Nachbarschaftshilfe
Taufkirchen Unterhaching e.V.

2. Oktober 2023

„Gemeinsam statt einsam“

Unterstützungsangebote der Nachbarschaftshilfe gegen Alterseinsamkeit/Altersarmut

Altersarmut und/oder Alterseinsamkeit – eine Annäherung, Foto: Ralf Wilschewski

Einsamkeit ist ein Tabuthema, das erst langsam ins Bewusstsein der Öffentlichkeit dringt. Hier besteht der dringende Bedarf, für das Thema als gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu sensibilisieren und es mit Unterstützungsangeboten sichtbar zu machen. Das möchten auch wir mit unserem Projekt „Gemeinsam statt einsam“ im südlichen Landkreis München und darüber hinaus erreichen.

Im Oktober 2022 hat die Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching das Projekt „Gemeinsam statt einsam“ ins Leben gerufen. Zielsetzung ist es, Angebote und Aktivitäten gegen Einsamkeit und Armut im Alter zu entwickeln und längerfristig aufzubauen.

Unternehmensengagement

Unsere gemeinnützige Nachbarschaftshilfe mit Mehrgenerationenhaus, Familienstützpunkt und Familienzentrum setzt sich seit vielen Jahrzehnten erfolgreich für die Belange unserer Gesellschaft ein. Wir unterstützen generationsübergreifend u.a. Patenschaften für Jung und Alt sowie die Lernwerkstatt für Erwachsene und die Lernwerkstatt für Kids. Auch die Unternehmen der Region können hier im Sinne der Corporate Social Responsibility einen wichtigen Beitrag leisten und soziale Verantwortung für Taufkirchen und Unterhaching übernehmen. Denkbar sind Kooperationen im Hinblick auf ehrenamtliches Engagement sowie Pro Bono-Unterstützungen oder Spenden.

Ehrenamtliche gesucht!

Wir sind beständig auf der Suche nach Ehrenamtlichen, die mithelfen möchten, Senior/innen aus der Isolation zu holen. Das können auch Menschen sein, die kurz vor der Rente stehen. Durch das ehrenamtliche Engagement bei uns haben die Tage weiterhin Struktur und das Leben eine neue Ausrichtung. Ehrenamtliche profitieren von Begegnungen und wirken so der eigenen, möglichen Vereinsamung präventiv entgegen.

Martina Bunz, Projektleiterin „Gemeinsam statt einsam“:

Projektleiterin Martina Bunz im Gespräch, Foto: Ralf Wilschewski

„Es ist schön zu sehen, mit wie viel Freude die Ehrenamtlichen am Projekt mitwirken. Als feste Ansprechpartnerin können sie mit ihren Fragen rund ums Ehrenamt auf mich zukommen. Mit neuen Interessenten erarbeiten wir gemeinsam, welche Aufgabe am besten passt: nah am Menschen oder lieber als unterstützende Kraft bei Veranstaltungen, regelmäßig oder unregelmäßig, in der Gruppe oder 1:1. Das Ehrenamt soll Spaß machen und eine Bereicherung für beide Seiten sein.“

Martina Bunz und ihre ehrenamtlichen Mitarbeitenden suchen direkten Kontakt mit Betroffenen. Zu Hause bei den älteren Menschen oder im Haus der Nachbarschaftshilfe werden gesellige Zusammenkünfte für Seniorinnen und Senioren angeboten:

Beim Dienstagstreff kommen beispielsweise alle zwei Wochen nachmittags mindestens 20 ältere Menschen zusammen. Jede Woche gibt es zudem das „Kochen am Freitag“. In geselliger Runde findet dabei zwischen den Senior/innen und den beiden jüngeren Mitarbeitenden ein reger generationenübergreifender Austausch statt.

Kochen am Freitag / Gastgeber „Kochen am Freitag“: Marian Dreher und Lisa Engelbrecht, Fotos: Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e. V.

Wir bieten als Ort der Begegnung auch unseren generationenübergreifenden Mittagstisch im Mehrgenerationenhaus von Montag bis Donnerstag mit einem kostengünstigen Menü an. Hier sind alle willkommen: Die jüngeren Berufstätigen, die mal keine Lust zum Kochen haben und die ältere Generation, die sich hier trifft und gute Hausmannskost genießt.

Frau Schäfer kocht für unsere Gäste des generationenübergreifenden Mittagstisches,
Foto: Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e.V.

Weitere Angebote im Rahmen von „Gemeinsam statt einsam“ sind ein Besuch bei der Gruppe „Die heißen Nadeln“ oder die Seniorenausflüge, die einmal pro Monat stattfinden. Daneben werden die Spielenachmittage für Seniorinnen und Senioren gut besucht. Zwei neue Schafkopfrunden haben sich in diesem Jahr gebildet.

Einmal im Monat treffen sich ältere Menschen bei uns in lockerer Atmosphäre zum Singen von Volksliedern mit Akkordeonbegleitung. In den Pausen werden die Sängerinnen und Sänger mit Tee oder Kaffee und frischem, selbstgebackenem Kuchen verwöhnt. In diesem Jahr haben wir dieses Projekt durch Aufrufe in der Presse wieder angeschoben, nachdem die Pandemie den Liedernachmittag unterbrochen hatte.

Liedernachmittage, Foto: Monika Wrba

Nothilfefonds

Im Rahmen eines Nothilfefonds werden ältere Menschen in Not punktuell unterstützt. Auch die Teilnahme an Veranstaltungen, eine Fahrkarte für den öffentlichen Nahverkehr oder der Eintritt ins Schwimmbad kann über den Nothilfefonds des Projektes finanziert werden. Zu Weihnachten besuchen unsere Weihnachtsengel ältere Menschen in Taufkirchen und Unterhaching, die am 24. Dezember niemanden haben. Sie bringen eine liebevoll gepackte Weihnachtstüte mit und schenken, was so wichtig ist: Zeit und Freude.

Zu zweit nicht alleine

In der Nachbarschaftshilfe bieten wir nicht nur Gruppenveranstaltungen im Rahmen unseres Projektes an. Gemeinsam mit ehrenamtlichen Senioren-Paten gehen ältere Menschen spazieren, die Paten besuchen Senior/innen auch zu Hause oder begleiten sie zum Einkaufen.

Unsere Mittagsperlen kommen gelegentlich in die Küche der Senior/innen und kochen mit den älteren Menschen. Die Mittagsperlen bleiben gerne auch zum Essen da - ein kleiner Plausch ist inbegriffen.

Ausblick

Therapiehundebesuch zu Hause, Foto: Ralf Wilschewski

Für die nähere Zukunft planen wir, ältere Menschen daheim mit geschulten Therapiehunden zu besuchen. Über die Hunde kommen die Hundeführer mit den besuchten Menschen leichter in Kontakt. Der Hund fungiert hier als Brücke in der Kommunikation zwischen den Menschen.

Zahlen

Aktuell engagieren sich beim Projekt „Gemeinsam statt einsam“ 48 neue Ehrenamtliche, sei es als Kuchenbäcker/in, im Hol- und Bringdienst, als Pate oder im persönlichen Kontakt mit älteren Menschen. Rund 150 Seniorinnen und Senioren erreichen wir mit unserem Projekt.

„Gemeinsam statt einsam“

Das Vorhaben der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching wird gefördert durch die Förderinitiative Fondation Peters – einer Initiative der Fondation Peters und PHINEO.

Für weitere Infos:

Unser Projekt „Gemeinsam statt einsam“ finden Sie auf unserer Website hier:

Aktion zusammenwachsen:

„Gemeinsam statt einsam“ ist das Projekt des Monats Oktober auf der Seite des Bundesministeriums für Familien, Frauen, Senioren und Jugend: