oder mehrmalige sind im Rahmen des Projektes möglich. Außerdem wird zum Beispiel Hilfe beim Ausfüllen des Antrags auf einen Schwerbehinderten-Ausweis geleistet oder es werden Kontakte zu professionellen Hilfsangeboten vermittelt.

Im Projekt arbeiten hauptamtlich Tätige im Umfang einer Vollzeitstelle, unterstützt von Honorarkräften und „Türöffnern“, die vor Ort Kontakt herstellen und Vertrauen schaffen wie etwa Nachbarn oder Ärzte.

Die Projektmitarbeitenden berichten von der Erfahrung, dass viele ältere, einsame Menschen sich für ihre

Situation schämen und nicht direkt auf ihre Situation angesprochen werden möchten. Der konsequente Blick auf die Ressourcen stärkt die Betroffenen und verbessert ihr Wohlbefinden. Es wird deshalb auch nicht mit positiven Rückmeldungen zum Projekt gespart: „Wenn du zwei Stunden gequatscht hast, kannst du wieder drei Tage leben“, sagte beispielsweise eine ältere Dame. Eine 82-Jährige betonte, die neuen Kontakte gäben ihr wieder Zuversicht. Ein 92-jähriger Witwer hob hervor, er werde wieder menschenfreundlicher und traue sich, wieder Einladungen wahrzunehmen.

Das von der [Deutschen Fernsehlotterie](#) geförderte Projekt startete im September 2017 und endet im September 2019.

Kontakt:

Arbeit und Bildung e.V.
Projekt „In Würde teilhaben...“
Angela Schönemann
Biegenstraße 44
35037 Marburg
Tel.: 06421 6851-326
Mobil: 01520 9037653
E-Mail: iwt@arbeit-und-bildung.de
www.arbeit-und-bildung.de

Workshops-Phase II: Menschliche Bindungen schaffen

Workshop E: Internet und Social Media

Moderation und Protokoll: Lisa Schmidt, Der Paritätische Gesamtverband

Um Möglichkeiten, das Internet und Social Media zur Vermeidung von Isolation und Einsamkeit zu nutzen, ging es in diesem Workshop. Zu Beginn des Workshops verständigten sich die Teilnehmenden darauf, den Titel auszuweiten. Es war ihnen wichtig, auch andere Kommunikationsmedien und -möglichkeiten einzubeziehen, die dazu dienen, Einsamkeit vorzubeugen oder Menschen zu stabilisieren, die sich einsam fühlen. So thematisierten die Beiträge im Workshop gleichermaßen ältere Medien zur Kommunikation wie das Telefon als auch neuere Medien.

Dagmar Hirche stellte den Hamburger Verein „Wege aus der Einsamkeit“ vor. Eines seiner Projekte heißt „Wir versilbern das Netz“. In Hamburg und Berlin gibt es im Rahmen des Projekts Schulungsangebote für Seniorinnen und Senioren zum Umgang mit Smartphones und Tablets.

Als weiteres Projekt präsentierte Elke Schilling das Silbernetz in Berlin. Es bietet unter dem Motto „einfach mal reden“ Telefongespräche an, die gegen Einsamkeit helfen sollen. Zudem werden Telefonfreundinnen und -freunde zu regelmäßigen Telefonanrufen vermittelt.

Das dritte, von Katharina Hefenbrock vorgestellte Projekt heißt Sozio Med Mobil. Träger ist der Kreisverband Wolfenbüttel des Deutschen Roten Kreuzes. Mit einem mobilen Bus werden im ländlichen Raum hilfsbedürftige Menschen zu Fach- und Hausärzten gefahren.

Alle vorgestellten Projekte sind niedrighschwellige Angebote, um mit Mitteln der Kommunikation von Einsamkeit bedrohte Menschen zu erreichen und Einsamkeit mit wirksamen Maßnahmen entgegenzutreten.

In der Diskussion wurde deutlich, dass digitale Angebote nur mit realen, analogen Ansprechpartnern funktionieren. Diese sind nötig, um ältere Menschen im digitalen Wandel mitzunehmen und einzubinden.

Ältere Menschen sind durchaus fähig, das Internet zu nutzen und daran auch oft sehr interessiert. Auch für sie müssen deshalb bessere Rahmenbedingungen für die Nutzung der „neuen“ Medien geschaffen werden. Deshalb lautet eine Forderung aus dem Workshop: Altenheime sollten verpflichtet werden, kostenfreies WLAN anzubieten. Darüber hinaus sind bundesweite Schulungen und Informationsveranstaltungen/-workshops sinnvoll.

Im Workshop wurden Graswurzelprojekte vorgestellt, die sich mit viel Engagement und Beharrlichkeit des Themas Einsamkeit annehmen. Ihnen kann man ein vielfaches „copy and paste“ in andere Regionen der Bundesrepublik wünschen!

WS E: Praxisprojekt 1

Silbernetz Berlin

- Vorgestellt von **Elke Schilling**



© privat

Elke Schilling

Seit September 2018 gibt es in Berlin das Silbertelefon „#einfachmalreden“. Es ist ein Gesprächsangebot des Projekts Silbernetz, das der Verein Silbernetz e.V. gemeinsam mit dem Humanistischen Verband Berlin-Brandenburg KdÖR betreibt und ausbaut. Unter der kostenfreien Rufnummer 0800/4 70 80 90 können ältere Menschen, die sich einsam fühlen, derzeit von 8 bis 20 Uhr an sieben Tagen in der Woche anrufen. Sie finden am anderen Ende der Leitung einen Gesprächspartner oder eine Gesprächspartnerin, die Zeit und ein offenes Ohr für sie hat. Viele Anrufende melden sich täglich, andere suchen nur einmal in der Woche oder sporadisch telefonischen Kontakt. Auch jüngere Menschen rufen an. Seinen Namen muss niemand nennen.

Silbernetz ist ein dreistufiges Kontaktangebot für vereinsamte oder isolierte ältere Menschen zuerst in Berlin, später in ganz Deutschland. Es ermöglicht zunächst die anonyme Kontaktaufnahme und bahnt so einen ersten Schritt aus der Isolation. So können die Anruferinnen und Anrufer wieder persönliche Verbindungen aufbauen. Denn auf Wunsch vermittelt ihnen der Verein eine Silbernetz-Freundin oder einen Silbernetz-Freund, die oder der den älteren Menschen regelmäßig anruft. Außerdem übernimmt Silbernetz eine Brückenfunktion, wenn es darum geht, ältere Menschen in Kontakt mit ihrem sozialen Umfeld und Hilfsangeboten im Wohnumfeld zu bringen.

Ermöglicht wird das Silbertelefon zum einen durch private Geld-, Zeit- und Sachspenden sowie finanzielle Unterstützung des Berliner Senats und Stiftungsgelder. Aber auch durch ein außergewöhnliches Beschäftigungsmodell in Kooperation mit dem Jobcenter Berlin-

Lichtenberg, durch das bis jetzt fünf schwerbehinderte ältere Menschen eine Stelle gefunden haben.

Silbernetz-Initiatorin Elke Schilling, zugleich auch die 1. Vorstandsvorsitzende des Vereins, kam unter anderem durch eine traurige persönliche Erfahrung auf die Idee, das Projekt gegen Vereinsamung ins Leben zu rufen. Ein zurückgezogen lebender älterer Nachbar hatte längere Zeit unbemerkt tot in seiner Berliner Wohnung gelegen. Elke Schilling brachte in der Folge nicht nur das Silbernetz auf den Weg sondern startete auch eine Petition „Gegen Einsamkeit im Alter! #GEiA!“, die mehr als 31.000 Unterstützerinnen und Unterstützer fand. Sie fordert darin, die Bundesregierung solle eine langfristige deutschlandweite Kampagne „Gegen Einsamkeit im Alter!“ schaffen. Zudem seien dringend Forschungen zur Lebenssituation hochaltriger Menschen nötig. (<https://www.change.org/p/gegen-einsamkeit-im-alter-geia-frau-dr-giffey-herr-spahn-handeln-sie>)

Kontakt:

Silbernetz
Wollankstraße 97
13359 Berlin
Tel.: 030 23 54 48 22
E-Mail: silbernetz@hvd-bb.de
www.silbernetz.orgndeln-sie

WS E: Praxisprojekt 2

Wege aus der Einsamkeit, Hamburg

- Vorgestellt von **Dagmar Hirche**



© Wege aus der Einsamkeit

Dagmar Hirche und die Versilberer-Gruppe

Wege aus der Einsamkeit e.V. hat sich im Dezember 2007 gegründet. Der Hamburger Verein setzt sich bundesweit dafür ein, die Lebensumstände alter Menschen und ihre Stellung in der Gesellschaft zu verbessern. Er unterstützt Initiativen, die alten Menschen, ihren Angehörigen und pflegenden Personen zu Gute kommen. Ein wichtiges Ziel ist es, Armut, Krankheit und Isolation im Alter vorzubeugen.

Um der Vereinsamung älterer Menschen selbst gezielt entgegenzuwirken, hat der Verein im Herbst 2014 die Initiative „Wir versilbern das Netz“ gestartet.

Da vielen älteren Menschen der Umgang mit neuen Medien nicht vertraut ist, sind sie häufig abgehängt, wenn es um die Nutzung moderner Kommunikationswege geht. Aus Unsicherheit oder Angst, Fehler zu machen, wagen sie sich nicht an Smartphone oder Tablet. Viele unbekannte Begriffe schrecken sie zudem ab. Passende Schulungsangebote sind für diesen Personenkreis ebenfalls nicht leicht zu finden.

Wege aus der Einsamkeit e.V. bietet kostenlose Gesprächsrunden und Workshops für Menschen ab 65 Jahren an, in denen diese das 1x1 der Tablets und Smartphones lernen. Sie können sich mit den sozialen Netzwerken, mit Whatsapp und Skype, Online-Banking, Gesundheits-Apps und vielem mehr vertraut machen. So können sie auch in der digitalen Welt aktiv am Leben teilhaben. Von 2014 bis 2018 hat der Verein in Hamburg und Berlin (seit 2017) mit dem kostenfreien und sehr niedrigschwelligen Angebot rund 4.000 Teilnehmende erreicht. Die älteste Teilnehmerin war 94 Jahre alt.

Auch viele junge Menschen, häufig Studierende, unterstützen das ausschließlich mit Spenden-Einnahmen finanzierte Projekt. Seit Anfang 2017 geben zudem junge Flüchtlinge bei den Gesprächsrunden ihr Wissen über neue Medien weiter. Eine Win-Win-Situation für beide Seiten: Die Flüchtlinge bekommen Kontakt mit Deutschen, lernen Deutsch und können anderen helfen; die älteren Menschen knüpfen ebenfalls neue Kontakte und erobern sich mit den Flüchtlingen gemeinsam bislang unbekannte digitale Welten.

Kontakt:

Wege aus der Einsamkeit e.V.,
 Lübecker Straße 1,
 22087 Hamburg
 Tel.: 040 42236223200
 E-Mail: info@wegeausdereinsamkeit.de
 Homepage: www.wegeausdereinsamkeit.de

WS E: Praxisprojekt 3

Sozio-Med-Mobil

DRK Wolfenbüttel

- Vorgestellt von **Katharina Hefenbrock**



© privat

Katharina Hefenbrock

Eine ausgedünnte Infrastruktur im ländlichen Raum, der Mangel an Haus- und Fachärzten sowie fehlende öffentliche Verkehrsmittel sind für viele ältere Menschen ein Problem. Wer nicht selbst Auto fahren kann und auch keine Verwandten oder Bekannten hat, die ihn oder sie im Auto mitnehmen können, steht dumm da, wenn beispielsweise ein Arztbesuch nötig ist.

In der Samtgemeinde Elm-Asse im Kreis Wolfenbüttel hilft das Projekt "Sozio-Med-Mobil – Beratung und Mobilität für ländliche Räume" mit seinem Fahrdienst allen bedürftigen Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Das Angebot gilt für chronisch kranke, von Armut betroffene, behinderte und geflüchtete Menschen. Der Fahrdienst ist aber nur für Personen, denen die Krankenkasse oder ein anderer Kostenträger die Fahrtkosten nicht erstatten.

Das Sozio-Med-Mobil verbessert die Anbindung von hilfebedürftigen Personen im ländlichen Raum an das Gesundheitssystem. Der kostenfreie Fahrdienst von zu Hause zum Arzt, zum Therapeuten oder etwa zur Sozialberatung und zurück kann im Internet gebucht werden. Wer dies nicht selbst kann, erhält Hilfe von einem „Kümmerer“ oder einer „Kümmererin“. Diese Personen – meist Angehörige, Bekannte oder ehrenamtliche Kräfte – sind über diese Funktion hinaus auch Ansprechpartner*innen im Dorf geworden.

Einmal in der Woche gibt es donnerstags auch ein Beratungsangebot im IM-BUS. Es geht hauptsächlich um Hilfestellung bei sozialen Fragen oder Unterstützung bei der Nutzung des Sozio-Med-Mobils. Die Stationen des Busses, die im Winter jedoch nicht angefahren wer-

den, haben sich auch zu einem Anlaufpunkt entwickelt, an dem sich Menschen aus dem Dorf treffen können.

Das auf zwei Jahre angelegte Projekt wird wissenschaftlich begleitet, um die Wirkung des Sozio-Med-Mobils zu erfassen. Es wird unter anderem aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.

Kontakt:

DRK-Kreisverband Wolfenbüttel e.V.
Dietrich-Bonhoeffer-Straße 8
38300 Wolfenbüttel
E-Mail: info.smm@drk-kv-wf.de
Homepage: www.sozio-med-mobil.de

Projektkoordination
katharina.hefenbrock@drk-kv-wf.de
Tel.: 05331 92784-314

Workshop F: Vereine und Verbände

Moderation und Protokoll: Joachim Hagelskamp, Der Paritätische

Die Beiträge von Dieter Hackler (Grüne Damen und Herren, Bonn), Karolina Molter (DRK-Besuchsdienst, Berlin) und Asli Peker Gaubert (Volkssolidarität, Berlin) machen deutlich, dass es in größeren Organisationen einer Klärung der Rollen und Aufgaben von ehrenamtlichem und hauptamtlichem Personal bedarf. So können ehrenamtlich Engagierte stets wirkungsvoll als „Spezialisten“ zur Ergänzung der Aufgaben des hauptamtlichen Personals tätig werden. Zugleich bedarf es auch der eindeutigen Klärung der Grenzen. Einig waren sich die Teilnehmer*innen des Workshops auch darüber, dass ehrenamtlich Tätigen keinerlei Aufwendungen für ihren ehrenamtlichen Einsatz entstehen dürfen. Die Referierenden vertraten hier unisono die Auffassung, dass eine Bezahlung – auch auf der Basis von Ehrenamtspauschalen – nicht zielführend ist, da es sich stets um eine bezahlte Tätigkeit handelt, die über die freiwillige Ergänzung hinaus geht. Aufwendungen für Fahrtkosten, Verpflegung, Supervision und auch die hauptamtliche Koordination seien aber zwingend erforderlich und zu planen. Unter den Teilnehmenden wurde die Auffassung, dass ehrenamtliches Engagement nicht durch Ehrenamtspauschalen vergütet werden darf, nicht uneingeschränkt geteilt. Es bedarf hier der weitergehenden vertieften Diskussion.

Alle Referierenden berichteten, dass sie keinen Mangel an Interessierten für ehrenamtliches Engagement in ihren Organisationen zu verzeichnen haben. Zugleich bestätigten sie aber auch, dass es noch erheblichen Bedarf an ehrenamtlichem Engagement in anderen Bereichen gibt, in denen bislang aber die entsprechenden Strukturen dafür noch fehlen. Von Seiten der Volkssolidarität wurde bestätigt, dass gerade auch das bis heute praktizierte Kassieren des Mitgliedsbeitrages an der Haustür als ein wesentlicher Beitrag für den Zusammenhalt betrachtet wird.

Da sich ehrenamtliches Engagement als spezielle Ergänzung hauptamtlichen Tuns versteht, sind regelmäßige Qualifizierungsangebote ebenso notwendig, wie auch eine in den Verbänden entwickelte „Kultur der Anerkennung“. In der Diskussion im Workshop wurde darauf hingewiesen, dass insbesondere die Angebote der Tafeln von Menschen wahrgenommen werden, die häufiger als andere sozial isoliert leben. Deutlich wurde auch, dass durch das langjährige Engagement die ehrenamtlich Tätigen deutlich weniger sozial isoliert sind als ohne solche Tätigkeiten.

WS F: Praxisprojekt 1

Grüne Damen und Herren Berlin

- Vorgestellt von **Dieter Hackler**

Seit 50 Jahren besuchen bundesweit mehr als 8.500 ehrenamtliche Grüne Damen und Herren – so heißen sie wegen der Grünen Kittel, die sie bei ihren ehrenamtlichen Einsätzen tragen – kranke und hilfebedürftige Menschen in Krankenhäusern und Einrichtungen der Altenhilfe. Sie haben sich zur Evangelischen Kranken- und Alten-Hilfe e.V. – kurz „eKH“ – zusammengeschlossen.

Die Grünen Damen und Herren verstehen sich als professionell arbeitende Laien, die Patient*innen in Krankenhäusern und Bewohner*innen von Altenpflegeheimen Zeit und Zuwendung schenken, damit diese nicht einsam und isoliert ihren Ängsten und Sorgen ausgeliefert sind. Die Grünen Damen und Herren sind für die kranken oder alten Menschen wichtige Gesprächspartner*innen, oft die Einzigen jenseits des Personals. Denn viele Menschen haben keine Angehörigen, die sich in dieser Situation um sie kümmern. Oder sie leben zu weit weg, als dass Sie im Alltag da sein könnten. Die Grünen Damen und Herren erfüllen Wünsche und leisten alltägliche Hilfe. Und nicht selten begleiten sie die Menschen bis zu deren Tod.

Dieter Hackler berichtete, dass ein hohes Alter, eine Vielzahl von Erkrankungen, Verwirrtheitszustände, körperliche Gebrechlichkeit und oft große Traurigkeit das Leben vieler Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen kennzeichnen. Sie empfänden ihr Leben nicht mehr als Geschenk oder als Glück, sondern als Bürde. Auch, wenn sie in einer Einrichtung nicht alleine seien, so fühlen sie sich doch häufig einsam. Sie erlebten sich zudem als fremdbestimmt und als perspektivlos. Der regelmäßige Besuch der Grünen Damen und Herren erleichtere vielen Menschen die schwierige Lebenssituation und gebe ihnen oftmals auch verlorene Lebensfreude zurück.

Kontakt:

Grüne Damen und Herren
Tel.: 0228 257769
E-Mail: c.d.hackler@t-online.de
www.ekh-deutschland.de

WS F: Praxisprojekt 2

DRK-Besuchsdienst

Berlin

- Vorgestellt von **Karolina Molter**

Für Menschen mit seltenen familiären, freundschaftlichen oder nachbarschaftlichen Kontakten bietet das Deutsche Rote Kreuz (DRK) seinen Besuchsdienst an. Dieser richtet sich an Menschen, die alleine leben, aufgrund ihres Alters oder einer Krankheit beziehungsweise Behinderung wenig Kontakt finden und sich einen Austausch mit einer festen Bezugsperson wünschen. Die ehrenamtlich Aktiven des Besuchsdienstes leisten den älteren Menschen Gesellschaft und bieten auch Unterstützung in alltäglichen Fragen. Sie wollen damit die Teilhabe der häufig sehr zurückgezogen lebenden Menschen am gesellschaftlichen Leben fördern. Zugleich sind ihre Besuche häufig auch eine Entlastung für (pflegende) Angehörige.

Die Besuche sind nicht auf die Wohnung der oftmals alleinstehenden Menschen beschränkt, auch Menschen, die in einer Senioreneinrichtung leben, können diesen Dienst in Anspruch nehmen.

Kontakt:

Karolina Molter
DRK-Generalsekretariat
Tel.: 030 85404-316
E-Mail: k.molter@drk.de

WS F: Praxisprojekt 3

Migrationssozialdienst als wichtige Anlaufstelle für ältere Menschen

Volkssolidarität Berlin

- Vorgestellt von **Asli Peker Gaubert**

Seit 2005 gibt es im Berliner Bezirk Marzahn-Hellersdorf den bezirklichen Migrationssozialdienst (MSD). In unterschiedlicher Trägerkonstellation ist die Volkssolidarität seit Beginn Träger der Fachstelle für Migration und Integration, seit 2009 in Kooperation mit der Caritas.

Der Migrationssozialdienst, dessen Arbeit Asli Peker Gaubert vorstellte, ist Anlaufstelle für Migrantinnen und Migranten und vermittelt als Clearingstelle Hilfesuchende an zuständige Fachstellen. Darüber hinaus unterstützt er die sozialen Stadtteilzentren dabei, sich interkulturell zu öffnen, um Migrantinnen und Migranten die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Bereits jetzt sind die Nutzerinnen und Nutzer der sozialen Stadtteilzentren, der Migrantenselbstorganisationen und des Migrationssozialdienstes vorwiegend ältere Menschen. In Marzahn leben zu einem großen Teil Spätaussiedler*innen und Vietnames*innen. Viele sind von Armut betroffen, und zunehmend auch von Vereinsamung, da sie häufig nicht mehr in familiäre Netze eingebunden sind. Kontakte zur früheren Heimat sind oftmals abgerissen oder nur noch sporadisch.

Neue enge soziale Bindungen konnten häufig nicht aufgebaut werden oder sind auch von den Einschränkungen des Alters betroffen. So fühlen sich die älteren Menschen nicht nur einsam, sondern auch noch einsam in der Fremde.



© Mario Zeidler. Presse und Öffentlichkeitsarbeit Volkssolidarität Landesverband Berlin e.V.

Asli Peker Gaubert

Anfragen an Pflegeeinrichtungen und Beratungsstellen der Volkssolidarität zeigen, dass es als sehr wohltuend empfunden wird, wenn Pflege- und Betreuungskräfte die älteren Menschen verstehen, mit ihnen kommunizieren können und auch deren kulturellen Hintergrund kennen. Eine gute Möglichkeit für Senior*innen, nicht in Isolation zu geraten, ist es auch, sich in den vielen Ortsgruppen der Volkssolidarität mit einzubringen, die es fast flächendeckend wohnortnah gibt. Diese treffen sich regelmäßig und organisieren Fachvorträge, Reisen, Konzerte sowie Veranstaltungen zu besonderen Feiertagen.

Kontakt:

Asli Peker Gaubert
Bezirklicher Migrationssozialdienst
Alt Marzahn 56
12685 Berlin
Tel.: 030/547 085 21
E-Mail: asli.peker@volkssolidaritaet.de

Es liegt keine Präsentation vor, da es sich um einen freien Vortrag handelte.

Workshop G: Selbsthilfe

Moderation und Protokoll: Dr. Wolfgang Busse

Immer mehr ältere Menschen ergreifen selbst die Initiative, wenn es darum geht, das Wohnen und Leben im Alter zu gestalten. Sie schließen sich beispielsweise zu Genossenschaften oder Vereinen zusammen, um Wohnprojekte zu realisieren. Die ursprünglich aus Großbritannien stammende Idee der Abbeyfield-Häuser hat auch in Deutschland Anhänger gefunden. Alfred T. Hoffman stellte das Konzept vor, das mehr umfasst als gemeinschaftliches Wohnen. Die Abbeyfield-Bewegung möchte Wege aufzeigen, die es älteren Menschen ermöglichen, mit Unterstützung eines Netzes von ehrenamtlich Engagierten sowie einer festangestellten Haushaltshilfe bis zuletzt ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben in vertrauter Umgebung zu führen. Wie das in der Praxis funktioniert, berichtete Bettina Schau vom Kasseler Verein Gemeinsam ins Alter, der das Konzept in Deutschland umsetzt. Er hat dazu eine Genossenschaft gegründet.

Einen innovativen Ansatz zum gemeinschaftlichen, altersgerechten Wohnen auf dem Land stellte Elke D. Badur-Siefert mit dem „Seniendorf UHLENBUSCH“ vor. Die neue Ökosiedlung mit 30 Niedrigenergiehäusern in ökologischer Bauweise, einem Dorfhaus und Gemeinschaftsgarten, scherzhaft auch „Bullerbü für Senioren“ genannt, liegt am Plöner See, die Mieterinnen und Mieter sind aber aus vielen unterschiedlichen Gegenden Deutschlands dorthin gezogen.

Wohnen gegen Hilfe ist ein Projekt, bei dem ältere Menschen einen Teil ihres Wohnraums für Studierende oder Auszubildende freimachen. Statt Miete bieten die jungen Menschen Hilfe unter anderem im Haushalt an. Entscheidend für gelingende Wohnpartnerschaften ist, dass Erwartungen von Wohnungssuchenden und Anbietern im Vorgespräch offen ausgesprochen werden, um spätere Konflikte zu vermeiden, so Erwin Stroot, der das Projekt vorstellt. Derzeit übersteige die Zahl der Bewerbungen junger Menschen für das Projekt die Wohnangebote von Senioren und Senioren in Münster aber noch um das Zehnfache.

WS G: Praxisprojekt 1

Die Abbeyfield-Idee

- Präsentiert von **Alfred T. Hoffmann**

Die grundlegende Idee des aus England stammenden Konzeptes der Abbeyfield-Häuser ist, eine alternative Wohnform für ältere Menschen zu schaffen, die nicht alleine wohnen wollen, aber ihren Alltag selbständig bewältigen können. In den rund 600 Abbeyfield-Häusern in 13 Ländern leben etwa 8.000 ältere Menschen. Unterstützt werden Sie von rund 15.000 Freiwilligen.

Der Begründer der Abbeyfield-Idee, der Engländer Richard Carr-Gomm, erkannte bereits Mitte der 1950er Jahre, dass alleinlebende alte Menschen zwar meist den Umzug in eine stationäre Einrichtung ablehnen, in ihrer angestammten Umgebung jedoch nicht nur zu vereinsamen drohen, sondern durch schlechte Ernährung auch ihre Gesundheit gefährden. Gleichzeitig beobachtete er eine wachsende Zahl von Bürgerinnen und Bürgern, die bereit war, sich auf lokaler Ebene für ein besseres Alter zu engagieren.

Abbeyfield-Häuser verstehen sich als normale Häuser in einer ganz normalen Straße, ortsübliche, in die Nachbarschaft eingebundene, barrierefreie Wohngebäude, idealerweise für zwölf ältere Menschen, die hier selbstverantwortlich ihren Alltag gestalten. Initiiert und „betrieben“ werden die Häuser von lokalen Vereinen, zu denen sich engagierte Bürger*innen aus Nachbarschaft, Kirchengemeinde und Region zusammengeschlossen haben. Eine Haushälterin ist für die Vor- und Zubereitung der Hauptmahlzeit und die Reinigung der Gemeinschaftsräume vom Verein angestellt. Für die Zubereitung der Nebenmahlzeiten sind die Bewohner*innen selbst verantwortlich. Tatsächlich wird die Haushälterin von den Bewohner*innen als gute Seele des Hauses angesehen. In diesem Sinne wird sie sich die Sorgen und Nöte der Menschen anhören, sieht sich aber nicht für die Lösung dieser Fragen in der Verantwortung. Dies überlässt sie den Bewohner*innen selbst.

Abbeyfield ist mehr als ein Wohnprojekt, Abbeyfield ist eine Bewegung von Menschen, die der Vereinsamung im Alter entgegenwirken und einen neuen Weg aufzeigen wollen, wie sich bis zuletzt ein erfülltes Leben in vertrauter Umgebung, eingebettet in ein aktives Gemeinwesen, führen lässt.

Jeder Abbeyfield-Verein entwickelt sein Haus entsprechend dem jeweiligen Bedarf vor Ort und übernimmt hierfür die organisatorische und rechtliche Verantwortung. Die Bewohner*innen bleiben in ihrem vertrauten Milieu, halten die Kontakte zu Familie und Freunden, Geschäften und Vereinen, wie auch zu ihrem bisherigen gesundheitlichen Versorgungsnetz aufrecht. Entsprechend hat ein Abbeyfield-Haus je nach Region ein anderes Profil: In wohlhabenden Regionen sind die Häuser großzügiger und komfortabler, in ärmeren Wohngebieten einfacher. Doch in allen Abbeyfield-Häusern mieten die Bewohner*innen ihre Appartements, die jeweils über Bad und Einbauküche verfügen, individuell an und statten sie mit eigenen Möbeln aus.

In Deutschland firmiert das Abbeyfield-Konzept unter dem Namen „Gemeinsam ins Alter“.

Kontakt:

Alfred T. Hoffmann
Schloßstr. 12
34454 Bad Arolsen
Tel.: 05691 3804
E-Mail: alfred.t.hoffmann@innovative-qualifikation.de

WS G: Praxisprojekt 1

Gemeinsam ins Alter Kassel

- Präsentiert von **Bettina Schau**

Unter der Beteiligung vieler Freiwilliger ist es trotz erheblicher Schwierigkeiten 2017 in Kassel gelungen, das erste „GIA-Haus“ zu realisieren. Der gemeinnützige Verein GEMEINSAM ins ALTER Kassel e.V. (GIA e. V.) hat zur Realisierung des Projekts eine Genossenschaft unter dem Namen GEMEINSAM ins ALTER Kassel eG gegründet.

Gemeinsam ins Alter Kassel ist ein Wohn- und Lebensprojekt für Menschen, die Interesse an einer sich entwickelnden Gemeinschaft und freiwilligen Aktivitäten mit anderen haben, die aber auch ebenso gerne ihre eigene abgeschlossene Wohnung bewirtschaften und ihre Eigenständigkeit erhalten wollen.

Verein und Genossenschaft arbeiten nicht gewinnorientiert. Alle für die Mieter*innen entstehenden Kosten errechnen sich durch Umlage der Kapitaldienste und laufende Kosten des Projekts. Entstanden sind 14 unterschiedlich große barrierefreie Wohnungen, die an Vereins- und Genossenschafts-Mitglieder vermietet werden.

Das barrierefreie GIA-Haus ist kein Altersheim, bietet aber beste Voraussetzungen, dass auch ambulante Pflegedienste bei Bedarf tätig werden können, wenn die jeweiligen Hausbewohner*innen beziehungsweise deren Angehörige dies benötigen und organisieren.

Für alle Aktivitäten inklusive der von Montag bis Freitag frisch zubereiteten Bio-Mittagsmahlzeiten für alle Bewohnenden und Nachbarn stehen 120 Quadratmeter Gemeinschaftsfläche sowie ein Gäste-Appartement und Garten zu Verfügung.



Preisverleihung im Hessischen Sozialministerium:
Links Peter Schau und Bettina Schau

Das GIA-Haus hat sich innerhalb von anderthalb Jahren mit seinem Spenden-Café „Silberdistel“ zu einem beliebten Treffpunkt für Jung und Alt mit unterschiedlichsten Programmangeboten entwickelt. Es ist gut in Nachbarschaft und Stadtteil eingebunden. Alle im gemeinnützigen Verein und in der Genossenschaft tätigen Menschen – mit Ausnahme der auf Honorarbasis arbeitenden Geschäftsführerin der Genossenschaft und der in Teilzeit tätigen Haushaltskraft – arbeiten ehrenamtlich und ersparen so dem Projekt höhere Entwicklungs-, Betriebs- und Verwaltungskosten.

Kontakt:

Gemeinsam ins Alter e. V.
Der Vorstand
Bettina Schau, Projektleitung
Distelbreite 4
34130 Kassel
Tel.: 0561/87970121
E-Mail: petbettschau@yahoo.de
www.gia-kassel.de

Zu diesem Projekt gibt es keine Präsentation, da der Vortrag frei gehalten wurde.

Link zu einem Filmbeitrag über das GIA-Haus in Kassel:

[http://infothek.paritaet.org/pid/fachinfos.nsf/0/696ad00654e3abe5c1258366005d7b4b/\\$FILE/WS_G_Schau_GIA_Haus_Kassel_hr-Hessenschau%2018.9.2017.mp4](http://infothek.paritaet.org/pid/fachinfos.nsf/0/696ad00654e3abe5c1258366005d7b4b/$FILE/WS_G_Schau_GIA_Haus_Kassel_hr-Hessenschau%2018.9.2017.mp4)

WS G: Praxisprojekt 2

Seniendorf UHLENBUSCH

- Präsentiert von **Elke-Dorothea Badur-Siefert**



© privat

Elke-Dorothea Badur-Siefert

Der wirtschaftliche und soziale Wandel in unserer Zeit macht es erforderlich, unseren bisherigen Lebensstil zu hinterfragen. Aufgrund knapper Ressourcen in so gut wie jedem Bereich müssen neue Formen und Konzepte des Zusammenlebens gefunden werden – insbesondere für das Alter.

Der UHLENBUSCH ist so ein Konzept. An diesem Ort leben vorwiegend Menschen, die ihre Lebensarbeitszeit hinter sich haben. Sie führen hier ein selbstbestimmtes Leben – mit gegenseitiger Hilfe und vielen, ganz unterschiedlichen Aktivitäten. Naturnah, ökologisch, umweltfreundlich und weitgehend energieautark.

Auf einer Fläche von 50.000 Quadratmetern ist in der Gemeinde Bosau ganz nah am Großen Plöner See, mitten in der Holsteinischen Schweiz ein neuartiges Dorf entstanden. Das Seniendorf UHLENBUSCH wurde 2017 von seinen Bewohner*innen bezogen und der aktive Alltag, der auch von Anfangsschwierigkeiten im Zusammenleben nicht frei ist, hat begonnen. Im UHLENBUSCH leben 27 Frauen, 16 Männer, 15 Singles, 14 Paare, 13 Hunde, fünf Katzen und zwei Schildkröten. Drei Bewohner*innen sind unter 60 Jahren, 20 zwischen 60 und 69 Jahren, 16 zwischen 70 und 79 Jahren und drei über 80 Jahre alt.

Noch nicht alles ist so, wie es im Konzept steht, aber schon vieles hat Form angenommen. Die kleine Siedlung besteht – so die Planung – aus 30 Wohnhäusern mit einer Wohnfläche von 60 bis 95 Quadratmetern und mehreren Gemeinschaftsgebäuden, in denen sich die Bewohner des Dorfes treffen, gemeinsam essen und feiern oder auch Veranstaltungen organisieren können. Alle Gebäude sind ebenerdig, barrierefrei/arm und seniorengerecht.

Es gibt schon Werkstätten für Holz- und Metallarbeiten, in die einige Männer ihre mitgebrachten Werkzeuge eingeräumt und für die allgemeine Benutzung zur Verfügung gestellt haben. Ferner sind geplant: eine Töpferwerkstatt und ein Atelier, in dem man künstlerisch arbeiten kann, eine Sauna und ein Dorfladen. Eine große Gartenfläche wird gemeinsam bewirtschaftet.

Der UHLENBUSCH ist kein Renditeobjekt, sondern ein Unternehmen, mit dem ein Lebenskonzept realisiert wird. Wer im UHLENBUSCH wohnen will, mietet ein in sich abgeschlossenes Haus. Außer der Miete fallen – wie bei jedem Wohnhaus – Nebenkosten für die Versorgung und Entsorgung an und außerdem eine Pauschale, von der Erhalt und Betrieb der Gemeinschaftsgebäude finanziert werden.

Um den besonderen Charakter des UHLENBUSCH für die Zukunft zu sichern, bleiben alle Häuser auf Dauer im Eigentum der UHLENBUSCH-GmbH, um später das ganze Projekt in eine Stiftung zu überführen.

Kontakt:

Uhlenbusch GmbH
 Stadtbeker Straße 116
 23715 Bosau
 Tel.: 04527 3279919
 E-Mail: info@uhlenbusch.org
www.uhlenbusch.org

WS G: Projekt 3

Wohnen für Hilfe Münster

- Präsentiert von **Erwin Stroot**



Ursula und Erwin Stroot

Das Projekt „Wohnen für Hilfe“ aus Münster verfolgt einen generationsübergreifenden Ansatz. Idee des von Ursula und Erwin Stroot koordinierten Projektes ist es einerseits, das Alleinsein im Alter zu überwinden und andererseits preiswerten Wohnraum für junge Menschen, in der Regel Studierende oder Auszubildende, zur Verfügung zu stellen. „Wohnen für Hilfe“ kommt ursprünglich aus England. Mittlerweile ist das Projekt in über 20 Universitätsstädten Deutschlands eingeführt worden.

Viele ältere Menschen benötigen zur Erledigung bestimmter Tätigkeiten in und um Haus oder Wohnung immer mehr Hilfe. Die Arbeit im Garten fällt schwer, auf die Leiter zu steigen ist mit Unsicherheit verbunden, die Flaschen Wasser in die Wohnung zu transportieren, ist anstrengend. Und wenn man allein im Haus wohnt, ist oft schon das eine Last. Niemand ist da, mit dem ein Gespräch über das Alltägliche möglich ist.

Auch in Münster explodieren die Wohnkosten. Darunter haben unter anderem die vielen Studierenden zu leiden. Wenn sie keinen bezahlbaren Wohnraum finden, müssen sie täglich pendeln oder auf das Studium in Münster verzichten.

In dieser Situation kann eine Wohnpartnerschaft genau die richtige Antwort sein. Ältere Menschen bieten Wohnraum an und nehmen eine/n Studierende/n oder Auszubildende/n auf. Dieser zahlt keine Miete, sondern leistet statt der Miete die gewünschte Hilfe. Das Projekt „Wohnen für Hilfe“ bringt beide Seiten zusammen.

Falls es in einer Wohnpartnerschaft zu Problemen kommt, stehen die Projektkoordinatoren zur Verfügung, um gemeinsam mit den Wohnpartner*innen eine Lösung zu finden.

Kontakt:

Erwin Stroot
Tel.: 0251 294907
Tel: 0251 54167
E-Mail: e.stroot@gmx.de

Oder
doris.focke@t-online.de

Zu diesem Projekt gibt es keine Präsentation. Der Vortrag wurde frei gehalten.

Workshop H:

Begegnungsstätten und aufsuchende Hilfe

Moderation und Protokoll: Thorsten Mittag

In diesem Workshop wurden drei völlig unterschiedliche Ansätze zur Vorbeugung von Einsamkeit vorgestellt. Ein Angebot setzt auf so genannte Wohlfühlanrufe, in denen Personen nach Vereinbarung telefonisch kontaktiert werden. Diese Anrufe sind allerdings kein Mittel zur Krisenintervention. Derlei Anrufe können auch von Angehörigen verschenkt werden. Für die Zielgruppe stellt dies eine Möglichkeit dar, regelmäßig auf einfachem Wege soziale Kontakte zu haben. Die Erfahrung zeigt hier, dass Anonymität die Inanspruchnahme steigert.

Bei einem anderen Projekt hat sich aus einer Begegnungsstätte ein Quartiersmanagementansatz entwickelt, quasi ein Kümmerer-Ansatz vor Ort. In diesem Angebot hat man gelernt, dass häufig die Funktionen von Kümmerern gebündelt werden müssen, am besten in Form von Alltagsbegleitern. In diesem Projekt wurde auch die Erfahrung gemacht, dass es weniger schwer war, ehrenamtliche Helfer zu finden, als die Angebote an die Zielgruppe heranzutragen.

Der dritte Ansatz besteht daraus, über einen gemeinschaftlich verantworteten Dorfladen das Leben vor Ort in dörflicher Struktur lebenswerter zu machen. Das Prinzip ist, dass es neben Lebensmitteln in einem solchen Laden auch „Menschlichkeit“ gibt. Sozialer Austausch findet dort statt, drohende Krisen gerade bei älteren Mitbürgern können erkannt und es kann frühzeitig gehandelt werden. Auch werden Bringdienste gerade für ältere Dorfbewohner in den Laden zum Einkaufen durchgeführt. Die Notwendigkeit und das Potenzial sind enorm, denn die wohnortnahe Versorgung ist im ländlichen Bereich nicht überall gegeben. Das Angebot wird leider nicht als gemeinnützig anerkannt.

WS H: Praxisprojekt 1

Wohlfühlanrufe

Ambulante Versorgungsbrücken Bremen e. V.

- Vorgestellt von **Elsbeth Rütten**

Der Name des Bremer Vereins ist zugleich Ausdruck einer Erfolgsgeschichte: Denn bis April 2013 hieß die Bremer Patienteninitiative Ambulante Versorgungslücken e. V. Dass sie sich jetzt Ambulante Versorgungsbrücken e. V. nennt, zeigt: Sie hat mit ihrem Engagement viel erreicht.

Elsbeth Rütten initiierte mit dem Verein 2009 eine Bundestagspetition mit dem Ziel, die missliche Lage vieler Patienten nach einem Krankenhausaufenthalt zu verbessern. Nachdem die Krankenhäuser dazu übergegangen waren, Patient*innen immer früher zu entlassen, die Krankenkassen aber die Kosten für eine Haushaltshilfe oder Behandlungs- und Grundpflege nicht übernahmen, gerieten die betroffenen Menschen in eine Versorgungslücke. Sich im Genesungsprozess selbst und dazu noch den Haushalt zu versorgen, damit waren sie überfordert. Das betraf auch viele Menschen, die ambulant medizinisch behandelt wurden. Die Petition war erfolgreich: Die Regelung im Sozialgesetzbuch V zur Gesetzlichen Krankenversicherung wurde geändert. Inzwischen haben Patient*innen nach einem Krankenhausaufenthalt oder nach einer ambulanten medizinischen Behandlung einen Anspruch auf Behandlungs-, Grundpflege und/oder hauswirtschaftliche Versorgung, wenn sie selbst nicht den Haushalt führen können.

2010 eröffnete der Verein eine unabhängige Kontakt- und Beratungsstelle in Bremen. Er engagiert sich im Bereich der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe für Erwachsene aller Altersgruppen, wobei er insbesondere die Generation 50plus mit dem Ziel anspricht, das selbstbestimmte Leben, vorzugsweise in den eigenen vier Wänden, langfristig zu sichern.



© Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Elsbeth Rütten

Ein wichtiger Bestandteil des ehrenamtlichen Engagements sind die „Wohlfühlanrufe“, die der Verein seit 2012 anbietet. Sie resultieren aus der Erfahrung, dass insbesondere viele ältere Menschen über 70 Jahren unter dem Verlust sozialer Kontakte leiden. Oftmals sind sie von vielerlei gesundheitlichen Einschränkungen betroffen und haben nur noch eine Bezugsperson oder nicht einmal das. Falls es noch Angehörige gibt, fühlen diese sich häufig mit der alleinigen Sorge für den alten Menschen überfordert. Die Wohlfühlanrufe sind daher nicht nur für die älteren Menschen eine willkommene Unterbrechung des häufig monotonen Alltagslebens. Sie sind auch eine Entlastung für die sorgenden Angehörigen. Die Anrufe sind ein Stück soziale Teilhabe und können dazu beitragen, die psychosoziale Situation der älteren Menschen zu stabilisieren. Die Frequenz der Nutzung dieses Angebots reicht von einmal pro Tag bis zu einmal pro Monat. Im Mittelpunkt der Gespräche steht das empathische Zuhören seitens der speziell für diese Aufgabe geschulten Anruferinnen. Die Anrufe gehen in fast alle Bundesländer.

Kontakt:

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.
Humboldtstr. 126
28203 Bremen
Tel. 0421 6964-200
E-Mail: avb@gmx.org

WS H: Praxisprojekt 2

„Alt werden, aktiv bleiben und wohl fühlen in Lengenfeld“

Volkssolidarität Reichenbach

- Vorgestellt von **Olaf Schwarzenberger**



© privat

Olaf Schwarzenberger

Die Volkssolidarität wurde 1945 in Dresden mit dem Ziel gegründet, Not und Elend nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs zu lindern. Von Anfang an war und ist Solidarität ein wichtiges Leitmotiv des in den ostdeutschen Bundesländern aktiven Verbandes. Ehrenamtliches Engagement und Nachbarschaftshilfe werden groß geschrieben.

Die Volkssolidarität Reichenbach e.V. hat als eigenständiger Verein in der sächsischen Kreisstadt Reichenbach und deren Umgebung ein vielfältiges Angebot sozialer Dienstleistungen aufgebaut. Viele davon richten sich an ältere, hilfsbedürftige Menschen. Zum Beispiel: Betreutes Wohnen, soziale Beratung, Haushaltshilfe, Essen auf Rädern, Ambulante Pflege, Hausnotruf und vieles mehr.

Neben den Unterstützungsangeboten für ältere Menschen, die noch in der eigenen Wohnung beziehungsweise dem eigenen Haus oder dem Betreuten Wohnen leben, bietet die Volkssolidarität pflegebedürftigen Menschen in zwei Pflegeheimen umfassende Versorgung. Mit drei Kindertagesstätten gibt es zudem Angebote für Familien.

In einer Anlage des Betreuten Wohnens in Reichenbachs Nachbargemeinde Lengenfeld plant die Volkssolidarität eine Begegnungsstätte mit einem breiten Angebot. Dazu gehören unter anderem Mittagstisch, Kaffeenachmittag, Spielenachmittag und Sportangebote.

Diese Begegnungsstätte soll eingebettet werden in ein Quartiersmanagement-Konzept. Dieses Angebot soll damit nicht nur das Leben der Senior*Innen im Betreuten Wohnen um Kultur- und Begegnungsangebote bereichern, sondern auch Treffpunkt für andere Bewohner*innen der Gemeinde werden.

Kontakt:

Volkssolidarität Reichenbach e.V.
Olaf Schwarzenberger
Geschäftsführer
Solbrigstraße 16
08468 Reichenbach
Tel.: 03765 1180
E-Mail: info@vs-reichenbach.de

WS H: Praxisprojekt 3

Selbst bestimmt und gut versorgt alt werden im Heimatdorf

Dorfläden von Bürgern für Bürger

- Vorgestellt von **Günter Lühning**



© privat

Günter Lühning

Die Nahversorgung und die sozio-kulturelle Infrastruktur im ländlichen Raum nachhaltig sichern, das ist das Ziel von immer mehr bürgerschaftlich organisierten Dorfläden. Bundesweit gibt es rund 300 Dorfläden, die als Selbsthilfe-Einrichtungen zu bezeichnen sind. Die bürgerschaftlich organisierten Läden sind zugleich auch wichtige Orte der Begegnung. Einen dieser Dorfläden beschrieb Günter Lühning, Vorsitzender der Dorfläden-Bundesvereinigung. Vor 18 Jahren wurde der Dorfladen „von Bürgern für Bürger“ in seinem Heimatdorf Otersen gegründet. Mit dem 2011 eröffneten Mehrgenerationen-DorfCafé ist er zu einem überaus beliebten „DORFbegegnungsLADEN“ geworden.

Erstmals stellte Günter Lühning beim Workshop in Kassel die Vision für ein seniorengerechtes Dorf mit neuen Angeboten – auch für die ganze Dorfregion – vor. Ein Dorf mit seniorengerechten Wohnungen, Service-Leistungen nach Bedarf, Tagespflege für Senioren und dem Dorfladen mit Café, denn der sei tägliches Fundament für „Selbst bestimmt und gut versorgt alt werden“ in vertrauter Umgebung.

Ein gutes Beispiel dafür sei Bolzum süd-östlich von Hannover, betonte Günter Lühning. Dort wurde 2015 ein neuer Bürgerladen eröffnet. Das habe für die Arbeiterwohlfahrt den Impuls gegeben, im 1.300 Einwohner zählenden Bolzum jetzt Senioren-Wohnungen und eine Tagespflege zu etablieren. Denn dank des Dorfladens können sich Senior*innen in Bolzum selbstbestimmt versorgen.

In Otersen sei der Neubau von seniorengerechten Wohnungen gleich hinter dem Dorfladen geplant. Für die Einrichtung einer Tagespflege biete sich der ehe-

malige, seit zwei Jahren leerstehende Gasthof an, in dem auch ein Kultur- und Veranstaltungszentrum im alten Saal entstehen soll. Weitere Räumlichkeiten im früheren Niedersachsenhof könnten für neue Sportangebote genutzt werden. Eine Kooperation mit dem „Dorfhaus Alte Schule“ auf dem Nachbargrundstück sei wünschenswert. Im alten Schulgebäude von 1880 wird eine Kindertagesstätte und ein vielfältig genutzter Sport- und Gymnastikraum betrieben.

Günter Lühning machte deutlich, dass es sich bei den „Dorfläden – von Bürgern für Bürger“ um Selbsthilfe-Einrichtungen handele. Es gehe dabei nicht allein um den Bezug von Lebensmitteln und Waren des täglichen Bedarfs, von engagierten Mitarbeiter*innen werde auch das wichtige Lebensmittel „Menschlichkeit“ verkauft. Weil Dorfläden, meist mit angegliedertem Café und Dorftreff-Charakter, eine wichtige sozio-kulturelle Funktion hätten, müssten diese mit großem ehrenamtlichem Engagement betriebenen Selbsthilfe-Einrichtungen eigentlich als gemeinnützige Einrichtungen anerkannt werden, forderte Günter Lühning.

Kontakt:

Dorfladen-Netzwerk / Bundesvereinigung
multifunktionaler Dorfläden
Steinfeld 9
27308 Kirchlinteln-Otersen
Tel.: 04238 943750
E-Mail: dorfladen@otersen.de
www.dorfladen-netzwerk.de

Ideenwerkstatt – Was brauchen wir?



Diskussion mit dem Publikum



Joachim Hagelskamp mit Susanne Bucker und Beate Brinkmann (BMFSFJ)

Die Workshops mit der Vorstellung von Praxisprojekten dienten nicht nur dem Erfahrungsaustausch. Sie boten auch Gelegenheit zur Diskussion über fehlende beziehungsweise notwendige Rahmenbedingungen für Projekte gegen Einsamkeit. Klar wurde zum einen: So vielfältig wie die Ursachen von Isolation und Einsamkeit im Alter sind, so vielfältig können auch die Möglichkeiten sein, ihr vorzubeugen oder entgegenzuwirken. Es zeigt sich sehr deutlich: DIE ALTEN gibt es nicht. In der Altersgruppe der Über-60-Jährigen gibt es ein breites Spektrum von Lebensstilen und unterschiedlichen Lebensrealitäten. Viele „Alte“ sind fit und unternehmungslustig bis weit in die 80er, andere kämpfen schon mit Mitte 50 mit gesundheitlichen Beschwerden, körperlichen Einschränkungen und einem sich immer mehr verengenden Spektrum von Möglichkeiten, den Alltag zu gestalten. Wer schon die Jugend in studentischen Wohngemeinschaften verbracht hat, gründet jetzt vielleicht eine Wohngenossenschaft, während ein anderer seine „Restlaufzeit“ einsam und alleine vor dem Fernseher fristet. Wichtig ist auch finanziell abgesichert zu sein, wobei allein dieser Umstand auch nicht davor schützt, einsam zu sein.

Viele Praxisbeispiele haben deutlich gemacht, wie wichtig präventive Ansätze sind. Denn es erweist sich oft als sehr schwierig, Menschen zu erreichen, wenn sie erst einmal in soziale Isolation geraten sind. Niemand möchte nur über sein Defizit definiert werden, wurde immer wieder betont. Angebote, die auf die Potenziale der Menschen blicken und verbliebene, oft nur verschüttete Ressourcen stärken, sind daher sehr erfolgreich. Wichtig ist es auch, einen Ort zu haben an dem man sich treffen kann, sich an- und aufgenommen fühlt. Dies ist noch bedeutsamer als hauptamtliches Personal.

Vielfach wurde in der Gruppenarbeit der Mangel an Forschung zum Thema Einsamkeit in Deutschland beklagt. Es gebe so gut wie keine nennenswerten Studien, die deren Umfang und ihre Auswirkungen untersuchten – obwohl es kein Geheimnis sei, dass viele Menschen sich in dieser Gesellschaft als nicht zugehörig betrachten und unter Isolation leiden. Dabei haben es vielfach Menschen mit Migrationshintergrund nochmals schwerer.

Entsprechend groß war das Interesse an Ausführungen zum Forschungsaspekt, beispielsweise im Vortrag von Professor Dr. Rolf Rosenbrock oder der Psychologin und Wissenschaftlerin Susanne Bucker. „Wir brauchen Daten für Taten“, betonte beispielsweise Rolf Rosenbrock, wobei er relativierte, dass vieles sich schon mit dem gesunden Menschenverstand erschließen lasse und der dringende Handlungsbedarf auch ohne Forschung zu erkennen sei.

Große Einigkeit herrschte bei der Feststellung, dass es nötig ist, die gesellschaftliche Aufmerksamkeit für das Thema Einsamkeit zu erhöhen. Damit einhergehen müsse eine Entstigmatisierung, damit Menschen sich trauen, über ihre Gefühle von Einsamkeit und Isolation zu sprechen und es ihnen gelingt, neue Kontakte zu knüpfen. Wichtig ist dafür aber auch die Schaffung einer niedrigschwelligen sozialen Infrastruktur. Dies kostet Geld und erfordert ein Umsteuern bei Finanzierungsstrukturen. Derzeit, auch das zeigte die Tagung, führen viele Projekte einen zähen Kampf um die Versteigerung ihrer erfolgreichen Angebote.

Schlusswort

- **Joachim Hagelskamp**, Der Paritätische Gesamtverband



Joachim Hagelskamp

Mit der Tagung „Alt – einsam – isoliert!?“ ist es gelungen, das Thema Einsamkeit ein Stück weit aus der Tabuzone zu holen. Viele Beiträge haben klar gemacht: Einsamkeit ist nichts, für das man sich schämen muss. Sie kann jeden Menschen treffen: Vom Schulkind, das neu in der Klasse ist und mangels zahlungskräftiger Eltern nicht über die schicken Statussymbole verfügt, über den unglücklich verliebten Teenager bis zur Witwe, die mit gesundheitlichen Beschwerden und körperlichen Einschränkungen nicht mehr vor die Tür kommt. Der Umgang mit phasenweiser Einsamkeit gehört vielleicht sogar zur Entwicklung einer reifen Persönlichkeit. Doch Einsamkeit, die chronisch geworden ist, schmerzt nicht nur, sie macht auch krank, mitunter sterbenskrank, wie wir gehört haben.

Unsere Gesellschaft ist aufgefordert, etwas gegen diese Tragödie im Verborgenen zu tun. Ein wichtiger Schritt ist die Entstigmatisierung von Einsamkeit. Ein weiterer sind konkrete Maßnahmen zur Prävention und Bekämpfung von Einsamkeit und Isolation, insbesondere älterer Menschen.

Die vielen erfolgreichen Projekte, die sich in den Vorträgen und Workshops der Tagung präsentiert haben, zeigen: Die Praxis ist in manchen Punkten schon deutlich weiter als Politik und Wissenschaft. Mit viel Eigeninitiative und ehrenamtlichem Engagement entstehen bereits seit einigen Jahren überall in Deutschland Projekte, die sich für ein solidarisches Miteinander engagieren, in dem alte, hilfsbedürftige Menschen kein Schattendasein fristen, sondern mittendrin sind im Leben. Viele dieser Projekte und Initiativen sind unter dem Dach des Paritätischen angesiedelt. Im Rahmen der Tagung stellten sich aber auch im Sinne der Vernetzung zahlreiche Initiativen und Vereine vor, die nicht dem Verband angehören: kirchliche und kommunale

Projekte beispielsweise oder auch Initiativen, die von vielen unterschiedlichen Kooperationspartnern getragen werden. Ihnen allen ist gemein, dass sie dort tätig werden, wo die Menschen leben, im Sozialraum. Das gilt auch für Projekte, die per Telefon oder Skype Kontakt zu einsamen Menschen halten.

Ob Dorfladen oder Mehrgenerationenhaus, ob Fahr- oder Besuchsdienst: Gute Arbeit im Sozialraum ist immer auch Gemeinwesenarbeit. Leider sind bei der Finanzierung solcher Projekte häufig hohe bürokratischen Hürden zu überwinden. Und nicht selten bleiben gute Ansätze im Hindernislauf zwischen verschiedenen Trägern und Finanziers auf der Strecke, wenn nicht Spender und Stiftungen als Förderer einspringen. Daran muss sich etwas ändern. Der Koalitionsvertrag kann diesbezüglich Hoffnung machen.

Alle bei der Tagung vorgestellten Projekte sind Mutmacher. Sie zeigen: Vieles ist möglich! Selbst unter derzeit häufig noch widrigen Umständen. Darüber hinaus sind die Projekte auch wichtige Impulsgeber für die Politik. Sie verdienen es, einem breiten Publikum bekannt zu werden. Dazu soll die Dokumentation der Tagung beitragen.

Das Bundesfamilienministerium hat uns bei der Organisation dieser Tagung nicht nur ideellen Rückenwind gegeben, sondern auch finanzielle Unterstützung. Ich bin sicher: Es war gut investiertes Geld!

Anlage

Teilnehmende Organisationen – Fachtagung 13./14.12.2018 in Kassel

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	Humboldtstr. 126	28203	Bremen
Arbeit und Bildung e. V.	Krummbogen 3	35039	Marburg
ASB Hessen e.V.	Feuerwehrstraße 5	60435	Frankfurt am Main
ASB Hessen e.V. RV Kassel-Nordhessen	Erzbergerstraße 18	34225	Kassel
Autismus Trier - unterstützende Dienste gGmbH	Brotstraße 30-31	54290	Trier
AWO / Quartiersmanagement Rosterberg	Rosterstraße 186	57074	Siegen
AWO Bundesverband	Blücherstr. 62-63	10961	Berlin
AWO Rudolstadt e.V.	Weststrasse 11	07547	Rudolstadt
AWO Seniorenzentrum Rheindorf	Königsberger Platz 26	51371	Leverkusen
Beratungsstelle für Ältere	Sophie-Henschel-Weg 2	34260	Kaufungen
BSK e.V. Untergliederung MD	Hohe Str. 17	39124	Magdeburg
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend	Von-Weichs-Straße 20	53121	Bonn
Bürgermeisteramt Eichstetten am Kaiserstuhl	Hauptstr. 43	79356	Eichstetten
Caritasverband für das Bistum Essen e. V.	Am Porscheplatz 1	45127	Essen
Caritasverband für das Erzbistum Paderborn e. v.	Am Stadelhof 15	33098	Paderborn
Caritasverband für den Kreis Gütersloh e.V.	Königstr. 36	33330	Gütersloh
Caritas-Verband Für den Main-Kinzig-Kreis e.V.	Im Bangert 4	63450	Hanau
Caritasverband Rhein-Mosel-Ahr Geschäftsstelle Ahrweiler	Bahnhofstr. 5	53474	Bad Neuenahr- Ahrweiler
Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.:	c/o NAKOS Otto-Suhr-Allee 115	10585	Berlin
DGB-Region Frankfurt-Rhein-Main	Wilhelm-Leuschner-Str. 69-77	60329	Frankfurt/Main
Diakonisches Werk Hochtaunus	Am Heselsweg 16	61237	Wehrheim
Diözesan-Caritasverband Köln	Georgstr. 7	50676	Köln
Dorfladen Otersen w. V.	Steinfeld 9	27308	Kirchlinteln-Otersen
DRK Besuchsdienst	Carstennstr. 58	12205	Berlin
DRK KV Wolfenbüttel	Am Exer 19a	38302	Wolfenbüttel
Ev. Regionalverband FB I	Waldschmidtstr. 116	60314	Frankfurt am Main
Fachstelle Zweite Lebenshälfte	Wilhelmshöher Allee 330	34131	Kassel
Frauenbüro Landkreis Kassel	Rainer-Dierichs-Platz 1	34117	Kassel
Frauennotruf München	Saarstr. 5	80797	München
Gemeinsam ins Alter Kassel, e.V.	Distelbreite 4	34130	Kassel
Gesundheitsregion EUREGIO e.V. Projektbüro Dorfgemeinschaft 2.0	Albert-Schweitzer-Straße 10	48527	Nordhorn
Grüne Damen Berlin	Hugo-Junkers-Str. 32	53125	Bonn
Hand in Hand e.V.	Samuel-Beckett-Anlage 12	34119	Kassel
Hand in Hand e.V., Treff Kirchditmold	Zentgrafenstr. 86	34130	Kassel
Hochschule Fulda, Fachbereich Pflege und Gesundheit	Leipziger Straße 123	36037	Fulda
Idee der Initiative Wohnen für Hilfe	Aegidiistr. 67	48143	Münster

IQ-Innovative Qualifikation in der Altenpflege	Schlossstr. 12	34454	Bad Aolsen
Kneipp-Bund-Landesverband Saarland e.V.	Rickertstraße 10A	66386	St. Ingbert
Kontaktstelle für ältere Migrantinnen und Migranten - Köprü	Gröpelinger Heerstr. 228	28237	Bremen
Kreisverwaltung Mainz-Bingen	Georg-Rückert-Str. 11	55218	Ingelheim
Kuratorium Deutsche Altershilfe e.V.	Michaelkirchstr. 17-18	10179	Berlin
Landkreis Kassel Demografie Agentur	Manteuffel-Anlage 5	34369	Hofgeismar
Mayday Rhynern e. V.	Unnaer Strasse 14	59069	Hamm
Mehrgenerationenhaus Dorflinde Langenfeld	Flößleinstr. 6	91474	Langenfeld
Netzwerk 55 plus	Ludwigsplatz 4	58455	Witten
offensiv'91 e.V.	Hasselwerderstraße 38-40	12439	Berlin
Paderborner Arbeitslosenzentrum	Konrad-Martin-Platz	33102	Paderborn
Der Paritätische Baden-Württemberg	Hauptstraße 28	70563	Stuttgart
Paritätischer Betreuungsverein Minden-Lubbecke e.V.	Obermarktstr. 29	32423	Minden
Paritätischer Gesamtverband	Oranienburgerstraße 13-14	10178	Berlin
Paritätischer Wohlfahrtsverband LV Hessen e.V.	Auf der Körnerwiese 5	60322	Frankfurt
Pfalzklitorium	Danziger Straße 29	76887	Bad Bergzabern
Praxispartner „Age4Health“	Vor dem Rabenberg 3	37213	Witzenhausen
Quäker Nachbarschaftsheim e. V.	Kreutzer Str. 5-9	50672	Köln
Samtgemeinde Emlichheim - Rathaus Emlichheim	Hauptstr. 24	49824	Emlichheim
Schickes Altern	Charlottenstraße 19	14467	Potsdam
Schnittpunkt/Alter	Theresienstr. 53	50931	Köln
Sempers - Senioren mit Perspektive e.V.	Im Feldhof 7	34260	Oldenburg
SenCopia	Forellenweg 6	33813	Oerlinghausen
Senior Experten Service GmbH (SES) c/o Landesbank Hessen-Thüringen	Wilhelmstr. 2	34117	Kassel
Seniorenreferat Ev. Kirche in Kassel	Mauerstraße 15	34117	Kassel
Silbernetz e. V.	Wollankstr. 97	13359	Berlin
Stadt Düsseldorf	CDU-Ratsfraktion Marktplatz 3	40213	Düsseldorf
Stadtverwaltung Witzenhausen	Am Markt1	37213	Witzenhausen
Uhlenbusch GmbH	Stadtbecker Str. 116	23715	Bosau
Volkssolidarität Berlin Bezirklicher Migrationssozialdienst	Alt Marzahn 56	12685	Berlin
Volkssolidarität Bundesverband e. V.	Alte Schönhauser Str. 16	10119	Berlin
Volkssolidarität Reichenbach e. V.	Solbrigstr. 16	08468	Reichenbach
Wege aus der Einsamkeit e. V.	Lübecker Str. 1, Alstertower	22087	Hamburg
WIR! Stiftung pflegender Angehöriger	Ickstattstr. 9	80469	München
Zentrum für Migranten und Int. Studien	Gröpelinger Heerstraße 228	28237	Bremen
ZWST	Starkenburgring 77	63069	Offenbach