



Co-funded by
the European Union

KAPAZITÄTSAUFBAU PROGRAMM ABSCHLIESSENDE LEITFADEN

Förderung der
Nachbarschaftsbeteiligung zum
Schutz und der Pflege von älteren
Bürgern



NEXT DOOR

Projektnummer: 2020-1-FR01-KA204-080560

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.



INHALTSÜBERSICHT

EINFÜHRUNG	3
I. ALLGEMEINE BESCHREIBUNG DES PROGRAMMS ZUM KAPAZITÄTSAUFBAU	4
II. DIE TRAININGSMODULE	6
III. TIPPS VOM KONSORTIUM NEXT DOOR	19
IV. WIE KANN DAS TRAINING MIT DEN AKTIVITÄTEN ZUR SENSIBILISIERUNG VERKNÜPFT WERDEN?	27
BIBLIOGRAPHIE	29
ANHANG	30

EINFÜHRUNG

Das Projekt Next Door lief von September 2020 bis August 2023.

Während der dreijährigen Projektlaufzeit haben die acht Partner (ACEEU, Afeji, Ainova Amadora, ANS, Aproximar, EaSI und MEH) aus Frankreich, Deutschland, Italien, Portugal, Rumänien, Spanien und dem Vereinigten Königreich eine Reihe verschiedener Methoden und Aktivitäten umgesetzt, um das Sozialkapital in den Stadtvierteln zu fördern, den Schutz älterer Bürgerinnen und Bürger zu unterstützen, das Selbstwertgefühl zu steigern und die Lebensqualität zu verbessern.

Ein Hauptergebnis des Projekts Next Door ist die Entwicklung und Erprobung eines Schulungsprogramms in den Ländern der Projektpartner.



Ziel des Trainingskurses ist es, das Bewusstsein für die Schaffung von Unterstützungsnetzwerken für ältere Menschen in der Gemeinschaft zu schärfen, die einen schützenden und fördernden Faktor für ein aktives und selbstbestimmtes Altern darstellen. Der Kurs richtet sich an Fachkräfte und Freiwillige im Rahmen des Next-Door-Projekts, das die Gemeinschaft zur Unterstützung älterer Bürger mobilisieren soll und auf den Grundsätzen des "Ageing-in-place" beruht.

Zweck dieses Dokuments ist es, die von der Partnerschaft geschaffenen Ressourcen vorzustellen, zu erläutern, wie sie funktionieren, wie sie nachgeahmt werden können und Zugang zu den vollständigen Dokumenten zu gewähren. Es enthält auch Tipps für Ausbilder und Moderatoren.

Dieses Modell existiert sowohl in der digitalen Version mit allen notwendigen Links zu ergänzenden Dokumenten als auch in einer druckbaren Version.

Im Rahmen des Next Door-Projekts war es unser Ziel, ein Programm zum Aufbau von Kapazitäten zu entwickeln, das auch audiovisuelles Material umfasst. Das Programm zum Kapazitätsaufbau sollte in jedem Land mit einer Gruppe von 10 Fachleuten durchgeführt werden und insgesamt 70 Teilnehmer auf europäischer Ebene versammeln.

Am Ende konnte das Konsortium 114 Fachleute schulen. In Portugal und Spanien wurde das Programm sogar drei bzw. zwei Mal mit Gruppen von jeweils über 10 Teilnehmern getestet.





Diese Pilotphase ermöglichte es allen Partnern, quantitatives und qualitatives Feedback zum Kapazitätsaufbauprogramm und seiner Umsetzung zu sammeln. Dies gab dem Konsortium die Möglichkeit, Anpassungen vorzunehmen und diesen Leitfaden zu erstellen, um die Beteiligten bei der Wiederholung des Programms zu unterstützen.

I - ALLGEMEINE BESCHREIBUNG DES PROGRAMMS ZUM KAPAZITÄTSAUFBAU

Der NextDoor-Trainingskurs schärft, wie bereits erwähnt, das Bewusstsein für den Aufbau von unterstützenden Netzwerken für ältere Bürger innerhalb der Gemeinschaft, um Schutz und Befähigung für einen engagierten und unabhängigen Alterungsprozess zu bieten.

Dieser Kurs wurde in Partnerschaft entwickelt und hat folgende Hauptziele:

- Entwicklung und Aufbau von Wissen über die Beteiligung der Gemeinschaft an der Unterstützung älterer Menschen;
- Entwicklung der für den Aufbau eines Unterstützungsnetzwerks erforderlichen Fähigkeiten;
- Verstehen der Bedürfnisse der Zielgruppe und der Auswirkungen, die digitale Kompetenz auf ihre Lebensqualität haben kann;
- Verstehen einiger Strategien, um Bürgerinnen und Bürger in Gemeinden für die Bürgerbeteiligung zu gewinnen.

Dieser Kurs mobilisiert Fachleute, Gemeindearbeiter, Freiwillige und Bürger, um ein Umfeld und eine Gemeinschaft zu schaffen, die auf den Grundsätzen des Alterns an Ort und Stelle basieren, um ältere Menschen zu unterstützen, wobei die Teilnehmer die folgenden Lernergebnisse erreichen sollen:

- Die Rechte älterer Menschen in der heutigen Gesellschaft anerkennen und aufzeigen;
- Definition des Rahmens für gesundes Altern und Ermittlung lokaler Strategien zur Förderung des aktiven und gesunden Alterns in der Gemeinschaft;
- Ermittlung und Anwendung praktischer Strategien zur Förderung der Nutzung digitaler Technologien zur Unterstützung älterer Menschen;
- Einrichtung einer Nachbarschaftsinitiative auf lokaler Ebene, einschließlich einer Sensibilisierungsmaßnahme zur Förderung des gemeinschaftlichen Engagements zur Unterstützung älterer Menschen.

Der Kurs umfasst insgesamt 32 Stunden im B-Learning-Format mit synchronen und asynchronen Sitzungen, die es den Teilnehmern ermöglichen, die notwendigen theoretischen Kenntnisse zu erwerben, die auf die Ziele der vorgeschlagenen Module abgestimmt sind.

Synchrone Sitzungen werden persönlich und in Verbindung mit einem Moderator abgehalten. Asynchrone Sitzungen finden online statt (audiovisuelles Material) und werden je nach Verfügbarkeit der Teilnehmer unabhängig durchgeführt.

Die Inhalte des Kursprogramms konzentrieren sich auf vier Module:

- Ältere Menschen in der Gesellschaft;
- Förderung von aktivem und gesundem Altern;
- Digitale Alphabetisierung;
- Workshops zum Engagement in der Gemeinschaft.



Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die Verteilung des Arbeitsaufkommens nach Modulen und Formaten:

N°.	Module	Stunden an Sitzungen		Anzahl der synchronen Sitzungen
		Synchron	Asynchron	
1	Ältere Menschen in der Gesellschaft	4	2	1
2	Förderung des aktiven und gesunden Alterns	8	2	2
3	Digitale Alphabetisierung	4	2	1
4	Workshops zum gesellschaftlichen Engagement	8	2	2

Die Methoden zur Durchführung der Module/Schulungseinheiten sind aktiv und interaktiv; die Vernetzung und Verbindung zwischen den Teilnehmern ist von entscheidender Bedeutung, da sie den vorgeschlagenen Lernprozess vorantreiben wird. Nach jedem Modul gibt es ein Quiz, in dem die erworbenen Fähigkeiten bewertet werden.

In den folgenden Kapiteln werden ein Rahmen und eine Beschreibung jedes Moduls sowie vorgeschlagene Aktivitäten und "Tipps" für ihre Umsetzung gegeben.



II- DIE MODULE

Die Schulungsmodule wurden auf der Grundlage der im vorgeschlagenen Ansatz vorgesehenen Themen sowie auf der Grundlage von Beiträgen und Erfahrungen der Partner aus der Praxis darüber, was einen Mehrwert für das Engagement der Gemeinschaft darstellen könnte, entwickelt. Die Module enthalten einen theoretischen Überblick über das Thema und einen Sitzungsplan, um Präsentationen und aktive Lernaktivitäten zu organisieren und auszugleichen.

Modul 1

Das Modul deckt 3 Hauptthemen der Diskussion ab:

Das erste Modul des Schulungskurses konzentriert sich auf ältere Menschen in der Gesellschaft, auf die falschen Vorstellungen, die Menschen von älteren Menschen haben, und woher diese stammen.

Das Modul besteht aus zwei Teilen, einem synchronen Teil, in dem der Inhalt des Moduls leicht angegangen wird und der Fokus auf den Teilnehmern liegt, um sie zu ermutigen, während des Workshops und der Aktivitäten zu reagieren und zu interagieren.

Der zweite Teil ist eine asynchrone Sitzung, in der die Teilnehmer Zugang zu einer multimedialen PowerPoint-Präsentation haben, in der alle Inhalte ausführlich behandelt werden. Am Ende werden sie außerdem aufgefordert, ein kleines Quiz über den Inhalt auszufüllen.

Das Modul ÄLTERE MENSCHEN IN DER GESELLSCHAFT konzentriert sich auf die sozialen und wirtschaftlichen Auswirkungen des Alterns, auf den Schutz der Rechte älterer Menschen und auf die normativen Veränderungen im Alter.

Ziel ist es, unter den Teilnehmern eine Diskussion über die größten vorgefassten Meinungen über das Altern zu eröffnen, die in unseren Gemeinschaften immer noch sehr präsent sind.

- **Die demografische Alterung in Europa bringt es mit sich, dass es mehr ältere Menschen (60 Jahre und älter) und weniger Menschen im erwerbsfähigen Alter (20-64 Jahre) gibt. Bis 2050 wird sich die Zahl der über 80-Jährigen auf etwa 450 Millionen verdreifachen. Einige Länder haben einen hohen Anteil älterer Menschen, wie Italien und Deutschland, während andere wie Irland relativ jung bleiben. Die wirtschaftlichen Auswirkungen der Alterung, wie z. B. der Produktivitätsrückgang, sind weniger bedeutend als erwartet. Die Politik sollte auf die unterschiedlichen Bedürfnisse älterer Menschen eingehen, von aktiven Ruheständlern bis hin zu Menschen mit Behinderungen oder abnehmender Autonomie. Die Anpassung des Wohnraums, die Schaffung altersfreundlicher Städte und die Verbesserung der Gesundheitsversorgung sind von entscheidender Bedeutung. Chronische Krankheiten bei älteren Menschen stellen eine Herausforderung für die Gesundheitssysteme dar und erfordern bessere Primärversorgungsnetze und innovative Lösungen, wie z. B. spezialisierte Roboter.**



- Darüber hinaus werden die Rechte älterer Menschen durch europäische Rechtsvorschriften wie die Richtlinie 2000/78/EG geschützt, die Diskriminierung aufgrund des Alters, der Religion, der Weltanschauung, einer Behinderung oder der sexuellen Ausrichtung in Bereichen wie Beschäftigung, Berufsausbildung und Mitgliedschaft in Organisationen verbietet. Der Lenkungsausschuss für Menschenrechte des Europarats konzentriert sich auf die Förderung der Rechte älterer Menschen. Die Empfehlungen beziehen sich auf Nichtdiskriminierung, Autonomie, Schutz vor Gewalt und Missbrauch, sozialen Schutz, Beschäftigung, Pflege und Rechtspflege.

Diese Empfehlungen wurden in verschiedenen Mitgliedstaaten umgesetzt und führten zu verschiedenen Maßnahmen wie der Einrichtung von Antidiskriminierungsstellen, der Schaffung von Pflegefonds und der Einführung von Programmen für aktives und gesundes Altern.

- Nicht zuletzt beeinflusst die Sprache, in der über das Altern gesprochen wird, die Wahrnehmung der Gesellschaft. In verschiedenen Bereichen herrschen negative Stereotypen vor, die das Altern als Verfall und Belastung darstellen. Diese Wahrnehmung kann zu Konflikten zwischen den Generationen führen. Um dem entgegenzuwirken, wird u. a. empfohlen, Krisennarrative zu vermeiden, das Alter nicht als Wohlstandsmaßstab zu verwenden und die Vielfalt des Alterns anzuerkennen. Auch Medien und Werbung halten Stereotypen aufrecht, was eine größere Vielfalt und Verantwortlichkeit erfordert. Eine Änderung der Sprache kann eine positivere und realistischere Sichtweise des Alterns fördern, indem Chancen und Vielfalt betont werden.

In diesem Modul sind zwei Lernaktivitäten zwischen den drei Themen der Module vorgesehen.

In der ersten werden die Teilnehmer aufgefordert, ihre Bedenken bezüglich des Alterns mitzuteilen. (Damit wird der 3. Teil des Moduls über normative und nicht-normative Veränderungen bei älteren Menschen eingeleitet). Dann werden die Teilnehmer gebeten, Initiativen, Projekte, öffentliche Dienste oder Verbände vorzustellen, die auf die Verringerung der von ihnen geäußerten Bedenken spezialisiert sind (oder in diesem Bereich arbeiten).

Die zweite Aktivität ist ein Workshop in Kleingruppen von maximal fünf Personen, bei dem es darum geht, ein Problem in Solidarität zu betrachten und gemeinsam zu lösen.

Die Gruppe konzentriert sich auf 4 Aspekte eines Problems: Fakten, Probleme, Erklärungen und mögliche Lösungen. Jede Gruppe hat 1h30 Zeit, um sich gegenseitig kennen zu lernen und zu diskutieren;

Das Problem, das in den Sitzungen während des Next Door Pilotprojekts behandelt wurde, ist: "Klischees über ältere Bürger und das Älterwerden führen zu Isolation".

Anschließend gibt eine Person aus jeder Gruppe eine Rückmeldung an alle Teilnehmer, um alle Beiträge zusammenzufassen und eine Diskussion zu eröffnen. Schließlich werden die Teilnehmer aufgefordert, sich in kleinere Gruppen zurückzuziehen, um sich auf die Entwicklung einer spezifischen Lösung zu konzentrieren.



Das zweite Modul des Programms zum Aufbau von Kapazitäten trägt den Titel "Förderung des aktiven und gesunden Alterns".

Heutzutage, mit der Zunahme der alternden Bevölkerung, ist es dringend notwendig, dass die Politik und der Einzelne eine Haltung einnehmen, die aktives Altern unterstützt.

Wir alle haben die staatsbürgerliche Pflicht, ältere Menschen dabei zu unterstützen, in einer integrativeren Gemeinschaft zu leben, die allen Bürgern mehr Selbstzufriedenheit bringt, die unterstützend wirkt und die Beteiligung fördert.

Es liegt an den verschiedenen Fachleuten in der Gemeinschaft, ein Bewusstsein zu schaffen, um ein Unterstützungsnetzwerk zu fördern, das gesundes und aktives Altern unterstützt (WHO, 2022).

Gesundes Altern: Was ist das?

Gesundes Altern wird als ein lebenslanger Prozess beschrieben, der darin besteht, die Funktionsfähigkeit zu erhalten, d. h. die körperliche, soziale und geistige Gesundheit zu bewahren, um ein hohes Alter mit Wohlbefinden, Unabhängigkeit und Lebensqualität zu erreichen. Dieser Prozess zielt darauf ab, dem Menschen die Möglichkeit zu geben, seine eigene Gesundheit zu kontrollieren (WHO, 2015; Peel, Barlett & Mclure, 2004). Es ist bekannt, dass einige Gewohnheiten, wie zum Beispiel körperliche Bewegung, nahrhafte Ernährung und Nichtrauchen, zahlreiche Vorteile haben und ein längeres und gesünderes Leben fördern. Diese Gewohnheiten können das Risiko für Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen verringern (WHO, 2002; Dreux & Vacheron, 2016). Gute Gewohnheiten können nicht nur Krankheiten reduzieren, sondern auch das Wohlbefinden fördern.

Das WHO-Konzept des gesunden Alterns umfasst diejenigen, die sich auf erfolgreiches Altern beziehen (siehe die Arbeit von Rowe und Kahn), oder den politischen Rahmen für aktives Altern (der bis zu diesem neuen Ansatz des "gesunden Alterns" Bestand hatte): "der Prozess der Entwicklung und Erhaltung der funktionellen Fähigkeiten, die das Wohlbefinden im Alter ermöglichen" (WHO, 2015, 28).

Er impliziert die Verbindung zwischen den intrinsischen Fähigkeiten des Einzelnen (körperlich, geistig) und der Umwelt (auf allen Ebenen), in der er lebt. Die Bezeichnung "Umwelt" umfasst alle Arten von Kontexten, sei es das physische Umfeld, die Sicherheit, die es bietet, das soziale Umfeld, das es bietet, oder alle Ungleichheiten, die es mit sich bringt (WHO, 2015). Das äußere Umfeld ist auch ein Faktor, der einen erheblichen Einfluss auf gesundes Altern hat.

Die Merkmale des Wohnviertels sind für die Förderung des gesunden Alterns von entscheidender Bedeutung, insbesondere in Bezug auf Sicherheit und Zugänglichkeit (Wong, Kourtit & Nijkamp, 2021). Die Förderung des gesunden Alterns besteht auch darin, das Bewusstsein für Entscheidungen zu schärfen, die ein langes Leben mit Qualität fördern können, damit ältere Menschen "das sein können, was sie zu Recht schätzen".



Bekämpfung der sozialen Isolation

Die Zahl der älteren Menschen, die allein leben, nimmt zu. Im Jahr 2015 ergab eine europäische Studie, dass 7,8 % der älteren Menschen zwischen 65 und 74 Jahren niemanden hatten, mit dem sie persönliche Angelegenheiten besprechen konnten. Bei den über 75-Jährigen lag diese Zahl bei 9,2 % (Eurostat, 2019).

Von sozialer Isolation spricht man, wenn die Anzahl und Qualität der sozialen Kontakte oder Beziehungen unzureichend ist (Samuel & Mills, 2017). Einsamkeit hingegen ist das ungute Gefühl, allein oder von anderen getrennt zu sein. Auch wenn sich das Konzept der Einsamkeit auf das subjektive Gefühl des Alleinseins bezieht, hat es Auswirkungen auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Lebensqualität (Boamah, Weldrick & Lee, 2021).

Die Bekämpfung der sozialen Isolation fördert die Lebensqualität der Bürger in der Gemeinschaft. Das Altern muss nicht den Bruch mit dem aktiven, beruflichen und sozialen Leben bedeuten! Ältere Menschen sollten in Familien und Gemeinschaften integriert sein und sich geliebt, nützlich und sicher fühlen. Das Wort "aktiv" bezieht sich nicht nur auf körperliche Aktivität oder die Teilnahme am Erwerbsleben, sondern auch auf soziale, wirtschaftliche, kulturelle und staatsbürgerliche Aktivitäten (WHO, 2002).

Gemeinschaftliches Engagement: Was ist das?

Gemeinschaftliches Engagement ist ein Akt der Zusammenarbeit mit anderen Bürgern aus nahegelegenen geografischen Gebieten, um das Wohlergehen der Gemeinschaft zu fördern. Es bedeutet, sich an der Gemeinschaft zu beteiligen und sich in ihr zu engagieren. Bürgerschaftliches Engagement ist "der Prozess der Zusammenarbeit mit und durch Gruppen von Menschen, die durch geografische Nähe, besondere Interessen oder ähnliche Situationen miteinander verbunden sind, um Probleme anzugehen, die das Wohlergehen dieser Menschen betreffen" (Davis, 2011, S.7).

Im Allgemeinen zielt bürgerschaftliches Engagement darauf ab, Vertrauen aufzubauen, Ressourcen zu mobilisieren, die Kommunikation zu verbessern und die Gesundheitsergebnisse und die Lebensqualität der Bürger zu steigern. Das Engagement der Gemeinschaft kann organisierte Gruppen, Organisationen und Bürger umfassen. (Davis, 2011).

Maßnahmen zur Förderung der sozialen Teilhabe und der Mobilisierung der Bürger müssen die Nähe zu Ressourcen (kommerzielle und gesundheitliche Dienstleistungen), die Nähe zu Kultur- und Freizeiteinrichtungen, Verkehrsmitteln und sozialen Unterstützungseinrichtungen berücksichtigen (Levasseur et al., 2015).



Durchführung der Sitzungen von Modul 2

Das Modul 2 konzentriert sich auf die Präsentation der Kernkonzepte, kombiniert mit Lernaktivitäten, die die Aufmerksamkeit der Teilnehmer wecken und aktives Lernen ermöglichen sollen. Dieses Modul besteht aus zwei Sitzungen zu je 4 Stunden. Das aktive Lernen konzentriert sich darauf, das Vorwissen der TeilnehmerInnen oder sogar das, was sie als Konzept erkennen, sowie dessen Anwendung in ihrem Kontext festzustellen:

- Das Modul wird mit 2 offenen Fragen eingeleitet: "Wie würden Sie gesundes Altern definieren?" und "Warum ist es wichtig für die Person und die Gemeinschaft?". Das Ziel ist es, die Teilnehmer zum Nachdenken über das Thema anzuregen und mit dem zu beginnen, was sie bereits wissen, nicht nur in Bezug auf die Theorie, sondern auch als Dinge, die in ihrer eigenen Gemeinschaft geschätzt werden;
- Aktivität - "Stellen Sie sich eine alte Person vor, die sich in einem gesunden Alterungsprozess befindet. Wie würde der Alltag dieser Person aussehen?". Es werden Gruppen gebildet, um die Vorstellungskraft und Interaktion zu fördern;
- Aktivität - "Wie kann ich für diese Person nützlich sein? Anhand der einseitigen Profile aus IOI analysieren und identifizieren die TeilnehmerInnen, was sie für diese Person tun könnten, und zwar als Mitglied der Gemeinschaft, nicht als Fachkraft; diese Aktivität kann auch angepasst oder wiederholt werden, indem die Erzählung in "Wie kann ich meine Gemeinschaft für eine ältere Person zugänglicher machen?"
- Aktivität - "Wie kann man altersfreundliche Gemeinden umsetzen". In Gruppen betrachten die TeilnehmerInnen ihre eigene Gemeinde und überlegen, was getan werden könnte, um die Altersfreundlichkeit zu fördern;
- Activity - "Imagine a society without older persons. How would it be? What would it be in families, in the communities, in the organisations and workplaces?". Participants are asked to come up with 3 main categories of responses.



Das Thema ist erfahrenen Fachleuten wohlbekannt, aber wenn man es mit unterschiedlichen Hintergründen in Bezug auf Qualifikationen oder berufliche Positionen zu tun hat, oder wenn eine Schulungsgruppe aus Fachleuten, Gemeindemitgliedern und Freiwilligen besteht, könnte es sinnvoll sein, von dem Wissen auszugehen, das in der Gruppe bereits vorhanden ist.

Ein weiterer Tipp, der die Piloterfahrung unterstützt hat, ist die Einbettung der Themen in die Gemeinschaft. Es ist daher sehr wichtig, dass sich die Moderatoren/Ausbilder Zeit nehmen, um die Gemeinschaft, die Stadt und das Viertel, in dem der Kurs stattfindet, kennenzulernen. Man kann die Aktivitäten in Modul 2 nutzen, um zu erforschen und zu entdecken, was und wie die Teilnehmer die Realität sehen.

Einige Teilnehmer aus Portugal wiesen darauf hin, wie wichtig es ist, sich mit diesem Thema zu befassen:

"Dieser Kurs hat meinen Horizont über die Bedeutung der Einbeziehung der Gemeinschaft in ein aktives Altern aller ihrer Mitglieder erweitert." Teilnehmerin, Stadt Aveiro/ Portugal

"Ich bin mir der Schritte und des Zeitaufwands, die erforderlich sind, um Maßnahmen zur Förderung des Alterns an Ort und Stelle zu konzipieren, umzusetzen und Ergebnisse zu erzielen, viel bewusster geworden, auch wenn die öffentliche Politik noch einen langen Weg vor sich hat. Teilnehmerin, Stadt Ílhavo/ Portugal

"Ich bin der Meinung, dass dieser Kurs in allen Gemeinden und Organisationen angeboten werden sollte, da er Werkzeuge und Kenntnisse bietet, die von Fachleuten, die mit älteren Menschen und Gemeinschaften arbeiten, nicht anerkannt werden. Teilnehmerin, Vila de Arouca/ Portugal



Modul 3

Das dritte Modul des Next Door-Trainingskurses trägt den Titel "Förderung der Nutzung digitaler Werkzeuge" und hebt die Vorteile der Entwicklung digitaler Fähigkeiten bei älteren Erwachsenen hervor. Es ist für eine 4-stündige synchrone und eine 2-stündige asynchrone Sitzung konzipiert worden.



Der erste Teil des Moduls behandelt die Bedeutung von digitalen Fähigkeiten und IKT in unserem täglichen Leben, insbesondere für ältere Erwachsene. Es unterstreicht die Notwendigkeit von Technologie, um in der heutigen technologisch fortgeschrittenen Gesellschaft inklusiv zu bleiben (Martínez-Alcalá et al, 2018). Zu den Vorteilen der Entwicklung digitaler Kompetenzen für ältere Menschen gehören eine bessere Gesundheit, eine bessere Erkennung von Betrug, ein Beitrag zur Erwerbsbevölkerung, eine wirtschaftliche Stärkung, verbesserte soziale Beziehungen, eine anhaltende Unabhängigkeit und ein leichter Zugang zu wichtigen Aktivitäten und Freizeitaktivitäten (Marius, 2021).



Der zweite Teil des Moduls konzentriert sich auf die Unterstützung älterer Menschen bei der Verbesserung ihrer digitalen Fähigkeiten. Es werden die Hindernisse aufgezeigt, mit denen ältere Menschen konfrontiert sind, wie z. B. die digitale Kluft und die technischen Herausforderungen, und es werden Wege zu ihrer Unterstützung vorgeschlagen, einschließlich der Vereinfachung der digitalen Sprache, der Betonung des menschlichen Aspekts der Technologie und der Bereitstellung praktischer Lernmöglichkeiten. Es werden auch einige pädagogische Methoden und Techniken wie Scaffolding, Mentoring und Peer Education sowie wesentliche Fähigkeiten für die Schulung älterer Menschen wie Einfühlungsvermögen, Geduld, Flexibilität und Motivation erörtert.



Schließlich werden im dritten Teil des Moduls verschiedene europäische Beispiele für soziale Mobilisierungsmaßnahmen zur Förderung der Nutzung neuer Informationstechnologien vorgestellt. Die beschriebenen Initiativen zielen darauf ab, die Einsamkeit zu bekämpfen, digitale Kompetenzen aufzubauen, die finanzielle Bildung zu verbessern, gesundes Verhalten zu fördern, die digitale Eingliederung zu gewährleisten und das interkulturelle Bewusstsein unter den Senioren zu schärfen, und zeigen so wirksame Wege auf, um ältere Erwachsene einzubinden und ihnen dabei zu helfen, Technologie für verschiedene Zwecke in ihr Leben zu integrieren.



Modul 3 umfasst **drei Lernaktivitäten**, die das kontinuierliche Engagement der Teilnehmer während der gesamten Schulung anregen, Möglichkeiten für aktives Lernen bieten und ein kollaboratives Umfeld fördern sollen. Alle Aktivitäten wurden so konzipiert, dass sie auch in einer Online-Umgebung anwendbar sind, wenn die Moderatoren beschließen, die Sitzungen online abzuhalten.

1

In der ersten Aktivität, die am besten nach dem ersten Teil des Moduls stattfindet, sollen die Teilnehmer in einem Brainstorming die Vorteile digitaler Technologien, insbesondere für ältere Menschen, erkunden. Die Teilnehmer sollten ihre Gedanken zu den Gründen für die Nutzung von Technologie, zu Erfahrungen mit digitalen Geräten, die sie bei ihren täglichen Aufgaben unterstützen, und zu Interaktionen mit älteren Menschen, die Hilfe mit Technologie suchen, in Bezug auf die im Modul hervorgehobenen Vorteile einbringen.

Bei der Moderation dieser Aktivität wird empfohlen, eine unterstützende Atmosphäre zu schaffen, um einen offenen Austausch zu fördern, den Beiträgen der TeilnehmerInnen Aufmerksamkeit zu schenken und digitale Hilfsmittel für die reibungslose Erstellung von Notizen während der Online-Sitzungen effektiv zu nutzen. Der Moderator kann zusätzliche Beispiele für Vorteile vorbereiten, um die Diskussion zu bereichern, und sollte die Teilnehmer dazu ermutigen, auf den Ideen der anderen aufzubauen. Am Ende sollte die Gruppe zu einem gemeinsamen Verständnis darüber gelangen, wie Technologie auf positive Weise und für einen guten Zweck eingesetzt werden kann, um die Lebensqualität älterer Menschen zu verbessern, und dass Hindernisse bei der Einführung neuer Technologien mit dem richtigen Maß an Geduld und Unterstützung überwunden werden können.

2

Die zweite aktive Lernaktivität soll im zweiten Teil des Moduls stattfinden und die Kreativität der TeilnehmerInnen anregen, indem sie aufgefordert werden, über Initiativen zur digitalen Kompetenz für ältere Erwachsene nachzudenken und diese zu entwerfen. Nachdem sie in Gruppen aufgeteilt wurden, sollten sie die Zielgruppe der Initiative, die Ziele, die Lehrmethoden, die beteiligten Personen, den Veranstaltungsort, die benötigten Materialien, die digitalen Werkzeuge, die Anzahl der Sitzungen und alle Folgepläne festlegen. Die spätere Präsentation aller Ideen soll helfen, kritischer über die eigene Arbeit nachzudenken und bestehende Vorschläge zu bereichern.

Der Moderator sollte sicherstellen, dass alle Gruppen Zugang zu den notwendigen Ressourcen haben, egal ob persönlich oder online. Die Nutzung digitaler Tools wie Zoom-Breakout-Räume und Plattformen wie Jamboard, Padlet oder Miro können Gruppendiskussionen und den Ideenaustausch verbessern, insbesondere online. Um diese Aktivität effizienter zu gestalten, empfiehlt es sich, ein Handout/eine Präsentation über die wichtigsten Vorteile der Entwicklung digitaler Fähigkeiten bei älteren Erwachsenen und über Bildungsmethoden und -techniken vorzubereiten, da dies als Ausgangspunkt für das Brainstorming dienen kann. Darüber hinaus kann das Angebot von schriftlichen Reflexionen oder anonymen Rückmeldungen ein alternatives Ventil für Ideen bieten und den weniger freimütigen Teilnehmern helfen, sich leichter auszudrücken.



3

Eine dritte aktive Lernaktivität sollte nach dem zweiten Teil des Moduls stattfinden, um Vertrauen und Einfühlungsvermögen zu entwickeln und die Bedeutung einer effektiven und angepassten Kommunikation zu verdeutlichen. Bei dieser Aktivität werden die Teilnehmer in Paare aufgeteilt, von denen eine Person der Führer (Unterstützer) und die andere der Mitläufer (mit geschlossenen Augen und verbundenen Augen) ist. Der Unterstützer weist den Verfolger an, eine Straße auf ein Papier zu zeichnen, um einen bestimmten Endpunkt zu erreichen, wobei er sich auf eine vorher gezeichnete Route stützt.

Es ist wichtig, die Bedeutung des aktiven Zuhörens und der klaren Kommunikation zu betonen und die Unterstützer zu ermutigen, ihren Ansatz an die Bedürfnisse und das Feedback des Followers anzupassen. Eine Nachbesprechung nach der Aktivität kann den Teilnehmern die Möglichkeit bieten, ihre Erfahrungen auszutauschen und über die Herausforderungen und Erfolge, die sie während der Übung erlebt haben, zu reflektieren. Die Moderatoren können die Teilnehmer auch dazu ermutigen, das Gelernte auf ihre Interaktionen mit älteren Erwachsenen anzuwenden, um verständnisvollere, geduldigere und einfühlsamere Beziehungen in ihrer beruflichen Praxis zu fördern.

4

Da der Schwerpunkt dieses Moduls auf der Bedeutung und den Vorteilen der digitalen Kompetenz liegt, ist es eine gute Gelegenheit, die digitale Plattform von Next Door vorzustellen, indem das Video-Tutorial der Plattform gezeigt wird, in dem kurz erläutert wird, wie die Plattform zum Nutzen von älteren Erwachsenen, Organisationen und Bürgern eingesetzt werden kann.

Zu den Rückmeldungen der Teilnehmer zählen die Einzigartigkeit des Seminars, da es den öffentlichen und den privaten Sektor zusammenbrachte, die Einführung neuer Konzepte, die Möglichkeit zur Interaktion in der Gruppe, der Erfahrungsaustausch und das Lernen von den vorgestellten Modellen bewährter Verfahren. Die Teilnehmer gaben an, dass die Schulung ihre Herangehensweise positiv verändert hat und sie geduldiger, einfühlsamer und offener bei der Arbeit mit gefährdeten Personen geworden sind. Darüber hinaus erwähnten sie, dass sie interne Schulungen innerhalb ihres Netzwerks von Fachleuten durchführen werden, um bewährte Praktiken und das aus dem Kurs gewonnene Wissen weiterzugeben.



Modul 4

Modul 4 befasst sich mit dem Konzept der Bewusstseinsbildung, wobei der Schwerpunkt auf den Techniken liegt, die es ermöglichen, mit Hilfe einer Sensibilisierungskampagne effektiv mit verschiedenen Bürgern und Gemeinschaften in Kontakt zu treten. Das Modul befasst sich ausführlich mit dem Engagement in der Gemeinschaft, beleuchtet lokale Unterstützungsdienste und bietet wertvolle Einblicke in Instrumente für das Engagement in der Gemeinschaft mit praktischen Anleitungen. Darüber hinaus werden strategische Ansätze und wertvolle Hinweise für die Einrichtung eines Nachbarschaftsdienstes auf lokaler Ebene skizziert.

Die Sensibilisierung und Einbindung von Gemeinschaften sind entscheidende Schritte zur Förderung des Wohlbefindens, der Verhaltensänderung und der Politikgestaltung. Um das Bewusstsein wirksam zu schärfen, ist es wichtig, verschiedene Strategien, Methoden und Instrumente einzusetzen, um Botschaften zu vermitteln und Unterstützung zu gewinnen. Erfolgreiche Sensibilisierungskampagnen beinhalten die Stärkung des Wissens der Bürger, die Förderung ihres aktiven Engagements und die Anregung von politischen Veränderungen auf lokaler oder regionaler Ebene. Ein gesamtgesellschaftlicher Ansatz, der verschiedene Interessengruppen wie die Zivilgesellschaft, den Privatsektor, die Wissenschaft und die Regierung einbezieht, erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass dauerhafte Verhaltensänderungen herbeigeführt und die Bürger in Initiativen für nachhaltige Entwicklung eingebunden werden.

Der Aufbau einer Sensibilisierungskampagne umfasst mehrere wichtige Schritte. Zunächst ist es wichtig, das Hauptziel oder -problem zu ermitteln und die spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppe zu bestimmen, z. B. ältere Menschen in einem bestimmten Gebiet. Entscheidend ist die Entwicklung zentraler und konsistenter Botschaften, die einfach und einprägsam sind und eine klare Aufforderung zum Handeln enthalten. Der Einsatz verschiedener Methoden und Taktiken zur Bewusstseinsbildung, wie z. B. die Schaffung eines Botschafterprogramms, die Teilnahme an lokalen Veranstaltungen, die Organisation informativer Ressourcenpakete und lokaler Aufführungen, die Erstellung von Bildungsressourcen und die Nutzung von Social-Media-Plattformen, kann die Botschaft effektiv verbreiten.

Die Überwachung und Bewertung der Fortschritte der Awareness-Kampagne ist wichtig, um zu beurteilen, ob die Ziele erreicht werden, und um notwendige Anpassungen vorzunehmen. Metriken wie Reichweite, Abonnenten oder Follower, Engagement-Raten und Veranstaltungsbesuche können verwendet werden, um das Wachstum der Zielgruppe und die Wirksamkeit der Kampagne zu messen.



Wenn es um das Engagement in der Gemeinschaft geht, ist es wichtig, die Bedeutung der nachbarschaftlichen Unterstützung für ältere Menschen zu erkennen. Nachbarn können lebenswichtige Unterstützung bieten, wenn die Familie oder enge Freunde nicht ohne Weiteres verfügbar sind. Das Wohlbefinden, die Unabhängigkeit und die soziale Integration älterer Menschen sind eng mit ihrer Nachbarschaft verbunden. Die Berücksichtigung der Bedürfnisse der älteren Bevölkerung, die Sicherstellung der Zugänglichkeit, die Berücksichtigung technischer Einschränkungen und die zeitliche Abstimmung der Aktivitäten auf die Vorlieben der älteren Menschen sind für ein erfolgreiches Engagement von wesentlicher Bedeutung.

Zu den Faktoren, die das Engagement und die Einbindung in die Gemeinschaft fördern, gehören die Anerkennung von Anliegen und Wünschen, die Festlegung klarer Rollen und Ziele für die Gemeinschaft und die Beteiligten, die Aufrichtigkeit und die Integration einer Feedback-Schleife, die Verbindung zu führenden Persönlichkeiten in der Gemeinschaft, die Nutzung von Spielen oder das Ansprechen lokaler Interessen und das Zurückgeben an die Gemeinschaft. Die Einbindung älterer Menschen in Gemeinschaftsaktivitäten kommt nicht nur ihnen selbst zugute, sondern liefert auch der Regierung und der breiteren Gemeinschaft wertvolle Kenntnisse und Erfahrungen.

Bei der Gestaltung eines Nachbarschaftsdienstes ist es wichtig, den lokalen demografischen Kontext, die Geschichte und die spezifischen Bedürfnisse der verschiedenen Altersgruppen innerhalb der älteren Bevölkerung zu berücksichtigen. Eine Analyse der Interessengruppen hilft bei der Ermittlung lokaler Netzwerke, des Einflusses und der verfügbaren Ressourcen. Die Planung von Flexibilität ermöglicht Anpassungen als Reaktion auf unvorhersehbare Ereignisse oder Herausforderungen. Regelmäßige Gespräche mit der Gemeinschaft in Form von Fokusgruppen oder Interviews bieten einen kontinuierlichen Einblick in lokale Probleme und helfen dabei, Strategien zu verfeinern, um positive Auswirkungen zu erzielen.

Insgesamt erfordern die Sensibilisierung und Einbindung von Gemeinschaften eine sorgfältige Planung, eine effektive Kommunikation und ein tiefes Verständnis der Bedürfnisse und Vorlieben der Zielgruppe. Durch die Umsetzung dieser Strategien und Überlegungen können Organisationen und Regierungen aussagekräftige und wirkungsvolle Sensibilisierungskampagnen und Initiativen zur Einbindung von Gemeinschaften entwickeln.

Tipps zur Durchführung dieser Aktivitäten:

1. Klare Definition des Ziels: Bevor Sie eine Sensibilisierungskampagne starten, sollten Sie das spezifische Ziel oder Problem, das Sie angehen wollen, klar definieren. Das Verständnis der Zielgruppe und ihrer Bedürfnisse wird die Richtung der Kampagne bestimmen.

2. Schlüsselbotschaften: Entwickeln Sie prägnante, einprägsame und handlungsorientierte Kernbotschaften, die bei der Zielgruppe Anklang finden. Diese Botschaften sollten den Zweck der Kampagne vermitteln und zum Engagement anregen.

3. Vielfältige Methoden: Nutzen Sie eine Vielzahl von Methoden zur Sensibilisierung, darunter ein Botschafterprogramm, lokale Veranstaltungen, Bildungsressourcen, soziale Medien und Aufführungen. Die Diversifizierung der Methoden erhöht die Reichweite und Wirkung der Kampagne.



4. Visuelle Konsistenz: Bewahren Sie die visuelle und inhaltliche Konsistenz in allen Kommunikationsmitteln der Kampagne. Dies trägt dazu bei, die Botschaft zu verstärken und eine kohärente Identität für die Kampagne zu schaffen.

5. Geschichtenerzählen: Binden Sie persönliche Geschichten und Fallstudien in die Kampagne ein. Diese Erzählungen schaffen eine emotionale Verbindung zum Publikum und regen es zum Handeln an.

6. Positive Formulierung: Formulieren Sie Botschaften positiv, um Interesse und Begeisterung zu wecken. Positives Denken fördert das Engagement und den Gemeinschaftssinn.

10. Ältere Menschen einbeziehen: Berücksichtigen Sie bei der Einbindung älterer Menschen deren Bedürfnisse, Vorlieben und Einschränkungen. Sorgen Sie für Zugänglichkeit, technologische Anpassungen und einen Zeitplan, der ihren Routinen entspricht.

11. Lokaler Kontext: Berücksichtigen Sie bei der Entwicklung eines Nachbarschaftsdienstes den lokalen demografischen Kontext, den historischen Hintergrund und die spezifischen Bedürfnisse der verschiedenen Altersgruppen. Schneiden Sie den Dienst auf die besonderen Merkmale der Gemeinde zu.

12. Einbeziehung von Interessengruppen: Beziehen Sie lokale Interessenvertreter und führende Persönlichkeiten der Gemeinde in die Planung und Umsetzung der Kampagne oder des Dienstes ein. Ihre Unterstützung und ihr Beitrag erhöhen die Glaubwürdigkeit und Wirkung der Initiative.

7. Klare Aufforderung zum Handeln: Fügen Sie einen klaren und umsetzbaren Aufruf zum Handeln in die Kampagnenbotschaften ein. Dies hilft der Zielgruppe, die nächsten Schritte zu unternehmen.

8. Bewertungsmetriken: Legen Sie Messgrößen fest, um den Fortschritt der Kampagne zu überwachen und zu bewerten. Messen Sie die Reichweite, die Engagement-Raten, die Teilnahme an Veranstaltungen und andere relevante Daten, um die Effektivität zu beurteilen.

9. Flexibilität: Planen Sie die Kampagne so, dass sie flexibel ist. Dies ermöglicht Anpassungen aufgrund von Publikumsfeedback, unerwarteten Ereignissen oder veränderten Umständen.

13. Regelmäßiges Feedback: Führen Sie eine ständige Feedbackschleife mit der Gemeinschaft. Führen Sie Fokusgruppen, Umfragen oder Interviews durch, um Erkenntnisse zu sammeln und Strategien auf der Grundlage von Echtzeit-Input zu verfeinern.

14. Wertschätzung: Zeigen Sie den Mitgliedern der Gemeinschaft, die sich beteiligen und einen Beitrag leisten, Dankbarkeit. Anerkennung und Wertschätzung fördern das Gefühl der Zugehörigkeit und ermutigen zu weiterem Engagement.

15. Wissen teilen: Ermutigen Sie ältere Erwachsene, ihr Wissen und ihre Erfahrungen mit der Gemeinschaft zu teilen. Ihre Erkenntnisse können zu einem breiteren gesellschaftlichen Verständnis und zur Entwicklung beitragen.



Wenn Sie diese Tipps beherzigen, können Sie effektiv Sensibilisierungskampagnen, Initiativen zur Einbindung in die Gemeinschaft und Nachbarschaftsdienste durchführen, die auf die Bedürfnisse älterer Erwachsener eingehen und positive Veränderungen in der Gemeinschaft fördern.

Wie lassen sich die Module replizieren?

Alle vier Module sind auf ähnliche Weise aufgebaut. Das bedeutet, dass Sie jedes Modul auf die gleiche Weise absolvieren können, um die Schulung zu wiederholen:

1/ Sie sollten zunächst den Sitzungsplan befolgen, um zu sehen, wie das Modul aufgebaut ist und was es beinhaltet.

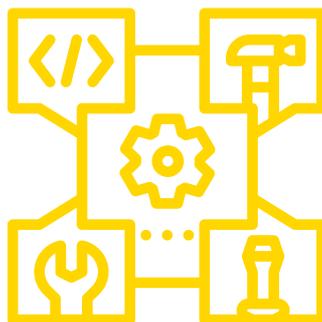
2/ Zu jedem Modul finden Sie eine PowerPoint-Präsentation und eine Übersicht mit allen theoretischen Inhalten des Moduls.

3/ Alle Lernaktivitäten, die in jedem Modul enthalten sind und im Sitzungsplan erwähnt werden, sind in einem speziellen Dokument aufgeführt.

4/ Am Ende jedes Moduls können Sie die Informationen mit einem Quiz wiederholen, das ebenfalls zur Verfügung gestellt wird.

5/ Jedes Modul enthält auch Multimedia-Inhalte, die entweder am Anfang oder am Ende des Lernplans erwähnt werden.

Sie können den gesamten Inhalt des Moduls über diesen Link aufrufen:



III- TIPPS VOM KONSORTIUM NEXT DOOR

Das Feedback, das alle Partner von den Teilnehmern am Ende des Pilotprojekts erhielten, ermöglichte es dem Konsortium, einige Ratschläge für die Wiederholung des Projekts zu geben.

Rekrutierung von Teilnehmern/ Einbeziehung der richtigen Interessengruppen

Der Next Door-Kurs zum Aufbau von Kapazitäten ist in eine größere Initiative zur Förderung des Alterns am Ort eingebettet.

Das "Next Door"-Modell zielt darauf ab, die Beteiligung der Nachbarschaft zu fördern, um ältere Bürger zu schützen und zu pflegen.

Da es sich um eine Nachbarschaftsdienstleistung handelt, bedeutet dies, dass die Teilnehmer des Kurses Menschen sind, die eine gewisse Verbindung zu dem Ort haben: Das können Gemeindemitglieder oder Bewohner sein, Fachleute oder Freiwillige oder sogar Menschen, die dort schon einmal gelebt haben oder eine persönliche Beziehung haben (z. B. das Gebiet ihrer Großeltern oder ein Ort, an dem sie aufgewachsen sind).

Das Gefühl der Zugehörigkeit scheint ein wichtiger Punkt bei der Organisation eines solchen Trainingskurses zu sein, auch wenn es nicht auszuschließen ist.

In vielen Fällen kann es sich um neue Kenntnisse handeln ("Ich habe mein Wissen erweitert"; "Es war ein Gewinn für mein Berufsleben"), aber für andere ist es die Tatsache, dass sie mit verschiedenen Fachleuten in Kontakt kommen ("Ich habe neue Denk- und Arbeitsweisen in der Gemeinschaft entwickelt und dabei alle Interessengruppen einbezogen"; "Ich entwickle neue Fähigkeiten durch den Austausch von beruflichen Erfahrungen zwischen den Teilnehmern").

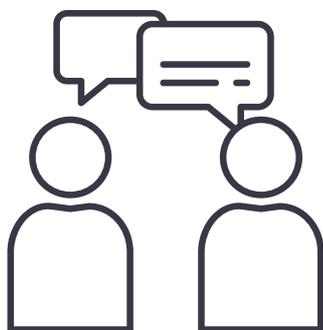
Schließlich war der Next Door-Kurs "wichtig und sensibilisiert Fachleute und andere Menschen, die für die ältere Bevölkerung arbeiten, um mehr mit der Gemeinschaft zu tun, natürlich, wenn man andere Vertreter der Gemeinschaft und ihre Leiter sensibilisieren kann".

(Die Sätze in den Markierungen sind Zitate von Teilnehmern des Pilotprojekts zum Aufbau von Kapazitäten).



Die Identifizierung von Interessenvertretern, noch vor dem Start des Kurses, ist ein wichtiger Teil der Durchführung. Jeder Trainer/Anbieter muss prüfen, wer in seinem Gebiet der beste Akteur ist, um einen solchen Kurs zum Kapazitätsaufbau zu veranstalten, und wer es am effizientesten macht, verschiedene Menschen zu erreichen. Durch die Auswahl und Einbeziehung der richtigen Interessenvertreter wird die Rekrutierung von Teilnehmern einfacher: Manchmal kann dies durch den Einfluss von Gruppen geschehen, in anderen Fällen kann es mit bereits bestehenden Aktivitäten und politischen Strategien zusammenhängen.

Der zweite sehr wichtige Schritt besteht darin, das Programm vorzustellen und es auf den Kontext und die Realität abzustimmen, in dem es zum Einsatz kommen soll. Die Einbindung von Behörden als Trägerorganisation bildet den notwendigen Rahmen für die Durchführung des Kurses, aber auch für die Abdeckung des gesamten Next Door Modells und seiner verschiedenen Ressourcen.



Die Wahl des richtigen Standorts

Der Ort der Schulung hat einen spürbaren Einfluss auf die Rekrutierung der Teilnehmer.

Abhängig von Ihrem geografischen Schwerpunkt für die Rekrutierung sollten Sie bedenken, dass der Ort so viele Teilnehmer wie möglich aufnehmen sollte. Er sollte für diejenigen, die auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen sind, leicht zu erreichen sein und nicht zu weit von dem Ort entfernt sein, an dem die meisten Betroffenen implantiert sind.

Ziel der Schulung ist es, das Bewusstsein für die Schaffung von Unterstützungsnetzwerken in der Nähe zu schärfen, und der ideale Ort wäre im Herzen dieses geplanten Netzwerks.

Darüber hinaus konzentrieren sich die letzten Sitzungen auf die Entwicklung von Veranstaltungen, und es ist für die Teilnehmer von Vorteil, in der richtigen Gegend zu sein, um sich die konkreten Möglichkeiten vorstellen zu können.

In Frankreich zum Beispiel waren die Hälfte der Teilnehmer Freiwillige aus einer sozialen Einrichtung, die nur auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen sind. Um ihre Teilnahme zu gewährleisten, wurden alle Sitzungen des Kurses in dieser Einrichtung abgehalten..



Ein weiterer wichtiger Aspekt des Veranstaltungsortes ist die Gestaltung der Räumlichkeiten. Mehrere Sitzungen des Schulungskurses beruhen auf Lernaktivitäten in der Gruppe, und der Veranstaltungsort sollte eine Umgebung bieten, in der sich mindestens zwei Gruppen unterhalten können, ohne die anderen zu stören.

Das Umfeld eines Schulungsprogramms und seine Umgebung haben einen großen Einfluss auf die Lern- und Entwicklungsergebnisse.

Bei der Konzeption von Schulungsprogrammen ist es wichtig, die Gestaltung des Schulungsraums zu berücksichtigen. Hier sind einige grundlegende Anforderungen an einen Schulungsort:

- Zugang zu öffentlichen Verkehrsmitteln
- Zusätzliche Schreibwaren, falls erforderlich, z. B. Papier, Stifte, Textmarker usw.
- Klimaanlage/Ventilator/Heizung, die leicht regulierbar ist
- Verpflegung - angemessene Bereitstellung von Erfrischungen/ Mittagessen
- Garderobe / Platz für die Sachen der Teilnehmer
- Flexibilität bei der Raumaufteilung mit viel Platz zum Bewegen für Spiele und Aktivitäten
- Gute Akustik und Schalldämmung
- Gute Raumbeleuchtung mit viel Sonnenlicht, bei Bedarf mit Jalousien zum Verdunkeln
- Datenprojektor, Flipcharts (Smartboard wäre gut!) und Audioanlage sind inbegriffen
- Standort - leicht auf einer Karte zu finden, günstige Lage - mit genauen Angaben zum Satellitennavigationssystem

- Pausenräume für die Teilnehmer - Innen- und Außenbereich mit Sitzgelegenheiten - ein Ort, an dem der Trainer und die Teilnehmer in den Pausen an die frische Luft gehen können
- Parkplätze, leicht zu finden, in der Nähe des Veranstaltungsortes und reichlich vorhanden
- Fotokopieren/Drucken/E-Mail auf Anfrage von USB
- Ausreichend Steckdosen (an den richtigen Stellen für Trainer und Teilnehmer, ohne dass Kabel verlegt werden müssen!)
- Abstellraum/ gesicherter Raum für Schulungsmaterialien und Ausrüstung
- Tische/Schreibtische (für die Teilnehmer, falls erforderlich)
- Tee/Kaffee/Wasser jederzeit verfügbar
- Wanduhr in Sichtweite des Trainers
- Wandfläche zum Aufhängen von Flipcharts (und geeignete Magnete/Schienen oder Klebeband)
- Drahtlos- und Internetzugang
- Vollständig behindertengerecht, mit Induktionsschleife



Aufbau der Kommunikation über das Training

Eine wirksame Kommunikation ist der Grundstein für den Erfolg. Was vor, während und nach den Schulungen geschieht, ist ebenso wichtig wie die darin vermittelten Inhalte. In den folgenden Zeilen werden wir uns auf die strategischen Kommunikationsprinzipien konzentrieren, die das Next Door Schulungsprogramm leiten sollten.

- **Vermitteln Sie das Warum.** Stellen Sie das Schulungsprogramm klar im Kontext der größeren Initiative dar. Erläutern Sie, wie das Next Door Modell darauf abzielt, die Beteiligung der Nachbarschaft an der Betreuung älterer Bürger zu fördern. Erläutern Sie, dass das Ziel des Projekts darin besteht, die Teilnehmer zu befähigen, durch die Förderung eines integrativen und unterstützenden Umfelds zum Wohlbefinden älterer Menschen in ihrer Nachbarschaft beizutragen. Sprechen Sie über den innovativen integrierten Nachbarschaftsansatz.
- **Vermitteln Sie die Zielsetzungen.** Geben Sie klar und deutlich an, was die Teilnehmer nach der Schulung können sollten und warum die Schulung sowohl für das persönliche als auch für das organisatorische Wachstum wichtig ist. Skizzieren Sie die Ziele der einzelnen Schulungsmodule. In Modul 3 zum Beispiel ist das Hauptziel, die digitalen Fähigkeiten der Teilnehmer und ihr Verständnis für die Vorteile der Technologie für ältere Erwachsene zu verbessern. Heben Sie hervor, wie diese Fähigkeiten zu einer verbesserten Gesundheit, zu verstärkten sozialen Kontakten und zu einer dauerhaften Unabhängigkeit älterer Bürger führen können, was sich mit den allgemeinen Zielen der Next Door Initiative deckt. In jedem Modul sind die Lernziele klar definiert.
- **Kommunizieren Sie die Erfolgskriterien.** Legen Sie klar fest, wie der Erfolg nach der Schulung gemessen werden soll: Geben Sie an, mit welchen Instrumenten (z. B. Umfragen, Erfahrungsberichte) die Wirksamkeit der Schulung gemessen werden soll. Teilen Sie die Instrumente oder Methoden mit, die zur Bewertung der Auswirkungen der Schulung und der erwarteten spezifischen Ergebnisse verwendet werden. Weitere Informationen über die Bewertung der Schulungsteilnehmer finden Sie in den folgenden Unterkapiteln.
- Was die Messung betrifft, so enthält Modul 4 Informationen, die sich auf die Messung des Erfolgs der Bemühungen um bürgerschaftliches Engagement konzentrieren. Darin wird erläutert, dass der Erfolg in einer verstärkten Teilnahme an lokalen Veranstaltungen, einem verbesserten Zugang zu Unterstützungsdiensten für ältere Bürgerinnen und Bürger oder einem positiven Feedback aus der Gemeinschaft bestehen kann. Sie können also nicht nur Umfragen oder direktes Feedback nutzen, um den Erfolg der Schulung zu bewerten, sondern auch andere Anhaltspunkte (direkte Teilnahme an der Schulung, Gespräche mit anderen Personen über die Schulung, Fragen stellen usw.)





- **Früh und oft kommunizieren.** Beginnen Sie so früh wie möglich mit der Kommunikation über die Schulung, auch wenn noch nicht alle Details feststehen. Wiederholen Sie die Botschaft häufig und über verschiedene Kanäle, um das Verständnis und die Vorbereitung sicherzustellen. Informieren Sie die Teilnehmer bei der Planung der Schulung frühzeitig, auch wenn noch nicht alle Details feststehen. Geben Sie einen allgemeinen Überblick über die zu behandelnden Themen und den erwarteten Nutzen. Informieren Sie die Teilnehmer während der Schulung regelmäßig über anstehende Sitzungen, Lernmaterialien und etwaige Änderungen am Zeitplan, um sie auf dem Laufenden zu halten.
- **Bestimmen Sie, wer was kommunizieren soll.** Bestimmen Sie die geeigneten Personen innerhalb der Organisation, die das Schulungsprogramm vermitteln sollen. Berücksichtigen Sie die strategische Bedeutung der Schulung und stellen Sie sicher, dass sie mit der Botschaft übereinstimmt.

Je nach Umfang der Schulung und ihrer Ausrichtung auf die organisatorischen Ziele sollte die Kommunikationshierarchie festgelegt werden. Bei Initiativen wie der Next Door-Schulung könnten übergeordnete Interessenvertreter oder Programmleiter die übergreifenden Ziele und die Bedeutung der Schulung vermitteln. Unmittelbare Manager oder Trainer können die Botschaft an die einzelnen Teilnehmer verstärken und hervorheben, wie ihr Engagement zum Erfolg des Programms und der breiteren Gemeinschaft beiträgt.

Bewertung der Trainingsergebnisse

Die Bewertung der Trainingsergebnisse ist für die Methodik von entscheidender Bedeutung, die Erfahrung der Teilnehmer ist von größter Wichtigkeit.

Es wird empfohlen, eine Vor-, Zwischen- und Nachbewertung vorzunehmen, um den Ausgangspunkt, die Reise und das endgültige Ziel zu bestimmen. Die gleichen Fragen werden an kritischen Punkten des Prozesses gestellt, eine Selbsteinschätzung aus der Perspektive des Teilnehmers. Es wird empfohlen, die Fortschritte mit dem leitenden Moderator zu teilen, um festzustellen, welche Maßnahmen oder Unterstützung der Moderator benötigt, um die Teilnehmer bei der Erreichung ihrer Ziele zu unterstützen.

Es wird empfohlen, eine Gruppenvereinbarung auszuarbeiten, in der gemeinsame Grundregeln wie Vertraulichkeit, Respekt und Angemessenheit von Herausforderungen festgelegt werden. Dies verschafft der Gruppe Klarheit und schafft einen gemeinsamen sicheren Raum.

Eine Möglichkeit, die Effektivität der Schulung zu ermitteln, ist die Überwachung der Teilnehmerzahl. Dies gibt Aufschluss über die Bereitschaft zur Teilnahme an der Schulung, aber auch über die Verbleibquote, um sicherzustellen, dass die Schulung attraktiv und ansprechend ist und den Wünschen der Teilnehmer entspricht.



Es wird empfohlen, die Inhalte der Sitzungen regelmäßig zu evaluieren, um zu verstehen, was bei den Teilnehmern gut ankommt, aber vor allem, um Bereiche mit Entwicklungsbedarf zu ermitteln.

Dies wird sich auch auf die Art und Weise auswirken, wie andere Sitzungen durchgeführt werden, und wird bei der Vorbereitung, den Lernstilen und den Methoden der Einbindung berücksichtigt. Es wird empfohlen, am Ende jeder Sitzung eine Diskussion, Reflexion und einen kollegialen Austausch zu ermöglichen, um jede Sitzung zu bewerten und die nächste Sitzung vorzubereiten.

Wirkung und Nachhaltigkeit sollten im Mittelpunkt der von uns durchgeführten Schulungen stehen, indem wir Erfahrungsberichte, Fallstudien und Empfehlungen sammeln, um die Wirksamkeit der Schulungen und die Auswirkungen, die sie auf Einzelpersonen, Gemeinschaften, Organisationen und Interessengruppen haben können, darzustellen.



Aufmerksamkeit erregen und die Teilnehmer beschäftigen

Der Next Door-Kurs zum Kapazitätsaufbau ist ein Trainingskurs, der darauf abzielt, die Kompetenzen vor allem von Sozialarbeitern, Fachleuten oder Freiwilligen zu verbessern, um dem Bedürfnis nach mehr Kompetenz in der Arbeit mit älteren Menschen nachzukommen. Es wird daher davon ausgegangen, dass die Teilnehmer an dieser Art von Schulung bereits über Erfahrungen verfügen, die unbedingt erweitert werden müssen.

Der Hintergrund des Teilnehmers stellt daher einen Mehrwert für die Schulung dar und muss Teil des Lernweges werden. Um ein hohes Maß an Aufmerksamkeit aufrechtzuerhalten, muss der Ausbilder nicht nur die vorgeschlagenen Themen beherrschen, sondern auch wissen, wie er die Erfahrungen der Teilnehmer anreichern kann, indem er während der Ausbildungssitzungen verschiedene Gelegenheiten nutzt, um ihnen das Wort zu erteilen, eine Bestätigung für das Vorgetragene zu erhalten und es mit ihren Überlegungen und ihrem Fachwissen zu bereichern.

Die Anregung der Teilnehmer kann in der Tat durch Brainstorming-Vorschläge und kleine praktische Einzel- oder Gruppenaktivitäten erreicht werden, die die Reflexion über frühere Erfahrungen und die behandelten Begriffe sowie den Austausch zwischen den Teilnehmern fördern.



Interaktion zwischen verschiedenen Teilnehmerprofilen

Reale Praktiken und gemeinsame Geschichten verleihen dem, was im Unterricht behandelt wird, Authentizität und Konkretheit.

Diese Aspekte schaffen eine emotionale Beziehung zu dem, was im Unterricht vermittelt wird, und fördern eine stärkere Fokussierung und Herauskrystallisierung der behandelten Themen.

Es ist auch wichtig, eine Sprache zu verwenden, die den Teilnehmern vertraut und verständlich ist, da sonst eine Distanz zwischen dem Trainer und den Lernenden entsteht und es schwierig ist, ihre Aufmerksamkeit zu halten. Nicht zu vernachlässigen sind auch die Pausen, die den Teilnehmern die Möglichkeit geben, sich zu erholen.

Diese Art von Ansätzen ermöglicht es, eine weniger formale Schulung anzubieten, die dem Trainer das Gefühl gibt, auf seinem Niveau zu sein, und das Engagement durch ein Gefühl des kollegialen Lernens fördert..

- **Eisbrecher und teambildende Aktivitäten:** Beginnen Sie die Sensibilisierungsaktivitäten mit Eisbrechern und teambildenden Übungen, um eine angenehme und integrative Umgebung zu schaffen. Diese Aktivitäten können den Teilnehmern helfen, sich gegenseitig kennenzulernen, Vertrauen aufzubauen und ein Gefühl der Kameradschaft zu fördern. Ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Hintergründe, Erfahrungen und Wünsche in Bezug auf das Engagement in der Gemeinschaft und die Unterstützung älterer Menschen mitzuteilen.
- **Reflexion und Bewertung:** Bieten Sie den Teilnehmern die Möglichkeit, über ihr Lernen und ihre Erfahrungen während der Sensibilisierungsmaßnahmen zu reflektieren. Führen Sie regelmäßige Evaluierungen durch, um Feedback von den Teilnehmern zu erhalten und Verbesserungsmöglichkeiten zu ermitteln. Ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Erkenntnisse und Vorschläge zur Verbesserung des Engagements in der Gemeinschaft und der Unterstützung für ältere Menschen mitzuteilen. Dieser Reflexionsprozess fördert kontinuierliches Lernen und die Verfeinerung von Strategien.



- Vielfalt und Inklusion feiern: Betonen Sie den Wert von Vielfalt und Integration während der gesamten Sensibilisierungsaktivitäten. Schaffen Sie ein Umfeld, das die unterschiedlichen Hintergründe, Profile und Perspektiven der Teilnehmer respektiert und würdigt. Ermutigen Sie die Teilnehmer, die Vielfalt als eine Quelle der Stärke und Innovation für das Engagement in der Gemeinschaft und die Unterstützung älterer Menschen zu begreifen.
-
- Blended Sessions waren die beste Lösung, um Fachleute aus dem Bereich der Seniorenbetreuung in ländlichen Gebieten einzubeziehen. So hatten sie die Möglichkeit, in ihrem eigenen Tempo und ohne zeitliche Einschränkungen zu lernen. Außerdem sind die Fachkräfte in ländlichen Gebieten in einem großen Gebiet und in einer großen Anzahl von Gemeinden tätig, so dass es sehr schwierig ist, an persönlichen Schulungen teilzunehmen.



Durch die Umsetzung dieser Tipps können Teilnehmer mit unterschiedlichen Hintergründen und Profilen besser interagieren, voneinander lernen und gemeinsam dazu beitragen, das Engagement in der Gemeinschaft und die Unterstützung für ältere Menschen in einem nachbarschaftlichen Kontext zu verbessern.



IV- WIE KANN DAS TRAINING MIT DEN AKTIVITÄTEN ZUR SENSIBILISIERUNG VERKNÜPFT WERDEN?

Durch die Verknüpfung von Maßnahmen zum Kapazitätsaufbau und zur Bewusstseinsbildung werden Fachkräfte und Gemeindemitglieder mit dem notwendigen Wissen, den Fähigkeiten und der Motivation ausgestattet, um sich aktiv an der Unterstützung älterer Menschen zu beteiligen. Dieser integrierte Ansatz fördert die Zusammenarbeit, die Befähigung und das kontinuierliche Lernen, was zu einem stärkeren Engagement der Gemeinschaft und einer effektiveren Unterstützung der älteren Bevölkerung führt:

1. Entwicklung von Wissen und Fertigkeiten:

Workshops zum Kapazitätsaufbau vermitteln Fachleuten die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten, um sich effektiv in der Gemeinschaft zu engagieren und ältere Menschen zu unterstützen.

Durch die Erweiterung ihres Fachwissens in Bereichen wie altersfreundliche Umgebungen, Engagement in der Gemeinschaft und integrierte Nachbarschaftsansätze sind die Fachleute besser gerüstet, um auf die spezifischen Bedürfnisse und Herausforderungen der älteren Bevölkerung einzugehen.

Dieses Wissen ermöglicht es ihnen, innovative und gezielte Strategien zur Förderung des Engagements und der Unterstützung in der Gemeinschaft zu entwickeln.

2. Kollaboration und Partnerschaften:

Das Kapazitätsaufbauprogramm fördert die Zusammenarbeit und Partnerschaften zwischen Fachleuten, die im Bereich der kommunalen Unterstützung, der Sozial- und Gesundheitsdienste und der Gemeinden tätig sind.

In den Workshops kommen Fachleute aus verschiedenen Bereichen und Organisationen zusammen, um zu lernen und Ideen auszutauschen. Diese Zusammenarbeit fördert einen ganzheitlichen Ansatz für das Engagement und die Unterstützung der Gemeinschaft, da die Fachleute das Fachwissen, die Ressourcen und die Netzwerke der jeweils anderen nutzen können.

Indem sie zusammenarbeiten, können sie umfassende Initiativen entwickeln, die auf die vielfältigen Bedürfnisse älterer Menschen eingehen und das Engagement in der Gemeinschaft fördern.



3. Gemeinschaften stärken:

Sensibilisierungsmaßnahmen spielen eine entscheidende Rolle, wenn es darum geht, Gemeinschaften zu befähigen, sich aktiv für die Unterstützung älterer Menschen einzusetzen.

Diese Aktivitäten, die im öffentlichen Raum und mit partizipativen und kreativen Methoden durchgeführt werden, zielen darauf ab, ein Gefühl des Engagements und der Hilfsbereitschaft in der breiten Öffentlichkeit und bei den älteren Bürgern selbst zu wecken.

Durch die Sensibilisierung für die Problematik des Alterns und die Bedeutung der Unterstützung durch die Gemeinschaft ermutigen diese Aktivitäten die Gemeindemitglieder, aktiv zu werden und sich für ihre älteren Nachbarn einzusetzen.

Dieses Gefühl der Befähigung und des Engagements führt zu einer stärkeren Bindung an die Gemeinschaft und zu einem kollektiven Engagement für die Unterstützung älterer Menschen.

4. Integration von Fachleuten und der Gemeinschaft:

Die Workshops zum Aufbau von Kapazitäten und die Sensibilisierungsmaßnahmen sind so konzipiert, dass sie miteinander verknüpft sind und sich gegenseitig verstärken.

Die in den Workshops geschulten Fachkräfte werden aktiv in die Planung und Durchführung der Sensibilisierungsmaßnahmen einbezogen.

Diese Integration stellt sicher, dass die Fachkräfte ein Gefühl der Eigenverantwortung und eine direkte Beteiligung an den Initiativen zur Einbindung der Gemeinschaft haben.

Sie werden zu Befürwortern der Aktivitäten und dienen den Gemeindemitgliedern als Vorbilder, was das Engagement in der Gemeinde und die Unterstützung für ältere Menschen weiter fördert.

Die Einbindung von Fachleuten erhöht auch die Glaubwürdigkeit und Nachhaltigkeit der Initiativen, da sie das Programm auch nach der anfänglichen Umsetzung weiter vorantreiben können.

5. Kontinuierliches Lernen und Anpassung:

Sowohl beim Kapazitätsaufbau als auch bei den Sensibilisierungsmaßnahmen wird die Bedeutung des kontinuierlichen Lernens und der Anpassung betont. In den Workshops zum Kapazitätsaufbau werden den Fachleuten Online-Ressourcen und spielerische Lernaktivitäten zur Verfügung gestellt, mit denen sie ihr Wissen und ihre Fähigkeiten kontinuierlich erweitern können.

Dieses kontinuierliche Lernen ermöglicht es den Fachleuten, ihre Ansätze an die sich entwickelnden Bedürfnisse und Herausforderungen in ihren Gemeinschaften anzupassen. Ebenso können die Sensibilisierungsmaßnahmen auf der Grundlage des Feedbacks der Gemeinschaft und der beteiligten Fachkräfte kontinuierlich verbessert und angepasst werden. Dieser iterative Prozess stellt sicher, dass die Initiativen bei der Förderung des gesellschaftlichen Engagements und der Unterstützung älterer Menschen relevant und wirksam bleiben.



BIBLIOGRAPHIE

- BBoamah, S. A., Weldrick, R., Lee, T. S. J., & Taylor, N. (2021). Social isolation among older adults in long-term care: A scoping review. *Journal of Aging and Health*, 33(7-8), 618-632. Available from: https://www.researchgate.net/publication/350440390_Social_Isolation_Among_Older_Adults_in_LongTerm_Care_A_Scoping_Review/fulltext/60f07a4dfb568a7098b1de73/Social-Isolation-Among-Older-Adults-in-Long-Term-Care-A-Scoping-Review.pdf
- Davis, S. M. (2011). "How do they engage a community in a randomized clinical trial or a drug trial?", In: McCloskey, D.J. (Chair). *Principles of Community Engagement*. NIH Publication No. 11-7782. Available from: https://www.atsdr.cdc.gov/communityengagement/pdf/PCE_Report_508_FINAL.pdf
- Eurostat (2019). *Ageing Europe 2019 Edition - Looking At The Lives Of Older People In The EU*. Publications Office of the European Union.
- Levasseur, M., G n reux, M., Bruneau, JF. et al. importance of proximity to resources, social support, transportation and neighbourhood security for mobility and social participation in older adults: results from a scoping study. *BMC Public Health* 15, 503 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1824-0>
- Marius, M. (2021) 5 Reasons why digital literacy must include senior citizens. [Online]. Available at: <https://www.ict-pulse.com/2021/07/5-reasons-why-digital-literacy-must-include-senior-citizens/>
- Martínez-Alcalá, C. et al. (2018) Digital inclusion in older adults: A comparison between face-to-face and blended digital literacy workshops. [Online]. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fict.2018.00021/full>
- Peel, N., Bartlett, H., & McClure, R. (2004). Healthy ageing: how is it defined and measured?. *Australasian Journal on Ageing*, 23(3), 115-119.
- Wong, P. H., Kourtit, K., & Nijkamp, P. (2021). The ideal neighbourhoods of Successful Ageing: A machine learning approach. *Health & Place*, 72, 102704.
- World Health Organization (WHO) (2002). *Active ageing : a policy framework*. World Health Organization. Available on: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>
- World Health Organization (WHO) (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization. Available on: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/186463>



ANHANG

Weitere Informationen über den Leitfaden für
Sensibilisierungsmaßnahmen finden Sie in folgendem Dokument





Next Door Leitfaden für Aktivitäten zur

Förderung der
Nachbarschaftsbeteiligung zum
Schutz und zur Pflege älterer
Mitmenschen

Project Number: 2020-1-FR01-KA204-080560

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

NEXT DOOR zielt darauf ab, das Sozialkapital in den Stadtvierteln zu fördern, den Schutz älterer Bürger zu unterstützen und das Selbstwertgefühl und die Lebensqualität zu verbessern. Es stützt sich auf die Entwicklung der Fähigkeiten von Fachleuten, die auf lokaler Ebene für die Gemeinschaft arbeiten, die Verbesserung der technischen und sozialen Kompetenzen, um eine bessere Arbeitsleistung und ihren Beitrag zu einer zusammenhängenden Region zu unterstützen, indem Gemeinschaftsorganisationen und Ausbildungsanbieter zusammengebracht werden.

Inhaltsübersicht

Inhaltsverzeichnis

Elf Aktivitäten werden in diesem Leitfaden in Form von Vorlagen vorgestellt, einschließlich Ziel(en), Beschreibung, Dauer und Benötigte Materialien.....	5
Im Anhang befindet sich eine Vorlage für ein Teilnahmeformular. Für jede Veranstaltung sollte ein Teilnahmeformular für eine Sensibilisierungsaktivität ausgefüllt werden.	5
Aktivität 1: Generationenübergreifende Musikveranstaltung.....	7
Aktivität 2: Backwettbewerb und Rezeptbörse.....	8
Aktivität 3: Besuch eines generationsübergreifenden Naturschauplatzes	9
Aktivität 4: Kunsttherapie-Handwerk.....	10
Aktivität 5: Traditioneller Tanzkurs	12
Aktivität 6: Vortrag zur lokalen Geschichte.....	14
Aktivität 7: Gemeinschaftliche Wandmalereien	15
Aktivität 8: Fotoporträts und Ausstellung	16
Aktivität 9: Gemüsegarten vor der Haustür	17
Aktivität 10: Spaziergang durch die Nachbarschaft	19
Aktivität 11: Fotovorstellung Aktivität	20
Aktivität 12: Plenum der lokalen Führungskräfte	21
Aktivität 13: Ehrenamtliche Tätigkeit.....	22
Aktivität 14: Nachbarschaftsolympiade	23
Aktivität 15: Treffen und Begrüßung von Haustieren	24
Anhang 1: Formular für die Teilnahme an einer Sensibilisierungsmaßnahme	34

Einleitung

Die Sensibilisierungsmaßnahmen richten sich an die breite Öffentlichkeit, d. h. an Bürger, die Nachbarn älterer Menschen sind, und an die älteren Menschen selbst, und zielen darauf ab, Maßnahmen zu fördern und das Engagement in der lokalen Gemeinschaft zu stärken. Die Sensibilisierungsmaßnahmen werden die Bürgerinnen und Bürger einbeziehen, indem sie das Wissen über die Probleme älterer Menschen erweitern und die Aufmerksamkeit darauf lenken, wo Unterstützung benötigt wird. Um die Nachhaltigkeit des **Next Door** Projekts zu gewährleisten, ist es jedoch wichtig und wertvoll, lokale Fachleute in die Sensibilisierungsaktivitäten einzubeziehen.

In der heutigen, sich schnell verändernden Welt hat das Problem der Isolation älterer Menschen und die Notwendigkeit eines besseren Engagements und einer besseren Unterstützung durch die Gemeinschaft große Aufmerksamkeit erlangt. In Anbetracht der Bedeutung von Sensibilisierungsmaßnahmen wurde ein Programm mit Sensibilisierungsaktivitäten entwickelt, das auf der Grundlage des **NEXT DOOR**-Konzepts innovative Aspekte in die Gemeinschaft einbringt.

Die Sensibilisierungsaktivitäten und der Kapazitätsaufbau des **Next Door**-Projekts verfolgen einen proaktiven Ansatz, indem sie das Engagement der Gemeinschaft für ältere Menschen durch kreative und partizipatorische Aktivitäten erhöhen, die das Gefühl der Offenheit und die Bereitschaft der Bürger, ihren Nachbarn zu helfen, fördern. Darüber hinaus wird ein Programm zur Wissensentwicklung für Fachleute angeboten, das ihre Fähigkeiten und ihr Fachwissen in der Gemeinwesenarbeit verbessert. Durch einen Bewusstseinswandel und die Förderung einer proaktiveren Haltung bei Bürgern und Fachleuten trägt dieses Programm zum allgemeinen Wohlbefinden und zur Unterstützung älterer Bürger bei.

Die in dem Programm vorgestellte Methodik ist so konzipiert, dass sie an unterschiedliche Kontexte angepasst und auf die spezifischen Bedürfnisse jedes Landes oder jeder Gemeinschaft zugeschnitten werden kann. Soziale Ausgrenzung als gemeinsamer sozialer Faktor manifestiert sich in ganz Europa auf ähnliche Weise, was die Replizierbarkeit dieses Programms zu einer überschaubaren Aufgabe macht. Die Instrumente und Maßnahmen sind universell strukturiert, was ihre Relevanz für verschiedene Gemeinschaften gewährleistet.

Durch die Einführung neuer Erkenntnisse und die Auffrischung des Wissens über Interventionen auf Gemeindeebene zielt dieses Programm darauf ab, die Einstellung der Gemeindemitarbeiter von einer passiven zu einer proaktiven Haltung zu verändern und die Organisationen zu ermutigen, präventive Interventionen anstelle von reaktionären zu übernehmen. Die Fachkräfte werden aktiv als Partner in die Umsetzung von Sensibilisierungsmaßnahmen einbezogen, wodurch ihr Gefühl der Eigenverantwortung und ihr Engagement für die Weiterentwicklung des Modells gestärkt werden.

Die erwartete Wirkung dieses Programms erstreckt sich auch auf die breite Öffentlichkeit, da es ihr Wissen über die Herausforderungen des Alterns und die Bedeutung der Unterstützung älterer Bürger verbessert. Durch Sensibilisierungsmaßnahmen und Initiativen zum Engagement in der Gemeinschaft will dieses Programm ein integrativeres und solidarischeres Umfeld für ältere Erwachsene schaffen.

NEXT DOOR widmet sich der Förderung des Sozialkapitals in den Stadtvierteln mit dem Ziel, ältere Bürger zu schützen und ihr Selbstwertgefühl und ihre Lebensqualität zu verbessern. Im Mittelpunkt

dieser Initiative steht die Qualifizierung von Fachkräften auf lokaler Ebene, um ihre technischen und sozialen Kompetenzen zu verbessern. Dieser Leitfaden umfasst verschiedene Aktivitäten, die darauf abzielen, diese Ziele zu erreichen und die Interaktion und das Engagement der Generationen zu fördern.

Einleitung:

Die Sensibilisierungsmaßnahmen sollen Bürger und Fachleute in der Gemeinschaft einbinden und ein integrativeres und unterstützendes Umfeld für ältere Erwachsene schaffen. Das Programm zielt darauf ab, das Wissen zu verbessern, Einstellungen zu ändern und proaktives Engagement in der Gemeinschaft zu fördern.

Struktur des Leitfadens:

Der Leitfaden enthält eine Reihe von Aktivitäten, die jeweils einen bestimmten Schwerpunkt und ein bestimmtes Ziel haben. Diese Aktivitäten sind interaktiv und partizipativ und sollen das Engagement zwischen den Generationen fördern. Der Leitfaden enthält auch ein Teilnahmeformular für jede Aktivität.

Aktivitäten:

Die Aktivitäten in diesem Leitfaden sind vielfältig und fördern verschiedene Formen der Interaktion und des Wissensaustauschs zwischen den Generationen. Von generationsübergreifenden Musikveranstaltungen und Backwettbewerben bis hin zu Besichtigungen von Naturschauplätzen und kunsttherapeutischen Bastelarbeiten - jede Aktivität zielt darauf ab, das Miteinander und das Lernen zu fördern. Der Leitfaden legt den Schwerpunkt auf Zusammenarbeit, körperliche Betätigung und Wertschätzung der Gemeinschaft.

Aktivitätsthemen:

1. Generationsübergreifende-Musikveranstaltung: Erleichtert generationenübergreifende Interaktionen durch ein kleines Konzert, ein "Blindtest"-Spiel und einen informellen Austausch.
2. Backwettbewerb und Austausch von Rezepten: Fördert den Austausch zwischen den Generationen durch die Veranstaltung eines Backwettbewerbs und die Weitergabe von Backwissen.
3. Besuch eines natürlichen Mehrgenerationen-Standorts: Bietet die Möglichkeit, sich weiterzubilden und generationsübergreifende Kontakte zu knüpfen, indem ein örtlicher Naturpark besucht wird.
4. Kunsttherapie-Handwerk: Bietet ein kreatives Ventil und generationenübergreifende Interaktion durch kunsttherapeutische Projekte.
5. Traditioneller Tanzkurs: Fördert die körperliche Aktivität und die Wertschätzung der lokalen Gemeinschaft durch die Vermittlung traditioneller Tanzstile.

6. Vorlesung zur lokalen Geschichte: Fördert die Bildung und das Verständnis für die lokale Geschichte durch Vorträge und Diskussionen.

7. Gemeinschaftliche Wandmalereien: Bezieht die Gemeinschaft in die Gestaltung von Wandbildern ein, die das Viertel repräsentieren und schmücken.

8. Fotoporträts und Ausstellung: Würdigt die lokale Gemeinschaft durch das Angebot von Fotoporträts und die Organisation von Ausstellungen. 9. Kitchen Garden at Your Door: Promotes intergenerational cooperation and education on healthy living by developing an urban garden.

10. Spaziergang durch die Nachbarschaft: Fördert die körperliche Aktivität und das Verständnis für die lokale Gemeinschaft durch geführte Wanderungen.

11. Photovoice-Aktivität: Bau eines Wandgemäldes, das Bilder aus dem Leben in der Gemeinde zeigt und das Erzählen von Geschichten fördert.

12. Gemüsegarten vor der Haustür: Ziel ist es, einen kleinen städtischen Garten anzulegen und dabei verfügbares städtisches Land zu nutzen.

13. Fotoporträts und Ausstellung: Ziel ist es, die Vielfalt und Lebendigkeit der Bewohner des Viertels zu würdigen.

14. Gemeinschaftliche Wandmalereien: Ziel ist es, Alters- und Hintergrundschranken zu überwinden, indem verschiedene Gemeindemitglieder in die Gestaltung eines Wandgemäldes einbezogen werden, das in der gesamten Nachbarschaft Anklang findet.

15. Photovoice Aktivität Mural "This is Us": Eine Initiative, die das Wesen des Gemeinschaftslebens durch die Linse seiner Mitglieder feiert.

Jede Aktivität soll ein dynamisches und ansprechendes Umfeld sowohl für ältere Bürger als auch für jüngere Generationen schaffen. Indem sie Menschen unterschiedlichen Alters zusammenbringen, sollen diese Aktivitäten zum sozialen Zusammenhalt, zum gemeinsamen Lernen und zu einem Gefühl der Einheit innerhalb der Gemeinschaft beitragen.

Struktur des Leitfadens

Elf Aktivitäten werden in diesem Leitfaden in Form von Vorlagen vorgestellt, einschließlich Ziel(en), Beschreibung, Dauer und Benötigte Materialien.

Im Anhang befindet sich eine Vorlage für ein Teilnahmeformular. Für jede Veranstaltung sollte ein Teilnahmeformular für eine Sensibilisierungsaktivität ausgefüllt werden.

Aktivitäten

Diese Awareness-Aktivitäten sollten aktiv, partizipativ, kreativ, nicht-formal und FUN sein!



Erlaubnis der Behörden

Kontaktierte lokale Behörde :

Datum :

Erlaubnis(en) eingeholt? J/N

Besondere Anmerkungen:

Vergewissern Sie sich, dass Sie für jede Aktivität die erforderlichen Berechtigungen haben. Folgende Tabelle ist für Ihre eigenen Unterlagen bestimmt.

Außerdem sollte an jeder Aktivität ein lokaler Fachmann beteiligt sein, um die Nachhaltigkeit des Projekts zu gewährleisten und die Nutzung der digitalen Plattform zu steigern. Die folgende Tabelle ist für Ihre eigenen Unterlagen bestimmt.

Örtliche Fachleute involviert

Name der Kontaktperson:

Kontaktinformationen:

Kurze Beschreibung der Organisation:

Anzahl der bestätigten Teilnehmer aus der Organisation:

Aktivität 1: Generationenübergreifende Musikveranstaltung

Aktivität	
Generationenübergreifende Musikveranstaltung	
Ziel(e)	
Diese Aktivität soll die Interaktion zwischen den Generationen erleichtern.	
Beschreibung	
<p>Organisation eines kleinen Konzerts in Zusammenarbeit mit einer örtlichen Musikschule. Die Veranstaltung würde in 3 Teile gegliedert sein:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30-minütiges Konzert - Kleine "Blindprobe" (Spiel wird weiter unten erklärt) - ein informeller Austausch mit Speisen und Getränken, einschließlich eines optionalen Spiels "Finde dein Instrument und erfahre mehr über den Spieler". <p>In diesem Teil ziehen die Teilnehmer eine Karte aus einer großen Schale, wenn sie ankommen. Auf dieser Karte sehen sie ein bestimmtes Instrument, das jemand spielt. Am Ende des Blindtests besteht die Aufgabe darin, 5 Informationen über den Spieler herauszufinden (z. B. wie lange er dieses Instrument schon spielt, welche Musik er am liebsten spielt usw.).</p>	
Zielgruppe(n)	Voraussichtliche Zahl der erreichten Personen
<ul style="list-style-type: none"> ● Ältere Menschen und ihre Familien ● Musizierende Jugendliche und ihre Familien ● Nachbarn 	30
Dauer 2 Stunden	Standort Außerhalb/ Kann in den Außenanlagen eines Pflegeheims organisiert werden
Benötigte Materialien	
<p>Kontaktperson an einer örtlichen Musikschule, die bereit ist, sich zu engagieren + Instrumente, Musik Quizkarten für das "Blindtest"-Spiel und Stifte für alle TeilnehmerInnen. Optional: Kleine Preise für die Gewinner. Schachtel mit Karten (jeweils mit einem anderen Instrument) für das zweite Spiel. Essen und Getränke, Utensilien, Teller und Servietten.</p>	
Andere Überlegungen	
<p>Gibt es barrierefreie Toiletten in der Nähe? Ist ein Sonnenschutz vorhanden?</p>	
Ideen für die Verbreitung / Werbung	
<ul style="list-style-type: none"> ● Förderung durch: die Musikschule, die Jugendlichen, ihre Familien, das Pflegeheim (wenn es dort organisiert wird), die Stadtverwaltung (wenn es möglich ist, sie einzubeziehen) ● Verwendung von Flyern und Plakaten 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend)	
Wenn eine Zusammenarbeit mit der Musikschule vorgesehen ist, könnte sich das Programm auf Musik aus einem bestimmten Jahrzehnt oder ein Thema konzentrieren.	



Das Spiel wäre ein "Blindtest" im Rahmen des Konzerts, bei dem die Teilnehmer so schnell wie möglich die gespielte Musik erraten müssen.

Das zweite Spiel besteht darin, einen Spieler des Instruments zu finden, den die Teilnehmer vor Beginn des Konzerts ziehen werden.

Aktivität 2: Backwettbewerb und Rezeptbörse

Aktivität

Backwettbewerb und Rezeptbörse

Ziel(e)

Erleichterung des Austauschs zwischen den Generationen.

Wissen weitergeben und jüngere Generationen Erfahrungen im Backen sammeln lassen.

Beschreibung

Bei dieser Aktivität gibt es verschiedene Arten von Teilnehmern: Juroren, Teilnehmer am Backwettbewerb und Zuschauer. In der Veranstaltungsankündigung erhalten die Teilnehmer des Backwettbewerbs eine Backvorgabe (z. B. Hefekuchen, Kekse usw.) und bereiten das Gebäck zu Hause zu. Die Teilnehmer bringen ihr Gebäck (und das Rezept) mit und "registrieren" den Beitrag beim Koordinator der Aktivität. In der ersten Stunde werden alle Wettbewerbsbeiträge am Bewertungstisch ausgestellt. Alle Teilnehmer und Bäcker erhalten einen Stimmzettel, mit dem sie anhand der Präsentation (des Aussehens) des Gebäcks einen Gewinner wählen können. Anschließend probieren 2 bis 5 Jurymitglieder jedes Gebäckstück und beraten sich untereinander, um einen Gesamtsieger zu ermitteln. Nach Abschluss der Bewertung konnten alle Teilnehmer die Kuchen probieren. In der letzten halben Stunde wurden die beiden Gewinner bekannt gegeben und erhielten einen kleinen Preis.

Für jedes Gebäck gab es einen Stapel Rezeptkarten, so dass die Teilnehmer versuchen konnten, das Gebäck zu Hause nachzubacken. Entweder können die mitgebrachten Rezepte während des Wettbewerbs kopiert werden, oder die Teilnehmer können das Rezept mit ihrem Handy fotografieren, oder die Teilnehmer können das Rezept von Hand auf leere Rezeptkarten kopieren. Es besteht auch die Möglichkeit, dass die Wettbewerbsteilnehmer ihr Gebäck zusammen mit einer Geschichte darüber präsentieren, warum sie es ausgewählt haben, woher das Rezept stammt und welche Erinnerungen sie mit dem Gebäck verbinden.

Zielgruppe(n)

- Ältere Menschen und ihre Familien
- Örtliche Kochschüler; Berufs- und Hobbybäcker

Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen:

20-30

Dauer:

2-3 Stunden

Standort:

Schulsporthalle
Rathaus (oder stadteigene Infrastrukturen)

Benötigte Materialien

Auslagetisch für Backwaren, Mittel zum Kopieren von Rezeptkarten
Preise (z. B. Urkunden) für die Gewinner
Jury zur Verkostung und Auswahl des Gewinnerprodukts
Stimmzettel und eine Wahlurne für die Wahl des Gewinners



<p>Getränke, Besteck, Teller und Servietten</p> <p>Überlegungen</p> <p>Ist der Ort für Rollstuhlfahrer zugänglich? Gibt es in der Nähe eine Toilette oder eine Möglichkeit zum Händewaschen?</p>
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aushang von Flyern in örtlichen Bäckereien, Gemeindezentren, Schulen • Beiträge in sozialen Medien • Zeitungsartikel <p>könnte über die Veranstaltung berichten / lokale Presse wie Fernsehen und Radio</p>
<p>Gamification-Optionen (falls zutreffend)</p> <p>K.A.</p>

Aktivität 3: Besuch eines generationsübergreifenden Naturschauplatzes

<p>Aktivität</p> <p>Multigenerationen-Besuch in der Natur</p>	
<p>Ziel(e)</p> <p>Weiterbildung, Umweltschutz, generationenübergreifende Begegnung in der Natur.</p>	
<p>Beschreibung</p> <p>Organisation eines Besuchs in einem Naturpark in Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung. Während der Veranstaltung können verschiedene Aktivitäten durchgeführt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erklärung der Geschichte des Naturraums; - Beobachtung der Pflanzen- und Tierwelt; - Bedeutung der Erhaltung der Umwelt und die Verbindung der Gemeinde mit ihr. <p>Um die Interaktion zwischen den Generationen zu erleichtern, würden einige ältere Menschen der Gruppe erklären, wie sich der Naturraum verändert hat und wie er war, als sie jung waren, d. h. Traditionen, Pflanzenarten, Nutzung usw..</p>	
<p>Zielgruppe(n)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Familien • Jugend • Nachbarn 	<p>Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen:</p> <p>30 – 50</p>
<p>Dauer</p>	<p>Standort</p>



3 Stunden	Draußen / Naturpark
<p>Benötigte Materialien Kontakt mit der Stadtverwaltung, um Folgendes zu gewährleisten: Transport zum Naturraum, Führer zur Erläuterung der Geschichte und Erhaltungsmaßnahmen.</p> <p>Überlegungen Halten Sie einen Erste-Hilfe-Kasten für den Fall einer Verletzung im Naturpark bereit. Was ist bei der Zugänglichkeit zu beachten? Muss jeder sein eigenes Wasser und Essen mitbringen oder wird dies zur Verfügung gestellt?</p>	
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung Gefördert durch:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seniorenverbände, • Aktivitätszentren und Gemeinschaftszentren für Senioren, • Stadtverwaltung, • Übergemeindliche Einrichtungen 	
<p>Gamification-Optionen (falls zutreffend) Erklären Sie den Jugendlichen verschiedene Apps zur Identifizierung verschiedener Vogelarten. Diese könnten sogar während der Veranstaltung genutzt werden und die Jüngeren könnten die App den Senioren vorführen.</p>	

Aktivität 4: Kunsttherapie-Handwerk

<p>Aktivität Kunsttherapie-Handwerk</p>
<p>Ziel(e) Generationenübergreifende Sozialisierung; Wiederentdeckung der taktilen Sinne für ältere Menschen; soziales und kreatives Ventil; Vermittlung eines Gefühls der Integration in die Gesellschaft.</p>
<p>Beschreibung Die Leute kommen an und suchen sich einen Platz an einem Arbeitstisch. Ältere Menschen und Jugendliche werden gemischt sein. Ein Anleiter erklärt das Handwerk und die Helfer verteilen das Material. Alle können gemeinsam und/oder unabhängig voneinander an ihrem Kunstwerk arbeiten. Am Ende wird es eine kleine Ausstellung geben, in der die Werke aller Teilnehmer ausgestellt werden. Diese könnten auch digitalisiert und in den sozialen Medien veröffentlicht werden, um einen länger anhaltenden Einfluss der Aktivität zu erzeugen..</p> <p>Die Projektideen sind:</p>



<ul style="list-style-type: none"> • Die Natur neu entdecken - die Teilnehmer und der Projektleiter bringen Fundstücke aus der Natur mit, die sie für ein Bastelprojekt verwenden (diese Aktivität ist flexibler, aber die Kreationen könnten eine Collage, ein Mobile oder eine Skulptur sein) • Malen von Postkarten oder Karten - die fertigen Karten können dann an liebe Menschen verschickt werden • Ornamente basteln - diese Aktivität eignet sich besonders gut für die Weihnachtszeit, und die fertigen Produkte können als Geschenke verwendet werden. • Die Kinder könnten eine Bastelarbeit für ältere Menschen in Pflegeheimen anfertigen, die keine eigenen Gegenstände herstellen können. 	
Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen und ihre Familien • Familien mit kleinen Kindern • Lokale Kunststudenten und -lehrer / Kunsttherapiepädagogen 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen 20
Dauer 3 Stunden	Standort Schule oder Kunstatelier Bei schönem Wetter im Freien Öffentliche Bibliothek im Aktivitätsraum Pflegeheim / Altenpflegezentrum Gemeindezentrum
<p>Benötigte Materialien Bastelmaterial, je nachdem, welches Projekt gewählt wird. Tische und Stühle. Eine Toilette, um die Reinigung zu erleichtern. Lehrkraft, die das Projekt erklärt, Beispielprojekte, die bereits angefertigt wurden und ausgestellt werden können, Helfer, die das Material verteilen. Ausstellungstisch zur Präsentation der fertigen Arbeiten. Snacks und Getränke sowie Teller und Utensilien.</p>	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Flugblätter und Plakate in örtlichen Schulen, Kunstvereinen und Klassen • Lokale Presse • Soziale Medien 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend) Kunsttherapie-Idee - jüngere Menschen malen "blind" (d. h. mit verbundenen Augen) oder mit ihrer nicht dominanten Hand, um den Verlust des Sehvermögens und der Fingerfertigkeit im Zusammenhang mit dem Altern besser zu verstehen.	



Aktivität 5: Traditioneller Tanzkurs

<p>Aktivität Tanzkurs - Traditionelle regionale Tänze, Salsa, Gesellschaftstänze, usw.</p>
<p>Ziel(e) Wissenstransfer; Kultur- und Traditionsbewusstsein und -förderung; körperliche Aktivität und Bewegung; soziale Kontakte.</p>
<p>Beschreibung In den ersten 30 Minuten führen Amateur- oder Profitänzer (vorzugsweise Senioren) den übrigen Teilnehmern Tänze vor und bringen sie ihnen bei. Die Teilnehmer finden sich in Partnerschaften zusammen, vorzugsweise gemischt zwischen den Generationen, um die neu erlernten Tanzstile eine Stunde lang zu üben. Die Tanzfläche wird für eine 20-minütige Pause geräumt, in der Profi- oder Amateurtänzer ein paar Tänze vorführen. Danach ist wieder offener Tanz angesagt. Während der gesamten Veranstaltung stehen Erfrischungen zur Verfügung und es gibt ausreichend Sitzgelegenheiten für die Teilnehmer, um sich zu entspannen, die Musik zu genießen und die anderen Tänzer zu beobachten.</p> <p>Optional: Es könnte eine weitere Unterrichtsstunde geben, in der junge Leute einen neuen Tik Tok-Tanz vorführen und versuchen, ihn den Senioren beizubringen..</p>



Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Nachbarn, Familien • Schüler und Studenten 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen 20-40
Dauer 2-3 Stunden	Standort <ul style="list-style-type: none"> - - Schulsporthalle - - Öffentlicher Platz - - Gemeindezentrum - - Parkplatz - - Pflegeheim
Benötigte Materialien Musik- und Beschallungsanlage (einschließlich Mikrofon), Beleuchtung, wenn die Veranstaltung bei Dunkelheit stattfindet Erfrischungen - Getränke, Snacks (z. B. Obst und Kekse), Teller, Besteck, Servietten Sitzgelegenheit zum Ausruhen Tanzfläche (Linoleum) Lehrer/Tanzvorführer Überlegungen Gibt es in der Nähe sanitäre Einrichtungen?	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Flugblätter und Poster • Lokale PresseSocial media 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend) Verlosungsoption - jeder erhält ein Los und ein Gewinner wird am Ende der Veranstaltung gezogen und bekannt gegeben. Der Gewinner muss anwesend sein, um den Preis in Empfang zu nehmen, was die Teilnehmer ermutigt, während der gesamten Veranstaltung zu bleiben. Benötigt werden Tombolalose, ein Behälter (um alle Lose vor der Ziehung des Gewinners aufzubewahren) und ein Preis.	



Aktivität 6: Vortrag zur lokalen Geschichte

Aktivität Vortrag zur lokalen Geschichte	
Ziel(e) Weiterbildung; soziale Eingliederung; die Möglichkeit für ältere Menschen, ihre persönliche Geschichte zu erzählen; Aufzeichnung der lokalen Geschichte.	
<p>Beschreibung Ein lokaler Historiker oder Geschichtslehrer würde einen 30-minütigen bis 1-stündigen Vortrag über ein bestimmtes "jüngstes" Ereignis oder eine bestimmte Zeit halten. Vorzugsweise mit lokalen Überschneidungen. Zum Beispiel der Fall der Berliner Mauer und die Wiedervereinigung von West- und Ostdeutschland für eine Veranstaltung in Deutschland.</p> <p>Die Veranstaltung würde auch einen Ausstellungstisch mit historischen Gegenständen und Fotos umfassen, die die Teilnehmer vor und/oder nach dem Vortrag betrachten könnten.</p> <p>Optional: Ältere Teilnehmer könnten relevante Geschichten oder Erfahrungen aus ihrem eigenen Leben zu dem jeweiligen Thema/Ereignis erzählen. Sie können auch Fotos oder Souvenirs mitbringen, die sie auf dem Tisch ausstellen und den Teilnehmern auf einer informellen Gesprächsebene erklären.</p> <p>Optional: Kneipenquiz zum Thema vor Beginn des Vortrags, vorzugsweise mit generationenübergreifenden Teams. Das Quiz wäre kurz, nur ein paar Fragen, und wäre ein guter Weg, um alle TeilnehmerInnen dazu zu bringen, ihr Wissen über das Thema zu bewerten.</p>	
Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Studenten (der Geschichte), Schulkinder • Familien, Nachbarn • Lokale Historiker 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen 30
Dauer 2 Stunden	Standort Klassenzimmer Öffentliche Bibliothek Café Kleines Theater (drinnen oder draußen)



	Lokale historische Stätte, falls relevant
Benötigte Materialien Projektor und Laptop (bei Verwendung von Folien), Mikrofon Quiztafeln (Mini-Whiteboards oder Kreidetafeln) und Märkte/Kreide Tische zum Ausstellen der Erinnerungsstücke oder Schautafeln zur Präsentation der Fotos	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Zeitung - Interview oder Spotlight auf eine bestimmte Geschichte • Soziale Medien, Plakate und Flugblätter in lokalen Schulen, Universitäten und historischen Zentren Überlegungen Ist der Veranstaltungsort zugänglich? Gibt es in den Gängen oder im vorderen Bereich Platz für Rollstühle?	
Gamification-Optionen (falls zutreffend) Ein kurzes historisches Quiz im Stil eines Kneipenquiz mit Teams (vorzugsweise generationenübergreifend) könnte zu Beginn der Veranstaltung stattfinden.	

Aktivität 7: Gemeinschaftliche Wandmalereien

Aktivität Gemeinschaftliche Wandmalereien	
Ziel(e) Gesellschaftliches Engagement; generationenübergreifende Sozialisation.	
Beschreibung Einbindung von Mitgliedern der Gemeinschaft, möglicherweise mit unterschiedlichem Hintergrund und Alter, durch die Gestaltung eines Wandbildes, das das Viertel repräsentiert und schmückt. Das Bild, das auf dem Wandbild dargestellt werden soll, wird in einer Planungssitzung festgelegt, damit es das Viertel wirklich repräsentiert. Das Wandbild soll die verschiedenen Generationen repräsentieren.. Im Anschluss an die Planungssitzung entwirft ein Straßenkünstler eine Schablone, die dann von einem Team von Bewohnern unter der Aufsicht des Künstlers an einer Wand in einem sichtbaren Teil des Viertels reproduziert wird. Das eigentliche Malen des Wandbildes würde eine längere Beschäftigung darstellen. Die Bewohner der örtlichen Pflegeheime könnten eingeladen werden, bei der Wandmalerei zuzusehen, wenn sie nicht an der eigentlichen Malerei teilnehmen können.. (siehe: Non sono un murales. Segni di comunità (conibambini.org))	
Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Allgemeine Öffentlichkeit 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 10 Personen für die Erstellung der Wandbilder



<ul style="list-style-type: none"> • Familien • Junge Menschen • Nachbarschaft 	<ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 100 Besucher
Dauer <ul style="list-style-type: none"> • 1 Tag für die partizipative Planung • 1 Tag für die Erstellung der Wandbilder 	Standort Gemeinschaftsraum
Benötigte Materialien <ul style="list-style-type: none"> • Zu engagierender Straßenkünstler • Materialien (Farbe, Pinsel usw.) sowie ggf. Leitern • Erlaubnis der Stadtverwaltung zum Malen und zur Nutzung der Wand, wenn es sich um einen öffentlichen Raum handelt 	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Lokale Medien (Zeitung, Radio....) • Plakate und Flugblätter • Von Tür zu Tür 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend)	

Aktivität 8: Fotoporträts und Ausstellung

Aktivität Fotoporträts und Ausstellung	
Ziel(e) Feiern Sie die lokale Gemeinschaft; Anerkennung und Unterstützung für alle Generationen.	
Beschreibung <p>1 - Ein Fotograf wird engagiert, um den Bewohnern des Viertels die Möglichkeit zu geben, sich fotografieren zu lassen. Der Fotograf könnte entweder durch das Viertel reisen und an verschiedenen Orten Porträts machen, oder es könnte einen festen Ort geben, zu dem die Anwohner kommen, um ihr Porträt machen zu lassen. Jedem Porträt könnte eine kurze Beschreibung beigefügt werden.</p> <p>2 - Die gedruckten Porträts werden dann in einer Ausstellung in der Nachbarschaft ausgestellt (mit Erlaubnis der Personen), um die Gemeinschaft und ihre Bewohner zu präsentieren. Diese Ausstellung kann an einem Ort oder über die ganze Stadt verteilt in verschiedenen lokalen Restaurants, kulturellen Einrichtungen, Verkehrszentren usw. stattfinden..</p>	
Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Studenten (der Geschichte), Schulkinder • Familien, Nachbarn 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 20 Porträts • Mindestens 50 Besucher der Ausstellung



Dauer <ul style="list-style-type: none"> • 2 Tage für die Fotos • 2 Wochen für die Ausstellung 	Standort Gemeinschaftsräume - zentrale Plätze, Busbahnhöfe und Bahnhöfe, Gemeindezentren, lokale Einkaufszentren usw..
Benötigte Materialien <ul style="list-style-type: none"> • Professioneller oder Amateur-Fotograf mit entsprechender Ausrüstung • Großformatige Abzüge der Fotos (und Rahmen) • Raum(e)/Platz(e) für die Ausstellung • Aufbau der Ausstellung - Materialien zum Aufhängen der Porträts, Sicherung der Porträts gegen Witterungseinflüsse und Vandalismus 	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Lokale Medien (Zeitung, Radio....) • Plakate und Flugblätter • Von Tür zu Tür 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend)	

Aktivität 9: Gemüsegarten vor der Haustür

Aktivität Gemüsegarten vor der Haustür
Ziel(e) Zusammenarbeit zwischen den Generationen; Wissenstransfer; Aufklärung über gesunde Lebensweise und Ernährung; geselliges Beisammensein im Freien.
Beschreibung



Aktivität, um einen kleinen städtischen Garten anzulegen.
Das Grundstück würde von der Gemeinde zur Verfügung gestellt. Bei dem Grundstück könnte es sich entweder um eine Grünfläche wie einen Park handeln, wo der Garten direkt in den Boden gepflanzt wird, oder der Garten könnte in Pflanzkästen in der ganzen Stadt angelegt werden. Kinder und ältere Menschen würden zusammenarbeiten, um Samen zu pflanzen und einen Garten anzulegen. Ältere Teilnehmer mit Kenntnissen und Fähigkeiten im Gartenbau würden den Kindern helfen, ihnen die besten Praktiken für das Anlegen eines neuen Gartens beizubringen. Es wird erwartet, dass sie einen kleinen Gemüsegarten anlegen, dessen Wachstum sie im Laufe der Zeit beobachten können. Die Gemeinschaft wird ermutigt, die Erzeugnisse aus dem Garten (Kräuter, Kohl usw.) als Teil einer Initiative zur Förderung des Engagements der Gemeinschaft und einer gesunden Lebensweise zu verwenden.
Obwohl die anfängliche Aktivität nur einen halben Tag dauert, würden die Teilnahme und die Ergebnisse kontinuierlich sein..

Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Kinder und Eltern 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen 10 – 20
Dauer ½ Tag	Standort Gemeinschaftsfläche - entweder eine lokale Grünfläche oder eine zentrale Fläche, auf der ein Hochbeet angelegt werden könnte
Benötigte Materialien Grundstück / Gartenbeete aus Holz oder Beton Pflanzmaterial - Erde, Dünger, Pflanzen/Saatgut Gartenschlauch oder Gießkannen und Wasserquelle Gartengeräte - Handschuhe, Schaufeln, Handkelle, Spaten, Scheren Überlegungen Es werden Freiwillige benötigt, die dafür sorgen, dass die Gärten kontinuierlich bewässert, gejätet usw. werden..	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Lokale Medien (Zeitung, Radio usw.) • Plakate in Gemeinschaftsräumen • Flugblätter, die von Tür zu Tür verteilt werden 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend)	

Aktivität 10: Spaziergang durch die Nachbarschaft

Aktivität Spaziergang durch die Nachbarschaft	
Ziel(e) Körperliche Aktivität und Bewegung; generationenübergreifende Sozialisation; Wertschätzung der lokalen Gemeinschaft.	
Beschreibung In den Werbematerialien für diese Veranstaltung wird ein zentraler Treffpunkt für die Teilnehmer festgelegt. Ein örtlicher Fremdenführer würde die Teilnehmer zur vereinbarten Zeit abholen und sie durch die Gemeinde führen, wobei er ihnen gegebenenfalls Informationen über die örtliche Architektur, Geschichte und Kultur vermittelt. Der Rundgang würde etwa 1 Stunde dauern, es gäbe aber auch die Möglichkeit, in Cafés oder an anderen Orten zu verweilen..	
Zielgruppe(n) <ul style="list-style-type: none"> ● Ältere Menschen ● Nachbarn ● Studenten 	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen 20
Dauer 1-2 Stunden	Standort Verschiedenes - dies würde die Teilnehmer entweder durch ein Viertel oder durch das Stadtzentrum führen
Benötigte Materialien Örtlicher Reiseführer Optional: Die Teilnehmer können einen Luftballon oder einen lustigen Hut erhalten, um die Aufmerksamkeit auf die Tour zu lenken..	
Überlegungen Die Tour muss möglicherweise häufige Pausen einschließen oder auf flachen, gepflegten Wegen verlaufen, um Personen gerecht zu werden, die nicht in der Lage sind, sich auf unebenem Boden zurechtzufinden oder die Schwierigkeiten haben, längere Zeit zu stehen und zu gehen..	
Ideen für die Verbreitung / Werbung <ul style="list-style-type: none"> ● ● Soziale Medien und lokale Medien ● ● Plakate im öffentlichen Raum 	
Gamification-Optionen (falls zutreffend) Die Teilnehmer könnten gebeten werden, eine bestimmte Farbe oder ein bestimmtes Muster auf ihrer Kleidung oder eine Art Kostüm zu tragen, um die Aufmerksamkeit auf den Rundgang zu lenken und ein Element der Albernheit hinzuzufügen.	



Aktivität 11: Fotovorstellung Aktivität

<p>Aktivität Fotovorstellung Aktivität Fototapete "Das sind wir"</p>	
<p>Beschreibung Bau eines Wandgemäldes als gemeinschaftlicher Raum für die Bürger, auf dem sie Bilder von " dem Leben und den Aktivitäten in der Gemeinde" anbringen können. Die Bürger sind eingeladen, Fotos mit dem Thema "Meine Gemeinde und ich" zu machen. Soziale und kommunale Einrichtungen werden zur Teilnahme eingeladen. Die Bürger haben 3 Wochen Zeit, um die Bilder in das Wandgemälde einzufügen. Im Sozialzentrum wird ein Sozialarbeiter die Ausrüstung/einen Fotoapparat zur Verfügung stellen, und die Senioren werden Fotos nach ihren Wünschen und Vorstellungen machen. Nachdem das Wandbild fertiggestellt ist, findet die Einweihung statt. Wenn das Wandbild fertig ist, findet eine Einweihung statt, bei der einige Bürgerinnen und Bürger die Geschichte hinter dem Foto erzählen und erklären, warum es etwas Besonderes ist.</p>	
<p>Zielgruppe Alle Bürger der Gemeinde</p>	<p>Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen Mindestens 15 Personen einbeziehen</p>
<p>Dauer 3 Wochen mit dem Wandbild aussetzen, um zu bauen</p>	<p>Standort Park, galeria, community center</p>
<p>Benötigte Materialien Herstellung eines Wandgemäldes Kameras zur Bereitstellung von sozialen Zentren</p>	
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung Partnerschaft mit Sozialzentrum und Stadtverwaltung Verteilen von Flyern in Gemeinschaftsräumen (z. B. Bibliothek)</p>	
<p>Gamification-Optionen (falls zutreffend)</p>	



Muss ausgefüllt werden, wenn diese Aktivität ausgewählt wird

Erlaubnis der Behörden
Lokale Behörde kontaktiert: Stadtverwaltung? Sozialzentrum?
Erlaubnis(en) eingeholt?
Besondere Anmerkungen:
Lokale Fachleute beteiligt
Name der Kontaktperson:
Kontaktinformationen:
Kurze Beschreibung der Organisation:
Anzahl der bestätigten Teilnehmer aus der Organisation:

Aktivität 12: Plenum der lokalen Führungskräfte

Tätigkeit	
Plenarsitzung der lokalen Führungspersönlichkeiten	
Ziel(e)	
Engagement der Gemeinschaft; Annäherung an die Nachbarschaft zur Ermittlung von Interessen und Bedürfnissen	
Beschreibung	
<p>Lokale Entscheidungsträger aus verschiedenen Tätigkeitsbereichen (Politik, Gesundheit, Soziales usw.) zu einer gemeinschaftlichen Überlegung einladen, wie die Gemeinschaft zusammengebracht und einbezogen werden kann, und dabei die Stärken und Schwächen in den Stadtvierteln ermitteln. Die Aktivitäten ermöglichen es den lokalen Verantwortlichen auch, sich bewusst zu machen, wie wichtig es ist, zugunsten des Wohlergehens und der Lebensqualität älterer Bürger zu denken und zu handeln. Es ist eine Gelegenheit, Synergien für die Zusammenarbeit und Vernetzung zu schaffen.</p> <p>Es wird empfohlen, den Raum in einem "U" und nicht in einer Reihe (wie in einem Auditorium) anzuordnen, da es sich nicht um einen Vortrag handeln soll, sondern um eine Interaktion und einen Austausch zwischen den Teilnehmern und dem Moderator.</p>	
Zielgruppe(n)	Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen
<ul style="list-style-type: none"> Lokale Führungskräfte aus verschiedenen Sektoren 	<ul style="list-style-type: none"> Mindestens 20 Führungskräfte
Dauer	Standort
<ul style="list-style-type: none"> 2 Stunden 	Gemeinschaftsraum



<p>Benötigte Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zimmer • Stühle • Vielfältiges Material, das zum Nachdenken und zum Austausch anregt (Notizzettel, Papier und Stift, etc.)
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Direkte Einladungen per E-Mail oder Brief • Von Tür zu Tür
<p>Gamification-Option (falls zutreffend)</p>

Aktivität 13: Ehrenamtliche Tätigkeit

<p>Tätigkeit</p> <p>Ehrenamtliche Tätigkeit - Entdecken Sie Ihr Potenzial</p>	
<p>Ziel(e)</p> <p>Gesellschaftliches Engagement; Weiterbildung</p>	
<p>Beschreibung</p> <p>Laden Sie interessierte und verfügbare Personen aus der Gemeinde ein, sich ehrenamtlich zu engagieren. Alle Menschen verfügen über Kenntnisse, Eigenschaften und Hobbys, die sie weitergeben und lehren können. Ziel dieser Aktion ist es, diese Potenziale zu entdecken und sie in mögliche ehrenamtliche Aktivitäten in der Gemeinde zu übertragen.</p> <p>Es soll ein informelles Gespräch zwischen den Moderatoren und den Teilnehmern stattfinden, weshalb es ratsam ist, den Raum in U-Form anzuordnen. Außerdem ist es von Vorteil, Personen einzuladen, die sich bereits freiwillig gemeldet haben, um ihre Aussagen zu machen.</p>	
<p>Zielgruppe(n)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Nachbarn • Studenten 	<p>Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 10 Personen aus der Gemeinschaft
<p>Dauer</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 Stunde 	<p>Standort</p> <p>Gemeinschaftsraum</p>
<p>Benötigte Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zimmer 	



<ul style="list-style-type: none"> • Stühle • Vielfältiges Material, das zum Nachdenken und zum Austausch anregt (Notizzettel, Papier und Stift, etc.)
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Direkte Einladungen per E-Mail oder Brief • Haus zu Haus
<p>Gamification-Option (falls zutreffend)</p>

Aktivität 14: Nachbarschaftsolympiade

<p>Tätigkeit Olympische Spiele in der Nachbarschaft</p>	
<p>Beschreibung Nutzung eines öffentlichen Raums in der Nachbarschaft, um an einem Wochenende mehrere Aktivitäten zu organisieren, an denen jeder, der in der Gegend wohnt, frei teilnehmen kann - um Nachbarn zusammenzubringen und die sozialen Bindungen in der lokalen Gemeinschaft zu stärken. Zu den Aktivitäten gehören Schach, Backgammon, Bridge-Wettbewerbe oder andere Spiele/Brettspiele, an denen die Senioren teilnehmen können, indem sie sich mit jüngeren Einheimischen und anderen Senioren zusammenschließen. Aktivitäten, die in einer digitalen Umgebung stattfinden oder bei denen digitale Fähigkeiten zum Einsatz kommen, werden ebenfalls Teil des Programms sein, um die Teilnahme jüngerer Einheimischer zu erleichtern und um Senioren beim Erlernen des Umgangs mit Technologie und verschiedenen Geräten zu unterstützen und zu ermutigen (PvP-Spiele auf Smartphones, Tablets: könnte auch Schach oder Backgammon sein). Die Passanten können jederzeit die Rangliste für jedes Spiel einsehen, sich für eine Teilnahme entscheiden oder für ihre Favoriten abstimmen bzw. diese unterstützen. Während der Veranstaltung wird ein Schwarzes Brett zur Verfügung stehen, auf dem Einheimische über Dienstleistungen informieren, nach Dienstleistungen fragen, Ankündigungen machen, um Hilfe bitten, Kontakte austauschen usw. können.</p>	
<p>Zielgruppe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Bürger • Allgemeines Publikum • Familien • Lokale Gemeinschaft • Kinder, Teenager 	<p>Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 10-15 • Mindestens 50 Besucher
<p>Dauer 2 Wochenendtage</p>	<p>Standort Gemeinschaftsflächen (Park, Fußgängerzonen, Stadtteilbibliothek, Schulhof, Sportplatz usw.)</p>
<p>Benötigte Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlaubnis der Stadtverwaltung zur Nutzung des Raumes • Freiwillige aus der Gemeinde, die die Teilnehmer unterstützen und bei der Organisation der Veranstaltung helfen 	



- Freiwillige Senioren aus anderen Organisationen, die die anderen Senioren ermutigen und unterstützen
- Digitale Hilfsmittel (Tablet, Telefon) für die Registrierung und Bestenliste, Ladestation für Geräte
- Material: Plakate, Tafel oder Flipchart, Tische, Stühle, Bänke, Spiele, etc.
- Snacks oder Getränke - mitgebracht von den Teilnehmern, den Organisatoren oder in Zusammenarbeit mit Essens- und Getränkewagen
- Preise für die Gewinner des Wettbewerbs - Trophäe, Urkunde, Foto und Druck, Gutscheine

Ideen für die Verbreitung / Werbung

- Soziale Medien
- Lokale Medien (Zeitung, Radio...)
- Plakate und Broschüren
- Haus zu Haus

Gamification-Option (falls zutreffend)

Auch wenn sie nicht aktiv an einem Wettbewerb oder Spiel teilnehmen, können die Zuschauer ihre Lieblingsteilnehmer unterstützen, indem sie über ein Tablet abstimmen oder aufmunternde Nachrichten senden oder sich anmelden, um über weitere Entwicklungen im laufenden Wettbewerb oder über weitere geplante Wettbewerbe in der Nachbarschaft informiert zu werden.

Die Gewinner des Wettbewerbs können eine Trophäe, einen Gutschein, einen Gefallen oder einen Preis erhalten, über den die lokale Gemeinschaft entscheidet.

Aktivität 15: Treffen und Begrüßung von Haustieren

Tätigkeit

Haustiere treffen und begrüßen

Beschreibung

Senioren und andere Einheimische sind eingeladen, die Haustiere der Nachbarschaft kennenzulernen, Kontakte mit Nachbarn und der lokalen Gemeinschaft zu knüpfen - denn Tiere zu berühren und Zeit mit ihnen zu verbringen, kann viel Freude bereiten. Die Senioren können die teilnehmenden Haustiere beobachten, mit ihnen interagieren/spielen (die Haustiere könnten vor der Veranstaltung überprüft oder registriert werden, um die Sicherheit der Veranstaltung zu gewährleisten), ihre Besitzer/Tiereltern kennenlernen und mehr über sie erfahren. Die Veranstaltung könnte auch eine Networkin

g-Dimension beinhalten, die es den Senioren ermöglicht, Kontakte mit den Tierbesitzern auszutauschen, um weitere Treffen zu vereinbaren, in Kontakt zu bleiben, sich anzumelden, um den Tierbesitzer beim Gassigehen mit dem Tier (Hund/Katze) zu begleiten oder sogar als Tiersitter zu fungieren. Senioren könnten sich als "Freund" eines Lieblingstieres eintragen und über alle Entwicklungen im Leben des Tieres auf dem Laufenden gehalten werden - auf der Grundlage von Freiwilligen vor Ort, die ihnen Fotos schicken, Fotos auf dem Smartphone zeigen oder anbieten können, sie über ein Videokonferenz-Tool anzurufen, falls verfügbar - um Senioren zu ermutigen und zu motivieren, Technologie zu nutzen, um in Kontakt zu bleiben.



<p>Zielgruppe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Bürger • Allgemeines Publikum • Familien • Lokale Gemeinschaft • Kinder, Teenager 	<p>Voraussichtliche Anzahl der erreichten Personen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mindestens 10-15 • Mindestens 50 Besucher
<p>Dauer 4 bis 6 Stunden, 2 Tage lang, während des Wochenendes</p>	<p>Standort In einem Park, in der Nähe eines Hundeparks (ein Ort, an dem Haustiere frei herumlaufen können und sicher sind)</p>
<p>Benötigte Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlaubnis des Rathauses zur Nutzung des Raumes • Freiwillige aus der Gemeinde, die die Teilnehmer unterstützen und bei der Organisation der Veranstaltung helfen • Freiwillige Senioren aus anderen Organisationen, die die anderen Senioren ermutigen und unterstützen • Digitale Ressourcen (Tablet, Telefon) für die Registrierung • Materielle Ressourcen: Plakate mit Teilnehmern, Tafel, Tische, Stühle, Bänke usw. • Snacks oder Getränke, sowohl für Teilnehmer als auch für Haustiere - mitgebracht von Teilnehmern, Organisatoren oder in Zusammenarbeit mit Essens- und Getränkewagen 	
<p>Ideen für die Verbreitung / Werbung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soziale Medien • Lokale Medien (Zeitung, Radio...) • Plakate und Broschüren • Haus zu Haus 	
<p>Gamification-Option (falls zutreffend) Senioren, die sich als "Freunde" eines Tieres eintragen, erhalten die Akte des Tieres (Informationen über das Tier, Kontaktdaten), und wenn sie länger als einen Monat dabei bleiben, erhalten sie ein Diplom.</p>	

Piloten-Erfahrung

Die Piloterfahrung der Aktivitäten zur Bewusstseinsbildung war ein bemerkenswerter Erfolg, da sie effektiv mit den Zielen von Next Door übereinstimmte und bei den Teilnehmern auf große Resonanz stieß, die sich befähigt fühlten, einen aktiven Beitrag zu leisten. Ein besonderer Höhepunkt war die Möglichkeit, Interessenvertreter einzubinden und ihnen das Leben, die Arbeit und die Motivationen derjenigen

vorzustellen, die direkt mit älteren Menschen in Pflegeheimen und Palliativeinrichtungen zu tun haben. Diese Einführung löste sinnvolle Diskussionen aus und weckte bei den Teilnehmern ein neu entdecktes Interesse, sich mehr auf die unterschiedlichen Bedürfnisse aller Altersgruppen einzustellen.

Obwohl die Herausforderungen minimal waren, gab es eine kleine Hürde bei der Koordinierung von Zeit, Datum und Ort, die sowohl den Teilnehmern als auch den Moderatoren entgegenkam. Dieser kleine Rückschlag wurde jedoch durch die überwältigend positive Resonanz der Teilnehmer wettgemacht.

Die Eindrücke der Teilnehmer von der Veranstaltung zur Bewusstseinsbildung spiegelten eine Reihe von Perspektiven wider:

- Ein älterer Teilnehmer merkte an, dass die Veranstaltung es erleichterte, neue Leute außerhalb der vertrauten Kreise zu treffen.
- Ein anderer älterer Teilnehmer äußerte den Wunsch, Aktivitäten im Freien wie Spaziergänge einzubeziehen.
- Die Teilnehmer fanden die Veranstaltungen vielfältig, anregend und altersübergreifend.
- Die Veranstaltung wurde dafür gelobt, dass sie Möglichkeiten zur Vernetzung bot und Einblicke in die Realität der lokalen Gemeinschaft vermittelte.

Die Bewertungsergebnisse gaben einen aufschlussreichen Einblick in die Wirkung der Veranstaltung:

- Die Teilnehmer fühlten sich gut über den Zweck und die Ziele der Veranstaltung informiert.
- Die Aktivitäten wurden für ihre ansprechende Gestaltung, das ausgewogene Tempo und die reichlich vorhandene Zeit für Interaktionen gelobt.
- Die Vernetzungsmöglichkeiten wurden als zufriedenstellend bewertet.
- Die Teilnehmer bestätigten, dass sie sich ihrer Rolle innerhalb der Gemeinschaft bewusster geworden sind.
- Die Motivation, sich stärker in der Gemeinschaft zu engagieren, vor allem bei der Unterstützung älterer Menschen, stieg stark an.
- Es wurden wertvolle Erkenntnisse über die Unterstützung der Gemeinschaft und die Pflege älterer Menschen gewonnen..

Darüber hinaus bot die Veranstaltung den Teilnehmern die Möglichkeit, nach dem Covid auszusteigen und sich mit neuen Aktivitäten zu beschäftigen. Die Bereitstellung von Transportmöglichkeiten für Personen mit Mobilitätsproblemen wurde sehr geschätzt, wodurch die Inklusivität betont wurde. Die Teilnehmer empfanden diese Anlässe als förderlich für die persönliche Regeneration.

Die wichtigsten Erkenntnisse, die die Teilnehmer in ihren Gemeinden umsetzen können, sind:

- Verschiedene Aktivitäten vorschlagen, um eine breite Beteiligung zu gewährleisten.

- Hinterfragen Sie Stereotypen und falsche Vorstellungen über ältere Menschen.
- Anerkennung der Professionalität und des Engagements von Moderatoren und Freiwilligen.

Auf die Frage nach möglichen Änderungen für künftige Veranstaltungen:

- Die Teilnehmer wünschten sich eine Fortsetzung und Ausweitung der vielfältigen Angebote.
- Vorgeschlagen wurde die Einbeziehung von generationenübergreifenden Aktivitäten, die die Fähigkeiten der älteren Menschen nutzen.
- Die Teilnehmer äußerten Interesse an Aktivitäten wie Filmen, Spaziergängen, Ausstellungen und Ausflügen.
- Der Erfolg der Bingo-Veranstaltung wurde hervorgehoben, weil sie den freundschaftlichen Wettbewerb und die Geselligkeit fördere.
- Die musikalische Chorveranstaltung wurde gelobt, weil sie den Teilnehmern künstlerisches Engagement näher brachte.
- Der Blumen-Workshop fand vor allem bei Frauen großen Anklang und weckte Nostalgie und kreativen Ausdruck.

Insgesamt fanden sowohl die Freiwilligen als auch die Senioren die Aktivitäten ansprechend und belebend. Diese Veranstaltungen trugen dazu bei, Geschichten und Erfahrungen auszutauschen und ein Gefühl der gemeinschaftlichen Unterstützung zu schaffen. Die Vielfalt der angebotenen Aktivitäten ermöglichte es, alle Menschen einzubeziehen und verschiedene Vorlieben anzusprechen. Die gut organisierten Bemühungen haben erfolgreich das Bewusstsein geschärft und die ältere Bevölkerung und die Freiwilligenverbände zusammengebracht, wodurch das Ziel erreicht wurde.

Bilder von verschiedenen Fotografen:



Picture 1. Photos from the Plenary of Leaders in Aveiro

Fotos aus Spanien:





Fotos aus Deutschland:



Bewusstseinsaktivität Feedback-Vorlage für Teilnehmer

Vorlage für Teilnehmer-Feedback

Bitte helfen Sie uns, die Veranstaltung zu bewerten. Ihr Feedback ist für uns sehr wertvoll. Dieser Fragebogen ist anonym und die Ergebnisse werden zur Verbesserung der Projektaktivitäten und -ergebnisse verwendet. Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung.

Bitte kreuzen Sie die Zahl an, die Ihrer Bewertung für jeden der vorgestellten Punkte entspricht:

Nr.	Zu bewertende Elemente	Stark ablehnend	Ablehnen	Neutral	Zustimmen	Stimme voll und ganz zu
1.	Ich habe genügend Informationen über den Zweck der Veranstaltung erhalten (Ziele und Absichten)	1	2	3	4	5
2.	Die Aktivitäten waren ansprechend und gut gestaltet (gutes Tempo, Dauer, Zeit für Diskussionen und Interaktion).	1	2	3	4	5

3.	Es gab ausreichend Gelegenheit, sich mit anderen Mitgliedern in der Nachbarschaft / Gemeinde zu vernetzen.	1	2	3	4	5
4.	Nach der Teilnahme an der Veranstaltung bin ich mir meiner Rolle in meiner Gemeinschaft bewusster geworden.	1	2	3	4	5
5.	Nach der Teilnahme an der Veranstaltung fühle ich mich motiviert, mich mehr in der Gemeinschaft zu engagieren und älteren Menschen zu helfen.	1	2	3	4	5
6.	Ich habe interessante Einblicke und Kenntnisse darüber erhalten, wie ich die Gemeinschaft unterstützen und bei der Pflege älterer Menschen helfen kann.	1	2	3	4	5

7. Was ist Ihr Gesamteindruck von der Sensibilisierungsveranstaltung?



8. Was sind die wichtigsten Erkenntnisse, die Sie mit nach Hause nehmen und in Ihrer Gemeinde und Ihrer Nachbarschaft umsetzen können?

9. Gibt es Aspekte, die Sie bei einer erneuten Durchführung dieser Veranstaltung ändern möchten? Bitte erläutern Sie dies näher.

Wir danken Ihnen noch einmal für Ihr Feedback und hoffen, dass Sie von dem Workshop wirklich profitiert haben.

NEXT DOOR-Projektteam

Anhang 1: Formular für die Teilnahme an einer Sensibilisierungsmaßnahme

Aktivität Name: Organisiert von: Datum: Zeit: Standort:			
	Name des Teilnehmers (Vor- und Nachname)	Kontaktinformationen (E-Mail Adresse)	Organisation (falls zutreffend)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			

15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
Seite 1 von 2			

Aktivität Name: Organisiert von: Datum: Zeit: Standort:			
	Name des Teilnehmers (Vor- und Nachname)	Kontaktinformationen (E-Mail Adresse)	Organisation (falls zutreffend)
39			
40			
41			
42			
43			
44			
45			
46			
47			
48			
49			
50			
51			

52			
53			
54			
55			
56			
57			
58			
59			
60			
61			
62			
63			
64			
65			
66			
67			
68			
69			
70			
71			
72			
73			
74			

