



Elke Schilling

Eine Frau fürs Reden

Die 74-Jährige hat das „Silbernetz“ gegründet – eine Hotline, bei der ältere Menschen immer ein offenes Ohr finden

Die Kinder sind lange schon aus dem Haus und wohnen weit weg, der Partner ist vielleicht schon verstorben und Kontakt zu Freunden und Bekannten gibt es kaum noch: Viele ältere Menschen haben im Alltag niemanden zum Reden, fühlen sich allein, manchmal auch einsam. Elke Schilling (74) hat selbst erlebt, wie abge-

schieden manche Menschen im hohen Alter leben: Vor sechs Jahren war sie es, die den Tod ihres Nachbarn meldete – nachdem er bereits drei Wochen in seiner Wohnung lag, da ihn niemand vermisst hatte.

Vier Jahre dauerte es bis zum ersten Anruf

„Es kann einfach nicht sein, dass ein Mensch umkommt und dann liegt, liegt, liegt, bis es jemandem endlich auffällt“, erinnert sich die Berlinerin an ihren ersten Gedanken nach dem tragischen Vorfall.

Schon kurze Zeit später war die Idee für das Projekt „Silbernetz“ geboren, eine Hotline, die älteren Menschen die Möglich-

keit gibt, einfach mal wieder mit jemandem zu reden. Und weil Elke Schilling eine Frau ist, die anpackt, suchte sie sich Mitstreiter, setzte sich für alle Genehmigungen mit Behörden auseinander und kämpfte vier lange Jahre für ihre Idee. Weihnachten 2017 war es dann so weit: Erstmals konnten sich Anrufer beim Hilfefon meldern – zunächst nur zu bestimmten Terminen, weil u. a. die Finanzierung des Projekts nicht gesichert war. Seit September 2018 erreicht man aber täglich jemanden. Vielleicht nicht fürs Leben, aber fürs Reden.

Bis zu 40 Gespräche führen die neun Mitarbeiter in der „Silbernetz“-Geschäftsstelle heu-

te jeden Tag. Die meisten von ihnen sind selbst schon älter, viele haben auch ein körperliches Handicap und kamen über das Jobcenter zum „Silbernetz“-Telefon. Nachdem sie für die behutsame Gesprächsführung ausgebildet wurden, arbeiten sie nun in Schichten von drei bis vier Stunden in der Anruferzentrale.

Einfach zuhören und Wertschätzung geben

Auch Elke Schilling, die früher ehrenamtliche Seelsorgerin war, sitzt selbst noch am Telefon, wenn es die Zeit zulässt. „Was wir geben, ist Zeit, ist Zuhören, ist Teilhabe, ist Wertschätzung“, fasst sie die Arbeit am Telefon zusammen.

Aktuell arbeiten neun Mitarbeiter an der Telefon-Hotline. Im letzten halben Jahr haben sie gut 3000 Gespräche geführt



Doch „Silbernetz“ bietet nicht nur ein offenes Ohr, sondern gibt Anrufern auch Tipps für Unternehmungen in der Nachbarschaft und vermittelt professionelle Hilfe von Pflegern oder Therapeuten, wenn das nötig wird. Wer möchte, kann sich auch einen festen „Silbernetz“-Freund zuteilen lassen, der sich einmal die Woche zu einem vereinbarten Zeitpunkt meldet.

Das Angebot wird stetig ausgeweitet

Selbst anrufen kann man die kostenfreie Nummer 0800-4708090 von 8 bis 20 Uhr, zurzeit allerdings nur aus dem Berliner Festnetz. Doch Elke Schilling will mehr: „Ab Karfreitag verlängern wir unsere

Erreichbarkeit bis 22 Uhr“, erzählt sie stolz. Und auch in anderen Regionen soll das Angebot möglichst bald zur Verfügung stehen. „Es ist bereits ein Treffen geplant, auf dem wir beraten, wie die ‚Silbernetz‘-Idee in anderen Bundesländern umgesetzt werden kann.“ Schließlich gibt es nicht nur in der Hauptstadt Senioren, die jemanden zum Reden brauchen. Wird ihr das nicht alles irgendwann zu viel? Die engagierte 74-Jährige beruhigt: „Ich habe immer noch Zeit, um mit meinen Enkelkindern unterwegs zu sein und mit Freundinnen mal ins Theater zu gehen.“ Wie schön, dass Alleinsein für sie persönlich überhaupt kein Thema ist... **Diana Anders**



Einsamkeit kann jeden treffen: „Selbst Menschen, die ganz gut vernetzt sind, haben manchmal das Gefühl, alleine zu sein“, weiß Elke Schilling

Was wir vom Leben lernen können „Es kann nicht zu viel Freude geben!“

Prominente verraten die vier Lebensregeln, die ihnen wirklich am Herzen liegen. Diesmal: **Schauspieler Bernhard Pieska (40)**

Ein wichtiger Leitsatz ist für mich die Frage „Can there be too much joy?“ Kann es zu viel Freude geben? Ein Freund von mir hat das mal einen älteren Mann in einer Bar auf Hawaii gefragt. Die Antwort kam prompt: No – nein! Diese Grundhaltung spiegelt sich in meinen Lebensregeln wider, vor allem in der ersten:

Positiv denken Das ist eine wunderbare Basis fürs Leben, denn wer gute Laune ausstrahlt, bekommt positive Energie zurück. Nichts anderes besagt das Gesetz der Anziehung, wonach man Dinge, zum Beispiel durch Visualisierung, anziehen kann – und dann auch bekommt.

Hart arbeiten Ich komme aus einer Familie mit vielen Künstlern – mein Vater ist Musiker –, von denen ich neben viel Kreativität auch mitbekommen habe, dass man für Erfolg hart arbeiten muss. Ich wollte früher Cellist werden, bin gefördert worden, habe viel geübt, war ständig auf Konzerten. Dieses Arbeitsethos habe ich verinnerlicht. Auch heute noch kann ich mich wunderbar arbeiten, wenn ich für etwas wirklich brenne.

Loslassen können Das betrifft Dinge, die einem nicht guttun, Menschen, aber auch Eigenschaften, die man mitnimmt von früher – und von denen man merkt, sie passen nicht mehr zu einem oder stehen einem im Weg. Am wichtigsten im Leben ist doch, als Persönlichkeit zu wachsen. Am Ende bleibt nicht viel mehr als man selbst, seine Liebe, die Menschen, die man liebt – und gemeinsam zu wachsen.

Liebevoll sein Nicht nur mit den engsten Menschen und Freunden, auch mit Fremden sollte man immer rücksichtsvoll und konstruktiv umgehen. Es gelingt nicht immer, jeder hat mal einen schlechten Tag, aber man sollte daran arbeiten, dass es immer öfter und besser gelingt.

Bernhard Pieska spielt in der „Lotta“-Filmreihe im ZDF: am 18. und 25. April jeweils um 20.15 Uhr



Fotos: Stefanie Herbst (2), iStockphoto, dpa

Meine Fernsehwoche
THEMA: Schicksal

■ **Dietrich Grönemeyer – Leben ist mehr!** Der Mediziner trifft einsame Menschen
Fr 19.4. ZDF 13.40 Uhr