

Hilfe gegen die Einsamkeit

Der Verein Lichtblick Seniorenhilfe baut eine Seniorenassistenz auf, die ältere Menschen im Alltag unterstützt

Der Verein Lichtblick hilft seit Jahren bedürftigen Senioren – vor allem finanziell. Viele dieser alten Menschen sind jedoch ganz auf sich alleine gestellt und brauchen noch mehr Hilfestellung. Auch hier will Lichtblick nun helfen: mit einer Seniorenassistenz.

Ganz zu Beginn gab es erst einmal einen Fragebogen. „Wir haben die Bedürftigen angeschrieben und gefragt, in welchen Bereichen genau sie Hilfe brauchen“, erzählt Carmen Völk. Die 57-Jährige ist seit einigen Monaten die neue Seniorenassistentin beim Verein Lichtblick – und damit die erste Angestellte in diesem Aufgabenbereich; sie soll ihn aufbauen und etablieren. Und so war ihr erster Gedanke: Zunächst einmal muss festgestellt werden, ob es überhaupt einen Bedarf an Seniorenassistenz gibt. Schnell war die Sache klar: Oh, ja, den gibt es. Die alleinstehenden Rentner brauchen etwa Begleitung bei Arztbesuchen, oder Beratung, wenn es um all die bürokrati-



Carmen Völk (57) baut beim Verein Lichtblick eine neue Seniorenassistenz auf. FOTO: MARCUS SCHLAF

schen Formalitäten rund um Krankenkasse, Pflegedienste oder das Sozialamt geht. Doch am allermeisten Kreuzen haben die Senioren bei einem Punkt gemacht: „Bekämpfung der Einsamkeit“.

Carmen Völk seufzt. Sie kennt dieses Problem schon lange. Die gelernte Krankenschwester hat bereits im Krankenhaus gearbeitet, in Sanitätshäusern, im medizinischen Dienst und schließ-

lich viele Jahre in einem Wohnstift mit betreutem Wohnen. „Es ist meist eine Spirale“, erklärt sie. „Wenn man älter wird, ist man meist nicht mehr so kontaktfreudig. Dann sterben auch

Freunde. Schließlich wird man körperlich gebrechlicher und kann gar nicht mehr so oft raus.“ Zudem können es sich viele der Bedürftigen noch nicht einmal leisten, mal eben zum Kaffeetrinken zu gehen. Die Corona-Pandemie hat die Gesamtsituation noch verschlimmert – nun haben viele auch noch Angst davor, ihre eigenen vier Wände zu verlassen. Und so sitzen sie schließlich alleine zu Hause, Tag für Tag. „Manche erzählen mir, dass sie sogar schon mit ihrem Fernseher reden“, sagt Völk. „Das ist traurig.“ Dann aber strafft sie ihre Schultern. „Wir bei Lichtblick sorgen zumindest dafür, dass sie immerhin einen Fernseher haben.“

Und nun sorgen sie auch dafür, dass ihre Einsamkeit bekämpft wird. Völk hat mittlerweile eine Kollegin, beide kümmern sich nun um die Senioren. „Jeder bekommt eine feste Bezugsperson, damit man eine gute Beziehung aufbauen kann“, erklärt Völk. Auch dürfen sich

die Senioren wünschen, wie oft sie Kontakt haben möchten: Manche möchten nur einmal im Monat am Telefon reden, andere hätten gerne einmal die Woche Besuch. „Wir haben feste Pläne erstellt, damit sich die Senioren auf uns verlassen können“, so Völk. Wichtig ist ihr dabei: Grenzen setzen – und auch ehrlich sein. Dass sie nur eine bestimmte Zeit für den Besuch hat, müssen alle Senioren akzeptieren. Und wenn sie sieht, dass ein gesunder Mensch die eigene Wohnung verwaarlost, weist sie ihn auch höflich, aber bestimmt darauf hin.

Außerdem helfen die Assistenten von Lichtblick den Senioren mit der Bürokratie oder begleiten sie bei wichtigen Terminen. „Es ist nun eine gute Mischung geworden“, sagt Völk. Sie sieht, dass das neue Konzept sehr gut ankommt: „Die Menschen sind so dankbar, wenn man ihnen Zeit schenkt. Denn das höchste Gut ist immer noch: die Lebenszeit.“

NINA PRAUN