

Aktiv werden gegen die Einsamkeit



Schramberg. Für Alleinstehende, die an ihre Wohnung gebunden sind, sind die dunklen, kalten Wintermonate oft zermürend, so dass sie teilweise richtig Angst vor dem Winter haben. Diese Situation mit Besuchen im Winter zu mildern, ist das Ziel der Aktion „Aktiv gegen Einsamkeit“. Die Anregung dazu kam von Hubert Haas. Träger ist der Stadtverband Soziales Schramberg.

Unterstützt wird der Stadtverband Soziales hierbei vom JUKS3 und der evangelischen Kirchengemeinde Schramberg und Lauterbach. Weitere Mitwirkende sind das Seniorenforum, die Schramberger Tafel, die Kirchengemeinde St. Maria - Heilig Geist und die AOK.

Belastende Einsamkeit und Isolation kann, wie auch der Leiter der Psychiatrischen Universitätsklinik in Ulm Professor Manfred Spitzer laut einer Pressemitteilung des Stadtverbands Soziales bestätigt, infolge Schwächung des Immunsystems für verschiedenste Krankheiten und sogar für Todesfälle die Hauptursache sein. In seinem Buch: „Einsamkeit, die unerkannte Krankheit schmerzhaft, ansteckend, tödlich“ weist er dies mit wissenschaftlichen Studien nach. In einer Skala über Erhöhung der Sterbewahrscheinlichkeit steht die Einsamkeit als Killer Nummer eins an oberster Stelle. Erst mit einem Abstand von etwa 20 Prozent weniger folgt dann als Ursache das

Aktiv werden gegen die Einsamkeit

Rauchen, dann der Alkohol, fast gleich ist als nächstes Bewegungsmangel und Übergewicht und dann der Bluthochdruck dabei genannt.

„Eine Lösung verlangt große Anstrengung, zu der viele Bereitwillige gebraucht werden“, sagt Ideengeber Hubert Haas. „Die vielseitigen Einrichtungen, die in unserer Stadt mit haupt- und ehrenamtlichen Kräften sehr viel Gutes leisten, suchen alle meist dringend zusätzliche ehrenamtliche Helferinnen und Helfer“, bestätigt auch der Vorsitzende des Stadtverbands Soziales, Mirko Witkowski. Haas und Witkowski sind sich einig: „Sie, die bereits stark engagierten Ehrenamtlichen, können diese weitere Aufgabe nicht übernehmen. Deshalb ist für eine Linderung der Einsamkeit diese Sonderaktion geplant.“

So sollen freiwillige Ehrenamtliche gewonnen werden, die ohne Dauerverpflichtung bereit sind, nur in den Wintermonaten bei diesen Alleinstehenden Besuche zu machen. Sich bei Besuchen unterhalten, zuhören oder auch Gesellschaftsspiele mit ihnen machen, können auch ältere noch bewegliche Mitbürgerinnen und Mitbürger oft bis ins hohe Alter, ist man beim Stadtverband Soziales überzeugt.

Hubert Haas: „So können sie alle mit beitragen, Freude und Gemeinschaft zu fördern und interessante Kontakte zu knüpfen. Ein kleines „Schwätzle“ kann hier schon Wunder bewirken. Es macht Spaß, hält fit und ist für alle, als Zugabe auch für die Besucher beglückend und bereichernd.“

Hierfür werden im September Flyer mit Einlegeblätter für Rückmeldungen über alle denkbaren Stellen in der Talstadt und in Sulgen verteilt. Zusätzlich werden die Flyer auch an verschiedenen Stellen aufgelegt wie zum Beispiel in den Kirchen, im Rathaus und in der Sulgener Geschäftsstelle des Rathauses, in Apotheken, Praxen, Banken und Sparkassen.

Wenn sich im September genügend Ehrenamtliche melden, werden im Oktober über Wohlfahrtseinrichtungen gezielt die Alleinstehenden angeschrieben und mit einem anderen Einlegeblatt gebeten, sich zu melden. Sind die zu Besuchenden bekannt, werden alle Besucher, die sich für den Besuchsdienst angemeldet haben, (Talstadt und Sulgen getrennt) zu einem Gespräch eingeladen, bei dem sie mitbestimmen können, wen sie besuchen werden. Es ist geplant, auch noch eine Informationsveranstaltung anzubieten, bei der darauf hingewiesen wird, auf was bei den Besuchen besonders zu achten ist. Die zu Besuchenden werden dann informiert, wer sie besuchen wird und ein Termin wird mit ihnen abgestimmt.

Info: Der Stadtverband Soziales Schramberg ist ein eingetragener Verein. Er ist der Dachverband der kirchlichen und freien Sozialarbeit in der Gesamtstadt Schramberg. Vorsitzender ist Mirko Witkowski, Telefon 07422 / 25658, E-Mail: stadtverband-soziales@gmx.de