

„Ich hatte ja nie Zeit für Freunde“: Wie Marlis Kahl mit 92 Jahren eine Freundin fand



„Der Gesprächsstoff endet nicht“: Marlis Kahl freut sich über die wöchentlichen Besuche ihrer Besuchspatin, die inzwischen eine Freundin geworden ist.

Quelle: Jonas Dengler

Einsamkeit trifft viele Menschen im Alter. Marlis Kahl hat dank einer Besuchspatin wieder Gesellschaft gefunden. Wie das Projekt „ZwischenMenschlich“ der Bürgerstiftung Hannover Senioren und Ehrenamtliche zusammenbringt.



[Johanna Stein](#)

05.04.2026, 11:31 Uhr

Hannover. Wer Marlis Kahl begegnet, kann sich nicht vorstellen, sie könnte jemals einsam sein. „Was wollen Sie wissen?“, fragt die Seniorin und lehnt sich mit einem herausfordernden Funkeln in den Augen in ihrem Rollstuhl zurück. Und dann sprudeln die Geschichten nur so aus ihr heraus, Erzählungen aus 92 Jahren Leben.

Eine Quasselstrippe nenne ihr Sohn sie gern, sagt Kahl. Nur: Nicht immer ist da jemand zum Quasseln. Seit fast 20 Jahren ist sie Witwe. Lange sprach sie vor allem mit dem Hund, auch der starb irgendwann. Seit gut einem Jahr lebt Kahl im DRK-Pflegeheim Clementinenhaus in Hannover. Sohn und Enkelkinder haben nicht immer Zeit für Besuche.



Aus Ehrenamt wurde Freundschaft: Marlis Kahl (links) und ihre Besuchspatin Martina Krause.

Quelle: Jonas Dengler

Projekt der Bürgerstiftung Hannover

„Am Anfang war ich sehr allein“, sagt Kahl. Dann kam Martina Krause. Die 67-Jährige ist seit elf Monaten im Ruhestand und suchte nach einer Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren. Bei der Bürgerstiftung Hannover wurde sie fündig.

In ihrem Projekt „ZwischenMenschlich“ bildet die Stiftung seit 2017 ehrenamtliche Besuchspaten aus, die Zeit mit Seniorinnen und Senioren verbringen. Rund 50 Aktive sind es derzeit, jedes Jahr werden neue gesucht. „Wir haben schon mit 50 Pflegeheimen in Hannover zusammengearbeitet, das funktioniert wirklich gut“, sagt Projektleiterin Manon Guthmann.

Bei Marlis Kahl und Martina Krause hat es sofort gefunkt. „Wir sprechen viel über Politik, Kultur, das Tagesgeschehen“, sagt Krause. Einmal in der Woche kommt sie für einen Nachmittag vorbei, für zwei bis drei Stunden. Sie habe auch schon Spiele und Bücher mitgebracht, doch dazu kämen die beiden Frauen nie, so viel gebe es immer zu erzählen. „Der Gesprächsstoff endet nicht“, sagt Kahl. Einmal habe sie fast das Abendessen verpasst, weil sie mal wieder kein Ende fanden.



„Bewusst dafür entschieden“: Claudia Beißner-Hilbert (von links), Geschäftsführerin der Bürgerstiftung Hannover, Ina Mähl aus dem Vorstand und Projektleiterin Manon Guthmann.
Quelle: Elena Richert

Ein bewegtes Leben – und viel zu erzählen

Wie auch, wenn Marlis Kahl doch so viel zu erzählen hat? Von der Flucht von Brandenburg nach Bayern mit der Familie nach Kriegsende. Von Jahrzehnten als Krankenschwester, zuletzt als Werkschwester bei VW in Wolfsburg. Vom Traum vom Auswandern und der Krankheit, die ihn durchkreuzte. Von politischem Engagement im Ortsrat, Ehrenämtern bei DRK und Sportverein. „Ich hatte ja nie Zeit für Freunde, ich habe immer gern und viel gearbeitet“, sagt Kahl. „Jetzt hat Gott mir noch mal eine Freundin geschenkt.“ Die beiden Frauen lächeln.

Mehr zum Thema



[Betroffene aus Hannover berichtet](#)

„Einsamkeit war schon immer da“: Warum so viele darunter leiden – und was helfen kann



Ein Viertel von Hannovers Bevölkerung ist 60 Jahre und älter

Wie Frau Muhs aus Hannover gegen die Einsamkeit älterer Menschen kämpft

Um solche Begegnungen zu ermöglichen, investiert die Bürgerstiftung viel in das Projekt „ZwischenMenschlich“. Die Ehrenamtlichen erhalten zu Beginn eine vierteilige Ausbildung. Anschließend treffen sie sich alle zwei Monate zum Austausch. Sie erhalten eine Ehrenamtszuschale von 10 Euro pro Besuch im Seniorenheim, außerdem veranstaltet die Bürgerstiftung jedes Jahr Feste und Ausflüge für die Engagierten. „Das ist ein Kostenfaktor, aber wir haben uns bewusst dafür entschieden“, sagt Geschäftsführerin Claudia Reißner-Hilbert.

Jetzt hat Gott mir noch mal eine Freundin geschenkt.

Marlis Kahl, Seniorin

Marlis Kahl jedenfalls ist begeistert. Im Clementinenhaus hätten inzwischen auch andere Bewohnende Interesse an einer Besuchspatin bekundet. Und wenn Martina Krause gerade nicht da ist, wie verbringt sie dann ihre Zeit? „Glötze gucken“, sagt Kahl trocken. Arzt- und Tierfilme haben es ihr besonders angetan. Einsam sei sie dabei keineswegs. „Ich kann mich immer beschäftigen“, sagt sie. Nur müsse sie sich dafür dank Martina Krause inzwischen nicht mehr so bemühen.

Info: Der nächste Vorbereitungskurs für Besuchspaten beginnt am 21. April. Gesucht werden Interessierte, die Zeit für ein langfristiges Engagement haben. Weitere Infos gibt es nach einer E-Mail an guthmann@buengerstiftung-hannover.de oder telefonisch unter (0511) 45000797.