



**Unsere Vision für die Zukunft**  
*Arbeitshilfe*  
*zum Erklärvideo des FORUM älterwerden*



Diese Arbeitshilfe wurde im April 2023 erstellt.

Das Erklärvideo und die Arbeitshilfe sind unter  
**[www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo)**  
online abrufbar.

Idee & Konzept: Diözesanvorstand des FORUM älterwerden  
der Erzdiözese Freiburg e.V.

Umsetzung: Theresa Betten und Johannes Braun

*Bei Rückfragen:*

Johannes Braun, Geschäftsführung für das FORUM älterwerden  
[johannes.braun@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:johannes.braun@seelsorgeamt-freiburg.de) | 0761 5144 -210

Theresa Betten, Bildungsreferentin für Seniorenarbeit  
[theresa.betten@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:theresa.betten@seelsorgeamt-freiburg.de) | 0761 5144 -212

# Inhalt

<b>Einleitung und Überblick .....</b>	<b>5</b>
<b>Technisches .....</b>	<b>7</b>
<b>A Moderation .....</b>	<b>11</b>
<b>B Fragen &amp; Antworten entlang des Videos.....</b>	<b>18</b>
<b>C Zur Vision .....</b>	<b>37</b>
<b>D Zur Vielfalt des Alters .....</b>	<b>41</b>
<b>E Menschen auf dem Marktplatz .....</b>	<b>44</b>
<b>F Vier-Ecken-Spiel.....</b>	<b>47</b>



# Einleitung und Überblick

Das Erklärvideo des FORUM älterwerden ist im Jahr 2022 neu aufgenommen worden, nachdem der Diözesanvorstand in einem Visionsprozess folgende Vision erarbeitet hatte:

## *Raum schaffen*

Das FORUM älterwerden ermöglicht Interessierten eine aktive Beteiligung und unterstützt bei der Umsetzung von interessen geleiteten Angeboten.

## *Austausch ermöglichen*

Das FORUM älterwerden bietet vielfältige an den Lebenswirklichkeiten und Bedürfnissen der Interessent:innen ausgerichtete Angebote für Leib und Seele.

Dabei werden aktuelle gesellschaftliche Themen in den Blick genommen.

Die Qualifizierung und Begleitung der Ehrenamtlichen zur Umsetzung der Angebote hat hohe Priorität.

## *Gemeinschaft stiften*

Auf Initiative des FORUM älterwerden vernetzen sich unterschiedliche Gruppierungen / Institutionen.

Menschen unterschiedlicher Generationen werden in den Blick genommen und erleben Gemeinschaft.

Die drei Hauptpunkte *Raum schaffen* – *Austausch ermöglichen* – *Gemeinschaft stiften* bilden dabei nicht nur für die Tätigkeit auf der Diözesanebene eine gute Grundlage für eine zukunftsfähige Seniorenpastoral, sondern auch für die Seniorenarbeit vor Ort in den Pfarreien.

Das Erklärvideo nimmt die drei Hauptpunkte auf und erläutert sie vor dem Hintergrund der zunehmenden Diversität und Vielfalt älter werdender Menschen und der Hoffnungen, die der Diözesanvorstand des FORUM älter werden für die Zukunft älter werdender Menschen und für die Zukunft des Austauschs zwischen Menschen verschiedener Lebensalter in Kirche und Gesellschaft hegt.

### *Überblick über die Inhalte dieser Arbeitshilfe*

- In dieser Arbeitshilfe wird zunächst der technische Umgang mit dem Erklärvideo erläutert. Dahinter finden Sie ab Seite 11 verschiedene Möglichkeiten, wie eine rahmende Moderation zur Vorstellung und Diskussion unseres Erklärvideos in Gruppen und Gremien gelingen kann (A). Es handelt sich dabei um Anregungen, die Sie gerne für Ihren Zusammenhang anpassen dürfen!
- Als nächstes finden Sie ab Seite 18 eine Zusammenstellung möglicher Rückfragen zu den Inhalten des Erklärvideos (B). Diese sind jeweils einem Abschnitt aus dem Erklärvideo zugeordnet.
- Die Bilder und Gesprächsimpulse zur Vision (C) finden Sie ab Seite 37. Hierbei geht es um die drei oben genannten Hauptpunkte *Raum schaffen - Austausch ermöglichen - Gemeinschaft stiften*. Zu jedem dieser Punkte finden Sie vorformulierte Fragen, aus denen Sie auswählen oder Anregungen für die Diskussion vor Ort aufnehmen können. Für diese Methode stehen online auch eine Bildschirmpräsentation und Druckvorlagen zur Verfügung.
- Ab Seite 41 laden wir dazu ein, die im Video angesprochene Vielfalt des Alters näher zu betrachten (D). Die Druckvorlage für die entsprechenden Kärtchen finden Sie online.
- Das Bild vom Marktplatz ist im Video wichtig und aussagekräftig. Daher kann es gewinnbringend sein, gemeinsam die verschiedenen Impulse zu Menschen auf dem Marktplatz und anderer Symbolbilder aus dem Video zu diskutieren (E). Ab Seite 44 finden Sie die entsprechenden Gesprächsanregungen, Bildschirmpräsentation und Druckvorlagen finden Sie online.
- In Gruppen und Gremien kann unser zum Erklärvideo erstelltes Vier-Ecken-Spiel (F) gut sein, um Menschen untereinander ins Gespräch über die Seniorenpastoral der Zukunft zu bringen. Wir stellen ab Seite 47 diese Methode vor, online finden Sie Bildschirmpräsentation und Druckvorlagen.

# Technisches

## *Das Video im Internet abrufen und abspielen*

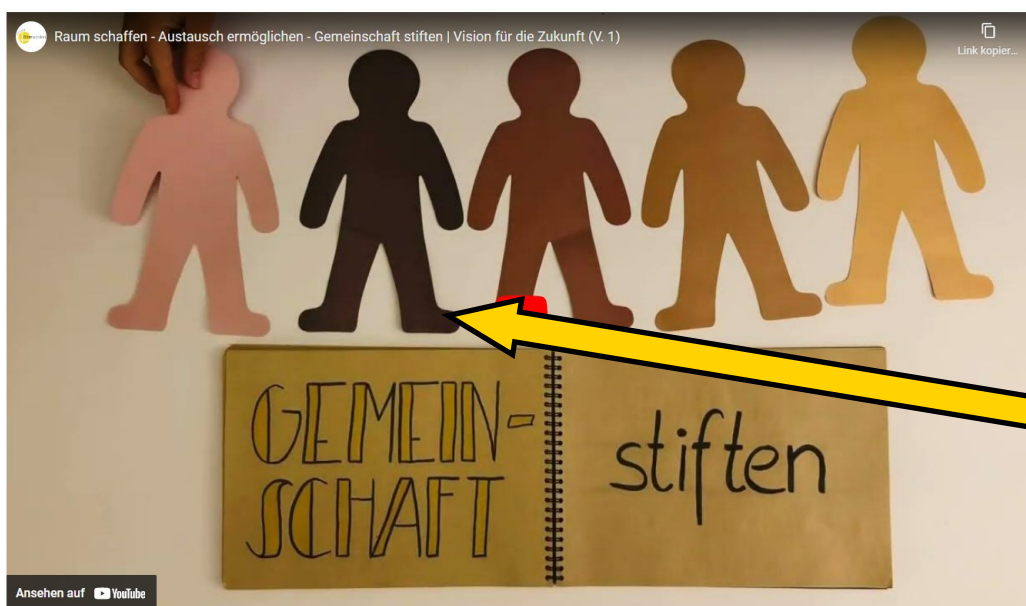
Unter [www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo) finden Sie zwei Versionen unseres Erklärvideos. Version 1 beinhaltet das reine Erklärvideo und dauert 3:30 Minuten. In Version 2 sind hinter dem Erklärvideo noch zwei Folien eingefügt, die einen Bezug zum Prozess Kirchenentwicklung 2030 herstellen, sie dauert 3:44 Minuten.

Um das gewünschte Video abzuspielen, klicken Sie bitte

1. auf den gelben Einwilligungs-Button am unteren Rand des Video-Feldes,



2. auf den roten Play-Button in der Mitte des Video-Feldes.



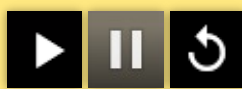
Sie haben dann noch einige Optionen, die dadurch möglich sind, dass das Video von der Plattform *YouTube* aus bereitgestellt wird:

Wenn Sie mit dem Mauszeiger auf das Video-Feld gehen, dann erscheint am unteren Rand diese Leiste. Der rote bzw. weiße Balken zeigt den Fortschritt des Videos, den Sie darunter auch in Zahlen lesen können (hier: 0:51 / 3:30, d.h. 51 Sekunden von 3

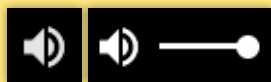


Minuten und 30 Sekunden sind bereits abgespielt).

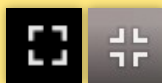
Darüber hinaus finden Sie folgende Bedienfelder in der Leiste:



Ganz links finden Sie das Bedienfeld für Play/Abspielen, Pause unter Nochmal-Abspielen. Es verändert sich, je nachdem, ob Sie das Video gerade abspielen, es bereits abgespielt haben, oder noch nicht abgespielt haben.



Rechts davon befindet sich der Lautstärke-Regler. Wenn Sie mit dem Mauszeiger auf das Lautsprecher-Symbol gehen, dann erscheint eine Leiste, auf der Sie per Mausklick bzw. durch das Verschieben des Punktes die Lautstärke anpassen können (nach rechts leiser, nach links lauter).



Ganz rechts finden Sie das Symbol zum Ein- oder Ausschalten des Vollbild-Modus.



Mit einem Klick auf den *YouTube*-Schriftzug öffnet sich in einem neuen Tab das Video direkt auf der Plattform *YouTube*.



Mit Klick auf das kleine Zahnrad sind Einstellungen zur Videoqualität und zur Abspiel-Geschwindigkeit zu finden. Bei schwacher Internetverbindung kann es gut sein, eine niedrigere Qualität auszuwählen.



Mit Klick auf dieses Symbol schalten Sie die deutschen Untertitel ein und aus. Die Untertitel können bei schlechter Tonqualität dabei helfen, dass alle Zuschauer:innen das Video gut verfolgen können.

Sollte es Ihnen nicht möglich sein, das Video über Internet abzuspielen oder herunterzuladen, dann melden Sie sich bitte bei uns. Wir können Ihnen dann einen USB-Stick zusenden, von dem Sie das Video auf den Computer überspielen können bzw. von dem aus Sie das Video abspielen können. Die Bedienelemente der meisten Videoplayer auf dem Computer sind ähnlich wie beim YouTube-Video.

### *Bild und Ton*

Für das Vorführen des Videos eignet sich je nach Räumlichkeit und Größe der Gruppe ein großer Bildschirm / Fernseher oder ein Beamer mit Leinwand. Darüber hinaus benötigen Sie entsprechende Lautsprecher, damit der Ton des Videos gut hörbar ist.

#### *Bitte beachten Sie für das Bild:*

- Der Computer / Laptop / Tablet-PC muss i.d.R. über ein passendes Kabel an Bildschirm / Fernseher / Beamer angeschlossen werden. Gängige Ein- und Ausgänge sind VGA (älter) und HDMI (neuer). Machen Sie sich kundig, ob die entsprechende Kompatibilität besteht.
- Ggf. ist es nötig, den Raum abzdunkeln, damit besonders das Bild des Beamers gut sichtbar ist.

#### *Bitte beachten Sie für den Ton:*

- Der Computer / Laptop / Tablet-PC muss i.d.R. über ein passendes Kabel an die Lautsprecher oder den Fernseher mit eingebauten Lautsprechern angeschlossen werden. Ein Klinkenkabel ist dafür meist das Richtige. Die Tonübertragung *kann* auch über das verwendete HDMI-Kabel geschehen, das sollte geprüft werden.
- An mehreren Stellen können Sie die Lautstärke regeln:
  - 1) Wie oben beschrieben beim Video selbst
  - 2) Im Betriebssystem des Computers
  - 3) An Lautstärke-Tasten am Computer (diese sind teilweise vom Betriebssystem unabhängig!)
  - 4) An Lautstärke-Tasten an Fernseher oder Lautsprechern bzw. den entsprechenden Fernbedienungen

*Nur wenn der Ton überall eingeschaltet ist, hört man etwas.*

## *Herunterladen der Materialien*

Alle Materialien befinden sich online unter

**[www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo)**

## *Herunterladen und Abspielen des Videos*

Jeweils unter dem *YouTube*-Video-Feld finden Sie zusätzlich die Möglichkeit, das Video als MP4-Datei auf Ihren Computer herunterzuladen. Sie benötigen dann zum Abspielen auf dem Computer einen Video-Player, z.B. *Windows Media Player*, *VLC Media Player* oder *QuickTime Player*. I.d.R. ist auf einem Computer / Laptop / Tablet-PC ein MP4-fähiger Video-Player vorinstalliert, sodass Sie lediglich die Datei öffnen müssen und das Abspielen dann automatisch startet.

## *Herunterladen und öffnen der Arbeitshilfe*

Diese Arbeitshilfe ist im PDF-Format online verfügbar.

Sie finden Sie unter der Überschrift *Arbeitshilfe* und öffnen Sie z.B. mit *Adobe Acrobat Reader* oder *Microsoft Edge*. Auch für PDF-Dateien gibt es i.d.R. ein entsprechendes vorinstalliertes Programm, mit dem Sie diese am Bildschirm lesen und/oder ausdrucken können.

## *Herunterladen der Druckvorlagen und Bildschirmpräsentationen*

Die verschiedenen Druckvorlagen und Bildschirmpräsentationen sind nach den Buchstaben A bis F sortiert.

Die Druckvorlagen liegen im PDF-Format vor, die Bildschirmpräsentationen im PPTX- und im PDF-Format.

PPTX-Dateien lassen sich am besten mit *Microsoft PowerPoint* öffnen. Auch mit aktuellen Versionen des Programms *Keynote* auf Apple-Computern lassen sich die PPTX-Dateien öffnen. Kostenfrei kann man im Web den *Microsoft PowerPoint Viewer* herunterladen, damit können die Dateien nicht bearbeitet, aber angeschaut werden. Eine weitere kostenlose Möglichkeit ist das Programm *OpenOffice Impress*.

*Sollten Sie Probleme beim Öffnen der heruntergeladenen Dateien haben, melden Sie sich gern bei uns.*

# A Moderation

*Hier geben wir Ihnen verschiedene Anregungen für Anmoderation der Video-Vorstellung, meist mit kleinen an mitgebrachten Gegenständen orientierten Impulsen rund um das Älterwerden.*

Die Texte wurden von Mitgliedern des Diözesanvorstands im Jahr 2020 formuliert. Für diese Arbeitshilfe wurden sie dem Inhalt des aktuellen Erklärvideos angepasst.

## **Kreisel (1)**

*Auf Grundlage des Textes von Gertrud Reichert (2020)*

Auch von meiner Seite ein herzliches Grüß Gott und vielen Dank, dass ich heute hier sein darf. Mein Name ist ..., ich bin ... Jahre alt und komme aus ....

Mein Brotberuf war ....

Seit ... arbeite ich ehrenamtlich in ....

Aktuell bin ich aktiv ....

Seit ca. ... Jahren arbeite ich im Diözesanvorstand des FORUM älterwerden mit – Ihnen vielleicht noch besser bekannt als »Altenwerk«.

In diesem Gremium beschäftigen wir uns seit geraumer Zeit sehr intensiv mit unserer älterwerdenden Gesellschaft und den Herausforderungen, die sich daraus ergeben.

Es blieb sicher niemandem verborgen, dass die Altenwerke aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr so gefragt sind, wie vor einigen Jahren, bzw. dass es nicht mehr in jeder Gemeinde unserer Seelsorgeeinheit / unseres ... ein katholisches Altenwerk gibt.

Leben ist Bewegung und Begegnung – deshalb habe ich für jeden und jede von Ihnen einen Kreisel mitgebracht – diese Kreisel wurden für die Projektwoche »Graue Haare – Buntes Leben« 2017 angefertigt – ich lade Sie jetzt ein, den Kreisel in Schwung zu bringen ...

Weil uns die »Altenarbeit« vor Ort sehr am Herzen liegt, habe ich ihnen ein kleines Erklärvideo mitgebracht, in dem wir unsere Ideen und Visionen zusammengefasst haben.

Ich schlage vor, dass wir das Video gemeinsam anschauen – danach können wir uns darüber austauschen und ins Gespräch kommen.

## **Ohne Gegenstand**

*Auf Grundlage des Textes von Sr. Eva Maria Schaffner (2020)*

Ich danke für die Einladung zum Thema Altenpastoral der Zukunft, heute bei Ihnen unsere Vision zum FORUM älterwerden vortragen zu können.

Ich möchte mich kurz vorstellen: Ich bin ..., ich komme von der Pfarrei / Seelsorgeeinheit .... Ich bin im ... Diözesanvorstand des FORUM älterwerden engagiert.

»FORUM älterwerden« ist Ihnen vermutlich noch besser bekannt unter dem Namen »Altenwerk«. Der Vorstand hat sich auf Diözesanebene schon längere Zeit mit der Frage befasst, wie die Arbeit für und mit älteren Menschen in der Zukunft aussehen kann.

Die kirchliche Seniorenarbeit geschieht in den Pfarreien in der Regel durch die sogenannten Altenwerke. Es zeigt sich jedoch, dass die Gruppen dort immer kleiner werden oder sich ganz auflösen.

Andererseits ist unsere Gesellschaft sehr komplex geworden, die Lebenserwartung der Menschen ist gestiegen, so dass es eine Vielfalt von älter werdenden Menschen mit unterschiedlichen Interessen gibt.

Darauf einzugehen und Möglichkeiten zu finden, wie wir den älteren Menschen mit ihren verschiedenen Bedürfnissen gerecht werden können, ist das Anliegen des FORUM älterwerden.

Wir haben eine Vision entwickelt, die ich Ihnen jetzt in einem Video vorstellen will.

Im Anschluss daran stehe ich Ihnen für Fragen zur Verfügung und würde mich über einen regen Austausch freuen.

— — — — —

## **Kreisel (2)**

*Auf Grundlage des Textes von Elfi Eichhorn-Kösler (2020)*

Danke für die Einladung und Ihr Interesse an der Seniorenpastoral der Zukunft.

Ich möchte mich Ihnen kurz vorstellen. Mein Name ist .... Ich bin Mitglied im Vorstand des FORUM älterwerden, das Ihnen vielleicht noch besser unter dem alten Namen Altenwerk vertraut ist.

Die Namensänderung in FORUM älterwerden ist nicht nur ein neuer Name, sondern er beinhaltet eine neue Vision der Seniorenarbeit der Zukunft, die wir anstreben und bei deren Umsetzung wir auf die Unterstützung von Ihnen angewiesen sind.

Ich habe für jede und jeden von Ihnen einen Kreisel mitgebracht, der einmal

deutlich macht, dass Leben Bewegung bedeutet von der Geburt bis zum Tod. Dieser Kreisel soll auch Sie in Bewegung bringen und Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit für die Seniorenpastoral wecken.

*Ich lade Sie ein den Kreisel tanzen zu lassen – kurze Pause*

Der Kreisel trägt die Aufschrift »Graue Haare – Buntes Leben« und verdeutlicht damit, dass Altern nicht Stillstand bedeutet, sondern vielfältige Lebensformen und Reichtum des gelebten Lebens. Der Kreisel entstand in der diözesanweiten Woche Älterwerden 2017. Diese hat Anstoß gegeben, die Seniorenpastoral neu in den Blick zu nehmen – wie wir uns diese vorstellen zeige ich Ihnen nun in einem kurzen Video.

*Nach dem Video und der Diskussion*

Ich lade Sie zum Abschluss meiner Vorstellung der Seniorenpastoral nochmal ein, den Kreisel tanzen zu lassen.

Ich hoffe, dass die Bewegung des Kreisels Sie selbst auch in Bewegung bringt und Sie andere in Ihrer Pfarrei / Seelsorgeeinheit anstoßen können, sich mit der Seniorenpastoral der Zukunft auseinanderzusetzen und weiterzuverfolgen.

Danke für Ihr Interesse und Ihre Beiträge.

— — — — —

## **Windel**

*Auf Grundlage des Textes von Anette Kempf (2020)*

Danke, dass ich hier sein darf und dass Sie mir 15 Minuten Ihrer kostbaren Zeit schenken. Mein Name ist ... ich wohne mit ... in ....

Ich bin seit ... Jahren hier im Vorstand des FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg – früher hieß es Altenwerk. Die Änderung in FORUM älterwerden zeigt auch Veränderungen im Anspruch in und an der Arbeit mit Senioren.

Der prozentuale Anteil älterer Menschen steigt, die Zahl der Christ:innen nimmt ab. Doch wir stellen uns der Aufgabe, Menschen entsprechend ihrer Bedürfnisse zu begleiten. Unsere Visionen, Überlegungen und Möglichkeiten dafür, möchte ich Ihnen gerne vorstellen.

Viele Menschen kümmern sich um ihre pflegebedürftigen Angehörigen, ob zuhause oder im Heim. Wir sind Zeit Lebens voneinander abhängig, das Kind von der Mutter, die Mutter vom Kind.

Das Symbol der Verbindung zwischen Jung und Alt ist für mich die Windel. Sicher braucht sie nicht jeder Mensch im Alter, doch die Aussage einer hochbetagten Frau: „Oben klar und unten dicht, mehr wünsch ich mir fürs Alter nicht.“, soll ein ernst-humorvoller Einstieg in das Thema sein.

## **Taschenlampe**

*Auf Grundlage des Textes von Elfi Eichhorn-Kösler (2020)*

Vielen Dank für Ihre Einladung und ihr Interesse an der Seniorenpastoral der Zukunft. Mein Name ist ... und ich bin Mitglied im Vorstand des FORUM älterwerden.

Ich habe eine Taschenlampe mitgebracht, um das zu beleuchten, was sich hinter der Seniorenpastoral der Zukunft verbirgt und um die Lebenssituation und die Bedürfnisse älter werdender Menschen ins Rampenlicht zu rücken.

Das FORUM älterwerden, das Ihnen wahrscheinlich besser unter dem Namen Altenwerk bekannt ist, hat einen Strategieentwicklungsprozess gemacht. Dabei wurden die vielfältigen Biografien, Lebenssituationen, Kompetenzen und Ressourcen heute älter werdender Menschen in den Blick genommen, sowie die gesellschaftlichen und kirchlichen Veränderungen. Dies hat zum neuen Namen FORUM älterwerden geführt und zur Entwicklung einer Seniorenpastoral der Zukunft. Dabei gibt es drei Schlagworte, die unsere Vision beschreiben: »Raum schaffen«, »Austausch ermöglichen« und »Gemeinschaft stiften«. Wir hoffen für die Seniorenpastoral der Zukunft auf einen Zusammenschluss unterschiedlicher Aktivitäten Älterer für Ältere aber auch Angebote für alte, hochbetagte und pflegebedürftige Menschen sowie intergenerationelle Begegnungen und Aktionen.

Da das FORUM älterwerden in seiner Satzung als Aufgabe die Interessenvertretung Älterer in Kirche und Gesellschaft hat, bin ich als älterer Mensch heute bei ihnen, um für diese Zukunftsvision zu werben, an deren Erarbeitung ich beteiligt war. Um diese Zukunftsvision in Pfarreien und Seelsorgeeinheiten umsetzen zu können, brauchen wir Ihre Unterstützung.

Es freut mich, dass ich Ihnen nun unser kurzes Erklärvideo vorstellen kann. Dieses zeigt wesentliche Element der Zukunftsvorstellung und Ansatzpunkte, wie sie bei der Umsetzung mithelfen können, damit die immer größer werdende Gruppe der älter werdender Menschen eine Heimat in der Kirche hat oder diese wiederfindet.

Ich bin gespannt, welche Aspekte bei Ihnen besonders aufleuchten und haften bleiben und in der anschließenden Diskussion noch intensiver beleuchtet werden.

— — — — —

## **Meterband**

*Auf Grundlage des Textes von Johannes Braun (2020)*

Mein Name ist ... und ich bin ... Jahre alt. Als ... bin ich heute hier bei Ihnen, um Ihnen die Vision der Seniorenpastoral der Zukunft unseres ehrenamtlichen Diözesanvorstands zu präsentieren. Das FORUM älterwerden

hieß bis zum Jahr 2019 auch auf Diözesanebene noch Altenwerk. Es vernetzt die Ehrenamtlichen der pfarrlichen Altenwerke und Seniorenkreise auf Dekanats- und Diözesanebene.

Heute geht es also um die Vision von Seniorenpastoral, wie sie in Zukunft aussehen und funktionieren kann. Unser Vorstand hat dafür die Formulierungen »Raum schaffen – Austausch ermöglichen – Gemeinschaft stiften« gewählt. Damit soll deutlich werden: alle gehören zusammen und doch gibt es verschiedenste Interessen und Bedürfnisse. Damit die Menschen miteinander in Kontakt kommen, braucht es gute Rahmenbedingungen.

lterwerden – was ist das eigentlich und was passiert da? Mit ... Jahren bin ich bestimmt noch kein Experte, was das Thema angeht. Aber ich habe für jede und jeden von Ihnen ein Meterband aus Papier mitgebracht. Nehmen Sie sich eines und suchen Sie die Zahl, die für das Alter steht, welches Sie erreichen möchten. Falls das über 100 ist, lassen Sie das Band, wie es ist. Falls das unter 100 ist, reißen Sie das Band an der entsprechenden Stelle ab. Und nun reißen Sie noch bei Ihrem jetzigen Alter ab. brig bleibt die Spanne, die Sie noch gestalten können. Was wird auf Sie zukommen? Wie werden Sie leben?

Es ist wichtig zu verstehen, dass es eine Zeit ist, die gestaltet werden will und gestaltet werden muss. Wie – das entscheidet jede und jeder selbst und auf ganz unterschiedliche, individuelle Weise. Ich glaube, dass damit etwas Wichtiges über das Älterwerden gesagt ist.

Nun möchte ich Ihnen ein Video zeigen. Theresa Betten und Johannes Braun haben das Video aus den inhaltlichen Vorgaben, Gedanken und Bildern zusammengestellt, die der ehrenamtliche Vorstand des FORUM Älterwerden für die Zukunft der Seniorenpastoral entwickelt hat.

In einer Diskussion danach können Sie alle Fragen stellen und Rückmeldungen geben und wir kommen miteinander über einige Aspekte ins Gespräch.

— — — — —

## **Geh-Hilfen**

*Auf Grundlage des Textes von Angelika Schweizer (2020)*

Einen herzlichen Dank für die Einladung, für Ihr Interesse an unserer Vision der Seniorenarbeit der Zukunft, die wir im Diözesanvorstand des FORUM Älterwerden erdacht haben.

Mein Name: ..., vom Dekanat ..., ich bin ... in der Seniorenarbeit meiner Pfarrei .... Meine Erfahrungen, die ich vor Ort erworben habe, bringe ich mit in den Vorstand des FORUM Älterwerden ein, das früher das Altenwerk genannt wurde. Zu den pastoralen Aufgaben einer Seelsorgeeinheit gehört die Seniorenarbeit, die eine große Bedeutung hat.

In der Seniorenarbeit ist es wichtig, die Menschen nach dem Berufsleben abzuholen, ihnen die Vielfalt aufzuzeigen, jedoch auch alle Altersstrukturen in den Blick zunehmen.

Ich bin heute mit meinen Geh-Hilfen da, es ist eine Herausforderung für mich, im Alltag mit ihnen zurecht zu kommen. Genau so war es eine Herausforderung, gemeinsam im Vorstand und in verschiedenen Arbeitsgruppen, neue Strukturen, Netzwerke zu erarbeiten und zu erstellen.

Das Video, das ich Ihnen mitgebracht habe, zeigt die Dokumentation der gemeinsamen Arbeit. Anschließend lade ich Sie zur Diskussion ein. Die neuen Impulse, die sich aus der Diskussion ergeben, nehmen wir gerne mit auf. Lassen Sie nun das Video auf sich wirken.

— — — — —

## **Senioren-Ratgeber**

*Auf Grundlage des Textes von Helga M. Fischer (2020)*

Herzlichen Dank für die Einladung und für Ihr Interesse zu dem Thema Seniorenarbeit der Zukunft. Von meiner Seite auch uns allen einen guten Abend. Zunächst darf ich mich vorstellen: Ich arbeite in der Vorstandschaft des FORUM älterwerden, das bis ins Jahr 2019 unter dem Begriff Altenwerk bekannt war, auf Diözesanebene mit.

Mein Name ist ..., meine Heimatgemeinde ist ... in ..., komme also aus der SE ..., dem Dekanat ....

Das Leben ist Veränderungen unterworfen und stellt gerade im Älterwerden die verschiedensten Herausforderungen an die Menschen. Der älter werdende Mensch ist also auch in seiner Kreativität und natürlich auf gesundheitlicher Ebene ganz anders, wieder neu gefordert.

Mir ist aufgefallen, dass es neben der Apotheken-Umschau auch einen Senioren-Ratgeber in den Apotheken gibt, der für mich mehr und mehr Tipps hat und interessant ist.

Im Diözesanvorstand des FORUM älterwerden, haben wir uns Gedanken darüber gemacht: Was brauchen wir im Alter, welche Erwartungen, Möglichkeiten gibt es, oder was brauchen, was wollen wir für die Zukunft? Wichtig dabei war uns: Was haben wir bereits, was gut funktioniert, also wo ist der Bedarf bereits gedeckt? Doch auch: was für Bedürfnisse von verschiedenen älteren Menschen müssten mal in den Blick genommen werden?

Hier möchte ich auf den Aspekt: Was bringen sie für Fähigkeiten/Talente aus ihrem bisherigen Leben mit, die sie gerne einer Gemeinschaft zur Verfügung stellen würden? Um Ihnen mal einen groben Überblick über unsere Vorstellungen zu verschaffen, habe ich Ihnen unser erarbeitetes Video mitgebracht. Im Anschluss stehe ich Ihnen gerne für Fragen, soweit es mir möglich ist, zu Verfügung.

*Nach dem Video:*

Sie haben nun das Video gesehen, was sind Ihnen für Fragen gekommen, bitteschön:

(Diskussion)

*Ganz am Schluss:*

Herzlichen Dank für Ihr Interesse.

— — — — —

## Kalender

*Auf Grundlage des Textes von Elisabeth Schill (2020)*

Ihnen allen einen guten Abend und Danke für die Einladung und Ihr Interesse an unserer Arbeit. Mein Name ist ..., ich wohne in ... in der SE ....

Ich bin im diözesanen Vorstand des FORUM älterwerden, bis 2019 als Altenwerk der Erzdiözese Freiburg bekannt. Heute Abend möchte ich Ihnen unsere neuen Ideen vorstellen und berichten.

Oft höre ich: »Für's Altenwerk bin ich zu jung«, oder: »Dort sind nur alte Leute, die erzählen wollen und Kaffee trinken.«

Unser Anliegen geht auf Bildung, die Ressourcen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen nutzen. Ein breites Angebot anzubieten, Vielfalt ist wichtig. Ich denke es kommt nicht auf Menge sondern auf Inhalte der Zusammenkünfte an. Da stellt sich die Frage: Wie kann ich Interesse wecken? Wichtig ist die persönliche Ansprache und die verschiedenen Charismen entdecken und nutzen. Keine/Keiner kann alles.

Heute Abend habe ich meinen Terminkalender mitgebracht, er ist mir Begleiter und Helfer beim Älterwerden. Während meiner Berufszeit waren die Zeiten und Termine vorgegeben. Der Terminkalender zeigt mir auch die Freiräume zur eigenen Gestaltung.

Als nächstes habe ich ein Erklärvideo mitgebracht das im Vorstand des FORUM älterwerden von Ehrenamtlichen erarbeitet wurde und Möglichkeiten zeigt, wie heute Seniorenarbeit gesehen werden kann. Die Idee, die dahintersteht, lässt sich in drei Schlagworten zusammenfassen: »Raum schaffen – Austausch ermöglichen – Gemeinschaft stiften«.

Im Anschluss an das Video können wir darüber ins Gespräch kommen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

**Die Texte sollen zur Anregung dienen, sich selbst eine ansprechende Moderation zu überlegen. Sie können Textbausteine daraus übernehmen, anpassen oder nach der Lektüre selbst kreativ werden!**

## B Fragen & Antworten entlang des Videos



Das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg setzt sich ein für Seniorenarbeit und den Kontakt zwischen Generationen.

### Was ist das FORUM älterwerden?

Das »FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg« ist ein eingetragener und gemeinnütziger Verein. Dieser wurde durch die Erzdiözese Freiburg gegründet und hat eine Geschäftsstelle in Freiburg. Die Idee zum Erklärvideo kommt aus dem ehrenamtlich besetzten Diözesanvorstand des FORUM älterwerden.

Das FORUM älterwerden hat die Aufgabe, die Seniorenarbeit und Generationenkontakte in den Kirchengemeinden der Erzdiözese Freiburg voranzutreiben. Der Verein hat vor Ort eigentlich keine Mitglieder. Die Seniorenkreise / Altenwerke / Foren älterwerden sind jeweils Teil ihrer Pfarrei. Aber das »FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V.« möchte die Fortbildung und Vernetzung der Ehrenamtlichen in der Seniorenarbeit fördern!

Das Ziel des FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg ist und war, Menschen in ihrer Selbständigkeit zu begleiten und zu unterstützen und Menschen in Kontakt zu bringen. Neben der »Altenarbeit« hat sich das FORUM älterwerden seit einigen Jahren auch ausdrücklich die »Intergenerationelle Arbeit« auf die Fahnen geschrieben. Denn: Warum sollten Menschen verschiedenen Lebensalters denn nicht gut miteinander auskommen?



Ungefähr ein Fünftel der Menschen in Baden-Württemberg haben ein Lebensalter von mehr als 65 Jahren.

### Woher stammen die statistischen Informationen?

Die statistischen Informationen stammen aus Bevölkerungs-Daten des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg und aus Bevölkerungs-Daten und Bevölkerungs-Vorausberechnungen des Statistischen Bundesamtes.

Es werden teils auch andere Zahlen genannt.

Besonders die 36% Ü60-Menschen im Jahr 2030 sind auf Deutschland gesehen natürlich nicht so sicher. Das hängt von vielen Faktoren ab: Wie viele Menschen werden geboren? Wie viele Menschen wandern nach Deutschland ein? Wie viele Menschen sterben früher als erwartet? Wie viele Menschen wandern aus?

### Wie viele Menschen Ü65 sind, ist doch sicherlich in Stadt und Land auch unterschiedlich, oder?

Die Altersverteilung ist auf städtische und ländliche Räume gesehen verschieden, das stimmt. Es gibt aber auch Unterschiede zwischen verschiedenen Regionen und Bundesländern.

Im Bistumsatlas unter <https://freiburg.bistumsatlas.de/statistik/> kann man sich für die verschiedenen Dekanate und Kirchengemeinden z.B. auch den »Altenanteil der Katholiken« anzeigen lassen. Dieser rangiert im Blick auf die Erzdiözese zwischen 20% (z.B. St. Sebastian, Donaueschingen) und 40% (z.B. St. Johann, Bad Dürkheim; Zahlen von 2021).

### Wer setzt sich denn sonst noch für Seniorenarbeit ein?

In den evangelischen Landeskirchen von Baden und von Württemberg gibt es jeweils zuständige Hauptamtliche für Seniorenarbeit bzw. Seniorenbildung. Die evangelische Landeskirche in Württemberg hat eine eigene Arbeitsgemeinschaft. Auf Bundesebene sind die evangelischen Christ:innen in der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft für Altenarbeit (EAfA) zusammengeschlossen. In den meisten katholischen Diözesen in Deutschland gibt es zumindest einen kleinen Stellenanteil für Seniorenpastoral. Wir sind mit diesen zusammengeschlossen zum Bundesforum Katholische Seniorenarbeit (BfKS). EAfA und BfKS sind auch Mitglied der BAGSO, der weltanschaulich neutralen Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen.

Gemeinsam mit dem Forum Katholische Seniorenarbeit der Diözese Rottenburg-Stuttgart bildet das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg die Landesarbeitsgemeinschaft Katholische Seniorenarbeit in Baden-Württemberg. Als solche sind wir auch Mitglied im Landesseniorenrat, der wiederum aus Vertreter:innen weiterer freier Träger und aus den Stadt- und Kreisseniorenräten zusammengesetzt ist. Auf kommunaler Ebene gibt es häufig auch Seniorenbüros und/oder Seniorenbeauftragte.

Auch die verschiedenen Caritasverbände sind im Bereich Seniorenarbeit gut vernetzt, besonders der Bereich »Offene Altenhilfe« ist hier zu nennen.



Der Anteil der Menschen mit einem Lebensalter von über 60 Jahren wird deutschlandweit von ca. 30 Prozent im Jahr 2020 auf gut 36 % im Jahr 2030 steigen. Der Einsatz für neue Formen von Senioren- und Generationenarbeit ist daher hoch aktuell!

### Was darf ich mir denn unter »neuen Formen von Senioren- und Generationenarbeit« vorstellen?

Darunter dürfen Sie sich vorstellen, was Sie möchten! Oft sind die Neuerungen erstmal gar nicht so riesig – aber mit der Zeit entsteht eine neue Kultur der Kommunikation und des Austauschs und auch des Gemeinsamen.

Wenn neben den monatlichen Seniorennachmittagen z.B. noch eine Koch- oder Wandergruppe, ein Lesekreis, ein Projektchor oder sonstiges entsteht, dann ist das super. Und bei diesen neuen Initiativen, die vielleicht gar nicht auf Jahrzehnte ausgerichtet sind, sondern einmalig ein paar Wochen im Sommer stattfinden, geht es weniger um das Lebensalter, sondern um das gemeinsame Tun und das gemeinsame Interesse. So öffnen sich Räume für Austausch und Gemeinschaft zwischen jüngeren und älteren Menschen.

Neue Formen von Senioren- und Generationenarbeit werden vermeiden, scharfe Altersgrenzen zu ziehen und sich dafür einsetzen, dass jede:r Mensch so da sein darf, wie er ist, egal wie alt!



Wie sieht die Zukunft der Seniorenarbeit in Kirche und Gesellschaft aus? Eine Antwort darauf ist unsere Vision einer Seniorenpastoral der Zukunft mit den drei Bereichen: Raum schaffen – Austausch ermöglichen – Gemeinschaft stiften.

### **Was ist überhaupt Seniorenpastoral?**

#### **Warum braucht es überhaupt eine Seniorenpastoral?**

Die kirchliche Seniorenarbeit bzw. Seniorenpastoral gehört zu den pastoralen Aufgaben jeder Gemeinde. Seniorenarbeit, ist aber verschieden eingebettet in den Gemeinden. Da die Zielgruppe groß und vielfältig ist, braucht sie aus unserer Sicht eine ganz neue Betrachtung und Beschäftigung! Vor allem braucht es neue Möglichkeiten, damit Kirche und Menschen in Kontakt kommen und in Austausch treten können. In der Seniorenpastoral, die derzeit an den meisten Orten läuft, wird nur ein Ausschnitt aus den Menschen, sogar aus den Katholik:innen zwischen 60 und 100 Jahren angesprochen. Das ist keine böse Absicht, sondern hat sich einfach so entwickelt.

Seniorenpastoral steht dafür ein, dass Menschen im Alter und beim Älterwerden dabei bleiben: sozial eingebunden, gesellschaftlich relevant und sichtbar in den Kirchengemeinden. Sichtbar nicht als ›die armen Alten‹, sondern sichtbar als aktiv sich einbringende Menschen. Seniorenpastoral meint mehr als die Sakramente und Gottesdienste. Seniorenpastoral hat zum Ziel Lebensqualität und Teilhabe älterer Mitmenschen zu erhalten und zu fördern, für ihre Interessen einzustehen und den Kontakt zu Menschen anderer Lebensalter zu stärken.

Es braucht Seniorenpastoral, solange wir nicht eine durch und durch inklusive Kirche haben, in der Altersbilder in unseren Köpfen und in der besondere Bedürfnisse Hindernisse für das Miteinander aller sind.

Zur Seniorenpastoral gehören alle, die sich für älter werdende Menschen einsetzen und sich mit älter werdenden Menschen in Kirche und Gesellschaft einbringen.

### **Wer hat die Vision entwickelt?**

Die Vision ist im Diözesanvorstand des FORUM älterwerden entwickelt worden. Kurz vor dem ersten Corona-Lockdown im Jahr 2020 waren wir drauf und dran, mit einem Erklärvideo in Dekanatskonferenzen und andere Gremien zu gehen. Das war dann leider nicht so einfach möglich. Nach einiger Zeit hat der Diözesanvorstand festgestellt: Wir könnten es noch besser machen und leichter erklären. Aber wie? In fünf aufeinanderfolgenden Treffen haben wir die drei Haupt-Themen »Raum schaffen«, »Austausch ermöglichen« und »Gemeinschaft stiften« entwickelt und für die Arbeit des Diözesanvorstands mit Inhalt gefüllt. Wir glauben, dass diese drei erst einmal schlicht daher kommenden Schlagworte auch neue Impulse für die Senioren- und Generationenarbeit vor Ort geben können und laden dazu ein, sie visionär, kreativ und mutig-optimistisch anzugehen!

### **Meinen Sie »Raum schaffen« im handfesten oder im übertragenen Sinn?**

Beides. Solange Kirche noch viele Gebäude hat, die vielleicht zur Zeit gar nicht ausgebucht sind, sollten wir Räume für Neues öffnen. Das heißt: sich trauen, in Pfarrsaal und Kirchenraum etwas auszuprobieren. Auch mit Menschen, die bisher nicht kommen. Oder: Menschen, die einen Raum für ihre Gruppe brauchen, diesen auch zu geben.

Im übertragenen Sinne ist es aber gerade in unserem Bereich wichtig, auch gedanklich neue Räume zu schaffen: Gedanken Raum geben, die wir sonst schnell wegschieben, weil wir denken, es klappt eh nicht. Freiräume im Kopf schaffen, um sich inspirieren lassen zu können. In meinem eigenen Leben und im Leben unseres Seniorenkreises Raum schaffen, um Veränderung zuzulassen.

### **Ich habe den Eindruck, dass die meisten alten Leute, die ich kenne, zufrieden mit sich selbst sind – oder halt einsam. Aber Kontakt und Gemeinschaft hatten die schon genug...**

Gemeinschaft ist ein Wort, das für jeden Menschen etwas anderes bedeutet. Jede Person hat ein eigenes Empfinden dafür, wann sie Nähe braucht und wann sie auf Distanz gehen möchte. Dabei gibt es viele Schattierungen bzw. viele Farben und keineswegs nur Schwarz und Weiß. Das Wort Gemeinschaft könnte man auch durch ›Kontakt‹ ersetzen. Das hört sich ein bisschen oberflächlicher an, aber das ist es gar nicht unbedingt: es gibt auch Kontakt in hoher Intensität und auf große Entfernung. Es gibt Menschen, mit denen wir uns sehr verbunden fühlen – es gibt auch solche, mit denen wir den Austausch schätzen, aber auf der Gefühlsebene nicht so nah sind.

Bei Gemeinschaft geht es auch darum, dass mein Eigen-Sinn und mein Gemein-Sinn zusammen kommen können.

**Reicht es denn, Austausch zu ermöglichen? Müssen wir nicht auch gesellschaftlich und sozusagen »in der Welt« handeln?**

Wenn wir davon sprechen, dass es darum geht Austausch zu ermöglichen, dann meinen wir: Austausch untereinander, und zwar über das, was wirklich bewegt. Wir meinen auch: Austausch mit anderen Menschen und Gruppierungen in der Kirchengemeinde und in der Nachbarschaft sowie ökumenisch. Und am Ende meinen wir, dass wir im Austausch stehen »mit allen Menschen guten Willens«, um die Welt ein Stück besser zu machen.

Dazu kommt noch, dass wir auch daran glauben, dass wir Menschen im Austausch mit Gott stehen. Das ist ein verbindender Grund, der uns viel in der Begegnung mit anderen Menschen lehrt und zeigt.



Die Menschen zwischen 60 und 100 Jahren leben individuell verschieden und weisen unterschiedlichste Lebenssituationen und Lebensstile auf:

**Soll man jetzt für jede:n was eigenes anbieten?**

Der Hinweis auf die Vielfalt des Alters und des Alterns bedeutet nicht, dass die Verschiedenheiten voneinander getrennt werden sollen oder müssen! Wir möchten aber mit einer »Brille« auf älter werdende Menschen schauen, mit der Verschiedenheit und Vielfalt nicht eingeebnet werden.

Wenn z.B. an einem Ort relativ viele Menschen mit einem geringen (Renten-)Einkommen leben, dann braucht es nicht Extra-Angebote »für Arme«, sondern dann ist die Frage, wie die entstehenden Kosten z.B. für einen Tagesausflug so umgelegt oder bezuschusst werden können, dass auch diejenigen mit einer kleinen Rente mitfahren können.

Wenn z.B. ein Pflegeheim zur Kirchengemeinde gehört, dann muss nicht jedes Mal dort extra ein Gottesdienst nur für Bewohner:innen veranstaltet werden, sondern evtl. öfter ein Fahrdienst zum Gemeindegottesdienst eingerichtet werden. Wenn z.B. die einen gerne Wandern möchten und die anderen gerne Doppelkopf spielen, dann spricht nichts dagegen, beides anzubieten. An anderen Stellen können aber die gemeinsamen Interessen wieder stärker sein, z.B. beim gemeinsamen Adventssingen mit den Ministrant:innen.

So gibt es viele Beispiele, wo die genannten Unterschiede mal dazu führen, etwas getrennt zu unternehmen, das Öfteren aber im Wissen um die Vielfalt und mit Sensibilität füreinander Gemeinsames erlebt werden kann.

**Ist das nicht so ähnlich wie die Orientierung an den Sinus-Milieus?**

Die Orientierung an den Sinus-Milieus hat mehr zur Folge, spezifische Angebote zu machen. Unsere Vorstellung ist, dass die Vielfalt nicht immer getrennt und voneinander abgesondert werden muss, sondern dass man im Wissen um Verschiedenheiten auch viele Gemeinsamkeiten finden kann.

Insgesamt geht es darum, den Blick zu weiten und auch diejenigen miteinzubeziehen, die bisher nicht kommen. Dafür sind die Gründe ja so vielfältig wie die Menschen. Es geht auch darum, dass nicht immer »wir« von der Kirche etwas »für die anderen anbieten«, sondern dass gemeinsam etwas Neues entstehen kann, in dem die unterschiedlichsten Menschen sich wiederfinden, sich einbringen und mit verschiedener Häufigkeit teilnehmen können.



Es gibt Menschen, die aktiv sind; es gibt Menschen, die gut in ihre Familie integriert sind. Gesellige, Exzentrische, Interessierte, Bildungshungrige, Reiselustige, Wohlhabende, Einsame, Arme, Pflegebedürftige, Menschen, die in einer Partnerschaft leben, in stationären Einrichtungen lebende, Alleinstehende – und weitaus mehr.

### Welche Lebenssituationen und Lebensstile gibt es über die genannten hinaus noch?

Die Liste ist natürlich unendlich! Wir möchten Vielfalt wahrnehmen, damit jeder einzelne Mensch gesehen wird und nicht einfach in eine Schublade gesteckt wird. Natürlich gibt es auch viele Menschen, auf die entweder mehrere der genannten Eigenschaften oder gar keine zutreffen. Darüber hinaus ist auch immer die Frage zu stellen: Wie versteht ein Mensch sich selbst? Und: Wie geht es diesem Menschen damit? Z.B. kann eine pflegebedürftige Person genau so fröhlich und aktiv oder traurig und gelangweilt sein wie jede andere.

In einer Seniorenpastoral der Zukunft wird es darum gehen, dass Menschen vor Ort zusammen kommen können, sich dort entfalten und einbringen wo sie möchten und etwas für sich und mit anderen tun können.

Es ist sicher eine schöne Übung, einmal verschiedene Lebenssituationen von Menschen allgemein oder älter werdenden Menschen zu sammeln, die Ihnen hier bei sich vor Ort begegnen.

*(Vorschlag: mit den Vielfalt-Kärtchen arbeiten)*



Durch Begegnungs- und Bildungsmöglichkeiten sowie angemessene Formen der Spiritualität muss diese vielfältige Lebensphase neu in den Blick genommen werden.

### Begegnung, Bildung, Spiritualität – das gibt es ja alles bei uns. Aber was soll das heißen »angemessene Formen«?!

Begegnung, Bildung und Spiritualität sind sicherlich die Bausteine, die schon lange die kirchliche Seniorenarbeit ausmachen. Was eine »angemessene Form« dafür ist, muss immer wieder neu gefragt werden, zum Beispiel:

- Begegnung: Welche Orte, Veranstaltungen, Zeitpunkte, Themen und welche Anregungen, welches »Drumherum« unterstützt am besten das Gespräch, den Austausch und das gemeinsame Tun derer, die kommen wollen? Gemütlich bei Kaffee und Kuchen mit Dia-Vortrag – oder draußen bei einem Waldspaziergang mit Gesprächsimpulsen – oder in der Pause bei einem gemeinsamen Theaterbesuch?
- Bildung: Welche Themen, Referent:innen, Methoden und Medien, welche Orte und welche Sozialformen können am besten und mit Freude Lernprozesse anstoßen und begleiten? Podiumsdiskussion oder Workshop – Kleingruppengespräch oder Plenumsdiskussion – Museumsführung oder e-Learning – generationsübergreifend oder in altersgleichen Lerngruppen?
- Spiritualität: Welche Feste und Feiertage, welche alltäglichen Rituale, welche Lieder, Gebete, Geschichten



Wir glauben, dass Menschen Raum brauchen, um sich zu entfalten. Wir möchten älter werdende Menschen fördern und positive Bilder vom Älterwerden schaffen.

### Was sind denn positive Bilder vom Älterwerden?

Positive Bilder vom Älterwerden und vom Alter sind solche Ideen und Vorstellungen von älter werdenden, älteren und hochaltrigen Menschen, die sie als individuelle Persönlichkeiten betrachten:

- mit eigenen Interessen und Bedürfnissen
  - mit eigenen Meinungen, Werten und Haltungen
  - mit der Fähigkeit, Wissen und Erfahrungen einzubringen
  - mit der Fähigkeit, Neues zu lernen
  - mit liebenswerten und menschlichen Eigenschaften
  - mit Ecken und Kanten
  - mit einer aner kennenswerten Lebensgeschichte und Lebensleistung
- Positive Bilder vom Älterwerden und vom Alter vermeiden stereotype Ansichten über ›die Alten‹. Wir setzen auf positive und realistische Altersbilder, um sie Diskriminierung aufgrund des numerischen Alters oder aufgrund des äußerlich zugeschriebenen Alters entgegenzusetzen.



Wir glauben, dass Menschen sich austauschen wollen – mit Gleichaltrigen, Gleichgesinnten und mit Menschen, die ganz anders sind als sie selbst.

Wir glauben, dass Menschen Gemeinschaft suchen und sie bis ins hohe Alter hinein auch finden können.

### Worüber wollen sich Menschen denn austauschen? Und was soll ›Gemeinschaft‹ eigentlich bedeuten?

Worüber Menschen sich austauschen wollen, ist ganz verschieden. Denn die persönlichen Interessen, die alltäglichen Herausforderungen, die Lebensumstände, die Hoffnungen, Freuden, die Traurigkeiten und Leiden – kurz: das, was Menschen bewegt, ist je persönlich und individuell.

Menschen suchen andere Menschen, um zuzuhören und um selbst zu sprechen. Bei dieser Suche nach Austausch-Partner:innen gibt es verschiedene Möglichkeiten: ich suche unter Gleichaltrigen oder in Gruppen, die meine Interessen vertreten; ich suche Menschen, die mir sympathisch erscheinen; ich suche Menschen, mit denen ich vermutlich Meinungsverschiedenheiten habe, weil ich gern diskutiere... Manchmal kann es gut sein, die Gewohnheiten in diesem Bereich einmal infrage zu stellen. Warum spreche ich jemanden nicht an? Warum weise ich jemanden ab? Was hindert mich daran, z.B. mit jüngeren Menschen zu sprechen? Was hindert mich daran, neue Kontakte zu knüpfen? Überall kann ich in der Spannung von Eigen-Sinn und Gemein-Sinn Gemeinschaft finden.

Gemeinschaft ist ein gar nicht so leichtes Wort. Und vielleicht würden einige sagen, dass sie gar keine Gemeinschaft suchen. Dann können wir auch davon sprechen, dass wir Menschen – oder die meisten Menschen – Kontakte mit anderen Menschen brauchen, um nicht einsam zu werden. Das gilt bis ins hohe Alter. Und Kontakt ist bis ins hohe Alter und auch z.B. unter Bedingungen von Pflegebedürftigkeit sehr wohl möglich.



Werden Sie gemeinsam mit uns zu den Menschen,

- die Räume schaffen, damit Menschen sich entfalten können,



- die Austausch ermöglichen, damit Bedürfnisse und Ressourcen deutlich werden,
- die Gemeinschaft stiften, damit Menschen einen Ort haben, wo sie sie selbst sein können.



### Wie können wir praktisch zusammenarbeiten?

Wir würden uns freuen, wenn Sie sich unsere Anliegen zu eigen machen würden:

- a) Die Unterstützung von Menschen verschiedener Lebensalter, um sich zu entfalten.

Mit Entfalten meinen wir:

- sich selbst und andere kennenlernen
- eigene (kreative) Ideen ausprobieren und umsetzen
- mit anderen und für sich und andere etwas tun
- den eigenen Horizont weiten
- ...

- b) Die Erkundung von Bedürfnissen und Ressourcen der Menschen bei Ihnen vor Ort.

Die Kenntnis von Bedürfnissen und Ressourcen bedeutet für uns:

- Menschen haben etwas anzubieten und möchten sich einbringen
- Menschen benötigen Resonanzräume, praktische Unterstützung und/oder gemeinsames (lautes) Denken und Tun
- Bedürfnisse und Ressourcen der Menschen sind die Grundlage dafür, was wir anbieten bzw. was wir mit Menschen gemeinsam angehen
- ...

- c) Die Schaffung von Orten, wo Menschen sie selbst sein können.

Man selbst sein können heißt z.B.

- Ich muss mich für meine Interessen, Meinungen und Bedürfnisse nicht zu schämen, sondern kann sie offen aussprechen und zeigen.
- Ich muss mich nicht unterordnen, sondern kommuniziere auf Augenhöhe und im Vertrauen auf das gegenseitige Verstehen-Wollen mit anderen Menschen.
- Ich darf mich einbringen und für die Gruppe etwas tun – ich darf auch von den anderen Menschen profitieren – es entsteht gemeinsam etwas, das uns beide übersteigt.
- ...



Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam Wege zu finden, an den Lebensorten der Menschen auch über Kirchengemeinden hinaus Möglichkeiten zu eröffnen!

Sollten nach dem Vorführen des Videos oder während Ihrer Vorbereitung Fragen aufkommen, die Sie nicht beantworten können, dann wenden Sie sich gerne an uns:

**FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.v.**

Okenstr. 15 | 79108 Freiburg

0761 5144 -211 | [forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de)

**Johannes Braun**

0761 5144 -210 | [johannes.braun@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:johannes.braun@seelsorgeamt-freiburg.de)

**Theresa Betten**

0761 5144 -212 | [theresa.betten@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:theresa.betten@seelsorgeamt-freiburg.de)

**Wie geht es weiter?**

Wenn Sie die Seniorenpastoral / die kirchliche Seniorenarbeit / Generationenkontakte bei sich vor Ort weiterentwickeln wollen, dann melden Sie sich gerne bei der Geschäftsstelle des FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V. in Freiburg.

Wie der Weg zum Ziel bzw. der erste Schritte, weitere Ideen und Wagnisse, konkrete Projekte, Gruppen und Aktivitäten aussehen, das erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen und allen, die sich vor Ort dafür einbringen wollen, dass Menschen im höheren Lebensalter und Menschen in verschiedenen Lebensaltern gut mit sich und anderen im Kontakt sein können – und die Lebensqualität für alle (noch) besser wird.

*Noch mehr Themen und Fragen*

In der Diskussion über unser Erklärvideo und unsere Vision kann es noch sehr viele Anschlussfragen geben, auf die wir hier teils eingehen können.

**Wie steht das FORUM älterwerden zum Thema Ökumene?**

Das FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V. unterstützt den Kontakt zu anderen christlichen Kirchen. Auf Diözesanebene werden gemeinsame Seminartage mit der Evangelischen Landeskirche in Baden angeboten. Es gibt auch an einigen Orten in Baden bereits ökumenische Seniorenkreise, was wir super finden!

**Das ist ja alles hochinteressant. Was sind denn die „Möglichkeiten“, die ich eröffnen kann?**

Praxis-Beispiele: Literaturkreis, Filmclub, KA-Mühlburg: Seniorencafé... Die Möglichkeiten sind aber örtlich verschieden; diese müssen/werden sich an Ihrer Gemeinde orientieren und an den Menschen, die da sind. Ansatz: Was möchten die Menschen miteinander/füreinander tun? Schaffen Sie Anreize, um miteinander zu schauen: Was möchten die Menschen vor Ort? Was sind ihre Bedürfnisse?

### **Wer ist denn dafür dann verantwortlich?**

#### **Wo laufen die Fäden zusammen?**

Auch dies wird je nach Ort unterschiedlich sein: Kirche kann initiieren, muss aber nicht. Aus unserer Sicht ist es Aufgabe von Hauptamtlichen, Koordinierungstreffen einzuberufen und Interessierte einzuladen. D.h. nicht, dass die Hauptamtlichen alles selbst machen, sondern gerade, dass Selbstorganisation ermöglicht wird und Menschen genau dazu ermutigt werden, das zu tun, was sie möchten.

#### **Wie macht man das: an Ideen kommen? Die Vielfalt der älterwerdenden Menschen, die Sie aufzeigen, ist interessant. Wie komme ich an die Bedürfnisse und Ressourcen der Menschen? Wo finde ich Menschen, die mich bei der Umsetzung dieser Ideen unterstützen?**

Laden Sie Interessierte ein und vertrauen Sie darauf, dass diese Ihre Bedürfnisse äußern und Ihre Ressourcen einbringen, wenn sie merken, dass sie wirksam werden können. Fragen Sie älterwerdende Menschen, was sie brauchen und sich wünschen. Dies kann zunächst einmal durch persönliche Gespräche passieren, kann in bestehenden Gremien thematisiert werden – aber dann auch zu einen Initiativ- oder Vernetzungstreffen führen.

#### **Die Jugend ist doch viel wichtiger und unsere Zukunft!**

##### **Ist der Bedarf tatsächlich da? Wie ermittle ich den Bedarf?**

Sie können sich auch entscheiden, die große Gruppe der Älteren und ihre Bedürfnisse nicht zu beachten. Aber wir möchten zu bedenken geben: Wir sind als Generationen aufeinander angewiesen. Wir bauen gemeinsam an der Zukunft. Gegenseitiges Verständnis statt Gegeneinander wird uns weiterbringen.

#### **Ist das nicht wieder etwas, das von oben aufgestülpt wird?**

##### **Gehört das zu irgendeinem dieser von oben diktierten**

##### **Dialogprozesse?**

Nein, die Vision für eine Seniorenpastoral der Zukunft, der Gedanke vom Raum schaffen, Austausch ermöglichen und Gemeinschaft stiften, wurde von uns im ehrenamtlichen Vorstand des FORUM älterwerden und mit den Ehrenamtlichen der Altenwerke aus den Dekanaten zusammen entwickelt. Trotzdem denken wir, dass die Ideen, die wir haben, ganz gut zum Prozess Kirchenentwicklung 2030 passen können, jedenfalls inhaltlich.

Wir wünschen uns als Ehrenamtliche, die sich auf Diözesanebene einbringen, auch den Kontakt zu den Gemeinden und zu Ihnen, damit wir wissen, woran wir schaffen und wo wir unterstützen können. Fertige Rezepte gibt es dafür allerdings nicht.

### **Was wird denn mit den Altenwerken?**

#### **Sollen wir die alle schließen?**

Nein! Die Idee einer Seniorenpastoral der Zukunft geht davon aus, dass passende Angebote für die jeweiligen Bedürfnisse erhalten werden sollen. So ist auch ein Altenwerk, wie es derzeit gut läuft, ein wichtiger Teil einer solchen Seniorenarbeit. Ein Seniorennachmittag ist dann eine von mehreren (zusammengehörigen) Gruppierungen, denn dieser erhöht die Lebensqualität derer, die kommen und trägt zum Abbau von Einsamkeit bei.

#### **Ich glaube nicht so recht, dass die Vielfalt bei den Älteren so groß ist; bei mir in der Gemeinde reicht denen allen das Kaffeekränzchen.**

Zum einen ist das sicher ganz verschieden in den Gemeinden. Zum andern würde ich über die erwähnte Vielfalt hinaus auch zu bedenken geben: im städtischen oder im ländlichen Raum gibt es verschiedene Gewohnheiten, Bedürfnisse und Ansprüche und auch andere Angebote außerhalb der Kirchen. Von daher haben wir ja auch noch gar nicht alle älterwerdenden Menschen im Blick, wenn es „nur“ das Kaffeekränzchen gibt.

#### **Ich habe in meiner Gemeinde niemanden, der dafür Verantwortung übernehmen würde.**

Verantwortung übernehmen ist ja ein weiter Begriff. Wir denken, dass die Verantwortungsübertragung damit anfangen muss, Menschen darin zu unterstützen, was ihr eigenes Interesse ist. Vielleicht wollen Menschen schlicht anderes tun und nicht alles fortsetzen, wie es war. Der Kontakt zu den Menschen und die persönliche Ansprache durch Hauptamtliche mit echter Verantwortungsübertragung ist ein denkbarer Weg, Menschen zu finden.



## C Zur Vision: Wie sieht die Seniorenarbeit aus, wenn unsere ›Vision‹ Wirklichkeit wird?

In den Druckvorlagen und der Bildschirmpräsentation finden Sie die untenstehenden Bilder und die dazugehörigen Impulse, um ein Gespräch zu unserer Vision in Kleingruppe oder Plenum anzuleiten.

- Die Bildschirmpräsentation eignet sich eher für größere Gruppen.
- Die Druckvorlagen können in kleineren Gruppen z.B. über ein Tisch-Flipchart genutzt werden oder jeweils in Kleingruppen mitgegeben werden.
- Suchen Sie die Fragen/Impulse aus, die vor Ort passend erscheinen oder dem Zeitfenster, das zur Verfügung steht, entsprechen.

### Bild 1 / Einführung



**Im Erklärvideo gibt es drei zentrale Sätze, die die Vision einer Seniorenpastoral der Zukunft näher beschreiben.**

*Was haben wir nun vor?*

- Wir schauen gemeinsam auf diese Sätze.
- Wir diskutieren die verschiedenen Impulse dazu.
- Wir überlegen, was wir vor Ort ergänzen oder ändern würden.

## Bild 2 / Raum schaffen



### »Raum schaffen, damit Menschen sich entfalten können«

- (Weiter-)Entwicklung endet nicht: jede:r Einzelne kann Neues Lernen, sich verändern, sich entfalten, mutig sein – egal wie alt!
- Dafür muss aber eins stimmen: die Rahmenbedingungen!
- Zur Entfaltung gehört auch die Einsicht: Es gibt keine festgelegten Rollenbilder mehr für älter werdende, alte und hochaltrige Menschen!

## Bild 3 / Austausch ermöglichen



### »Austausch ermöglichen, damit Bedürfnisse und Ressourcen deutlich werden«

- Einerseits: Austausch mit Gleichaltrigen und Gleichgesinnten über ähnliche Betroffenheiten oder Interessenlagen
- Andererseits: Austausch mit jüngeren und älteren Menschen, mit Menschen aus anderen Kulturen/Religionen, mit Menschen mit anderen Interessen
- Dabei ist wichtig: die Bedürfnisse von sich und anderen zu kennen – und: zu wissen, was ich selbst und andere ›schaffen‹ können!

## Bild 4 / Gemeinschaft stiften



**»Gemeinschaft stiften, damit Menschen einen Ort haben, an dem sie sie selbst sein können«**

- Gemein-Sinn und Eigen-Sinn sind wichtig: Niemand sollte sich für die Gemeinschaft ›verbiegen‹ müssen
- Die Frage: Wann möchte ich andere Menschen um mich haben - und wann brauche ich Zeit für mich?
- Nicht einsam kommen und einsam wieder gehen, weil kein echter Kontakt möglich war!

## Bild 5 / Ergänzungen



**Welche Ideen, Wünsche, ›Visionen‹, Träume würden Sie / würden wir ergänzen?**

- ... an unserem Ort / in unserer Pfarrei?
- ... im Hinblick auf die Menschen, die hier leben?
- ... in Bezug auf die Engagierten, die sich bei uns einbringen?

*Wie soll die Seniorenarbeit bei uns konkret aussehen?*



## D Zur Vielfalt des Alters



### *Gruppenarbeit*

Es werden Tischgruppen gebildet und jede Tischgruppe erhält je ein Deck Vielfalt-Kärtchen. Die Gruppen bekommen den Auftrag miteinander zu den Impulsfragen ins Gespräch zu kommen und notieren sich entweder auf die Karten oder auf Moderationskarten Stichpunkte.

Sie können entweder für alle Tischgruppen dasselbe Thema und die dazugehörigen Impulsfragen wählen oder aber jede Tischgruppe bekommt einen anderen Themenblock.

Nach einer Dauer von 20 Minuten Kleingruppenarbeit können Sie sich dann gegenseitig die Ergebnisse im Plenum vorstellen und zusammen ergänzen.

*Auf der nächsten Seite finden Sie Impulsfragen, die für das Gespräch in der Gruppe spannend sein können.*

*Wählen Sie die Fragen aus, die Ihnen passend und weiterführend erscheinen.*

## **Impulsfragen zu Personengruppen**

- Schauen sie sich die vielfältigen Personengruppen nochmal gemeinsam an und überlegen Sie gemeinsam, welche Gruppen in Ihrer Pfarrei vorkommen. Dabei können folgende Impulsfragen helfen:
- Welche Personengruppen von den Karten kommen bei uns in der Pfarrei vor?
- Gibt es eine Personengruppe die wir bisher eventuell nicht bedacht haben?
- Welche Personengruppen kommen zu unseren Angeboten?
- Fehlt eine Gruppierung noch? Dann bitte die leere Karte nutzen und die fehlende Personengruppe hinzufügen.

## **Impulsfragen zu Angeboten**

Denken Sie bei dem Blick auf die unterschiedlichen Personengruppen an bestehende Angebote in der Seniorenarbeit und überlegen Sie, ob die Angebote für alle Personengruppe ansprechend sind. Dabei können die folgenden Impulsfragen helfen:

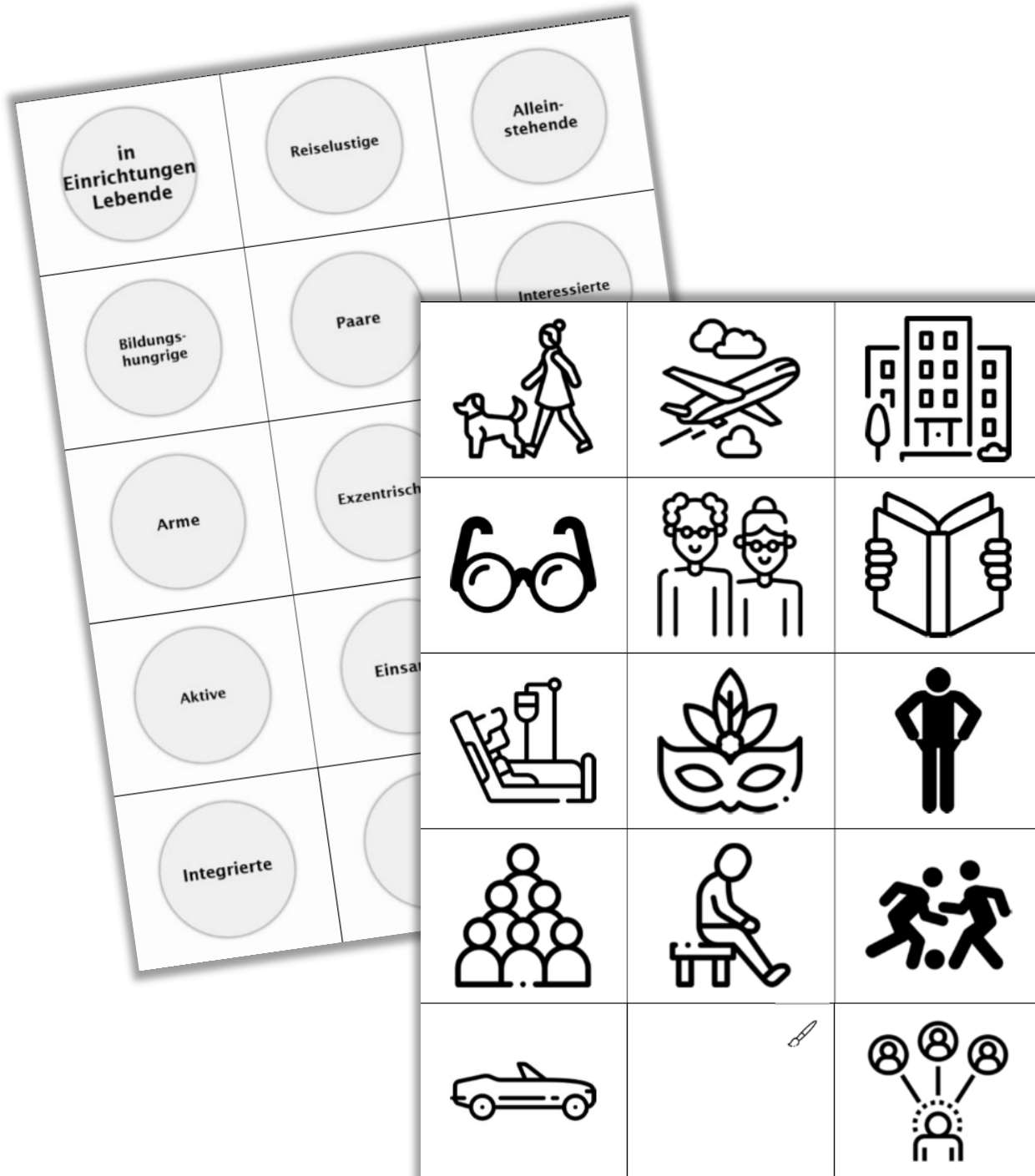
- Welche unterschiedlichen Interessen haben die verschiedenen Personengruppen?
- Werden die Interessen der Personengruppen durch unsere Angebote abgedeckt?
- Was für Angebote könnten wir anbieten, damit diese für alle Personengruppen ansprechend sind?

## **Impulsfragen zu Orten für Angebote**

Schauen Sie sich die unterschiedlichen Personengruppen nochmal an und überlegen Sie gemeinsam, an welchen Orte diese wohl Angebote wahrnehmen. Dabei können die folgenden Impulsfragen helfen:

- Wie mobil ist die Personengruppe, wie weit ist der Mobilitätswert?
- Welche Gebäude eignen sich für Angebote?

Die Druckvorlagen für die Gruppenarbeit zur Vielfalt des Alters finden Sie unter [www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo)





### **Möglichkeiten eröffnen**

*Impulsfragen / Gesprächsanstöße*

- Was haben wir (als Kirchengemeinde / als Seniorenkreis) anzubieten?
- Wem fehlen Möglichkeiten, sich zu entfalten?
- Mit wem möchten wir zusammenarbeiten, um neue Möglichkeiten der Teilhabe anzubieten?

**Sie finden zur Methode (E) Druckvorlagen und  
Bildschirmpräsentation online unter  
[www.forumaelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forumaelterwerden.de/erklaervideo) !**

# E Menschen auf dem Marktplatz

## *Vorbereitung / Einleitung*

Auf Karten werden einige Motive aus dem Erklärvideo wieder aufgenommen. Diese haben wir hier jeweils mit einer Überschrift versehen. Unter der Überschrift finden Sie Impulsfragen und Anstöße, um miteinander ins Gespräch zu kommen.

Alle Motive und Überschriften sind verbunden mit der grundlegenden Fragestellung: Wie kann Seniorenarbeit bei uns vor Ort konkret aussehen?

Die Karten können im Plenum oder in der Kleingruppenarbeit verwendet werden.

## *Gruppenarbeit*

Jede Gruppe bekommt je nach Zeit alle oder nur einen Teil der Karten.

Die Kleingruppen machen sich jeweils Gedanken zu den unterschiedlichen Impulsfragen und notieren die Antworten so, dass diese am Ende gesammelt werden können und in der ganzen Gruppe vorgestellt werden können.

## *Austausch im Plenum*

Der Austausch im Plenum kann so gestaltet werden, dass jede Kleingruppe folgende Fragen beantwortet:

- Mit welchen Fragen haben wir uns beschäftigt?
- Welche Antworten haben wir gegeben?
- Wobei waren wir uns einig?
- Wobei gab es unterschiedliche Meinungen und welche?
- Welche Einsichten haben wir in unserem Gespräch, in unserer Diskussion gehabt?
- Welche Ideen für eine Seniorenpastoral der Zukunft kamen in unserer Kleingruppe auf?



# F Vier-Ecken-Spiel

*Im Raum werden vier ›Ecken‹ oder klar abgrenzbare Bereiche benötigt. Diese können beispielsweise farblich gekennzeichnet werden.*

## *Material*

Für jede Fragerunde können immer vier zusammengehörige Aussagen ausgewählt werden (siehe unten: Aussagen A bis I) Die Fragen werden laut vorgelesen und können entweder per Beamer angeworfen werden oder auf farbigem Papier hochgehalten bzw. in der jeweiligen Ecke angebracht werden. Es bietet sich an, die unterschiedlichen Ecken und Aussagen farblich zu kennzeichnen, damit sich die Teilnehmenden leichter positionieren können.

## *Ablauf*

Die Teilnehmenden positionieren sich für alle sichtbar in einer der vier Ecken zu konkreten Aussagen. In den jeweiligen Ecken sollen Diskussionen zum Grund der Positionierung stattfinden. Im Mittelpunkt steht dabei, dass die Teilnehmenden miteinander ins Gespräch kommen und weniger die Entscheidung für eine Option. Es werden mehrere Runden gespielt.

## *Einführung*

Ich stelle euch / Ihnen gleich nacheinander unterschiedliche Aussagen vor.

Entscheidet euch / Entscheiden Sie sich dann jeweils für eine der Aussagen, die für euch / Sie im Moment am besten passt und stellt euch / stellen Sie sich in die dazugehörige Ecke.

### **Aussagen A**

- 1) »Das wichtigste ist, vom Leben selbst etwas über das Leben zu lernen.«
- 2) »Jeder kann und sollte etwas für seine Gesundheit tun, um im Alter noch gut dazustehen und der Gesellschaft nicht zur Last zu fallen.«
- 3) »Ich finde, es sollte nicht ständig alles neu und anders gemacht werden, sondern das bewahrt werden, was sich bewährt hat.«
- 4) »Ich glaube, wenn die Menschen lernen, ganz bei sich zu sein, werden sie die wirklichen Dinge im Leben sehen und verstehen können.«

### **Aussagen B**

1. »Ich halte meine Ansprüche niedrig und verlasse mich auf das, was sich bewährt hat. So muss ich keine bösen Überraschungen erleben – und kann Geld sparen.«
2. »Wer rastet, der rostet.«
3. »Mit Respekt und Optimismus im Herzen wird aus jeder Alltagssituation eine freundliche Begegnung.«
4. »Mein Körper ist meine Leidenschaft, da gibt es immer was zu tun.«

### **Aussagen C**

1. »Wenn ich im hohen Alter auf die Gesellschaft blicke, möchte ich sehen, wie sich Menschlichkeit unter den Menschen ausgebreitet hat.«
2. »Ich möchte so lange wie möglich ein gesundes Leben leben. Deshalb kümmere ich mich zuallererst um mich und meine Gesundheit.«
3. »Ich will mein Leben lang aktiv und informiert bleiben und meine Erfahrungen an die Menschheit weitergeben.«
4. »Ich möchte mein Leben sicher und ohne große Überraschungen verbringen. Am Ende will ich sagen können: Ich bin gut über die Runden gekommen und habe meine Verhältnisse in Ordnung gehalten.«

## **Aussagen D**

1. »Ich arbeite gerne im Team und freue mich, wenn ich nicht alles alleine machen muss.«
2. »Ich plane Dinge am liebsten selbst, dann bedarf es keinen Absprachen.«
3. »Ich verteile gerne Aufgaben auf vielen Schultern, damit nicht alles an mir hängen bleibt.«
4. »Mir ist wichtig, dass eine Person die Hauptverantwortung und den Überblick über alles hat !«

## **Aussagen E**

1. »Ich denke, dass die Kirche weiterhin etwas Gutes anzubieten hat und dass wir einfach eine andere Qualität haben als andere Anbieter.«
2. »Ich denke, dass wir mehr mit anderen Anbietern in der Seniorenarbeit zusammenarbeiten müssen.«
3. »Ich denke, dass es so viele Angebote für Senior:innen gibt, dass ich mich frage, warum wir als Kirche überhaupt noch in dem Feld aktiv sein sollen.«
4. »Ich denke, dass es zwar viele Angebote für Senior:innen gibt, aber viele gar nicht attraktiv sind für die Menschen, die ich so kenne.«

## **Aussagen F**

1. »Im Seniorenkreis bei uns vor Ort gibt es viele Menschen, die nicht mehr alleine kommen könnten und zu den Treffen gebracht werden.«
2. »Im Seniorenkreis bei uns vor Ort sind alle Teilnehmenden aktiv dabei und können an allen Angeboten teilnehmen.«
3. »In unserer Nachbarschaft leben viele Senior\*innen, die nicht zu Angeboten der kirchlichen oder kommunalen Seniorenarbeit gehen.«
4. »Bei uns vor Ort ist der Seniorenkreis in den letzten zehn Jahren deutlich kleiner geworden.«

### **Aussagen G**

1. »Ich glaube Senior\*innen sind vor allem auf der Suche nach Austausch und Gespräch, darauf sollten wir unsere Veranstaltungen ausrichten.«
2. »Ich glaube Senior\*innen benötigen alltagspraktische Informationen, dazu sollten wir mehr Angebote machen.«
3. »Ich glaube Senior\*innen suchen Gleichgesinnte um ihre Interessen umzusetzen, dazu sollten wir den Raum schaffen.«
4. »Den Senior\*innen, die ich kenne, ist ihr Glaube sehr wichtig. Den wollen sie in einer Gemeinschaft leben und teilen. Dafür sollte kirchliche Seniorenarbeit stehen.«

### **Aussagen H**

1. »Bei unseren Senior:innen wird vor allem das Kaffeetrinken und das Kuchenessen gelobt – mehr wird gar nicht erwartet.«
2. »Bei unseren Senior:innen sind kleine Ausflüge schon nicht mehr genug, die wünschen sich schon richtige Reisen.«
3. »Bei unseren Senior:innen wird Wert auf gute und hochkarätige Vorträge gelegt. Sie diskutieren dann alle gern mit.«
4. »Ich höre oft, dass ältere Leute bei uns was ganz anderes wollen und deswegen nicht zu den Seniorentreffen kommen.«

### **Aussagen I**

1. »Ich habe Lust, dass die Seniorenarbeit sich weiterentwickelt!«
2. »Ich habe Lust, dass wir nicht mehr nach Alter einteilen, sondern Generationen verbindend schaffen!«
3. »Ich habe keine Lust, Neues auszuprobieren, finde es aber toll, wenn andere das tun.«
4. »Ich habe Lust, dass wir uns wieder treffen, um über Raum schaffen, Austausch ermöglichen und Gemeinschaft stiften zu sprechen.«

**Druckvorlagen und Bildschirmpräsentation online unter  
[www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo](http://www.forum-aelterwerden.de/erklaervideo)**

## *Meine Notizen*

A series of horizontal dashed yellow lines, spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.



FORUM älterwerden der Erzdiözese Freiburg e.V.

Okenstraße 15 | 79108 Freiburg

0761 5144 -211/-213

[www.forum-aelterwerden.de](http://www.forum-aelterwerden.de) | [forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:forumaelterwerden@seelsorgeamt-freiburg.de)