



**Deutscher  
Seniorentag**

Worauf es ankommt

**2.-4. April 2025**  
Congress Center Rosengarten  
**Mannheim**

## **Einsamkeit im Alter bekämpfen: Ehrenamtliches Engagement - Bürde oder Segen**

**Verantwortlich:** Freunde alter Menschen e.V.

**Mitwirkende:** Team Freunde alter Menschen e.V.

**Moderation:** Reiner Behrends, Freunde alter Menschen e.V.

Ziel der Veranstaltung war es, die Bedeutung sowie Chancen und Herausforderungen des Ehrenamts und die Rahmenbedingungen für Ehrenamtliche im Kontext der Einsamkeitsbekämpfung bei älteren Menschen, zu diskutieren.

### **Was ist „Einsamkeit“?**

Vor allem eine subjektiv wahrgenommene Diskrepanz zwischen gewünschten und tatsächlich vorhandenen sozialen Beziehungen eines Menschen. Vorhandene soziale Kontakte haben nicht die gewünschte Qualität. Folge: Betroffene erleben diesen Zustand – die Realität, den Alltag – oft als schmerzhaft. Einsamkeit ist eine stille Bedrohung mit teils fatalen Folgen – psychisch und physisch, und damit auch für das Gesundheitssystem.

### **Engagement gegen Einsamkeit**

Der Verein [Freunde alter Menschen](#) (Berlin; 5 deutsche Standorte) verfolgt mit organisierten Besuchspartnerschaften einen generationsübergreifenden Ansatz. Jung und Alt treffen aufeinander. Der von den alten Menschen als einsam empfundene Alltag wird durch regelmäßige Besuche von bis zu drei Jüngeren signifikant bereichert. Die Partnerschaften beruhen auf einer belastbaren Vertrauensbasis. Zudem wird an allen Standorten durch eine breite Veranstaltungspalette (Spieleabende, Sommerfeste,

Heiligabendzusammenkünfte, etc.) das Gemeinschaftsgefühl gestärkt. Die Finanzierung des Vereins ist von dem Gedanken getragen, weitgehende Unabhängigkeit von staatlichen oder kirchlichen Institutionen zu gewährleisten. Aktivitäten und Hauptamt werden im Wesentlichen durch Spenden finanziert.

### **Wirkung**

Eine empirische Analyse (2024) hat ergeben: 78% der befragten „Alten Freunde“ im Netzwerk fühlen sich seit Bestehen ihrer Besuchspartnerschaften weniger einsam. 86% gaben an, dass der Austausch mit den Freiwilligen positive Gedanken vermittelt. Sie schauen zuversichtlicher in die Zukunft.

### **Freiwilliges Engagement**

Freunde alter Menschen ist eine Freiwilligen-Organisation. Hier engagieren sich Menschen unterschiedlichen Alters aus vielen Nationen gegen die Vereinsamung alter Menschen – zum Gemeinwohl und ohne materielle/monetäre „Entschädigung“. Sie werden dabei von hauptamtlich Mitarbeitenden unterstützt. Der Verein forciert die Arbeit von Freiwilligen-Teams.

### **Kritische Aspekte freiwilligen Engagements**

Zu diskutieren sind Aspekte wie Wertschätzung (angemessene Anerkennung, Absicherung), Belastung (hoher Zeit- und Arbeitsaufwand), Professionalität (Schulung, Begleitung), Strukturen und Erwartungen (Rollenklarheit, Ressourcen, Entscheidungsbe-fugnisse) und Nachhaltigkeit (Verlassen auf Leistungen). Herausforderung: Investitionen in Personal und Struktur.

### **Pro- und Contra-Debatte in Mannheim: Eine kontroverse Mitmach-Diskussion**

Im Plenum vorgestellte Thesen:

- Freiwilliges Engagement sollte verpflichtend für alle Bürgerinnen/Bürger oder bestimmte Gruppen eingeführt werden.
- Staatliche Institutionen sollten mehr Verantwortung übernehmen, anstatt sich auf Freiwillige zu verlassen.
- Nur wer es sich leisten kann, engagiert sich ehrenamtlich – ist das fair?

Es braucht mehr Kontrolle und Qualitätsstandards für ehrenamtliche Tätigkeiten.