

## Bericht ESTAMia

### 1. Bekanntmachung

Weiterhin liegen an verschiedensten Orten, an denen man Ältere Menschen erreichen kann, wie z.B. Ärzte, Flyer aus. Hauptsächlich erfolgt die Bekanntgabe nach heutigem Stand aber durch weitersagen, der Informationen des Projektes durch die Senior\*innen untereinander, wie z.B. beim Treffen bei Arztterminen.

### 2. Soziale Umfeld

Ein Großteil der Senior\*innen die das Angebot des Projektes nutzen sind bereits verwitwet, haben kaum familiäre Kontakte in der Nähe, leichte körperliche Beeinträchtigung und sind auf Hilfsmittel wie Rollatoren angewiesen. Dies alles sind oft die Gründe warum die Senior\*innen die Teilhabe am Gemeinschaftsleben verlieren, da sie vor allem auf Grund ihrer körperlichen Beeinträchtigungen niemanden zur Last fallen wollen. Das Alter der Senior\*innen die derzeit das Angebot ESTAMia nutzen liegt zwischen 72 und 91 Jahren.

### 3. Kontaktaufbau

Alle Senioren\*innen des Amt Temnitz, haben die Möglichkeit Kontakt aufzunehmen, wenn sie das Gefühl haben einsam zu sein oder etwas benötigen bei denen sie Unterstützung brauchen, in etwa bei Arztbesuchen oder Einkäufen.

Anklang fand das Projekt ESTAMia bereits in den Orten Walsleben, Dabergotz, Lüchfeld, Rägelin, Pfalzheim, Frankendorf, Paalzow und Garz. So konnten in Walsleben bisher 15 Senior\*innen erreicht werden, wobei 4 sich zu einem festen Stamm von regelmäßigen Besuchen und Unternehmungen entwickelt haben. In Dabergotz wurden über den gesamten Zeitraum bisher 11 Senior\*innen durch verschiedene Angebote erreicht, auch hier hat sich ein regelmäßiger Kontakt zu 3 Senior\*innen entwickelt. In dem Ort Lüchfeld wurden seit dem Start von ESTAMia bereits insgesamt 6 Senior\*innen erreicht, wobei auch hier 2 zu einem festen Teil und regelmäßigen Kontakt gehören.

In den Orten Rägelin, Pfalzheim und Frankendorf konnten bisher insgesamt 6 Senioren\*innen erreicht werden. Hier entwickelte sich ein fester Bestandteil von 2 Senioren\*innen, welcher in regelmäßigen Abschnitten besucht und unterstützt wird. In dem Ort Paalzow wurde bisher eine Senior\*in mit dem Angebot erreicht und in dem Ort Garz sind es derzeit 2 Senior\*innen, wobei sich beide Kontakte zu festen Bestandteil entwickelten welcher zu regelmäßigen Besuchen im häuslichen Umfeld führt, und eine rege Beteiligung der Seniorin an gemeinsamen Ausflügen.

Zu Beginn des Kontaktaufbaus ist es wichtig die Menschen kennenzulernen und sie in ihrem häuslichen Umfeld zu besuchen. Oft funktioniert der Vertrauensaufbau bei einem Gespräch bei Kaffee und Kuchen am besten.

Zu Beginn des Projektes, lag das Hauptaugenmerk darauf, ältere Menschen zu besuchen, mit ihnen zu sprechen, kleine Spaziergänge zu unternehmen und sie bei Bedarf zu Ärzten und anderen Dingen zu begleiten. Hier bekommen sie bereits das erste Gefühl wieder ein Teil der Gemeinde zu werden.

Ich habe mein Hauptaugenmerk mehr daraufgelegt, die Senior\*innen zusammen zu bringen. Hierfür werden ihnen verschiedene Ausflüge angeboten, welche auf die Bedürfnisse der Senior\*innen abgestimmt sind und ihnen das Gefühl geben ein vollständiger Teil der Gemeinde zu sein. Oft wünschen sich die Älteren Menschen gemeinsame Spaziergänge, Ausflüge ins Kaffee (z.B. Fehrbellin, Rheinsberg und Rechlin), Ausflüge zum Stadtbummel

(Neuruppin REIZ, Velten und Gransee) oder aber auch mal Dampferfahrten, Besuche in Tierparks und zu den verschiedenen Erdbeerhöfen.

Durch diese Angebote, legt man die Grundlage dafür, dass die Senioren\*innen sich Kennenlernen, über Vergangenes austauschen können, und somit neue Kontakte untereinander zu knüpfen und anschließend zu pflegen, was dabei Hilft gegen ihre Vereinsamung zu wirken.

Neben den Angeboten der Ausflüge, finden noch immer Besuche einzelner Senior\*innen in ihrem vertrauten Umfeld statt, hier wird dann gekocht, Gesellschaftsspiele gespielt oder bei einem kleinen Spaziergang durch den Garten über Dinge gesprochen die gerade bewegen. Auch sind Begleitungen zu verschiedenen Ärzten ein Bestandteil der Arbeit geworden. Auch das alles sind Angebote welche gegen die Vereinsamung der Senior\*innen wirken können.

#### 4. Planungen

Das Projekt ESTAmia ist für einige Senior\*innen ein wichtiger Bestandteil in ihrem Sozialen Leben geworden. Für mich selbst ist es wichtig dieses Angebot noch weiter auszubauen. Ich möchte mehr Nachbarschaftshilfen aktivieren und weiterhin die Senior\*innen am Gemeinschaftsleben teilhaben lassen. Auch Senior\*innen brauchen erst einmal Vertrauen und müssen das Gefühl bekommen niemanden zur Last zu fallen.

Des Weiteren möchte ich die Zusammenarbeit zwischen Senioren und Jugendlichen weiter ankurbeln. Dies ist mir bisher schon zweimal gelungen, etwa zu einer Lesenacht und einem Kochangebot.

Alle Senioren\*innen werden bei anstehenden Urlauben rechtzeitig in Kenntnis gesetzt.