

Jahresbericht 2025



Freunde alter Menschen e.V.
les petits frères des Pauvres

Vorwort



Antonia Braun und

Reiner Behrends

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten unseren Jahresbericht 2025 in den Händen – ein Rückblick auf ein Jahr, das uns bewegt, gefordert und vorangebracht hat.

Im Laufe des Jahres ist viel geschehen: Wir konnten unsere Arbeit durch neue Qualitätsstandards optimieren und gleichzeitig wachsen. An unseren Standorten arbeiten zum Beispiel unsere Freiwilligen-Teams in den Bereichen Koordination, Aktionen und Sichtbarkeit eng verzahnt zusammen. 2025 wurden zahlreiche Infoabende, Erstgespräche und die Vermittlung von Besuchspartnerschaften eigenständig von Freiwilligen umgesetzt.

Einsamkeit im Alter bleibt das zentrale Thema unseres Engagements. Oft ist sie kaum sichtbar – und doch hat sie tiefgreifende Auswirkungen. Gleichzeitig erleben wir täglich, was persönliche Zuwendung bewirken kann. Mehr dazu lesen Sie auf den Seiten 14 bis 15.

Besonders erfreulich ist der Ausbau unserer Besuchspartnerschaften. Im Jahr 2025 konnten wir 259 neue Partnerschaften vermitteln – insgesamt 1.000 sind es nun seit 2020. Dieser Erfolg ist dem großen Engagement unserer Mitarbeitenden und Freiwilligen zu verdanken.

Hinter dieser Statistik stehen gelebte Begegnungen und Impulse: 17.034 Stunden persönliche Zuwendung im Jahr 2025 und 69.054 Stunden in den vergangenen fünf Jahren – Zeit für Gespräche, Zuhören und das Gefühl, nicht allein zu sein. Gleichzeitig gehört es zur Realität unserer Arbeit, dass Besuchspartnerschaften enden – etwa durch Krankheit, Umzüge in Pflegeeinrichtungen, Tod.

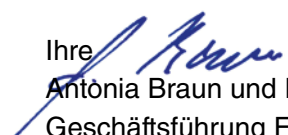
Das zeigt, wie herausfordernd aktive Begleitung und kontinuierliche Unterstützung mitunter sein kann. Unser Engagement endet im Übrigen nicht bei der Vermittlung einer Besuchspartnerschaft. Durch zusätzliche gezielte Anrufe konnten wir in persönlichen Gesprächen mehr über die Qualität der Beziehungen erfahren und diese so auch weiter stabilisieren. Mehr über Ansätze und Erkenntnisse lesen Sie auf den Seiten 10 bis 13.

Und auch unsere Programme entwickeln sich weiter: *Generation Nachbarschaft* erreicht immer mehr Menschen. 2025 haben wir 459 Veranstaltungen in Hamburg und Berlin durchgeführt – mit 3.141 Teilnahmen von Jüngeren und Älteren. Das entspricht 9.423 Stunden gemeinsamer Zeit und Aktivität. Freiwillige leisteten 5.402 Stunden Einsatz.

Trotz herausfordernder Rahmenbedingungen blicken wir zuversichtlich nach vorn. Ein Grund: Die Deutsche Postcode Lotterie gibt uns durch ihre Unterstützung mehr Handlungsfreiheit. Wir starten mit einem stabilen finanziellen Fundament ins Jahr 2026. So können wir unsere Angebote weiterhin sichern und sogar ausbauen.

All das wäre ohne die Unterstützung vieler Menschen nicht möglich. Dafür danken wir Ihnen – für Ihr Engagement, Ihre Unterstützung und Ihr Vertrauen.

Eine anregende Lektüre wünschen Ihnen

Ihre  
Antonia Braun und Reiner Behrends

Geschäftsführung Freunde alter Menschen e.V.

Inhalt

6

Warum es Freunde alter Menschen braucht

7

Das gesellschaftliche Problem

8

Einsamkeit im Alter:
Ehrenamtliches Engagement –
Bürde oder Segen?



9

Unser Ansatz

10

Wirkung macht den Unterschied!
Wie Qualitätsmanagement bei
Freunde alter Menschen e.V. geht

18

Besuchspartnerschaft live:
Tobias war direkt ein Volltreffer

20

Generation Nachbarschaft –
Interview mit Simon



22

Presseschau

23

Unsere Förderer
und Unterstützer

24

Finanzen –
Wie Ihre Spenden wirken

26

Neue Projekte 2026 –
bleiben Sie gespannt!

28

Organisation und Team





Warum es Freunde alter Menschen braucht

Die Vision von Freunde alter Menschen e.V.

Freunde alter Menschen e. V. setzt sich für eine Gesellschaft ein, in der alte Menschen nicht einsam, sondern aktiver Teil der Zivilgesellschaft sind. Wir schaffen generationsverbindende Begegnungen, die nachhaltig wirken. Unser Engagement ermöglicht menschliche Nähe, wo sonst Isolation droht.

Wie wird das umgesetzt?

Sich Zeit nehmen für Begegnungen

Wir fördern freundschaftliche Verbindungen, in denen alte Menschen durch persönliche Begegnungen und verlässliche Partnerschaften vor Einsamkeit geschützt werden. Gemeinsam mit engagierten Freiwilligen aller Generationen setzen wir uns für soziale Integration, Lebensfreude und ein solidarisches Miteinander im Quartier ein.

Gemeinsam aktiv sein

Die Ehrenamtlichen gestalten die Aktivitäten des Vereins tatkräftig mit. Sie werden durch das hauptamtliche Team unterstützt. Zu den Hauptaufgaben zählen die Gewinnung, Schulung und kontinuierliche Begleitung der Freiwilligen, damit sie ihre Aufgabe kompetent und mit Freude erfüllen können.

Sichtbarmachen der Lebenssituation alter Menschen

Durch aktive Netzwerkarbeit fördern wir die Verbesserung der Lebensqualität alter Menschen lokal und bundesweit. Unser Ziel ist es, für die Herausforderungen des Alters zu sensibilisieren und gesellschaftliches Bewusstsein für unser Engagement zu schaffen.

Das gesellschaftliche Problem

Ausgangslage

Viele ältere Menschen in Deutschland erleben im Alltag eine zunehmende soziale Isolation, die ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben empfindlich einschränkt. Der Mangel an verlässlichen sozialen Kontakten und Unterstützungsstrukturen führt zu einem wachsenden Risiko für Einsamkeit, was nicht nur das individuelle Wohlbefinden und die Lebensfreude mindert, sondern auch gravierende negative Auswirkungen auf die körperliche und psychische Gesundheit hat. Besonders hochaltrige Menschen sind häufig durch den Verlust des Partners, abnehmende Mobilität oder ein schrumpfendes soziales Netzwerk in ihrer Autonomie gefährdet.

Relevanz und Ausmaß des Problems

Daten der Studie „Hohes Alter in Deutschland“ (D80+)¹ verdeutlichen die Dringlichkeit der Situation: Während sich im Durchschnitt rund 9,5% der über-80-Jährigen in Privathaushalten als einsam beschreiben, steigt dieser Anteil mit zunehmendem Alter signifikant an – von 8,7% bei den 80- bis 84-Jährigen bis hin zu 22,1% bei den über 90-Jährigen. Aktuelle Studien unterstreichen, dass vor allem Frauen, Alleinstehende sowie Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen von dieser Entwicklung betroffen sind.

Die Folgen

Soziale Isolation im Alter ist ein signifikanter Risikofaktor für Depressionen, kognitive Einschränkungen und eine höhere Sterblichkeit, vergleichbar mit gesundheitlichen Risiken wie Rauchen oder Übergewicht. Über die individuellen Schicksale hinaus beeinträchtigt die mangelnde Teilhabe auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt, erhöht den Unterstützungsbedarf im Hilfesystem und führt zu steigenden Belastungen im Gesundheitssektor.

Handlungsbedarf

Es besteht ein dringender Bedarf an niedrigschwelligen, lokal verankerten Angeboten, die Begegnungen im Quartier ermöglichen und soziale Bindungen fördern. Die Vernetzung von ehrenamtlichem Engagement, nachbarschaftlicher Hilfe und professionellen Strukturen bildet hierbei den zentralen Hebel, um soziale Isolation wirksam zu reduzieren, die Lebensqualität Hochaltriger nachhaltig zu verbessern und eine selbstbestimmte Teilhabe im vertrauten Wohnumfeld zu sichern.

¹ Kaspar, R., Wenner, L., Tesch-Römer, C. (2022). Einsamkeit in der Hochaltrigkeit. D80+-Kurzbericht Nr. 4



Einsamkeit im Alter: Ehrenamtliches Engagement – Bürde oder Segen?

Auf dem 14. Deutschen Seniorentag in Mannheim (2. bis 4. April 2025) standen 15 Themenbereiche auf der Agenda, von Altersdiskriminierung bis Wohnen – alles unter dem Motto „Worauf es ankommt“.



Auch wir konnten unsere Perspektive im Congress Center Rosengarten einbringen. Reiner Behrends (Geschäftsführer von Freunde alter Menschen e.V.) und Eva Leiss (Koordinatorin am Standort Frankfurt) hatten zu einer kontroversen Mitmach-Diskussion geladen. Das Motto: „Einsamkeit im Alter: Ehrenamtliches Engagement – Bürde oder Segen?“

Was ist „Einsamkeit“?

Mit dieser Frage und einer Definition läuteten unsere beiden Vertreter die Diskussion ein ... Einsamkeit ist 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 das hat dann auch gravierende Konsequenzen für das Gesundheitssystem. Eine kritische Gemengelage also, in der sich auch Ehrenamtliche bzw. Freiwillige bewegen.

Sind Organisationen darauf vorbereitet?

Eine große Herausforderung sind Investitionen in Personal und Struktur von Organisationen. In Sachen Ehrenamt/Freiwilligenarbeit gilt es nach unseren Erfahrungen folgende Aspekte zu diskutieren: Wertschätzung (angemessene Anerkennung, Absicherung), Belastung (hoher Zeit- und Arbeitsaufwand), Professionalität (Schulung, Begleitung), Strukturen und Erwartungen (Rollenklarheit, Ressourcen, Entscheidungsbefugnisse) und Nachhaltigkeit (Verlassen auf Leistungen).

Pro- und Contra-Debatte

Unsere im Plenum vorgestellten Fragen:

- Sollte freiwilliges Engagement verpflichtend für alle Bürgerinnen/Bürger oder bestimmte Gruppen eingeführt werden?
- Sollten staatliche Institutionen mehr Verantwortung übernehmen, anstatt sich auf Freiwillige zu verlassen?
- Ist es fair, wenn nur Menschen, die es sich leisten können, sich auch ehrenamtlich engagieren?
- Braucht es mehr Kontrolle und Qualitätsstandards für ehrenamtliche Tätigkeiten?

Die Diskussion wurde durchaus kontrovers geführt und hat gezeigt, dass auf diesem Gebiet noch sehr viel mehr Austausch über Erfahrungen, neue Impulse und konkrete Aktionen bzw. Maßnahmen erfolgen muss. Wir sind gerne weiterhin bereit, Beiträge zu leisten.

Unser Ansatz



Besuchspartnerschaften: Gemeinsam gegen einsam

Wir stiften Besuchspartnerschaften zwischen jungen und alten Menschen. Freiwillige besuchen regelmäßig einen alten Menschen. Jede Besuchspartnerschaft wird von unserem Team fachlich begleitet. Dabei setzen wir uns für dauerhafte Freundschaften ein, die auf gegenseitigem Respekt aufbauen. In persönlichen Gesprächen finden wir heraus, wer gut zusammenpassen könnte. Eine Besuchspartnerschaft ist für uns mehr als ein Besuchsdienst oder eine Altersbetreuung. Unsere Ehrenamtlichen übernehmen allerdings keine Dienstleistungen – sie engagieren sich im Besuchsprogramm freiwillig in ihrer Freizeit und machen dies aus Freude und Interesse. Es geht uns darum, gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen und im besten Fall Freundschaften zu stiften. Unsere Freiwilligen übernehmen Verantwortung und werden von uns entsprechend fachlich begleitet. Wir bieten Besuchspartnerschaften in Berlin, Frankfurt, Hamburg, Köln und München an.



Generation Nachbarschaft: das Präventivprogramm

Das Programm in Berlin und Hamburg hat das Anliegen, bereits in der Lebensphase anzusetzen, in der die Einsamkeit – insbesondere verursacht durch fehlende Mobilität, durch Erkrankung und den Verlust von Freunden, Angehörigen und Nachbarn – noch nicht existent ist. Es sollen Gelegenheiten geschaffen werden, bei denen sich junge und ältere Menschen in der Nachbarschaft selbstverständlich begegnen können.

Zusätzlich sollen Kontakte geknüpft und gefestigt werden, damit freundschaftliche Netzwerke zwischen jungen und alten Nachbarinnen und Nachbarn entstehen. Ältere Menschen schwärmen häufig vom nachbarschaftlichen Zusammenhalt von früher. Jüngere freuen sich auf eine inspirierende generationsübergreifende Nachbarschaft. Hier wollen wir vermitteln. Der Schwerpunkt des Programms liegt auf physischen Kontakten und Aktivitäten, insbesondere in Form von gemeinsamen Veranstaltungen und Aktionen in den jeweiligen Quartieren.

Wir wenden uns an folgende Zielgruppen:



Alte Menschen, die von Einsamkeit bedroht oder betroffen sind

Alte Menschen, die allein leben, haben häufig ihre Angehörigen und Freunde durch das Alter verloren. Die Anzahl der sozialen Kontakte sinkt, die Mobilität lässt häufig nach. Gleichzeitig werden soziale Begegnungen weiterhin gewünscht, um sich auf Augenhöhe auszutauschen.

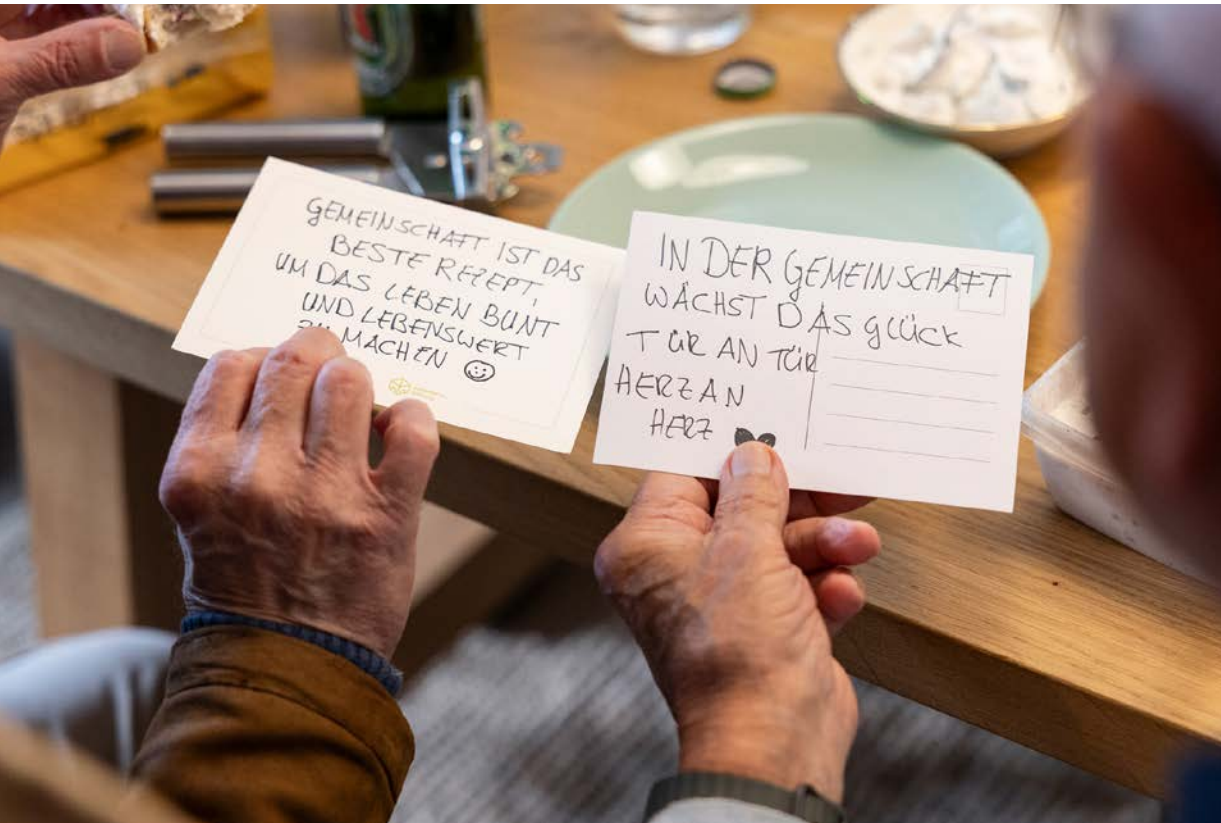


Freiwillige, die sich ehrenamtlich engagieren möchten



Alte Menschen mit Interesse an einem nachbarschaftlichen Miteinander zur Prävention von Einsamkeit im Alter

Wirkung macht den Unterschied! Wie Qualitätsmanagement bei Freunde alter Menschen e.V. geht



Für uns ist es selbstverständlich, den „Outcome“ unseres Engagements für einsame, alte Menschen zu validieren und zu verifizieren. In unseren Jahresberichten 2023 und 2024 haben wir unsere wissenschaftlich basierte Wirkungsmessung vorgestellt. Die Ergebnisse sind aufschlussreich und ja – auch erfreulich für alle Seiten.

Qualitätsmanagement ist für uns indes kein abgeschlossenes Projekt, sondern eine laufende Aufgabe. Es geht um Zufriedenheit, um Transparenz und auch um Belege dafür, dass Spendengelder nachweislich Nutzen stiften. Belastbare Messung macht den Unterschied sichtbar: zwischen lediglich „gut gemeint“ und „tatsächlich wirksam“.

Wonach wir fragen

Seit Januar 2025 fragen wir systematisch bei unseren *Alten Freunden* nach, wie sie unsere Aktivitäten erleben. Stimmt die Chemie in der Besuchspartnerschaft? Hat man ein gutes Gefühl bei den Besuchen? Besteht eine Differenz zwischen Erwartung und Bedarf? Unsere Freiwilligen fragen wir unter anderem, ob sie Bedarf für weitere Besuchspartnerschaften erkennen und ob sie sich ein weiteres Engagement in der Organisation bei Freunde alter Menschen vorstellen können.

So binden wir unsere *Alten Freunde* ein

Wir befragen unsere *Alten Freunde* mittels standardisierter Leitfragen, und zwar in persönlichen Gesprächen während unserer Veranstaltungen sowie via Telefon.

Der Rhythmus

- zwei bis vier Wochen nach Vermittlung in die Besuchspartnerschaft
- vier Wochen nach der ersten Befragung
- sechs Monate nach der Vermittlung
- und ein Jahr nach der Vermittlung.

Danach findet eine jährliche Befragung statt.

Die Aussagen helfen uns dabei, ...

- Transparenz zu schaffen ... für alle Mitarbeitenden und Freiwilligen, für unsere *Alten Freunde* und Unterstützer,
- den Kontakt zu *Alten Freunden* und Freiwilligen zu strukturieren,
- unsere Arbeit insgesamt auswertbar zu machen und so zu verbessern,
- Bedarfe noch besser zu verstehen und darauf adäquat reagieren zu können,
- Angebote anzupassen bzw. zu präzisieren und gegebenenfalls auszubauen,
- Freiwillige entsprechend zu sensibilisieren und zu qualifizieren,
- unser Koordinationsteam an den fünf Standorten zu entlasten und
- Ressourcen insgesamt noch gezielter einzusetzen.



Aussagen unserer *Alten Freunde*

Sicherheitsgefühl im Alltag – bessere Mobilität – neue Sicht auf die Welt

Bis Ende 2025 haben wir rund 180 persönliche Telefonate geführt.

Das haben wir herausgearbeitet:

Die meisten Befragten werden ein- bis dreimal im Monat von ihren Besuchspartnerinnen/-partnern besucht. Meistens trifft man sich zuhause bei den *Alten Freunden* und plaudert bei Kaffee und Kuchen. An zweiter Stelle werden Spaziergänge genannt. Dann folgen Ausflüge und Besuche von Veranstaltungen (Theater etc.). Zu beachten ist, dass nicht mehr jede/jeder ohne Probleme die eigene Wohnung verlassen kann.

Die Unterhaltungen werden von vielen *Alten Freunden* als sehr wertvoll empfunden. Weil die meisten Freiwilligen deutlich jünger sind, eröffnet sich beim Austausch eine andere Sicht auf die Welt.

Weiterer positiver Effekt der individuellen Besuchspartnerschaft ist die Möglichkeit, auch mal wieder aus dem Haus zu kommen. Allein würden sich das viele nicht mehr trauen. Als Gründe werden eingeschränkte Mobilität und gefühlte bzw. tatsächliche Wehrlosigkeit bei möglichen Überfällen genannt. Die Unterstützung unserer Freiwilligen vermittelt ein Sicherheitsgefühl im Alltag und fördert zudem die Bewegung bzw. Mobilität.

Bei längeren Besuchspartnerschaften wird deutlich, dass sich der Alltag verändert hat. Beispiele: Eine *Alte Freundin* hat nach eigener Aussage wieder begonnen, sich „ein bisschen hübsch zu machen“. Eine andere gießt wieder ihre Blumen auf dem Balkon, eine weitere steht wieder zu geregelten Uhrzeiten auf, weil das für sie wieder Sinn ergibt. Ein *Alter Freund* nimmt wieder an externen Stammtischen teil.

So vielfältig, wie die Menschen sind, genauso vielfältig ist die Wirkung der Besuchspartnerschaften – in jedem Fall sorgen diese besonderen Beziehungen für Energie und Zuversicht.



Zitate

Ich habe wieder Grund zur Freude.

Mein Besuchspartner nimmt mir die Angst vor der Zukunft.

Die Freiwillige ist das Tor zur Welt.

Die Freiwillige ist eine Bereicherung.

Ich komme wieder regelmäßig raus.

Den hätte ich gerne als Sohn!

Er ist wie Medizin.

Die Jungs sind ein Segen für die Menschheit!

Die Besuchspartnerschaft ist ein Volltreffer.

Der Wirkungsbaum Gemeinsam Zuversicht und Gemeinschaft erreichen

Gesundheit und

Das Problem

Alterseinsamkeit schadet der Gesundheit und schränkt die Selbstständigkeit alter Menschen ein. Sie können sich oft allein nicht aus dieser Isolation befreien.

- 22 Mitarbeitende (=14 Vollzeitstellen), die die Aktivitäten mit hohem Engagement ermöglichen
- Inhaltliche Konzepte, Planung, Organisation
- 5 Standorte in Berlin, Frankfurt, Hamburg, Köln und München
- Qualitätsmanagement
- 772 Freiwillige, die die Mission des Vereins intrinsisch entwickeln und umsetzen

78%

der *Alten Freunde* fühlen sich weniger einsam

78%

der *Alten Freunde* berichten von freundschaftlichen Verhältnissen

86%

der *Alten Freunde* schauen zuversichtlicher in die Zukunft

Unser Outcome

Unser Input

d Zuversicht

65%

der *Alten Freunde* erhalten kleine Hilfestellungen im Alltag

65%

der *Alten Freunde* fühlen sich bei Begegnungen mit anderen Menschen wohler

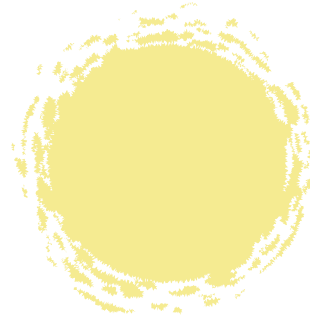
65%

der *Alten Freunde* erhalten neue Perspektiven

ome

Partner Input

- Inhaltliche Expertise
- Finanzielle Mittel durch Förderpartner und Spendengelder



Unser angestrebter Impact

Alte Menschen haben stabile soziale Netzwerke, die es ihnen ermöglichen, ihren Lebensabend glücklich zu verbringen.

Unser Output

- 501 aktive Besuchspartnerschaften
- 22.459 Stunden Engagement
- 836 erreichte alte Menschen
- 772 engagierte Freiwillige
- Ø Dauer der Besuchspartnerschaft: 24,9 Monate
- 80% der Besuche ein- bis dreimal monatlich
- 100 Infotermine mit 592 Interessierten
- 259 Vermittlungen in eine Besuchspartnerschaft
- 155 Erstgespräche mit alten Menschen
- 291 Erstgespräche mit Freiwilligen
- 641 Nachbarinnen und Nachbarn
- 292 Veranstaltungen bei Generation Nachbarschaft
- 3.351 Teilnahmen bei Generation Nachbarschaft



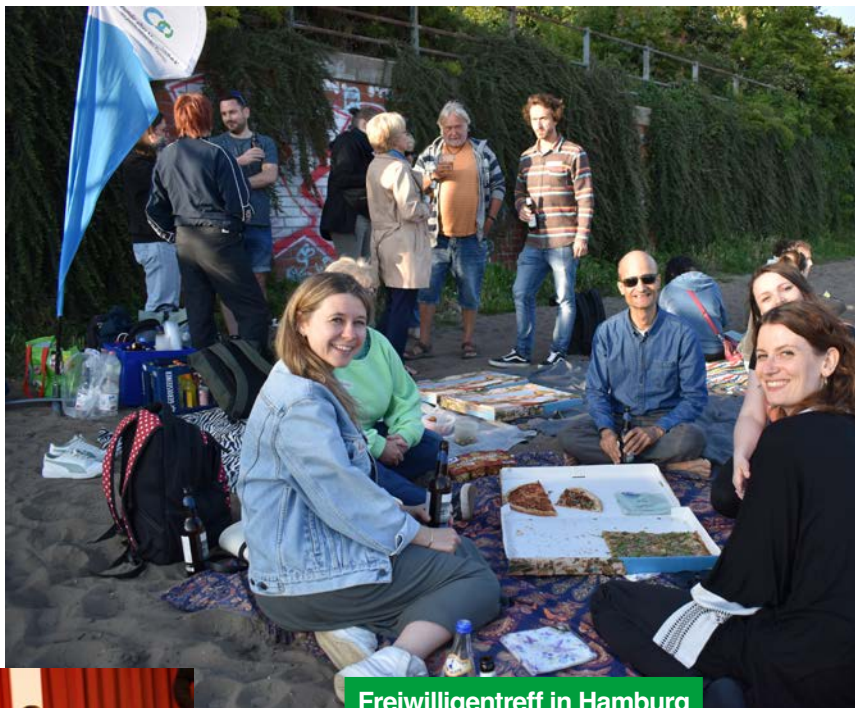
Generation Nachbarschaft Hamburg



Sommerfest in München



Karneval in Köln



Freiwilligentreff in Hamburg



Ehrung in Berlin



Eisstockschießen in München



Ausflug in Berlin

Highlights

in Bildern



Berlin on tour



Herbstfest in München



Freiwilligentag in München



Sommerfest in Frankfurt



Social Day Beiersdorf Hamburg



Adventsfeier in Köln



Besuchspartnerschaft live: Tobias war direkt ein Volltreffer

„Ich hatte einen älteren Herrn, der nicht mehr im Berufsleben steht, erwartet. Aber als ich dann die Tür aufmachte und Tobias vor mir stand, habe ich direkt gewusst, dass ich nicht mehr weitersuchen muss. Und dass das dann mit uns so gut läuft, hätte ich nicht erwartet.“ Seit April 2024 sind Margret (88) und Tobias (38) ein Frankfurter Besuchspaar – eines, das fest zusammensteht.

Margret kann aufgrund einer Makuladegeneration nur noch eingeschränkt sehen, darum übernimmt Sohn Thomas häusliche to dos, und er führt auch Margrets Kalender. Ganz wichtige Einträge sind die regelmäßigen Besuche von Tobias. Über einen Lesekreis war die alte Dame auf Freunde alter Menschen aufmerksam geworden. Als Thomas dort anrief, ging alles ganz schnell. Die Frankfurter Koordinatorin Eva Leiss hatte sofort einen Vorschlag ... „Und Tobias war direkt ein Volltreffer“, erzählt Margret.

Viele gemeinsame Themen

Tobi ist auf der Suche nach einem Ehrenamt via Internet auf Freunde alter Menschen gestoßen. Angedacht war eigentlich, dass er Margret vorliest, aber dazu kam es bisher nicht. Man hat sich nämlich jede Menge zu erzählen – über die bewegten zurückliegenden Jahrzehnte (Margret bewältigte Berufsleben und auch die häusliche Pflege des schwerbehinderten Sohnes Andreas weitergehend allein), über die aktuelle Politik, über Tobias' Job. Er hat in Göttingen Biologische Diversität studiert und kam vor sechs Jahren nach Frankfurt. Bei der Deutschen Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) in Eschborn betreut er Projekte für das Umweltministerium.

Spaziergänge und Theater

Beide Besuchspartner sind naturverbunden und sozial orientiert. Und oft gehen sie auch zusammen vor die Tür. Ihre Highlights? Gespräche, bei denen beide viel lachen; Spaziergänge, etwa auf dem Frankfurter Hauptfriedhof mit seinem beeindruckenden Baumbestand und auf dem angeschlossenen jüdischen Bereich mit den historischen Gräbern. Begeistert berichten beide auch vom Besuch des Kleinkunsttheaters in Frankfurt-Höchst – man saß wohlgemerkt in der ersten Reihe. Tobias hatte Margret flüsternd das Geschehen auf der Bühne erläutert.

Couragiert und teilnehmend

Das Besuchspaar verweist auf eine besondere Chemie. Tobias schätzt Margrets „bemerkenswertes Einfühlungsvermögen“, ihre rege Anteilnahme am aktuellen Geschehen und ihre „couragierte Art“ trotz Einschränkungen. „Mit Lupe geht etwas, aber ganz schlecht, und gestürzt bin ich schon mehrfach“, erklärt Margret. Entmutigen lässt sich die alte Dame davon nicht. Sie hat viele Menschen im Verlauf der Jahrzehnte immer wieder unterstützt und nun darf auch sie Unterstützung erfahren – da schließt sich also ein Kreis. „So habe ich das noch gar nicht gesehen“, meint Margret nachdenklich.

„Zuwachs“: Svenja

Tobias steht fest an ihrer Seite. Und demnächst kommt sogar noch eine zweite Besuchspartnerin hinzu: Svenja (35) hat sich schon vorgestellt. Und was wird sie tun? Genau: vorlesen! Dann wird auch Tobi sicher vorbeischaun, und nun seinerseits mal lauschen. In „seinem“ Lieblingssessel in Margrets guter Stube geht das nämlich prima.



Gemeinsame Highlights:

Lachen, kurze Spaziergänge und vieles mehr



Besuchspartnerschaften

Eine Besuchspartnerschaft ist ein regelmäßiger persönlicher Kontakt zwischen jüngeren Freiwilligen und alten Menschen. Sie fördert die soziale Teilhabe und hilft, Einsamkeit im Alter zu verringern. Idealerweise gewinnen beide Seiten neue inspirierende Impulse.



Generation Nachbarschaft – Interview mit Simon



Nachbarschaft sollte nicht nur das Umfeld sein, in dem wir wohnen, sondern auch in dem wir unseren Alltag leben. Es sollte der Ort sein, an dem sich jüngere und ältere Nachbarn und Nachbarinnen begegnen und sich austauschen. Ein Ort, der aktive Mitgestaltung ermöglicht. Sei es bei einem gemeinsamen Frühstück, einem Spieleabend, einem Stadtteilrundgang und vielem mehr.

Genau das hat Freunde alter Menschen e.V. mit seinem Programm Generation Nachbarschaft geschaffen: ein lebendiges Miteinander von Jung und Alt – zum Austausch, zur Inspiration, als Gegenmittel für drohende Einsamkeit. In mittlerweile sieben Hamburger und zwei Berliner Stadtteilen können alle Interessierten in Aktionskalendern sehen, was

gerade ansteht: kreative Workshops, Kekse backen, gemeinsames Stricken ... Ideen kann jeder einbringen. Alle Angebote werden von Freiwilligenteams geplant und organisiert.

In Hamburg ist Bente Bluth seit 2024 für die Koordination zuständig. Und sie weiß: „Für viele in unseren sieben Stadtteilen sind wir ein wichtiger Anker. Und auch wir freuen uns mit den Teilnehmenden immer auf die abwechslungsreichen Veranstaltungen, die zweimal im Monat stattfinden.“ In Eimsbüttel geht es dann zum Beispiel beim monatlichen Donnerstagsstammtisch im Büro von Freude alter Menschen e.V. schon mal trubelig zu – man hat sich schließlich jede Menge zu erzählen. Neuankömmlinge sind herzlich willkommen.

Simon – in Freiwilliger in Eimsbüttel

Simon Engeldinger ist einer, der immer dabei ist. Manchmal kommt er ein paar Minuten später, weil er als Spielertrainer bei Grün-Weiß Eimsbüttel erst Fußballschuhe und Trikot gegen Sneakers und T-Shirt tauschen muss. Der 31-jährige Datenanalyst schätzt vor allem den Kontakt mit Älteren, ist gerne unter Menschen und „schnackt einfach sehr gerne“, wie er schmunzelnd beteuert. Simon kommt aus einem 800-Seelen-Dorf im Saarland, in dem sich gefühlt alle kannten. Später in der Millionenstadt an der Alster fand er einen interessanten Job, aber nette private Austauschmöglichkeiten fehlten ihm zunächst.

Den Anstoß gab schließlich Olli Schulz: Der Musiker und Podcaster war für die NDR-TV-Dokumentation „Geschichte eines Abends“ im Altenheim ... Simons Interesse war geweckt! Er googelte umgehend im Netz und stieß so auf den Verein Freunde alter Menschen. Weil gerade keine Besuchspartnerschaft vermittelt werden konnte, begeisterte man ihn für Generation Nachbarschaft in Eimsbüttel. Dort traf er anfangs auf Achim. Beide verband sofort eine gemeinsame Geschichte: akute Krankheitsfälle in den Familien. Bis heute freuen sich die Männer auf ihre Gespräche und auf die anstehenden Aktivitäten. Auch Simons Freundin war schon mal dabei.

Zwei Stunden gute Laune garantiert

Simon gehört mittlerweile zum Freiwilligen-Team, das die Aktivitäten plant. Er erinnert sich etwa gerne an das Minigolf-Spielen mit 20 Leuten. Und beim Bingo ist er der Moderator. Ein Großteil der Teilnehmenden ist über 60 Jahre, aber wie er sind es immer auch Jüngere, die gerne kommen und sich zuweilen auch in die Teams einbringen. Simon plant einen kleinen Workshop, bei dem alle mehr über Computer und Programme erfahren. Er wird unkomplizierte Kniffe zeigen und alle Fragen beantworten, die aus der Runde kommen. Sein Appell: „Kommt einfach vorbei, auch in den anderen sechs Hamburger Stadtteilen. Es tut gut zu wissen, wer in der Nachbarschaft wohnt und was die Menschen bewegt. Zwei Stunden gute Laune sind garantiert.“

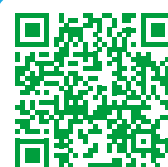
Es tut gut zu wissen,
wer in der Nachbar-
schaft wohnt und was
Menschen bewegt



Generation Nachbarschaft

In **Hamburg** 2020 als präventives Angebotsformat gestartet – mittlerweile in sieben Stadtteilen vertreten: Altona, Bahrenfeld, Barmbek, Eimsbüttel, Hamm, Rahlstedt, Winterhude
Berlin: Mariendorf, Reinickendorf.

Weitere Infos im QR-Code oder unter
Berlin 030/32 59 19 80
Hamburg 040/43 09 89 80
info@generation-nachbarschaft.de



Presseschau



hr Hallo Hessen – Teil 1 | Ein Duo gegen Einsamkeit

19.12.2025 – TV, regional, Frankfurt



Berliner Tagesspiegel | Ziemlich beste Freundinnen: Wie ein Berliner Verein aus Fremden Freunde macht

9.12.2025 – Print, regional, Berlin



Berliner Kurier | Alt und jung – eine Freundschaft gegen die Einsamkeit

2.12.2025 – Print, regional, Berlin



Podcast und Instagram

26.11.2025 – Tommi Schmitt, Deutschlands Podcaster Nummer 1, erwähnt Freunde alter Menschen am Ende seines Podcasts „Gemischtes Hack“ und verweist auf den Verein. Dadurch Zuwachs von gut 2.000 Followern



chrismon | Besuchspartnerschaften zwischen Alt und Jung

30.5.2025 – Print, national, Hamburg



Wir in Bayern | Ein Duo gegen Einsamkeit

15.1.2025 – TV, regional, München



Unsere Förderer und Unterstützer

Unsere Förderer: Stiftungen und Unternehmen

apetito AG
 bbg Berliner Baugenossenschaft eG
 Berliner Senat
 BILTON Holding AG
 Dorit & Alexander Otto Stiftung
 Edgar und Nina Kummerfeldt Foundation
 Förderinitiative Fondation Peters
 G. u. L. Powalla Bunny's Stiftung
 Georg Spamer Stiftung
 Gerda Hymer
 Hamburgische Staatsoper GmbH
 Hanseatische Baugenossenschaft
 Hans-Dieter und Marianne Heimbucher Stiftung
 Hochland SE
 Homann Stiftung
 Klaus und Lore Rating Stiftung
 Knorr-Bremse Global Care e.V.
 KrollCosmetics GmbH
 Mackprang-Stiftung
 Marga und Walter Boll-Stiftung
 Otto Diegel Stiftung
 Postcode Lotterie DT gGmbH
 Prof. Otto Beisheim Stiftung
 Reimund C. Reich Stiftung
 Share Value Stiftung
 Stiftung Altenhilfe der Stadtsparkasse München
 Stiftung Berliner Sparkasse
 Stiftung Polytechnische Gesellschaft
 Witt Stiftung



Finanzen – Wie Ihre Spenden wirken

Einnahmen 2025

im Vergleich zum Vorjahr

	EUR	EUR
Spenden allgemein	320.284,57	181.090,74
Stiftungsspenden	491.505,16	531.764,24
Genossenschaften	77.000,00	127.016,00
Öffentliche Fördermittel	50.420,82	78.326,02
Firmen	184.729,18	180.392,23
Spendenboxen	1.707,36	3.143,78
Sonstige Erträge	12.243,36	7.689,42
Summe	1.137.890,45	1.109.422,43
Mieteinnahmen Demenz-WGs	97.869,08	126.029,67
Summe Gesamteinnahmen	1.235.759,53	1.235.452,10

Ausgaben 2025

im Vergleich zum Vorjahr

	EUR	EUR
Projekte in Berlin, Hamburg, Köln, Frankfurt und München	855.737,30	812.240,79
Spendenwerbung und Spendenverwaltung	105.325,35	115.148,47
Allgemeine Verwaltung	163.088,62	165.378,30
Summe	1.124.151,27	1.092.767,55
Mietausgaben Demenz-WGs	91.426,35	119.750,98
Summe	1.215.577,62	1.212.518,53
Ergebnis	20.181,91	22.933,57

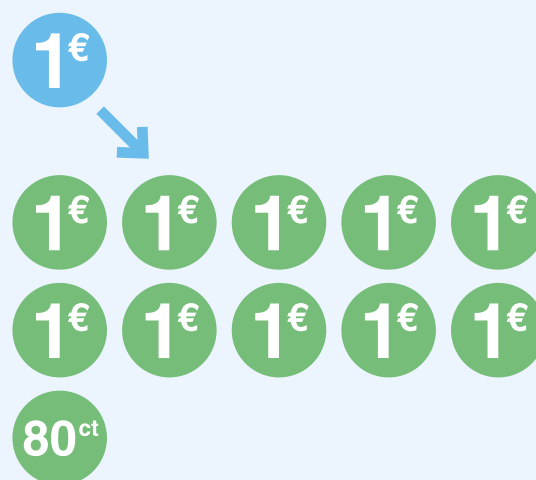
Die Gesamtausgaben von 1.124.151,27 Euro haben sich wie folgt verteilt:

76,1 %: 855.737,30 Euro flossen in die Projekte für ein Leben im Alter ohne Einsamkeit. Dazu gehören in erster Linie Personalkosten für die Koordinationskräfte in Berlin, Frankfurt, Hamburg, Köln und München. Sie lernen Freiwillige und alte Menschen kennen und schulen die Ehrenamtlichen. Sie bringen Freiwillige und alte Menschen zusammen und beraten zu allgemeinen Fragen des Alters. In den Projektkosten sind auch Kosten für Veranstaltungen, Feiern und Schulungen für alte Menschen und Freiwillige sowie projektbezogene Aufwendungen enthalten.

14,5 %: 163.088,62 Euro flossen in die allgemeine Unterstützung. Die Ausgaben umfassten Bereiche wie Personal- und Finanzmanagement, Versicherungen, Datenschutz sowie die Weiterentwicklung unserer Organisation. Diese zentralen Aufgaben schaffen die Grundlage für das Wachstum des Vereins. Ohne eine professionell organisierte Verwaltung könnten unsere Projekte nicht realisiert werden.

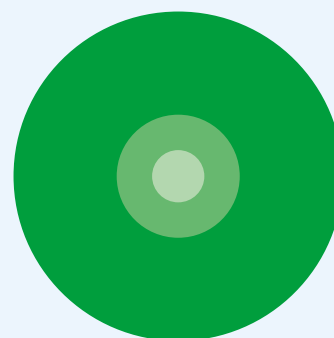
9,4 %: 105.325,35 Euro wurden für die Spendenwerbung und die Spendenverwaltung eingesetzt. Diese Aktivitäten sind entscheidend, damit wir auch zukünftig dank der Unterstützung unserer Spenderinnen und Spender unsere Projekte gegen Einsamkeit im Alter fortführen können. Um bekannt zu machen, was Freunde alter Menschen e.V. leistet, betreiben wir eine Website, erstellen Informationsflyer und gestalten Plakate. So können wir beispielsweise auf Freiwilligenbörsen für ein Engagement im Verein werben. Zusätzlich pflegen wir Kontakte zur Presse, führen Gespräche mit Journalistinnen und Journalisten und nutzen verschiedene Kanäle, um immer wieder zum Spenden aufzurufen.

Für jeden Euro, den wir in der Spendenwerbung eingesetzt haben, konnten wir 10,80 Euro an Spenden erzielen.



Für jeden in der Spendenwerbung und Verwaltung ausgegebenen Euro hat Freunde alter Menschen e.V. im vergangenen Jahr 10,80 Euro Spenden eingenommen.

- 76,1% PROJEKTARBEIT
- 14,5% ALLGEMEINE UNTERSTÜTZUNG
- 9,4% SPENDENWERBUNG UND SPENDENVERWALTUNG



Die Projektarbeit wird erst durch die Spendenwerbung und die allgemeine Unterstützung möglich.



Neue Projekte 2026 – bleiben Sie gespannt!

Alte Menschen brauchen stabile soziale Netzwerke. Eine Gemeinschaft. Wertvolle Beziehungen, die Energie spenden und neue Impulse ermöglichen. Für viele verläuft der Lebensabend allerdings lange nicht so glücklich wie einstmals erhofft – und wie dieser allgemein gepriesen wird.

Freundschaften und Bekanntschaften werden zunehmend weniger. Und auch Kinder sind nicht immer da ... Die Voraussetzungen, die dem Anspruch des „glücklichen Lebensabends“ im Einzelfall tatsächlich gerecht werden, sind vielschichtig. Das Thema Alterseinsamkeit ist in der Öffentlichkeit nach Corona deutlich präsenter als zuvor. Und das ist gut so. Denn die Anzahl alleinlebender alter Menschen nimmt zu. Viele Baby Boomer haben längst damit zu tun.

In der Folge steigen – mit der Einsamkeit – auch psychische und physische Einschränkungen mit gesamtgesellschaftlichen Konsequenzen für das Gesundheitssystem.

Wir können der steigenden Nachfrage bei den komplexen Anforderungen immerhin ansatzweise nachkommen. Das tun wir bereits seit 1991. Unsere komplett spendenfinanzierten Aktivitäten sind freilich bedingt skalierbar.

Dennoch: Unsere Wirkungskraft steigt dank nachhaltiger und neuer Förderpartner deutlich an. Durch die Zuwendung der Postcode Lotterie und einen bemerkenswerten Nachlass im 2. Halbjahr 2025 sind wir in der Lage, unsere Aktivitäten nicht nur abzusichern, sondern auch auszubauen.

Das wollen wir 2026 angehen

Wir sind zuversichtlich, im kommenden Jahr großartige neue Projekte angehen zu können, die einen großen Beitrag zur Verringerung bzw. im Idealfall zur Beseitigung individueller Einsamkeitsempfindungen beitragen.

- Planung eines neuen Standorts in den neuen Bundesländern
- Freiwilligenakademie zur Qualifizierung von Ehrenamtlichen
- Fokus auf Migrations- und Sprachthemen
- Schaffung einer Stelle im Fundraising für Privatspenden und Nachlässe, um die Finanzierung des Vereins dauerhaft abzusichern

Ehrenamt ist ein Stützpfeiler unserer Demokratie – das hat Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier schon im Dezember 2023 anlässlich des damaligen „Tag des Ehrenamtes“ eindrücklich unterstrichen.



„Ehrenamt macht den Unterschied zwischen Nebeneinander und Miteinander. Wer sich für andere engagiert, der entscheidet sich jeden Tag neu fürs Miteinander. Der entscheidet sich für eine Haltung der Verantwortung gegenüber seinen Mitbürgern.“ Und: „Jeder Einzelne, der sich ehrenamtlich engagiert, ist für mich so eine Art Fixpunkt, einer von ganz vielen Pfeilern, die unsere demokratische Gesellschaft tragen. Würde man von Pfeiler zu Pfeiler, von Ehrenamtler zu Ehrenamtler ein Seil spannen, und dann wieder zum nächsten, dann würde genau das sichtbar: Ein dicht gewebtes, stabiles Netz, das unser Land stützt und hält.“

FRANK-WALTER STEINMEIER

Organisation und Team



Miteinander auf Augenhöhe ist essenziell – an jedem Tag des Jahres an unseren fünf Standorten in Berlin, Hamburg, München, Köln und Frankfurt. Das alles zählt auf die vielen Aktivitäten für unsere *Alten Freunde* ein.

Für uns als Verein ist es wichtig, unsere hauptamtlichen Mitarbeitenden und unsere Freiwilligen in einer guten Arbeitsstruktur zu wissen, etwa durch regelmäßige Teamtage, hybrides Arbeiten, Feedback-Run- den der Teams. Die Mission unseres Vereins wird in erster Linie durch Freiwillige umgesetzt. Sie schenken Zeit und Zuwendung.

Name der Organisation

Freunde alter Menschen e.V.

Sitz gemäß Satzung

Berlin, Standorte in Hamburg, Köln,
Frankfurt und München

Gründung

1991

Rechtsform

eingetragener Verein

Kontaktdaten

Tieckstraße 9, 10115 Berlin
Tel. 030/13 89 57 90
info@famev.de

Registereintrag

Amtsgericht Charlottenburg (Berlin), VR 11617 B

Anerkennungen

Der Verein Freunde alter Menschen e.V. ist als gemeinnützig anerkannt und verfolgt nach seiner Satzung ausschließlich gemeinnützige Zwecke im Sinne von § 52 Abs. 2 Satz 1 Nr. 4 und 9 der Abgabenordnung. Freistellungsbescheid vom 7.6.2024 des Finanzamts für Körperschaften 1 Berlin. Zweck des Vereins ist die Förderung der Altenhilfe sowie des Wohlfahrtswesens.

Mitgliedschaften

- Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband
- Fédération Internationale des petits frères des Pauvres
- Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen
- Unterzeichner der Initiative Transparente Zivilgesellschaft
- SWA Selbstbestimmtes Wohnen im Alter e.V.

Anzahl der Mitarbeitenden

- 22 Festangestellte (= 14 Vollzeitstellen)

Freunde alter Menschen e.V. ist eine Freiwilligen-Organisation mit internationaler Ausrichtung. Der Verein hat seinen Ursprung in Frankreich. Wir sind Mitglied der internationalen Föderation „les petits frères des Pauvres“. Seit 1946 sind wir in Europa und Nordamerika aktiv. Weltweit engagieren sich in 14 Ländern mehr als 23.000 Freiwillige und Mitarbeitende für ein Leben im Alter ohne Einsamkeit. In Deutschland sind wir in den fünf größten Städten aktiv.

Kontakt

Berlin

030/691 18 83
berlin@famev.de

Köln

0221/95 15 40 41
koeln@famev.de

Frankfurt

069/97 52 11 80
frankfurt@famev.de

München

089/32 63 75 00
muenchen@famev.de

Hamburg

040/32 51 83 17
hamburg@famev.de

Impressum

Herausgeber

Freunde alter Menschen e.V.
Tieckstraße 9, 10115 Berlin
Amtsgericht Berlin-Charlottenburg
Eintrag VR 11617 B

Geschäftsführung

Antonia Braun, Reiner Behrends

Inhaltlich verantwortlich

Redaktion

Sabine Ursel, Simone Sukstorf,
Maj-Britt Erdmann

Gestaltung

agnes stein berlin

Bildnachweis

Titel: Berliner Kurier
Seite 3, 5, 7, 8, 9, 12, 19, 20, 22, 26, 27, 28, 29:
Freunde alter Menschen
Seite 4, 10, 16, 17: Henriette Pogoda
Seite 6: Gunnar Geller

© Freunde alter Menschen e.V., 2025



