



AGE-FRIENDLY ENVIRONMENTS ACTIVISTS

*Ältere Menschen als Fürsprecher*innen
für eine altersfreundliche Lebenswelt –
Ein Trainings-Handbuch*

DIE PARTNER*INNENSCHAFT

Die folgenden Personen und Organisationen haben zu diesem Trainings-Handbuch beigetragen:

Europäische Koordination und Umsetzung in LITAUEN

Asociacija "Senjorų iniciatyvų centras".

Edita Šatienė,

Marija Bagdanavičienė,

Nijolė Malaškevičienė

rasyk@senjoru-centras.lt

www.senjoru-centras.lt



ÖSTERREICH

queraum. kultur- und sozialforschung

Anita Rappauer,

Michael Stadler-Vida,

Susanne Dobner,

rappauer@queraum.org

www.queraum.org



DEUTSCHLAND

ISIS GmbH –

Sozialforschung, Sozialplanung, Politikberatung

Karin Stiehr,

Welela Samson

stiehr@isis-sozialforschung.de

www.isis-sozialforschung.de



ITALIEN

Lunaria

Angela Pagano,

Sergio Andreis

andreis@lunaria.org

www.lunaria.org



DIE NIEDERLANDE

AFEdemy

Willeke van Staalduinen,

Javier Ganzarain

willeke@afedemy.eu

javier@afedemy.eu

www.afedemy.eu



Impressum

Dieses AFE-Trainings-Handbuch ist ein Intellektueller Output des Erasmus+-Projekts „Age-friendly Environments Activists“ (Schlüsselaktion 2: Zusammenarbeit für Innovation und den Austausch bewährter Verfahren. Strategische Partner*innenschaften im Bereich der allgemeinen und beruflichen Bildung und Jugend).

Projekt-ID: 2018-1-LT01-KA204-046947

Projekt-Website: www.afe-activists.eu

Herausgegeben von: Asociacija "Senjorų iniciatyvų centras", 2020

Design: Vaiva Valeikienė

Unser besonderer Dank und unsere Anerkennung gilt den Projekt-Teilnehmer*innen und Kooperations-Partner*innen, die ihre Zeit und ihr Fachwissen eingebracht und mit ihrem Engagement einen wertvollen Beitrag zu einer altersfreundlicheren Lebenswelt geleistet haben.



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Veröffentlichung stellt keine Billigung der Inhalte dar, die nur die Ansichten der Autoren widerspiegeln, und die Kommission kann nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen verantwortlich gemacht werden.

Über dieses Handbuch _____	4
Über das Projekt _____	5
Das Konzept altersgerechter Lebenswelten _____	6
Bewusstsein, Aktivismus, Interessenvertretung _____	7
Wer sind AFE-Fürsprecher*innen? _____	9
Wer waren die Teilnehmer*innen des AFE-Trainings? _____	10
Das AFE-Fürsprecher*innen-Training _____	10
Ausbildungsziele _____	11
Beispielhafte Struktur des Trainings _____	11
Grundlegender Zugang und Durchführung des Trainings _____	13
Trainer*innen _____	13
Trainingsort _____	14
Zeitraumen des Trainings _____	14
Erfahrungslernen durch Studienbesuche in altersfreundlichen Städten _____	15
Geplante und durchgeführte Pilotprojekte _____	16
Bereiche und Themen _____	16
Sitzgelegenheiten im öffentlichen Raum _____	16
Körperliche Einschränkungen älterer Konsument*innen _____	17
Barrieren für Ältere bei der Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen _____	17
Begehungen _____	17
Sicherheit zu Hause, auf der Straße und in Geschäften _____	17
Beobachtung und Berichterstattung über die Qualität kommunaler Dienstleistungen _____	18
Verstärktes bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen _____	18
Nicht bekannte Rechte älterer Bürger*innen _____	18
Entwurf von Richtlinien zur Förderung der Teilhabe älterer Menschen an der Sozialpolitik des Stadtbezirks II _____	19
Kooperationen _____	19
Schlussfolgerungen und Empfehlungen _____	20
Methodenbox _____	21
Reflexions- und Evaluationsworkshop _____	
Feedback-Formular _____	35
Endnoten _____	38

INHALTSVERZEICHNIS

ÜBER DIESES HANDBUCH

Dieses Handbuch ist ein praktisches Hilfsmittel für Erwachsenenbildner*innen, die ältere Menschen in der nachberuflichen Lebensphase dabei unterstützen möchten, sich als Fürsprecher*innen für eine altersfreundliche Lebenswelt (Age-friendly Environments – AFE) einzusetzen. Für eine altersfreundliche Lebenswelt ist es ganz wesentlich, dass die Infrastrukturen und Dienstleistungen in der Kommune an die unterschiedlichen Fähigkeiten, Lebenswelten und Bedürfnisse aller Generationen angepasst sind. AFE-Fürsprecher*innen bringen daher ihre Ideen für eine altersgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums und von Dienstleistungen ein und setzen diese gemeinsam mit lokalen Akteur*innen um.

Dieses Handbuch wurde im Erasmus+ Projekt *Age-friendly Environments Activists* entwickelt und beinhaltet Lehrmethoden und -materialien, die von den Projektpartner*innen entwickelt und in Pilottrainings in Den Haag (NL), Hanau (DE), Kaunas (LT), Rom (IT) und Wien (AT) verwendet wurden. Sie wurden an die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen und die jeweiligen lokalen Kontexte angepasst.

Auf Basis der Erfahrungen in den Partnerländern wurde schließlich ein gemeinsames europäisches Konzept für die Fortbildung älterer Menschen zu AFE-Fürsprecher*innen entwickelt. Senior*innen werden befähigt, ihre eigene Umgebung unter dem Gesichtspunkt der Altersfreundlichkeit zu bewerten und ihre Ideen und Erfahrungen einzubringen, wie die Lebenswelt für alle Generationen attraktiver und zugänglicher gestaltet werden kann.

Mit diesem Handbuch möchten wir Trainer*innen in der Erwachsenenbildung ein Instrument für die Arbeit mit älteren Menschen bieten, die mehr über altersfreundliche Lebenswelten und soziale Partizipation von älteren Menschen erfahren möchten. Wir laden die Benutzerinnen und Benutzer dieses Handbuchs ganz herzlich dazu ein, die vorgestellte Struktur und die Materialien an ihre eigenen Bedürfnisse und Rahmenbedingungen anzupassen!

Das Handbuch kann gemeinsam mit den anderen Produkten des AFE-Activists-Projekts verwendet werden. Den *AFE Erfahrungsbericht* und das *Compendium of Good Practices (auf Englisch)* finden Sie auf der Projekt-Website: www.afe-activists.eu.

Die Veröffentlichungen des WHO-Regionalbüros für die Europäische Region, *Age-friendly environments in Europe. A handbook of domains for policy action*,¹ *Age-friendly Environments in Europe: Indicators, monitoring and assessments*² und *Global Age-friendly Cities: A Guide*³, legen wir Ihnen zusammen mit den anderen in der Bibliografie angeführten Dokumenten zudem ganz besonders ans Herz.



ÜBER DAS PROJEKT

Das Projekt *Age-friendly Environments Activists* wurde durch das Erasmus+-Programm der Europäischen Kommission finanziert und von 2018 bis 2020 von Partnerorganisationen in Österreich, Deutschland, Italien, Litauen und den Niederlanden umgesetzt.

Das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten gewinnt in Europa und weltweit zunehmend an Sichtbarkeit. Generationenfreundliche Umgebungen sind eines der wirksamsten Mittel zur Förderung eines gesunden und aktiven Alterns. Eine Stadt generationenfreundlich zu machen ist ein zweiseitiger Prozess. Nicht nur Kommunen, Stadtplaner*innen sowie öffentliche und private Einrichtungen müssen die alternde Bevölkerung in ihren politischen Strategien, Maßnahmen und Programmen berücksichtigen. Sondern auch die Betroffenen selbst müssen Initiativen zu altersfreundlichen Lebenswelten starten und umsetzen. Ältere Menschen, die aktiv werden wollen, brauchen dafür spezifisches Know-how.

Dieses Know-how kann ohne Lernen und Wissenserwerb nicht aufgebaut werden. Verständnis und Wissen ermutigen die Menschen dazu, Verantwortung für lokale Themen zu übernehmen und sich „ihre“ Orte anzueignen.

Die Hauptziele unseres Projekts waren daher:

- Sensibilisierung von älteren und hochaltrigen Menschen, öffentlich Bediensteten, lokalen Entscheidungsträger*innen und lokalen und nationalen Interessenvertreter*innen für generationenfreundliche Lebenswelten
- Ältere Menschen dazu anzuregen, sich zu informieren und sich aktiv für ihre Interessen einzusetzen
- Ältere Lernende bei der Umsetzung konkreter Aktivitäten zur Mitgestaltung einer altersfreundlichen Lebensumwelt auf lokaler Ebene zu unterstützen

Unsere Ziele wurden erreicht durch:

- Sammeln, Analysieren und Präsentieren inspirierender Initiativen im Bereich generationenfreundliche Lebenswelten
- Entwurf und Erprobung eines Lehrplans für nicht-formales, erfahrungsorientiertes und projektbasiertes Lernen
- Transnationale Lernmobilität, um ausgewählten Teilnehmer*innen die Möglichkeit zu geben, in Den Haag, einem Mitglied des WHO-Netzwerks altersfreundlicher Städte, aus erster Hand Erfahrungen mit einem generationenfreundlichen Umfeld zu sammeln
- Einbeziehung von Expert*innen, öffentlich Bediensteten und verschiedenen anderen Akteur*innen in die Projektaktivitäten
- Verbreitung der Projektergebnisse auf Konferenzen und öffentlichen Veranstaltungen

Die folgenden Organisationen haben dieses Projekt durchgeführt:

Senior Initiatives Centre, Kaunas, Litauen (Projektkoordinator) ist ein Verband älterer Menschen, der in Kaunas, Litauen, tätig ist. Der Verband organisiert soziale Aktivitäten für seine Mitglieder und entwickelt und implementiert Angebote für lebenslanges Lernen für ältere Menschen durch Partnerschaften mit internationalen, nationalen und lokalen Institutionen.

AFEdemy, eine Akademie für altersfreundliche Umgebungen in Europa, ist eine Gesellschaft mit beschränkter Haftung mit Sitz in Gouda, Niederlande. Ihre Aufgabe besteht darin, lokalen, regionalen und nationalen Akteur*innen Möglichkeiten zum Kompetenzerwerb in der Gestaltung generationenfreundlicher Lebenswelten zu bieten. Zu den Akteur*innen gehören auch ältere Erwachsene. Die Methoden umfassen Schulungen, Workshops, Austauschprogramme und Studienbesuche.

ISIS ist ein privates sozialwissenschaftliches Forschungs-, Ausbildungs- und Beratungsinstitut. Es wurde 1991 gegründet; der Hauptsitz befindet sich in Frankfurt am Main, Deutschland. Das Institut ist in den Bereichen Sozialgerontologie, Gender, Migration, Zivilgesellschaft, Bildung und Gesundheit tätig. Die Zielgruppen sind sozial benachteiligte oder marginalisierte Personen, die von sozialer Ausgrenzung betroffen oder bedroht sind.

Lunaria hat den Hauptsitz in Rom, Italien. Diese gemeinnützige NGO wurde 1992 gegründet und ist Mitglied der Allianz der Organisationen des Europäischen Freiwilligendienstes. Sie ist im Bereich der internationalen Freiwilligentätigkeit und des internationalen Austauschs tätig, einschließlich – in den letzten zehn Jahren – der Freiwilligentätigkeit älterer Menschen und intergenerationaler Freiwilligenarbeit, der Ausbildung und der Aktionsforschung.

queraum ist ein privates Forschungsbüro, das 2004 in Wien, Österreich, gegründet wurde. Das Team von queraum beschäftigt sich in europäischen und nationalen Projekten mit der Entwicklung altersfreundlicher Umgebungen sowie den Themen Aktives Altern und Soziale Teilhabe älterer Menschen.



DAS KONZEPT ALTERSGERECHTER LEBENSWELTEN

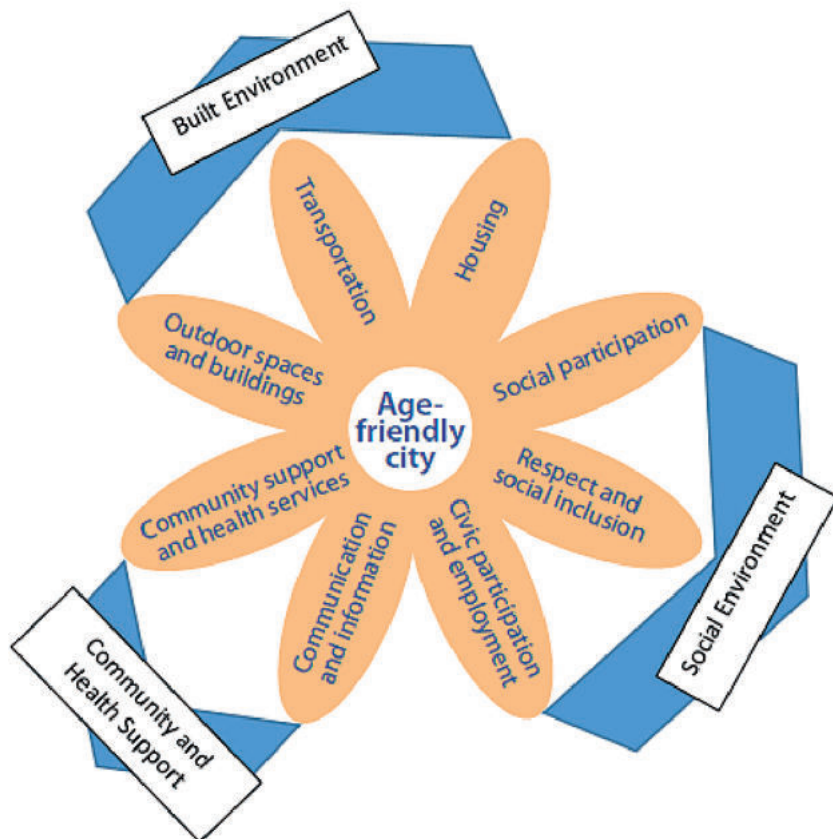
Anfang 2018 lebten 101,1 Millionen ältere Menschen (65 und älter) in der EU-28; dies entspricht fast einem Fünftel (19,7%) der Gesamtbevölkerung. Während der nächsten drei Jahrzehnte wird die Zahl der älteren Menschen in der Europäischen Union voraussichtlich steigen und 2050 mit 149,2 Millionen Menschen einen Höchststand erreichen; der relative Anteil älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung wird ebenfalls zunehmen und 2050 voraussichtlich 28,5% erreichen.⁴

Einerseits wird vermutet, dass die Alterung der Bevölkerung einen Abwärtsdruck auf das Wirtschaftswachstum ausüben, das Arbeitskräfteangebot verringern, zu höheren (altersbedingten) Sozialkosten führen und sich auf die Nachhaltigkeit der Staatsfinanzen auswirken wird⁵. Andererseits wird argumentiert, dass die Alterung der Bevölkerung das Wirtschaftswachstum nicht behindern müsse und dass sie stattdessen einen Anreiz für die Entwicklung neuer Güter und Dienstleistungen bieten könne, z.B. Wohnungen oder Verkehrsmittel, die an die Bedürfnisse einer alternden Bevölkerung angepasst sind, oder auch neue Sozial- und Pflegedienstleistungen.⁶

Aktives Altern ist eine Politik der Europäischen Kommission und darauf ausgerichtet, den älteren Menschen dabei zu helfen, ihr Leben so lange wie möglich selbst in die Hand zu nehmen und, wenn möglich, einen Beitrag zu Wirtschaft und Gesellschaft zu leisten.

Aktives und gesundes Altern ist ohne eine generationenfreundliche Lebenswelt jedoch nicht möglich.

„Altersfreundliche Lebenswelten fördern Gesundheit und Wohlbefinden und die Teilhabe der Menschen im Alter. Sie sind zugänglich, gerecht, integrativ, sicher und unterstützend. Sie fördern die Gesundheit und verhindern oder verzögern Erkrankungen und Funktionseinbußen. Sie bieten personenzentrierte Dienste und Unterstützung, um die Genesung zu ermöglichen oder den Funktionsverlust auszugleichen, damit die Menschen weiterhin die Dinge tun können, die ihnen wichtig sind.“⁷ (WHO)



BEWUSSTSEIN, AKTIVISMUS, INTERESSENSVERTRETUNG

Nur eine Gruppe von Menschen weiß wirklich, worauf es ankommt, wenn es um Altersfreundlichkeit geht: ältere Menschen. Die Gruppe älterer Menschen ist jedoch sehr heterogen – nicht nur in Bezug auf ihren Gesundheitszustand, ihren sozialen Status, ihren Bildungsstand und ihre Interessen. Die Älteren unterscheiden sich auch darin, wie gut sie sich über soziale und politische Fragen informiert fühlen oder wie gut sie in der Lage sind, einen Beitrag zu ihrer Gemeinschaft zu leisten. In der Regel sind gut ausgebildete ältere Menschen, die in ihrem Leben höhere Positionen innegehabt haben, in der Lage, ihre Interessen zu äußern und sich für sie einzusetzen, während andere, insbesondere Angehörige benachteiligter Gruppen, sich nicht trauen, sich Gehör zu verschaffen oder ihre Sichtweisen einzubringen. Daher nehmen Expert*innen, Fachleute und/oder Politiker*innen häufig eine fürsorgliche Haltung „von oben“ ein und entscheiden, welche Politiken, Systeme und Dienstleistungen gut für ältere Menschen sind.

Altersdiskriminierung ist die am häufigsten erlebte Form der Diskriminierung.

Ältere Menschen leisten u.a. als Konsument*innen, pflegende Angehörige und Freiwillige wichtige Beiträge für unsere Gemeinschaften. Trotzdem werden die demografischen Veränderungen, d.h. die wachsende ältere Bevölkerung, oft als ein soziales Problem mit globalen Auswirkungen gesehen. Das Alter gilt vielen als Indikator für Fähigkeiten, Kompetenzen, Fertigkeiten, Erfahrungen und den Gesundheitszustand⁸.

Es gibt Hinweise darauf, dass Altersdiskriminierung die am häufigsten erlebte Form der Diskriminierung ist.⁹ Während es als inakzeptabel gilt, jemanden aufgrund von Geschlecht oder Hautfarbe zu diskriminieren, führen Altersgrenzen, die alle über 65-Jährige in politischen Programmen als „Ältere“ konzeptualisieren, zu Problemen bei der Arbeitssuche und legen Obergrenzen fest, um sich z.B. für bestimmte Positionen zu qualifizieren, Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch zu nehmen und Versicherungen abschließen zu können. Ziel ist es, stereotype Vorstellungen vom Alter mit neuen Ansätzen wie dem des positiven und erfolgreichen Alterns zu kontrastieren. Alle Menschen haben die Fähigkeit und das Potenzial, unabhängig vom Alter einen gesellschaftlichen Beitrag zu leisten. Aber oft schränken altersdiskriminierende Einstellungen ihre Möglichkeiten ein.

Immer mehr Menschen leben mit verschiedenen Arten von altersbedingten Krankheiten und Einschränkungen, einschließlich Demenz.

Da die Zahl der älteren Erwachsenen steigt, gibt es immer mehr Menschen mit altersbedingten Krankheiten und Einschränkungen, darunter auch Demenz. Demenz ist nach den Daten des WHO-Regionalbüros für Europa die Hauptursache für Abhängigkeit und Behinderung bei älteren Menschen in der Europäischen Region der WHO.¹⁰ Gegenwärtig sind rund zehn Millionen Menschen in Europa von Demenz betroffen; das Auftreten der Krankheit wird sich bis 2030 voraussichtlich verdoppeln. Alters- und demenzfreundliche Gemeinschaften sind die Antwort auf diese



neue Realität weltweit. Die Autor*innen der *Vergleichenden Analyse von alters- und demenzfreundlichen Gemeinschaften* kommen zum Schluss, dass Kommunen von Anfang an die beiden Ansätze integrieren sollten.¹¹ Die Anwaltschaft für Demenzkranke wird als vierte wichtige Etappe des in der WHO-Publikation *Demenz: Eine Priorität für die öffentliche Gesundheit*¹² vorgestellten Demenz-Akzeptanzmodells hervorgehoben.

Barrieren im Lebensumfeld und Einsamkeit gehören für ältere Menschen zu den größten Herausforderungen.

Barrieren im Lebensumfeld und Einsamkeit gehören für ältere Menschen und deren Familien oft zu den größten Herausforderungen. Sie können mit mehr Bewusstsein, Verantwortung und Aktivismus angegangen werden, um unsere Städte, Gemeinden und Nachbarschaften generationenfreundlicher zu gestalten. Ältere Menschen haben viel zu geben und können wertvolle Ideen und Erfahrungen einbringen, wie das soziale Leben und öffentliche Räume für alle Altersgruppen attraktiver und zugänglicher gestaltet werden können. Der Trainingsansatz und die Materialien in diesem Handbuch zielen darauf ab, ältere Menschen dabei zu unterstützen, sich in verschiedenen altersbezogenen Bereichen zu engagieren. Mit Bewusstseinsbildung und Schulungen können Kompetenzen aufgebaut werden, die notwendig sind, damit Menschen sich organisieren, ihren eigenen Bedürfnissen folgen und sich bei anderen Gehör verschaffen.

WER SIND AFE-FÜRSPRECHER*INNEN?

*"Wir können Politiker*innen überzeugen,
wenn wir deutlich machen, dass auch sie,
wenn sie Glück haben, alt werden."*

Teilnehmer aus Rom

AFE-Fürsprecher*innen sind ältere Menschen, die sich für altersgerechte Lebenswelten interessieren und als Fürsprecher*innen für andere ältere Menschen auftreten wollen. Sie starten Initiativen an der Basis, um zu einer Sensibilisierung beizutragen und das Thema der generationenfreundlichen Lebenswelt voranzubringen.

Das Training spricht Einzelpersonen an, die daran interessiert sind, zu lernen und/oder ihr Wissen über generationenfreundliche Lebenswelten und bürgerschaftliches Engagement weiterzuentwickeln. AFE-Fürsprecher*innen sind daran interessiert, ihre Initiativen allein oder in Teams umzusetzen.

Zu den Fähigkeiten und Kompetenzen von AFE-Fürsprecher*innen gehören persönliche Fähigkeiten, soziale Kompetenzen und berufliche Fertigkeiten.

AFE-Fürsprecher*innen sind oder werden in verschiedenen Bereichen und auf verschiedenen Ebenen aktiv – je nach ihren Fähigkeiten und Interessen sowie den Bedürfnissen ihres Lebensumfelds und ihrer Gemeinschaften. Zahlreiche Beispiele für mögliche Tätigkeitsbereiche werden im *Compendium of Good Practices of Advocacy in Age-friendly Environments* (auf Englisch) vorgestellt. Dieses Compendium zeigt ein breites Spektrum an inspirierenden Möglichkeiten auf, das Bewusstsein für generationenfreundliche Lebenswelten zu schärfen und in relevanten Bereichen aktiv zu werden. Einige Beispiele finden Sie auch hier:

Die Bürgerinitiative *Age Friendly Wonen* (Altersfreundliches Wohnen), eine von drei älteren Menschen in Amsterdam gegründete Stiftung, hat zum Ziel, ältere Menschen dabei zu unterstützen, in ihren eigenen vier Wänden zu leben. Altersfreundliches Wohnen bedeutet, Bedingungen zu schaffen, die es physisch möglich machen, so lange wie möglich unabhängig an dem Ort zu leben, an dem man sozial verankert ist. Barrierefreiheit ist für die Stiftung das Schlüsselwort für das Alter(n) in der Gemeinschaft: Ohne physische Zugänglichkeit gibt es keine soziale Zugänglichkeit. Die Stiftung entwickelt Pilotprojekte zur Adaption bestehender Wohnungen für ältere Menschen und macht Kommunen, Wohnbaugesellschaften, Immobilienentwickler und den Gesundheitssektor auf diese Projekte aufmerksam, um den Amsterdamer Altbaubestand dauerhaft für ältere Bewohner*innen besser zugänglich zu machen.

"Die (...) Stadträtin war von unseren Ideen so begeistert, dass wir durch ihre Vermittlung bald ein Gespräch mit einem Abgeordneten der konservativ-liberalen Partei VVD aus der Zweiten Kammer des Parlaments haben werden."

Dick van Alphen, Mitbegründer von Stichting Age Friendly Wonen

Kove. Kilburn Older Voices Exchange ist eine kommunale Aktionsgruppe älterer Menschen in Kilburn, Großbritannien, die das Ziel verfolgt, die Lebensqualität älterer Menschen zu verbessern, indem sie sowohl Aktivitäten organisiert als auch Kampagnen zu Themen durchführt, die ältere Menschen betreffen. Kove möchte ihre soziale Isolation überwinden und den Einfluss älterer Menschen auf lokal relevante Themen erhöhen.

OMAS GEGEN RECHTS wurde von österreichischen Großmüttern gegründet, um die jüngeren Generationen die Gefahren rechtsextremer Ideologien nicht vergessen zu lassen. Da sich der Rechtspopulismus in ganz Europa ausbreitet, sind für sie ihre Warnungen heute dringender denn je. Sie gehen mit jungen Menschen zu Demonstrationen gegen Extremismus und beteiligen sich an verschiedenen Aktionen für ein solidarisches Miteinander. Die *OMAS GEGEN RECHTS* wollen verhindern, dass sich die Geschichte wiederholt. Inzwischen hat die Bewegung auch in Deutschland Fuß gefasst.

"Wir wissen über den Zweiten Weltkrieg Bescheid; wir wissen, was mit unseren Großeltern passiert ist, und wir erzählen jungen Menschen davon."

Monika Salzer,

Gründerin von OMAS GEGEN RECHTS

The Curtain Up Players ist eine Amateurtheatergruppe von über 50 Personen unter der Leitung von Ron Wiener in Huddersfield (England). Die Gruppe führt in Gemeindezentren, Pflegeheimen, und Mittagsclubs soziale Improvisationstheaterstücke über Demenz und andere altersbedingte Probleme auf. Die Gruppe verwendet dabei die Soziodrama-Methode. Diese hilft den Menschen, ihre Situation besser zu verstehen und – bei Bedarf – auch zu verändern. Die Gruppenmitglieder schreiben die Theaterstücke selbst. Diese Stücke beziehen sich auf reale Aspekte des Umgangs mit Demenz, wie sie reale Menschen erleben. Mitreißende Aufführungen lösen sinnvolle Diskussionen aus. Ähnliche Gruppen wurden in weiteren öffentlichen Bibliotheken in England und den USA gegründet.

"Ich mag es, mit anderen zusammen zu sein und gemeinsam zu lachen. Ich weiß die Unterstützung zu schätzen. Wir sind ein bisschen wie eine Familie. Wir sind füreinander da."

Kath Ogden, ein langjähriges Mitglied der Curtain Up Players

WER WAREN DIE TEILNEHMER*INNEN DES AFE-TRAININGS?

*"Wir Senior*innen müssen aktiv bleiben und uns engagieren. Wenn wir es nicht tun, wird es niemand für uns tun."*

Teilnehmerin aus Hanau

In der Pilotphase wurden 75 AFE-Fürsprecher*innen in fünf Ländern ausgebildet.

In Hanau, Deutschland, waren die meisten Trainings-teilnehmer*innen erfahrene Freiwillige im sozialen oder politischen Bereich, darunter ein Mitglied des Stadtrats und fünf Mitglieder des Seniorenrats. Eine Teilnehmerin schult ältere Menschen in Mobilitätsfragen, wie z.B. in Sturzprävention, zwei weitere Teilnehmer sind Mobilitäts-Scouts, die sich für eine verbesserte Verkehrssicherheit engagieren. Zwei Teilnehmerinnen waren neu in der Stadt und an Lobbyarbeit für die Belange älterer Menschen interessiert.

In Den Haag, Niederlande, fand die Schulung für ältere Menschen niederländischer und hindustanischer Herkunft statt, die in der Nachbarschaft von Transvaal wohnen und an den Aktivitäten des Gemeindezentrums Mandelaplein teilnehmen. Das Pilottraining unterstützte die Initiative des Den Haager Seniorenrats, Dialoge mit Bewohner*innen in verschiedenen Stadtvierteln aufzunehmen.

In Kaunas, Litauen, gehörten zu den Teilnehmer*innen Mitglieder des Senior Initiatives Centre, Mitglieder eines Seniorenclubs der Gemeinde, ein Mitglied des Seniorenrats und eine Person im Ruhestand auf der Suche nach sinnvollen Aktivitäten.

In Rom, Italien, waren die Teilnehmer*innen des Pilottrainings Mitglieder zweier Senioren-Sozialzentren des Stadtbezirks II, in denen ältere Freiwillige und Mitarbeiter*innen des Stadtbezirks II die Aktivitäten der Sozialzentren unterstützen.

In Wien, Österreich, hatten die Teilnehmenden unterschiedliche berufliche Hintergründe. Einige waren bereits erfahrene Freiwillige oder engagierten sich auf lokal-politischer Ebene. Manche Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren noch erwerbstätig und betrachteten die Ausbildung als wertvollen Input und Impuls für ihre Arbeit (z.B. Besuchsdienst für ältere Erwachsene). Andere hatten aufgrund ihrer Erfahrungen mit Mobilitätsbarrieren und/oder dem Wunsch, ihre Zeit für wertvolle Tätigkeiten zu nutzen, Interesse an den Workshops.

"Ältere Menschen brauchen eine Stimme. Sie werden oft missverstanden."

Teilnehmerin aus Hanau

10

DAS AFE-FÜRSPRECHER*INNEN-TRAINING

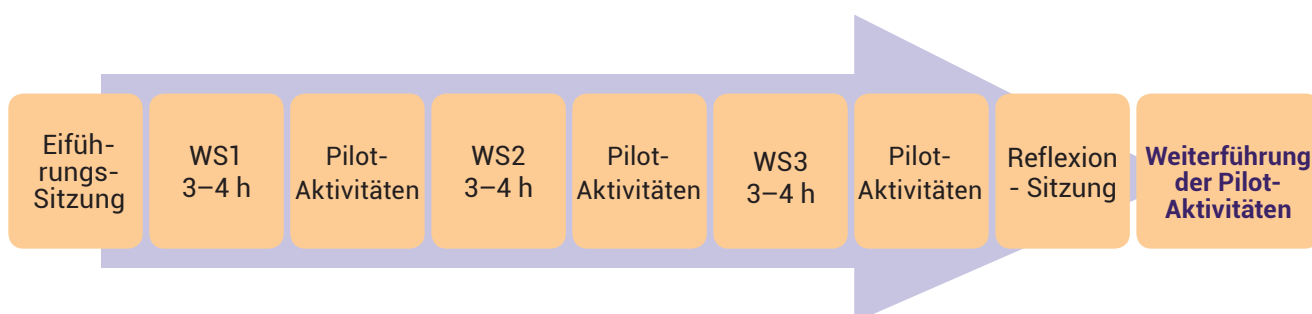
Das Fürsprecher*innen-Training kann auf viele Arten und für verschiedene Gruppen durchgeführt werden, z.B. für Mitglieder von Seniorenräten, öffentliche Bedienstete, lokale Projektgruppen, Freiwillige oder Migrant*innen.

Das im Rahmen des AFE Activists-Projekts getestete Pilottraining umfasste eine Einführungsveranstaltung, drei thematische Workshops und einen Reflexions-Workshop. Verfolgt wurde dabei der Ansatz des erfahrungs- und projektbasierten Lernens. Die „Feldforschung“ und die Arbeit an den Pilotprojekten erfolg-

te zwischen den Workshops. Die thematischen Workshops bestanden aus Informationsvermittlung und praxisorientierten Einheiten. In diesen Treffen wurden die Teilnehmer*innen dabei unterstützt, ihre individuelle Rolle und ihre Teamrolle als AFE-Fürsprecher*innen zu finden. In diesen Rollen setzten die Fürsprecher*innen Pilotprojekte in die Praxis um.

Das Training endete mit einer Reflexionssitzung, in der die Teilnehmer*innen den Kurs und ihre eigenen Leistungen bewerteten.

Eine schematische Darstellung des Trainings:



Ausbildungsziele

- Sensibilisierung von älteren und hochaltrigen Menschen, öffentlich Bediensteten, lokalen Entscheidungsträger*innen und lokalen und nationalen Interessenvertreter*innen für generationenfreundliche Lebenswelten
- Entwicklung von Kompetenzen für den Umgang mit relevanten Interessensgruppen
- Aneignung von Fähigkeiten zur Entwicklung und Umsetzung von Initiativen für eine generationenfreundliche Lebenswelt
- Wissensvermittlung zu Beispielen einer guten Praxis, wie man die Entscheidungsfindung von oben nach unten und die Anwaltschaft von unten nach oben verbindet

Nach dem Training sollen die Teilnehmer*innen:

- das Wesen und die wichtigsten Aspekte einer altersgerechten Lebenswelt kennen
- Werkzeuge kennen und anwenden, um die Bedürfnisse älterer Menschen hinsichtlich ihres Lebensumfeldes zu identifizieren
- die Fähigkeit besitzen, identifizierte Bedürfnisse zu kommunizieren und Erkenntnisse an wichtige Interessenvertreter*innen und Entscheidungsträger*innen weiterzugeben
- Pilotprojekte zur generationenfreundlicheren Gestaltung der Umwelt in ihrer Kommune entwickeln

Beispielhafte Struktur des Trainings

Einführungsworkshop: Einführung in das Konzept der altersgerechten Lebenswelten (3–4 Std.)

Ziel des Einführungswshops ist es, einen allgemeinen Überblick über das Konzept altersgerechter Lebenswelten zu geben.

Themen des Workshops:

- Das Konzept einer generationenfreundlichen Umgebung (Aktivität 1 in der Methodenbox weiter hinten in diesem Handbuch)
- Bedürfnisse älterer Menschen in ihrem Lebensumfeld (Aktivitäten 2, 3 und 4 in der Methodenbox)
- Lokalpolitik und Entscheidungsfindung: gesetzliche Befugnisse und Pflichten der lokalen Behörden und kommunalen Einrichtungen, Entscheidungsträger*innen und lokalen Unternehmen

Am Ende dieses Workshops sind die Teilnehmer*innen dazu in der Lage,

- die wichtigsten AFE-Bereiche in ihrer Nachbarschaft zu identifizieren,
- ihre Nachbarschaft auf ihre Altersfreundlichkeit hin zu überprüfen,
- die Bedürfnisse älterer Menschen zu erheben und
- mögliche Kooperationspartner*innen zu identifizieren.

Der Workshop endet mit einer Reflexions- und Feedback-Übung und gibt dem Trainer bzw. der Trainerin Hinweise für die Planung der folgenden Workshops.

11

Schwerpunkt Interessenvertretung: 3 Workshops (3–4 Std.) uur

Workshop 1

Thematische Sitzung

Wie man auf dem Gebiet der altersfreundlichen Lebenswelt aktiv werden kann

- Altersdiskriminierung und Stereotypen im Zusammenhang mit dem Alter (Aktivitäten 4, 5 und 6 in der Methodenbox)
- Einführung in Möglichkeiten der Fürsprache (Aktivität 7 in der Methodenbox)
- Persönliches Engagement (Aktivitäten 8 und 9 in der Methodenbox – Linse Bürgerbeteiligung)

Praxisübungen

- „Eisbrecher“-Übungen
- Brainstorming zu lokalen Pilotprojekten oder Präsentation von innovativen Beispielen (z.B. aus dem Kompendium)
- Projektgruppen bilden
- Verbindung von Projektideen und möglichen Rollen in der Interessenvertretung: Wie würde ich gerne aktiv werden und meine Stimme zu Fragen bezüglich AFE erheben? (Aktivität 10 in der Methodenbox)

Am Ende des Workshops werden die Teilnehmer*innen

- die Rolle von Vertreter*innen (Advocacy) und Fürsprecher*innen verstehen,
- wissen, wie das öffentliche Bewusstsein für ein Thema geschärft werden kann und
- sich stärker für bürgerschaftliches Engagement interessieren.

Feldforschung und Pilotaktivitäten zwischen den Workshops (Aktivität 11 in der Methodenbox)

Workshop 2

Thematische Einheit

Wie man unterschiedliche Bedürfnisse älterer Menschen erkennt

- Überblick über die verschiedenen Erhebungsmethoden
- Ausführlicher Input zu einer Methode
- Präsentation von praktischen Beispielen

Praxisübungen

- Teilnahme an einer Umfrage (Aktivität 12 in der Methodenbox)
- Interessengruppen identifizieren (Aktivität 13 in der Methodenbox)
- Ausarbeitung eines Aktionsplans (Aktivität 14 in der Methodenbox)

Am Ende des Workshops werden die Teilnehmer*innen

- verschiedene Erhebungsinstrumente kennen,
- den Wert der in Umfragen gesammelten Daten verstehen,
- wissen, wie man Interessenvertreter*innen identifiziert und
- in der Lage sein, einen Aktionsplan vorzubereiten.

Feldforschung und Pilotprojekte (Aktivität 15 in der Methodenbox)

Workshop 3

Thematische Einheit

Wie man Informationen von älteren Menschen an Interessensgruppen weitergibt

- Überblick über Kommunikationsformate und Kommunikationsbarrieren
- Ausführlicher Input zu einem Format
- Präsentation von praktischen Beispielen

Praxisübungen

Wie schaffe ich öffentliches Bewusstsein?

- Überblick über die verschiedenen Kommunikationsmedien und ihre Verwendung (Aktivität 16 in der Methodenbox)
- Erreichung der Zielgruppen (online, offline, etc.)
- Abschließende Vorbereitung zur Durchführung der Aktivität (z.B. Öffentlichkeitsarbeit/Werbung)

Am Ende des Workshops werden die Teilnehmer*innen

- grundlegende Kommunikationsarten und Medien kennen,
- Kommunikationsbarrieren und ihren eigenen Kommunikationsstil verstehen und
- in der Lage sein, geeignete Medien und Kommunikationsmethoden zur Übermittlung ihrer eigenen Botschaft zu wählen.

Feldforschung und Pilotprojekte

Reflexion und Bewertung (3–4 Std.)

Der abschließende Workshop zielt darauf ab, über das gesamte Training nachzudenken, Lernziele und Ergebnisse zusammenzufassen und das Erreichte zu feiern. Das Feedback der Teilnehmenden zum Training und die Einschätzung der neuen bzw. weiterentwickelten Kompetenzen werden mithilfe eines Evaluationsbogens oder eines halbstrukturierten Interviews (siehe Methodenbox) gesammelt. Das AFE-Fürsprecher*innen-Training richtet sich an Lernende in der nachberuflichen Phase; eine formale Bewertung der erworbenen Kompetenzen wird daher nicht vorgenommen. Die Teilnehmenden können jedoch auf dem Evaluationsbogen ihre Leistungen bewerten und ihre Wissenslücken oder ihren Weiterbildungsbedarf benennen.

Am Ende des Workshops werden die Teilnehmer*innen

- über ihre eigenen Lernerfahrungen reflektieren können,
- die eigenen Kompetenzen und Leistungen kennen und
- in der Lage sein, ihre Wissenslücken und Weiterbildungsbedürfnisse zu artikulieren.



Grundlegender Zugang und Durchführung des Trainings

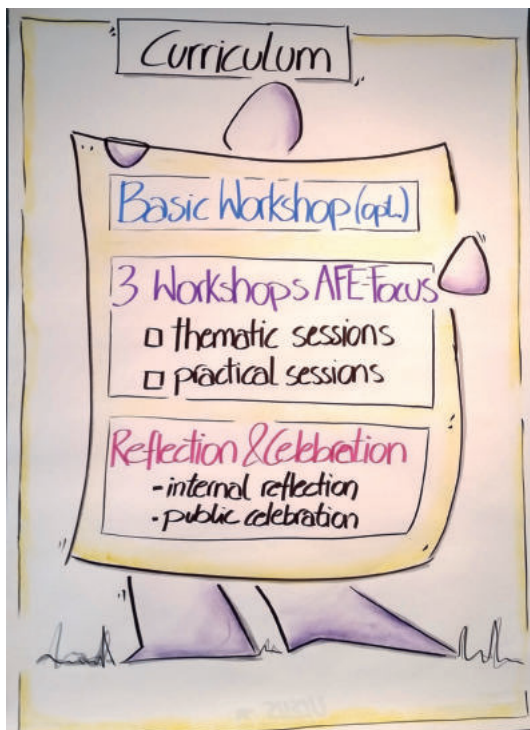
Die Grundlage des Trainings, das im Projekt AFE-Activists entwickelt und getestet wurde, ist das Konzept des erfahrungs- und projektbasierten Lernens. Die Lernmotivation älterer Erwachsener ergibt sich hauptsächlich aus der praktischen Anwendung und den konkreten Wirkungen des Gelernten. Der persönliche Bezug ist wesentlich für ihre Motivation und ihr Engagement im lebenslangen Lernen. Die Lernumgebung sollte eine Mischung aus Expert*inneninputs, Austausch vorhandenen Wissens und Diskussionen zwischen Trainer*innen und Teilnehmer*innen darstellen.

"Man sollte genau zuhören, wenn ältere Menschen ihre Lebensgeschichte erzählen. Sie haben so viel zu sagen."

Teilnehmer aus Hanau

Folgende Methoden wurden bei der Durchführung des AFE-Fürsprecher*innen-Trainings angewandt, um die spezifischen Ziele zu erreichen:

- „Eisbrecher“-Übungen zur Förderung des Kennenlernens und der Kommunikation
- Interaktive Vorträge für die Vermittlung von Informationen. Die Inputs sollen in kurzen Einheiten vermittelt werden, um zwischendurch die Möglichkeit zu geben, Fragen zu stellen bzw. zu diskutieren und Erfahrungen zu teilen.
- Praktische Fallstudien, gefolgt von halbstrukturierten Diskussionen mit Leitfragen, zur Inspiration und Förderung der Ideenentwicklung.
- Gruppenarbeit und Plenumsdiskussion für das gemeinsame Verständnis und zur Zusammenfassung der Ergebnisse.
- Projektarbeit zur Förderung von Zusammenarbeit, Vernetzung und Entscheidungsfindung.
- Reflexionsübungen, um Feedback geben und Leistungen würdigen zu können.



Die Trainer*innen

Die Trainer*innen unterstützen und coachen die älteren Lernenden, indem sie auf ihre eigenen Erfahrungen zurückgreifen und so die praktische Anwendung des Gelernten ermöglichen. Die Teilnehmer*innen steigen im Verlauf des Trainings in die Vermittlung der Inhalte mit ein und werden so zu Ko-Produzent*innen des Trainings. Idealerweise leiten zwei Trainer*innen den Kurs – eine Person, die mit den Inhalten vertraut ist, und eine andere Person, die über gute Moderationsfähigkeiten verfügt. Gastvortragende mit Fachkenntnissen zu bestimmten AFE-Themen, z.B. Zuständige in Behörden, Expert*innen für Barrierefreiheit, Bürgermeister*innen, Interessenvertreter*innen, werden eingeladen, um über relevante Themen, Prozesse und Methoden zu informieren.

ANPASSUNG AN LOKALE GEGEBENHEITEN

In Hanau hielt Lothar Hain aus dem Amt für Stadtentwicklung einen Vortrag über Lobby- und Öffentlichkeitsarbeit für die Belange älterer Menschen. In diesem Bereich sind vertiefte Kenntnisse der Entscheidungsprozesse und Methoden zur Präsentation eines Falles erforderlich.

Von der Universität Wien stellten Viktoria Parisot und Vera Gallistl, Forscherinnen der Sozialgerontologie, ihr Forschungsprojekt über Barrieren für ältere Erwachsene beim Besuch kultureller Veranstaltungen, z.B. Theater oder Konzerte, und unterschiedliche kulturelle Lebensstile von älteren Erwachsenen in Wien, vor.

In Kaunas, Litauen, referierten der Architekt Linas Tuleikis, Kristina Visagurskienė, Leiterin der Nationalen Gesundheitsvereinigung, und Danutė Čibirauskaitė, Spezialistin für Soziale Arbeit, zu den Themen altersfreundlicher Lebenswelten: Universal Design, gesundes Altern und soziale Pflegedienste für ältere Menschen.

In Rom bezogen sich die Themen auf ein altersfreundliches Umfeld zum guten Umgang mit Alzheimer (durch den Experten Marco Zummo, Präsident von Karol Health Structures) sowie auf gesundes Altern und Bewegung im späteren Leben (durch die Expert*innen Salvatore Grammatico, Caritas; Giulia Vettori, Universität La Sapienza und Francesca Brianza, UISP Sports for All). Weitere Themen waren Dienstleistungen für ältere Menschen, unausgesprochene Rechte und die Vermeidung von kostspieligen Krediten (Expert*innen: Gabriella Venezia, SPI CGIL Rentnergewerkschaft, Rechtsanwalt Luigi Ciatti, Ambulatorio Antiusura und Notar Antonella Caridi) sowie Internetsicherheit und Datenschutz (Experte: Marcello Pistilli, Digital World Foundation).

Trainingsort

Der Trainingsraum sollte groß genug sein, um Gruppenarbeiten in einem angemessenen Abstand zu ermöglichen. Flipcharts für Gruppensitzungen und Platz zum Aufhängen der Plakate müssen vorhanden sein. Obst, Nüsse und Gemüse eignen sich besser als zuckerhaltige Snacks.

Der Schulungsort kann gleichbleiben oder für jeden Workshop wechseln. Ein permanenter Schulungsort hat gewisse Vorteile: Ältere Menschen bevorzugen vertraute Orte, die leicht zu finden sind. Sie kennen den Weg und die Zeit, die sie dafür benötigen. Sie können auf dem gleichen Sitzplatz Platz nehmen und wissen zum Beispiel, wo die Kaffeetassen aufbewahrt werden. Ein Workshop in einem spezifischen Rahmen kann hingegen unmittelbare praktische Erfahrungen vermitteln und zu neuen Ideen inspirieren.

ANPASSUNG AN LOKALE GEGEBENHEITEN

In Den Haag, Kaunas, Rom und Wien fanden alle Workshops an den gleichen Orten statt: im Sitzungssaal des Gemeindezentrums Mandelaplein, in einem modernen Klassenzimmer der Litauischen Sportuniversität, im Gemeinde-II-Tagungszentrum und im Besprechungsraum des Forschungsbüros querum. In Kaunas mischten sich die Teilnehmer*innen vor dem Training besonders gerne unter die Universitätsstudent*innen.

In Hanau fand die Einführungsveranstaltung im Rathaus statt, um eine breite Öffentlichkeit anzusprechen, während die thematischen Workshops in Sitzungsräumen in unterschiedlichen Nachbarschaften stattfanden.

In Wien wurde zu Beginn der Workshop-Reihe eine gemeinsame Exkursion zu einer Ausstellung zur Geschichte der Mobilität und Stadtentwicklung durchgeführt. Dieser gemeinsame Ausflug bot einen passenden Rahmen für das gegenseitige Kennenlernen und den informellen Austausch.

In Kaunas fand die Sitzung zur Interessenvertretung in der Gemäldegalerie des M. K. Čiurlionis Museums statt, genauer gesagt in einer Ausstellungshalle, die den Gemeinden gewidmet ist.

Zeitraumen des Trainings

Das in diesem Handbuch vorgestellte Trainingskonzept wurde für die Pilottrainings verwendet. Variationen des in diesem Handbuch beschriebenen Ansatzes sind – je nach Themen, Vorkenntnissen der Teilnehmer*innen, lokalem Umfeld und den von den Teilnehmer*innen geplanten Initiativen – natürlich möglich.

ANPASSUNG AN LOKALE GEGEBENHEITEN

In Hanau fand der Einführungsworkshop in Form einer Informationsveranstaltung statt und zog eine breite Öffentlichkeit an. Es folgten drei thematische Workshops mit einer Dauer von je vier Stunden.

In Den Haag entsprach die Struktur des Trainings dem modellhaft entworfenen Ausbildungskonzept. Für die Mitglieder des Gemeindezentrums Mandelaplein wurden vier Workshops von je drei Stunden Dauer angeboten.

In Litauen bestand die Einführungs-sitzung aus vier einstündigen Expert*innen-Vorträgen über spezifische Aspekte generationenfreundlicher Lebenswelten. Auf die Einführungs-sitzung folgten drei thematische Workshops von je drei Stunden, einschließlich Kaffeepausen. Die dreistündigen Workshops fanden jeden zweiten Montag am Nachmittag statt.

In Rom wurden nach sechs Arbeitssitzungen von fünf ehrenamtlichen AFE-Fürsprecher*innen – zwei aus der Verwaltung des Stadtbezirks II und drei aus den Senioren-Sozialzentren des Stadtbezirks II – drei Workshops abgehalten, die zur Steuerung des gesamten Ausbildungsprozesses beitrugen.

In Wien wurden – im Abstand von 5-6 Wochen – jeweils vormittags fünf thematische Workshops von je drei Stunden Dauer abgehalten. Die Teilnehmer*innen waren bereits mit dem Konzept der altersfreundlichen Lebenswelt vertraut.

ERFAHRUNGSLERNEN DURCH STUDIEN- BESUCHE IN ALTERSFREUNDLICHE STÄDTEN

Die Trainings im Rahmen des Projekts wurden durch Studienbesuche in altersfreundliche Städte ergänzt. Diese Studienbesuche waren als transnationale Lehrveranstaltungen geplant mit dem Ziel, Beispiele guter Praxis in Den Haag und Udine kennenzulernen.

Am Studienbesuch in Den Haag nahmen zwei ausgewählte Lernende pro Partnerland (drei aus Deutschland) teil. Die Teilnehmer*innen hatten folgende Aufgaben: ihre Aktivitäten im Themenbereich altersfreundliche Lebensumgebung zu präsentieren, bewährte Initiativen und Projekte in den Städten zu besuchen, über das Gelernte zu reflektieren und ihre Erfahrungen mit den Kolleg*innen „zu Hause“ zu teilen.

Studienbesuche haben eine positive Wirkung sowohl für die Teilnehmer*innen als auch auf die beteiligten Organisationen. Lernergebnisse für die Teilnehmer*innen waren zum Beispiel:

- Verbesserte Team- und Kommunikationsfähigkeiten
- Verbesserte interkulturelle Kompetenzen
- Verbessertes Einfühlungsvermögen und Verständnis für neue Perspektiven
- Mehr Motivation
- Ein breiteres Verständnis der Gesellschaft(en) der Europäischen Union

Als Vorteile für Organisationen wurden genannt:

- Möglichkeit zum Aufbau von Netzwerken

- Verbesserte Motivation der Mitarbeiter*innen
- Knüpfung internationaler Beziehungen
- Schärfung des Profils in der Kommune
- Möglichkeit der Präsentation ihrer Tätigkeiten

Der für Anfang März 2020 geplante Studienaufenthalt in Udine wurde eine Woche vor der Abreise aufgrund von Covid-19 abgesagt. Altersfreundliche Initiativen in Udine wurden jedoch in den AFE-Erfahrungsbericht aufgenommen, der von der Projektwebsite heruntergeladen werden kann.

Im Projekt ermöglichten Studienbesuche den Blick über den nationalen Tellerrand. Falls es in Ihren Trainings nicht möglich ist, internationale Studienbesuche anzubieten, empfehlen wir, interessante Initiativen in der Umgebung zu besuchen.

"Ich fand die Ergebnisse und Erfahrungen auf unserer Studienreise sehr beeindruckend. Das möchte ich in meinem Umfeld fortsetzen."

Teilnehmerin aus Hanau

"Ich fand die Vielfalt der Diskussionen auf unserer Studienreise beeindruckend. Wir haben eine Menge Ideen für unsere Arbeit bekommen."

Teilnehmerin aus Hanau



GEPLANTE UND DURCHGEFÜHRTE PILOTPROJEKTE

Bereiche und Themen

Die Pilotprojekte, die von den Teilnehmer*innen geplant bzw. durchgeführt wurden, sind thematisch sehr vielseitig und umfassen folgende Bereiche altersfreundlicher Lebenswelten:

AfE-Bereiche	Themen
• Bürgerschaftliches Engagement • Öffentlicher Raum und Gebäude • Soziale Inklusion • Soziale Teilhabe • Kommunikation und Information	• Zu wenig Sitzgelegenheiten im öffentlichen Raum • Fehlende Räume für gemeinschaftliche Veranstaltungen • Barrieren für Ältere bei der Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen • Mangelndes Bewusstsein im Einzelhandel für körperliche Einschränkungen von älteren Kund*innen • Wenig bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen

Im Folgenden werden ausgewählte Pilotprojekte vorgestellt:

Sitzgelegenheiten im öffentlichen Raum

Für mehr Sitzgelegenheiten im öffentlichen Raum setzten sich AfE-Fürsprecher*innen in Den Haag, Kaunas und Wien ein: Die Teilnehmer*innen des Gemeindezentrums Mandelaplein erkannten den Bedarf an mehr Bänken auf der Straße und in Mehrparteienhäusern, um etwa gut auf das Taxi oder den Fahrdienst warten zu können. Sie wandten sich direkt an Geschäfte und fragten nach, ob deren Sitzgelegenheiten der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt werden könnten. Zudem regten sie eine Wohnungsbau-genossenschaft an, Sitzgelegenheiten in der Halle des Hauptgebäudes aufzustellen.

Die Teilnehmer*innen in Kaunas brachten ihre Enttäuschung über die renovierten städtischen Parks zum Ausdruck. Keiner der drei kürzlich renovierten Parks in den am dichtesten besiedelten Stadtvierteln mit den meisten älteren Einwohner*innen verfügt über eine Freiluftbühne mit Sitzbänken für das Publikum. Dennoch gibt es bei vielen Gemeindeveranstaltungen zahlreiche Open-Air-Aufführungen. Leider waren die Bewohner*innen nicht in die Renovierungsprojekte einbezogen, und Sitzplätze waren bisher kein Thema. Sensibilisiert durch das Training, möchten sich die

AfE-Fürsprecher*innen in Zukunft vermehrt aktiv in Neugestaltungs- und Planungsprozesse einbringen.

Auch die AfE-Initiative „Nimm Platz“ (ähnlich wie die Initiative „Take a Seat“ in Nottingham, Großbritannien) in Wien zielt darauf ab, das Bewusstsein für mehr öffentliche Sitzgelegenheiten zu schärfen. Um mehr Sitzgelegenheiten zu schaffen, nahmen die AfE-Fürsprecher*innen aus Wien Kontakt mit einer großen Supermarktkette sowie den öffentlichen Verkehrsbetrieben auf und machten konkrete Vorschläge für zusätzliche Sitzgelegenheiten. Die Teilnehmer*innen schickten Briefe mit detaillierten Beschreibungen, Fotos und Ideen für zusätzliche Sitzplätze. Ein persönliches Treffen zwischen der AfE-Fürsprecher*innengruppe und einem Vertreter von SPAR Wien hat bereits stattgefunden. Die diskutierten Vorschläge werden nun konzernintern besprochen.

"Früher dachte ich, dass altersbedingte körperliche Einschränkungen mein Problem sind. Jetzt sehe ich, dass das Problem in einer altersunfreundlichen Umgebung liegt, nicht in mir."

Teilnehmer aus Kaunas



Körperliche Einschränkungen älterer Konsument*innen

Eine weitere Initiative, ebenfalls in Zusammenarbeit mit SPAR Wien, befasst sich mit den körperlichen Einschränkungen von älteren Konsument*innen. Um das Bewusstsein für die Herausforderungen, denen sich ältere Besucher*innen von Supermärkten gegenübersehen, zu steigern, haben drei AFE-Fürsprecher*innen eine Kooperation zwischen der SPAR-Akademie (Ausbildungsinstitut für künftige Mitarbeiter*innen der Supermarktkette) und Privatpersonen, die einen gerontologischen Alterungssimulationsanzug (GERT) zur Verfügung stellen, ins Leben gerufen. Aufgrund des Engagements der AFE-Fürsprecher*innen wird die Supermarktkette ab Herbst 2020 eine Trainingsreihe mit dem GERT Anzug für zukünftige Mitarbeiter*innen der Supermarktkette anbieten.

Barrieren für Ältere bei der Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen

Eine Teilnehmerin des AFE-Fürsprecher*innen-Trainings in Wien arbeitet als Freiwillige für das Museum im Belvedere. Angeregt durch das AFE-Activists-Projekt startete sie verschiedene Initiativen zur Sensibilisierung für Fragen der Barrierefreiheit von

Museen. Die Teilnehmerin kontaktierte verantwortliche Personen und arrangierte persönliche Treffen mit dem Museumspersonal. Sie entwarf zudem ein Vortrags- und Workshop-Konzept für eine Veranstaltung von ICOM (International Council of Museums).

Neben Gesprächen und einer gemeinsamen Begehung mit Museums- und Sicherheitspersonal ist ein Workshop über barrierefreie Museen im Rahmen einer Veranstaltung des ICOM im Herbst 2020 in Wien geplant.

Eine weitere Projektidee in Wien dreht sich um einen Freiwilligendienst bzw. eine Freiwilligenplattform, um Ältere mit Mobilitätseinschränkungen bei der Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen (wie Museen, Konzerte, Oper) zu unterstützen. Die AFE-Fürsprecher*innen kooperieren dabei mit dem Wiener Hilfswerk, das über langjährige Erfahrungen in der Freiwilligenarbeit verfügt. Ein erstes Konzept für das Projekt ist entworfen und der Kontakt zu Kultureinrichtungen wurde bereits aufgenommen. Zudem wurden mögliche Finanzierungsmöglichkeiten diskutiert.

Begehungen

Zwei Teilnehmer*innen des AFE-Fürsprecher*innen-Trainings in Kaunas entwickelten die Ideen, Nordic-Walking-Aktivitäten mit Begehungen zur Überprüfung der Altersfreundlichkeit von Stadtvierteln zu verbinden: Eine Gruppe älterer Frauen aus der Gemeinde Petrašiūnai trainiert seit 15 Jahren im örtlichen Gemeindezentrum. Als das Gemeindezentrum jedoch geschlossen wurde, entschlossen sich die Frauen, sich regelmäßig zum Nordic Walking zu treffen. Gemeinsam mit einer bestehenden Nordic Walking Gruppe aus einem anderen Bezirk kamen sie auf die Idee, ihre Sporteinheiten zu nutzen, um die Barrierefreiheit des öffentlichen Raums entlang ihrer Walking-Strecke zu erheben.

Sicherheit zu Hause, auf der Straße und in Geschäften

Während des AFE-Fürsprecher*innen-Trainings in den Niederlanden machten die Teilnehmer*innen regelmäßig auf das Thema Sicherheit (zu Hause, auf der Straße und in den Geschäften) aufmerksam. Die Leiterin, Marije Talstra, des Gemeindezentrums Mandelaplein versprach der Gruppe, ein thematisches Treffen zum Thema Sicherheit zu organisieren. Aufgrund der Covid-19-Situation musste das Treffen jedoch auf Herbst 2020 verschoben werden.

Beobachtung und Berichterstattung über die Qualität kommunaler Dienstleistungen

Die Teilnehmer*innen aus Den Haag identifizierten ein weiteres herausforderndes Problem: die schlechte Qualität der lokalen Taxidienste für Menschen mit Behinderungen. Die Taxis bringen die Menschen zu Arzt- oder Krankenhausterminen und bietet die Möglichkeit, Freund*innen, Verwandte oder kulturelle Veranstaltungen zu besuchen. Die Gemeinde vergibt nach einer Ausschreibung einen 5-Jahres-Vertrag an ein Unternehmen. Der gegenwärtige Taxidienst ist seit einem Jahr aktiv. Viele Menschen beschwerten sich jedoch über seinen schlechten Service: Wartezeiten von über 60 Minuten, Verspätungen bei Spitalterminen oder kulturellen Veranstaltungen und unfreundliches Personal. Die Stadtverwaltung bietet den Benutzer*innen die Möglichkeit, sich online zu beschwerten. Menschen, die über keinen Internetzugang verfügen, können im Rathaus Beschwerdeformulare in Papierform erhalten. Die Gruppe der AFE-Fürsprecher*innen sammelte im ersten Quartal 2020 Beschwerden von Nutzer*innen und reichte diese gesammelt ein.

darüber geben, welche Themen und Rahmenbedingungen das bürgerschaftliche Engagement älterer Menschen fördern könnten.

Die Umfrage wurde auf städtischer Ebene durchgeführt. 150 ältere Menschen nahmen an der Umfrage teil. Die Ergebnisse wurden analysiert und bei der öffentlichen Abschlussveranstaltung des AFE-Activists-Projekts den Zuständigen auf politischer und administrativer Ebene präsentiert. Der Projektpartner, ein Sozialforschungsinstitut, half bei der Gestaltung der Umfrage, die von zwölf älteren Freiwilligen mit Hilfe von zwei Beamt*innen über einen Zeitraum von sechs Monaten durchgeführt wurde.

*"Es ist mir wichtig, dass unsere
Umfrage analysiert wird und dass die Ergebnisse
den Ausschüssen berichtet werden."*

Teilnehmer aus Hanau



Mitwirkung älterer Menschen in Hanau

Ihre Meinung
ist uns
wichtig!

Im Rahmen des EU-Projekts „Age-friendly Environments Activists“ können sich alle Hanauer Bürgerinnen und Bürger 60+ an der Online-Umfrage zu ihrer Teilhabe und Interessenvertretung in Hanau beteiligen. So können Sie direkt bei der Gestaltung einer altersgerechten Lebensumwelt in Hanau mitwirken.

**Zur Online-Umfrage gelangen Sie über
www.hanau.de**

Sie haben kein Internet?
Wir helfen Ihnen im Seniorenbüro:
08. und 22. November
13. Dezember 2017
10. und 24. Januar 2018
von 13.00-15.30 Uhr
(PC-Raum 106) - ohne Anmeldung.

Seniorenbüro Hanau
Karin Dunkel, Tel. 06181 66820-50
E-Mail: karin.dunkel@hanau.de

Freiwilligenagentur Hanau
Iris Fuchs, Tel. 06181 66820-53
E-Mail: iris.fuchs@hanau.de

Wenn das nicht klappt,
rufen Sie uns bitte an.

Informationen zum EU-Projekt
ISIS Sozialforschung, 60486 Frankfurt
Dr. Karin Stiehr, Tel. 069 2648650



Nicht bekannte Rechte älterer Bürger*innen

Hier geht es um bestehende Rechte, die viele Bürger*innen aber nicht kennen. Insbesondere benachteiligte ältere Bürger*innen fordern ihre Rechte auf Renten

Verstärktes bürgerschaftliches Engagement älterer Menschen

In Hanau bestand das Ziel, dass ältere Bürgerinnen und Bürger in der Koproduktion altersgerechter Lebenswelten aktiver werden. AFE-Fürsprecher*innen entwarfen dazu eine Umfrage. Sie sollte Aufschluss



und spezifische Leistungen nicht ein, weil sie kein Wissen darüber haben.

Während eines AFE-Fürsprecher*innen Workshops in Rom wurde die Idee entwickelt, einen Informations- und Beratungsschalter speziell für die Anliegen und Fragen von älteren Menschen einzurichten. Die Verantwortlichen im Stadtbezirk II unterstützen diese Idee und möchten im Herbst 2020 mit der Umsetzung starten. Der Informations- und Beratungsschalter wird

- zweimal wöchentlich zwei Stunden geöffnet sein, um ältere Bürger*innen über ihre Rechte, insbesondere im Zusammenhang mit Rentenleistungen, zu informieren und sie bei den Formalitäten zu unterstützen und
- von drei Mitgliedern der SPI – CGIL, Italiens größter Gewerkschaft der Pensionist*innen, und von Mitarbeiter*innen der Sozialzentren für ältere Menschen des Stadtbezirks II betreut werden. Die Personalkosten und andere anfallende Kosten werden von der Gewerkschaft und von den Seniorenzentren übernommen.

"Ich habe von unbekannten Rechten erfahren und werde auch meine Rente noch einmal überprüfen".

Teilnehmer aus Rom

Entwurf von Richtlinien zur Förderung der Teilhabe älterer Menschen an der Sozialpolitik des Stadtbezirks II

Angeregt vom AFE-Activists-Projekt kündigte der Rat für Sozialpolitik in Rom an, gemeinsam mit älteren Bürger*innen Richtlinien für die Festlegung sozialpolitischer Prioritäten zu erarbeiten.

In einem ersten Schritt werden die Bedürfnisse und Anregungen älterer Menschen gesammelt. Auf Basis dieser Sammlung werden – in einem direkten Austausch mit älteren Menschen und Interessensvertretungen (u.a. Mitglieder des Sozialzentrums für Senior*innen des Bezirks sowie Vertreter*innen des Dienstleistungssektors und der Gewerkschaften der Rentner*innen) – konkrete Richtlinien für einen altersfreundlicheren Stadtbezirk II erarbeitet.

"Im Rat werde ich vorschlagen, mehr Fahrradwege einzurichten, sogar Bereiche nur für Fahrräder: Radfahren ist gut für meine Gesundheit, nicht nur wegen der geringeren Luftverschmutzung."

Teilnehmer aus Rom

Kooperationen

Durch die intensive Lobby- und Vernetzungsarbeit der AFE-Fürsprecher*innen in den Partnerregionen war bzw. ist eine Reihe von Personen, Organisationen und Institutionen an den Pilotprojekten beteiligt. Unter anderem konnten die AFE-Fürsprecher*innen Kooperationen mit folgenden Akteur*innen aufbauen bzw. intensivieren:

Seniorenbeirat; Seniorenbüro; Freiwilligenagentur; Abteilung für Demografie der Stadtverwaltung;

SPAR Supermarkt; Wiener Linien, ein Anbieter öffentlicher Verkehrsmittel in Wien; Museum Belvedere; ICOM, Hilfswerk Wien; Museen, Theater und Oper; Sozialpolitische Abteilung des Stadtbezirks Rom II; Caritas; UISP Sport für alle; Italiens SPI - CGIL, die Gewerkschaft der Rentner*innen; die Anti-Wucher-Koalition und die Digital World Foundation, Polizei, Rotes Kreuz, Geschäfte und Wohnungsgenossenschaften, Abteilung für Stadtentwicklung.



SCHLUSSFOLGERUNGEN UND EMPFEHLUNGEN

Eine altersfreundliche Stadt zu werden, ist eine Teamleistung, für die die WHO Richtlinien und eine anerkannte Methodik zur Verfügung stellt.

Viele der Angebote und Ressourcen, die eine altersfreundliche Stadt braucht, sind bereits vorhanden – sie müssen jedoch erkannt, in konkrete Aktivitäten integriert und besser vernetzt werden.

Das Projekt AFE-Activists schlägt einen Bottom-up-Ansatz für generationenfreundliche Lebenswelten vor. Der Schwerpunkt liegt auf Bewusstseinsbildung, verstärkter Beteiligung älterer Bürger*innen und der Entwicklung von Fähigkeiten zur Vertretung der Interessen Älterer.

Das im Handbuch beschriebene Training kann an spezifische Interessen und Rahmenbedingungen verschiedener Organisationen angepasst werden: Senior*innenräte, Hauseigentümer*innenverbände, Bürger*inneninitiativen usw. Die in den Pilottrainings vermittelten Themen können flexibel erweitert bzw. reduziert werden, um den Bedürfnissen der jeweiligen Teilnehmer*innen gerecht zu werden.

Bei der Gestaltung eines Trainings für ältere Menschen ist es wichtig zu berücksichtigen, dass es sich bei Senior*innen um eine sehr heterogene Gruppe handelt. Erfahrungen zeigen, dass es sinnvoll ist, bei der Zusammensetzung von Lerngruppen auf ähnliche Bildungsniveaus und Interessen an bestimmten AFE-Themen zu achten.

In unseren Pilottrainings bewährte sich eine Workshopdauer von drei Stunden (inklusive Pausen).

Für Gruppen, die mit dem Konzept der altersfreundlichen Lebenswelt noch nicht vertraut sind, kann der Informations- und Wissenstransfer mit möglichst vielen praktischen Beispielen aus dem Kompendium und dem AFE-Erfahrungsbericht (siehe AFE-Activists Webseite) illustriert werden.

Nach wie vor sind viele ältere Menschen in der digitalen Welt unerfahren oder stehen dem Internet skeptisch gegenüber. Darum ist es sinnvoll, den Kursteilnehmer*innen auch digitale Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie ihre Interessen in der Öffentlichkeit sichtbar(er) machen können (z.B. durch die Nutzung sozialer Medien, Internet-Foren oder online Plattformen).

Für Gruppen mit wenig Erfahrung als Fürsprecher*innen können Besuche bei Nachbarschaftsgruppen oder anderen vor Ort tätigen Organisationen motivierend sein.

Einige Themen des AFE-Fürsprecher*innen Trainings könnten in die Lehrpläne für Soziale Arbeit, Architektur und Stadtplanung sowie in die Weiterbildungsprogramme für Sozialarbeiter*innen aufgenommen werden.



METHODENBOX

Einführungsworkshop

Einführung in das Konzept und die verschiedenen Aspekte altersgerechter Lebenswelten

Aktivität 1	Merkmale altersgerechter Städte: Wie altersgerecht ist Ihre Heimatstadt?
Ziel	Die von der WHO entwickelte Checkliste „Wesentliche Merkmale altersgerechter Städte“ stellt die Schlüsselbereiche für die Messung von Altersfreundlichkeit vor. Diese Checkliste soll die Teilnehmer*innen zum Nachdenken über die Altersfreundlichkeit ihres eigenen städtischen Umfelds anregen und dabei unterstützen, jene Probleme zu identifizieren, die Lösungen erfordern.
Material	• Kopien der WHO-Checkliste • Flipchart mit 8 markierten Bereichen
Umsetzung	Verteilen Sie die WHO-Checkliste an die Teilnehmer*innen und bitten Sie sie, die beiden für sie wichtigsten Themen aus jedem Bereich zu markieren. Wählen Sie zwei Personen pro Bereich aus und fragen Sie nach den von ihnen ausgewählten Themen. Legen Sie die ausgewählten Themen auf das vorbereitete Flipchart und bitten Sie die Gruppe um Kommentare zur Situation in ihrer Heimatstadt.
Dauer	30 Minuten (10 Minuten für die Auswahl wichtiger Themen, 20 Minuten für die Diskussion)
Tipps & Tricks	Die Checkliste kann hier heruntergeladen werden: http://www.who.int/ageing/publications/Age_friendly_cities_checklist.pdf ¹³

Reflexion über die Bedürfnisse älterer Menschen in der eigenen Wohnumgebung

21

Aktivität2	Überprüfen Sie Ihre Nachbarschaft!
Ziel	Das Ziel dieser Übung ist es, sich der verschiedenen Aspekte eines generationenfreundlichen öffentlichen Raums bewusst zu werden, über Barrieren und Potenziale nachzudenken sowie gute und schlechte Praktiken im eigenen Lebensumfeld zu erkennen.
Material	• Leitfaden für einen altersgerechten öffentlichen Raum • Flipchart-Papier mit Skalen (0 bis 10) für jede Komponente • Moderationskarten
Umsetzung	Die Teilnehmer*innen erhalten einen Leitfaden (<i>Unterwegs im Leben. Denkanstöße für eine altersgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums</i>), der einen Kriterienkatalog zur Schaffung eines altersgerechten öffentlichen Raums enthält. Der Leitfaden beleuchtet 6 Dimensionen altersgerechter öffentlicher Räume: zu Fuß gehen, sich mit dem Fahrrad / mit dem Auto / mit öffentlichen Verkehrsmitteln fortbewegen, sich orientieren, eine Pause einlegen, sich sicher fühlen und sich beteiligen. Darüber hinaus enthält er für jede Dimension eine Checkliste mit verschiedenen Aspekten/Aussagen. Die Teilnehmenden werden gebeten, ihre eigene Nachbarschaft anhand dieser Checklisten zu analysieren und ihre Ergebnisse zu reflektieren: Zu zweit diskutieren sie eine Dimension (z.B. Gehen), und jede Person bewertet jeden Aspekt der jeweiligen Checkliste auf einer Skala von 0 bis 10 in Bezug auf die eigene Nachbarschaft. Schließlich wird jede Komponente von zwei Personen bewertet. Im Plenum präsentiert und argumentiert jedes Paar seine Bewertungen, ein weiteres Paar kommentiert sie.
Dauer	60 Minuten (Reflexion in Paaren 20 Minuten, Diskussion im Plenum 40 Minuten)
Tipps & Tricks	Der Leitfaden in deutscher Sprache kann hier heruntergeladen werden: http://www.queraum.org/node/157 ¹⁴ Die Kriterien in englischer Sprache finden Sie hier: https://www.urbaging.ch/files/manifesto_EN.pdf ¹⁵

Aktivität 3	AFE-Würfelspiel
Ziel	Über das Lebensumfeld nachdenken
Material	Würfel, Fragekärtchen
Umsetzung	Definieren Sie sechs Fragen, nummerieren Sie sie und starten sie ein Würfelspiel. Jedes Mal, wenn ein*e Teilnehmer*in würfelt, wird er bzw. sie aufgefordert, die Frage zu beantworten, die der Zahl entspricht. Beispiele für Fragen: • Was ist das Beste in Ihrer Nachbarschaft? • Worauf in Ihrer Nachbarschaft sind Sie stolz? • Was sollte in Ihrer Nachbarschaft verbessert werden? • Was sollte in Ihrem Haus verbessert werden?
Dauer	flexibel

Workshop 1

Reflexion über das Alter, Altersdiskriminierung und Stereotypen

Aktivität 4	Bilder des Altseins
Ziel	Die Bedürfnisse älterer Menschen sind mannigfaltig; daher ist es wichtig, eine breite Perspektive auf „das Altern“ und „ältere Menschen“ zu haben: • Über Stereotypen nachzudenken, die bestimmte Erwartungen an Eigenschaften und Verhalten Älterer wecken • Eine vielfältige Vorstellung davon zu bekommen, wer alt ist, was es bedeutet, alt zu sein • Anerkennung der unterschiedlichen Bedürfnisse älterer Menschen
Material	• Bilder, Werbung, Videos mit Stereotypen über ältere Menschen • Alternative Bilder, Werbung, Videos von älteren Menschen • Inspirierende Filme: „Junggebliebene“: Junggebliebene, ein Seniorenchor: https:// www.youtube.com/watch?v=CjnfoFg7i7g&t=6s • „Segen des Alterns“: https://www.itsnicethat.com/articles/jenny-schweitzer-the-blessings-of-ageing-film-170119
Umsetzung	Zeigen Sie Stereotypen über ältere Menschen auf und beginnen Sie eine Diskussion mit der folgenden Frage: • Welche Stereotypen von älteren Menschen werden durch die Medien (Presse, Werbung usw.) transportiert? Welche Eigenschaften und Verhaltensweisen zeigen oder provozieren sie? • Welche Auswirkungen haben Altersstereotypen auf das Denken und Verhalten gegenüber alten Menschen? • Welche Auswirkungen haben Altersstereotypen auf das Denken und Verhalten der alten Menschen selbst? Zeigen Sie einige Materialien mit verschiedenen Bildern von älteren Menschen. Setzen Sie die Diskussion und Reflexion fort mit Fragen wie: • In welchem Alter werden Menschen heutzutage als alt eingestuft? • Selbstwahrnehmung: Was bedeutet es, alt zu sein?
Dauer	60 Minuten

Aktivität 5	Erste Eindrücke
Ziel	• Zu vergleichen, wie sich Menschen in ihren ersten Eindrücken von anderen unterscheiden • Zu untersuchen, wie unsere früheren Erfahrungen unsere ersten Eindrücke beeinflussen • Sich bewusster zu werden, wie unsere Eindrücke unser Verhalten gegenüber anderen beeinflussen
Material	• Bilder aus Zeitschriften von Menschen, die interessante / unterschiedliche / auffällige Gesichter haben • Schneiden Sie die Gesichter aus und kleben Sie sie oben auf ein Blatt Papier, so dass darunter viel Platz bleibt. Sie müssen ein Blatt pro Teilnehmer*in vorbereiten • Ein Stift pro Person
Umsetzung	Bitten Sie die Teilnehmer*innen, sich in einen Kreis zu setzen. Geben Sie jeder Teilnehmerin und jedem Teilnehmer ein Blatt Papier mit einem Foto. Bitten Sie die Teilnehmer*innen, sich das Bild anzuschauen und ihren ersten Eindruck von der Person am unteren Rand der Seite aufzuschreiben. Bitten Sie sie dann, das Papier unten zu falten, um das, was sie geschrieben haben, zu verbergen und das Blatt an die nächste Person weiterzugeben. Sagen Sie den Spielerinnen und Spielern, sie sollen sich ein zweites Bild ansehen und ihren ersten Eindruck unten auf der Seite direkt über dem Umschlag aufschreiben und dann den unteren Teil des Papiers wieder nach oben falten, um das Geschriebene zu verbergen und weiterzugeben. Wiederholen Sie den Vorgang, bis die Papiere im Kreis gelaufen sind und jede*r jedes Blatt gesehen hat. Klappen Sie nun die Papiere auf und lassen Sie die unterschiedlichen ersten Eindrücke vergleichen. Sprechen Sie darüber, was passiert ist und was Sie gelernt haben: • Als Gruppe? • Welche Überraschungen gab es? • Worauf haben Sie Ihre ersten Eindrücke gestützt? Beschreiben Sie Situationen, in denen Sie einen völlig falschen ersten Eindruck von jemandem hatten. Was geschah in der Folge? Was hat diese Aktivität über uns selbst enthüllt?
Dauer	30 Minuten
Tipps & Tricks	Bevor Sie beginnen, vergewissern Sie sich, dass alle die Anweisungen verstanden haben. Es wird nützlich sein, genau zu zeigen, wo die Teilnehmer*innen schreiben sollen und wie man die Unterseite des Papiers am besten nach oben faltet. Sorgen Sie dafür, dass die Papiere schnell zirkulieren, lassen Sie die Leute nicht zu lange nachdenken. Es sind die ersten Eindrücke, die Sie wollen. Vermeiden Sie es, Bilder von berühmten Personen oder Prominenten zu wählen. Quelle: Bildungspaket – Alle anders, alle gleich" ¹⁶



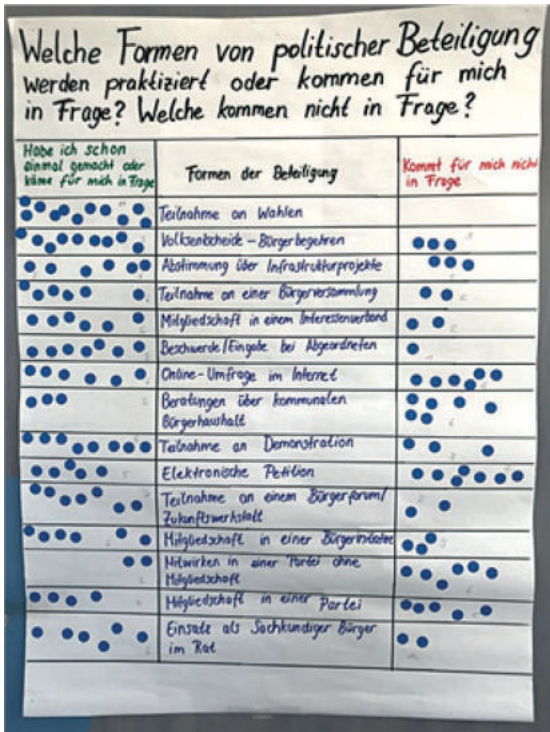
Aktivität 6	Gespräch über das Altern
Ziel	Aufnahme und Aufrechterhaltung eines Gesprächs zwischen Teilnehmer*innen über das Altern, um herauszufinden, welche AFE-Bereiche für sie am wichtigsten sind und welche Bedürfnisse und Erwartungen mit diesem Bereich verbunden sind..
Material	• Origami-Chatterbox, im Voraus vorbereitet (siehe Beispiel), einer pro zwei Teilnehmer*innen • Post-it Notizblock • Ein Plakat oder eine Tafel zum Aufkleben von Post-it-Notizen
Umsetzung	Teilen Sie die Gruppe in Paare auf. Jedes Paar erhält eine Chatterbox. Ein Teilnehmer bzw. eine Teilnehmerin bedient die Chatterbox, die andere Person wählt die Farbe aus. Die betreffende Frage wird vorgelesen und von der anderen Person beantwortet. Die zuhörende Person schreibt die Schlüsselwörter aus der Antwort auf Post-it-Zettel. Die Teilnehmer*innen tauschen ihre Rollen. Die Aktivität wird mit einer Gruppendiskussion abgeschlossen.
Dauer	30 Minuten (10 Minuten für die Plauderrunde, 20 Minuten für die Diskussion)
Tipps & Tricks	Die Chatterbox-Vorlage kann hier heruntergeladen werden: ¹⁷https://www.communities.qld.gov.au/seniors/queensland-age-friendly-community/age-friendly-toolkit/tools-resources/chatterbox-tool (Seite 45) Die Aktivität kann auch bei der Befragung jüngerer Menschen zum Thema Altern eingesetzt werden.

Reflexion über mögliche Rollen und Aktivitäten von Engagierten/Fürsprecher*innen

Aktivität 7	Verschiedene Rollen von Engagierten/Fürsprecher*innen
Ziel	• Über die verschiedenen Rollen von Engagierten nachdenken • Diskussion der Interessen der Teilnehmer*innen hinsichtlich der möglichen Rollen und Tätigkeitsfelder
Material	Bilder von Situationen der Interessenvertretung (auf einem Flipchart), Flipcharts, Stifte
Umsetzung	Vier Bilder von Fürsprecher*innen werden ausgewählt, z.B. • Jemand spricht im Namen einer anderen Person, indem er zum Beispiel: sagt, dass eine andere Person, die am Schalter auf die Bedienung wartet, früher da war. • Anwält*innen vor Gericht, die ihre Mandant*innen verteidigen • Fürsprecher*innen in Aktion • Jemand verteilt Flugblätter Die Bilder werden in jeder der vier Ecken des Raumes gezeigt. Jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin wählt das Bild aus, das ihn oder sie am meisten anspricht und stellt sich davor. Nun besprechen die Teilnehmer*innen, was ihnen an der Rolle auf dem Bild (nicht) gefällt, was das Besondere an der gezeigten Situation ist und ob sie sich an Situationen wie diese erinnern usw. Sie notieren ihre Ergebnisse auf einem Flipchart neben jedem Bild.
Dauer	40 Minuten

Aktivität 8	Linse Bürgerbeteiligung
Ziel	• Über Formen des bürgerschaftlichen Engagements und der Partizipation nachzudenken • Die geeignetsten Tätigkeitsbereiche zu identifizieren
Material	Bilder, die verschiedene Formen des bürgerschaftlichen Engagements und der Bürgerbeteiligung illustrieren (Druck- oder E-Fotos, Zeitschriftenausschnitte), Infografiken, Flipcharts, Stifte
Umsetzung	Geben Sie den Teilnehmer*innen einige Definitionen für bürgerschaftliches Engagement und Beteiligung. Veranschaulichen Sie Beispiele für Bürgerbeteiligung durch Fotos, Videos oder Infografiken (z.B. Abstimmungen, Freiwilligenarbeit, Teilnahme an Gruppenaktivitäten, Gartenarbeit in der Gemeinde) Geben Sie eine Liste von Aktivitäten an, die die Bürgerbeteiligung veranschaulichen, z.B.: • Freiwilligenarbeit leisten • Arbeit an einem Gemeinschaftsprojekt • Geld für eine soziale Gruppe oder Sache spenden • Auf dem Weg zu einem Gemeinde- oder Nachbarschaftstreffen • Im Namen einer sozialen Gruppe oder Sache arbeiten • Ein Bewusstsein für ein Gemeindeproblem schaffen, das einem am Herzen liegt • Besuch lokaler Sport- oder Kulturveranstaltungen • Teilnahme an einer Stadtratssitzung oder öffentlichen Anhörung • Eine Petition für einen Kandidaten, eine Kandidatin oder ein Thema in Umlauf bringen • Kontaktaufnahme mit einem/einer Politiker*in oder einer politischen Partei • Stimmabgabe bei einer Wahl • Schreiben eines Leserbriefs zu einem lokalen Thema Bitten Sie die Teilnehmer*innen, einen Kreis mit einem Kreuz in der Mitte zu zeichnen und in jede Ecke des Kreises eine Form der persönlichen Teilnahme zu schreiben. Bitten Sie die Teilnehmenden, über den Nutzen der Bürgerbeteiligung für die Gemeinschaft und die Beteiligten selbst nachzudenken.
Dauer	40–60 Minuten
Tipps & Tricks	Bei Umfragen zur Bürgerbeteiligung können Indizes zur Bürgerbefähigung verwendet werden (z.B. http://www.civitas.lt/en/research/civic-empowerment-index/)¹⁸:



Aktivität 9	Wie kann man politische Entscheidungen beeinflussen?																																																	
Ziel	• Sensibilisierung für die verschiedenen Wege und Methoden zur Förderung einer altersfreundlichen Lebenswelt • Ermutigt werden, neue Wege der Einflussnahme auf politische Entscheidungen zu üben • Verstehen des eigenen Engagements																																																	
Materiall	• Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage zur politischen Partizipation • Pinnwand und Poster mit Gegenständen der politischen Beteiligung • Klebepunkte entsprechend der Anzahl der Elemente für jede*n Teilnehmer*in																																																	
Umsetzung	Auf Basis einer repräsentativen Umfrage zur politischen Partizipation (Beispiel für Deutschland: https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/user_upload/Politik_beleben_Buerger_beteiligen.pdf) werden häufig gewählte Beteiligungsmöglichkeiten auf einem Poster aufgelistet: z.B. die Teilnahme an Wahlen, ein Referendum, eine politische Partei, eine Lobbygruppe, ein Bürgeraktionskomitee, eine Online-Umfrage oder Petition, eine Demonstration, eine Beratungsgruppe für lokale politische Entscheidungsträger*innen. Die Teilnehmer*innen werden gebeten, ihre Punkte auf die rechte Seite zu kleben, wenn sie diese Methode bereits praktiziert haben oder sie diese befürworten. Wenn sie kein Interesse an der Form der Beteiligung haben oder diese nicht befürworten, kleben sie ihren Punkt auf die linke Seite. Es wird empfohlen, die Pinnwand in einem abgeschiedenen Bereich zu platzieren und die Übung während der Kaffeepause durchzuführen, damit Diskretion und Anonymität gewährleistet sind. Wenn die Umfrage abgeschlossen ist, werden die Ergebnisse zusammengefasst und mit den repräsentativen Ergebnissen verglichen. Bitte bedenken Sie: Da sich AFE-Fürsprecher*innen wahrscheinlich stärker für Fragen des Gemeinwohls engagieren, kann ihre Zustimmung höher sein als die der breiten Öffentlichkeit.																																																	
Illustration	 The poster is a handwritten survey titled "Welche Formen von politischer Beteiligung werden praktiziert oder kommen für mich in Frage? Welche kommen nicht in Frage?". It features a table with three columns: "Habe ich schon einmal gemacht oder käme für mich in Frage" (left), "Formen der Beteiligung" (center), and "Kommt für mich nicht in Frage" (right). The survey results are indicated by blue dots placed in the appropriate columns for each form of participation. <table><tr><th>Habe ich schon einmal gemacht oder käme für mich in Frage</th><th>Formen der Beteiligung</th><th>Kommt für mich nicht in Frage</th></tr><tr><td>•••••</td><td>Teilnahme an Wahlen</td><td></td></tr><tr><td>•••••</td><td>Volkentscheide – Bürgerbegehren</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Abstimmung über Infrastrukturprojekte</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Teilnahme an einer Bürgerversammlung</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Mitgliedschaft in einem Interessenverband</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Beschwerde/Eingabe bei Abgeordneten</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Online-Umfrage im Internet</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Beratungen über kommunalen Bürgerhaushalt</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Teilnahme an Demonstration</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Elektronische Petition</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Teilnahme an einem Bürgerforum/Zukunftswerkstatt</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Mitgliedschaft in einer Bürgerinitiative</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Mitwirken in einer Partei ohne Mitgliedschaft</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Mitgliedschaft in einer Partei</td><td>•••••</td></tr><tr><td>•••••</td><td>Einsatz als Sachkundiger Bürger im Rat</td><td>•••••</td></tr></table>		Habe ich schon einmal gemacht oder käme für mich in Frage	Formen der Beteiligung	Kommt für mich nicht in Frage	•••••	Teilnahme an Wahlen		•••••	Volkentscheide – Bürgerbegehren	•••••	•••••	Abstimmung über Infrastrukturprojekte	•••••	•••••	Teilnahme an einer Bürgerversammlung	•••••	•••••	Mitgliedschaft in einem Interessenverband	•••••	•••••	Beschwerde/Eingabe bei Abgeordneten	•••••	•••••	Online-Umfrage im Internet	•••••	•••••	Beratungen über kommunalen Bürgerhaushalt	•••••	•••••	Teilnahme an Demonstration	•••••	•••••	Elektronische Petition	•••••	•••••	Teilnahme an einem Bürgerforum/Zukunftswerkstatt	•••••	•••••	Mitgliedschaft in einer Bürgerinitiative	•••••	•••••	Mitwirken in einer Partei ohne Mitgliedschaft	•••••	•••••	Mitgliedschaft in einer Partei	•••••	•••••	Einsatz als Sachkundiger Bürger im Rat	•••••
Habe ich schon einmal gemacht oder käme für mich in Frage	Formen der Beteiligung	Kommt für mich nicht in Frage																																																
•••••	Teilnahme an Wahlen																																																	
•••••	Volkentscheide – Bürgerbegehren	•••••																																																
•••••	Abstimmung über Infrastrukturprojekte	•••••																																																
•••••	Teilnahme an einer Bürgerversammlung	•••••																																																
•••••	Mitgliedschaft in einem Interessenverband	•••••																																																
•••••	Beschwerde/Eingabe bei Abgeordneten	•••••																																																
•••••	Online-Umfrage im Internet	•••••																																																
•••••	Beratungen über kommunalen Bürgerhaushalt	•••••																																																
•••••	Teilnahme an Demonstration	•••••																																																
•••••	Elektronische Petition	•••••																																																
•••••	Teilnahme an einem Bürgerforum/Zukunftswerkstatt	•••••																																																
•••••	Mitgliedschaft in einer Bürgerinitiative	•••••																																																
•••••	Mitwirken in einer Partei ohne Mitgliedschaft	•••••																																																
•••••	Mitgliedschaft in einer Partei	•••••																																																
•••••	Einsatz als Sachkundiger Bürger im Rat	•••••																																																
Dauer	Pausenzeit (für Umfrage empfohlen) 15 Minuten für den Bericht über die Ergebnisse																																																	

Aktivität 10	SWOT-Analyse der möglichen Aktionen																		
Ziel	Eine Idee bzw. die Übertragung eines Beispiels guter Praxis in das lokale Umfeld beurteilen																		
Material	• Eine Pinnwand für jede zu bewertende Initiative • Karten in vier verschiedenen Farben • Stifte																		
Umsetzung	Diejenigen Teilnehmer*innen, die bereits entsprechende Initiativen durchgeführt haben, stellen ihre Aktivität vor, indem sie die Ziele, Maßnahmen und Ergebnisse skizzieren. Die anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer bewerten die folgenden Aspekte auf Karten mit verschiedenen Farben: <table><tr><td></td><td>Positiv</td><td>Negativ</td></tr><tr><td>Intern</td><td>Stärken</td><td>Schwächen</td></tr><tr><td>Extern</td><td>Chancen</td><td>Risiken</td></tr></table> Für jede Initiative werden die Karten in den spezifischen Abschnitt gelegt und von ihren Verfasser*innen erklärt (falls nicht selbsterklärend). Die Ergebnisse zeigen die Gesamtbeurteilung jeder Aktivität und ermöglichen es, darüber nachzudenken, welche Maßnahmen ergriffen werden hätten können, um sich auf Stärken und Chancen zu konzentrieren und gleichzeitig Schwächen und Bedrohungen zu reduzieren. <table><tr><td></td><td>Chancen</td><td>Risiken</td></tr><tr><td>Stärken</td><td>Stärken-Chancen-Strategien Welche der Stärken hätten genutzt werden können, um die Chancen der Initiative zu maximieren?</td><td>Stärken-Risiken-Strategien Wie hätten die Stärken genutzt werden können, um die Risiken zu minimieren, denen die Initiative ausgesetzt war?</td></tr><tr><td>Schwächen</td><td>Schwächen-Chancen-Strategien Was hätte man tun können, um die Schwächen zu minimieren, indem man die Möglichkeiten der Initiative nutzt?</td><td>Schwächen-Risiken-Strategien Wie hätten die Schwächen minimiert werden können, um die Risiken zu vermeiden, denen die Initiative ausgesetzt war?</td></tr></table>		Positiv	Negativ	Intern	Stärken	Schwächen	Extern	Chancen	Risiken		Chancen	Risiken	Stärken	Stärken-Chancen-Strategien Welche der Stärken hätten genutzt werden können, um die Chancen der Initiative zu maximieren?	Stärken-Risiken-Strategien Wie hätten die Stärken genutzt werden können, um die Risiken zu minimieren, denen die Initiative ausgesetzt war?	Schwächen	Schwächen-Chancen-Strategien Was hätte man tun können, um die Schwächen zu minimieren, indem man die Möglichkeiten der Initiative nutzt?	Schwächen-Risiken-Strategien Wie hätten die Schwächen minimiert werden können, um die Risiken zu vermeiden, denen die Initiative ausgesetzt war?
	Positiv	Negativ																	
Intern	Stärken	Schwächen																	
Extern	Chancen	Risiken																	
	Chancen	Risiken																	
Stärken	Stärken-Chancen-Strategien Welche der Stärken hätten genutzt werden können, um die Chancen der Initiative zu maximieren?	Stärken-Risiken-Strategien Wie hätten die Stärken genutzt werden können, um die Risiken zu minimieren, denen die Initiative ausgesetzt war?																	
Schwächen	Schwächen-Chancen-Strategien Was hätte man tun können, um die Schwächen zu minimieren, indem man die Möglichkeiten der Initiative nutzt?	Schwächen-Risiken-Strategien Wie hätten die Schwächen minimiert werden können, um die Risiken zu vermeiden, denen die Initiative ausgesetzt war?																	
Dauer	10 Minuten für die Erklärung der Methode 10 Minuten für die Präsentation jeder Initiative 20 Minuten für die Bewertung und den Entwurf von Strategien für jede Initiative																		

Mögliche Hausübung nach Workshop 1

Aktivität 11	Selbststudium und Teambuildingsübung
Ziel	Den Teilnehmer*innen die Möglichkeit zu bieten, ein Team zu bilden und bei einer Aktivität, die Spaß macht und eine Herausforderung darstellt, eng zusammenzuarbeiten und Praxis im Umgang mit Technologien zu sammeln.
Material	• Smartphones • Laptop, Projektor und Leinwand
Umsetzung	Die Teilnehmer*innen erhalten als Hausaufgabe den Auftrag, ein Foto zu machen, das für die Titelseite einer Lokalzeitung, eines Magazins oder einer Projektbroschüre verwendet werden kann. Das Foto soll einen der AFE-Bereiche darstellen (der Bereich kann vom Team gewählt oder von dem/der Trainer*in an jedes Team weitergegeben werden). Die Aufgabe der Teilnehmer*innen besteht darin, ein Foto mit allen Mitgliedern des Teams zu erstellen. Dieses Foto soll das gewählte Thema am besten darstellen und so professionell wie möglich aussehen. Die einzigen beiden Regeln sind, dass alle auf dem Bild sein und alle in den Prozess einbezogen werden sollen. Die Fotos werden von den Teams während des nächsten Workshops präsentiert.
Dauer	10 Minuten pro Foto für die Präsentation und die Besprechung 10 Minuten zur Reflexion in den Teams
Tipps & Tricks	Der Trainer bzw. die Trainerin kann den Teams die folgenden Fragen stellen, um bei der Reflexion zu helfen: • Wie haben Sie kommuniziert? • Gab es während der gesamten Aktivität irgendwelche Führungspersönlichkeiten? • Hatten alle die Chance, sich zu beteiligen? • Wurden irgendwelche Meinungen übersehen? • Welche Schwierigkeiten hatten Sie? • Welche Frustrationen, wenn überhaupt, gab es? • Wie haben Sie sich während der gesamten Aktivität gefühlt? • Was hat funktioniert? • Was hat nicht funktioniert? • Wie zufrieden sind Sie mit dem endgültigen Bild? • Was würden Sie beim nächsten Mal anders machen?



Workshop 2

Befragungsmethoden

Aktivität 12	Befragung von älteren Menschen
Ziel	Ein Beispiel einer Umfrage unter älteren Menschen zum Thema Altersfreundlichkeit kennen lernen
Material	Ausdrucke des Fragebogens für jeden Teilnehmer bzw. jede Teilnehmerin, Post-it-Notizen, eine Tafel oder ein großes Blatt zum Aufkleben der nach AFE-Bereichen (siehe Aktivität 1) gruppierten Post-it-Notizen
Umsetzung	Verteilen Sie die Fragebögen an die Teilnehmer*innen. Führen Sie in das Konzept der Bewertungsskalen (Likert-Skala) ein und erklären Sie, wie die Antworten zu bewerten sind. Bitten Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die Antworten auf den Ausdruck zu bewerten und die Antwort in eigenen Worten auf den mit der Nummer 1 bis 8 gekennzeichneten Zettel zu schreiben. Analysieren Sie die Antworten und führen Sie anschließend eine Gruppendiskussion durch.
Tipps & Tricks	Das Beispiel des Fragebogens stammt aus Queensland: ein altersgerechtes Community Toolkit (S. 37, siehe Ref. 16 in der Bibliographie) Die Trainer*innen können andere Beispiele von Fragebögen / Umfragen aus ihren Städten / Organisationen verwenden.
Voorbeeld vragenlijst	Diese Umfrage fragt nach der Wahrnehmung von Altersfreundlichkeit. Bitte kreisen Sie Ihre Antwort auf die Aussagen ein und beantworten Sie die Fragen mit Ihren eigenen Worten 1. Außenräume und Gebäude Unsere Außenräume und Gebäude leisten einen positiven Beitrag für ältere Menschen. Sterk oneens / Oneens / Noch akkoord, noch oneens / Akkoord / Sterk akkoord Ouderen voelen zich veilig als ze rondlopen. Stemme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Ältere Menschen fühlen sich sicher, wenn sie unterwegs sind Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Frage: Was sind Ihre Vorschläge, die unsere Außenräume und Gebäude verbessern könnten? 2. Verkehr Das öffentliche Verkehrssystem ist erschwänglich. Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Das öffentliche Verkehrssystem ist zuverlässig. Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Das öffentliche Verkehrssystem ist gut zugänglich. Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Frage: Was sind Ihre Vorschläge, die unser Transportsystem verbessern könnten? 3. Wohnen Erschwängliche Wohnungen, die den sich ändernden Bedürfnissen älterer Menschen entsprechen, sind verfügbar. Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Es stehen gut gelegene Wohnungen zur Verfügung, die den sich ändernden Bedürfnissen älterer Menschen entsprechen. Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu Frage: Was sind Ihre Vorschläge zur Verbesserung der Wohnverhältnisse?

4. Soziale Beteiligung
Ältere Menschen werden dabei unterstützt, an Veranstaltungen und sozialen Aktivitäten teilzunehmen, die ihren Bedürfnissen entsprechen.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Frage: Was sind Ihre Vorschläge zur Verbesserung der gesellschaftlichen Teilhabe?

5. Respekt und soziale Eingliederung
Ältere Menschen werden in der Gemeinschaft respektiert.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Ältere Menschen werden in Gemeindeaktivitäten und -veranstaltungen einbezogen.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Frage: Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung von Respekt und sozialer Integration?

6. Bürgerbeteiligung und Beschäftigung
Ältere Menschen werden dabei unterstützt, einer bezahlten Beschäftigung nachzugehen.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Ältere Menschen werden dabei unterstützt, ehrenamtliche Positionen zu übernehmen, wenn sie sich dafür entscheiden.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Ältere Menschen sind an Entscheidungsprozessen beteiligt, die sie betreffen.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Frage: Was sind Ihre Vorschläge zur Verbesserung der Bürgerbeteiligung und Beschäftigung älterer Menschen?

7. Kommunikation und Information
Ältere Menschen werden mit nützlichen Informationen versorgt.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Ältere Menschen werden rechtzeitig mit Informationen versorgt.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Ältere Menschen werden mit gut zugänglichen Informationen versorgt.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Frage: Was sind Ihre Vorschläge zur Verbesserung der Kommunikation mit und der Information für ältere Menschen?

8. Kommunale Unterstützung und Gesundheitsdienste
Kommunale Unterstützung und Gesundheitsdienste stehen zur Verfügung, damit ältere Menschen weiterhin in ihren eigenen vier Wänden leben können.
Stimme überhaupt nicht zu / Stimme eher nicht zu / Weder noch / Stimme eher zu / Stimme voll und ganz zu
Frage: Was sind Ihre Vorschläge zur Verbesserung der kommunalen Unterstützung und der Gesundheitsdienste?

Vielen Dank für die Teilnahme an unserer Umfrage!

Dauer

20 Minuten für Aktivitäten + 20 Minuten für Diskussionen



Aktivität 13	Analyse von relevanten Akteur*innen
Ziel	Alle Personen und Gruppen zu identifizieren, die AFE-Fürsprecher*innen helfen können, ihre Idee zu verwirklichen. Priorisieren, mit wem sie zusammenarbeiten möchten, über wen sie mehr erfahren wollen und mit wem sie Ideen prüfen können.
Material	Flipchart, farbige Haftnotizen, Stifte und Marker
Umsetzung	Schritt 1. Erklären Sie den Teilnehmer*innen die Konzepte von relevanten Akteur*innen. Stellen Sie die folgenden Fragen: • Wer ist von dem Problem betroffen? • Wer könnte von Veränderungen profitieren? • Wer arbeitet bereits daran und könnte ein*e Verbündete*r werden? • Wer kann die Idee unterstützen? • Wer kann diese Idee behindern? Zeichnen Sie auf einem Flipchart ein Raster mit Kategorien von Interessensgruppen: Einzelpersonen, Gruppen, Organisationen, kommunalen Einrichtungen Bitten Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, an Unterstützer*innen für ihre Idee/ ihr Projekt zu denken, schreiben Sie jeden und jede von ihnen auf einen Haftzettel und kleben Sie den Zettel in die entsprechende Categoriespalte. Schritt 2. Verwenden Sie ein Flipchart mit gezeichneten Venn-Diagrammen (drei sich überlappende Kreise), um die Beziehungen zwischen den verschiedenen Interessensgruppen darzustellen. Verwenden Sie die folgenden Kategorien: vom Thema betroffen; motiviert zu handeln; kann die Veränderung beeinflussen. Bitten Sie die Teilnehmer*innen, die Haftnotizen mit den identifizierten Akteur*innen nach den neuen Kategorien neu zu gruppieren. Relevante Akteur*innen, die in die sich überschneidenden Bereiche fallen, werden die Schlüsselpersonen/-organisationen sein, mit denen man zusammenarbeitet. Reflektieren Sie mit den Teilnehmenden über die relevanten Akteur*innen und beantworten Sie die folgenden Fragen: • Wer muss über was, wie und wann informiert werden? • Wer muss wozu, wie und wann konsultiert werden?
Dauer	90 Minuten (30 Minuten für Schritt 1, 30 Minuten für Schritt 2, 30 Minuten für Reflexion)
Tipps & Tricks	Betonen Sie den Brainstorming-Aspekt der Aktivität, sodass so viele relevante Akteur*innen wie möglich identifiziert werden. Daraus sollte eine realistische Auswahl getroffen werden. Bitten Sie die Teilnehmer*innen, bei den genannten Organisationen (zu Hause) nach tatsächlichen Personen zu suchen, die für ein Engagement kontaktiert werden könnten. Hilfreiche Ressource mit herunterladbarem Venn-Diagramm (Seite 77): https://mobilisationlab.org/wp-content/uploads/2019/03/CA-define-final.pdf ¹⁹



Aktivität 14	Aktionsplanung												
Ziel	Diese Aktivität hilft den Teilnehmer*innen bei der Planung und Umsetzung einer Idee: • Erkennen, wie wichtig es ist, einen Aktionsplan zu haben, um das Ziel zu erreichen • Die Hauptkomponenten eines Aktionsplans kennen • Die Vorteile der Aktionsplanung kennen												
Material	Fotos und Zeitschriftenausschnitte, die Aktivitäten zeigen, die eine Aktionsplanung erfordern, farbige Haftnotizen, Flipcharts, Stifte und Marker												
Umsetzung	Lassen Sie eine Reihe von Bildern anfertigen, die eine gewöhnliche Lebenssituation illustrieren, die Planung erfordert, z.B. Hochzeitsfeier, Umbau eines Hauses, Wochenendausflug, ein Stück vernachlässigtes Land, das in einen gemütlichen grünen Ort verwandelt wurde, usw. Bitten Sie die Teilnehmenden, ein Bild auszuwählen, das ihnen gefällt. Bitten Sie die Teilnehmer*innen, über Aktivitäten, Zeit und Ressourcen nachzudenken, die erforderlich sind, um das Endergebnis zu erreichen. Zeichnen Sie auf dem Flipchart ein Raster des Aktionsplans, das Folgendes enthält: Gesamtziel, Aktivitäten, Zeitrahmen, verfügbare Ressourcen/Talente, erforderliche Ressourcen, Kosten, benötigte Unterstützung. Fragen Sie die Teilnehmer*innen, welche Veränderungen im Hinblick auf eine altersgerechte Lebenswelt für sie am dringlichsten sind. Diese Prioritäten sollten auf die Haftnotizen geschrieben und neben dem Gesamtziel auf dem Planraster platziert werden. Bitten Sie die Teilnehmer*innen, sich in Gruppen aufzuteilen, um an der für alle Mitglieder der Gruppe akzeptablen Priorität zu arbeiten. Jede Gruppe erhält eine Vorlage für einen Aktionsplan. Laden Sie die Teilnehmer*innen zu einem Brainstorming in Kleingruppen ein, um herauszufinden, welche Aktivitäten wann durchgeführt werden, wer verantwortlich sein wird, wer beteiligt ist, welche Unterstützung erreicht wird, welche Ressourcen benötigt werden. Alle Punkte sind auf Haftnotizen geschrieben und in den entsprechenden Spalten des Aktionsplans angebracht. Laden Sie einen Vertreter, eine Vertreterin jeder Gruppe ein, ihren Aktionsplan vorzustellen												
Dauer	90 Minuten (30 Minuten für Erklärung der Aktivität und Auswahl der Bilder, 30 Minuten für Brainstorming, 30 Minuten für Präsentationen)												
Tipps & Tricks	Beispiel eines Aktionsplans: <table><tr><th colspan="4">Angestrebtes Ergebnis</th></tr><tr><td>Aktivitäten</td><td>Zeitrahmen Start Ende</td><td>Verantwortliche Person</td><td>Inputs / Ressourcen / Kosten</td></tr><tr><td colspan="4"> </td></tr></table>	Angestrebtes Ergebnis				Aktivitäten	Zeitrahmen Start Ende	Verantwortliche Person	Inputs / Ressourcen / Kosten				
Angestrebtes Ergebnis													
Aktivitäten	Zeitrahmen Start Ende	Verantwortliche Person	Inputs / Ressourcen / Kosten										

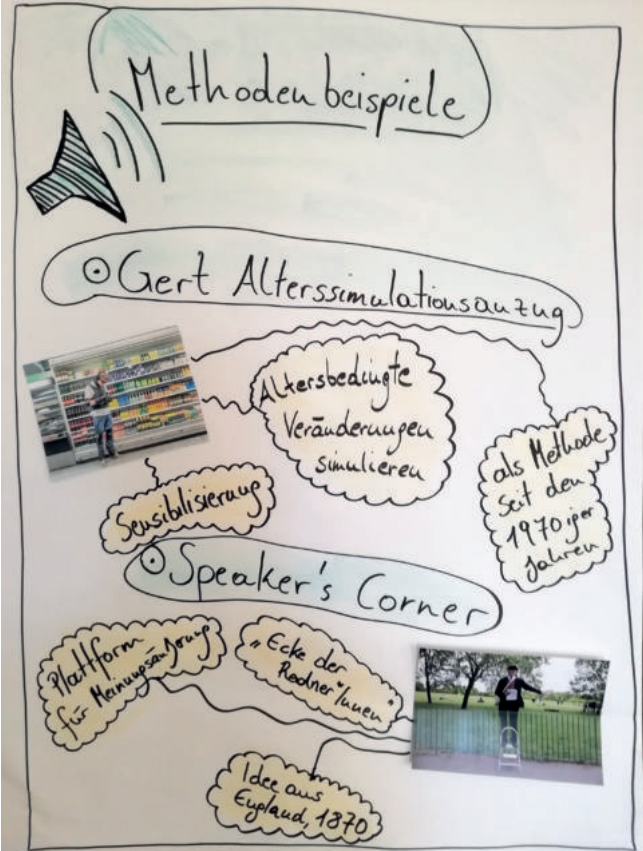


Aktivität 15	Sammeln lokaler Geschichten
Ziel	Das Erzählen von Geschichten stärkt unsere Beziehungen und bewahrt die Geschichte unserer Gemeinschaften. Wenn wir den Erfahrungen unserer Nachbar*innen zuhören, können wir einander besser verstehen, was es einfacher macht, Projekte und Themen gemeinsam zu bearbeiten.
Material	Ein Tisch und zwei Stühle für einen Info- bzw. Begegnungsstand (optional)
Umsetzung	Die Teilnehmenden erhalten die Hausaufgabe, Geschichten aus ihrer Nachbarschaft zu sammeln. Die Aufgabe besteht darin, einer unbekannten Person aus der Nachbarschaft zu begegnen (beim Gassigehen mit einem Hund, auf einer Bank im Park oder an einer Bushaltestelle, auf dem Marktplatz, auf einem Garagenverkauf usw.), ein Gespräch zu beginnen und von dieser Person eine Geschichte zu bekommen. Das Aufstellen eines Info- bzw. Begegnungsstandes könnte hilfreich sein: Suchen Sie sich einen Platz mit etwas Fußgängerverkehr, stellen Sie einen Tisch und zwei Stühle auf und machen Sie ein Schild mit der Aufschrift „Lassen Sie uns plaudern!“ Der Beitritt zu einer lokalen Gruppe in sozialen Netzwerken ist eine weitere Möglichkeit. Die Teilnehmer*innen werden ermutigt, sich mit Gruppenmitgliedern anzufreunden und per Nachrichtenübermittlung eine Geschichte von ihnen zu erhalten.
Dauer	Unbegrenzt zum Sammeln von Geschichten; 30 Minuten im folgenden Workshop für die Präsentation einer Zusammenfassung der Geschichte
Tipps & Tricks	Raten Sie den Teilnehmer*innen, die Fragen aus den Fragebögen und Umfragen aus den Aktivitäten von Workshop 1 und Workshop 2 zu verwenden.



Workshop 3

Instrumente der Interessenvertretung kennenlernen und diskutieren

Aktivität 16	Diskussion von Instrumenten der Interessenvertretung
Ziel	Werkzeuge für die Interessenvertretung identifizieren, erklären und diskutieren
Material	• Eine Pinnwand für jede zu bewertende Initiative • Karten in vier verschiedenen Farben • Stifte
Umsetzung	Verschiedene Instrumente der Interessensvertretung bzw. Fürsprache werden auf eine Pinnwand oder in eine Powerpoint-Präsentation geschrieben, z.B.: • Presse • Petition an Verwaltung/Politik • Protest/Demonstration • Vernetzung • Stadtratssitzungen besuchen und vom Rederecht Gebrauch machen • Politiker*innen und Politikberater*innen zeigen, wie es sich anfühlt, wenn man einen Gehwagen oder einen Rollstuhl benutzt • Politiker*innen und Politikberater*innen zeigen, wie es sich anfühlt, wenn man taub oder blind ist • Ein Referendum organisieren • Flugblätter und Plakate, um zu Wort zu kommen • Ein Sit-in organisieren • Sich in einem Forum organisieren Diskutieren Sie die Frage: Welches Instrument ist für welche Situation am besten geeignet?
Dauer	30-45 Min.
	

Reflexions- und Evaluationsworkshop

FEEDBACK-FORMULAR

Wir sind sehr daran interessiert, wie Ihnen die Workshops gefallen haben. Bitte widmen Sie uns 10 Minuten und unterstützen Sie uns dabei, die Qualität zukünftiger Workshops zu verbessern. Wir danken Ihnen vielmals!

1. Organisation des Trainings	Ja	Eher ja	Weiß nicht	Eher nein	Nein
1.1 Die Informationen, die ich vor dem Workshop erhalten habe, waren hilfreich und informativ.	☐	☐	☐	☐	☐
1.2 Die Gruppe der Teilnehmer*innen war gut zusammengesetzt.	☐	☐	☐	☐	☐
1.3 Die Dauer und die zeitliche Gestaltung waren angemessen.	☐	☐	☐	☐	☐
1.4 Die Räumlichkeiten und die Ausstattung waren passend (Bestuhlung, Licht Ausstattung, etc.).	☐	☐	☐	☐	☐

2. Inhalte und Methoden	Ja	Eher ja	Weiß nicht	Eher nein	Nein
2.1 Die Workshops waren klar strukturiert.	☐	☐	☐	☐	☐
2.2 Die Themen waren gut ausgewählt.	☐	☐	☐	☐	☐
2.3 Die Workshop-Methoden waren hilfreich.	☐	☐	☐	☐	☐
2.4 Vorträge und Präsentationen waren gut zu verstehen.	☐	☐	☐	☐	☐
2.5 Die Inhalte des Workshops waren interessant und ansprechend.	☐	☐	☐	☐	☐
2.6 Es gab ausreichend Unterstützungsangebote.	☐	☐	☐	☐	☐

3. Ergebnisse und eigene Beteiligung	Ja	Eher ja	Weiß nicht	Eher nein	Nein
3.1 Mein Wissen über altersgerechte Lebenswelten ist gestiegen.	☐	☐	☐	☐	☐
3.2 Durch Beispiele aus anderen Ländern habe ich Anregungen für meine eigenen Aktivitäten erhalten.	☐	☐	☐	☐	☐
3.3 Ich lernte Formen und Möglichkeiten der Beteiligung kennen.	☐	☐	☐	☐	☐
3.4 Mein Wissen über Lobbying und Öffentlichkeitsarbeit für die Interessen älterer Menschen ist jetzt größer.	☐	☐	☐	☐	☐
3.5 Meine Motivation ist jetzt stärker, andere ältere Menschen zu ermutigen, sich für ihre Interessen zu engagieren.	☐	☐	☐	☐	☐
3.6 Die Workshops haben mich ermutigt, mich für das Gemeinwohl einzusetzen.	☐	☐	☐	☐	☐

4. Was waren Ihre wichtigsten Lernerfahrungen?

5. Welche Aspekte werden Sie weiterverfolgen und anwenden?

6. Welche Unterstützung wünschen Sie sich für die Zukunft?

7. Haben Sie weitere Anmerkungen?

8. Persönliche Daten

Mein Alter und mein Geschlecht:

☐	unter 60 Jahren	☐	60 – 69 Jahre	☐	70 – 79 Jahre	☐	80+ Jahre
☐	weiblich	☐	männlich				

In den letzten drei Jahren habe ich an Erwachsenenbildungsangeboten teilgenommen (abgesehen von AFE-Fürsprecher*innen): In den letzten drei Jahren habe ich an Erwachsenenbildungsangeboten teilgenommen (abgesehen von AFE-Fürsprecher*innen):

☐	ein paar Mal	☐	einmal	☐	nie
--------------------------	--------------	--------------------------	--------	--------------------------	-----

Meine letzte berufliche Tätigkeit:

Zusätzliche Fragen zur Reflexion:

1. Was war für Sie die wichtigste Lernerfahrung?
2. Was hat Ihnen am Training bzw. an der Teilnahme am AFE-Activists-Projekt am besten gefallen, und warum?
3. Was würden Sie anderen über das Thema „altersgerechte Lebenswelt berichten?
4. Was war das herausforderndste bzw. schwierigste Thema?
5. Womit würden Sie nach diesem Workshop / Training gerne experimentieren und wen müssten Sie einbeziehen?
6. Hat Sie etwas überrascht? Wenn ja, was?
7. Haben Sie das Bedürfnis, das Gelernte in die Praxis umzusetzen? Wenn ja, wie?
8. Ist irgendetwas vorgefallen, was Ihnen Unbehagen bereitet hat? Wenn ja, was? Und warum, glauben Sie, haben Sie sich dabei so gefühlt?
9. Wie könnte das, was Sie gelernt haben, Ihr Leben und Arbeiten beeinflussen?
10. Was könnten Sie Ihren Altersgenoss*innen über dieses Thema beibringen? Wie könnten Sie Ihre Altersgenoss*innen einbinden?
11. Wenn Sie einen Vortrag zu diesem Thema halten würden, was würden Sie anders machen?
12. Welches ist nach dem, was Sie gelernt haben, der kleinste Schritt, den Sie unternehmen können, um eine positive Veränderung herbeizuführen?
13. Welche unbeantworteten Fragen haben Sie? Was möchten Sie noch wissen oder herausfinden?



- ¹ WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2017). *Age-friendly environments in Europe. A handbook of domains for policy action*. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe. Available from: <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/age-friendly-environments-in-europe.-a-handbook-of-domains-for-policy-action-2017> [Accessed: 2nd May 2020].
- ² WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2018). *Age-friendly environments in Europe: Indicators, monitoring and assessments*. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe. Available from: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/healthy-ageing/publications/2018/age-friendly-environments-in-europe-indicators,-monitoring-and-assessments-2018> [Accessed: 2nd May 2020].
- ³ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*. Geneva: World Health Organization. Available from: https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁴ EUROSTAT (2019). *Ageing Europe. Looking at the Lives of Older People in the EU. 2019 Edition*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Available from: [Ageing Europe](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁵ EUROSTAT (2019). *Ageing Europe. Looking at the Lives of Older People in the EU. 2019 Edition*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Available from: [Ageing Europe](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁶ PANDE, R., VAN DER WEIDE, T. (2018): *Handbook of Research on Multicultural Perspectives on Gender and Aging*. Hershey, PA, USA: IGI Global.
- ⁷ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2014): *Ageing and life-course – Age-friendly environments*. [Online] Available from: <https://www.who.int/ageing/projects/age-friendly-environments/en/> [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁸ VAUCLAIR, C., ABRAMS, D. & BRATT, C. (2010): *Measuring attitudes to age in Britain: Reliability and validity of the indicators*. London: Department for Work and Pensions. Available from: <https://www.gov.uk/government/publications/measuring-attitudes-to-age-in-britain-wp90> [Accessed: 2nd May 2020].
- ⁹ AGE UK (2018): *Ageism and Age Equality (Great Britain)* [Online]. London: AGE UK. Available from: <https://www.ageuk.org.uk/globalassets/age-uk/documents/policy-positions/cross-cutting-issues/ageism-and-age-equality-pp-great-britain-august-2018.pdf> [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹⁰ WORLD HEALTH ORGANIZATION REGIONAL OFFICE FOR EUROPE (2018): *Dementia* [Online] Available from: [WHO Europe: Mental Health](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹¹ TURNER, N. & MORKEN, L. (2016): *Better Together: A Comparative Analysis of Age-Friendly and Dementia Friendly Communities. Summary Report*. Washington DC: AARP International Affairs. Available from: [Natalie Turner and Lydia Morken, Better together: A Comparative Analysis of Age-Friendly and Dementia Friendly Communities](#) [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹² WORLD HEALTH ORGANIZATION & ALZHEIMER'S DISEASE INTERNATIONAL (2012): *Dementia. A Public Health Priority*. Geneva: World Health Organization. Available from: https://www.who.int/mental_health/publications/dementia_report_2012/en/ [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹³ WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007): *Checklist of Essential Features of Age-friendly Cities*. Geneva: World Health Organization. Available from: http://www.who.int/ageing/publications/Age_friendly_cities_checklist.pdf [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹⁴ GIEDENBACHER, Y., RAPPAUER A. & STADLER-VIDA, M. (2015). *Unterwegs im Leben. Denkanstöße für eine alter(n)sgerechte Gestaltung des öffentlichen Raums. Ein Leitfaden*. Wien: Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz. Available from: <http://www.queraum.org/node/157> [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹⁵ URBAGING (2009). *Urbaging. Age-friendly public space. Manifesto*. Available from: https://www.urbaging.ch/files/manifesto_EN.pdf [Accessed: 2nd May 2020].
- ¹⁶ BRANDER, P., GOMES, R., TAYLOR, M. (2016) *Education Pack All Different All Equal*. France: Council of Europe. Available from: <https://rm.coe.int/1680700aac> [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁷ The Ageing Revolution for Queensland Government, Department of Communities, Disability Services and Seniors (2019). Available from: <https://www.communities.qld.gov.au/seniors/queensland-age-friendly-community/age-friendly-toolkit/tools-resources/chatterbox-tool> [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁸ CIVIL SOCIETY INSTITUTE (2008). *About the Research: Civic Empowerment Index*. [Online] Available from: <http://www.civitas.lt/en/research/civic-empowerment-index/> [Accessed: 2nd May 2020].

¹⁹ CAMPAIGN ACCELERATOR TOOLKIT. The Mobilisation Lab. Available from: <https://mobilisation-lab.org/wp-content/uploads/2019/03/CA-define-final.pdf> [Accessed: 2nd May 2020]



