Im Alter nicht allein sein



Im „Hôpital Intercommunal Steinfort“ werden die Bewohner sowohl vom Personal, als von Ehrenamtlichen in ihrem Alltag begleitet.



Immer mehr Menschen über 65 mangelt es an sozialen Kontakten, denn die Familiensituation vieler hat sich in den vergangenen Jahren verändert. In einer neuen Initiative will die „Agence du Bénévolat“ deshalb zwischenmenschliches Ehrenamt in den Fokus rücken, mit Ehrenamtlichen, die zumindest für einige Stunden jene Leere füllen, die viele im Alter verspüren.

Text **Laura Tomassini** Fotos **Tania Feller**

Jede Woche kommt Hella Bäcker ins „Hôpital Intercommunal Steinfort“ (HIS) und besucht die Senioren, die hier leben. Gewappnet mit zwei Kuchen und einem breiten Lächeln trifft sie diese meist zu einer Tasse Kaffee, wenn das Wetter es erlaubt, geht es auch mal nach draußen, daneben stehen auch Feste und Ausflüge auf dem Programm. Bäcker ist Freiwillige und seit zweieinhalb Jahren im Auftrag der „Amicale de la Maison de Soins Steinfort“ unterwegs. Naja, eigentlich musste sie niemand wirklich beauftragen, denn schon vor ihrer Mitgliedschaft im Verein widmete die Rentnerin ihre Freizeit den Bewohnern des Seniorenwohnheims. „Meine Mutter war neun Monate lang hier und ich war jeden Tag bei ihr. Als sie starb, habe ich gefragt, ob ich weiterhin kommen darf, denn viele der Menschen hier waren an meine Besuche gewöhnt und ich wollte sie nicht einfach fallen lassen.“

Einmal pro Woche leistet Bäcker in der Regel ihr Ehrenamt. Wenn es ihr die Zeit erlaubt, kommt sie aber auch gerne zweimal, „denn die Bewohner hätten am liebsten, ich wäre jeden Tag hier, aber das ist leider nicht immer machbar“. Die Freiwillige gehört zu einem Team von insgesamt 18 Ehrenamtlern, von denen →

→ jedoch nur noch eine weitere Person sich um zwischenmenschliche Begleitungen kümmert. „Wir besprechen mit jedem Interessierten genau, welche Art des Ehrenamtes für diesen infrage kommt, denn manche wollen wie Hella wirklich einen engeren Kontakt zu den Senioren pflegen, andere begleiten diese lieber nur zu Aktivitäten oder Ausflügen“, erklärt Régine Arnold, Leiterin der Abteilung für Gerontologie im HIS und Präsidentin der „Amicale“.

Beim zwischenmenschlichen Ehrenamt gehe es dabei nicht nur um Zeitvertreib, sondern um eine wahre Begleitung von Menschen, die sonst allein wären, wie Erzieherin und „Amicale“-Sekretärin Audrey Créola erklärt: „Wir urteilen nicht über gewisse Situationen, Fakt ist aber, dass manche unserer Bewohner kaum bis gar keinen Besuch erhalten.“ Das Personal im HIS sei zwar engagiert und biete ein volles Programm an Aktivitäten, die Freiwilligen seien jedoch eine wichtige Unterstützung, um das Wohlbefinden der Senioren zu garantieren und Momente der Einsamkeit zu reduzieren. Auch Elfriede Maria Klammes-Kettenmeyer freut sich über die Besuche von Bäcker, die ihr schon das ein oder andere Buch empfohlen und sie zum Lachen gebracht hat. „Ich bin nicht gerne allein, wahrscheinlich wegen meiner Kindheit und Jugend, denn ich war Einzelkind und habe immer schon die Gesellschaft anderer gesucht“, meint die 91-Jährige.

Gemeinsam gegen Einsamkeit

Zwar verbringt sie gerne Zeit beim Lesen und hört auch mal stundenlang Musik, die Anwesenheit der Ehrenamtlichen ist jedoch eine willkommene Abwechslung, die die Seniorin genießt. „Isolation und Einsamkeit sind schon lange ein gesellschaftliches Thema, vor allem für Menschen ab einem gewissen Alter, denn die Familienstruktur hat sich im Vergleich zu früher verändert“, erklärt Anne Hoffmann, Direktorin der „Agence du Bénévolat“, über deren Plattform benevolat.lu zahlreiche Freiwillige und Missionen jeweils passend miteinander in Verbindung gebracht werden können. Aktuell läuft die Kampagne „Ouni Benevoller geet et net. Hannert all Engagement stitt Dir“, die die Vielfalt des Ehrenamts aufweisen und wieder mehr Menschen dazu animieren soll, sich für eine Mission zu melden. Im Fokus steht dieses Jahr unter anderem das zwischenmenschliche Ehrenamt, denn der Bedarf danach wird immer größer.

„Wir wissen, dass viele ältere Menschen, die noch zuhause leben, die ganze Woche über allein sind. Bei manchen kommt zwar ein Pflegedienst vorbei, die Mitarbeiter haben aber viel Arbeit und dementsprechend nicht immer Zeit, sich lange zu ihnen zu setzen, sodass ehrenamtliche Besucher für manche ihr wichtigster Ansprechpartner sind“, so Hoffmann. Auch eine rezent durchgeführte Online-Umfrage bei Pflegeinrichtungen habe ergeben, dass der Bedarf an solchen Angeboten steigend ist. „Vor Covid gab es einige Vereinigungen, die genau darauf spezialisiert waren, viele haben ihre Aktivität aber nach der Pandemie nicht mehr

„Für den einzelnen Menschen sind ein paar Stunden im Alltag nicht viel Zeit, aber für die Person, die auf den Freiwilligen wartet, ist der gemeinsame Moment vielleicht das Highlight ihrer gesamten Woche.“

Anne Hoffmann, Direktorin der „Agence du Bénévolat



Die „Agence du Bénévolat“ setzt aktuell einen Fokus auf zwischenmenschliches Ehrenamt.



Régine Arnold betont, wie wichtig das Engagement von Freiwilligen für ältere Menschen ist.



Zeit zu spenden, ist auch für Ehrenamtlerin Hella Bäcker Balsam für die Seele.

aufgenommen, deshalb wollen wir den nötigen Schub geben und das Thema wieder zurück auf die Bildfläche bringen."

Einerseits werde die Bevölkerung generell älter, andererseits gebe es immer mehr Menschen in Luxemburg mit Migrationshintergrund, deren Familie im Ausland lebt, Eltern, deren Kinder ausgewandert sind oder einfach Personen, die keine Angehörigen mehr haben, respektive zu deren Familie kein regelmäßiger Kontakt besteht. Die Aufgabe der Agentur sei es, ihren Partnern unterstützend und beratend zur Seite zu stehen, um bestehende Programme auszubauen und über die Plattform den Kontakt zu potenziellen Freiwilligen herzustellen, aber auch, um entsprechende Initiativen anzuregen. „Für den einzelnen Menschen sind ein oder zwei Stunden im Alltag nicht viel Zeit, aber für die Person, die zuhause oder in einer Einrichtung auf den Freiwilligen wartet, ist der gemeinsame Moment vielleicht das Highlight ihrer gesamten Woche", so die Direktorin der „Agence du Bénévolat".

Die Resonanz sei entsprechend groß. Unterstützung gibt es ebenfalls seitens des Ministeriums für Familie, das auch für den Bereich Ehrenamt zuständig ist: Im Juni konnte so eine Beauftragte für soziale Innovation eingestellt werden, die sich nun um den Bereich kümmert. Dabei fokussiere man sich auf eine niederschwellige Form des zwischenmenschlichen Ehrenamts, also die Suche nach Freiwilligen, die älteren Menschen einfach ihre Zeit schenken – bei einem Gespräch, einer Tasse Kaffee, einem Spaziergang. Wichtig hierbei: Empathie, Geduld und Respekt, wie Bäcker betont: „Viele brauchen einfach jemanden, der ihnen zuhört, manchmal erzähle ich aber auch von mir, rede über das Wetter, um von negativen Dingen abzulenken und die Stimmung zu heben, oder bringe meine Enkelin mit, darüber freuen sich immer alle." Ein Muss: gute Laune und Feingefühl, so die 68-Jährige. „Die meisten dieser Missionen sind kein kurzfristiges Engagement, sondern wirklich eine längerfristige Präsenz, denn es entstehen wahre Beziehungen und man wird genauso Teil des Lebens der Person, die man begleitet, wie diese auch Teil des eigenen wird", betont ebenfalls Hoffmann.

Kein Er-, sondern Zusatz

Obschon für das zwischenmenschliche Ehrenamt anders als beispielsweise für ein Engagement im palliativen Bereich eine →

Die rezenteste STATEC-Volkszählung

... von 2021 hat ergeben, dass fast ein Viertel aller Personen ab 65 angibt, allein zu leben. Dabei bedeutet allein nicht gleich einsam oder isoliert, denn man kann auch allein sein, ohne sich einsam zu fühlen oder Einsamkeit in einem Raum voller Menschen verspüren. Soziale Isolation hingegen beschreibt die geringe Anzahl sozialer Kontakte, die vor allem im Alter jedoch wichtig sind.

➔ Ausbildung nicht zwingend notwendig ist, erhalten die Mitglieder der „Amicale“ in Steinfort eine Einführung seitens einer externen Organisation, um sie für den Umgang spezifisch mit älteren Personen zu sensibilisieren. Auch sind ihre Aufgabenbereiche strikt von jenen der Professionellen getrennt. So erhält Bäcker zwar hin und wieder einen Anruf eines Bewohners, um sie nach einem „Wirschtchen“ vom Metzger zu bitten, Pflege bleibt aber ausschließlich dem Personal vorbehalten und medizinische sowie familiäre Informationen sind streng vertraulich – alles, was die Senioren erzählen, bleibt innerhalb der Pflegeeinrichtung.

Für die Missionen kann sich jeder melden, eines stellt man bei der „Agence du Bénévolat“ aber ganz klar fest: „Die meisten Freiwilligen, und das gilt fürs Ehrenamt im Allgemeinen, bringen schon ein gewisses Maß an Lebenserfahrung mit und sind oft entweder bereits in Rente oder stehen kurz davor.“ Zwischenmenschliches Ehrenamt erfülle dementsprechend eigentlich eine doppelte Funktion, wie Hoffmann erklärt: „Einerseits tut man damit natürlich den Begünstigten etwas Gutes, andererseits vermeidet man aber auch, dass man selbst das Risiko sozialer Isolation erfährt, denn bei vielen Menschen dreht sich alles um ihre Arbeit und wenn sie dann in Rente gehen, fallen sie in ein Loch.“ Auch Bäcker kann bestätigen, dass ihre Zeit mit den HIS-Bewohnern ein Plus für alle ist: „Sie geben mir mindestens so viel, wie ich ihnen gebe, wenn nicht sogar mehr.“

Damit Ehrenamt im sozialen Bereich funktioniert, müssen die Beteiligten Freude daran haben, diesbezüglich sind sich alle Befragten einig. Das Ziel der „Agence du Bénévolat“ ist dabei klar, wie Hoffmann erklärt: „Irgendwann wird aus dem Ganzen idealerweise ein Selbstläufer und die verschiedenen Akteure und Ehrenamtlichen finden sich auch ohne unsere Hilfe. Bis dahin sind wir aber da, um die Weichen zu stellen und so alle gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter vorzugehen.“ ■

„Wir urteilen nicht über gewisse Situationen, Fakt ist aber, dass manche unserer Bewohner kaum bis gar keinen Besuch erhalten.“

Audrey Créola, Erzieherin im „Hôpital Intercommunal Steinfort“ und Sekretärin der „Amicale de la Maison de Soins Steinfort“



Plaudern, Kaffee trinken, spazieren gehen oder gemeinsam ein Buch lesen: Es gibt viele wertvolle Formen der Begleitung.