

Für viele Ältere bedeutet das Ehrenamt die Möglichkeit, aktiv mitzugestalten

„Der Tag des Ehrenamtes passt wunderbar in die Adventszeit. Man schenkt und wird zugleich selbst reich beschenkt - vor allem immateriell“, formulierte Helmut Knepe, Vorsitzender des Kuratoriums Deutsche Altershilfe (KDA), anlässlich des Ehrentages. Auch Seniorinnen und Senioren bräuchten sich engagiert ein. „Für Menschen, die nicht mehr im Berufsleben stehen, ist das Ehrenamt eine willkommene Möglichkeit, aktiv in der Nachbarschaft, der Kommune oder im Verein mitzugestalten und teilzuhaben“, sagte Helmut Knepe. „Das Ehrenamt hält jung, egal in welchem Alter.“

Tatsächlich ist die Mehrheit der Menschen, die sich ehrenamtlich in Deutschland engagieren, 50 Jahre oder älter. Knapp ein Fünftel der Freiwilligen ist 70 Jahre und älter. Das ergab die bevölkerungsrepräsentative Verbrauchs- und Medienanalyse 2020 (VuMa-Studie).

Geht es um Statistik zum Ehrenamt, wird sehr deutlich, wie vielfältig es ist, wie reichhaltig die Möglichkeiten sind. Schon der Begriff des Ehrenamtes wird unterschiedlich ausgelegt, mal als regelmäßiges Engagement verstanden, mal sind Aufwandsentschädigungen erlaubt, mal wird nur das organisierte Engagement gezählt. So legte die Allensbacher Markt- und Werbeträgeranalyse den Begriff eher eng aus und kam auf gut 17 Millionen Ehrenamtler im Jahr 2020. Die Bundesregierung spricht von gut 30 Millionen Menschen, die sich in unterschiedlicher Weise engagieren. Im Jahr 2020, mit dem Beginn der Pandemie, legte die Zahl der ehrenamtlichen Helfer noch einmal zu. Sie engagieren sich vor allem im Bereich Sport, in kirchlichen Einrichtungen und bei Hilfsorganisationen.

„Kommunen, Vereine und Einrichtungen sollten das Potenzial der älteren Menschen stärker sehen, fördern und niederschwellig koordinieren“, schlug Helmut Knepe vor. „Es gibt einen so großen Schatz an Erfahrungen und Freude am Mitgestalten, der für das Gelingen eines gemeinwohl-orientierten Zusammenlebens gehoben werden kann.“ Dabei sei in der Corona-Zeit auch das digitale Engagement in den Fokus gerückt. Das KDA fördere mehrere Projekte,

die einerseits digitale Kompetenzen stärkten und andererseits digitale Angebote organisierten.

Im Gegenzug für das Engagement solle den freiwilligen Helfern ein Mitspracherecht eingeräumt werden. „Wer sich einbringt, sollte auch mitentscheiden dürfen“, sagte Knepe.

Wer nun eine Möglichkeit sucht, sich zu engagieren, findet Anregungen bei den entsprechenden Projekten des Kuratoriums Deutsche Altershilfe, etwa beim Forum Seniorenarbeit oder bei einem der vielen Einzelhelfer-Projekte. Wer noch Mut fassen möchte, dem sei das gerade erschienene Buch „80 plus - Mit über 80 Jahren“ und der Adventskalender der ProAlter-Stiftung mit 24 Geschichten von Über-80-Jährigen empfohlen, die sich sehr aktiv engagieren.

[Links zum Beitrag](#)

[Zum Adventskalender](#)

[Zur Publikation „80 plus“](#)

[Zum Forum Seniorenarbeit](#)

[Zu den Einzelhelfer-Projekten](#)

[Statista zum Ehrenamt](#)

[Seite des Bundesinnenministeriums mit Informationen und Angeboten](#)

[Freiwilligensurvey des Familienministeriums](#)

[Deutsche Stiftung Engagement und Ehrenamt Informationen und Fakten zum Ehrenamt](#)

Ansprechpartnerin: Solveig Giesecke, +49 30 / 2218298 - 58,
solveig.giesecke@kda.de