

**Unsere Hilfestellung  
ist gratis**

Unsere Arbeit ist ehrenamtlich und damit für die Besuchten kostenfrei. Wer uns als gemeinnützige Organisation unterstützen möchte, kann dies aber mit einer Spende tun, damit wir unseren Wirkungskreis erweitern können.

Rufen Sie uns an, wenn unser Besuchsdienst für Sie persönlich oder für jemanden aus Ihrem Familien- oder Freundeskreis in Frage kommt.

Sollten Sie selbst daran Interesse haben, in unserem Team mitzuarbeiten: Wir suchen immer Freiwillige, die etwas Zeit zu verschenken haben.

**Unser Spendenkonto:  
(mit Spendenbescheinigung)**  
Verein zur Förderung der Sozialarbeit im  
Quäker Nachbarschaftsheim Köln e.V.  
Konto-Nr. 111 022 82  
Sparkasse KölnBonn  
BLZ 370 501 98

**Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:**  
Quäker Nachbarschaftsheim  
Kreutzerstraße 5–9  
50672 Köln

E-Mail: [drh@quaeker-nbh.de](mailto:drh@quaeker-nbh.de)

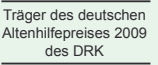

**Ansprechpartner:**  
Heinz Schwirten (Tel. 0221 /95 15 40 49)  
Gonda Ramien (Tel. 0221 /52 95 81)

**Sprechstunde:**  
Dienstag und Donnerstag 10–12 Uhr

**Weitere Filialen:**  
Berlin-Kreuzberg (Tel. 030/691 18 83)  
Berlin-Mariendorf (Tel. 030/32 59 19 80)  
Mainz (Tel. 061 31/943 34 51)

In Kooperation mit  **QUÄKER NACHBARSCHAFTSHEIM**  
NORBERT-BÜRGER-BÜNGERZENTRUM

Mitglied im  **DER PARITÄTISCHE**  
UNSER SPITZENVERBAND  **Fédération Internationale**  
des petits frères des Pauvres

Unsere Auszeichnungen  Träger des deutschen  
Altenhilfepreises 2009  
des DRK  **Deutschland**  
Land der Ideen  
Ausgewählter Ort 2009

*Vi. S. d. P. Freunde alter Menschen e.V., Heinz Schwirten  
Fotos Michael Grasmann*



**Alte Freunde  
sind die besten**

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



## Einsamkeit überwinden – Lebensfreude schenken

### Wer wir sind

Wir sind ein Team von Freiwilligen, das es sich zur Aufgabe gemacht hat, alleinlebende ältere Menschen zu besuchen. Wir treffen uns einmal im Monat im Quäker Nachbarschaftsheim, einem der Kölner Bürgerzentren. Dort können wir uns austauschen und gegenseitig unterstützen.

Wir sind mit dem Berliner Verein „Freunde alter Menschen e.V.“ verbunden und nennen uns „Freunde alter Menschen, Köln“.

Unserem Team gehören Menschen unterschiedlichsten Alters an. Um ein wirklich persönliches Verhältnis aufzubauen, wird ein alter Mensch von einem Teammitglied regelmäßig besucht.

„Der Verein gibt sein Herz, das ist etwas ganz Besonderes. Meine Tochter hat wenig Zeit für mich und die meisten meiner Freunde sind verstorben. Die Freunde alter Menschen haben eine sehr große Lücke ausgefüllt. Jetzt weiß ich, dass ich immer jemanden habe, den ich anrufen kann, wenn mich etwas bedrückt, aber auch Menschen, mit denen ich schöne Dinge teile.“

Käthe Wagner, 89 Jahre

## Soziale Kontakte schaffen – Gesellschaft gestalten

### Was wir wollen

Wir bieten alten Menschen freundschaftliche Begleitung an und wollen etwas gegen das Alleinsein im hohen Alter tun. Wir kommen auf Verabredung zu Menschen, die sich solche Kontakte wünschen und bringen ein offenes Ohr und Zeit mit.

Ziel unseres Dienstes ist es, den Alltag zu bereichern: Beide Seiten der Besuchspartnerschaft haben etwas vom gegenseitigen Austausch. Es entsteht ein Geben und Nehmen.

„Seitdem meine Mutter von einer Freiwilligen besucht wird, ist sie wieder fröhlicher und unternehmungslustiger geworden. Offensichtlich tut ihr der Kontakt sehr gut. Es war eine gute Entscheidung.“

Gerda Holt, 61 Jahre

## Freundschaften stiften – zwischen den Generationen

### Was wir tun

Wir begleiten bei Spaziergängen oder kleinen Erledigungen, lesen vor, spielen Gesellschaftsspiele oder stehen einfach für Gespräche zur Verfügung.

Im Idealfall können sich sogar Freundschaften aus diesen Begegnungen entwickeln. Bei den regelmäßigen Besuchen helfen wir im Rahmen unserer Möglichkeiten auch bei der Bewältigung kleiner Alltagsprobleme.

Damit tragen wir dazu bei, dass unsere alten Freunde ihre Unabhängigkeit so lange wie möglich bewahren können.

„Vor einiger Zeit stieß ich beim Zeitung lesen zufällig auf eine Anzeige von Freunde alter Menschen Köln. Dann habe ich dort angerufen, was sich für mich als Glücksfall erwies. Denn ich bin 88 Jahre, schwer herzkrank und gehbehindert, kann die Wohnung nicht ohne Hilfe verlassen. Mittlerweile erhalte ich Besuch von einer sehr netten Frau und ich fühle mich wirklich glücklich, das sich das so gefügt hat.“

Senta Braun