

Armut, Alter, Einsamkeit, Teilhabe und Gesundheit – Ergebnisse zweier Workshops –

Elke Schilling, SeniorInnenvertretung Mitte, Berlin (Text und Bilder)

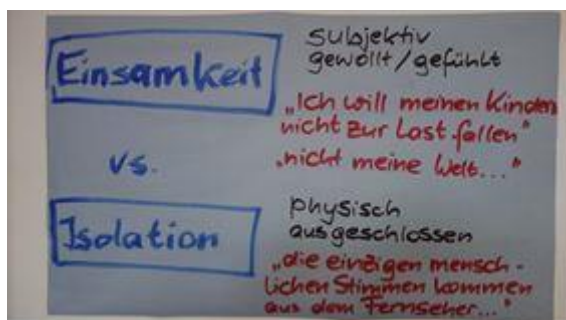
1. Vorbemerkung

Verlusterleben und Einsamkeit stehen an erster Stelle der Ursachen von Alterssuizidalität und erhöhen das Krankheitsrisiko nachweislich. In einem interaktiven Workshop sollte den Fragen von Ursachen, Risiken und Prävention von Armut und Isolation im Alter nachgegangen werden.

In zwei Workshops mit 18 und etwas 35 Teilnehmenden wurde im Format Dynamic Facilitation (DF), an Fragen und Lösungsansätzen gearbeitet. DF ist eine interaktive Moderationsmethode (Jim Rush), die i.d.R. mit 12 – 15 aktiv Teilnehmenden an kontroversen Fragestellungen arbeitet und dabei die Unstrukturiertheit menschlichen Denkens berücksichtigt. Die Moderation sortiert und visualisiert die benannten Aspekte zum Thema nach vier Gesichtspunkten:

- Herausforderungen/Fragen
- Lösungen/Ideen
- Bedenken und Einwände
- Informationen

Die in den Postern 1-4 benannten Aspekte des Themas waren schon vorher an der Wand angebracht:



2. Als **Herausforderungen/Fragen** zum Thema wurden folgende Aspekte visualisiert:

1. Herausforderungen/Fragen
- Nicht da / unsichtbar
 - präsent
 - "Scham" Betroffener
 - Allein lebend
 - Krankheit potenziert das Problem
 - Partnerverlust
 - Isolation → Tod vereinsamt
 - Kosten nicht erschwinglich
 - Umgang mit Wünschen/Schünsüchten
 - Einschränkung von Mobilität
 - Suchterkrankungen
 - Selbstbestimmtes Leben → Autonomie
 - Auflösung fam. Bindungen/Nähe

- Auflösung fam. Bindungen/Nähe
- barrierearm von Wohnhäusern?
 - öffentliche Einrichtungen barrierearm? Umwelt desgl.
 - Verständnis / Informations } Barrieren
 - Unfähigkeit loszulassen von Dingen ...
 - wie kann Information zugänglich gemacht werden?
 - Kontaktarmut / Dunkelziffer wie stark?
 - wie die Isolierten erreichen?
 - wie Hilfe zur Selbsthilfe ermöglichen?
 - Selbstbestimmung / Autonomie erhalten?
 - Tabuthemen zulassen!
 - Grenzen respektieren

1. Herausforderungen/Fragen
- Enttäuschung / Erwartung
 - Teufelskreis Armut + ...
 - gen. Umgang mit dem Erwerb mit Verlust/Abbau
 - unterschiedl. Lebensstile, Diversität
 - "Schicksalsschläge"
 - Stigmatisierung (psych. h.a.)
 - Übergänge bewusst gestalten
 - Arbeitslosigkeit, prekäre AL
 - Digitalisierung d. Gesellschaft
 - med. Versorgung
 - Isolation
 - Privatsphäre garantieren, wie?
 - Renten aufbesserung wie?
 - Ehrenamtsmissbrauch
 - Wertschätzung von Erfahrungen?
 - Potenziale nutzen
 - Bewältigung Leben / Verwahrlosung

3. Vorschläge für **Lösungen und Ideen** waren zahlreich in beiden Workshops:

- ### 2. Lösungen, Ideen
- Therapeut. Eingriffe ermöglichen ^{generationen übergreifend}
 - Neue Wohnformen / Wohngr.
 - Selbstorganisation regional
 - Prävention d. Einkommen
 - polit. Regelungen / Instrumente
 - Alters - WGen
 - Pol. / Verantw. müssen sich umfassend informieren
 - Ehrenamt nutzen
 - ges. Potenziale nutzen
 - öfftl. zugängliche, bezahlbare Räume
 - Sponsoren finden
 - Vernetzung v. Jung & Alt

- Vernetzung v. Jung & Alt
- Zimmer für Hilfe
- Koop. mit Medien
- Neues Selbstbewusstsein entwickeln → Ältere bevor es zu spät ist
- öffentliche Toiletten, Barrierefreiheit
- "erfolgreich" altern
→ Altersbilder ändern
Berührungängste mindern
- Übergänge gestalten, barrierefrei, aktiv
- ehrenamt schon im Beruf
- Informationen zugänglich machen
- Infopoints für mobile Ältere
- Pflegeplätze → Info rd. ums Alter
- Info niedrigschwellig
- Brücken bauen in digitale Welt

- ### 2. Lösungen
- #### Informationen / Schwächen
- Alte helfen Hochaltrigen "AnsprechpartnerInnen"
 - organisierte Tagesreisen (erschwinglich variabel)
 - "Freizeit" modul im Smart-TV
 - ges. Umdenken → Alter ist wertvoll
 - Zusammenarbeit Jung & Alt
 - Patenschaften für Ältere
 - Sharing, Teilen von Besitz, Dienstleistung
Gemeinschaftsökonomie
 - bedingungsloses Grundeinkommen
 - Schülerpraktika bei Älter. Gruppen / Ent
 - Telefonketten
- "auf Augenhöhe"
 - Senioren telefon Silver-Line-Hotline
- im Umfeld von Sen. Einrichtungen

- ### 2. Lösungen
- Öffnung von Schulen, FFE
KITA's für Alte
 - Tiere als Brücke f. Kommunikation
 - Sensibilisierung von Architekten
alle Generationen bedenken
 - Mediatoren, die Ältere zu Hause besuchen - Besuchsdienste
aufsuchende Leistungen
 - GesundheitsBiele.de
 - EJK Heiligensee Gemeinschaftswohnen
 - Mobilitätshilfen
- aktiv Alte anbieten
 - Zeitzeugenprojekte - knüpfen an
- lustvoll altern

Einsam/Isoliert

Gesund/krank

2. Lösungen / Ideen
- Sportangebote / Selbstorganisation
 - Pflegekräfte, die auch emotional, kommunikativ versorgen
 - individuelle Bedarfe erkunden
 - Hobbies aktivieren, unterstützen
 - Familiengesundheitspflegerin als niederschwelliger Zugang
 - Diversität akzeptieren
 - QMs öffnen für Ältere und ihre Bedarfe
Familien, Stadtteil, Zentren
 - Orte für Organisation / Treffen
 - Öffnung von Schulen, KiTAs, JFS
→ Alte
 - Projekte entwickeln / fördern anhand Bedarfe
 - Interkulturelle Ansätze / Interessen
 - Altersbilder positiv verändern
 - Silver line Helpline UK (TS-Vorläufer)

2. Lösungen / Ideen

- hauptamtliche Strukturen
 - Mehrgenerationenhäuser
 - Begegnungsstätten
 - Teilhabe organisieren
 - aktiven Lebensrückblick (erzählen, aufschreiben, Zeitzeugen)
 - Begleithäuser
Wohnungsgemeinschaften, altersübergreifend
 - interkult. offene Angebote
Lebensformen / entwürfe
 - Tiere als Kontaktshelfer
 - Senioren-Uni
 - Angebote für „Bildungsferne“
 - Anknüpfen „Zwischen Arbeit & Ruhestand“
 - Einsatz Älterer in Museen → Erfahrung, Werteschätze
(+ Aufwandsersatz)
 - Senioren-WG's bei Demenz u.a.
 - Haushaltshilfen finanzieren
 - Kontakte mobilisieren
2. Org. von Selbsthilfe + Angeboten

4. An **Bedenken und Einwänden** wurden genannt:

- ### 3. Bedenken, Einwände
- plötzlich in eine WG mit alten Menschen ziehen
 - Vertrauen ist im Alter schwer aufzubauen
 - Abhängigkeit - Angst ausl.
 - Kosten
 - Zunehmend werden SFS geschlossen
 - Krankheit macht „Mobilität“ schwer
 - Einsamkeit kann Persönlichkeitsbedingt sein
 - Krankheit
 - keine Motivation, „fertig“
 - Ehrenamt ist nicht umsonst
 - Digitale Welt → Herausforderung

- ### 3. Bedenken / Einwände
- Mangel an Information
 - Scham? Bedürftigkeit stolz eingestehen
 - Schlechte Infrastruktur
 - ~~Tausch~~ „klamme“ Haushalte
 - Selbstein (über?) Schätzung
 - Übergänge/Angebote zu früh
 - Ausnutzung v. Ehrenamt ohne Entsch.
 - Produktion von (Medikamenten) Abhängig
 - soziale Infrastruktur verschlossen
 - Minijob vs. Ehrenamt
 - Knete → A & O

- ### 3. Bedenken / Einwände
- Mangel an Information
 - Scham? Bedürftigkeit stolz eingestehen
 - Schlechte Infrastruktur
 - ~~Tausch~~ „klamme“ Haushalte
 - Selbstein (über?) Schätzung
 - Übergänge/Angebote zu früh
 - Ausnutzung v. Ehrenamt ohne Entsch.
 - Produktion von (Medikamenten) Abhängig
 - soziale Infrastruktur verschlossen
 - Minijob vs. Ehrenamt
 - Knete → A & O

- ### 3. Bedenken / Einwände
- „kann“ Leistung scheitern am Mangelbudget
 - keine Eigenmittel
 - Raum für Info's in Verteilzeitungen
 - rechtzeitige Auseinandersetzung mit „Alter“ und Folgen
 - Wer entscheidet, was andere brauchen
 - intergenerationell kann schief gehen

5. Zusammenfassung

Die große Nachfrage (zusammengenommen 60 Teilnehmende in beiden Workshops) deutet auf ein hohes Interesse am Thema. Die Herangehensweise mit Dynamic Facilitation führte dazu, dass einerseits die hohe Komplexität, aber auch eine Vielzahl von Aspekten sichtbar wurden. In weiteren Arbeitsschritten müssten sich kleinere Gruppen auf die als wichtig eingeschätzten Lösungsansätze konzentrieren und daran im gleichen oder einem anderen Setting weiter arbeiten. Das könnten – resultierend aus der Vielzahl der Nennungen

- Ansätze und Vertiefungen zu politischen Lösungen sein
- konkrete Projekte der organisierten Selbsthilfe und aufsuchender Angebote
- Projekte zur Veränderung von Selbst- und Fremdwahrnehmung und Wertung von Alter

(Bilder: Karin Splittgerber)

