



Rita Kusch

Kreative Schatztruhe für die Seniorenarbeit

Mit Praxisideen und Geschichten
durch das Jahr



Inhalt

Einleitung.....7

Intentionen des Buches 8 – Zum Aufbau des Buches 9 – Atmosphäre 10 – Programm und Werbung 11 – Generationen 12 – Gäste 13 – Männer und Frauen 13 – Zu den Zeitangaben 14 – Gruppenleitung und Team 14 – Budget 15 – Gruppenbuch 16

Mit zwölf Themen durch das Jahr..... 17

Januar Die Eins 18

Februar Kennenlernen26

März Großeltern35

April Herz.....54

Mai Wörter62

Juni Ausflüge, Reisen, Kuren76

Juli Wahrheit91

August Tante-Emma-Läden 102

September Briefe 109

Oktober Astrid Lindgren 116

November Martini 128

Dezember Wünsche 142

Sonderthemen

Einheiten ohne jahreszeitliche Zuordnung 155

Märchen..... 156

Kleider machen Leute 167

»Das mag ein Wechsel sein«..... 176

Schule 191

Eisenbahn..... 204

Schlusswort 220

Quellenverzeichnis 221

Verzeichnis der bereits in anderen Bänden
erschienenen Geschichten und Impulse 222

Liste der im Buch aufgeführten Geschichten 223

Einleitung

Mit diesem dritten Band der Schatztruhen für die Seniorenarbeit lade ich Sie dazu ein, mit mir und Ihrem Seniorenkreis oder Ihrer Beschäftigungsrunde einmal durch das Jahr zu gehen. Für jeden Monat biete ich Ihnen ein Thema an, zu dem ich Ihnen Anregungen und Methoden aufgeschrieben habe, die geeignet sind, mit den Teilnehmenden zu diesem Thema zu arbeiten. Manche Themen passen nur in diesen Monat, manche können Sie gut auch zu anderen Zeiten anbieten. Darüber hinaus präsentiere ich Ihnen fünf weitere Themen, die keinem Monat speziell zuzuordnen sind.

Es sind jeweils viel mehr Methoden und Vorgehensweisen für eine Einheit vorgeschlagen, als Sie für eine Zusammenkunft brauchen. Wählen Sie aus, was Ihnen und Ihren Teilnehmenden gefallen könnte, fügen Sie eigene Ideen hinzu und lassen Sie weg, was Ihnen nicht gefällt. Einige Methoden können Sie gut auch in anderen thematischen Zusammenhängen nutzen und entsprechend abwandeln.

So, wie Sie in einer Schatzkiste manches interessant finden und genauer betrachten und anderes schnell wieder weglegen, so sollten Sie auch mit den Ideen in diesem Buch umgehen. Auch deshalb heißt es ja »Kreative Schatztruhe«, nutzen Sie also Ihre eigene Kreativität, Ihre eigene Schaffenskraft. Sie wissen selber am besten, was Ihnen und Ihrer Gruppe liegt und Freude bereitet oder zum Erzählen und zum Austausch anregt oder eben gerade zu diesem Zeitpunkt und für diese Gruppe nicht angezeigt ist.

INTENTIONEN DES BUCHES

Mit den vielen Erzählspielen in diesem Buch möchte ich dazu beitragen, dass ältere Menschen miteinander ins Gespräch kommen, aus Ihrem Leben erzählen und sich dessen vergewissern, was sie alles erlebt und erfahren haben. Damit möchte ich weg vom eher unterhaltenden Stil in der Seniorenarbeit hin zu mehr Beteiligung und Mitwirkung. Schließlich haben wir es mit einer Generation zu tun, die viel erlebt und durchlebt hat, das es zu heben und zu teilen gilt. Natürlich ist das Erzählen immer freiwillig und kann und darf nicht erzwungen werden. Manche Erinnerung möchte man vielleicht gar nicht teilen. Das gilt es selbstverständlich zu respektieren. Wenn Sie erst damit beginnen, die älteren Menschen zum Erzählen anzuregen, müssen Sie damit rechnen, dass es dagegen zunächst Widerstand gibt. Erst allmählich werden die Teilnehmenden Mut finden, von sich zu erzählen, und dabei spüren, dass es gut tut, sich der eigenen Lebensleistung bewusst zu werden und eigene Erfahrungen mit anderen zu teilen. Hier gilt es für Sie, einen langen Atem zu haben. Viele der älteren Menschen sind noch so erzogen worden, dass man nicht viel Aufhebens von sich selber macht und sich nicht so wichtig nehmen soll. Im Erzählen liegt aber ein großer Schatz, der den Menschen bewusst macht, wie viel Gemeinsames sie haben und wie schwer oft der eigene Lebensweg gewesen ist. Die so erfahrene Solidarität gibt Lebenskraft und Lebensmut, auch die kommenden Wege gut bewältigen zu können.

Mit Gedächtnisspielen und Denksportaufgaben soll neben dem Gewinn an Spaß und Freude auch das Gehirn

angeregt werden. Die kleinen Geschichten, die Sie in dem jeweiligen thematischen Zusammenhang vorlesen können, regen sicherlich dazu an, von eigenen ähnlichen Erlebnissen zu erzählen. Ich habe bewusst eher fröhliche Erlebnisse verarbeitet, das sorgt für eine heitere Atmosphäre. Lassen Sie der Gruppe immer viel Zeit zum Austausch und zum Gespräch. Wenn Sie dann eigene Vorbereitungen nicht mehr nutzen können, kommen diese sicherlich zu einem anderen Zeitpunkt zum Zuge. Vielleicht sind Sie aber auch in der Beschäftigung eines Altenpflegeheims engagiert, dann werden Sie sich über die größere Fülle an Vorschlägen freuen, denn es ist gar nicht so einfach, jeden Tag eine neue Idee zu haben.

Schließlich ist das Buch auch zur Eigenarbeit geeignet. Ältere Menschen können darin lesen, einige der Aufgaben zu lösen versuchen und sich gedanklich auf die vorgeschlagenen Pfade begeben. Die darin enthaltenen Geschichten können natürlich auch gelesen werden.

ZUM AUFBAU DES BUCHES

Jedes Kapitel beginnt mit einer kurzen Beschreibung des Themas, also damit, um was es darin geht. Dann lade ich Sie zu einer eigenen Annäherung an das Thema ein. Das ist mir wichtig, damit Sie herausfinden können, ob dieses Thema etwas für Sie und für Ihre Gruppe ist. Solch eine Schatztruhe für die Seniorenarbeit kann ja kein Rezeptbuch sein, aus dem man sich einen schönen Nachmittag kocht. Damit Sie es gut präsentieren können, muss es zu Ihrem eigenen Thema werden.

Am Ende jeder Anregung habe ich Ihnen aufgeschrieben, welche Materialien Sie dazu benötigen und wie lange Sie dazu in etwa brauchen werden. Wo das möglich war, habe ich Ihnen zusätzliche Quellen, beispielsweise aus dem Internet aufgeschrieben, in denen Sie weitere Informationen finden können.

ATMOSPHERE

Bedenken Sie, dass viele Ihrer Gäste alleine leben und deshalb die Gemeinschaft, Kaffee und Kuchen oder das gemeinsame Frühstück besonders genießen werden. Hübsch gedeckte Tische und passende Servietten signalisieren, dass Sie sich auf das Zusammensein gut vorbereitet und gefreut haben. Oft lässt sich auch ein Kuchen finden, der schon auf das Thema hinweist. Dann beginnt die inhaltliche Arbeit schon beim Essen, denn der Austausch wird angeregt werden.

Begrüßen Sie die Hereinkommenden mit Handschlag (oder finden Sie in Corona-Zeiten eine andere Form der persönlichen Begrüßung) und sprechen Sie möglichst alle mit dem Namen an. Das vermittelt eine schöne Willkommenskultur und wird zu einem harmonischen Miteinander in der Gruppe beitragen. Stellen Sie neu dazukommende Menschen immer der Gruppe vor. So helfen Sie ihnen, gut in den Kreis hineinzufinden (was in der Seniorenarbeit bekanntermaßen oft schwierig ist).

Führen Sie die Gruppe mit einigen Sätzen in das Thema ein, damit alle mitgenommen werden können in das, was bei diesem Treffen auf sie zukommen wird.

PROGRAMM UND WERBUNG

Ich halte viel davon, das Programm des Seniorenkreises oder der Beschäftigungsrunde bereits im Vorfeld bekannt zu geben. In Halbjahres- oder Jahresprogrammen kann gut darauf hingewiesen werden. Das ermöglicht den Teilnehmenden, sich zu überlegen, ob sie dieses Thema interessiert. Außerdem könnten so die älteren Menschen zu einem Thema selber etwas mitbringen oder beitragen. Das unterstützt den Ansatz der Aktivierung und Beteiligung der älteren Menschen. Und wenn jemand entscheidet, zu diesem Thema gar nicht erst kommen zu wollen, dann ist das eben so.

Vielleicht schreibt Ihre Kirchengemeinde den Jubilaren zum Geburtstag oder macht Besuche. Dann bitten Sie doch darum, man möge das Programm des Seniorenkreises mit in die Post legen oder beim Besuch mitgeben. Auch das Auslegen der Programme in Arztpraxen, Apotheken oder an anderen Orten, die Senioren häufig frequentieren, lohnt sich. Da immer mehr der älteren Menschen auch das Internet nutzen, können Sie das Programm, die Zeiten und den Treffpunkt auch dort veröffentlichen. Schreiben Sie immer auch dazu, wo das Treffen stattfindet. Sie selbst und Ihre regelmäßigen Teilnehmenden wissen das, aber Neue brauchen eine detaillierte Angabe mit Gebäude, Straße und Hausnummer, ggf. ist auch eine Telefonnummer hilfreich, unter der man nachfragen kann.

Wenn so eine Jahresplanung nicht möglich oder nur schwer zu realisieren ist, dann versuchen Sie, wenigstens den Zeitpunkt und das Thema des nächsten Treffens in die örtliche Presse zu bekommen.

Zu denken, Seniorenarbeit sei ein Selbstläufer und bedürfe keiner Werbung, ist ein Irrglaube. Interessante Themen oder Referenten locken gewiss auch solche Menschen in den Kreis, die bisher noch nicht gekommen sind.

GENERATIONEN

Wo immer mir das sinnvoll erschien, habe ich die Anregung gegeben, zu einem Thema jüngere Menschen einzuladen, damit die Generationen miteinander ins Gespräch kommen. Die Familien wohnen oft weit auseinander oder der Kontakt ist problematisch. Wer aber nur in seiner eigenen Altersgruppe lebt, verliert den Blick auf die Gesamtgesellschaft. Außerdem ist es oft leichter möglich, mit fremden Menschen über die eigenen Erinnerungen zu sprechen, als mit den eigenen Angehörigen. Da hören die älteren Menschen oft den Satz: »Ach, Vati, das hast du schon so oft erzählt!« Das ermutigt nicht gerade dazu, vom eigenen Erleben zu sprechen. Vielleicht bietet sich die Konfirmandengruppe oder ein Kreis junger Erwachsener an, mit den älteren Menschen ins Gespräch zu kommen. Dabei können beide Seiten voneinander profitieren. Und ich meine hier eher nicht die niedliche Kindergruppe, die etwas vorsingt oder vorspielt. Es geht eher um den Austausch im Gespräch.

Manchmal reicht es auch, das Ergebnis eines Themas an gut sichtbarer Stelle im Haus zu präsentieren, um auf die Arbeit im Seniorenkreis aufmerksam zu machen. Schreiben Sie einen kleinen Bericht dazu und versuchen Sie auch gelegentlich, einen Platz dafür im Kirchenblättchen oder in der Stadtteilzeitung zu bekommen.

GÄSTE

Zu vielen Themen kann man gut Gäste einladen, die auf ihrem Gebiet erfahren sind und Wissen weitergeben können. Ein Referent in der Gruppe ist in der Regel belebend und interessant. Überlassen Sie aber dem Referenten besser nicht die ganze Stunde, weil das oft zulasten der Gemeinschaft geht, denn dann schaut man nur gemeinsam auf diesen Fachmann, kommt aber nicht mehr so gut miteinander ins Gespräch. Fragen Sie bezüglich des Referenten bei Kolleginnen und Kollegen nach, wer diesen Fachmann kennt. So vermeiden Sie, an einen wenig schwungvollen Referenten zu geraten oder an jemanden, der die Gruppe totredet. Es genügt eben nicht, sich in seinem Fachgebiet auszukennen, man muss auch gut reden und die Zuhörer mitziehen können.

Bedenken Sie auch, dass Gäste Multiplikatoren sind, die in ihren Zusammenhängen von der Seniorenarbeit erzählen und so bekannter machen, dass dort interessante Themen besprochen werden und interessante Menschen aus ihrem Leben erzählen.

MÄNNER UND FRAUEN

Sicherlich ist es richtig, dass es in der Generation der älteren Menschen mehr Frauen als Männer gibt. Aber dass oft so wenige Männer sich von unseren Angeboten angesprochen fühlen, liegt oft an unserer Themenwahl. Viele Themen, die traditionell in unseren Angeboten auf der Tagesordnung stehen, sind weiblich orientiert. Auch der

Nachmittag als Veranstaltungszeitpunkt und das Angebot von Kaffee und Kuchen erinnern an den Kaffeeklatsch von Frauen und sind daher für Männer nicht so attraktiv. Ich mache die Beobachtung, dass Angebote am Vormittag, die mit einem zweiten Frühstück verbunden sind, prozentual mehr Männer als Gäste vorweisen können. Und hier in der kreativen Schatztruhe habe ich mich darum bemüht, auch solche Themen zu bearbeiten und vorzuschlagen, die eher männliche Interessenten finden werden. Die Einheit über Eisenbahnen (siehe Seite 204ff) halte ich in diesem Zusammenhang für ein gutes und gelungenes Beispiel.

ZU DEN ZEITANGABEN

Am Ende jeder Methode und jedes Vorschlags habe ich Ihnen aufgeschrieben, wie viel Zeit Sie dafür jeweils einplanen sollten. Diese Angaben sind aber nur sehr vage, denn es ist davon abhängig, wie erzählfreudig Ihre Gruppe und wie groß sie ist und wie die Teilnehmenden auf die Fragen reagieren. Da werden Sie schnell Ihre eigenen Erfahrungen machen und die Zeit selbst viel besser einschätzen können.

GRUPPENLEITUNG UND TEAM

Wenn Sie die Gruppe in einem Team leiten, verteilen Sie die Aufgaben während der Zusammenkunft so, wie es den einzelnen Begabungen und Vorlieben entspricht. Und bleiben Sie bei den Zusammenkünften bei dieser Absprache. Ein Konflikt oder auch nur eine unausgesprochene Un-

stimmigkeit im Team wirkt sich schnell auf die Gruppe aus. Nehmen Sie sich vorher und nachher Zeit für die Vorbereitung bzw. den Rückblick, damit die jeweiligen Beobachtungen zusammengetragen werden können. Aus diesen lassen sich Rückschlüsse auf mögliche nächste Themen und Methoden ziehen. Binden Sie auch die Menschen in die Gruppenarbeit ein, die sich um Kaffee und Kuchen oder das Frühstück kümmern. Laden Sie gelegentlich den Pfarrer oder die Pfarrerin oder den Leiter oder die Leiterin der Einrichtung ein, damit der Kreis in die gesamte Gemeinde oder das gesamte Haus eingebunden bleibt und man voneinander erfährt. Fassen Sie Ergebnisse zusammen und geben diese an die entsprechende Stelle weiter.

BUDGET

Drängen Sie notfalls darauf, dass es für die Arbeit mit den älteren Menschen ein angemessenes Budget gibt. Kaffee und Kuchen oder das Frühstück werden sicherlich durch einen Teilnehmerbeitrag beglichen, aber Sie brauchen gelegentlich Material oder ein Buch für die eigene Vorbereitung. Vielleicht möchten Sie einmal eine Fortbildung besuchen oder bei einem Ausflug eine Teilnehmerin unterstützen, die wegen ihrer kleinen Rente sonst nicht mitfahren könnte. Das Budget braucht nicht sehr hoch zu sein, aber es ist auch eine Art Wertschätzung für Ihre Arbeit. Und so sorgen Sie dafür, dass der Posten »Seniorenarbeit« auch im Haushaltsplan vorkommt.

GRUPPENBUCH

Nicht nur, wenn Sie die Gruppe in einem Team leiten, ist ein Gruppenbuch eine lohnende Sache. Sie sollten dort aufschreiben, welches Thema Sie bearbeitet haben, welchen Kuchen es gab, wen Sie eingeladen haben und was es an besonderen Vorkommnissen gab. Auch die Teilnehmerliste ist hilfreich, weil Sie dann schnell sehen können, wer lange nicht da war und wen Sie vielleicht anrufen oder besuchen könnten. Die Nachfrage bei solchen Menschen zeigt, dass sie vermisst wurden und dass man echtes Interesse an ihnen hat. Vergewissern Sie sich hier, dass Sie den Datenschutz ausreichend beachten.

Außerdem ist so ein Gruppenbuch ein Schatz, wenn einmal eine Chronik geschrieben werden soll oder die Leitung der Gruppe in andere Hände gegeben werden muss.

Manche der Seniorenkreise in meiner Kirche lassen die Teilnehmenden bei jedem Treffen den eigenen Namen in eine Liste eintragen. Das erhöht die Verbindlichkeit, regelmäßig teilzunehmen. Mancherorts gibt es unter der Bedingung der ausgefüllten Listen auch Zuschüsse für die Treffen. Erkundigen Sie sich dazu bei Ihrer Stadt, Gemeinde oder Kirche.

Vielleicht findet sich in Ihrer Gruppe auch jemand, der besondere Treffen fotografisch festhält. Dann kann das Buch sogar bebildert werden. Sie werden beobachten können, dass auch die Gäste gerne hin und wieder in so einem Buch blättern. Oft sind diese dann erstaunt, wie bunt und vielfältig das Programm ist.

MIT ZWÖLF THEMEN
durch das Jahr

MONATSTHEMA JANUAR

Die Eins

Der Januar ist ja der erste Monat im Jahr, deshalb schlage ich als Thema für diesen Monat die Beschäftigung mit der EINS vor. Der Januar ist geprägt von Rückblick und Ausblick. Zahlreiche ältere Menschen werden sich fragen, was das neue Jahr wohl bringen mag.

Den Jahreswechsel werden viele der älteren Menschen alleine verbracht haben. Rechnen Sie deshalb bei der ersten Zusammenkunft mit einem größeren Bedürfnis zum Erzählen und zum Austausch.

EIGENE ANNÄHERUNG AN DAS THEMA

Wie haben Sie den Jahreswechsel verbracht? Was ist für Sie die Nummer eins? Von welcher Premiere könnten Sie erzählen? Was ist in Ihrer Gemeinde im Januar alles los?

SAMMELAUFGABE

Lassen Sie die Gruppe möglichst viele Worte finden, die mit »EIN« beginnen. So könnte die Liste aussehen:

Einkommen, Einspruch, Einschluss, Einverständnis, Eindruck, Einwegflasche, einzig, einmalig, einsam, einfach, Einlass, einzeln, Einehe, Einöde, Einrad, Einigung, Einband, eiebnen, Einfluss, Einfuhr, Eingabe, Eingang, Einhalt, Einheit, Einkauf, Einkehr, Einladung, Einlage, Einspänner, Ein-

übung, Einzahl, Einwurf, einatmen, Einblick. Schreiben Sie die Nennungen an der Tafel oder dem Flip-Chart mit.

Material: Tafel und Kreide oder Flip-Chart und Edding

Dauer: 5 Minuten

PREMIEREN

Fragen Sie in diesem Erzählspiel immer nach dem ersten Kontakt oder der ersten Begegnung mit etwas. Bedenken Sie, dass jüngere Menschen manche der Fragen nicht werden beantworten können. Zum Beispiel die Frage nach dem ersten Fahrrad ist bei vielen älteren Menschen mit einer Geschichte verbunden. Jüngere Menschen haben einfach immer schon ein Fahrrad gehabt.

So könnten die Fragen aussehen:

- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Fahrrad!*
- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Fernseher!*
- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Kinobesuch!*
- *Unter welchen Umständen haben Sie Ihren späteren Mann oder Ihre spätere Frau zum ersten Mal gesehen?*
- *Was haben Sie mit Ihrem ersten selbst verdienten Geld gemacht?*
- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Besuch im Theater!*
- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Ballkleid oder schicken Anzug!*
- *Wann haben Sie sich zum ersten Mal alt gefühlt?*

- *Mögen Sie uns von Ihrem ersten Kuss erzählen?*
- *Erzählen Sie von Ihrem ersten Urlaub!*

Stellen Sie diese Fragen nacheinander in die Runde oder schreiben Sie diese auf Kärtchen, die dann gezogen werden können. Anstelle der Bildseite kann auf allen Karten eine 1 stehen.

Material: ggf. die Karten mit den Fragen

Dauer: 20 Minuten



© Magnus Schwarze

SAMMELAUFGABE

SINGULARETANTUM UND PLURALETANTUM

Diese beiden Begriffe kommen aus der Grammatik. Ein Singularetantum ist ein Wort, das es nur in der Einzahl gibt, von dem man also keine Mehrzahl bilden kann. Nach dieser Erklärung sollen die Teilnehmenden möglichst viele solcher Wörter finden. So könnte die Liste aussehen:

- *Lärm*
- *Schutz*
- *Obst*
- *Fleisch*
- *Schnee*
- *Durst*
- *Hunger*
- *Vernunft*
- *Gegenwart*
- *Ruhe*
- *Überfluss*
- *Wehmut*
- *All*
- *Chaos*
- *Das Vergessen*
- *Gesundheit*
- *Gold*
- *Butter*
- *Post*
- *Lufthansa*
- *Milch*

Diese Internetseite hat mir beim Zusammentragen der Begriffe geholfen:
<https://de.wikipedia.org/wiki/Singularetantum>

Wo wir schon beim Sammeln sind, suchen wir nun Wörter, die wir nur in der Mehrzahl benutzen, ein Pluraletantum also, Begriffe, zu denen man keine Einzahl bilden kann. Nach dieser Erklärung sollen auch hierzu Begriffe gefunden werden. So könnte die Liste aussehen:

- *Ferien*
- *Kosten*
- *Leute*
- *Azoren*
- *Tropen*
- *Balearen*
- *Malediven*
- *Landsleute*
- *Eltern*
- *Geschwister*
- *Trümmer*
- *Gezeiten*
- *Miese (im Sinne von Schulden)*
- *Gebrüder*
- *Piepen (im Sinne von Geld)*
- *Unkosten*
- *Zicken (im Sinne von Dummheiten)*
- *Stampfkartoffeln*
- *Kutteln*

- *Spaghetti*
- *Spätzle*
- *Diäten (im Sinne von Spesen, Gehältern)*
- *Memoiren*

Schreiben Sie die Nennungen an Tafel oder Flip-Chart mit, um Doppelungen zu vermeiden.

Diese Internetseite hat beim Zusammentragen geholfen:
<http://wortwuchs.net/pluraletantum/>

Diese Internetseite erklärt den Begriff und listet Beispiele auf:
<https://de.wikipedia.org/wiki/Pluraletantum>

Material: Tafel und Kreide oder Flip-Chart und Edding

Dauer: 10 Minuten

ENEA-RÄTSEL

Bei einem Enea-Rätsel erhalten Sie ein Gitter mit neun Buchstaben, die in drei Reihen zu je drei Buchstaben angeordnet sind. Der Buchstabe in der Mitte ist besonders unterlegt. In den aus den neun Buchstaben neu zu bildenden Wörtern muss dieser mittlere Buchstabe immer dabei sein. Die neu gefundenen Wörter müssen mindestens aus vier Buchstaben bestehen. Es dürfen Buchstaben weggelassen, aber keine neuen hinzugenommen werden.

Hier ein Beispiel:

E	E	I
E	I	T
N	G	K