

# **Abschlussbericht des Projekts (Telefonieren gegen die Einsamkeit Projekt ID 2086) auf [www.respekt.net](http://www.respekt.net)**

Start Projektumsetzung: (1. März 2020)

Ende Projektumsetzung: (31. Jänner 2021)

## **1. Abschlussbericht allgemein**

„**Lass uns telefonieren!**“ wurde als private Initiative im März 2020 gegründet – mit dem wichtigsten Ziel, langfristige, stabile Telefon-Kontakte zwischen jeweils zwei Menschen aufzubauen. Anlass waren die rapide steigenden Corona-Erkrankungen und die dadurch notwendigen bundesweiten Maßnahmen, die das soziale Leben der Bevölkerung in vielen Bereichen einschränkten.

Die Annahme bei Projektgründung war, dass die Corona-Pandemie (vor allem ältere) Menschen, die ohnehin schon sozial isoliert sind und / oder sich einsam fühlen, durch die Einschränkungen zusätzlich isolieren und dies sich negativ auf ihr seelisches und körperliches Wohlbefinden auswirken würde. Deshalb war es vor allem ein Anliegen, *rasch* ein Hilfsangebot zu setzen.

Mit 16.3.2020 war eine erste Version der Website [www.lassunstelefonieren.com](http://www.lassunstelefonieren.com) online und der Email-Account geöffnet.

Ursprünglich als zeitlich begrenzte Intervention gedacht, wurde in den letzten Monaten deutlich, dass die meisten Menschen die sich bei LuT melden, auch schon vor der Pandemie einsam waren, sich aber durch die mediale Berichterstattung zu mehreren Telefon-Initiativen erstmals ermutigt fühlten, zum Hörer zu greifen und sich Unterstützung zu suchen. Weil viele weitere Menschen sich aber auch „nach Corona“ einsam fühlen werden, reifte der Gedanke, LuT auf längerfristige und breitere Beine zu stellen. Der erste konkrete Schritt in diese Richtung erfolgte mit der Gründung des Vereins „Lass uns telefonieren! Verein zur Unterstützung von sozial isolierten und einsamen Menschen“ im Juli 2020.

### **Wer hat sich gemeldet?**

Obwohl die Zielgruppe von „Lass uns telefonieren!“ vor allem ältere Menschen sind, richtet sich der Verein im Grunde an alle, die in dieser Form mit Menschen in Kontakt treten wollen. Melden können sich:

- (alleinlebende) Personen, die sich mehr soziale Kontakte wünschen
- ältere Menschen, die sich über Gesprächspartner freuen

- Freiwillige jeden Alters, die gern Zeit mit anderen am Telefon verbringen

Die Zielgruppe der Freiwilligen war von Beginn an via Website und durch persönliche Kontakte bzw. Mundpropaganda relativ leicht zu erreichen. Auch war (und ist) seit Beginn der Pandemie das Bedürfnis „zu helfen“ und „etwas zu tun“ groß. Insgesamt ca. 70 Freiwillige haben sich seit März 2020 bei LuT gemeldet. Manche meldeten sich nach dem Erstkontakt nicht mehr, einige sind in der Zwischenzeit wieder ausgeschieden (zumeist aus Zeitgründen, Veränderung der privaten Lebensumstände, etc.).

Mit Ende Jänner 2021 gab es 30 aktive Freiwillige in der Datenbank. 25% davon sind Männer, 75% Frauen, zwischen 19 und 70 Jahren. Sie kommen aus ganz unterschiedlichen Quellberufen, seit Oktober 2020 meldeten sich auch vermehrt Menschen mit pädagogischem oder psychosozialen background (die sich die Stunden bei LuT als Praktikum anrechnen lassen können).

Die Zielgruppe der älteren bzw. sich einsam fühlenden Menschen zu erreichen, stellte sich als weitaus größere Herausforderung heraus. Diese sind über digitale Medien schwerer erreichbar. Sobald es aber gelang, mit „Lass uns telefonieren!“ auch in Printmedien und Radiosendungen vertreten zu sein, stieg auch die Zahl der Menschen, die auf diesem Weg Kontakt suchten. Insbesondere ein ORF-Beitrag Mitte Jänner 2021 stieß auf hohe Resonanz. Die Zahl der Meldungen korrelierte dabei eindeutig mit jenen Zeitpunkten, in denen Medien über das Projekt berichteten. Seit Ende 2020 verstärkt sich aber auch der Trend, dass auch in „berichtslosen“ Phasen die Menschen mehr und mehr auf das Angebot von LuT aufmerksam werden (v.a. über die Website).

In dieser Gruppe gab es bisher insgesamt ca. 130 Meldungen. Einige schieden nach dem Vorgespräch aus, weil sie sich etwas anderes erwartet hatten, oder weil sich herausstellte, dass es um eine krisenhafte Situation oder psychische Grunderkrankung geht. Diese Menschen wurden an die TelefonSeelsorge und Krisenhilfe verwiesen. Ca. 70 Telefonpaare wurden im Projektzeitraum miteinander verbunden. Es hat sich gezeigt, dass sich in etwa ein Drittel der Fälle tatsächlich langfristige Kontakte entwickeln.

Aufgrund der hohen Resonanz wird „Lass uns telefonieren!“ auch künftig weitergeführt. Mit April 2021 wird das Projekt ein Teil von ULF bzw. dieziwi (Unabhängiges Landesfreiwilligenzentrum; [www.dieziwi.at](http://www.dieziwi.at)). Damit ist für eine längerfristige Umsetzung in einem breiteren Rahmen gesorgt.

### **Auflistung der wichtigsten Aktivitäten:**

- März: Aufbau Website
- März: Entwickeln eines organisatorischen Ablaufs zur Bildung von Telefon-Kontakten
- April, Juni, November: Pressemitteilungen, um die Zielgruppen auf LuT aufmerksam zu machen

- September-Dezember: Postkarten-Aktion „Du bist mir wichtig“. Menschen können sich bei LuT gegen eine freiwillige Spende Postkarten bestellen, um anderen Menschen eine Freude zu machen.



(Postkarten „Du bist mir wichtig“, Foto: Maria Kapeller)

- 11. Dezember: Zoom-Treffen mit Freiwilligen, Austausch und Fortbildung, mit Referent David Sonntagbaue
- Dezember: Adventkalender-Aktion auf Twitter „24 Gedanken zum Thema Einsamkeit“

#### Laufend:

- Planung und Durchführung von telefonischen (Vor-)Gesprächen
- Unregelmäßige Newsletter an Freiwillige
- Aufbau von Kontakten zu Kooperationspartner\*innen (allen voran ULF, Gespräche mit TelefonSeelsorge, mit Projekt „Achtsamer Achter“) und Ansprechpartnern (Kommunikation mit einzelnen Senioren- und Pflegeheimen)
- Aufbau von Kommunikationskanälen in den sozialen Medien wie Facebook und Twitter

## **2. Welchen gesellschaftspolitischen Zweck hat das Projekt erfüllt?**

„Telefonieren gegen die Einsamkeit!“ hat zum einen dazu beigetragen, die öffentliche Aufmerksamkeit für das Thema Einsamkeit zu erhöhen und vor allem Menschen, die sich einsam fühlen, zu ermutigen von diesem Gesprächsangebot Gebrauch zu machen, damit ihr Gefühl der sozialen Teilhabe und der Selbstwirksamkeit zu stärken. Insgesamt hat es also zur Förderung der psychosozialen Gesundheit vieler Menschen, die sich gemeldet haben, beigetragen – sowohl auf Seiten der von Einsamkeit Betroffenen sowie auf Seiten der Freiwilligen.

## **3. Wie waren Reaktionen anderer zu diesem Projekt?**

Insbesondere das **Medieninteresse** ist seit Herbst 2021 sehr hoch. Hier eine Auswahl an Medienberichten:

- 2020:31.3.2020: Tips Urfahr-Umgebung [www.tips.at/nachrichten/urfahr-umgebung/land-leute/503705-neue-initiative-lass-uns-telefonieren](http://www.tips.at/nachrichten/urfahr-umgebung/land-leute/503705-neue-initiative-lass-uns-telefonieren)
- 9.4.2020: Bezirksrundschau Grieskirchen & Eferding [www.meinbezirk.at/grieskirchen-eferding/c-freizeit/ooe-initiative-telefonieren-gegen-die-einsamkeit\\_a4026657](http://www.meinbezirk.at/grieskirchen-eferding/c-freizeit/ooe-initiative-telefonieren-gegen-die-einsamkeit_a4026657)
- 14.4.2020: Life Radio Kurzes Interview und Bericht
- 21.4.2020: Kirchenzeitung Telefonfreundschaften gegen Einsamkeit ([kirchenzeitung.at](http://kirchenzeitung.at))
- Oktober 2020: DM Magazin
- 10.10.2020: Regionalinfo24.at REGIONALINFO24: Lass uns telefonieren!
- 5.11.2020: Regional Magazin „Lass uns telefonieren“ lädt ein, lieben Menschen zu schreiben - Aktuelle Meldungen - Regional-Magazin ([regional-magazin.at](http://regional-magazin.at))
- 7.11.2020: Oberösterreichische Nachrichten Oberösterreicherin des Tages
- 12.11.2020: Tips Oberösterreich
- 16.11.2020 Freies Radio Freistadt 60-minütiges Interview im Rahmen der Sendereihe „Corona: Mühlviertel, wie geht's?: <https://cba.fro.at/478472>
- 17.11.2020: Kirchenzeitung [www.kirchenzeitung.at/site/themen/gesellschaftsoziales/postkarten-gegen-die-einsamkeitKirchenzeitung](http://www.kirchenzeitung.at/site/themen/gesellschaftsoziales/postkarten-gegen-die-einsamkeitKirchenzeitung)
- 25.11.2020. ORF.at <https://religion.orf.at/stories/3203140/>
- Dezember 2020: Welt der Frauen
- :Mitte Jänner 2021: Bericht auf ORF OÖ (im Rahmen von Guten Morgen Österreich) Bericht gedreht am 29.12.2020

Seit Herbst 2020 gab es auch eine Reihe von **Kooperationsanfragen** (z.B. ULF, Verein Kompetenzstelle,...) und Einladungen zu einem Erfahrungsaustausch.

Die Reaktionen der **Betroffenen** waren durchwegs positiv. Schon alleine das Angebot, vor allem die ausführlichen Erstgespräche der Projektleiterin brachte oft eine erste Erleichterung. Insbesondere wenn sich aus den zugeteilten Telefon-Kontakte eine längerfristige Beziehung entwickelte, war der weitere Verlauf für alle Beteiligten sehr bereichernd. Wenn es schwierig war, einen Telefon-Kontakt zu finden bzw. sich daraus kein längerer Kontakt entwickelte, versuchte die Projektleitung so gut als möglich, den dadurch entstandenen Frust in weiteren Gesprächen abzufedern.

Ein besonders schönes Beispiel sei abschließend angeführt:

Im April 2020 meldete sich eine pensionierte Dame, die sich einsam – und deshalb depressiv - fühlte und auf der Suche nach neuen Kontakten war. Sie wurde mit einem Freiwilligen in ihrer Altersklasse (das war ihr Wunsch) verbunden. Fast ein Jahr später hat sich zwischen den beiden eine enge Freundschaft entwickelt. Sie haben sich – beide inzwischen schon geimpft – vor kurzem auch das erste Mal „in echt“ getroffen. Ende März 2021 meldete sich die Dame beim Organisationsteam und meinte, das Projekt und der Kontakt habe ihr so geholfen und sie so stabilisiert, dass sie ab nun selbst auch als Freiwillige tätig werden möchte.

#### 4. Wofür wurde das gespendete Geld konkret ausgegeben?

- Abdeckung entstandener Kosten (Website, Telefon, Flyer, ...)

- Honorar David Sonntagbauer, Referent für ZOOM-Austausch/Fortbildung mit den Freiwilligen
- Honorar Beratung Organisationsentwicklung, Gert Dressel
- Honorare Pressemitteilungen Maria Kapeller sowie der verbliebene „Rest“ als Pauschale an die Projektleitung Maria Ecker-Angerer
- Pauschale Telefonkosten

(siehe auch Kostenaufstellung)

Im Vergleich zum ursprünglichen Projektantrag kam es vor allem aus folgenden Gründen zu Verschiebungen bei einzelnen Budgetposten:

- Das ursprünglich eingereichte Budget wurde in Absprache mit respekt.net halbiert, um das Finanzierungsziel zu erreichen
- Davon wurden über Spenden 54% über die Spenden finanziert
- Aufgrund des weiteren Verlaufs von Corona konnte kein Präsenz-Seminar mit den Freiwilligen stattfinden. Stattdessen gab es ein ZOOM-Treffen im Dezember 2020.
- Der nach Abzug der entstanden Kosten sowie der bezahlten Honorare verbliebene Betrag ging als Pauschale an die Projektleitung (ein deutlich geringerer Betrag, als in Projektantrag vorgesehen).

