

„Man muss nur zuhören“

Projekt gegen Einsamkeit: Überwindung zur Teilnahme bei Senioren teilweise hoch



Beim Projekt „Zusammen gegen Einsam“ besuchen Ehrenamtliche Senioren. Von links: Die Ehrenamtliche Gisela Wenz, Cornelia Mateos von der Stabsstelle Demografischer Wandel und Nadine Hillabrand vom Caritasverband Offenbach. © Vincent Büssow

Neu-Isenburg – Als sie das erste Mal vor der Tür der älteren Dame steht, ist Gisela Wenz ganz aufgeregt. Sie ist da, um einer fremden

Person Gesellschaft zu leisten – und weiß noch nicht ganz, worauf sie sich einstellen soll. Dann geht die Tür auf. „Die Dame war so froh über mein Erscheinen, die hat gleich losgelegt zu erzählen“, sagt Wenz. „Da war die erste Scheu genommen. Das war einfach schön.“

——— „ ———

Gerade nach Corona hat die Einsamkeit zugenommen und die Angebote sind weniger geworden.

Nadine Hillabrand, Caritasverband Offenbach

——— “ ———

Gisela Wenz gehört zu einer Handvoll Ehrenamtlicher, die sich aktuell in Neu-Isenburg bei dem Projekt „Zusammen gegen Einsam“ engagieren. Die Idee dahinter ist einfach: Menschen, die alleine sind, zu besuchen und Zeit mit ihnen zu verbringen. „Jeder dritte Bundesbürger ist von Einsamkeit betroffen, und nicht nur die Älteren“, weiß Cornelia Mateos von der städtischen Stabsstelle Demografischer Wandel. Sie hat das Projekt initiiert und kümmert sich um die Vernetzung der Teilnehmer.

Entlastung für Angehörige

Ausschlaggebend ist für Mateos dabei die eigene Erfahrung mit der Pflege eines Angehörigen und dessen Einsamkeit. „Ich habe gemerkt, wenn ich nicht da bin, kommt er nicht raus“, erzählt sie. „Wenn man nur mal einkaufen geht und wiederkommt, sagt er: ‚Gott sei Dank bist du wieder da.‘“ Mateos holt sich Unterstützung bei Freundinnen, die ihrem Angehörigen Gesellschaft leisten, und merkt, wie gut ihm das tut. „An diese Menschen richtet sich das Projekt“, sagt sie. „Die gehbehindert sind und pflegebedürftig – auch als Entlastung für Angehörige.“

Im November vergangenen Jahres beginnt Mateos damit, das Projekt auf den Weg zu bringen. Unterstützung bekommt sie dabei von der Sozialpädagogin Nadine Hillabrand vom Caritasverband Offenbach, die als Koordinatorin im Sozialpastoralen Zentrum Gravenbruch (Spaz) tätig ist. „Ich bekomme in den Gemeinden mit, wie viele ältere Menschen alleine sind“, sagt sie. Das Thema sei dabei aktueller denn je: „Gerade nach Corona hat die Einsamkeit zugenommen und die Angebote sind weniger geworden“, sagt Hillabrand. Im Spaz werden die Projektteil-

nehmer geschult und auf die Treffen vorbereitet. „Die Schulungen sind sehr praxisnah“, sagt Hillabrand. „Es geht um Kommunikation, Spiritualität und vieles mehr.“

Gisela Wenz, die sonst keine Erfahrungen im sozialen Berufsfeld hat, fühlt sich durch das Seminar – bei aller anfänglicher Nervosität – gut vorbereitet. „Ich habe gelernt, nichts zu bewerten und keine Ratschläge zu erteilen“, sagt sie. Für die Interaktion mit Demenzkranken seien verschiedene Situationen simuliert worden. „Ich habe da viel verinnerlicht und fühle mich jetzt sehr sicher“, sagt Wenz.

Mittlerweile besucht sie gleich mehrere Menschen, um Zeit mit ihnen zu verbringen. „Ich werde schon erwartet, bei einem hole ich automatisch die Spielkarten raus, wenn ich ankomme“, erzählt Wenz. Ansonsten werde vor allem von der Woche erzählt. „Man braucht gar nicht so viel zu tun, man muss nur zuhören“, sagt die Ehrenamtlerin. „Es sind wirklich tolle und interessante Lebensgeschichten.“ Besonders schön sei zu sehen, wie fit die älteren Menschen noch seien. „Beim ersten Kartenspiel dachte ich noch: ‚Soll ich sie gewinnen lassen?‘ Dann

musste ich schauen, dass ich auch mal zum Zug komme.“

Dabei sei die Überwindung für viele Menschen, das Projekt in Anspruch zu nehmen, durchaus hoch, sagt Cornelia Mateos. „Die Senioren sind teilweise sehr skeptisch“, berichtet sie. „So eine Einsamkeit macht ja auch krank und kann sehr auf die Psyche gehen. Von daher ist es schon schwierig zu sagen: ‚Ich rufe da mal an, weil ich einsam bin.‘“ Dabei hätten die Besuche der Ehrenamtlichen Potenzial, welches bei Treffen innerhalb der Familie nicht bestehe: „Mit Fremden ist es meist lockerer“, sagt Mateos. „Da gibt es keine Vorgeschichte, keine emotionale Belastung. Die Menschen wissen: Es geht hier nur um Spaß.“ Die Rückmeldung sei dementsprechend positiv – auch von den Angehörigen. Nadine Hillabrand unterstreicht die Bedeutung des Projekts: „Man darf nicht unterschätzen, wie wichtig das ist, eine Stunde Zeit geschenkt zu bekommen.“

Für Gisela Wenz hat sich das Engagement bei „Zusammen gegen Einsam“ zu einer wirklichen Bereicherung entwickelt. „Ich habe anfangs gedacht, ich tue jemand anderem etwas Gutes, habe dann aber gemerkt, dass mir das selbst

guttut“, sagt sie. „Ich gehe meistens mit einem Lächeln nach Hause.“

VINCENT BÜSSOW

Kontakt

Cornelia Mateos: 0176/4284407, conny.

mateos@stadt-neu-isenburg.de; für Graven-
bruch: Nadine Hillabrand: 0152/09291656, na-
dine.hillabrand@cv-offenbach.de