

**Nach der Diagnose ziehen
sich viele Betroffene
zunächst zurück. Gesucht
werden Ehrenamtliche,
die diese Menschen abholen
und begleiten.**



Bereichernd für beide Seiten

Mit der Initiative „Schenk deng Zäit“ sucht die Agence du Bénévolat Menschen, die Personen mit beginnender Demenz begleiten. Gesucht werden keine Pflegekräfte, sondern Zuhörer, Wegbegleiter und Bezugspersonen, die den Betroffenen helfen, ihre Isolation zu durchbrechen.

Text **Eric Hamus**

Es geht darum, dass man seine Zeit schenkt. Das macht das Ehrenamt aus“, sagt Anne Hoffmann. „Und die Zeit, die ich habe, möchte ich als Ehrenamtliche oder Ehrenamtlicher in diesem Projekt einsetzen.“ So beschreibt die Direktorin der Agence du Bénévolat den Kern der neuen Initiative „Schenk deng Zäit“, die vergangene Woche lanciert wurde. Gesucht werden Menschen, die Personen mit beginnender Demenz begleiten.

Das Projekt wurde gemeinsam mit dem Service Iris der Luxemburger Croix-Rouge und dem Info-Zenter Demenz entwickelt. Ziel ist es, eine Lücke zu schließen. „Demenz ist eine Krankheit, die sich in unserer Gesellschaft immer weiter verbreitet. Die Zahlen wachsen, weil wir Menschen immer älter werden“, erklärt Hoffmann. Medizinisch seien Betroffene meist gut versorgt. „Aber es fehlt oft der menschliche Faktor – Menschen, die sich Zeit nehmen, die begleiten, die mit hinaus in die Gesellschaft gehen.“ Viele Betroffene ziehen sich nach einer Diagnose zurück. „Sie empfinden es als Makel, obwohl sie nichts dafür können.“

Was jetzt?

Und genau an diesem Punkt setzt das Projekt an. Ehrenamtliche sollen Präsenz zeigen, zuhören, gemeinsam spazieren gehen oder einen

Kaffee trinken. „Es geht darum, diese schwierige Anfangsphase gemeinsam zu durchleben“, so Hoffmann. Und gleichzeitig auch die Angehörigen zu entlasten. Wenn eine freiwillige Person ein- oder zweimal pro Woche Zeit schenke, könne das spürbar Druck nehmen. Und den Angehörigen mit Ratschlägen zur Seite stehen.

Die Initiative ist auch Ausdruck einer strategischen Neuausrichtung der Agence du Bénévolat. Seit 2002 vermittelt sie vor allem Ehrenamtliche in Vereine. In den vergangenen Jahren habe sich jedoch ein Trend abgezeichnet. „Immer wenn wir Missionen mit sozialem Charakter anbieten, mit direktem Kontakt zu Menschen, dann sind das diejenigen, die am meisten angefragt werden.“ Viele wollten sich nicht mehr in Vereinen engagieren, sondern „etwas Nachhaltiges und Gutes tun – für sich selbst, für andere und für die Gesellschaft“, merkt Hoffmann. „Schenk deng Zäit“ ist eins der ersten Programme in diesem neuen Bereich des „Bénévolat relationnel“. Weitere sollen folgen.

Doch die Begleitung von Menschen mit beginnender Demenz ist anspruchsvoll. Deshalb gibt es ein klares Profil. „Grundsätzlich kann sich jede Person mit Interesse melden“, meint Hoffmann – ergänzt aber: „Man sollte gerne →

→ mit Menschen zusammen sein, geduldig und empathisch sein, zuhören können – und selbst auf stabilen Beinen stehen.“ Aber: Es geht ausdrücklich nicht um Pflege. „Alles Medizinische ist Sache von Fachpersonal. Hier steht der menschliche Faktor im Mittelpunkt.“

Wer sich über anmeldet, durchläuft einen strukturierten Prozess. Zunächst wird der Kontakt an den Service Iris weitergeleitet. Dort führen Psychologen ein erstes Telefongespräch, später ein persönliches Vorgespräch. „Wir schauen, ob die Vorstellungen zusammenpassen, ob die Person wirklich diese Mission übernehmen möchte oder sich vielleicht etwas anderes vorgestellt hat.“ Erst danach folgt die 20-stündige Grundausbildung durch Iris, ergänzt um spezifische Demenz-Module des Info-Zenter Demenz. Themen sind Kommunikation, typische Verhaltensweisen, der Umgang mit Traurigkeit oder Rückzug.

Abholen und auffangen

Ein zweistündiges Praktikum mit einer erfahrenen ehrenamtlichen Person schließt die Ausbildung ab. „Wenn die Leute bis dahin gekommen sind, bleiben sie meistens auch länger dabei“, sagt Hoffmann. Anschließend wird jeder ehrenamtlichen Person eine feste Bezugsperson zugeordnet. „Man ist nicht heute hier und morgen dort. Es geht darum, Vertrauen aufzubauen.“ Zwei bis drei Stunden pro Woche sind vorgesehen – je nach Verfügbarkeit. Aus dieser Begleitung entstünden nicht selten echte Freundschaften.

Die Anfangsphase einer Demenz ist oft von Verunsicherung geprägt. „Am Anfang vergisst

man mal etwas, später kommen Traurigkeit oder Orientierungslosigkeit hinzu.“ Genau hier könne eine ehrenamtliche Begleitung verhindern, dass Menschen sich vollständig zurückziehen. „Wenn jemand zwar noch mobil ist, aber nicht mehr weiß, wie er zum Gesangsverein kommt und wieder nach Hause, dann gehen viele verloren.“ Ein Freiwilliger könne zur Schnittstelle werden: begleiten, Sicherheit geben, den Weg gemeinsam gehen.

Gleichzeitig braucht es auch Mut auf Seiten der Betroffenen, Hilfe anzunehmen. „Viele bleiben zu Hause“, sagt Hoffmann. „Dabei wäre es wichtig, diese Menschen dort abzuholen und zu begleiten.“ Das Projekt will genau diese Brücke schlagen.

Und vielleicht ist es am Ende tatsächlich so einfach – und so anspruchsvoll – wie der Name sagt. „Man soll sich trauen, seine Zeit zu schenken“, betont Hoffmann. Auch wenn das Thema zunächst abschreckend wirken könne. „Es ist ein Mensch-zu-Mensch-Ehrenamt. Und eine sehr bereichernde Erfahrung für jeden, der sich darauf einlässt.“ ■

Weitere Informationen

Volljährigkeit, Toleranz und Empathie, die Teilnahme an einer 20-stündigen Schulung sowie die Bereitschaft, sich einige Stunden pro Woche zu engagieren: Das sind die Voraussetzungen für „Schenk deng Zäit“. Die Schulungen beginnen im April 2026, danach erfolgt noch ein zweistündiges Praxispraktikum mit einer erfahrenen Person. Interessierte Personen können ab sofort weitere Informationen erhalten oder sich anmelden unter benevolat.lu/demenz.

Immer mehr Ehrenamtliche interessieren sich für Missionen mit sozialem Charakter, stellt Direktorin Anne Hoffmann fest.



„Es ist ein Mensch-zu-Mensch-Ehrenamt. Und eine sehr bereichernde Erfahrung für jeden, der sich darauf einlässt.“

Anne Hoffmann, Agence du Bénévolat