

# Entlastung an heißen Tagen

## Freiwilligen Zentrum und Stadt Straubing rufen Hitzepatenschaften ins Leben

Von Jessica Seidel

Gerade sehnen sich die meisten Menschen nach Sommer und Sonne. Die warmen Temperaturen haben allerdings nicht nur Vorteile. Für viele ältere oder kranke Menschen ist es sehr belastend, wenn es heiß wird. Einfache Erledigungen wie Einkaufen oder der Gang zur Apotheke können dann noch beschwerlicher, teilweise sogar gefährlich werden. Um Straubings Senioren zu entlasten, bietet das Freiwilligen Zentrum in Zusammenarbeit mit der Stadt Straubing dieses Jahr zum ersten Mal die Hitzepatenschaft an.

„Das ist letztlich eine Erweiterung der bereits bestehenden Nachbarschaftshilfe von 1. Juni bis 31. August“, erklärt Sarah Hausladen, Leiterin des Freiwilligen Zentrums. Dabei werden Tandems gebildet – je ein Freiwilliger und ein Senior –, die sich flexibel absprechen, was wann benötigt wird. „Dabei geht es in erster Linie um das Einkaufen und kleine Erledigungen“, so Sarah Hausladen.

### 17 Hitzetage im vergangenen Jahr

Die Idee zur Hitzepatenschaft kam von der Stadt Straubing. Dort arbeitet man derzeit an einem Hitzeaktionsplan, um den Menschen in der Stadt die heißen Sommermonate etwas zu erleichtern. Immerhin gab es im vergangenen Jahr 17 Hitzetage, also Tage, an denen es mehr als 30 Grad Celsius hatte. „Das ist besonders für ältere Menschen oder Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen wirklich belastend“, betont die FWZ-Leiterin. Damit die Senioren bei diesen



Damit Senioren im Sommer nicht zusätzlich durch Einkäufe belastet werden, gibt es ab 1. Juni die sogenannten Hitzepatenschaften.

Foto: Armin Weigel

Temperaturen nicht auch noch den schweren Einkauf nach Hause tragen müssen, gibt es künftig die Hitzepatenschaften.

Gesucht werden derzeit noch Freiwillige, die sich ehrenamtlich engagieren wollen, sowie Senioren, die die Hilfe in Anspruch nehmen möchten. Ältere oder kranke Menschen sollen sich laut Sarah Hausladen möglichst schon jetzt melden, auch wenn an Hitze derzeit noch nicht zu denken ist. „Je eher wir

planen können, desto besser.“ Kurzentschlossene können sich trotzdem jederzeit – auch erst im Sommer – im Freiwilligen Zentrum melden.

Und Sarah Hausladen erinnert: „Senioren brauchen keine Scheu haben, das Angebot anzunehmen. Die ehrenamtlichen Hitzepaten melden sich freiwillig bei uns, weil sie helfen wollen!“ Das Angebot ist zudem natürlich kostenlos und besteht auch bei angenehmeren Temperaturen in dem Zeitraum.

Für alle Freiwilligen, die übernehmen, eine Hitzepatenschaft zu übernehmen, ist wichtig, dass sie nicht durchgehend von 1. Juni bis 31. August Zeit haben müssen. „Wenn jemand mal im Sommerurlaub ist, ist das gar kein Problem“, betont Sarah Hausladen. Die Einkäufe können zeitlich flexibel erledigt werden, sodass das Ehrenamt mit dem Beruf vereinbar ist. „Die Freiwilligen bekommen zudem die Fahrtkosten von der Stadt ersetzt.“

Bei der Paarung von Freiwilligen und Senioren achtet Sarah Hausladen darauf, dass beide möglichst in derselben Gegend wohnen, damit kein großer Umweg entsteht. Haben sich die Tandems gefunden, werden die Telefonnummern ausgetauscht und ein erster Kontakt hergestellt. Sind sich beide Seiten sympathisch, steht der Hitzepatenschaft nichts mehr im Weg. „Den Rest, also was, wie oft oder wann eingekauft werden soll, klären die beiden Tandempartner dann selbst ab.“

### Viele Senioren, die Hilfe brauchen können

„Die Hitzepatenschaft ist außerdem eine gute Möglichkeit für Menschen, die vielleicht schon länger überlegen, sich ehrenamtlich zu engagieren, bisher aber noch Zweifel hatten, da dieses Engagement ja zeitlich begrenzt ist.“ Finden die Freiwilligen allerdings Gefallen an ihrem Ehrenamt, können sie natürlich auch nach dem Sommer in die bereits bestehende Nachbarschaftshilfe überwechseln.

Sarah Hausladen und die Verantwortlichen der Stadt hoffen, dass das Projekt gut angenommen wird. „Dann könnten wir die Hitzepatenschaft auch im nächsten Jahr wieder anbieten und so die Senioren der Stadt entlasten.“ Und davon gibt es einige in Straubing, wie Sarah Hausladen weiß: Rund 7200 Menschen in Straubing sind über 70, etwa 2900 über 80 Jahre alt.

Wer sich für das Angebot interessiert oder sich informieren möchte, egal ob Freiwilliger oder Senior, kann sich im Freiwilligen Zentrum unter der Telefonnummer 989635 oder per E-Mail an [hitzepaten-schaft@freiwilligenzentrum-sr.de](mailto:hitzepaten-schaft@freiwilligenzentrum-sr.de) melden.