

Eine Caring Community – die sorgende Gemeinschaft – lebt von Menschen, die sie mit Wissen, Haltung und Verantwortung tragen. Sie braucht Menschen, die bereit sind, hinzusehen: mit Aufmerksamkeit und Empathie. Menschen, die spüren, wo jemand Hilfe braucht, und wo Selbstbestimmung und Würde unantastbar bleiben müssen. Die Buddys sind Caring Community in gelebter Form. Sie unterstützen Schwerstkranke und ihre Zugehörigen nach der Diagnose einer lebenslimitierenden Erkrankung.



Abb. 1: Ablauf der Unterstützung für Betroffene

Das Buddy-Projekt besteht seit Mai 2023. Es ist eine Initiative der Caring Community Köln unter Beteiligung des Zentrums für Palliativmedizin der Uniklinik Köln, durch das es wissenschaftlich begleitet wird. Träger des Projekts ist der gemeinnützige Verein Endlich e.V.

Buddys: Stütze nach der Diagnose

Wenn eine schwere Krankheit das Leben bestimmt, geraten Betroffene und ihre Angehörigen oft in ein für sie unübersichtliches Netz aus Zuständigkeiten, Angeboten und Anforderungen. Was in diesen Momenten am meisten fehlt, ist eine verlässliche, vertraute Person – jemand, der zuhört, Orientierung gibt und Türen öffnet: ein Buddy!

Die Buddys kennen die Kölner Versorgungslandschaft und helfen, die richtigen Wege zu finden – frühzeitig und niedrigschwellig. Sie sind präsent, organisieren und unterstützen – aber vor allem: Sie schaffen Begegnungen auf Augenhöhe mit Menschen, deren Welt nach der Diagnose auf dem Kopf steht.

Begleitung durch ein Leben im Krisenmodus

Buddys arbeiten im Tandem aus haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden. Mit diesem „Task-Sharing-Prinzip“ zwischen Professionellen und Ehrenamtlichen wird die Fähigkeit von Gemeinschaften gefördert, schwerkranke Menschen zu unterstützen.

Ein Buddy ist mehr als ein Wegweiser durch die Versorgungslandschaft. Er bietet instrumentelle und informationelle Hilfe und unterstützt emotional. Der Aufbau einer verlässlichen Beziehung bedeutet für die Betroffenen Rückhalt in einer existenziell unsicheren Situation.

Das Projekt lebt vom Engagement der Ehrenamtlichen. Ihr Einsatz hat Folgen: für sie und die Gesellschaft. Viele finden Sinn und Anerkennung in ihrer Buddy-Tätigkeit – und erleben auch im alltäglichen Leben ein stärkeres Gefühl von zwischenmenschlicher Solidarität. So wirkt das Buddy-Ehrenamt in die Gesellschaft hinein. Es sorgt für Zusammenarbeit, Mitgefühl und soziale (Ver-)Bindung. Damit bildet es einen wohlthuenden Gegenpart zu Rückzug, Vereinzelung und Aggression – ganz im Sinne des „Survival of the Kindest“-Konzepts.¹

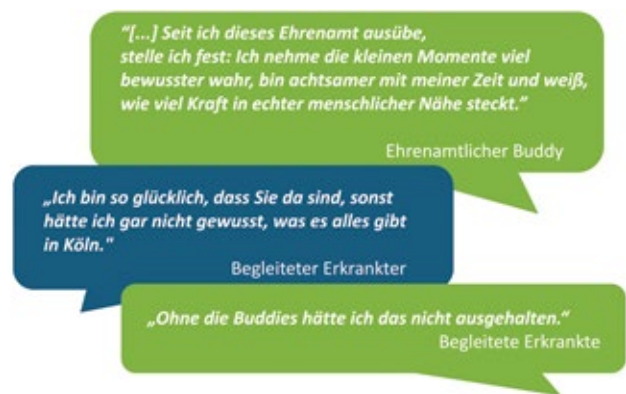


Abb. 2: Zitate Ehrenamt und Begleitete

Vielköner im Ehrenamt

Ehrenamtlichen bietet das Buddy-Projekt mit seinem „Curriculum“ eine umfangreiche Ausbildung, ergänzende Fortbildungen, Supervision und Team-Treffen. Die Koordinatorinnen haben jeder-

¹ Das „Survival-of-the-Kindest-Konzept“ kommt ursprünglich aus der Evolutionsbiologie und stellt im Gegensatz zu „Survival of the Strongest“ nicht auf Dominanz ab, sondern betont, dass Kooperation, Empathie und Fürsorge für das Überleben und Gedeihen von Gruppen entscheidend ist (Anm. d. Verf_in)

zeit ein offenes Ohr und leisten individuelle Hilfestellung. Und sie organisieren gemeinsame Feiern, die miteinander verbinden.

Die derzeit 20 Buddys verfügen insgesamt über Kenntnisse in acht Sprachen, unter anderem Persisch, Spanisch und Italienisch. Ihre Interessen, Fähigkeiten und Kompetenzen decken eine reiche Palette ab. Sie sind wichtige Kriterien für das sogenannte „Matching“ mit den Betroffenen.

Bei der Begleitung stehen Empowerment und Stärkung im Fokus, aber auch Entlastung. Ein Buddy hilft durch offene Kommunikation (z. B. zur Prognose), regelmäßige Bedarfserhebung und Weichenstellung. Dadurch werden bspw. unnötige Krankenhauseinweisungen vermieden (z. B. durch frühzeitigen Einbezug von SAPV), das Sterben im häuslichen Umfeld ermöglicht. Professionelle Versorgungsstrukturen werden spürbar entlastet.

Sichtbar werden durch Netzwerke

Im Rahmen der Begleitung werden verschiedenste Dienste wie Kranken-/Pflege- und Rentenversicherungen, medizinische Dienste, Kliniken, SAPV, Arztpraxen, Freizeitanlaufstellen, Pflegedienste, Polizei, Sanitätshäuser, Stromanbieter, Tierdienstleistungsbetriebe u. v. m. vermittelt, und es wird mit diesen zusammengearbeitet.

Eine regelmäßige Kooperation findet mit vielen unterschiedlichen Akteur*innen in Köln statt. Dazu gehören unter anderem Alltagsbegleitdienste, Nachbarschaftshilfen, Senior*innenberatung und -koordination und Sozial- und Entlassdienste der Kliniken.

Quo Vadis, Buddy?

Einsamkeit und soziale Isolation stellen für viele Betroffene schon vor der Diagnose eine große Herausforderung dar. Gerade in einer Großstadt wie Köln mit einem hohen Anteil an Einzelhaushalten müssen ehrenamtliche Hilfen gestärkt werden, um den Bedarf an sozialer und emotionaler Unterstützung ansatzweise decken zu können.

Deshalb setzt sich das Projekt zum Ziel, mit seiner Arbeit wichtige Impulse für eine nachhaltige Caring Community zu setzen: um die Stadtgesellschaft für Themen wie Krankheit, Sterben und empathisches Miteinander zu sensibilisieren und Wege aus der Isolation zu ermöglichen. Mit seiner Arbeit stärkt es Teilhabe, Selbstbestimmung und Lebensqualität nachhaltig. Bürgerschaftliches Engagement gewinnt an Sichtbarkeit und Wertschätzung. Diese gelebte Solidarität ist der zentrale Baustein einer Caring Community.



Eva Schwarz

arbeitet seit März 2025 als Koordinatorin im Buddy-Projekt. Zuvor war die Volljuristin 15 Jahre lang Mitgesellschafterin einer Text- und Internetagentur für Gesundheit und Soziales. Sie absolvierte Aus- und Weiterbildungen zu den Themen „Palliativbegleitung“ und „Würdezentrierte Therapie“ und erwarb zuletzt das IHK-Lehrgangszertifikat „Fachkraft für Gesundheits- und Sozialdienstleistungen“.

eva.schwarz@buddy-koeln.de