

## Lessons Learned –

# Resolution zur Corona-Pandemie



LANDESNETZWERK

Anlaufstellen für ältere Menschen  
in Rheinland-Pfalz

### ...und plötzlich steht alles still

Die Corona-Pandemie war und ist eine große gesellschaftliche Zäsur. Wenn der Alltag plötzlich zum Stillstand kommt, entsteht eine Phase der Orientierungslosigkeit. Routinen funktionieren nicht mehr und Unsicherheit breitet sich aus. Grenzen sind plötzlich wieder Grenzen und Schutzmaßnahmen nicht dem eigenen Ermessen überlassen.

Die Zäsur trifft besonders Alleinlebende, Ältere, Kranke, Pflegebedürftige und deren Angehörige.

### keiner hat Schuld aber alle sind betroffen...

Wir alle sind in der besonderen Lage, gemeinsam von der gleichen Sache betroffen zu sein, ohne dass jemand Schuld trägt. Insofern setzt relativ rasch die Erkenntnis ein, dass es kein Ausweichen gibt, nur Bewältigung.

Die Pandemie hält uns den Spiegel vor; sie stellt unsere Fähigkeit Krisen zu meistern auf den Prüfstand und fordert uns heraus zu lernen.

### kleine Dinge bekommen große Bedeutung...

Im Alltag lebt man „morgen“, in der Pandemie „jetzt“. Eine intensivere Wahrnehmung, verbunden mit einer Neubewertung der eigenen Situation, stellt sich ein. Das Wohnumfeld wird zum täglichen Aktionsraum, nachbarschaftliche Beziehungen gewinnen an Bedeutung, alte Strukturen reißen ab und Neues entsteht.

### im Stillstand entsteht langsam Bewegung...

In der Pandemie haben wir auf Vieles verzichtet, aber auch Neues erforscht. Es war faszinierend zu sehen, wie die Pandemie eine Welle von Hilfsbereitschaft auslöste. Einzelne konnten ihre Spielräume nutzen, um anderen zu helfen, und wurden dafür mit Dankbarkeit entschädigt.

Nachbarinnen und Nachbarn haben Berührungängste überwunden und Kontakt aufgenommen. Über Altersgrenzen hinweg entstanden Kommunikationswege. Haupt- und Ehrenamt arbeitete zusammen. Neue Kontakte, kreative Ideen, schöpferische und kulturelle Impulse sind entstanden.

Ob Fenstertheater oder Vergißmeinnicht-Botschaften an die alten Menschen im Viertel – es waren wundervolle Erlebnisse.

### dann eben digital, wenn's nicht anders geht...

Aus der Not geboren haben wir uns darauf eingelassen, uns mit Videokonferenzen und Social Media zu befassen. In einem nie dagewesenen Tempo haben sich Menschen jeden Alters für digitale Kommunikation geöffnet. Die Digital-Botschafterinnen und -Botschafter waren nur die Vorhut; der digitale Austausch ist für Organisationen, Ehrenamtliche und ältere Menschen auch im privaten Umfeld zur Normalität geworden.

Das Landesnetzwerk hat bei seinen Online-Veranstaltungen die ersten Schritte in die digitale Welt erklärt, was dankbar angenommen wurde. Digitale Tools wurden erprobt und unterstützen jetzt die Zusammenarbeit im Netzwerk.

Gleichzeitig hat der Lockdown aber auch gezeigt, dass Menschen jeden Alters persönliche Kontakte brauchen. Die persönliche direkte Zuwendung kann durch kein digitales Angebot ersetzt werden.



### **„Lessons learned“ oder was wir verstanden haben...**

Als Landesnetzwerk „Anlaufstellen für ältere Menschen in Rheinland-Pfalz“ liegt unser Fokus auf der nachberuflichen und nachfamiliären Lebensphase und den vielfältigen Lebenslagen zwischen Sinnsuche, Unternehmungslust, Hilfebedarf und Pflege.

#### **Lektion 1:**

### **Menschen wünschen sich mehr Zusammenhalt!**

Alleinstehende und ältere Menschen erleben in der Corona-Pandemie Phasen quälender Einsamkeit, im Wechsel mit großer Hilfsbereitschaft. Einsamkeit ist inzwischen nicht nur ein Thema des Alters, sondern ein gesamtgesellschaftliches Phänomen.

Menschen sind Gemeinschaftswesen; sie brauchen Zugehörigkeit und Wurzeln. Die Sehnsucht nach *Heimat* ist hochaktuell, wobei sich ein Bedeutungswandel vollzieht, der weniger auf einen Ort verweist als vielmehr auf Heimat als Gefühl der Zugehörigkeit durch tragfähige Beziehungen im Lebensumfeld.

#### **Lektion 2:**

### **Mehr Zusammenhalt ist machbar!**

Die Pandemie löste eine Welle von Hilfsbereitschaft aus, die über Generationen-, Bildungs- und Sozialgrenzen hinweg agierte. Wir haben unser Business-Outfit abgelegt und uns privat gezeigt; Künstler musizierten in ihrem Wohnzimmer, Moderatorinnen sendeten aus ihrer Wohnküche ins Internet

oder Fernsehen. Diese familiäre Atmosphäre war entspannend und stellte Nähe her.

Eine Art von Privatheit ist während der Corona-Pandemie in den Beziehungen wiederbelebt worden oder neu entstanden – zum Teil überraschend – zwischen mehr oder weniger bekannten Personen. Die Entschleunigung des Alltags hat es möglich gemacht, und das Wegbrechen bestehender Systeme hat Raum dafür geschaffen.

Zusammenhalt kostet kein Geld, sondern das Sich-Einlassen. In der Pandemie konnten wir nicht ausweichen, wir mussten uns auf unsere Nachbarinnen und Nachbarn einlassen – mehr noch – auf sie verlassen. Viele haben sich von einer anderen Seite kennengelernt oder zum ersten Mal angesprochen.

#### **Lektion 3:**

### **Mehr Engagement ist machbar!**

Die gute Nachricht ist, wir können es noch, wenn wir es uns erlauben – das Aufeinanderzugehen. Es macht uns auch nichts aus, Verantwortung zu übernehmen, wenn die Prioritäten sich ändern. Ob Flüchtlingskrise, Flutkatastrophe oder Corona-Pandemie, wenn wir gefordert sind, können wir spontan, zupackend und kreativ zugleich agieren, wie die Beispiele zeigen: die Pinselpost für Altenheime, die Lastenräder mit Lebensmitteln, die Telefonbesuche der Initiative „Mit dem Herzen dabei“ oder die „Zeppelinlerchen“, die vom Balkon aus gegen die Einsamkeit gesungen haben.

Zusammenhalt braucht Aufgaben und Gemeinschaft, diese entsteht durch Teilen; Geben alleine reicht nicht. Erst wenn das Nehmen hinzukommt, schließt sich der Kreis. Es bilden sich kleine Sozialsysteme, die interne Kreisläufe anstoßen. Der Einzelne wird in der globalisierten Welt oft übersehen, aber im nachbarschaftlichen Nebenan zählt genau er oder sie.

## Lektion 4:

### Anlaufstellen sind die Knotenpunkte im Netzwerk!

Örtliche Beratungs- und Vermittlungsstrukturen sind auch in Krisenzeiten wichtige, systemrelevante Anlaufstellen für ältere Menschen und Engagement. Sie sind es, die kurzfristig und niedrigschwellig bürgerschaftliches Engagement aktivieren und mit kreativen Ideen auf ältere und alleinlebende Menschen zugehen können. Anlaufstellen tragen damit wesentlich zum Wohl älterer Menschen bei und sind in der Krisenbewältigung unverzichtbar.

## Lektion 5:

### Die Pandemie war nötig als Eisbrecher für digitale Kommunikation!

Die Netzwerke und Anlaufstellen für ältere Menschen haben sich aus der Not heraus mit Technik beschäftigt und irgendwann festgestellt, wenn das Eis einmal gebrochen ist, erschließt sich eine Fülle von neuen Möglichkeiten. Viele haben Spaß an der digitalen Welt gefunden, oder geben sogar ihr Wissen gerne als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter weiter.

## Lektion 6:

### Es gibt eine neue digitale Normalität, die den Zusammenhalt fördert!

Die digitale Kommunikation ist nicht mehr wegzudenken – auch nicht aus der Seniorinnen- und Seniorenarbeit. Informationsvermittlung gelingt dadurch preisgünstig und schnell über große Entfernungen hinweg. Sie bietet einen großen Mehrwert an Wissen, Interaktion und Beteiligungsmöglichkeiten.

Die lebendige Begegnung von Mensch zu Mensch kann sie natürlich nicht ersetzen und auch bei der Barrierefreiheit gilt es nachzubessern. Aber sie kann helfen, mehr Menschen in den Diskurs einzubinden,

mehrere Meinungen zu hören, sich abzustimmen, sich zu informieren, sich schneller und häufiger zu verabreden. Auch Fahrten entfallen und schaffen Zeit für andere Dinge. Das hat positive Effekte auf das Wohlbefinden und das Klima.

## Lektion 7:

### Nicht jede Hilfe verfolgt gute Absichten

In Krisensituationen ist die Hilfsbereitschaft und das Engagement groß. Es ist aber wichtig, wachsam zu sein und sich von Personen deutlich abzugrenzen, die die Corona-Pandemie für andere Zwecke missbrauchen und sich mit ihren Aktivitäten außerhalb unserer freiheitlich demokratischen Grundordnung bewegen.



## Wir fordern auf!

Durch Impfungen und niedrigere Inzidenzzahlen verringert sich der Druck und die Bedrohung lässt etwas nach. Heißt das, wir können einfach zur Tagesordnung übergehen? Sicher nicht, denn die Pandemie hat Spuren hinterlassen und es wird noch lange dauern, eine neue "Normalität" herzustellen.

Wir fordern nicht nur von Anderen, sondern auch von uns, die wir im Landesnetzwerk aktiv zusammenarbeiten:

- In der Pandemie war so viel persönliche Zuwendung möglich, wie lange nicht. Wir dürfen nicht zulassen, dass diese Sensibilität einfach wieder verloren geht. **Auch nach der Pandemie ist ein privates Wort in der Nachbarschaft und eine persönliche Geste im dienstlichen Zusammenhang wichtig. Jeder und jede kann den Anfang machen.**

***Lasst uns nahbarer sein und mehr Persönliches zulassen!***

- Der Stillstand hat uns die Augen geöffnet für das, was direkt um uns herum passiert. **Wir haben uns auch nach der Pandemie noch etwas zu sagen, deshalb müssen wir jetzt aufeinanderzugehen und das „Danach“ gestalten.**

***Lasst uns dem Aufeinanderzugehen wieder größere Priorität einräumen!***

- Wir müssen jetzt diskutieren, wie wir das Geben und Nehmen in unserem Kreis dauerhaft organisieren können. **Gemeinschaft entsteht durch Teilen; das ist unser Schlüssel für mehr Zusammenhalt.**

***Lasst uns mehr teilen, damit wir leichter zusammenwachsen!***

- Die Pandemie hat uns keine Wahl gelassen, wir mussten uns für Digitalisierung öffnen. **In kürzester Zeit haben wir uns mit Programmen und dem digitalen Arbeiten vertraut gemacht und Wissen angeeignet.**

***Lasst uns dranbleiben, Barrieren abbauen und mehr ältere Menschen auf die Reise in die digitale Welt mitnehmen!***

- Die virtuelle Begegnung als Ersatz für soziale Kommunikation war bei Vielen unbeliebt, weil die Technik zwischen den Menschen steht. Das dürfen wir nicht als Ausrede gelten lassen, um die erworbenen Fähigkeiten wieder abzulegen.

***Lasst uns die Technik als das nutzen, was sie ist: ein wichtiges Werkzeug, das uns schneller ans Ziel bringt.***

für ein selbstbestimmtes und teilhabeorientiertes Leben älter Menschen in allen Lebenslagen einzutreten.

Mitwirkende sind rheinland-pfälzische Anlaufstellen für ältere Menschen, die ihre Aufgabe im Sinne der Teilhabe gestalten. Haupt- und Ehrenamtliche aller Fachbereiche führen im Netzwerk den Dialog über die Weiterentwicklung bedarfsorientierter Strukturen und Angebote mit dem Ziel, Daseinsvorsorge und Lebensqualität gemeinsam zu denken.

Das Landesnetzwerk bietet Erfahrungsaustausch in thematischen Arbeitsgruppen und Jahrestreffen zu Themen, die für Anlaufstellen aktuell von Interesse sind.

Die Servicestelle in Trägerschaft der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) koordiniert das Landesnetzwerk. Annette Scholl und Rebecca Degutsch als Ansprechpartnerinnen sorgen für die fachliche Begleitung aller Aktivitäten.

Das Landesnetzwerk wird gefördert vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz und begleitet von dessen Landesleitstelle "Gut leben im Alter", Gabi Frank-Mantowski und Berit Herger (MASTD).

### **Weitere Informationen**

Landesnetzwerk: [www.seniorenanlaufstellen-rlp.de](http://www.seniorenanlaufstellen-rlp.de)

Landesleitstelle Gut Leben im Alter: [www.gutlebenimalter.rlp.de](http://www.gutlebenimalter.rlp.de)

Resolution vom 26.10.2021

---

### **Wer sind wir?**

Das Landesnetzwerk „Anlaufstellen für ältere Menschen in Rheinland-Pfalz“ gründete sich 2019 mit dem Selbstverständnis,