

17.06.2024

Pressemitteilung

Andreas Brockmann | Pressesprecher

c/o Deutsches Rotes Kreuz
Landesverband Nordrhein e.V.
Auf'm Hennekamp 71 | 40225 Düsseldorf

Telefon: 0211 3104 251
Mobil: 0172 20 69 600

presse@freiewohlfahrtspflege-nrw.de

www.freiewohlfahrtspflege-nrw.de

Bundesweiten Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ vom 17.-23. Juni **Ältere Menschen sind auf ihre Art von Einsamkeit betroffen** **Freie Wohlfahrtspflege in NRW weist auf ihre Erfahrungen hin**

Düsseldorf, 17.06.2024.

Einsamkeit ist in erster Linie ein subjektives Gefühl und hat viele Gesichter. Manifestiert sich jedoch dieses Gefühl, macht es nicht nur unglücklich, sondern begünstigt körperliche und seelische Erkrankungen. Tatsächlich stellt ein hohes Lebensalter per se keinen Risikofaktor für Einsamkeit dar - und doch leben Menschen, insbesondere Frauen, mit steigendem Alter häufiger allein. Umbruchsituationen, wie der Eintritt ins Rentenalter oder der Verlust wichtiger Bezugspersonen können das Netz vertrauter Personen schrumpfen lassen. Die räumliche Entfernung etwa zu den eigenen Kindern sowie Mobilitäts- und Gesundheitseinschränkungen nehmen zu, wodurch Seniorinnen und Senioren seltener ihr Zuhause verlassen. Ein geringes Einkommen ist ebenfalls ein Faktor, der die soziale Isolation begünstigen kann. Hiervon sind insbesondere ältere Frauen betroffen. Bei älteren Männern ist zudem die relativ hohe Suizidrate bedenkenswert, da sie auf ein erhöhtes Einsamkeitsgefühl hinweisen könnte.

Die beste Prävention gegen Einsamkeit ist Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Es ist ein zutiefst menschliches Bedürfnis nach sozialen Kontakten, gesellschaftlicher Teilhabe und sinnstiftender Betätigung vorhanden. Wer über stabile soziale Kontakte verfügt, kommt besser durch Krisen und bringt sich darüber hinaus eher gesellschaftlich ein. Davon profitieren alle gesellschaftlichen Gruppen, eben auch ältere Menschen. Leider sind jedoch Möglichkeiten, Teil einer Gemeinschaft zu sein, heute keine Selbstverständlichkeit mehr.

Freie Wohlfahrtspflege als Anbieter vor Ort

Um diese tragenden Netzwerke zu ermöglichen und Teilhabe zu fördern, bietet die Freie Wohlfahrtspflege den nötigen Rahmen und hält vielfältige gemeinsame Aktivitäten sowie Begegnungsorte für Ältere vor.

„Ich finde die Gemeinsamkeit und die lockere Art des Austausches super. Nun habe ich endlich wieder einen Grund aus dem Haus zu gehen.“ Jost ist einer von 52 Seniorinnen und Senioren, die sich im Mehrgenerationenhaus treffen. Peter wiederum fühlte sich von der Gruppe „Gemeinsam statt einsam“ von der er in der Zeitung gelesen hatte, angesprochen. Der alleinstehende Frührentner ist froh, auf so einfache Weise mit Gleichgesinnten in Kontakt zu treten. Je nach Aktivitätsneigung verabredet man sich mittlerweile standesgemäß per WhatsApp. Oder es ergibt sich beim regelmäßigen Treffen einfach ganz spontan die Verabredung zu einer Radtour, wie dies bei Regina und Johannes der Fall ist.

Mehrgenerationenhäuser, Quartiers- und Seniorenbüros, Begegnungs- und Bildungsstätten, Netzwerke 60+ und viele andere sind nur einige Beispiele der Angebotsvielfalt. Diese Stellen machen unterschiedliche Angebote für Engagement und zur niedrigschwelligen Teilhabe, die gegen individuelle Einsamkeit wirken und die Solidargemeinschaft stärken können.

Jedoch gibt es nicht in allen Kommunen und Städten eine ausreichende und altersgerechte Angebotsvielfalt. Die Freie Wohlfahrtspflege hält es insbesondere in Zeiten des demografischen Wandels für unerlässlich, flächendeckend gleichwertige kommunale Basisstrukturen vorzuhalten und auszubauen.

Die Offene soziale Altenarbeit der Freien Wohlfahrtspflege möchte anlässlich der bundesweiten Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ vom 17. bis 23. Juni 2024 auf die Bedarfe ihrer Zielgruppe und auf die vielfältigen Präventionsangebote ihrer örtlichen Verbände hinweisen.