

Einsamkeit im Alter: Soziale Kontaktmöglichkeiten für Singles über 60 in der Pandemie

„Singles wo seid ihr? Ich weiß, dass es euch gibt und dass viele von euch furchtbar einsam sind. Ihr könnt doch nicht alle zu Hause hinterm Ofen sitzen!“, ärgert sich Rita (64) im vergangenen Sommer. Gerade während der Pandemie ist es schwer für sie, neue Kontakte zu knüpfen. Dank der App Meet5, die sie seit Februar dieses Jahres nutzt, plagen sie solche Gedanken heute nicht mehr.

Erschwerte Kontaktmöglichkeiten während der Pandemie

Besonders ältere Singles trifft die Pandemie seit vergangenem Jahr hart. Anders als jüngere werden sie nicht durch Home-Schooling, Online-Uni oder Home-Office von der Eintönigkeit ihrer immer gleichbleibenden vier Wände abgelenkt. Wo vor der Pandemie der Gang ins Schwimmbad, das Treffen mit Freunden zum Kartenspielen oder der freitägliche Spaziergang zum Wochenmarkt stattfand, breitet sich nun Einsamkeit aus. Auch Besuche durch Kinder oder Enkel bleiben aus Sicherheitsgründen entweder aus oder wurden zumindest stark reduziert. Wenn dann doch einmal Treffen im Bekanntenkreis stattfinden, müssen diese aufwändig und langfristig geplant werden.

Aber auch unabhängig von der Pandemie wird es ab einem bestimmten Alter immer schwerer, Gleichgesinnte zu finden, die unternehmungslustig sind und mit denen man sich auch einmal spontan treffen kann. Zudem erschließen sich für Senioren darüber hinaus auch online nicht viele Möglichkeiten, neue Leute kennenzulernen. Denn die meisten Kennenlern- und Dating-Portale oder -Apps richten sich an jüngere Generationen. Und wer nicht direkt Daten, sondern erst einmal Bekanntschaften machen möchte, muss noch länger suchen. „Das ist ganz furchtbar frustrierend“, fasst die 64-jährige Rita die Situation treffend zusammen.

Zwanglose Gruppentreffen für ältere Singles

Meet5, die App, die Rita seit Beginn dieses Jahres nutzt, bietet genau das, was vielen älteren Singles bisher fehlt: Zwanglose, spontane Treffen mit normalerweise bis zu 12 Personen, bei denen man sich in lockerer Atmosphäre kennenlernen kann. Aufgrund der Corona-Pandemie finden die Treffen übergangsweise natürlich nur noch in kleineren Gruppen oder online statt. Die App richtet sich an Erwachsene ab 40 Jahren, jedoch gehört ein Großteil der Nutzer zur Gruppe der über 60-jährigen. Gerade während der Pandemie konnten diese dort schnell Anschluss zueinander finden. Von virtuellen Spieleabenden, gemütlichen Erzählrunden und Weinproben, über Wanderungen und Spaziergänge zu zweit oder in kleinen Gruppen und mit viel Abstand, werden über die Meet5-App alle nur vorstellbaren Treffen organisiert. Zudem planen viele Nutzer auch jetzt schon, was nach Ende des Lockdowns alles miteinander unternommen werden kann. Denn auch Ausflüge in Bars oder Restaurants, zu Bowlingbahnen oder sogar gemeinsame Reisen können über Meet5 ganz einfach geplant werden.

So funktioniert die App:

Ein Profil ist in wenigen Schritten erstellt und auch eher unwichtig. Denn bei Meet5 geht es nicht – wie bei so vielen anderen Apps – darum, online miteinander zu chatten. Stattdessen stehen Gruppentreffen im realen Leben im Vordergrund. Jeder Nutzer kann selbst Treffen erstellen oder den

Treffen anderer Nutzer beitreten. So finden sich völlig ungezwungen immer neue Gruppen zusammen, die gemeinsam etwas unternehmen. Auch technisch ist die Nutzung der App sehr einfach. Wer doch noch Fragen hat, findet in den FAQs oder über den Support sofort Lösungen. Im Gegensatz zu anderen Apps gibt es also bei Meet5 auch für ältere Singles keine technischen Hürden.

Während der Pandemie sind die Betreiber der App zudem dazu übergegangen, Videotreffen anzubieten. Jede Woche spielen die Nutzer nun online miteinander zum Beispiel „Black Stories“, „Codenames“ oder „Montagsmaler“. Auch Rita nimmt regelmäßig über Meet5 an den Spieleabenden teil: „Da würde ansonsten jeder zu Hause mit seinem „eingefrorenen“ Gesicht sitzen; nun wird gelacht, sich ausgetauscht und häufig gibt es nach dem Spiel noch eine Restgruppe, die noch lange über Gott und die Welt nachdenkt und spricht.“

Als perfekter Einstieg in die App eignen sich die berühmten „Meet5-Wochentreffs“, die in unterschiedlichen Städten stattfinden und zu denen jeder Nutzer eingeladen ist. Vor der Pandemie haben diese abends in Restaurants oder Bars stattgefunden, aktuell wird online über Videochats miteinander bei einem Glas Wein gequatscht. „Es entstehen Freundschaften“, freut sich Rita, die die App mittlerweile fest in ihren Alltag integriert hat und nicht mehr missen möchte.

Über Meet5

Meet5, vormals „Go Crush“, wurde 2017 in Frankfurt am Main von Lukas Reinhardt, Kai Burghardt und João Ferreira gegründet. Die Zahl der Nutzer wächst stetig, mittlerweile wird die App von fast 100.000 Usern, sowohl auf Deutsch als auch auf Englisch, verwendet. Im Fokus stehen die Treffen in der Gruppe (6-10 Teilnehmer) – in Restaurants und Bars oder zu Veranstaltungen und Aktivitäten wie Wandern oder Bowling. Alles rund um die Treffen ist kostenlos, einige zusätzliche Funktionen sind über ein Premium-Abo verfügbar, das bereits ab fünf Euro monatlich erhältlich ist. Die Zielgruppe sind Frauen wie Männer gleichermaßen ab 40 Jahren. Die App ist deutschlandweit nutzbar, aktuell ist sie vor allem in Frankfurt, Wiesbaden, Mainz, Darmstadt sowie im ganzen Rhein-Main-Gebiet vertreten. Das Besondere: Die App ist für ungezwungene Gruppentreffen im realen Leben gemacht. Ganz ohne wochen- oder monatelanges Chatten vor einem tatsächlichen Treffen.