

29.06.2022

## Gemeinsam statt einsam frühstücken mit der AWO

**Der AWO Kreisverband Bochum startet nach der Corona-Pause wieder mit dem beliebten Seniorenfrühstück durch. Erster Termin ist Dienstag, 5. Juli, um 10 Uhr im AWO-Citytreff, Bleichstraße 8.**

„Wir haben ein bisschen länger gewartet, um gesundheitlich keinerlei Risiken einzugehen. Jetzt wollen wir es älteren Menschen jedoch wieder regelmäßig möglich machen, gemeinsam zu frühstücken“, schildert Elisabeth Löwentat, stellvertretende Vorsitzende der AWO in Bochum.



„Das Alleinsein ist im Alter ein großes Problem. Die Pandemie hat da noch einmal wie ein Brennglas gewirkt. Das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit des Tages. Das gilt umso mehr, wenn noch gute Gespräche hinzukommen, denn das stärkt dann Körper und Geist gleichermaßen“, weiß Elisabeth Löwentat.

”

*Einsamkeit zu verhindern, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe.*

Laut einer Studie von 2021, veröffentlicht vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, fühlt sich mehr als jede fünfte Seniorin und jeder fünfte Senior ab 75 Jahren häufig oder zumindest hin und wieder einsam. Insbesondere bei Über-80-Jährigen besteht ein deutlich höheres Risiko einer sozialen Isolation, wenn zahlreiche andere Problemlagen dazukommen, die Einsamkeit und soziale Isolation begünstigen oder auslösen können. Dazu gehören zum Beispiel Schicksalsschläge, Erkrankungen, abnehmende körperliche Mobilität, mangelnde

Mobilitätsangebote, zunehmende Altersarmut oder ein Migrationshintergrund.

„Betroffene brauchen Hilfe, um aus dieser Spirale der Isolation herauszukommen. Einsamkeit zu verhindern, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Dieser wollen wir als AWO gerecht werden, unser Frühstück ist dabei ein niederschwelliges Angebot, das offen für alle Seniorinnen und Senioren ist“, betont Elisabeth Löwentat.

Anmeldungen sind jedoch notwendig unter Tel. 0234/96477-0 oder über [stadtbuero@awo-ruhr-mitte.de](mailto:stadtbuero@awo-ruhr-mitte.de) per E-Mail. Das Platzangebot ist begrenzt.

## **Redaktion**

**Christopher Becker/ AWO Ruhr-Mitte**

**E-Mail: [c.becker@awo-ruhr-mitte.de](mailto:c.becker@awo-ruhr-mitte.de)**