



Pressemitteilung

Nummer 184 – 2026 vom 26.08.2026

Jetzt anmelden für die Qualifizierung „DUO – Ehrenamtliche Seniorenbegleitung“

Landkreis Stade. Alleinstehende Ältere zuhause besuchen, sie begleiten und unterstützen, das sind die Aufgaben von Seniorenbegleiterinnen und -begleitern. Wer dieses Ehrenamt übernehmen möchte, kann sich jetzt dafür qualifizieren. Der Senioren- und Pflegestützpunkt des Landkreises Stade bietet einen kostenlosen Kurs in Stade an. Start ist am Montag, 5. Oktober, im Pavillon im Bürgerpark Stade.

Seniorenbegleiterinnen und -begleiter stehen älteren Menschen in Alltagssituationen zur Seite, erklärt Koordinatorin Sylvia Pankop vom Senioren- und Pflegestützpunkt: „Ältere werden zu Hause besucht, auf Spaziergängen oder zum Einkaufen begleitet. Zeitpunkt und Inhalt der Begleitung werden individuell vereinbart.“

Die Qualifizierung „DUO – Ehrenamtliche Seniorenbegleitung“, die von der Ländlichen Erwachsenenbildung durchgeführt und vom Land Niedersachsen finanziert wird, umfasst 30 Unterrichtsstunden sowie ein 20-stündiges Praktikum. In diesem Herbst findet der Kurs in der Zeit vom 5. Oktober bis zum 21. Dezember 2026 montags von 9.30 bis 12.45 Uhr statt. Ergänzend wird ein ganztägiger Erste-Hilfe-Kursus angeboten. Das zugehörige 20-stündige Praktikum in der Seniorenbegleitung kann frei geplant werden.

Die Qualifizierung richtet sich an Frauen und Männer aller Altersgruppen, die Freude an der Begegnung mit älteren Menschen haben und sich ehrenamtlich engagieren wollen. Die Kursteilnehmenden erlangen während der Ausbildung Sicherheit im Umgang mit den Seniorinnen und Senioren. Themen sind unter anderem die gesellschaftliche und persönliche Situation älterer Menschen, die Kommunikation und Gesprächsführung, aktivierende Begleitung und Beschäftigungsmöglichkeiten, Demenz sowie Leistungen der Pflegeversicherung und örtliche Strukturen der Altenhilfe und Seniorenarbeit.

Ausgebildete Seniorenbegleiterinnen und -begleiter besuchen alleinstehende Ältere einmal wöchentlich in ihrem Haushalt und nehmen sich Zeit für Aktivitäten, wie Gespräche über alte Zeiten, spielen zusammen Karten, machen Unternehmungen oder helfen bei der Organisation von weiteren Alltagshilfen. Der Senioren- und Pflegestützpunkt vermittelt die Aktiven, erklärt Sylvia Pankop: „Nach einem unverbindlichen Kennenlerngespräch, entscheiden der Seniorenbegleiter und der Besuchte, ob sie sich weiterhin treffen wollen.“

Wie viel Freude das Engagement macht, beschreibt eine erfahrene Seniorenbegleiterin: „Ich möchte denen helfen, die alleine zuhause sind! Egal, ob sie Angehörige haben oder nicht. Viele Menschen verbringen im Alter ihre Zeit im eigenen Haus und freuen sich über Anregung und Besuche.“ Menschen, die im fortgeschrittenen Alter allein in ihrer angestammten Wohnung oder ihrem Einfamilienhaus leben, sind besonders von Einsamkeit betroffen. Wo Angehörige, Partner und langjährige Freunde verstorben sind und körperliche und geistige Einbußen zunehmen, wird es schwierig, den eigenen Interessen selbstständig nachzugehen. „Und – es wird schwerer, neue Freunde zu finden. Hier können die Besuche unserer ehrenamtlichen Seniorenbegleiterinnen und -begleiter helfen“, betont die Expertin.

Nähere Informationen erhalten Interessierte bei Sylvia Pankop vom Senioren- und Pflegestützpunkt unter der Rufnummer 04141/ 12-5522 oder per E-Mail an die Adresse seniorenstuetzpunkt@landkreis-stade.de.

Pressestelle
Daniel Beneke
Im Auftrag
Am Sande 2
21682 Stade
☎ 04141 12-1111
☎ 04141 12-1025

✉ pressestelle@landkreis-stade.de