

## Bericht ESTAMia

### 1. Ziel

Das große Ziel, welches das Projekt ESTAMia erreichen möchte, ist das Entgegenwirken der Vereinsamung sowie die Teilhabe älterer Menschen im Amt Temnitz anzukurbeln. Ältere Menschen bekommen die Möglichkeit sich jederzeit telefonisch zu melden, und Termine zu vereinbaren. Dieses Ziel wurde erreicht, da ältere Menschen das Angebot des Projektes wahrnehmen.

### 2. Bekanntmachung

Zu Beginn des Projektes wurden für die Bekanntmachung Flyer gedruckt, welche an Orten verteilt wurden, an denen man viele Ältere Menschen erreichen kann, wie z.B. Ärzte, Friseure und den fahrenden Bäckern.

Auch heute wird immer wieder überprüft, ob alle Einrichtungen noch ausreichend Flyer auszuliegen haben.

### 3. 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 89 Jahren.

### 4. 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 und Frankendorf. So konnten in Walsleben bisher 13 Senior\*innen erreicht werden, wobei 7 sich zu einem festen Stamm von regelmäßigen Besuchen und Unternehmungen entwickelt haben. In Dabergotz wurden über den gesamten Zeitraum bisher 8 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 5 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, welcher in regelmäßigen Abschnitten besucht und unterstützt wird.

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.

In Hinblick auf die Stunden, die Anzahl der Senior\*innen und ihren geäußerten Bedürfnissen, wurde schnell klar, dass das Hauptaugenmerk mehr daraufgelegt werden sollte, 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 und Rheinsberg), Ausflüge zum Stadtbummel (Neuruppín REIZ) 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.

#### 5. Nachbarschaftshilfe

Eine weitere Aufgabe, die durch den Blick auf die Stunden entstand, ist das Anbringen von Nachbarschaftshilfen. In der Zeit in der das Projekt durchgeführt wird, wurde deutlich das Senioren\*innen oft ganz kleine Bedürfnisse haben, welche meistens auch durch Hilfsbereite Nachbarn übernommen werden können. Das Aufbauen von Nachbarschaftshilfe ist in dem gesamten Zeitraum nun schon 4-mal gelungen. So übernehmen Hilfsbereite Nachbarn die Besuche mit Senior\*innen auf den Friedhof zu verstorbenen Lebenspartnern oder übernehmen Einkäufe.

Noch heute wird vor allem eine Hürde immer wieder deutlich, die Älteren Menschen äußern noch immer, dass sie mir nicht zur Last fallen wollen -> diese Hürde versuche ich ihnen durch Gespräche und positiven Zusprüchen zu nehmen, was leider nicht immer gelingt.

#### 6. Planungen

Für die weitere Planung besteht das Vorhaben, dieses Angebot auch in den anderen Orten mehr bekannt zu machen. Es sollen noch mehr Nachbarschaftshilfe akquiriert und regelmäßige Angebote in den Gemeindehäusern zusammen mit den Ortsvorstehern geschaffen werden, hierbei werden Angebote wie gemeinsame Spielenachmittage 1x im Monat, musikalische Kafferrunden etc angedacht.

Auch die Zusammenarbeit mit der Kirchengemeinde steht als weitere Planung auf dem Programm. Dies ist noch nicht erfolgt, weil es zu Beginn wichtiger ist, Kontakte zu einzelnen Senior\*innen herzustellen und aufrecht zu erhalten, Vertrauen zu schaffen, Bedürfnisse zu erfragen und die Ängste zu nehmen sich Hilfe einzufordern und eben solche Angebote in Anspruch zu nehmen.

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