KEB

KATHOLISCHE
ERWACHSENENBILDUNG
DEUTSCHLAND

TOOLBOX SORGEKULTUR

Inhalt

Per Mausklick gelangen Sie zu den einzelnen Kapiteln.

Vorwort 3

Eigen-Sinn
1. Erläuterung 4
2. Bezug zum 7. Altenbericht 4
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 5
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 6

Gemein-Sinn
1. Erläuterung 8
2. Bezug zum 7. Altenbericht 8
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 9
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 11

Selbst-Sorge
1. Erläuterung 12
2. Bezug zum 7. Altenbericht 12
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 13
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 14
Arbeitsblatt: Die Fülle wahrnehmen 16

Mit-Sorge
1. Erläuterung 17
2. Bezug zum 7. Altenbericht 17
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 18
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 19

Pflege
1. Erläuterung 22
2. Bezug zum 7. Altenbericht 22
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 24
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 25

Sorge um Gerechtigkeit
1. Erläuterung 26
2. Bezug zum 7. Altenbericht 26
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 27
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 28

Subsidiarität
1. Erläuterung 30
2. Bezug zum 7. Altenbericht 31
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 31
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 32

Soziale Konvois
1. Erläuterung 33
2. Bezug zum 7. Altenbericht 34
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 35
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 36

Sorge(t nicht)!
1. Erläuterung 39
2. Bezug zum 7. Altenbericht 39
3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen 40
4. Anregungen für die Bildungsarbeit 41
Weiterführende Links und Literatur 45

Impressum 46

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Vorwort

Der 7. Altenbericht der Bundesregierung „Sorge und Mitverantwortung in der Kommune – Aufbau und Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften“ hat die Kommission Altenbildung der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) Deutschland angeregt, sich mit dem dort eingeführten Begriff „Sorgekultur“ näher zu beschäftigen.

Sorge ist mehr als pflegerische Unterstützung. Sie bezieht die Unterstützung in der Alltags- und Lebensgestaltung ein (vgl. 7. Altenbericht, 182). Der Beitrag zu einer Sorgekultur hat für die einzelne Person Bedeutung für ihre Sinnerfahrung, indem sie die Welt um sich herum mitgestaltet und sich in Beziehung zu den Mitmenschen und der Welt setzt. Daher „reicht es nicht, ältere Menschen vorwiegend oder gar ausschließlich als Umsorgte zu verstehen, sie sind vielmehr auch Sorgegebende, die sich in einer mitverantwortlichen Haltung anderen Menschen zuwenden wollen und zuwenden“ (ebd., 50).

Eine Sorgekultur ist geprägt von einer Subjekt-Subjekt-Beziehung und dem Bewusstsein, dass wir alle aufeinander wechselseitig angewiesen sind (Interdependenz). Sie lebt von dem Wissen darum, dass jede und jeder selbst plötzlich Hilfe brauchen kann.

Wie kann es gelingen, „die Selbstorganisations- und Sorgefähigkeit der ‚kleinen Lebenskreise‘ – der Familie, Angehörigen, Nachbarn, Bekannten und darüber hinaus engagierten Frauen und Männer – zu würdigen, zu stärken und in neuen Formen zu initiieren?“ (7. Altenbericht, 48)

In dieser Toolbox finden Sie Anregungen, um mit Gruppen in ein Gespräch zu kommen. Die Kapitel sind so gestaltet, dass Sie alle Informationen zu einer konkreten Veranstaltung auf einer Seite finden. Sie können dadurch die einzelnen Seiten als Moderationskarten verwenden.

Alle Kapitel enthalten die Punkte „Erläuterung“, „Bezug zum 7. Altenbericht“, „Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen“ und „Anregungen für die Bildungsarbeit“. Die Kapitel erheben nicht den Anspruch, diese Punkte trennscharf zu bearbeiten, dafür gibt es zu viele Überschneidungen. Sie wollen Lust machen, sich mit Themen und Begriffen des 7. Altenberichts auseinanderzusetzen und ins Gespräch zu kommen.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Eigen-Sinn

„Ein gesundes Maß an Eigensinn hilft uns nicht nur, angemessenen Widerstand zu leisten, sondern unterstützt uns auch darin, anderen Menschen Grenzen zu setzen und Abstand zu halten zu kraftraubenden Zeitgeistmoden."
(Nuber, Ursula: Eigensinn. Die starke Strategie gegen Burn-out und Depression – für ein selbstbestimmtes Leben, Frankfurt 2016)

1. Erläuterung

Eigen-Sinn ist im Sinne von „der ist aber eigensinnig" oft negativ besetzt. Aber Eigen-Sinn bedeutet auch, sich selbst zu kennen, zu wissen wer man ist, welche Bedürfnisse, Werte, Hoffnungen, Wünsche und Träume man hat. Eine Vorstellung zu haben, was im eigenen Leben Sinn macht.

Eigen-Sinn hilft, die eigene Autonomie zu bewahren und Widerstand zu leisten. Das ist besonders im Alter wichtig, wenn Abhängigkeit zunimmt und andere Menschen denken, zu wissen, was für jemanden gut ist.

Wer Eigen-Sinn besitzt, kann sich besser vor Übergriffen schützen, die unmündig machen.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Die Stärkung der Person: Daseinsvorsorge wird nicht auf die Bereitstellung von bestimmten öffentlichen Gütern und Dienstleistungen reduziert, die die regionale Wettbewerbsfähigkeit und die Gleichwertigkeit der Lebensverhältnisse garantieren.

In den Mittelpunkt rücken vielmehr die Stärkung und Befähigung der Menschen mit ihrer Eigenständigkeit, ihren Fähigkeiten und ihrer Unterschiedlichkeit, aber auch mit ihrer Verantwortung gegenüber anderen.

Für dieses erweiterte Verständnis von Daseinsvorsorge sind Strategien und Instrumente erforderlich, die regionale und soziale Lebensumstände und individuelle Eigenschaften berücksichtigen und dafür Sorge tragen, dass Menschen und Gruppen gleiche Chancen bekommen, nicht ausgegrenzt werden und Möglichkeiten der sozialen und politischen Teilhabe erhalten. Dies wiederum setzt gesellschaftliche Solidarität voraus." (7. Altenbericht, 35)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

KEB
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG DEUTSCHLAND

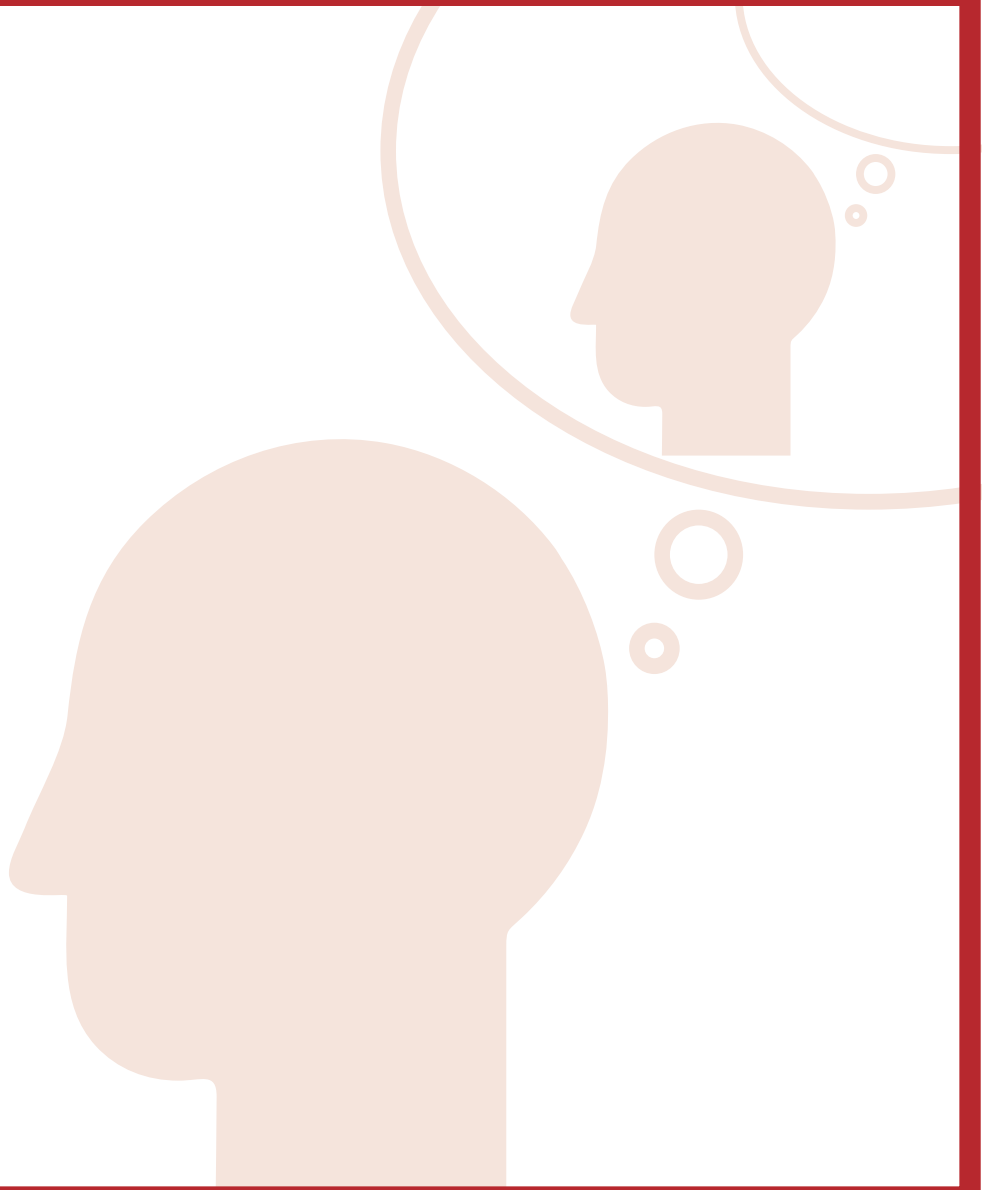
Eigen-Sinn

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

Damit Menschen ihren Eigen-Sinn bewahren und fördern können, sollten Verantwortliche die Potenziale und Grenzen älterer Menschen im Blick haben.

Bildungsangebote können dabei:

- *zur Selbstthematisierung und Selbstreflexion anregen*
- *die Persönlichkeitsentwicklung fördern*
- *die Kompetenz zur selbstbestimmten Lebensführung, d.h. zu größtmöglicher Autonomie fördern*
- *die Zuversicht stärken, dass die Herausforderungen des Älterwerdens gemeistert werden können*
- *Fragen nach dem Lebenssinn thematisieren*
- *Raum geben für spirituelle Erfahrungen*



© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Eigen-Sinn

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Übung: Sich selbst wahrnehmen

Malen Sie Ihren eigenen Körper (Umriss) mit den Narben, die sich im Lauf des Lebens angesammelt haben. Malen Sie in Ihren Körper mit unterschiedlichen Farben einzelne Gebiete:

- *den realen und den psychischen Schmerz*
- *die Lebenserfahrung*
- *die Ressourcen und Fähigkeiten*
- *das Unbekannte*

Tauschen Sie sich in Paargruppen über Ihre Bilder aus.

Stehübung

Stellen Sie sich bequem hin, die Füße beckenbreit, die Knie nicht durchgedrückt. Zeigen Sie sich in Ihrer ganzen Größe. Lassen Sie Ihren Atem kommen und gehen.

Lenken Sie nun Ihre Aufmerksamkeit in die Füße, die fest auf der Erde stehen.

- *Was sind Ihre Wurzeln, die Ihnen Halt und Sicherheit geben?*

Sie stehen an einem bestimmten Platz, an dem nur Sie stehen und kein anderer.

- *Was macht Sie einmalig, unverwechselbar?*

Verlagern Sie leicht Ihr Gewicht auf den Füßen und loten Sie einen guten Standpunkt aus.

- *Was ist Ihnen wichtig, was wollen Sie vertreten?*

Sie stehen allein, können allein stehen.

- *Was macht Sie unabhängig, autonom?*

Spüren Sie nun in Ihre Wirbelsäule, die Sie aufrecht gehen lässt.

- *Was richtet Sie auf, wenn Sie niedergeschlagen sind?*

Spüren Sie nun Ihren Kopf, der senkrecht auf dem Hals sitzt und mit dem Himmel verbunden ist.

- *Welche Visionen haben Sie, für die sich das Leben lohnt?*

Atmen Sie nun ein und aus und räkeln Sie sich.

Tauschen Sie sich in Paargruppen über Ihre Erfahrungen aus.
Was ist Ihnen deutlich geworden? Was bewegt Sie?

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Eigen-Sinn

Arbeit mit dem Film „Nur ein bisschen“
(Der Film kann in den Medienstellen der Diözesen ausgeliehen werden.)

Einstiegsübung: Wie gut kann ich mich heute annehmen?
Auf dem Boden liegt ein Seil oder es wird mit Kreppband eine Linie auf den Fußboden geklebt. Auf der einen Seite liegt ein Blatt mit einer Null, auf der anderen Seite ein Blatt mit der Zahl 10.
Aufgabe: Stellen Sie sich vor, diese Skala zeigt an, wie zufrieden Sie heute mit sich sind. Wie gut können Sie sich heute akzeptieren und annehmen? Stellen Sie sich bitte dort auf, wo es heute im Moment für Sie passt. 0 bedeutet völlig unzufrieden und 10 optimal. Erzählen Sie den anderen kurz, warum Sie gerade dort stehen.

Wie es gelingen kann, dass wir uns in unserer Individualität, im „So-Sein“ annehmen können, zeigt der Kurzfilm „Nur ein bisschen“ – eine Parabel.

Nur ein bisschen (Bara lite)
Animationsfilm, 9 Min., Schweden 2011, Regie: Alicja Jaworski
Es ist der erste warme Frühlingstag. Das kleine Schweinchen macht sich auf den Weg zum See, um dort zu baden. Unterwegs trifft es viele Tiere, die alle traurig sind, weil niemand mit ihnen spielt. Sie sehen nämlich ein bisschen anders aus als ihre Artgenossen. Das Schweinchen findet sie dennoch alle prima, und so gehen sie gemeinsam weiter. Kurz vor dem Ziel begegnen sie einer Kröte, die Wünsche erfüllen kann. Doch das hat seine Tücken.

Filmgespräch
- *Welches Bild, welcher Satz ist Ihnen haften geblieben?*
- *Was hat Ihnen gefallen?*
- *Mit welchem der Tiere konnten Sie sich gut identifizieren?*

Arbeit in den Kleingruppen
Die Tiere konnten einen Teil von sich nicht akzeptieren, der vom Schwein aber besonders gewürdigt wurde. Selbstbild und Fremdbild stimmten nicht überein.

- *Kennen Sie solche Situationen aus Ihrem Leben? Welche?*
- *Wer bin ich? Was sind Ihre besonderen Charaktermerkmale, Eigenschaften, Werte, besonderen Merkmale?*
- *Was schätzen Sie an sich? Was können Sie weniger an sich leiden?*
- *Welche Rückmeldungen bekommen Sie von anderen – was schätzen diese an Ihnen?*
- *Was macht es Ihnen leicht oder schwer, sich so zu akzeptieren, wie Sie sind?*

Abschluss:
Wenn Sie einen Wunsch frei hätten wie die Tiere im Film, was würden Sie sich für Ihr persönliches Glück wünschen?

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Gemein-Sinn

„Die Deutschen halten heute besser zusammen als noch zu Beginn der 90er-Jahre. Der Gemeinsinn in Deutschland ist in den vergangenen zwei Jahrzehnten sogar gewachsen."
(von Borstel, Stefan: Deutsche halten zusammen. In: Die Welt, 13.05.2014. Link: www.welt.de/print/welt_kompakt/print_politik/article127933269/Deutsche-halten-zusammen.html)

1. Erläuterung

Gemein-Sinn bedeutet, sich für andere Menschen zu interessieren und einen Beitrag für die Gesellschaft zu leisten.

Auch ältere Menschen haben dieses Bedürfnis. Denn neben dem Wunsch, Eigen-Sinn zu leben – die eigene Autonomie zu wahren –, spielt beim Älterwerden das Eingebunden-Sein in ein soziales Netz eine wichtige Rolle. Beziehungen zu haben, die tragfähig sind, gebraucht zu werden und Hilfe und Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen zu erhalten, sind wichtige Faktoren für das subjektive Wohlbefinden älterer Menschen.

Wer Gemein-Sinn besitzt, bringt sich ein, vernetzt sich mit anderen, bleibt beziehungsfähig.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Das verfassungsrechtlich angelegte Sozialstaatsprinzip sichert den Menschen in Deutschland im Einklang mit der Wahrung der Menschenwürde eine nach ihren Bedürfnissen gestaltete Unterstützung und Förderung zu, die ihnen ein eigenverantwortliches Leben in der Gemeinschaft ermöglicht.

Staat und Kommune stehen in der Verantwortung, die dafür notwendigen Rahmenbedingungen zu bieten." (7. Altenbericht, 28)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Gemein-Sinn

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

Setzen Sie sich für den Gedanken der „Caring Community", einen Empowerment-Ansatz, ein, der die beiden Bereiche Eigen-Sinn und Gemein-Sinn miteinander verbindet.

Empowerment ist eine Sammelkategorie für Arbeitsansätze, die Menschen zur Entdeckung der eigenen Stärken ermutigen und ihnen Hilfestellungen bei der Aneignung von Selbstbestimmung und Lebensautonomie vermitteln.
Ziel der Empowerment-Praxis ist es, die vorhandenen (wenn auch oft verschütteten) Fähigkeiten der Adressaten zu autonomer Alltagsregie und Lebensorganisation zu kräftigen und Ressourcen freizusetzen, mit deren Hilfe sie die eigenen Lebenswege und Lebensräume selbstbestimmt gestalten können.

In einer **Caring Community** trägt das Gemeinwesen die Verantwortung dafür, dass Menschen in marginalisierten Situationen geachtet werden und dass für sie gesorgt wird. Dabei dürfen ihre Selbstbestimmung, Selbständigkeit und Eigenverantwortung nicht aus dem Blick geraten.
Gemeinden werden dann zu „Caring Communities", wenn soziale Netzwerke geschaffen und gestärkt werden, die sich für gelingende „Sorgebeziehungen" einsetzen.

Im Gemeinwesen Pfarrei hat solche wechselseitige Fürsorge eine lange Tradition (vgl. die Beschreibung der urchristlichen Gemeinde als Gemeinschaft des Miteinander-Teilens, Apg 2,44ff.).

Viele Menschen – gerade auch alte, kranke und pflegebedürftige Menschen – sind in vielen Bereichen auf die Hilfe und Unterstützung anderer angewiesen. Durch solche Netzwerke wird Verantwortung übernommen, Solidarität gelebt und die notwendige Unterstützung und Hilfe gewährleistet.

Gleichzeitig werden unterstützungsbedürftige Menschen in ihrer Würde und mit ihren Kompetenzen ernstgenommen, denn: „Niemand ist so arm, dass er nichts geben kann, und niemand ist so reich, dass er nichts benötigt".

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Gemein-Sinn

Kennzeichen einer lebendigen Gemeinde (Pfarrei, Sozialraum, Quartier) als Caring Community:

- **eine selbstbewusste Gemeinde** – Gemeindemitglieder nehmen das in die Hand, was ihnen (auch für sich selbst) wichtig ist. Sie sorgen z.B. dafür, dass die Kirche tagsüber offen steht, Wortgottesdienste stattfinden oder im Pfarrbüro regelmäßig jemand anwesend ist.

- **eine ortsnahe Gemeinde** – Das Zusammenleben im Alltag vor Ort, die gemeinsame Lebenserfahrung führt auch als Gemeinde zusammen: Hier versammelt man sich am Sonntag, unterm Kirchturm, aber auch beim Bäcker, auf dem Friedhof …

- **eine Gemeinde, die die Kompetenzen der Menschen ernst nimmt** – auch derer, die alt, krank und nicht mehr mobil sind. Alte und kranke Menschen schließen beispielsweise die Erstkommunikanten ins Gebet ein und werden umgekehrt von ihnen besucht.

- **eine Gemeinde mit Treffpunkten für kleinere Gruppen** – Die üblichen Aufsplitterungen (Alter, Geschlecht, …) werden fraglich. Menschen treffen sich vor allem, weil sie gleiche Interessen oder gleiche Betroffenheit haben (z.B. Erzählcafé, Trauergruppe, Dritte-Welt-Arbeit, Bibelteilen). Solche kleinen Gruppen ermöglichen Dialog. Sie sind weitgehend selbstorganisiert.

- **eine Gemeinde, die auch die im Blick behält, die nicht mehr kommen können** – und Formen hingehender Seelsorge entwickelt. „Leibsorge“ und „Seelsorge“ werden nicht auseinandergerissen, sondern sind zwei Seiten der gleichen Medaille „Sorge um das Heil des Menschen“. So kann in der Wohnung eines bettlägerigen Menschen eine liturgisch gestaltete Krankenkommunion für mehrere alte, kranke Menschen zusammen mit Familien, Freunden und Nachbarn gefeiert werden.

- **eine Kirchengemeinde, die sich als Teil des Gemeinwesens versteht** – und nicht als eine autonome „Insel“. Ein Beispiel ist die Einrichtung einer Gesprächsecke auf dem Friedhof (z.B. bei einer Friedhofskapelle oder Baumgruppe) mit Sitzgelegenheiten. Nach Möglichkeit ist zu festen Zeiten jemand anwesend.

- **eine Gemeinde mit hilfreicher Organisationsstruktur** – die sich kritisch fragt, inwieweit sie Sorgebeziehungen zwischen den Menschen fördert oder auch erschwert und behindert.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Gemein-Sinn

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Biografische Arbeit I: Gemein-Sinn in meinem Leben

Betrachten Sie die einzelnen Phasen Ihres Lebens.

- *Wo haben Sie Gemeinsinn entwickelt?*
- *Wie sah dieser konkret aus?*
- *Was konnten Sie damit bewirken?*
- *Welchen Nutzen hatten Sie davon?*

Biografische Arbeit II: Meine Stärken, Kompetenzen und Fähigkeiten

- *Was kann ich?*
- *Wie und wo kann ich meine Fähigkeiten einsetzen?*
- *Welche Nutzen haben andere Menschen und die Gemeinschaft dadurch?*

Einzelarbeit: Leben in unserer Gemeinde

Wenn Sie ans Älterwerden in Ihrer Gemeinde, Pfarrei, Ihrem Sozialraum oder Quartier denken: *Welche Probleme und Schwierigkeiten sehen Sie?*
Jede*r TN erhält 3 Kärtchen und notiert die 3 für ihn/sie bedeutsamsten Schwierigkeiten auf die Kärtchen. Die Kärtchen werden vorgelesen und geordnet: Ähnliche Kärtchen werden zusammengelegt; falls möglich, werden Überbegriffe für die gesammelten Kärtchen benannt. Anschließend können Fragestellungen aus den benannten Problemfeldern entwickelt werden. Danach erhalten die TN 1 oder 2 Punkte, die sie zu dem Problem bzw. der Fragestellung kleben, wo sie gerne weiterdenken möchten.
An diesem Thema wird in der folgenden Gruppenarbeit weitergearbeitet.

Gruppenarbeit: Wenn ich König*in wär'

Die TN erarbeiten eine Idealvorstellung zu ihrem Thema/Problem/Frage.

Stellen Sie sich vor, Sie wären König*in und könnten in Ihrer Gemeinde Veränderungen einführen, die dazu beitragen, dass älter werdende Menschen sich wohlfühlen und Lebensqualität besitzen (bzw. dass Menschen unterschiedlicher Generationen Kontakt/Beziehung untereinander haben).

Stellen Sie eine Liste von 10 Aspekten zusammen, die Sie verändern möchten. Da Sie König*in sind, kann niemand Ihnen Widerstand entgegenbringen, sodass Sie keine Schranken bzgl. der Realisierbarkeit im Kopf haben müssen.
Spielen Sie die Königin, den König in Ihrer ganzen Souveränität und verkünden Sie laut und deutlich, was Sie verändern möchten. Die übrigen Teilnehmer*innen können auf die Veränderungsvorschläge reagieren.
Jede Gruppe bestimmt eine*n König*in, der die Überlegungen der Gruppe im Plenum vorstellt.

Danach gehen die TN wieder in ihre Gruppe:
Welche Konsequenzen ergeben sich aus dem Erlebten für das zu bearbeitende Thema?
Erarbeiten Sie konkrete Schritte, die angegangen und umgesetzt werden können.

Abschluss mit Vorstellung der Ergebnisse im Plenum.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Selbst-Sorge

„… bedeutet zu fragen, was der Mensch selbst in früheren und späteren Lebensjahren dafür tun kann, um Kompetenz, Selbständigkeit und Lebensqualität zu bewahren."
(Kruse, Andreas: Menschen stehen in Verantwortung. Eine differenzierte Sicht auf das Alter. In: Die Politische Meinung 469 (2018), 15)

1. Erläuterung

Im Kontext der Diskussion über die Konsequenzen des demografischen Wandels für die Individuen und die Gesellschaft geht es neben den strukturellen Fragen zu Aufbau und Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften auch um die Frage, welchen Beitrag jeder Mensch für sich und seine Lebensqualität im Alter einbringen kann, wofür er oder sie selbst die Verantwortung übernehmen kann und muss.

Dieser Beitrag kann sehr unterschiedlich aussehen, je nach individueller Lebenslage: Gesundheit, Bildung, Finanzen, Wohnen, Netzwerke.

Es geht um eine Balance zwischen Sorgen (für mich wie für andere) und Versorgt-Werden, zwischen Sorge-Empfangen und Sorge-Geben.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

Die Ausgangsfrage für den 7. Altenbericht lautet: „[W]ie kann ich im Alter gut leben, wie können meine Eltern, meine Angehörigen im Alter gut leben?"
(Schwesig, Manuela: Vorwort. In: Sorge und Mitverantwortung in der Kommune. Erkenntnisse und Empfehlungen des Siebten Altenberichts, Berlin 2016, 5)

Die Altenberichtskommission stellt fest: „ Je älter eine Person ist, desto mehr Zeit verbringt sie durchschnittlich in der eigenen Wohnung und desto kleiner ist ihr Bewegungsradius. […] Insgesamt findet die Teilhabe alter Menschen am gesellschaftlichen Leben damit zu einem Großteil am Wohnort statt." (7. Altenbericht, 221) Deshalb kommt bei der Gestaltung von Strukturen der Sorge und Unterstützung den Kommunen eine besondere Verantwortung zu (ebd., 23). In diesem Kontext spielen die „kleinen Lebenskreise", das „stille Engagement" und die Begleitung zivilgesellschaftlichen Engagements eine wichtige Rolle.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Selbst-Sorge

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

Der Begriff der „Selbstsorge" ist schillernd und mit sehr unterschiedlichen Deutungen besetzt. Bezogen auf die gesellschaftlichen Rollen und Verantwortlichkeiten älterer Menschen in ihrer nachberuflichen Lebensphase gibt es zwei pointierte Positionen, die zur Klärung, Reflexion und Diskussion des eigenen Standpunktes anregen können.

Auf der einen Seite wird eine Verpflichtung zum zivilgesellschaftlichen Engagement postuliert. „Die Freiheit des Ruhestands ist untrennbar mit der moralischen Verantwortung verbunden, dass die gesunden, fitten und leistungsfähigen Ruheständler sich möglichst freiwillig aktiv einbringen in ihr Gemeinwesen." (Sittler, Loring: Soziale Innovation braucht eine neue Haltung! Der demographische Wandel fordert bürgerschaftliches Engagement und ein Denken über den eigenen Claim hinaus. In: Caritas-Mitteilungen der Erzdiözese Freiburg 1/2015, 2f.)

Kritiker dieser Position diagnostizieren ein „politisch und ökonomisch vorangetriebenes Aktivierungsregime. In der attraktiven Sozialfigur der ‚jungen Alten' steckt die gerontologische Aneignung des ‚unternehmerischen Selbst'. Dieses fasziniert durch seinen Zuwachs an Selbstbestimmung, die aber nicht bedingungslos ist. Sie muss gesellschaftlich nützlich sein. Konstruiert wird der ‚Alterskraftunternehmer'." (Keupp, Heiner: Unveröffentlichter Vortrag in der Ev. Stadtakademie München, 2014).Gegenstand der Kritik ist hier die bedrohte Freiheit der Entscheidung für ein zivilgesellschaftliches Engagement in der nachberuflichen Lebensphase.

Neben diesen grundsätzlichen Positionen lenkt der Begriff der Selbstsorge den Blick auf die Individualität des (älteren) Menschen. Sich möglichst gut zu kennen, die eigene Lebensgeschichte mit einem wertschätzenden Blick zu betrachten und das gelebte Leben als etwas Besonderes anzunehmen, ist wesentlich für eine sorgende Haltung sich selbst gegenüber.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Selbst-Sorge

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Selbst-Sorge ermöglichen

Es ist sinnvoll und notwendig, Lern- und Ermöglichungsräume zur Verfügung zu stellen:

- *für die Diskussion zum Thema Selbst-Sorge, die Klärung der persönlichen Einstellung, die Ermutigung zu einer eigenen Position,*
- *für die Abwägung von individueller Verantwortung und der Forderung nach gesellschaftlichen Rahmenbedingungen, die Voraussetzungen für gute Lebensqualität und zivilgesellschaftliches Engagement sind*
- *und für die Förderung der biografischen Kompetenz – für ein versöhntes Verstehen des je eigenen Lebensweges, einen akzeptierenden, handlungsorientierten Blick auf die Chancen und Herausforderungen der gegenwärtigen Lebenssituation und ermutigende Impulse für die Zukunft.*

Pro- und Contra-Übung

Die Gruppe wird in 2 Kleingruppen zu mindestens 4 Personen aufgeteilt. Bei weniger als 8 Teilnehmenden werden Pro und Contra nacheinander überlegt. Sind deutlich mehr Personen anwesend, werden jeweils 2 oder 3 Pro- und Contra-Gruppen gebildet. Jede Gruppe bekommt das Zitat von L. Sittler (s. Punkt 3) als Kopie zur Verfügung gestellt und sammelt je nach Auftrag Pro- bzw. Contra-Argumente. Die Gruppenarbeit dauert ca. 15-20 Minuten.

Die Gruppenergebnisse werden im Plenum vorgestellt. Per Handzeichen kann darüber abgestimmt werden, wer der vorgelegten Aussage zustimmt und wer nicht.

Abschließend wird mit Hilfe eines Flipcharts zusammengetragen, welche Bedingungen für ein ehrenamtliches Engagement in der nachberuflichen Lebensphase wichtig sind.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Selbst-Sorge

Biografische Arbeit: Die Fülle wahrnehmen

Eine Spur zu guter Selbst-Sorge kann die Wahrnehmung der eigenen Lebensfülle sein: Regen Sie die Teilnehmenden Ihrer Veranstaltung an, die eigene Lebensfülle wahrzunehmen.

Impuls zur Einführung:

Wenn ich am Abend einen Tag meines Lebens vorüberziehen lasse

- mit den verschiedenen Gefühlen von Traurigkeit, Ärger, Freude oder Liebe,
- mit dem, was ich getan habe,
- mit dem, was mir widerfahren ist,
- mit den Erlebnissen von Natur oder Stadt,

liegt der Gedanke nahe:

- welche Fülle;
- ein erfüllter Tag voller Leben.

Das Erleben von Fülle des Lebens führt in die Dankbarkeit.

Übung:

Bereiten Sie ein Arbeitsblatt vor (Vorlage s. nächste Seite) und kopieren Sie dieses entsprechend der Anzahl der Teilnehmenden.

1. Schritt: Einzelarbeit – Auftrag an die Teilnehmenden:

Füllen Sie bitte die Liste aus (s. Arbeitsblatt). Die 30 geforderten Ideen helfen, nicht zu früh „fertig“ zu sein, sich Zeit zu lassen, auch nach ungewöhnlicheren Ideen zu suchen, den Assoziationen freien Lauf zu lassen.
Versuchen Sie es! Überraschen Sie sich selber!

2. Schritt: Gespräch in Paaren, Kleingruppen oder Plenum.

Tauschen Sie sich aus, wie es Ihnen mit der Übung ging:

- *Was ist Ihr Favorit?*
- *Was wollen Sie wieder pflegen?*
- *Wie ist Ihre Stimmung jetzt?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Selbst-Sorge

Arbeitsblatt: Die Fülle wahrnehmen

Schreiben Sie auf die nachfolgenden Leerzeilen 30 (nicht mehr und nicht weniger) Dinge oder Tätigkeiten, mit denen Sie sich etwas Gutes tun bzw. tun können. Formulieren Sie diese so konkret wie möglich! Formulieren Sie positive Vorsätze und vermeiden Sie Negativ-Formulierungen wie „nicht“ oder „ohne“.

Geben Sie nicht vorzeitig auf. Vor allem kleine und kleinste Dinge und Tätigkeiten haben hier Platz, z.B. zum Essen eine Kerze anzünden, morgens nach dem Aufstehen fünf Minuten durch den Garten schlendern, mit einer Wärmflasche ins Bett gehen, …

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____
21. _____
22. _____
23. _____
24. _____
25. _____
26. _____
27. _____
28. _____
29. _____
30. _____

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Mit-Sorge

„Jeder braucht seine Tagesdosis an Bedeutung für Andere!"
(Dörner, Klaus: Helfensbedürftig – Heimfrei ins Dienstleistungsjahrhundert, Neumünster 2014, 79)

„Der Mensch ist in seiner Grundexistenz ein responsorisches, verantwortliches Wesen. Er ist grundlegend ein Beziehungswesen, ausgerichtet auf das Hilfebedürftig- und Helfensbedürftigsein."
(Sigrist, Christoph; Hofstetter, Simon: Kirchen Bildung Raum: Beiträge zu einer aktuellen Debatte, Zürich 2014, 24)

1. Erläuterung

Der Mensch als soziales Wesen ist von Geburt an auf die Hilfe und Unterstützung angewiesen. Alle Menschen brauchen soziale Resonanz und sind auf Kooperation angelegt. Ihnen sind gelingende Beziehungen wichtig, auf die ihre sozialen Antriebe ausgerichtet sind. Menschen möchten für ihre Mitmenschen bedeutsam sein. Dies gelingt ihnen, wenn sie für andere Sorge übernehmen und ihnen helfen. Einander zu helfen, für andere und mit anderen zu sorgen schafft eine Kultur der Solidarität. Diese wiederum vermittelt tragfähige Beziehungen, Sicherheit und Wohlbefinden. Helfen liegt gleichermaßen im Interesse der Hilfebedürftigen und der Helfenden.

Der Begriff Mitsorge hat Einzug in ein Gesetz zur Neuregelung des Sorgerechts gefunden, das 2012 von der Bundesregierung verabschiedet wurde. Nun können ledige Väter auch dann die Mitsorge beantragen, wenn die Mutter dagegen ist.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Die Sorge für und die Pflege von älteren Menschen ist eine der großen gesellschafts- und sozialpolitischen sowie kulturellen Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte. Die Zahl der auf Pflege angewiesenen Menschen steigt, die für die Versorgung zur Verfügung stehenden Ressourcen gehen zurück, sowohl in den die Hauptaufgaben der Pflege und Sorge bislang leistenden Familien als auch im professionellen Sektor: Der Fachkräftemangel wird auch und gerade die Langzeitpflege treffen und tut dies bereits. […]

Die Antworten auf die Herausforderungen verlangen Anstrengungen von der gesamten Gesellschaft. Gute Pflege und Sorge braucht vielerlei: professionelle Unterstützung, bedarfsgerechte und leistungsfähige Infrastrukturen vor Ort und Rahmenbedingungen, die ein Ineinandergreifen von familiären, nachbarschaftlichen, professionellen und anderen beruflichen Hilfen ermöglichen und befördern." (7. Altenbericht, 181)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Mit-Sorge

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

„Man sollte auch in Phasen erhöhter Verletzlichkeit nicht (nur) das Schicksal dieses Menschen bedauern und beklagen, sondern diesen dabei unterstützen, sein potenzielles Sorgemotiv zu verwirklichen und damit den Bezug zur Welt immer wieder aufs Neue herzustellen."
(Kruse, Andreas: Lebensphase hohes Alter. Verletzlichkeit und Reife, Berlin/Heidelberg 2017, 92)

- *Wie werden alte kranke Menschen in Ihrer Gemeinde (Pfarrei, Quartier, Sozialraum) von den Verantwortungsträgern gesehen?*
- *Wie können Sie zu einem Altersbild beitragen, das sowohl die Defizite als auch die Kompetenzen älterer Menschen wahrnimmt?*
- *Wie können Sie Sorgemotive der alten Menschen erkennen und fördern?*
- *Wie können Sie das vorhandene ehrenamtliche Mit-Sorge-Potential entwickeln, heben und fördern? Wie können Sie Menschen bei ihrer Tätigkeit unterstützen und fortbilden?*
- *Welche Angebote und Informationen sind notwendig, damit ältere Menschen Zugang zu Hilfen erhalten, die sie benötigen, um ein Leben mit hoher Lebensqualität führen zu können?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Mit-Sorge

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Sorgekompetenzen fördern

Während des ganzen Lebens spielt das Thema Sorge eine Rolle.
Als Babys und Kleinkinder wurden wir von den Eltern und anderen Menschen versorgt. Eine Aufgabe des Erwachsenwerdens ist, für uns selbst sorgen zu lernen. Im Laufe unseres Lebens übernehmen wir Sorge für andere, z.B. für ein Haustier, die eigenen Kinder, uns anvertraute Menschen, die eigenen Eltern, wenn sie pflegebedürftig werden. Dadurch entwickeln wir Sorgekompetenz.
Im Alter kommt ein neuer Bereich der Sorgekompetenz hinzu, die Fähigkeit, dafür zu sorgen, dass man selbst versorgt wird, wenn die eigenen Kräfte nachlassen. Sorgekompetenz gibt Sicherheit und hilft, das Bedürfnis nach sozialer Einbindung, Autonomie, Unterstützung und Gebrauchtwerden zu befriedigen.

Übung: Was kann ich gut?

Im Raum verteilt hängen drei Plakate, auf denen folgende Stichworte stehen:

- Plakat 1: Für mich sorgen – Selbst-Sorge
- Plakat 2: Für andere sorgen – Mit-Sorge
- Plakat 3: Dafür sorgen, dass ich bei Bedarf versorgt werde – Vor-Sorge

Stellen Sie sich zu dem Plakat, auf dem das steht, was Sie am besten können. Tauschen Sie sich darüber aus, weshalb Sie dort stehen und wie sich diese Kompetenz im Alltag zeigt.

Biografische Arbeit: Sorgebeziehungen in meinem Leben

Kindheit
- *Wer hat sich um mich gesorgt? Wie?*
- *Wen habe ich umsorgt/versorgt? Wie?*
- *Welche Kompetenzen und Fähigkeiten habe ich dadurch entwickelt?*
- *Was habe ich dabei gelernt?*

Jugendalter
- *Wer hat sich um mich gesorgt? Wie?*
- *Wen habe ich umsorgt/versorgt? Wie?*
- *Welche Kompetenzen und Fähigkeiten habe ich dadurch entwickelt?*
- *Was habe ich dabei gelernt?*

Erwachsenenalter
- *Wer hat sich um mich gesorgt? Wie?*
- *Wen habe ich umsorgt/versorgt? Wie?*
- *Welche Kompetenzen und Fähigkeiten habe ich dadurch entwickelt?*
- *Was habe ich dabei gelernt?*

Alter
- *Wer hat sich um mich gesorgt? Wie?*
- *Wen habe ich umsorgt/versorgt? Wie?*
- *Welche Kompetenzen und Fähigkeiten habe ich dadurch entwickelt?*
- *Was habe ich dabei gelernt?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Mit-Sorge

Einzelarbeit: Dafür sorgen, dass ich bei Bedarf versorgt werde

Im 4. Alter nehmen Einschränkungen und Defizite zu, die Abhängigkeit wächst. Zunehmend sind Menschen dann auf die Sorge anderer angewiesen.
Welche Situationen können beim Älterwerden auftreten, in denen die Sorge anderer notwendig wird? Gehen Sie jede Situation gesondert durch:

- *Was kann ich zur Vorbeugung bzw. zur Vorbereitung auf diese Situationen heute schon tun?*
- *Welche Art der Unterstützung wird in den Situationen benötigt?*
  Wer kann sie leisten?
- *Was macht es mir schwer, Hilfe anzunehmen?*
- *Welche Schlüsse ziehen Sie aus dieser Auseinandersetzung für sich?*

Vorsorge treffen: Wenn ich einmal dement bin

Meine Biografiekiste

Füllen Sie eine Kiste mit Gegenständen, die für Sie bedeutsam sind. Denn diese Gegenstände können im Falle einer Demenz eine gute Hilfen sein, um Erinnerungen zu wecken.

- *Welche Gegenstände kommen in die Kiste?*
- *Was verbinden Sie damit?*

Meine Lebensverfügung

Für Menschen mit Demenz ist es wohltuend, wenn sie Beschäftigungen nachgehen können, die ihnen Zeit ihres Lebens Freude bereitet haben. Wenn die Krankheit aber weiter fortschreitet, können Menschen mit Demenz häufig nicht mehr äußern, was sie wollen und was ihnen wichtig ist.
Wenn keine Angehörigen da sind, die über Gewohnheiten und Vorlieben Bescheid wissen, ist es für die Betreuenden schwer zu entscheiden, was der oder die Betroffene in einer konkreten Situation will. Deshalb ist es gut, eine „Verfügung" zu erstellen, in der diese Dinge festgehalten werden.

Notieren Sie Dinge, die Sie mögen oder die Sie auf keinen Fall mögen, angefangen von Tätigkeiten über Vorlieben, Speisen usw. bis hin zu Ritualen und Gewohnheiten.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Mit-Sorge

Gruppenarbeit: Mit-Sorge im Quartier
Welche Menschen bzw. Gruppen sind in Ihrem Quartier am Rand, vergessen oder ausgegrenzt? Alle Nennungen werden auf ein Plakat notiert.

Mit welcher Gruppe möchten Sie sich intensiver beschäftigen?
Jede*r erhält einen Klebepunkt und klebt diesen zu der entsprechenden Gruppe.

Es werden dann je nach Teilnehmerzahl Arbeitsgruppen (à mindestens 3 Personen) gebildet, die sich mit einer derjenigen Gruppen auseinandersetzen, die die meisten Punkte erhalten haben.

Die Arbeitsgruppen überlegen:
- *Mit welchen Problemen und Schwierigkeiten haben diese Menschen zu kämpfen?*
- *Welche Potentiale und Ressourcen können sie einbringen?*
- *Wie können sie unterstützt werden, damit die Schwierigkeiten kleiner werden?*
- *Wie könnten wir sie unterstützen und Ihre Potentiale nutzen?*
- *Was könnten wir tun, um sie vom Rand in die Mitte zu holen?*

Plenum:
Vorstellung der Überlegungen und Erarbeitung eines Aktionsplanes:
- *Was gehen wir an?*
- *Welche Schritte sind notwendig, um dieses Ziel zu erreichen?*
- *Woran merken wir, dass wir erfolgreich sind?*
- *Mit welchen Widerständen müssen wir rechnen?*
- *Wer macht was – mit wem – bis wann?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Pflege

1. Erläuterung

Der Begriff **Pflege** bzw. **pflegen** wird im Duden wie folgt umschrieben:
1. das Pflegen; sorgende Obhut
2. Behandlung mit den erforderlichen Maßnahmen zur Erhaltung eines guten Zustands
3. Mühe um die Förderung oder [Aufrecht]erhaltung von etwas Geistigem [durch dessen Betreiben, Ausübung]

Als Synonyme für **„Pflege“** werden genannt:

- Behandlung, Betreuung, Fürsorge, Hilfe, Versorgung; (gehoben) Obhut; (österreichische Amtssprache) Befürsorgung, Obsorge
- Erhaltung, Konservierung, Schutz, Unterhaltung; (veraltend) Wartung; (Forstwirtschaft, Jagdwesen) Hege; (Papierdeutsch) Instandhaltung
- [Aufrecht]erhaltung, Kultivierung

In der gesellschaftlichen Diskussion sind Begriffe wie Pflegebedürftigkeit, Pflegeversicherung, stationäre und ambulante Pflege präsent.

Die Überlegungen zu unserem Gesundheitswesen sind geprägt von der Spannung zwischen individueller und gesellschaftlicher Verantwortung. Pflege darf dabei nicht auf die körperliche Pflege reduziert werden. Grundlegend ist die (gemeinsame) Sorge um Menschen und ihre Situation, in der sie der Sorge und der Pflege bedürfen.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Die Sorge für und die Pflege von älteren Menschen ist eine der großen gesellschafts- und sozialpolitischen sowie kulturellen Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte.
Die Zahl der auf Pflege angewiesenen Menschen steigt, die für die Versorgung zur Verfügung stehenden Ressourcen gehen zurück, sowohl in den die Hauptaufgaben der Pflege und Sorge bislang leistenden Familien als auch im professionellen Sektor: Der Fachkräftemangel wird auch und gerade die Langzeitpflege treffen und tut dies bereits.
Zudem gibt es im Kontext von Sorge und Pflege eine zum Teil dramatische Diskrepanz zwischen dem Fachwissen in den Disziplinen der Pflegewissenschaft, der Medizin und der Sozialen Arbeit auf der einen Seite und der alltäglichen Praxis auf der anderen Seite“ (7. Altenbericht, 181).

Eingebettet ist das Thema der Versorgung der auf Pflege angewiesenen Menschen in ausgeprägte Ambivalenzen der Gesellschaft zu den Themen, die mit dem Begriff der Pflegebedürftigkeit assoziiert werden: Verlust von Selbstbestimmung, Angewiesenheit auf fremde Hilfe, Einbußen in der mentalen und physischen Leistungsfähigkeit.
Verbunden ist das Thema schließlich mit Fragen der fairen Verteilung von Sorge- und Pflegeaufgaben in der Gesellschafts- und Geschlechterordnung. Die Antworten auf die Herausforderungen verlangen Anstrengungen von der gesamten Gesellschaft.
Gute Pflege und Sorge braucht vielerlei: professionelle Unterstützung, bedarfsgerechte und leistungsfähige Infrastrukturen vor Ort und Rahmenbedingungen, die ein Ineinandergreifen von familiären, nachbarschaftlichen, professionellen und anderen beruflichen Hilfen ermöglichen und befördern. Dieses Ineinandergreifen geschieht vor Ort (vgl. 7. Altenbericht, 181).

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Pflege

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Soll ‚Pflege und Sorge' als Thema örtlicher Politik und zivilgesellschaftlicher Diskurse gestärkt werden, ist darauf zu achten, dass Menschen mit Unterstützungsbedarf immer auch in ihren sozialen und individuellen Sinnbezügen und Ressourcen wahrgenommen und angesprochen werden. „Wie in den Pflegewissenschaften betont, dürfen Menschen nicht auf den ‚Pflegefall' reduziert werden." (7. Altenbericht, 181)

Nachdem lange Zeit ein medizinisch geprägtes, auf somatische Funktionseinschränkungen abhebendes Verständnis von „Pflegebedürftigkeit" leitend war, weitet und öffnet es sich für Aspekte sozialer Teilhabe vulnerabler Personengruppen mit gesellschaftlichen und sozialrechtlich relevanten Hilfebedarfen. Damit wird eine menschenrechtliche Sichtweise gestärkt.
Die Sicherung von Selbstbestimmung und Teilhabe ist rechtlich und gesellschaftlich von großer Bedeutung. An diesen Maßstäben hat sich eine gute Pflege und Sorge zu messen."
(7. Altenbericht, 183)

„Das Leitbild der geteilten Verantwortung des Pflegemixes ist nicht nur Programm, sondern für viele auch Realität. Mehr als die Hälfte der pflegenden Angehörigen teilt sich die Pflegeaufgaben mit anderen Familienangehörigen, Bekannten, Freunden und Nachbarn."
(7. Altenbericht, 195)

„Andererseits müssen neue Maßnahmen auch dazu beitragen, dass Sorgearbeit, z. B. Pflege von alten, kranken und behinderten Personen oder die familiäre Sorge im Hinblick auf Kinder, sowohl von Frauen als auch von Männern geleistet wird." (7. Altenbericht, IX)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Pflege

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

- Pflegebedürftige und Pflegende sind gleichermaßen Zielgruppe.
- Bildungsangebote sollen Teilhabe ermöglichen.
- Eine zugehende oder aufsuchende Bildungsarbeit (u.a. im Sinne von Lernpartnerschaften) und begleitende Angebote (z.B. das Modell der Pflegebegleiter) sind notwendige Ergänzungen zu den bisherigen Angeboten. Die bisherige Bildungsarbeit und auch die Förderrichtlinien sind dementsprechend kritisch zu reflektieren.
- Ein Thema für Bildungsangebote in diesem Kontext ist die Gestaltung und Reflexion der Rollen von Pflegebedürftigen und Pflegenden. Es kann dabei helfen, sich mit den Aspekten Abhängigkeit, Partizipation, Menschenbild, Beziehung, Selbstpflege und Selbstsorge auseinanderzusetzen.
- Bildungsangebote können nachbarschaftliche Netzwerke ins Bewusstsein bringen und fördern.
- Projekte sollten die die gemeinsame Bildung, Planung und Reflexion von beruflichen und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen ermöglichen.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Pflege

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Biografische Arbeit: Mein Beziehungsnetz

Zeichnen Sie Ihr persönliches Beziehungsnetz/-gefüge.

- *Zu welchen Personen und Institutionen habe ich tragfähige Beziehungen?*
- *Wer steht mir wie nahe?*
- *Von welchen Personen kann ich, wenn nötig, welche Hilfe erfahren?*
- *Welche Hilfe könnte ich wem anbieten?*

Reflexionsübung: Pflege dich selbst wie deinen Nächsten

(vgl. auch die Karte „Selbstsorge")

- *Was kann ich mir selbst Gutes tun?*
- *Gönne ich mir etwas Gutes?*

Impulstext: Bernhard von Clairvaux, „Gönne dich dir selbst!"
(Link: www.pilgern.ch/wp-content/uploads/2015/09/GOENNE-DICH-DIR-SELBST.pdf)

Stadtteil-, Quartierserkundung

Erstellen einer Landkarte mit Beratungs-, Pflege- und Hilfsangeboten (Initiativen, Institutionen, Netzwerke, Selbsthilfegruppen, …).

Für Verantwortliche und Multiplikator*innen:
Erstellen Sie eine Landkarte mit Hilfs- und Pflegebedarfen.

Formulieren Sie 10 Gebote für die Pflege – aus der Sicht derer, die gepflegt werden, und aus der Sicht derer, die pflegen.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Sorge um Gerechtigkeit

1. Erläuterung

Es ist Aufgabe des Gemeinwesens, die vorhandenen Ressourcen so einzusetzen, dass alle daran partizipieren können. Zugleich ist offensichtlich, dass sich die Bedarfe von Menschen objektiv nach Stadt, Land, Alter, Mobilitätsgrad, Bildungsgrad, Geschlecht etc. unterscheiden. Zudem sind individuelle Faktoren wie Gesundheitszustand und soziales Netzwerk zu berücksichtigen.

Die Frage, wer wie viel benötigt, tritt immer da auf, wo Gruppen eng beieinander leben. Sie wird bereits in der frühen Kirche (vgl. Apg 4,32-35; Apg 6,1-5) und später in den klassischen Ordensregeln (vgl. Benediktsregel, Kapitel 34; Augustinusregel, Kapitel 3) thematisiert. Die Frage, welche Vorstellung von Gerechtigkeit jeweils zugrunde gelegt wird, ist von zentraler Bedeutung.

Hierbei kommt es auf die Perspektive der Betrachtung an:

- Aus Sicht des Gebenden geht es darum, das, was er zur Verfügung hat, an alle gleichmäßig zu verteilen. Er wird hoffen, so alle zufrieden zu stellen.
- Für den Bedürftigen ist entscheidend, dass alle Bedarfe befriedigt werden.
  Selbst wenn dies der Fall ist, muss subjektiv der Eindruck vorherrschen, dass nicht jemand anderes bevorteilt wurde.
- Aus der Perspektive eines Beobachters, der weder den Umfang der vorhandenen Ressourcen noch die konkreten Bedürfnisse der Adressaten kennt, erscheint eine Gleichbehandlung als gerecht.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

Im 7. Altenbericht finden sich an unterschiedlichen Stellen Überlegungen zur Gerechtigkeit.

Neben Aspekten der Bedarfs- und Verteilungsgerechtigkeit werden vor allem Fragen nach der Chancengerechtigkeit (vgl. 7. Altenbericht, 33, 125) und der Gerechtigkeit in der Pflege unter Gendergesichtspunkten (ebd., 207ff.) gestellt. Hier steht der Gedanke, dass es eine grundrechtliche Verpflichtung zur Erbringung der lebensnotwendigen Leistungen gibt (ebd., 29), im Mittelpunkt der Überlegungen. Dabei sind die Unterschiede hinsichtlich sozialräumlicher und individueller Bedarfe offensichtlich (ebd., 54ff.). Zur Steuerung und Deckung der Bedarfe wird subsidiären Strukturen im Sozialraum bzw. Quartier eine zentrale Rolle zugewiesen (ebd., 40).

Darüber hinaus thematisiert der 7. Altenbericht die Unterschiede in einem „Teilkaskosystem" (vgl. 7. Altenbericht, 71ff., 185), das gesetzliche Leistungen durch private Vorsorge ergänzt.

Aus der Perspektive der Erwachsenenbildung ist anzumerken, dass Bildung als Prädikator für eine bessere Gesundheit (ebd., 63) und Alltagsbewältigung (ebd., 91) angesehen wird. Es sollte nicht auf Maßnahmen der Erwachsenenbildung verzichtet werden – auch wenn zu erwarten ist, dass diese von bildungsgewohnten Personen stärker in Anspruch genommen werden und so die gesellschaftliche Differenz ggf. noch verschärft werden könnte.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Sorge um Gerechtigkeit

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

Für Verantwortliche in Politik, Verwaltung und Kirche besteht die Möglichkeit, Chancengerechtigkeit zu stärken, indem sie für spezielle Zielgruppen die Zugänge zur Teilhabe und zu Bildungsmaßnahmen erleichtern und die Teilnahme (finanziell) fördern (vgl. 7. Altenbericht, 287).
Dafür eignen sich etwa:

- (Bildungs-)Maßnahmen, die Resilienz bzw. Bewältigungsstrategien stärken
- (Bildungs-)Maßnahmen, die vorhandene Ungleichheit ausgleichen (ebd., 293)
- (Bildungs-)Maßnahmen, die individuelle Bedarfe befriedigen, die nicht direkt über das Gemeinwesen erfüllt werden können

Darüber hinaus sollte überlegt werden, durch welche Maßnahmen die Teilnahme und damit die Chancengerechtigkeit weiter gefördert werden könnte.
Zu denken ist dabei unter anderem an:

- das Vorhalten dezentraler Versorgungsstrukturen und/oder Mobilitätshilfen und/oder ein einfach zugängliches Online-Beratungs- und Bildungssystem, das auch auf eine Handhabung durch Ältere ausgerichtet ist
- dezentrale Veranstaltungsorte und/oder einen Shuttle-Service, so dass Einschränkungen durch einen Mangel an Mobilität ausgeglichen werden
- den barrierearmen Umbau von Gebäuden

Derzeit wird von den politisch Verantwortlichen immer wieder auf die private Vorsorge verwiesen. Die zunehmende Spaltung der Gesellschaft unter den Voraussetzungen eines solchen „Teilkaskosystems“ (7. Altenbericht, 71ff., 185) ist sicherlich ein Punkt, der von und mit politischen Verantwortungsträgern diskutiert werden muss.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Sorge um Gerechtigkeit

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Podium:
Wie gerecht ist unser Gesundheits- und Pflegesystem?
Diskussion mit sozialpolitischen Fachleuten aus Parteien, Kranken-/Pflegekassen, Sozialverbänden, Vertreter*innen von Krankenhäusern oder Heimen

Vortrag:
„Die Alte stirbt ja doch bald"
– Sozialethische Fragen rund um die Versorgung im Alter
Vortrag oder Podiumsdiskussion unter Beteiligung einer Sozialethikerin oder eines Sozialethikers

Debatte:
Alles, was recht ist
An exemplarischen Themenfeldern können Gerechtigkeitsfragen rund um das Leben im Alter und ihre möglichen Konsequenzen erörtert werden:

- *Sollten alte Menschen sich noch ans Steuer setzen? Oder sollte der Führerschein automatisch mit dem 80. Geburtstag ungültig werden? Welche Maßnahmen wären erforderlich, damit Menschen über 80 noch selbstständig Auto fahren können?*
- *Unter welchen Bedingungen sollen Menschen, die voraussichtlich nur noch wenige Monate zu leben haben, noch aufwändige Therapiemaßnahmen (z.B. Hüftgelenksprothesen) erhalten?*
- *(Wann) Dürfen Senior*innen gezwungen werden, große Wohnungen in zentraler Lage zugunsten von Familien mit Kindern aufzugeben?*

Vorgehen: Aufriss des Themas und anschließende Diskussion des Themas Gerechtigkeit nach der 6-Hüte-Methode (6 verschiedene Perspektiven, die als Rollen unter den TN verteilt werden: analytisch-sachlich, emotional, pessimistisch-kritisch, optimistisch-zuversichtlich, kreativ, lösungsorientiert-schlussfolgernd).

Ein*e Moderator*in gibt den Rahmen vor und achtet darauf, dass die Diskutanten nicht eigene Perspektiven vertreten, sondern auf vorgegebene Aspekte fokussieren. Die Moderation signalisiert den Abschluss der Diskussion und formuliert ein Fazit.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Sorge um Gerechtigkeit

Bibliodrama
zum Gleichnis von den Arbeitern im Weinberg (Mt 20,1-16)

Reflexionsfragen:

- *Warum diese seltsame Form der Auszahlung?*
- *Warum wird der ausgehandelte Lohn als ungerecht erlebt?*
- *Wie würde ich mich fühlen, wenn ich zu den Arbeitern des frühen Morgens gehörte?*
- *Wie würde es mir gehen, wenn ich zur elften Stunde angeworben worden wäre?*

Fragen zum Weiterdenken:

- *Lässt sich auf der Basis dieser „Güte" ein Gemeinwesen gestalten?*
- *Möchten wir diese andere Gesellschaft überhaupt?*
- *Für welche Werte treten wir als Kirche (Gemeinde, Verband …) ein?*
- *Wie setzen wir das in unserem Handeln um?*

„Wer kommt mit?" Rollenspiel zu unterschiedlichen Teilhabechancen

Auf Rollenkarten werden unterschiedliche Lebenssituationen im Alter skizziert. Als Anregung dafür dient das Spiel „Einen Schritt nach vorn".
(Link: www.handicap-international.de/sites/de/files/pdf/s10_ein-schritt-nach-vorn_lk.pdf)
Die TN ziehen eine Karte und haben etwas Zeit, sich in die Rolle einzufühlen. Aus dieser Rolle heraus stehen sie auf, wenn eine genannte Aussage für sie zutrifft. Anschließend wird die Übung gemeinsam ausgewertet.

Ein*e Moderator*in gibt den Rahmen vor und erinnert ggf. daran, dass es sich um Rollen handelt. Außerdem signalisiert sie/er den Abschluss des Spiels und leitet eine Reflexion an:

- *Was empfinde ich, wenn ich selbst mitmache?*
- *Wie reagiere ich, wenn ich sehe, wer alles nicht mitmachen kann?*
- *Welche Ideen gibt es, damit möglichst alle mitmachen können?*

Experiment:
Alles, was man zum Leben braucht? Leben mit dem „Warenkorb"

Eine Gruppe versucht, für eine begrenzte Zeit mit Verbrauchsartikeln nach Vorgabe des „Warenkorbs" (Regelbedarf zur Berechnung der Grundsicherung) zu leben.

Alternativ: Teilnehmende versuchen, eine Woche nach den Vorgaben zu planen. Dabei sollen besondere Bedarfe durch Krankheit, Alter, Besuch von Kindern oder Freund*innen, Teilnahme an kulturellen Angeboten o.Ä. berücksichtigt werden. Unabhängig davon könnte ein moderiertes Gespräch mit Familien geführt werden, die lange in der Grundsicherung leben oder gelebt haben.

Mögliche Kooperationspartner:
Caritasverband

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Subsidiarität

„… wie dasjenige, was der Einzelmensch aus eigener Initiative und mit seinen eigenen Kräften leisten kann, ihm nicht entzogen und der Gesellschaftstätigkeit zugewiesen werden darf, so verstößt es gegen die Gerechtigkeit, das, was die kleineren und untergeordneten Gemeinwesen leisten und zum guten Ende führen können, für die weitere und übergeordnete Gemeinschaft in Anspruch zu nehmen."
(Pius XI.: Enzyklika „Quadragesimo anno", 1931, Nr. 79)

1. Erläuterung

Subsidiarität ist ein Ordnungsprinzip moderner Gesellschaften und unseres Sozialstaates. Alles, was eine Ordnungseinheit oder Gruppe selbst bewältigen und lösen kann, soll von dieser gelöst werden. Die nächsthöhere Ebene (beispielsweise der Staat) soll erst eingreifen, wenn die kleinere Einheit Unterstützung und Hilfe braucht. Das Subsidiaritätsprinzip stärkt damit die Eigenverantwortung, die Selbstbestimmung und die Teilhabe der Bürgerinnen und Bürger. Umgekehrt bedeutet dieses Strukturprinzip auch, dass die übergeordnete Einheit Zuständigkeiten und Aufgaben wieder abgibt, sobald die Funktionsfähigkeit und Selbstständigkeit der kleineren Einheit wieder hergestellt und gewährleistet ist.

Im Hinblick auf Sorge und Pflege heißt das zunächst, dass die Bedarfe dort gedeckt werden, wo sie entstehen. Der Staat greift nur dort ein, wo die Bedarfe nicht mehr gedeckt werden können bzw. wo eine kleinere Einheit (etwa die Familie) überfordert ist. Pflege subsidiär zu organisieren heißt also, zunächst die Ressourcen im nächsten Umfeld des zu Pflegenden zu nutzen (Angehörige, Beratung, ambulante Dienste …) und diese Netzwerke zu stärken, und erst auf stationäre Betreuung zurückzugreifen, wenn die Ressourcen vor Ort, im Umfeld des Pflegebedürftigen nicht mehr greifen.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Subsidiarität

2. Bezug zum 7. Altenbericht

Für den 7. Altenbericht ist das Subsidiaritätsprinzip ein grundlegendes Ordnungsprinzip, um zukunftsfähige Sorgestrukturen aufzubauen. Das Subsidiaritätsprinzip dient zur Orientierung bei der Vernetzung von Staat, Familie, Kommune, professionellen Tätigkeiten und zivilgesellschaftlichen Netzwerken. Verschiedene Gruppen wirken entsprechend ihrer Möglichkeiten, Ressourcen und Kompetenzen zusammen, moderiert durch die Kommunen.

Der 7. Altenbericht fordert eine „Neukonzeptionierung des Subsidiaritätsprinzips" (7. Altenbericht, 47) in dem Sinne, dass er eine neu ausbalancierte Architektur der sozialen Dienste einfordert. Elemente dieser Architektur sind Kooperation, Partizipation und Vernetzung aller beteiligten Akteure sowie ein besseres Case-Management. Bisher unabhängig voneinander arbeitende Einrichtungen sollen vernetzt werden. „Innovative subsidiär orientierte Lösungen sind heterogener, situationsbezogener und eher als hybride Lösungen aufzufassen." (ebd.)

In Bereich der Sorge und Pflege ist außerdem nach dem Geschlechterverhältnis zu fragen, da Sorgearbeit zu größten Teil von Frauen geleistet wird. Sorgearbeit muss mit beruflichen Chancen und Altersabsicherung einhergehen und gerecht zwischen den Geschlechtern aufgeteilt werden.

Das Subsidiaritätsprinzip darf nicht mit einer Entpflichtung des Staates gleichgesetzt werden. Ein modernes Konzept der Subsidiarität weist dem Staat eine starke Rolle zu. Es geht also nicht um eine Abwertung oder Ablösung staatlicher Leistungen. Der Staat hat Rahmenbedingungen zu schaffen, zu erhalten und zu fördern, unter denen sorgende Gemeinschaften gestaltet, unterstützt und aufrechterhalten werden können.

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

- *Welche Akteure sind für eine sorgende Gemeinde wichtig?*
- *Welche Netzwerke und Akteure gibt es in Ihrer Gemeinde (Pfarrei, Quartier, Sozialraum)?*
- *Sind diese miteinander vernetzt?*
- *Wie könnte es aussehen, wenn sich diese subsidiär vernetzen?*
- *Wer hätte welche Aufgaben?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Subsidiarität

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Gruppendiskussion: Subsidiaritätspotentiale heben

Subsidiarität ist ein wichtiges Organisationsprinzips unseres Alltags. Viele Dinge kann ich selbständig erledigen, für andere brauche ich ein Netzwerk, eine Organisation oder den Staat. Was brauche bzw. wünsche ich mir vom wem?

Im Raum verteilt stehen drei Thementische mit Stichworten (entsprechend der „World Café"-Methode):

- Tisch 1: Das kann ich selbst erledigen
- Tisch 2: Dafür brauche ich die Hilfe und Unterstützung meiner Mitmenschen
- Tisch 3: Das ist die Aufgabe des Sozialstaats

Jedem Tisch wird ein*e Moderator*in zugeteilt, die dort sitzen bleibt und das Gespräch moderiert. Die restlichen TN wechseln jeweils nach 10 Minuten an einen anderen Tisch.

Erstellen Sie ein subsidiäres Netzwerk, das für Sie Lebensqualität im Alter ausdrückt!

Folgende Leitfragen sind möglich:

- *Welche Akteure, Organisationen, Personen sind daran beteiligt?*
- *Wen brauchen Sie für was?*
- *Was möchten Sie mit wem erleben?*
- *Welche Akteure und Faktoren tragen zu Ihrer Lebensqualität bei?*
- *Für wen möchten Sie sich engagieren?*
- *Was ist ihr Beitrag zu diesem Netz?*

Wenn Sie damit fertig sind, stellen Sie sich die Frage, ob Sie so ein Netz haben bzw. ob Sie sich vorstellen können ein solches Sorgenetz aufzubauen. Dabei können folgende Fragen weiterhelfen:

- *Welches Ziel hat das Netzwerk?*
- *Was soll das Netzwerk leisten?*
- *Welche Akteure sollen vernetzt werden?*
- *Wie soll das Netzwerk gesteuert werden?*
- *Wer hat welche Verantwortung?*
- *Welche Schritte sind notwendig?*
- *Wer macht was mit wem?*
- *Mit welchen Schwierigkeiten müssen wir rechnen?*
- *Wie machen wir das Netzwerk bekannt?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“ – eine Form der Beziehungsvorsorge

> *„Knüpf dir ein verlässliches soziales Netz, damit dich Freunde und Nachbarn als soziale Konvois ein Leben lang begleiten können“.*
> (Opaschowski, Horst W.: Das Moses Prinzip, Gütersloh 2006, 66)

1. Erläuterung

„Soziale Konvois“ bestehen aus 5 verschiedenen Komponenten
(vgl. Opaschowski, Das Moses Prinzip, 78f.):

- **Erhaltung und/oder Reaktivierung der Familienbindung**
  Generationenbeziehungen (multilokale Mehrgenerationenfamilien) werden wichtiger als Partnerbeziehungen, denn sie weisen ein hohes Maß an Stabilität auf. Die Familie wird zur wichtigsten Lebensversicherung im Alter, denn sie gibt das Gefühl, gebraucht zu werden, bringt Abwechslung ins Leben und stärkt die Zuversicht, nicht allein dazustehen.

- **Kontinuierliche Pflege der Freundschaftskontakte**
  Immer mehr Menschen haben wenige oder keine Kinder. Dadurch wird das Solidaritätspotenzial von Familien geringer. Freundschaftsbeziehungen gewinnen an Bedeutung. Besonders Freunde, die derselben Generation angehören, sind wichtig, da mit ihnen gemeinsame Erfahrungen und Erinnerungen geteilt werden können. Weil die Zahl gleichaltriger Freunde im Alter zurückgeht, brauchen Menschen aber auch darüber hinausgehende soziale Konvois.

- **Aktive Mitarbeit in generationenübergreifenden Initiativen, Clubs und Vereinen**
  Generationenübergreifende Beziehungen werden für Jung und Alt immer wichtiger. Durch die niedrige Geburtenquote haben Kinder und Jugendliche weniger gleichaltrige Freunde. Auf der anderen Seite erhalten Ältere durch den Kontakt zu Jüngeren Zugang zu gesellschaftlichen Entwicklungen und neuem Wissen. Junge und Alte können gemeinsam aktiv an Aufgaben und Problemen der Gesellschaft Anteil nehmen und sich für soziale und kulturelle Belange engagieren.

- **Pflege von Gemeinsamkeiten, Hobbys und Interessen**
  Menschen im Ruhestand haben viel freie Zeit. Um diese Zeit sinnvoll zu gestalten und sich selbst etwas Gutes zu tun, hilft es, gemeinsame Interessen zu finden und Zeit mit anderen Menschen zu verbringen.

- **Pflege eines privaten sozialen Netzes, das Hilfe auf Gegenseitigkeit ermöglicht**
  Wer anderen hilft, dem wird selbst auch geholfen. Engagement für andere ist eine sinnerfüllte Tätigkeit, die Freude bereitet und Beziehungen stiftet. Wenn professionelle Hilfen weniger werden, ist es sinnvoll, eigenständig soziale Netze aufzubauen.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“

2. Bezug zum 7. Altenbericht

„Grundlegend für das Subsidiaritätsprinzip ist zum einen die Annahme, dass viele Menschen Freiheit, Selbstverantwortung und aktive Mitgestaltung von Öffentlichkeit anstreben.

Menschen wollen die Erfahrung machen, sowohl von anderen Menschen gebraucht zu werden als auch etwas für andere Menschen tun zu können. Zum anderen besitzen die primären und sekundären sozialen Netzwerke – die „kleinen Lebenskreise“ – eine präzise, dem Bemühen um Gestaltung von Gesellschaft zugrunde zulegende Vorstellung davon, was den einzelnen Netzwerkbeteiligten guttut und in deren Interesse wie im Interesse aller zu tun ist.

Jedoch darf das formalisierte Engagement dabei nicht überschätzt werden. Gerade im Alter spielen die unmittelbaren, auch nachbarschaftlichen Beziehungen, innerhalb derer man Verantwortung übernimmt, eine wichtige Rolle.

Die Frage, die sich stellt und die auch für den Kommissionsbericht essenziell ist, lautet: Inwieweit werden Frauen und Männer sowie informelle soziale Netzwerke von Kommune und Staat in der Verwirklichung dieser Orientierungen (selbstverantwortliches Leben, mitverantwortliches Leben, Teilhabe) unterstützt? Diese Frage gewinnt besondere Bedeutung angesichts der Tatsache, dass die materiellen und ideellen Güter auch in der älteren Generation ungleich verteilt sind und zudem große Unterschiede mit Blick auf Gesundheit und Selbstständigkeit im Alltag bestehen.“
(7. Altenbericht, 45)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

- *Wie können wir soziale Netzwerke in unserer Gemeinde, Pfarrei, Seelsorgeeinheit oder Quartier fördern?*
- *Wie können wir dafür sorgen, dass Menschen bei unseren Veranstaltungen und Angeboten tatsächlich miteinander in Kontakt und Austausch kommen, sodass Beziehungen geknüpft werden können?*
- *Wie können wir nachbarschaftliche Kontakte fördern und die Verantwortlichkeit füreinander stärken?*
- *Wie können wir eine Plattform schaffen, auf der Menschen, die Hilfsangebote machen möchten, und Menschen, die auf Unterstützung angewiesen sind, miteinander in Kontakt kommen?*
- *Erstellen Sie eine Analyse, in der deutlich wird, wer in Ihrer Gemeinde lebt und welche Erwartungen und Visionen diese Menschen im Blick auf „soziale Netzwerke“ haben.*
- *Laden Sie Interessierte zu einer Zukunftswerkstatt ein, die Visionen für eine lebenswerte Gemeinde, Pfarrei oder ein Quartier für alle Lebensalter entwickelt.*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Biografische Arbeit:
Meine sozialen Konvois

Impulse für die Einzelarbeit und den anschließendem Austausch in Paar- oder Kleingruppen:
Welche sozialen Konvois spielen derzeit in Ihrem Leben eine Rolle?
Ordnen Sie die verschiedenen Komponenten den Bereichen

- Familie
- Freunde
- Initiativen
- Hobbys
- Hilfsnetze

zu und beschreiben Sie, wie die Konvois beschaffen sind (was Sie daran schätzen, was Sie belastet, womit Sie zufrieden sind). Was ist Ihnen im Blick auf das Älterwerden daran wichtig?

Überlegen Sie, welche Konvois ausgebaut werden sollten und wie Sie dies anpacken könnten.

Übung:
Der Verbindung nachspüren

Einstieg:

Alle sitzen oder stehen im Kreis. In die Kreismitte wird ein Plakat mit dem Satz „Leben in Beziehungen heißt für mich …“ gelegt.
Die Leitung hat das lose Ende eines Wollknäuels in der Hand und wirft einem Teilnehmer oder einer Teilnehmerin den Knäuel zu. Diese*r ergänzt den angefangen Satz: „Leben in Beziehungen heißt für mich …“ und wirft dann den Wollknäuel zu der oder dem Nächsten, die bzw. der den Satz ebenfalls ergänzt und den Knäuel weiter wirft.
Wenn alle an der Reihe waren, ist deutlich geworden, was den Teilnehmenden im Blick auf Beziehungen wichtig ist.
Zugleich ist ein Netz entstanden, das alle miteinander verbindet.

Austausch:

- *Wie fühlt sich diese Verbundenheit an?*
- *Was passiert, wenn ein*e Teilnehmer*in sich bewegt, das Netz spannt, nach oben führt …?*
- *Was passiert, wenn ein*e Teilnehmer*in das Netz verlässt (jemand lässt den Faden los)?*
- *Was bedeuten diese Erfahrungen für ein beziehungsreiches Leben in Verbundenheit?*

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“

Biografische Arbeit:
Leben in Verbundenheit
Malen Sie Ihr persönliches Beziehungsnetzwerk auf. Tragen Sie alle Personen ein, mit denen Sie sich in Ihrer heutigen Lebensphase verbunden fühlen und beschreiben Sie die Qualität dieser Verbindung.

Kleingruppen:
Vorstellen der Beziehungsnetzwerke

Plenum:
Was ist Ihnen bewusst/deutlich geworden?

Reflexionsübung: Was ist für ein Leben in Verbundenheit wichtig?
Suchen Sie zu jedem Buchstaben des Wortes VERBUNDENHEIT ein neues Wort, das für Sie für ein Leben in Verbundenheit wichtig ist.
Jede*r erhält eine Karte, auf der das Wort Verbundenheit senkrecht angeordnet steht.

Beispiel:
V = Vertrauen
E = Ehrlichkeit
R = Rücksichtnahme
B = Beziehungspflege
U = Uebereinstimmung in Wertefragen
N = Neugier aufeinander
D = Dankbarkeit zeigen
E = Enkel, die mich lieben
N = Nachbarschaftliche Unterstützung
H = Hilfe geben und annehmen
E = Engagement füreinander
I = Interesse an den Menschen
T = Teilen

Jede*r liest die eigenen Überlegungen vor; anschließend Austausch über die Begriffe.
Alle genannten Begriffe werden auf ein Plakat notiert. Dann erhält jede*r 3 Klebepunkte und klebt sie zu den Begriffen, die für sie oder ihn am wichtigsten sind.
So entsteht eine Werteskala:
Was ist wichtig für ein Leben in Verbundenheit?

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Soziale Konvois“

Freundschaften

Übung:
Metaphern für „Freund*in“
Eine Metapher ist ein sprachliches Bild, das etwas durch einen Vergleich oder eine Umschreibung benennt. Ein Freund, eine Freundin ist für mich … (z.B. ein Fels in der Brandung)

Die Moderation fasst Kennzeichen von Freundschaft zusammen, die in den Vergleichen der Teilnehmer*innen deutlich wurden.

Biografische Arbeit:
Freundschaften in meinem Leben
Freundschaften fangen mit Begegnungen an – irgendwie, irgendwo, irgendwann. Am Anfang ahnt man häufig nicht, wie wichtig dieser Mensch für das eigene Leben werden kann.
Erzählen Sie einander eine Freundschaftsgeschichte:

- *Wie haben Sie den Freund, die Freundin kennengelernt?*
- *Wie ist er oder sie zu Ihrem Freund, Ihrer Freundin geworden?*
- *Welche Hochs und Tiefs hat Ihre Freundschaft erlebt?*
- *Was zeichnet diese Freundschaft aus?*

Partnergespräch: Neue Freundschaften knüpfen
Beim Älterwerden können Freundschaften durch Berentung, Umzug, Tod zerbrechen oder auseinanderlaufen. Da gute Beziehungen im Alter besonders wichtig sind, sollten neue Freundschaften geknüpft werden.
Tauschen Sie sich darüber aus, wo man als älterer Mensch Freunde finden und wie man dabei vorgehen kann. Tragen Sie Ihre Ideen zusammen.

Reflexionsübung: Was hindert Menschen, Freund*innen zu finden?
Was könnte Menschen daran hindern, Kontakt zu anderen aufzunehmen und ihr Bedürfnis nach Freundschaft zu leben?
Mögliche Antworten werden auf einem Plakat notiert. Anschließend gehen alle Teilnehmenden die Punkte gemeinsam durch und überlegen, was man dagegen tun könnte.

Schreibübung: Elfchen
Schreiben Sie ein Elfchen zum Thema Freundschaft.
Ein Elfchen ist ein Gedicht aus elf Wörtern, das auf fünf Zeilen verteilt ist:

Zeile – 1 Wort:	Danke
Zeile – 2 Wörter:	liebe Monika
Zeile – 3 Wörter:	Du bist da
Zeile – 4 Wörter:	wenn ich Dich brauche
Zeile – 1 Wort:	Freundin

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

1. Erläuterung

In der deutschen Sprache ist der Begriff „Sorge“ mehrdeutig. Er umfasst sowohl quälende Gedanken, Unruhe und Angst als auch das Bemühen um jemandes Wohlergehen (vgl. 7. Altenbericht, 193).

Während im 7. Altenbericht der Fürsorgeaspekt im Mittelpunkt steht, hebt die Aufforderung Jesu „Sorgt euch nicht um euer Leben“ (Mt 6,25-34) auf den Aspekt der Beunruhigung durch eine ungewisse Zukunft ab. Allerdings formuliert Jesus diese Aufforderung unter der Bedingung, sich „zuerst um das Reich Gottes und seine Gerechtigkeit“ zu bemühen. Erst unter den Bedingungen des Reiches Gottes wird „alles andere hinzugegeben“.

Um diese persönliche Freiheit und Gewissheit erleben zu können, müssen die Rahmenbedingungen so gestaltet sein, dass eine Grundversorgung mit lebensnotwendigen Gütern und Beziehungen gewährleistet ist. Bildungsangebote, die an dieses Wort Jesu anknüpfen, können das Vertrauen in sich selbst fördern, aber auch das Vertrauen in eine Gesellschaft oder Gemeinschaft, die niemanden im Stich lässt. Ziel ist eine realistische Einschätzung der Situation, die es zugleich ermöglicht, hoffnungsvoll und ohne Angst in die Zukunft zu schauen.

2. Bezug zum 7. Altenbericht

Es ist Aufgabe der öffentlichen Hand, insbesondere der Kommunen, eine Grundversorgung – „Daseinsfürsorge“ (7. Altenbericht, 21ff.) – sicherzustellen. Hierbei geht es zunächst um die „Erbringung notwendiger Leistungen“ (ebd., 29). Zugleich wird zur Wahrnehmung der Aufgabe auf das Subsidiaritätsprinzip (ebd., 44 ff.) verwiesen, so dass auch andere Akteure – insbesondere Sozialverbände und Kirchen – in die Pflicht genommen werden (können). Sorge zeigt sich als gesellschaftliche Haltung und konkretes Unterstützungsgeschehen (ebd., 190).

Für die Kirche und ihre Gliederungen ergeben sich daraus folgende Aufgaben:
Zum einen sollen sie darauf hinwirken, dass die staatlichen Organe einen Ordnungsrahmen schaffen, der persönliche, finanzielle und emotionale Sicherheit ermöglicht. Diese Aufgabe gilt insbesondere für Leitungsorgane auf unterschiedlichen Ebenen, aber auch für kirchliche Verbände.

Zum anderen sind kirchliche Einrichtungen aufgefordert, über Beziehungsangebote die persönliche und emotionale Sicherheit älterer Menschen zu unterstützen. Darüber hinaus kann hier ggf. der Ort sein, Dinge zu gewährleisten, die über die staatliche Verpflichtung zur Grundversorgung hinaus gehen – z.B. durch gemeinschaftsbezogene Aktivitäten (vgl. 7. Altenbericht, 215).

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

3. Anregungen für Verantwortliche und Multiplikator*innen

Voraussetzung für die angesprochene Sicherheit ist ein verlässliches Bezugssystem, wie es früher durch das Dorf oder die Familie gewährleistet war. Für Verantwortliche in Kirche und Gemeinwesen wird es darum gehen, verlässliche und überschaubare Bezugssysteme zu schaffen und zu unterstützen. Das bedeutet zunächst, dass dezentrale Betreuungs- und Versorgungsarrangements geschaffen und gefördert werden müssen. Darüber hinaus gilt es, das Engagement in Nachbarschaften und im Nahbereich zu unterstützen, damit persönliche Lebenswelten möglich sind. Verantwortliche in kirchlichen Kontexten sollten überlegen, welche örtlichen Substrukturen die immer größer werdenden Verwaltungseinheiten ergänzen müssen, damit „die Kirche im Dorf bleibt“.

Darüber hinaus ist die Entwicklung der persönlichen Haltung eine besondere Anforderung an Kirchen und Glaubensgemeinschaften. Das umfasst die Frage nach den verlässlichen Glaubens- und Bezugssystemen, nach „Gottvertrauen“, ebenso wie die Frage nach vertrauten Beziehungen in verlässlichen (kirchlichen) Kontexten, denen man das Leben anvertrauen kann. Gerade dieses Vertrauen und diese Beziehungen sind nach dem Befund des 7. Altenberichts irritiert und erschüttert (vgl. 7 Altenbericht, 189). In gemeindlichen und verbandlichen Kontexten kann Generationensolidarität eingeübt werden. Anstelle eines „Versicherungsvertrags“ mit der Logik „Leistung entspricht Aufwand“ greift dann die Logik eines auf Gegenseitigkeit beruhenden Generationenvertrags.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

4. Anregungen für die Bildungsarbeit

Bildungsangebote sind geeignet, die persönlichen Bewältigungsstrategien zu fördern, und dadurch dem Empfinden des Ausgeliefertseins als Ursache von „Sorge“ entgegen zu stehen.

1) Angebote, um eine gute Balance zwischen Vorsorge und Vertrauen in die persönliche Zukunft zu stärken:

Kreative Arbeit: Das gibt mir Stärke und Halt

Anlegen eines biografischen Schatzkästchens bzw. Notfallkoffers mit Texten, Gebeten, Bildern, Erinnerungen, Symbolen, Ritualen, Gegenstände etc., die im Laufe des Lebens wichtig geworden sind und in schwierigen Situationen emotionale Sicherheit geben können.

Vgl. Klingenberger, Hubert: Biografiearbeit in der Seelsorge, München 2015, 61, sowie ders.: Biografiearbeit in der Pflege, München 2015, 59.

Meditation: „Von guten Mächten treu und still umgeben …“ (GL 430)

Meditation und Austausch über den letzten theologischen Text von Dietrich Bonhoeffer (Link: www.ekd.de/Von-guten-Machten-wunderbar-geborgen-11493.htm).
Reflexion des Textes vor dem Hintergrund der Biografie Bonhoeffers und mit Blick auf die eigene Lebenssituation.

Abschluss ggf. mit gemeinsamer Rezitation oder gemeinsamem Singen des Liedes „Von guten Mächten wunderbar geborgen“ in der jeweils örtlich bekannteren Melodiefassung.

Bibelarbeit: „Von Lilien auf dem Felde und den Vögeln am Himmel“ (Mt 6,25-34)

Meditative Erschließung des Bibeltextes mit Naturfotografien oder einem Schweigegang durch die Natur, der den Teilnehmenden Muße lässt, Natur, Pflanzen und Tiere genau wahrzunehmen. Text vorab vorlesen, an Stationen immer wieder Textpassagen wiederholen. Abschluss der Übung durch kreative Umsetzung, z.B. Malen eines Gefühls oder Details, das auf dem Weg aufgefallen ist.
Reflexion in Einzelarbeit oder Rundgespräch: Wie kann ich für die Erfahrung, dass Gott für seine Schöpfung – und damit auch für mich – sorgt, in meinem Alltag Freiräume schaffen? Was ist mein nächster Schritt dazu?

Alternativ: Kreative Bibelarbeit mit Collagen und verfremdender Geschichte aus der Perspektive eines Spatzen:

1. Visualisierung von Sorgen und Nöten durch Collagen und kontrastierendes Hören des Bibeltextes;
2. Strukturierung des Textes und Erarbeitung anhand von Leitfragen;
3. Verfremdung über Geschichte und Überkleben der Sorgen-Collage durch Initiativen, die Nöte lindern.

Vgl. Berg, Sigrid: Kreative Bibelarbeit in Gruppen, München 1991, 83-89.

Alternativ: Erarbeitung der Bibelstelle mit der 4-Schritt-Methode (Lesen – Hinterfragen – Mitsprechen – sich finden). Vgl. Emeis, Dieter: Bibelarbeit praktisch, Freiburg 1994, 120-122.

Alternativ: Bibelteilen (Link: www.erzbistum-koeln.de/export/sites/ebkportal/kultur_und_bildung/schulen/.content/.galleries/downloads/schulpastoral-downloads/pdf_schulliturgie/Bibelteilen.pdf)

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

Körperübung: Partner-Balance

Bei dieser Übung geht es um gegenseitigen Halt: Zwei Partner stehen nah beieinander, Handflächen gegeneinander. Beide gehen schrittweise nach hinten, halten sich über die Hände in Balance, gehen wieder aufeinander zu. Das Ganze mehrfach wiederholen, ggf. mit wechselnden Partnern durchführen.

Reflexion:

- *Was hält mich?*
- *Wie gebe ich anderen Halt?*
- *Was brauche ich, um mich sicher zu fühlen?*
- *Was ermöglicht mir, Hilfe anzunehmen?*

Vgl. Völkening, Martin: Meine stärksten kooperativen Spiele, Luzern 2013 (5. Aufl.), 64.

Meditation:
Auf dem Weg in eine offene Zukunft – ein Pilgerweg in vier Liedern

- Aufbrechen – Meditation
  zu z.B. Silbermond, Leichtes Gepäck (Link: www.youtube.com/watch?v=ohHJjPSsW8c)
  oder Anna Depenbusch, Alles auf Null (Link: www.youtube.com/watch?v=AbPi0gGDgJs)
  oder „Lass uns in deinem Namen, Herr“ (GL 442) oder „Den Weg wollen wir gehen“
  (Link: www.golyr.de/klaus-richter-und-ced/songtext-den-weg-wollen-wir-gehen-801455.html).
  Reflexion: *Was bedeutet Aufbrechen für mich?*
  Was lasse ich zurück?
  Was benötige ich für meinen Weg?
  Mit wem bin ich unterwegs?

- Unterwegs in die Zukunft – Meditation
  zu „Herr, du bist mein Leben“ (GL 456)
  oder „Vertraut den neuen Wegen“ (GL – Eigenteil der Bistümer)

- Rasten – Meditation
  zu „Bewahre uns Gott“ (GL 453)
  oder Psalm 23 (z.B. Lied „Mein Hirt ist Gott der Herr“ (GL 421) oder andere Vertonung).
  Betrachtung aus der Perspektive des Schafes oder Reflexion:
  Wie gehe ich mit meinem Ausgeliefert-Sein um?
  Was brauche ich, um Für-Sorge annehmen zu können?

- Ankommen – Meditation
  über „Herr, unser Herr, wie bist du zugegen“ (GL 414)
  oder „Meine Hoffnung und meine Freude“ (GL 365).
  Reflexion: *Was gibt mir Sicherheit?*
  Wo habe ich die stärkende Gegenwart Gottes in meinem Leben erfahren?
  Gibt es dafür ein Bild, Symbol oder Schlüsselwort?
  Symbole, Bilder und Worte festhalten und in eine „Schatzkiste“ oder ein „Ermutigungs-Album“ legen. Abschluss z.B. mit meditativem Singen des jeweiligen Liedes.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

Reflexion: Alles klar für den Aufbruch in die Zukunft?!
Sammeln von Unterstützungsstrukturen, die bei zukünftigen Veränderungen hilfreich sein können. Hierbei ist sowohl an Freund*innen, Familie, Kirchengemeinde, Menschen in einer entsprechenden Situation, „Gleichgesinnte“, aber auch an formale Rahmenbedingungen (z.B. gesetzliche Förderungen, persönliche Vorsorge über Versicherungen o.ä.) zu denken.

Gibt es Personen, die von den angestrebten Veränderungen profitieren und deshalb die Veränderung unterstützen würden?
Ggf. können diese Faktoren zur Systematisierung in einer Grafik zusammengefasst und besprochen werden.
Vgl. Klingenberger, Hubert: Lebenslauf, München 2007, 73f.

2) Alternative Wohn- und Lebensformen im Alter:

Podium o. Ä.: Leben im Alter – so viel Selbstbestimmung wie möglich, so viel Hilfe wie nötig
Ausschreibungsvorschlag: Vielleicht merken Sie selber, dass Sie den Alltag zuhause nicht mehr bewältigen können?
Oder Sie stehen gerade vor der Herausforderung, die Pflege Ihrer Angehörigen zu organisieren und sehen sich mit einer unübersichtlichen Auswahl an möglichen Wohnformen für das Alter konfrontiert. Vielleicht wünschen sich auch Ihre Angehörigen, möglichst lange in ihrem Zuhause wohnen zu bleiben oder bei Familienmitgliedern leben zu können. Dies kann aber nicht immer realisiert werden.
Die Veranstaltung gibt Ihnen die Gelegenheit, sich ausführlich über die verschiedenen Pflege- und Wohnformen zu informieren.

Mögliche Veranstaltungsformate: Vortragsveranstaltung mit Expert*innen (siehe weiterführende Literatur), Podiumsdiskussion mit Vertreter*innen aus Parteien, Sozialverwaltung, Wohnungsbaugenossenschaften, Banken, erfolgreichen Wohnprojekten aus dem lokalen Umfeld

Mögliche Kooperationspartner:
Pflege-, Senioren- oder Verbraucherberatung o.ä.

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!"

3) Mobilität:

Aktiv auf der Rolle – Rollator-Training
Ausschreibungsvorschlag: Ein Rollator kann Sicherheit geben und den eigenen Bewegungsraum (wieder) erweitern. Das tut er allerdings nur dann, wenn er richtig eingestellt ist und der Umgang mit ihm – auch in schwierigen Situationen – sicher beherrscht wird. Das Rollator-Training führt ein in das richtige Gehen mit dem Rollator und gibt Hinweise für die sichere Nutzung, z.B. als Sitzgelegenheit.

Mögliche Referent*innen und Kooperationspartner: Malteser, Pflegedienste, Altenheime, Physiotherapeut*innen, Sanitätshäuser, Polizei …

Material und Bedingungen: Es müssen mehrere Rollatoren vorhanden sein, mit denen aktiv geübt werden kann. Ideen zum Erproben: im Innenraum und draußen, bei unterschiedlicher Bodenbeschaffenheit, Gefälle/Steigung, Bürgersteig, Schwellen etc., ggf. „Parcours" oder „Exkursion" mit Nutzung des ÖPNV, Rolltreppen etc.

„Busschule" (vgl. 7. Altenbericht, S. 256)
Veranstaltung müsste vor Ort in Kooperation mit den Anbietern des ÖPNV entwickelt werden. Themen sind Hilfen bei Ein- und Ausstieg, Fahrplan und Tarifsystem, Sicherheit und Verhalten im ÖPNV, Hilfe erbitten, Zusatzleistungen (Ruftaxi etc.) …

4) IT-Kompetenz:

Vortrag: Hausnotruf- und Smart-Home-Angebote: Was passt zu mir? Was muss ich wissen?
Ausschreibungsvorschlag: Im Alter werden viele Selbstverständlichkeiten plötzlich zur schwierigen Aufgaben. Wenn Tätigkeiten im Haushalt nur noch mühsam zu bewältigen sind oder der Weg zur Haustür oder zum Lichtschalter immer beschwerlicher wird, helfen technische Unterstützungssysteme. Inzwischen gibt es Smart-Home-Systeme, die speziell mit und für Menschen entwickelt wurden, die noch bislang direkten Draht zur modernen Technik haben. Die Veranstaltung informiert über die aktuell verfügbaren Angebote und unterstützt so die persönliche Entscheidungsfindung.

Referent*innen: über Hilfsdienste, Sanitätshäuser, Verbraucherberatung

Vortrag: Gut vernetzt – Soziale Netzwerke für Ältere
Ausschreibungsvorschlag: Gerade wenn die eigene Mobilität nachlässt, ist es wichtig, über andere „Kanäle" mit den Menschen, die einem wichtig sind, in Kontakt zu sein. Soziale Netzwerke bieten diese Möglichkeit. Und sie bieten auch älteren Menschen eine Gelegenheit, unkompliziert am Leben anderer teilzunehmen und diese am eigenen Leben teilnehmen zu lassen. Was ist das Richtige für mich? Welche speziellen Netzwerke für Senioren gibt es? Welche Sicherheitseinstellungen sollten unbedingt beachtet werden? Die Veranstaltung bietet einen ersten Einstieg ins Thema.

Referent*innen: über Verbraucherzentrale

Darüber hinaus besteht ein Bedarf an **primärpräventiven Angeboten** zur Entlastung pflegender Angehöriger, die nachbarschaftliche/gemeindliche Unterstützungsnetzwerke fördern, den Pflegenden Auszeiten ermöglichen und die sinnstiftende Faktoren der Zuwendung und Pflege im Blick halten. Diese Aspekte finden sich etwa im Konzept der ehrenamtlichen Pflegebegleiter (Link: www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/pflegeversicherung/forschung/projekte_unterseiten/pflegebegleiter/Anlage_1-_Kurskompass_8514.pdf).

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

„Sorge(t nicht)!“

Weiterführende Links und Literatur

Pflegebegleiter:

Bubolz-Lutz, Elisabeth / Steinfort, Julia:
Curriculum zu Vorbereitungskursen und Handreichung für Pflegebegleiter, Viersen 2008.
Link: www.gkv-spitzenverband.de/media/dokumente/pflegeversicherung/forschung/projekte_unterseiten/pflegebegleiter/Anlage_1-_Kurskompass_8514.pdf

Bubolz-Lutz, Elisabeth / Steinfort, Julia:
Bürgerschaftliches Engagement im Pflegemix – freiwillige „Pflegebegleiter“ begleiten pflegende Angehörige, Viersen 2007.
Link: www.b-b-e.de/uploads/media/nl0712_bubolz-lutz.pdf

Info zu Wohn- und Lebensformen:

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO):
Alternative Wohnformen, 2018.
Link: www.bagso.de/wohnen/alternative-wohnformen.html

Schulz-Nieswandt, Frank / Köstler, Ursula / Langenhorst, Francis / Marks, Heike:
Neue Wohnformen im Alter. Wohngemeinschaften und Mehrgenerationenhäuser, Stuttgart 2012.
Link: www.kohlhammer.de/wms/instances/KOB/appDE/E-Books/Neue-Wohnformen-im-Alter-978-3-17-023553-3/

IT-Kompetenz und soziale Netzwerke:

Eberl, Ulrich:
„Sturz in Zimmer 38!“ Wie Technik für mehr Lebensqualität sorgt.
In: Bild der Wissenschaft 1/2018, 80-86.
Stiftung Warentest: Soziale Netzwerke für Ältere. Gut vernetzt und über 50, 2011.
Link: www.test.de/Soziale-Netzwerke-fuer-Aeltere-Gut-vernetzt-und-ueber-50-4190043-0/

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO):
Wegweiser durch die digitale Welt - für ältere Bürgerinnen und Bürger, 2017.
Link: www.bagso.de/publikationen.html

Digital-Kompass.
Ein Angebot für alle, die ältere Menschen ins und im Netz begleiten.
Link: www.digital-kompass.de/

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018

Impressum

Herausgeber:

Katholische Erwachsenenbildung Deutschland – Bundesarbeitsgemeinschaft e.V.
Rheinweg 34, 53113 Bonn
Verantwortlich: Andrea Hoffmeier, Bundesgeschäftsführerin
Tel.: 0228 - 9 02 47 - 0
keb@keb-deutschland.de
www.keb-deutschland.de

© KEB 2018 | Icons: © thenounproject.com

Mitglieder der KEB-Kommission Altenbildung:

Ludger Bradenbrink
Hauptabt. XI „Kirche und Gesellschaft“ der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Dr. Peter Bromkamp
Abt. Seelsorge im Sozial- und Gesundheitswesen des Erzbischöflichen Generalvikariats Köln

Elfi Eichhorn-Kösler
Erzbischöfliches Seelsorgeamt Freiburg, Seniorenreferat

Dr. Hartmut Heidenreich
Vorsitzender der KEB-Kommission Altenbildung

Andrea Hoffmeier
KEB-Geschäftsstelle, Bonn

Brigitte Krecan-Kirchbichler
Arbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München-Freising

Michaela Renkel
Abteilung Bildung und Dialog des Erzbischöflichen Generalvikariats Köln

Dr. Sonja Sailer-Pfister
Referat 3./4. Lebensalter, Dezernat Kinder, Jugend und Familie der Diözese Limburg

© Katholische Erwachsenenbildung Deutschland 2018