

Gemeinsam

Freunde alter Menschen e.V. im Dialog



Sommerausflug in Hamburg

Unser Ansatz: „Ich gehöre dazu.“



Vor kurzem haben wir den Jahresbericht 2025 veröffentlicht. Wir konnten u. a. 259 neue Besuchspartnerschaften stiften und 17.034 Stunden persönliche Zuwendung anbieten. Hinter diesen Zahlen stehen viele wertvolle Momente: Maria (87) aus Frankfurt beschreibt es so, wenn Beatrice (38) sie besucht:

„Wir profitieren beide von unseren Treffen. Die Erfahrung bringe ich mit, und Bea sagt mir, was heute so läuft. Es ist, als wäre ein Familienmitglied da.“

Freunde alter Menschen setzt sich seit nunmehr 35 Jahren dafür ein, dass alte Menschen wie Maria nicht einsam, sondern aktiver Teil der Zivilgesellschaft sind – mit generationsverbindenden Begegnungen, die nachhaltig wirken. Der Bedarf wächst. Immer mehr ältere Menschen leben allein; Einsamkeit bleibt oft lange unsichtbar.

Gerade dann sind verlässliche Beziehungen wichtig. Sie geben Halt, schaffen Teilhabe und bringen neue Zuversicht in den Alltag.

Deshalb wollen wir unsere Aktivitäten weiter ausbauen. Nach Standorten in Berlin, Hamburg, Köln, Frankfurt – und dem vor fünf Jahren gegründeten in München – soll mit Dresden ein neuer hinzukommen.

Unsere Angebote für alte Menschen sind kostenfrei. Sie ermöglichen es mit Ihren Spenden, dass Besuchspartnerschaften vermittelt und begleitet werden, dass Sommerfeste und Ausflüge stattfinden und Nachbarschaften belebt werden. Sie geben alten Menschen das Gefühl: „Ich gehöre dazu.“ Dafür sind wir sehr dankbar. Es gibt noch viel zu tun, packen wir es gemeinsam an.


Ihre Antonia Braun und Reiner Behrends
Geschäftsführung



Wie entsteht eigentlich eine Besuchspartnerschaft?

Wenn unsere Freiwilligen regelmäßig einen alten Menschen besuchen, geht es um Zuwendung und Lebensfreude. Ganz wichtig sind Verlässlichkeit, Sicherheit, Vertrauen – im Idealfall über längere Zeit hinweg. Darum unterliegt der Aufbau von Beziehungen bei Freunde alter Menschen einem erprobten systematischen Prozess, den wir hier skizzieren.

Kontaktaufnahme

Interessierte Freiwillige melden sich über unsere Website oder direkt beim jeweiligen Standort.

1 Infoabend

Im nächsten Schritt nehmen die Interessierten an einem digitalen Info-Termin teil. Dort stellen wir unseren Verein, die Idee der Besuchspartnerschaften und die Rahmenbedingungen eines Engagements vor.

2 Persönlicher Kontakt

Danach meldet sich unser Koordinationsteam und bespricht die nächsten Schritte. Dazu gehört z.B. das Anfordern eines polizeilichen Führungszeugnisses – ein wichtiger Standard im Engagement mit alten Menschen.

3 Erstgespräch im Standortbüro

In einem persönlichen Gespräch lernen wir die interessierte Person besser kennen: Motivation, Zeitressourcen, Interessen, Wohnort, Wünsche, mögliche Grenzen?

4 Passende Besuchspartnerinnen und -partner finden

Anschließend können potenzielle *Alte Freunde* über unsere interne App bzw. unser System angeschaut werden. Wir haben natürlich zuvor auch die interessierten alten Menschen besucht und kennen Vorstellungen und Rahmenbedingungen. Die Koordination gibt Empfehlungen: Wer könnte gut zueinander passen?

5 Vermittlungsgespräch – Kennenlernen

Wenn dann beide Seiten wollen, organisieren wir ein erstes gemeinsames Kennenlernen mit der oder dem Freiwilligen, dem alten Menschen und einer Person aus dem Koordinationsteam. Das Gespräch kann zu Hause beim alten Menschen oder an einem neutralen Ort stattfinden, z.B. im Café.

6 Start der Besuchspartnerschaft

Haben beide Seiten ein gutes Gefühl, kann die Besuchspartnerschaft beginnen. Meist treffen sich die Tandems regelmäßig – zum Reden, Spaziergehen, Kaffee trinken, Lachen.

7 Nachbegleitung und Qualitätsfeedback

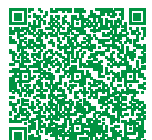
Nach dem Start fragen wir bei beiden Seiten nach: Wie war das Kennenlernen? Fühlt es sich passend an? Gibt es Fragen oder Unsicherheiten?

8 Langfristige Begleitung

Unser Koordinationsteam bleibt ansprechbar. Und: Wir befragen unsere *Alten Freunde* mittels standardisierter Leitfragen in persönlichen Gesprächen. Die Aussagen helfen uns dabei, unsere Arbeit auswertbar zu machen und so verbessern zu können. Freiwillige werden zu den Themen rund um das Alter geschult.

So kann nach dem ersten Kennenlernen eine verlässliche Freundschaft auf Augenhöhe wachsen.

Mehr darüber lesen
Sie in unserem
Jahresbericht 2025.



Ein Schulbesuch, der Jung und Alt bewegt hat

Unser *Alter Freund* Ehrenreich (97 Jahre) aus Hamburg hatte einen Herzenswunsch – nach 81 Jahren wollte er noch einmal seine ehemalige Schule besuchen. Ende Mai war es dann tatsächlich so weit.



Unsere Mitarbeiterin Deborah hat den alten Herrn und seine Besuchspartnerin Anna (35) auf diesem besonderen Ausflug begleitet. Deborah berichtet hier: „Anna war sofort begeistert. Sie nahm Kontakt zur Anna-Warburg-Schule in Niendorf auf. Und auch dort stieß Ehrenreichs Wunsch auf Offenheit

und großes Interesse. Kurzerhand wurde ein Termin organisiert. Neben dem Schulbesuch verabredeten wir auch einen persönlichen Austausch mit Schülerinnen und Schülern.

Bei Kaffee und Kuchen kamen alle ins lebendige Gespräch. Und es gab so viele Fragen! Der alte Herr beantwortete alle Fragen offen und eindrucksvoll. Er erzählte von seiner Kindheit und Jugend. Vor allem die Zeit während des Zweiten Weltkriegs beschäftigte die junge Generation sehr. Neben schwierigen und entbehrungsreichen Erfahrungen teilte Ehrenreich auch Erinnerungen an unbeschwerte Momente: etwa, wie Kinder im Niendorfer Gehege Bucheckern und Himbeeren sammelten oder gemeinsam „Räuber und Gendarm“ spielten.

Für die Schülerinnen und Schüler war dieser Austausch eine besondere Gelegenheit, Geschichte aus erster Hand vor Ort zu erleben. Gleichzeitig bedeutete das Gespräch auch unserem *Alten Freund* viel: „Es war eine große Freude, Erlebtes und Erfahrungen weitergeben zu können und auf ehrliches Interesse zu stoßen.“

Deborahs Fazit: „Auch für mich war es ein wunderbarer Nachmittag. Dieses bewegende Beispiel zeigt, dass junge Menschen durchaus wissbegierig sind und von Erfahrungen auch Betagter lernen möchten. Und uns bei Freunde alter Menschen e.V. zeigt es wieder einmal, warum es sich lohnt, gesellschaftliche Teilhabe auch über solch spezielle Begegnungen zu fördern.“

Neue Projekte – neue Impulse ... auch in Dresden

Sie ermöglichen heute schon mit Ihren Spenden regelmäßige Besuchspartnerschaften, gemeinsame Aktivitäten und das Programm Generation Nachbarschaft. Sie schenken alten Menschen in Berlin, Hamburg, Köln, Frankfurt und München verlässliche Kontakte, neue Erlebnisse und Wärme.

Gemeinsam wollen wir noch mehr erreichen – dank Ihnen:

- Kultur für alle: einen Konzertbesuch in der Elbphilharmonie für nicht mehr mobile *Alte Freunde* in Hamburg.
- Sichtbarkeit gegen Einsamkeit: Das „Anti-Einsamkeitsmobil“ in München als mobiler Treffpunkt für Gespräche und Aktionen, damit mehr alte Menschen erreicht werden
- Neue Standorte: Aufbau eines Standorts in Dresden, um alte Menschen zu erreichen und Freiwillige zu gewinnen.
- Stärkung der Ehrenamtlichen: Eine Freiwilligenakademie schult Ehrenamtliche vertieft und bindet sie langfristig – damit alte Menschen verlässliche, qualitätsvolle Begleitung erhalten.

Gemeinsam

gegen einsam

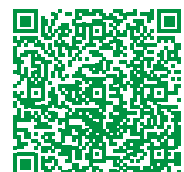
Freunde alter Menschen erhält keine öffentliche Förderung. Deshalb hilft jede Spende, diese Pläne Wirklichkeit werden zu lassen – direkt und nachhaltig für alte, einsame Menschen.

Spendenkonto bei der SozialBank

Freunde alter Menschen e.V.

IBAN DE76 3702 0500 0003 1436 01

BIC: BFSWDE33XXX



Große Ehre: Der Bundespräsident lernte ein Besuchspaar kennen

Am 28. Mai 2026 hatten wir in Berlin die besondere Gelegenheit, unsere Vereinsaktivitäten dem Staatsoberhaupt der Bundesrepublik Deutschland vorzustellen – und zwar persönlich!



Frank-Walter Steinmeier nahm sich Zeit, um von unserem Besuchspaar Marietta (84) und Jochen (42) mehr über unsere Besuchspartnerschaften zu erfahren. Wir konnten so „an oberster Stelle“ deutlich machen, worum es bei Freunde alter Menschen e.V. geht: um

regelmäßige Begegnungen, Vertrauen, gemeinsame Zeit und echte Nähe zwischen Menschen.

1.000 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer waren an diesem Tag in den großen Saal der Philharmonie gekommen. Im Rahmen der Generalprobe unter Gastdirigent Semyon Bychkov dankten die Berliner Philharmoniker und der Bundespräsident den Ehrenamtlichen aus verschiedenen gesellschaftlichen Bereichen. Andrea Zietzschmann, die Intendantin der Stiftung Berliner Philharmoniker, hatte erklärt: „Es gibt Menschen, die Außergewöhnliches tun – und dafür selten die Anerkennung bekommen, die sie verdienen.“

Die Veranstaltung war Teil der Initiative „Der Ehrentag. Für dich. Für uns. Für alle.“, die von Bundespräsident und Schirmherr Frank-Walter Steinmeier ins Leben gerufen wurde. Wir bedanken uns sehr herzlich für die Einladung, die uns über die Postcode Lotterie erreichte.



Ein Vermächtnis für das Leben

Für viele Menschen ist es tröstlich, dass nach dem eigenen Leben etwas weiterwirkt, was ihnen wichtig war – etwas, das Hoffnung schenkt, hilft und Zukunft möglich macht.

Mit einer Testamentsspende kann genau das bewirkt werden: Hilfe für alte einsame Menschen, über Generationen hinweg.

Denn Einsamkeit im Alter betrifft viele: Sie kann krank machen, isolieren und die Lebensfreude nehmen. Mit Ihrer Unterstützung ermöglichen Sie Besuchspartnerschaften, Begleitung und neue soziale Kontakte – konkret, nachhaltig und menschlich.

Gemeinnütziges

Vererben

Beim Vererben gibt es einiges zu beachten, damit später alles so geregelt ist, wie Sie es wünschen – von der gesetzlichen Erbfolge bis zur rechtssicheren Testamentsformulierung.



Alle wichtigen Infos dazu finden Sie in unserer kostenlosen Broschüre „Ein Vermächtnis für das Leben.“

Bestellen Sie die Broschüre jetzt kostenlos und unverbindlich unter spenden@famev.de oder bei Simone Sukstorf, Leitung Fundraising & Kommunikation, Telefon **040/43 09 89 81**.