

Gemeinsam  
ist besser!

Dreamlike  
Neighbourhood older people  
connect in their  
community

Werkzeuge & Aktivitäten  
für traumhafte  
Nachbarschaften  
Online-Methodensammlung



# Die Online-Methodensammlung



In unserer Online-Methodensammlung stellen wir Werkzeuge und Aktivitäten vor, die wir mit den älteren Teilnehmer\*innen des Erasmus+ Projekts „*Dreamlike Neighbourhood*“ entwickelt und ausprobiert haben.

## Die Werkzeuge und Aktivitäten zielen darauf ab, (ältere) Menschen

- zusammenzubringen,
- dabei zu unterstützen, ihre Ideen und Perspektiven einzubringen,
- dazu zu motivieren, ihre Nachbarschaft neu (oder wieder) zu entdecken,
- dazu zu inspirieren, in Beziehung mit anderen zu kommen und
- zu ermutigen, an Aktivitäten teilzunehmen oder sogar eigene Interessen zu Initiativen zu machen.

## Hintergrund: Die Idee hinter *Dreamlike Neighbourhood*

Das Projekt *Dreamlike Neighbourhood* verfolgte das Ziel, Nachbarschaftsgruppen von/mit älteren und hochaltrigen Menschen zu unterstützen und zu moderieren. In Nachbarschaftsgruppen treffen sich die Teilnehmer\*innen regelmäßig und unterstützen sich gegenseitig, ihre Ideen und Talente (wieder) zu entdecken und in die Gruppe einzubringen. Sie treten miteinander in Beziehung, stärken sich gegenseitig und tragen aktiv etwas zur Gruppe oder zur Gemeinde bei.

Die Idee bestand darin, entweder ältere Menschen bei der Gründung neuer Nachbarschaftsgruppen zu unterstützen oder mit bestehenden Gruppen zu arbeiten und diese mit neuen Zugängen, Ideen und/oder Zielgruppen zu bereichern. Gemeinsame Aktivitäten förderten den Aufbau von funktionierenden Gemeinschaften – diese gründeten sich jedoch stets auf den Interessen und Wünschen der älteren Menschen. Wir haben viele Methoden und Werkzeuge („Aktivitäten“) gesammelt, weiterentwickelt und getestet, die ältere Menschen zusammenbringen und ein Gefühl der Zugehörigkeit fördern.

Das Erasmus+ Projekt wurde in vier Ländern (Österreich, Tschechien, Slowenien und den Niederlanden) in sehr unterschiedlichen Settings umgesetzt. Nähere Informationen zur Umsetzung und zu unseren Erfahrungen mit den Nachbarschaftsgruppen erhalten Sie im *Dreamlike Neighbourhood* Handbuch.

*Unser Handbuch ist auf Englisch, Deutsch, Slowenisch, Niederländisch und Tschechisch auf unserer [Projektwebsite](#) erhältlich.*

# Die Werkzeuge und Aktivitäten in aller Kürze

Um es Ihnen als Leser\*in einfacher zu machen und einen möglichst guten Überblick zu geben, haben wir die Werkzeuge und Aktivitäten aus unseren Nachbarschaftsgruppen thematisch geordnet. Bitte wählen Sie ein Thema aus, um zu den jeweiligen Tools zu gelangen:

- Ältere Menschen kommen zusammen und treten zueinander in Beziehung
- Ältere Menschen sagen ihre Meinung, bringen ihr Wissen ein und sorgen für die Sensibilisierung anderer
- Ältere Menschen erkunden ihre Nachbarschaft und beziehen andere mit ein
- Ältere Menschen lernen voneinander und unterstützen sich gegenseitig
- Ältere Menschen bleiben in Kontakt – auch in Zeiten „physischer Distanz“

# Ältere Menschen kommen zusammen und treten zueinander in Beziehung

**M**it anderen Menschen zusammenzukommen und mit ihnen eine aktive Gruppe zu bilden, ist keine Selbstverständlichkeit. Die Erfahrungen aus *Dreamlike Neighbourhood* zeigen, dass es aber einige Zugänge oder Methoden gibt, die helfen, das Eis zu brechen und (neue und tiefere) Verbindungen zwischen den Menschen zu schaffen. Das einführende Kapitel widmet sich daher der Frage „Wie kann man ältere Menschen erreichen?“

## Werkzeuge und Aktivitäten

- **Erzählcafé (allgemein)**
  - Beispiel 1: Erzählcafé über das Reisen
  - Beispiel 2: Erzählcafé über die Kindheit
  - Beispiel 3: Erzählcafé über verschiedene Themen
- **Storybox: Eine Schachtel voller Geschichten**
- **Chatpot: Ein Topf voller Themen**
- **Urban discussion pot: Ein Topf voller Stadt**
- **Karten zum Kennenlernen**
- **Mitbringen und erzählen**
- **Der Geschichte der Straßen auf der Spur**
- **Kunst und Kultur im Dialog**

# Erzählcafé (allgemein)

**E**in Erzählcafé ist ein moderiertes Gruppen-  
gespräch, das dazu einlädt, in einem café-  
ähnlichen Setting zusammenzukommen und  
Geschichten und Erfahrungen zu teilen. Diese  
können unterschiedliche Themen betreffen, wie  
etwa Kindheitserinnerungen, Musik, Reisen etc.  
Diese Methode wurde als niederschwelliges und  
partizipatives Tool für den Austausch zwischen  
Menschen entwickelt, die ohne diesen Impuls  
vielleicht nie die Möglichkeit gehabt hätten, ihre  
Lebensgeschichten zu teilen. Das Ziel besteht  
darin, die Menschen zum Reden zu ermutigen und  
gemeinsam Treffpunkte zu schaffen.

Grundsätzlich ist es wichtig, dass es bei einem  
Erzählcafé nicht um Ergebnisse oder Schluss-  
folgerungen geht. Im Projekt *Dreamlike Neigh-  
bourhood* wurde die Methode verwendet, um  
Menschen dabei zu unterstützen, zusammenzu-  
kommen, sich gegenseitig (besser) kennenzu-  
lernen, Erfahrungen zu teilen, Gemeinsamkeiten  
zu entdecken und ein Gefühl von Gemeinschaft  
und Zugehörigkeit zu entwickeln.

Erzählcafés können mit Menschen jeden Alters  
veranstaltet werden – entweder eher homogen  
oder intergenerativ. In *Dreamlike Neighbourhood*  
wurden Erzählcafés in einem Pensionist\*innen-  
klub in Wien und mit einer Gruppe von Frei-  
willigen bei Letokruh in Prag organisiert.

## Die Erfahrungen aus Prag und Wien zeigen Folgendes:

- Um Menschen zur Teilnahme zu bewegen, braucht es einen guten Veranstaltungstitel. In Österreich entschieden sich die Partner\*innen für den Begriff „Plauderei“, um den unverbindlichen und informellen Charakter der Veranstaltung zu betonen.

- Um die Beziehung der Teilnehmer\*innen zum Erzählcafé zu stärken, sollten sie in die Vorbereitung, die Themenauswahl und die Organisation der Treffen einbezogen werden.
- Eine einladende Café-Atmosphäre (z. B. Kaffee und Kuchen) macht es den Menschen leichter, sich zu öffnen und teilzuhaben.
- Am Anfang kann es sinnvoll sein, grundlegende „Regeln“ zu besprechen, z. B.: Zuhören ist genauso wichtig wie Erzählen. Jedes Erzählen ist freiwillig. Die persönlichen Geschichten werden wertschätzend behandelt, nicht diskutiert oder beurteilt.
- Inspirierende Einstiegsfragen, Gegenstände, Bilder oder Zitate ermutigen zum Geschichtenerzählen.
- Geben Sie jedem und jeder Raum und Zeit, seine/ihre Geschichten zu erzählen.
- Unterbrechen Sie nur, wenn es notwendig ist – etwa wenn eine Person das Erzählcafé dominiert –, und tun sie das möglichst respektvoll und einfühlsam.
- Lassen Sie Gefühle und Abschweifungen zu.

→ Haben Sie Lust, mehr über die Erfahrungen der *Dreamlike Neighbourhood*-Partner\*innen zu erfahren? Dann werfen Sie einen Blick auf die drei Beispiele für Erzählcafés aus Wien und Prag:

- Beispiel 1: Erzählcafé über das Reisen
- Beispiel 2: Erzählcafé über die Kindheit
- Beispiel 3: Erzählcafé über verschiedene Themen

→ In diesem Video erzählen die Teilnehmer\*innen der „Plauderei am Hofferplatz“ über ihre Erfahrungen (Deutsch mit englischen Untertiteln).

# Beispiel 1: Erzählcafé über das Reisen

## Kontext & Zielgruppe

Das Erzählcafé in Wien trug den Titel „Plauderei“ und wurde mit älteren Menschen, die regelmäßig einen Pensionist\*innenklub besuchen, organisiert. Da der Klub neu war, kannten sich die Besucher\*innen noch nicht besonders gut.

## Vorbereitung

Wir bezogen ältere Menschen aktiv in die Vorbereitung der „Plauderei“ ein und baten einige Teilnehmer\*innen im Vorfeld, uns ihre „Reise-geschichten“ telefonisch zu erzählen (→ siehe dazu auch [Telefoninterviews](#)). Gemeinsam verarbeiteten wir ihre individuellen Geschichten zu kurzen Artikeln und lasen diese bei der „Plauderei“ vor.

## Das Eis brechen

Um die Teilnehmer\*innen auf das Thema einzu-stimmen und die Erzählungen in Gang zu bringen, wurden Zitate und Bilder rund um das Thema Reisen verteilt. Die Teilnehmer\*innen wurden dazu eingeladen, jene Zitate und Bilder auszu-wählen, die sie an ihre Reiseerlebnisse erinnerten oder die sie besonders ansprechend fanden.

Es ist recht einfach, im Internet Zitate über das Reisen zu finden. Hier einige Beispiele:

**„Reisen ist tödlich für Vorurteile.“**

– Mark Twain

**„Die beste Bildung findet ein kluger Mensch auf Reisen.“**

– Johann Wolfgang von Goethe

**„Wenn das ganze Jahr ein Feiertag wäre, so wär' das Vergnügen so lästig wie die Arbeit.“**

– William Shakespeare

## Erzählphase

Diese Anregungen waren der Ausgangspunkt für den Austausch der Teilnehmer\*innen, die von ihren Erfahrungen, Lieblingsdestinationen, Vorlieben etc. berichteten. Die Moderator\*innen führten durch das Gespräch und hielten es durch Nachfragen in Gang. Es wurde schnell klar, dass in jedem Thema „die ganze Welt“ steckt. Vom Thema Reisen kamen wir schnell zu Themen wie „Carpe diem – Nutze den Tag und deine Lebenszeit“ oder den Umgang mit fremden Kulturen.

Einige Teilnehmer\*innen wollten ihre (in den Telefongesprächen gesammelten) Reiseerinnerungen nicht selbst vorlesen. Wir einigten uns darauf, sie an ihrer Statt vorzutragen, was den anderen Teilnehmer\*innen auch sehr gut gefiel. Die Reise-geschichten wurden sehr gut – mit Applaus und Worten der Anerkennung – aufgenommen, die „Spender\*innen“ der Geschichten waren sichtbar stolz.

## Abschluss & Nachhaltigkeit im Klub

Um das Ende des moderierten Teils des Treffens zu signalisieren, wurde ein passendes Lied gespielt. Um die Ergebnisse des Erzählcafés für die anderen Besucher\*innen sichtbar zu machen, gestalteten die Teilnehmer\*innen ein Poster mit den Materialien und Zitaten aus der „Plauderei“. Karten mit inspirierenden Fragen wurden im Klub aufgelegt, um zu weiteren „Plaudereien“ zu inspirieren (→ siehe auch [Storybox. Eine Schachtel voller Geschichten](#))



*In den regelmäßig stattfindenden „Plaudereien“ in Wien entdeckten die Teilnehmer\*innen gemeinsame und unterschiedliche Perspektiven, zeigten ihre Talente und Interessen und lernten einander auf neue und überraschende Weise kennen.*

Foto © queraum

### **Einige Beispiele für inspirierende Fragen:**

- An welchen Ausflug oder welchen Urlaub erinnere ich mich besonders gerne und warum?
- Wie hat das Reisen meine Sicht auf die Welt verändert?
- Wie haben mich meine Reisen und Ausflüge persönlich geprägt?
- Reise ich auch manchmal in meinem Kopf? Wenn ja, wohin führen mich diese Reisen?
- Was ist in der unmittelbaren Umgebung einen Ausflug wert?
- Was bedeuten mir Reisen und Ausflüge heute?

# Beispiel 2: Erzählcafé über die Kindheit

## Kontext & Zielgruppe

Das Erzählcafé in Wien trug den Titel „Plauderei“ und wurde mit älteren Menschen, die regelmäßig einen Pensionist\*innenklub besuchen, organisiert. Da der Klub neu war, kannten sich die Besucher\*innen noch nicht besonders gut.

## Das Eis brechen

**Um die Teilnehmer\*innen auf das Thema einzustimmen und die Erzählungen in Gang zu bringen, erwiesen sich die folgenden „Eisbrecher-Fragen“ als hilfreich:**

- **Wo wurden Sie geboren (z. B. in einer Stadt, auf dem Land) und was gefiel Ihnen da am besten?**
- **Wo sind Ihre Wurzeln? Wo lebten Sie als Kind?**
- **Wenn Sie einen Film über sich selbst drehen würden: Welche\*r Schauspieler\*in würde Sie spielen und warum?**

Um die Antworten zu visualisieren, kann eine Zeitleiste mit Schnur und Karten auf den Tisch gelegt werden. Die Teilnehmer\*innen können ihr Geburtsjahr mit Wäscheklammern oder Figuren darauf markieren, die unterschiedlichen Geburtsorte mit Karten visualisiert werden.

Eine andere bewährte Methode, um das Eis zu brechen, ist die Übung „Der Film meines Lebens“. Ausgangspunkt ist die Frage „Wenn Sie einen Film über Ihr Leben machen würden, welcher Film wäre das und welche\*r Schauspieler\*in würde Sie spielen?“ können die Teilnehmer\*innen zu Fragen sprechen wie „Sind Sie Bond, James Bond?“, „Vielleicht sind Sie wie Scarlett O’Hara in Vom Winde verweht?“, „Oder wie Ingrid Bergman in Casablanca?“ „Oder eher der Typ Catwoman?“ „Wäre Ihr Leben ein Drama mit Meryl Streep in der Hauptrolle? Oder eher eine Mr. Bean-Komödie?“

## Erzählphase

Ausgehend von der allgemeinen Frage „Wenn Sie an Ihre Kindheit denken, woran denken Sie gerne zurück?“, kamen die Teilnehmer\*innen in einen Austausch über Erinnerungen an ihre Familie, Schule, Freizeitaktivitäten etc. In unserem Erzählcafé wurde über lustige Erlebnisse genauso erzählt wie über schwierige familiäre Umstände, den Zweiten Weltkrieg oder die Nachkriegszeit. Für manche Teilnehmer\*innen war es eine emotionale Reise zurück in die Vergangenheit.

Um das Gespräch immer wieder auf neue Aspekte der Kindheit hinzuführen, wurden Karten mit Impulsfragen ausgeteilt. Die Teilnehmer\*innen wurden dazu eingeladen, jene Fragen zu beantworten, die sie besonders ansprachen oder zu denen sie etwas sagen wollten.

## Einige Beispiele:

- **Wie sah das Haus meiner Eltern aus?**
- **Welche Beziehung hatte ich als Kind zu meinen Geschwistern?**
- **Welche\*n Verwandte\*n mochte ich als Kind am liebsten und warum?**
- **Welche Schulerlebnisse habe ich nie vergessen?**
- **Wie wurde ich von meinen Eltern (und Großeltern) aufgezogen?**
- **Wer stärkte mich?**
- **Welche Wünsche und Träume hatte ich als Kind?**
- **Welche Andenken habe ich noch an meine Kindheit?**
- **Welche Rituale und Gewohnheiten sind von meiner Familie auf mich übergegangen?**
- **Wieviel Kind ist heute noch in mir?**

## Abschluss & Nachhaltigkeit

Um die Plauderei abzuschließen, baten wir die Teilnehmer\*innen, ihre Kindheit mit drei Begriffen oder Sätzen zu beschreiben. Wir gestalteten auch ein Poster mit Zitaten und Beiträgen der Teilnehmer\*innen, um die Ergebnisse des Erzählcafés mit anderen Klubbesucher\*innen teilen zu können. Karten mit inspirierenden Fragen über die eigene Kindheit wurden im Klub aufgelegt, um zu weiteren Gesprächen zu motivieren (→ siehe auch [Storybox. Eine Schachtel voller Geschichten](#))

## Beispiel 3: Erzählcafé über verschiedene Themen

### Kontext & Zielgruppe

In Prag kannten sich die Freiwilligen von Letokruh bereits seit einigen Jahren, aber dank *Dreamlike Neighbourhood* konnten sie ihre Gemeinschaft festigen und neue Aktivitäten in Angriff nehmen. Unter anderem brachte das Projekt auch ein neues Format in die Organisation, das „Erzählcafé“, bei dem sich ältere Menschen im Klubhaus treffen und Geschichten aus ihrer Kindheit erzählen.

Letokruh setzte das erste Erzählcafé als offiziellen Start der *Dreamlike Neighbourhood*-Nachbarschaftsgruppe um. Ziel war es, das Eis zu brechen und einen möglichst ungezwungenen Austausch der Teilnehmer\*innen zu ermöglichen. Diese wurden gebeten, Fotos aus ihrer Kindheit mitzubringen und die „Geschichten dahinter“ zu erzählen.

Die Gefühle und Erinnerungen, die von den Fotos geweckt wurden, verbanden die älteren Menschen, ließen Barrieren verschwinden und

förderten die Kommunikation. Die Tatsache, dass ein\*e Freiwillige\*r die Moderation innehatte, trug zusätzlich zu einem lebhaften Austausch bei.

Aufgrund ihrer großen Beliebtheit, wurden regelmäßig Erzählcafés über die verschiedensten Themen durchgeführt. So „reisten“ die Teilnehmenden etwa in verschiedene Teile der Welt und teilten ihre Erfahrungen über das Reisen vor der „Wende“. Damals waren die Möglichkeiten, ins Ausland zu reisen, sehr eingeschränkt. Wenn es jemandem trotzdem gelang, waren damit oft spannende Geschichten und Erfahrungen verbunden. Der Austausch dazu war sehr unterhaltsam.

Vor Weihnachten bereiteten die Teilnehmer\*innen ein Treffen zu Weihnachtstraditionen vor. In der Gruppe wurden Erinnerungen geteilt, etwa über traditionelle Weihnachtsspeisen, Keksrezepte, Weihnachtslieder und besondere Geschenke.

Neben den Erzählcafés trafen sich die Teilnehmer\*innen immer wieder ohne bestimmten Anlass bzw. Thema. Sie nannten diese Treffen „Plaudereien“. Die Teilnehmer\*innen vereinbarten eigenständig die Termine, die Teilnahme war ohne Anmeldung möglich und die Themen, über die geplaudert wurde, ergaben sich von selbst. Diese selbst organisierten, informellen Treffen trugen zum Selbstbewusstsein der Gruppe bei.



*Erzählcafés sind ein guter Eisbrecher und schaffen neue und tiefere Verbindungen zwischen den Menschen.*

Foto © Letokruh

# Storybox: Eine Schachtel voller Geschichten

Um abseits der Erzählcafés mit externer Moderation zu weiteren, informelleren „Plaudereien“ anzuregen, entwickelte das österreichische Team die Storybox. Sie enthält diverse Materialien, wie zum Beispiel inspirierende Fragen, Zitate oder Bilder zu verschiedenen Themen (z. B. Kindheitserinnerungen, Kino, Musik, Hobbys und Interessen, Reisen), die während der Erzählcafés besprochen wurden (→ siehe [Erzählcafé](#)).

Die Storybox steht allen Besucher\*innen des Pensionist\*innenklubs zur freien Verfügung. Sie können mit dem Material eigenständig ins Gespräch kommen. Die Teilnehmer\*innen hatten außerdem die Idee, die Karten für einen „Nostalgischen Nachmittag“ zu verwenden.

Beispiele für inspirierende Fragen und Zitate zu den Themen Reisen und Kindheit sind in [Erzählcafé über das Reisen](#) und [Erzählcafé über die Kindheit](#) zu finden.

Wenn Sie die Karten schön gestalten und laminieren, machen diese noch größere Freude.

# Chatpot: Ein Topf voller Themen

**D**er Chatpot ist eine große Glasschüssel, die während eines Treffens in der Mitte des Tisches steht. Diese Schüssel enthält alle Arten von Fragen auf kleinen, gefalteten Zetteln. Die Teilnehmer\*innen ziehen eine Frage und lesen sie laut vor. Wenn sie möchten, können sie die Frage beantworten. Die anderen reagieren darauf mit weiterführenden Fragen oder mit ihren eigenen Antworten. Dies führt schnell zu einer lebendigen Diskussion, und die Teilnehmer\*innen lernen sich auf eine angenehme Art kennen.

## Beispiele für Fragen:

- Was gefällt Ihnen an der Nachbarschaft?
- Was schätzen Sie an Ihrer Wohngegend?
- Was beschäftigt Sie am meisten, wenn Sie an Ihr Grätzl denken?
- Wenn Teile Ihrer Nachbarschaft abgerissen würden, was würden Sie am meisten vermissen?
- Was sind Ihre größten Erwartungen an Ihre Wohngegend?
- Woran erinnern Sie sich, wenn Sie an den letzten Kontakt mit ihren Nachbar\*innen denken?
- Welchen Ort besuchen Sie, wenn Sie sich erholen wollen?
- Wie gelangen Sie zu den schönen Orten in der Nachbarschaft?
- In welcher Art von Haus würden Sie am liebsten wohnen?
- Wie bleiben Sie auf dem Laufenden, was die Nachbarschaft betrifft?
- Wie gefallen Ihnen die Grünflächen in und rund um Ihre Nachbarschaft?
- Gibt es gute Dinge, die aus Ihrer Nachbarschaft verschwunden sind?
- Wo kann man mit Nachbar\*innen oder Verwandten gemütlich eine Tasse Kaffee trinken?
- Was in Ihrer Nachbarschaft hat Sie in letzter Zeit glücklich gemacht?
- Was ist für Sie im Leben wichtig?

# Urban discussion pot: Ein Topf voller Stadt

Eine Variante der Chatpot-Methode: Füllen Sie die Schüssel mit Forschungsergebnissen, wie etwa jenen der Nachbarschaftsgruppen, die an der Universität des Dritten Alters in Laibach zum Thema Alter(n) im städtischen Raum forschten:

- Was auch immer in der Stadt passiert, ist ein Teil von mir.
- Im Alter wird die Beziehung zum (eigenen) Raum stärker
- Der eigene Raum ist nicht nur die Wohnung oder das Haus. Dein Raum ist auch der ganze Gebäudekomplex, die Nachbarschaft, die Stadt. Ihr Raum ist der öffentliche Raum, in dem Ihre Aktivitäten des täglichen Lebens stattfinden.
- Ältere Menschen sollten mit ihren Fähigkeiten und ihren Leistungen im öffentlichen Raum sichtbar sein.
- Ich mag Veränderungen in der Stadt. Veränderungen zum Besseren.
- Qualitätsvolle Angebote werden gebraucht.
- Der städtische Raum sollte ältere Menschen dazu einladen, sich darin aufzuhalten.
- Obwohl ich gern Neues in der Stadt entdecke, sitze ich auch gern einfach irgendwo und beobachte das Leben um mich herum.
- In die Stadt zu gehen, wenn am meisten los ist, gibt älteren Menschen das Gefühl, dazuzugehören.
- Manche Älteren wollen nicht in die Welt der jüngeren, schnelleren Generationen eindringen und ziehen sich zurück.
- Alle älteren Menschen müssen visuellen Kontakt mit der Stadt halten – etwa durch die Fenster ihrer Wohnung oder des Buses.

Die folgenden Fragen helfen dabei, ein Gespräch über diese Zitate, Statements und Ergebnisse in Gang zu bringen: Was bedeutet das konkret? Stimmen Sie diesem Kommentar zu, welche Meinung haben Sie zu diesem Thema? Haben Sie andere Erfahrungen gemacht?

# Karten zum Kennenlernen

**E**ine sehr schöne Methode, um gute Gespräche und Gedanken über die eigenen Talente, Interessen und Fähigkeiten in Gang zu setzen, sind „provokante Fragen“. Mithilfe fertig erhältlicher oder selbstgemachter Karten über Stärken, Interessen und Fähigkeiten, können sich die Menschen über ihre Erfahrungen und Perspektiven austauschen.

**Die folgenden Beispiele für Fragen haben das Potenzial, zu Geschichten, Gedanken und Gefühlen zu inspirieren:**

- Die Liste meiner Stärken beginnt mit ...
- Ich fühle mich stark, wenn ...
- Ich bin besonders leidenschaftlich, wenn es um ... geht.
- Meine positiven Eigenschaften: ...
- Jeder Mensch hat Talente. Ich bin besonders gut in diesen fünf Dingen: ...
- Das ist für mich ziemlich einfach ...

Die Karten können auf unterschiedliche Art und Weise verwendet werden: Entweder werden sie mit der Vorderseite nach oben aufgelegt und die Teilnehmer\*innen können sich eine oder mehrere Fragen aussuchen. Oder sie wählen eine Karte aus, ohne die Frage bzw. den Text zu kennen. Im nächsten Schritt tauschen die Teilnehmenden ihre Antworten auf die Fragen in Kleingruppen (2–3 Personen) oder im Plenum aus. Jede\*r liest seine oder ihre Karte(n) laut vor und beantwortet die Frage oder vervollständigt den Satz.

Karten-Sets, selbstgemacht oder gekauft, z. B. auf Deutsch: *Stärken-Schatzkiste für Therapie und Beratung (Beltz Therapiekarten)* von Falk Scholz; auf Englisch: *Meine größten Stärken – Karten mit Fragen, die stärken.*

Die Methode wurde im Erasmus+ Projekt „invisible talents“ entwickelt und getestet und in der „Methodenbox für Organisationen“ veröffentlicht. Versionen auf Englisch, Deutsch, Italienisch und Litauisch sind hier verfügbar: [www.invisible-talents.eu](http://www.invisible-talents.eu)

# Mitbringen und erzählen

**D**iese Aktivität hilft den Teilnehmer\*innen dabei, sich gegenseitig kennenzulernen und von den persönlichen Erzählungen und Erfahrungen der anderen zu lernen.

Im Vorfeld werden die Teilnehmenden gebeten, einen Gegenstand (zum Beispiel einen, der ihr Lieblingshobby oder etwas Wichtiges aus ihrem Leben repräsentiert) oder das Bild ihres Lieblingsortes in der Nachbarschaft mitzubringen. Beim Treffen werden die Teilnehmer\*innen gebeten, ihre Gegenstände bzw. Fotos vorzustellen. Vielleicht erzählen sie etwas über ihre Hobbys, Talente oder Lieblingsorte. In einem nächsten Schritt könnte ein Spaziergang zu den genannten Orten organisiert werden. Oder die Teilnehmer\*innen werden dazu eingeladen, etwas von ihren Hobbies oder Talenten (z.B.: ein Gedicht oder Fotos) zu einem der nächsten Treffen mitzubringen.

Die Gegenstände können auf dem Boden, auf einem großen Tisch oder an der Wand präsentiert werden, damit sie während des Treffens gut sichtbar sind.

# Der Geschichte der Straßen auf der Spur

**E**ine andere Methode, um (ältere) Menschen beim gegenseitigen Kennenlernen zu unterstützen, besteht darin, sie zu einem Thema, das sie betrifft, zusammenzubringen. Die slowenische Universität des Dritten Alters organisierte zum Beispiel Diskussionen über die Geschichte der Straßen im Viertel:

Je nach Zusammensetzung der Gruppe (z. B. die Teilnehmenden kennen einander bereits oder noch nicht), kann eine Eisbrecher-Übung den Menschen dabei helfen, die anderen kennenzulernen. Gegenseitige Interviews in Paaren mit lustigen und harmlosen Fragen, wie etwa nach der Schuhgröße, Hobbys und Traumreisezielen, tragen zu einer lockeren Atmosphäre bei.

Um den Austausch über die Lokalgeschichte in Gang zu bringen, teilt die/der Moderator\*in Fotos, Zeitungsartikel und andere Artefakte zu den Straßen und Plätzen in der Nachbarschaft aus. Die Teilnehmer\*innen schauen sich das Material an, tauschen sich dazu aus und berichten dann der Gruppe von ihren Erkenntnissen. Diese Methode ermutigt dazu, Neues über bekannte Straßen und Plätze zu lernen, Erinnerungen auszutauschen und Wissen zu teilen.

**Tipp: Es ist hilfreich, wenn die/der Moderator\*in fundiertes Wissen über das Alter(n), Aktives Altern, Transaktionsanalyse, Stadtthemen etc. hat.**

# Kunst und Kultur im Dialog

*Kreative Aktivitäten, wie das Erzählen anhand von Zeichnungen oder das Vortragen von Gedichten, schufen manchmal sehr persönliche Verbindungen zwischen den Menschen.*

Foto © Loes Hulsebosch



**W**erte und Inspiration sind wichtige Elemente des Lebens – besonders, wenn wir älter werden. Sie können in der Natur, der Musik, der Religion, und vor allem in Kunst und Kultur, gefunden werden. In der *Dreamlike Neighbourhood*-Gruppe Bouwlust in Den Haag inspirierten Kunst und Kultur zu einem lebendigen Austausch. Hier einige Beispiele aus dieser Gruppe:

- **Paul** war viel gereist – beruflich und privat. Er war immer schon an lokalen Bräuchen interessiert und sammelte Kunstwerke aus der ganzen Welt. Zu einem der *Dreamlike Neighbourhood*-Treffen brachte er Objekte aus Afrika mit. Er zeigte sie den Teilnehmer\*innen und fragte sie, welches ihnen besonders gefallen würde und warum. Das führte zu spannenden Gesprächen über viele verschiedene Themen, die lose mit den Objekten in Verbindung standen, was die Gruppe sehr belebte. Paul freute sich sehr über das Interesse an seinen Erzählungen und die anderen profitierten vom neuen Wissen und den neuen Perspektiven auf die Welt.
- In der Gruppe war viel Kreativität vorhanden. **Liesbeth** etwa schreibt Gedichte, im Speziellen Gedichte für Kinder. Als sie einige ihrer Gedichte mit dramatischer Geste vortrug, lauschten die anderen Teilnehmer\*innen atemlos und bewundernd. Diese Erfahrung wiederum inspirierte die Gruppe dazu, über die Macht der Poesie zu sprechen. Es war faszinierend, wie viele andere Themen aus dieser kleinen Aktivität hervorgingen.
- **Ria** schreibt und illustriert Kinderbücher. Sie brachte regelmäßig ein Buch mit und zeigte es der Gruppe. Sie war auch an Meinungen über ihre Entwürfe interessiert. Die Gespräche in der Gruppe führten bei Ria zu größerem Selbstbewusstsein und die Gruppe hatte das Gefühl, wirklich etwas beizutragen.
- **Paul** ist ein leidenschaftlicher Hobbymaler. Einmal brachte er ein großes Bild eines Stierkampfes mit. Er hatte Zweifel an der Arbeit, aber in der Gruppe fühlte er sich sicher genug, das Bild zu zeigen und Rückmeldungen dazu einzuholen.

- **Bea** und **Ina** stammen ursprünglich aus Surinam und wanderten nach der Unabhängigkeit Surinams in die Niederlande ein. In Surinam hatte Bea in einem Gefängnis gearbeitet. Sie erzählt gern über diese Tätigkeit. Sie hatte zum Beispiel mit den Inhaftierten schöne Teppiche hergestellt, was ihnen ein Gefühl von Stolz und Selbstwert gab. Bea war sehr stolz darauf und sprach darüber mit der Gruppe. Bea und Ina zeigten der Gruppe, wie Roti, eine traditionelle Speise aus Surinam, gemacht wird. Das gemeinsame Kochen und Essen und die Gespräche über verschiedene Kulturen schufen ganz besondere Verbindungen zwischen den Teilnehmer\*innen.



*Der Austausch über verschiedene Kulturen und traditionelle Speisen beim gemeinsamen Kochen in der Nachbarschaftsgruppe in Den Haag.*

Foto © Loes Hulsebosch

# Ältere Menschen sagen ihre Meinung, bringen ihr Wissen ein und sorgen für die Sensibilisierung anderer

Im Projekt *Dreamlike Neighbourhood* hatten die Teilnehmer\*innen die Möglichkeit, gesehen und gehört zu werden und auf diese Weise bei verschiedenen Aktivitäten auf die Präsenz und die Beiträge älterer Menschen aufmerksam zu machen. Das konnte über Medien, bei Treffen mit Entscheidungsträger\*innen, bei Veranstaltungen oder im öffentlichen Raum geschehen.

## Werkzeuge und Aktivitäten

- Öffentliches Erzählcafé
- Diskussionen mit Architekt\*innen, Stadtplaner\*innen und anderen Expert\*innen
- Teilnahme an Forschung über die alter(n)s-freundliche Stadt
- Verschiebung von der Forschung über die Stadt hin zu einer Forschung über sie selbst als ältere Bewohner\*innen der Stadt
- Internationale Veranstaltung im öffentlichen Raum: Runder Tisch
- Gemeinsame Gestaltung von Ausstellungen
- Videoproduktion

# Öffentliches Erzählcafé

In Österreich führte das queraum-Team gemeinsam mit Mitgliedern der Nachbarschaftsgruppe ein öffentliches Open-Air-Erzählcafé durch. Dieses war Teil des „Tags der Achtsamkeit“, der von der Initiative „Achtsamer 8.“ im 8. Wiener Gemeindebezirk veranstaltet wurde.

Gemeinsam mit den Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe bereitete das Projektteam inspirierende Fragen, Zitate und kleine Geschichten vor. Die Besucher\*innen des „Tags der Achtsamkeit“ wurden eingeladen, am Erzählcafé teilzunehmen. Das öffentliche Erzählcafé war ein offenes Format – alle Interessierten konnten stehenbleiben, zuhören und/oder sich dazusetzen und ins Gespräch einsteigen. Auf

diese Weise wurde die „Plauderei“ eine öffentliche Veranstaltung und erreichte auch Menschen in einem anderen Bezirk.

Die Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe moderierten die öffentliche Plauderei, kamen mit anderen Menschen in Kontakt, teilten ihre Erfahrungen und Meinungen. Die Rückmeldungen zeigen, dass die Teilnehmer\*innen diese aktive Rolle sehr genossen. Für sie war es eine ganz besondere Erfahrung, eine andere Nachbarschaft zu besuchen, um dort aktiv und sichtbar zu werden. Das Event hatte auch eine positive Wirkung auf die Gruppendynamik: Die Teilnehmer\*innen organisierten ihre „Reise“ selbst und trafen sich zum ersten Mal außerhalb des Klubs.



*Beim „Tag der Achtsamkeit“ moderierten die Teilnehmer\*innen ein Erzählcafé und ermutigten andere zu einem intergenerativen Austausch über „Traumnachbarschaften“ auf einem belebten Platz im 8. Wiener Gemeindebezirk.*

Foto © queraum

# Diskussionen mit Architekt\*innen, Stadtplaner\*innen und anderen Expert\*innen

Die Nachbarschaftsgruppe in Bouwlust (Den Haag) brachte ihre Ansichten und Ideen in ein Stadtentwicklungsprojekt in ihrem Bezirk ein. Die Häuser in diesem Nachkriegsbezirk (Den Haag Süd-West) am Rande der Stadt sind bereits stark renovierungsbedürftig. Manche werden gerade saniert, andere abgerissen, um Neubauten Platz zu machen. Das große Pflegeheim neben einem der Treffpunkte der Nachbarschaftsgruppe wird ebenfalls neu errichtet.

Die Stadt organisierte Informationsgespräche, um die Bewohner\*innen über die verschiedenen Projektphasen zu informieren. Da diese Treffen am Abend stattfanden, wurden sie von älteren Menschen kaum besucht. Die älteren Bewohner\*innen befürchteten daher, dass sie im Projekt nicht gehört werden.

Aus diesem Grund lud die Nachbarschaftsgruppe die politischen Entscheidungsträger\*innen und Projektmanager\*innen der Stadt und der Wohnbaugesellschaft zu einem ihrer Gruppentreffen ein.

Vor dem Treffen wurden gemeinsam die Rahmenbedingungen vereinbart. Der Austausch war als offenes Gruppengespräch geplant. Es sollte keinen Vortrag mit PowerPoint oder Ähnlichem geben. Die Projektverantwortlichen wurden gebeten, offen und lernbereit in die Gruppe zu gehen.

Die Projektverantwortlichen brachten Pläne zum Treffen mit und erläuterten diese den Teilnehmer\*innen. Diese hatten die Möglichkeit, ihre Perspektiven einzubringen und Feedback zu geben. Unter anderem wurden Themen wie Sicherheit und Barrierefreiheit besprochen. Die Teilnehmer\*innen waren etwa der Ansicht, dass die geplanten Tiefgaragen weder altersfreundlich noch sicher waren. Außerdem machten die

Teilnehmer\*innen Vorschläge zur Planung der Gebäude, etwa des Gesundheitszentrums, des Kindergartens oder der Cafeteria. Sie sollten an der Außenseite des Wohnkomplexes errichtet werden, mit dem Eingang zur Straße hinaus. Die Teilnehmer\*innen waren der Ansicht, dass der Eingang eher nach innen, hin zur Nachbarschaft orientiert sein sollte. Dies würde stärker ein Gefühl von Nachbarschaft, Sicherheit und Zugänglichkeit vermitteln. Für die Projektverantwortlichen war dies eine ganz neue Sichtweise. Es stellte sich heraus, dass sie eher die finanzielle Machbarkeit im Blick hatten als die einfühlsame Gestaltung eines Lebensraumes.

Das Treffen war ein Beispiel dafür, wie der Dialog zwischen Stadt und Bewohner\*innen verbessert werden könnte. In einem kleinen Kreis fühlt sich fast jede\*r sicher genug, die eigene Meinung einzubringen und gehört zu werden. Die Projektverantwortlichen machten sich auf den Weg zu den Bewohner\*innen und nicht umgekehrt, und die Bewohner\*innen waren am Wort.

# Teilnahme an Forschung über die alter(n)s-freundliche Stadt

**D**en Haag ist seit 2014 Mitglied im WHO-Netzwerk alter(n)sfreundlicher Städte. Die Stadt veranstaltet regelmäßig Monitoring-Diskussionen, um herauszufinden, wie ältere Menschen ihre Nachbarschaften erleben. Jedes Mal steht ein anderes Thema im Fokus. Das aktuelle Monitoring galt dem Thema Sicherheit.

In verschiedenen Bezirken Den Haags wurden von der Universität für angewandte Wissenschaft Workshops veranstaltet. In Transvaal wurde der Workshop mit der *Dreamlike Neighbourhood*-Nachbarschaftsgruppe umgesetzt. Die Gruppe besteht vor allem aus Männern marokkanischer Herkunft. Da sie nicht so gut niederländisch sprechen, war auch ein Dolmetscher anwesend.

Um zur Diskussion anzuregen, bereiteten die Forscher\*innen einige Schlüsselfragen vor. Darin ging es um die allgemeinen Ansichten der Teilnehmer und ihre Erfahrungen und Ideen für mehr Sicherheit in der Nachbarschaft. Das offene und niederschwellige Format machte eine aktive Teilnahme einfacher. Folgende Themen wurden diskutiert: Sicherheit zu Hause, Sicherheit und Verunreinigungen im öffentlichen Raum. Die Teilnehmer machten auch Vorschläge zu verschiedenen Problembereichen: anonyme Meldemöglichkeit für Kriminalität und Vandalismus, Informations- und Trainingsangebote zu Sicherheitsthemen in Gemeindezentren, Moscheen oder Kaffeehäusern. Sie schlugen gemeinsame Stadtspaziergänge von Stadtverantwortlichen, Polizist\*innen und älteren Menschen vor, damit die Themen gleich vor Ort diskutiert werden können. Zudem gaben sie an, sich gern klar als „Helfer“ gekennzeichnet (etwa durch ein Logo auf der Jacke) für eine lebenswerte Nachbarschaft einsetzen zu wollen.

Der Workshop war für die Gemeinde eine gute Möglichkeit, Informationen und Feedback einzuholen; außerdem zeigte die Stadt den älteren Menschen damit, dass ihre Meinung zählt und geschätzt wird.

# Verschiebung von der Forschung über die Stadt hin zu einer Forschung über sie selbst als ältere Bewohner\*innen der Stadt

Die slowenische Universität des Dritten Alters setzt sich seit mehr als drei Jahrzehnten wissenschaftlich mit Architektur und Stadtplanung auseinander. Im *Dreamlike Neighbourhood*-Projekt verwandelten sich einige Studiengruppen in *Dreamlike Neighbourhood*-Gruppen, die sich auf das Leben von älteren Menschen in ihren Nachbarschaften konzentrierten. Die Teilnehmer\*innen diskutierten nicht nur über die Stadt, sondern über sich selbst in der Stadt: Wie beeinflusst uns die Stadt / die Nachbarschaft und wie beeinflussen wir die Stadt?

## Hier einige Beispiele für Themen, die von der Nachbarschaftsgruppe diskutiert wurden:

- Was ist aus unserer Sicht eine Traumnachbarschaft? Was gehört alles dazu?
- Zugänglichkeit und Verfügbarkeit öffentlicher Toiletten
- Wie können öffentliche Toiletten in Orte des Lernens und der Kultur verwandelt werden? Das Kranj-Beispiel
- Gerechtigkeit in der Stadt und im Alter
- Grünflächen und ältere Menschen
- Modell des sicheren Alterns, aber auch ein kulturelles und soziales Modell des Alterns in der Stadt
- Ein System bedeutsamer Orte, das ein gutes Altern vor Ort ermöglicht
- Die Stadt zerstören oder verbessern?
- Was tun, wenn jemand sein Zuhause nicht verlassen kann? Was braucht es?
- Mobilität in der Stadt
- Warum (ältere) Menschen monofunktionale Nachbarschaften und Gentrifizierung (nicht) bekämpfen sollten.

Die Projektpartner\*innen der slowenischen Universität des Dritten Alters fassten die Gedanken der Teilnehmer\*innen zusammen und verarbeiteten sie zu einem Artikel, der in verschiedenen slowenischen Zeitungen, in Fachzeitschriften wie *Outsider*, *Bauhaus*, *Hiše* und im nationalen Fernsehen publiziert bzw. diskutiert wurde. Außerdem waren ältere Studierende und Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe an einer Radiosendung beteiligt.

# Internationale Veranstaltung im öffentlichen Raum: Runder Tisch

In Zusammenarbeit mit dem Fachmagazin **Outsider** organisierten die Teilnehmer\*innen einer Nachbarschaftsgruppe in Laibach einen Runden Tisch im öffentlichen Raum. Ältere Menschen teilten bei dieser Gelegenheit ihre Gedanken, Forschungsergebnisse und Empfehlungen zu guten Nachbarschaften. Die Veranstaltung stand sowohl eingeladenen Gästen als auch Passant\*innen offen und wurde auch von den Medien aufgegriffen.

[Hier](#) finden Sie den Artikel über das Event (in Slowenisch verfügbar).

*„Gemeinsam ist besser“, ein Runder Tisch bei einem internationalen Event einer Nachbarschaftsgruppe*

Foto © Janez Marolt



# Gemeinsame Gestaltung von Ausstellungen

Sichtbarkeit war in *Dreamlike Neighbourhood* sehr wichtig. Abgesehen von öffentlichen Events (→ [Internationale Veranstaltung im öffentlichen Raum: Runder Tisch und Öffentliches Erzählcafé](#)), Artikeln (→ [Verschiebung von der Forschung über die Stadt hin zu einer Forschung über sie selbst als ältere Bewohner\\*innen der Stadt](#)) und Videos (→ [Videoproduktion](#)), wurden ältere Menschen auch unterstützt, ihre Gedanken in Ausstellungen zu teilen.

In Zusammenarbeit mit der Gesellschaft der Architekt\*innen von Laibach und der Stadt Laibach, gestaltete die Nachbarschaftsgruppe der slowenischen Universität des Dritten Alters fast alle Veranstaltungen, die im „Monat des städtischen Raums“ stattfanden. Dieser Monat war – auf Initiative der Nachbarschaftsgruppe und deren Mentorin hin – dem Altern in der Stadt gewidmet. Die Teilnehmer\*innen gestalteten eine Outdoor-Ausstellung und eine Ausstellung in der Stadtgalerie mit. Sie arbeiteten sowohl am Konzept als auch an der Produktion der Ausstellungen mit. Diese zeigten einen umfangreichen Einblick in relevante Organisationen und spannende Beispiele für die Teilhabe älterer Menschen. Die Ausstellungen ermöglichten sowohl Expert\*innen als auch der allgemeinen Öffentlichkeit, mehr über gute städtische Lebensräume aus der Sicht älterer Menschen zu lernen. Deren Erfahrungen und Forschungsergebnisse waren die Grundlage dafür.



*Älter, frecher und kreativer. Einige Entwickler\*innen der Ausstellung bei der Eröffnung in der Stadtgalerie durch den Vizebürgermeister von Laibach, selbst ein Architekt.*

Foto © Janez Marolt



*Wohin in Laibach? Eine Ausstellung der Nachbarschaftsgruppen (in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft der Architekt\*innen von Laibach) auf einem der wichtigsten Plätze der Stadt. Die Outdoor-Ausstellung ermöglichte sowohl einem Fach- als auch einem allgemeinen Publikum, mehr darüber zu erfahren, was eine gute Nachbarschaft aus der Sicht älterer Menschen ausmacht – basierend auf Erfahrungen und Forschungsergebnissen.*

Foto © Meta Kutin

# Videoproduktion

Die Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppen in Laibach und Wien machten bei zwei Videoproduktionen mit:

Im Film *City 65+*, der bei der Eröffnung der Ausstellung *City 65+ Zwischen Rückzug und Urbanität* gezeigt wurde, erzählten Teilnehmer\*innen über ihre Ideen, Bedürfnisse und Gedanken zu Nachbarschaften und altersfreundlichen Städten. Außerdem wurden die Ergebnisse ihrer Forschungsarbeiten über das Leben älterer Menschen in der Stadt gezeigt. Sie arbeiteten auch am Drehbuch des Films mit.

Der Film *City 65+* kann [hier](#) angeschaut werden (Slowenisch mit englischen Untertiteln)

In Wien zeigen Teilnehmer\*innen der „Plauderei“ in einem kurzen Video, was sie zum *Dreamlike Neighbourhood*-Projekt beitragen. Sie erzählen über schöne Begegnungen und viel Spaß bei den „Plaudereien“.

Das Video „*Plauderei am Hofferplatz*“ kann [hier](#) auf Deutsch mit englischen Untertiteln angeschaut werden.

*Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe im Pensionist\*innenklub Hofferplatz in Wien teilen ihre Ansichten über die „Plaudereien“ in einem kurzen Video.*

Foto © queraum



# Ältere Menschen erkunden ihre Nachbarschaft und beziehen andere mit ein

**D**ie Nachbarschaft kann auf verschiedenste Weise erkundet werden, wie folgende Beispiele zeigen:

- Orte und Themen wechseln
- Neue Entwicklungen in der Stadt besuchen und analysieren
- Lerntreffen im öffentlichen Raum
- Die Virtuelle Realität erkunden
- Am Earth Day mitwirken
- Geführte Gruppenspaziergänge durch die Stadt

# Orte und Themen wechseln

Die Nachbarschaftsgruppe von Letokruh erkundete verschiedene Orte und lernte dabei viel über neue Entwicklungen im Stadtraum von Prag. Jedes Treffen wurde an einem anderen Ort in der Nachbarschaft abgehalten. Die Orte standen stets in Verbindung mit einem Thema. Zu manchen dieser Treffen wurden Expert\*innen und Entscheidungsträger\*innen eingeladen. Zu Beginn schlugen die Moderator\*innen von Letokruh Orte und Themen vor. Aber nach ein paar Terminen brachten die Teilnehmer\*innen selbst Ideen für Aktivitäten ein (z. B. Tour durch die Altstadt von Prag, angeleitet von einer älteren Freiwilligen) und trugen inhaltlich etwas bei.

Die Nachbarschaftsgruppe von Letokruh erkundete verschiedene Orte und lernte dabei viel über neue Entwicklungen im Stadtraum von Prag. Jedes Treffen wurde an einem anderen Ort in der Nachbarschaft abgehalten. Die Orte standen stets in Verbindung mit einem Thema. Zu manchen dieser Treffen wurden Expert\*innen und Entscheidungsträger\*innen eingeladen. Zu Beginn schlugen die Moderator\*innen von Letokruh Orte und Themen vor. Aber nach ein paar Terminen brachten die Teilnehmer\*innen selbst Ideen für Aktivitäten ein (z. B. Tour durch die Altstadt von Prag, angeleitet von einer älteren Freiwilligen) und trugen inhaltlich etwas bei.

Ein Beispiel: Die Gruppe besuchte eines der höchsten und größten Gewerbegebäude in Prag und traf danach die Entwickler\*innen und Architekt\*innen. Die Teilnehmer\*innen ergriffen die Gelegenheit beim Schopf und machten Vorschläge für die weitere Entwicklung des Stadtbezirks (z. B. Platz für Bewegung, mehr Parks und Grünflächen, ein Café für ältere Menschen oder ein besseres Leitsystem). Diese Erfahrungen gaben den Teilnehmer\*innen das Gefühl, dass ihre Meinungen wichtig sind und auch gehört werden.

Die Rückmeldungen der Teilnehmer\*innen zeigen, dass das Format gut funktionierte und es älteren Menschen ermöglichte, ihre Nachbarschaft zu erkunden, ihre Meinung zu sagen und ihre Talente sowie ihr Wissen einzubringen. All das führte zu einem erhöhten Bewusstsein für den eigenen Wert, zu stärkeren Verbindungen untereinander und zu einer größeren Unabhängigkeit und mehr Mut. Wir sind davon überzeugt, dass die Reise das Ziel ist und dass Gelegenheiten, sich zu treffen und zu diskutieren, der Schlüssel zu Empowerment und einem nachhaltigen Gemeindeleben sind.

# Neue Entwicklungen in der Stadt besuchen und analysieren

**D**ie Nachbarschaftsgruppe in Laibach besuchte und analysierte das neue Cukrarna Kulturzentrum (ehemalige Zuckerfabrik) in Poljane, Kiosk (ein neu renoviertes Gebäude, das von Jože Plečnik entworfen wurde), den neu gebauten Platz der Prekmurske Brigade in derselben Nachbarschaft, den Platz vor dem Poljane-Gymnasium und das neu renovierte Gymnasium selbst. Die Teilnehmer\*innen fanden heraus, dass das Gebiet vor allem dem Themenfeld Schule und Bildung gewidmet war. Sie schlugen vor, eine lokale Kooperation zwischen verschiedenen Bildungseinrichtungen, unter anderem der Universität des Dritten Alters, zu etablieren.

# Lerntreffen im öffentlichen Raum

Die Nachbarschaftsgruppen waren sehr froh über ihre vielen Lerntreffen draußen, auf Terrassen von Kaffeehäusern, in Parks und an anderen Begegnungsorten, die Besuche von Kultureinrichtungen und öffentlichen Orten in Poljane etc.

*Die Nachbarschaftsgruppen aus Laibach zu Besuch im Cukrarna Kulturzentrum*

Foto © Meta Kutin



# Die Virtuelle Realität erkunden

**A**uf einem ihrer Ausflüge besuchte die Nachbarschaftsgruppe von Letokruh einen Virtual Reality-Raum. Die erste Unsicherheit über die neuartige Umgebung und das ungewohnte Zubehör wich schnell der Neugier und dem Wunsch, das Unbekannte auszuprobieren. Die Virtuelle Realität und die Erkenntnis, dass auch diese Spielart von Wirklichkeit etwas zu bieten hat, war eine vollkommen neue Erfahrung und führte zu einer langen, sehr lebendigen Diskussion.



*Der Besuch eines Virtual Reality-Raumes war für die Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe in Prag eine völlig neue Erfahrung.*

Foto © Letokruh



*Jeden Tag kann man eine neue Wirklichkeit erleben. Jirka, wie er gerade von einem „Wolkenkratzer“ springt.*

Foto © Letokruh

# Am Earth Day mitwirken

**D**ie Verwaltung von Prag 4 war eine der wichtigsten Unterstützer\*innen von Letokruh und *Dreamlike Neighbourhood* in Prag. Gemeinsam wurde ein Öko-Event organisiert. Am Earth Day besuchte die Nachbarschaftsgruppe einen nahegelegenen Wald, um dort Müll einzusammeln und so zu einer saubereren Umwelt beizutragen. Diese Aktivität war nicht nur für die Umwelt gut, sondern brachte auch den Teilnehmer\*innen viel: Sie unterhielten sich und lernten einander besser kennen.

*Am Earth Day verrichteten die Teilnehmer\*innen Arbeit für das Gemeinwesen. Davon profitierte nicht nur die Umwelt, sondern auch die Dynamik in der Gruppe.*

Foto © Letokruh



# Geführte Gruppenspaziergänge durch die Stadt

In Prag traf sich die Nachbarschaftsgruppe regelmäßig zu Stadtpaziergängen. Am Anfang organisierten Mitarbeiter\*innen von Letokruh die Spaziergänge und bereiteten auch kleine Inputs vor. Nach einigen dieser Spaziergänge gingen die Teilnehmer\*innen dazu über, die Aktivität selbst zu organisieren. Sie richteten eine WhatsApp-Gruppe ein, um Datum und Uhrzeit zu teilen, Leute einzuladen, Fotos auszutauschen und Ideen für weitere Spaziergänge zu sammeln. Eines der Gruppenmitglieder übernahm die Leitung und bereitete Spaziergänge zu unterschiedlichen Orten in der Stadt vor. Im Zentrum des Interesses standen Denkmäler, historische Stätten und die damit verbundenen Geschichten (z. B. Prager Schloss, Kleinseite, St. Agnes, Vyšehrad).

Die gemeinsamen Spaziergänge erfreuten sich großer Beliebtheit und immer mehr Menschen schlossen sich der Gruppe an. Die Teilnehmer\*innen hatten großen Spaß daran, neue Orte zu entdecken, mehr über die Stadt zu lernen, Erfahrungen zu teilen, miteinander Zeit zu verbringen und sich aktiv in der Nachbarschaft zu bewegen.

Die Erfahrung zeigt, dass es sehr wichtig ist, die Spaziergänge an die Fähigkeiten und Bedürfnisse der Menschen anzupassen. Wenn Menschen mit körperlichen Einschränkungen dabei sind, ist es wichtig, dass auf dem Weg Bänke zu finden sind und dass sie auch für Rollstühle und Gehhilfen zugänglich ist.

# Ältere Menschen lernen voneinander und unterstützen sich gegenseitig

**N**achbarschaftsgruppen sind eine gute Umgebung zum Lernen – voneinander, aber auch von Externen. Aktivitäten, die ältere Menschen beim Lernen unterstützen, sind:

- Lernen mit/von den Peers
- „Learning by doing“
- Haus der Identität: Über das das Alter(n) in allen Facetten nachdenken
- Netzwerk-Methode „Gut füreinander“
- Technologie im Alltag – Erfahrungen und Unsicherheiten in einer geschützten Atmosphäre teilen

# Lernen mit/von den Peers

In der Nachbarschaftsgruppe in Laibach waren die wichtigsten Methoden Dialog und dialogisches Lernen und das Lernen mit/von den Peers in Arbeitsgruppen. Bei jedem Treffen wurde die Diskussion angeregt – durch einen Artikel, ein Video oder eine Talkshow, eine Ausstellung, eine Diskussion aktueller Themen oder durch forschendes Lernen. Die Mitglieder der Nachbarschaftsgruppe schlugen Themen vor, die sie interessierten. So wurden etwa Zeitungsartikel und lokale Medienberichte über neue Projekte in der Stadt, Renovierungsvorhaben und zukünftige Projekte ausgewählt. Die Lektüre führte zu vielen kontroversen Meinungen und lebhaften Diskussionen. Die Ergebnisse dieser Diskussionen wurden schriftlich zusammengefasst und mit der allgemeinen Öffentlichkeit geteilt.

*Lernen mit/von den Peers. Laibach aus ihrer Sicht und mit ihrem Wissen: Die Nachbarschaftsgruppen fingen damit an, über den Städtebau in ihren Nachbarschaften, aktuelle Entwicklungen und die Stakeholder, die öffentlichen Raum planen, zu lernen. D. „unterrichtet“ seine Kolleg\*innen.*

Foto © Meta Kutin



# „Learning by doing“

Eine der Gruppen in Laibach entschied sich für Forschung bzw. forschendes Lernen als Methode, die Nachbarschaft zu erkunden und voneinander zu lernen. In ihrer Forschung befassten sich die Teilnehmer\*innen mit der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft von Poljane – also dem Bezirk, in dem sich die Universität des Dritten Alters befindet.

Die Teilnehmer\*innen studierten Archivmaterial, sammelten alte Postkarten des Bezirks, recherchierten audiovisuelles Material und unternahmen Begehungen der Nachbarschaft, während sie die physische und soziale Umwelt diskutierten und gute Blickwinkel identifizierten.

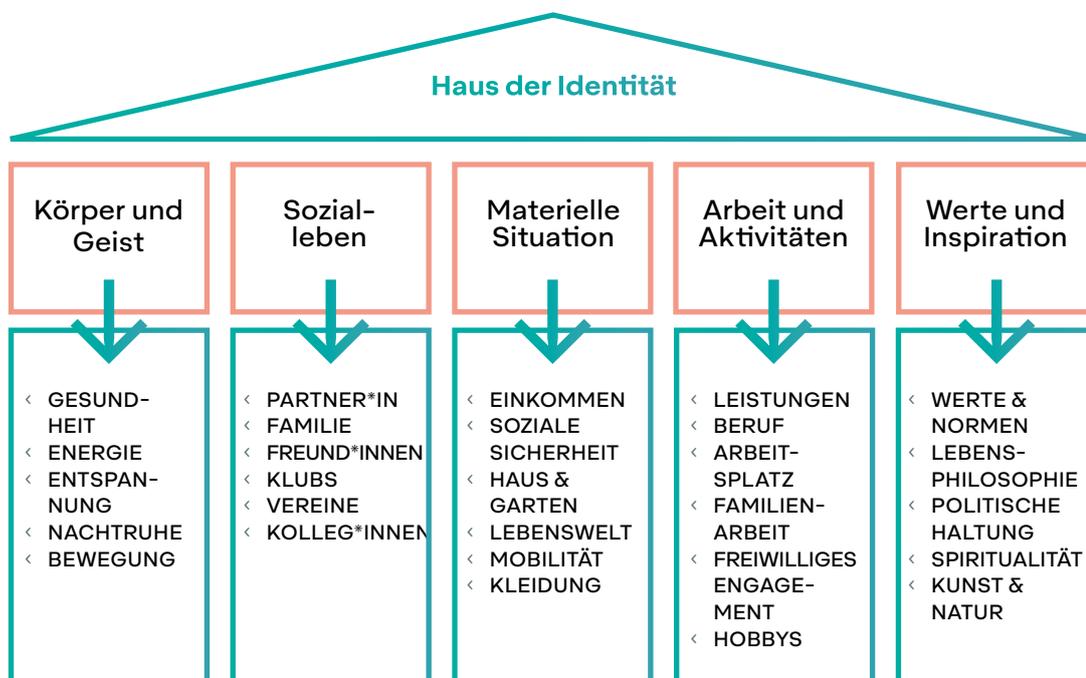
Beim forschenden Lernen folgten die Gruppen folgenden Schritten:

- 1) **Sie analysierten ihre eigenen Interessen:**  
Sie wurden dazu ermutigt, ihre Eindrücke zu notieren und über ihre persönlichen Erfahrungen mit dem Bezirk zu schreiben. Manche Teilnehmer\*innen etwa beschrieben, worauf sie auf dem Weg zum Gebäude der Universität gestoßen waren („Welche interessanten Dinge haben Sie auf Ihrem Weg zur Universität bemerkt?“).
- 2) **Ihre Ergebnisse wurden thematisch geclustert.**  
Es wurden verschiedene Kombinationen von Beobachtungen und Geschichten sichtbar. Sie wurden so kombiniert, dass Erfahrungen und Erinnerungen mit einem aktuellen Raumthema in Verbindung gebracht werden konnten.
- 3) **Sie sammelten Informationen und Daten zu den ausgewählten Themen.**  
Einzelne Themen wurden durch persönliche Geschichten anonymer Bewohner\*innen angereichert. Die Kontakte waren durch bestehende soziale Netzwerke

(z. B. Verwandte, Freund\*innen, ehemalige Arbeitskolleg\*innen) hergestellt worden. Die Datensammlung wurde individuell an das jeweilige Gegenüber angepasst, z. B. mündliche Interviews oder Schreiben von Geschichten und Erinnerungen. Außerdem wurden Fotos des Bezirks und einzelner Gebäude gemacht. Aktuelle Renovierungsprojekte in Poljanska wurden diskutiert. Die Ergebnisse wurden aufgezeichnet.

- 4) **Persönliche Geschichten, geclustert, verbanden einzelne Themen mit belastbaren Daten.**  
Die Erzählungen wurden aus unterschiedlichen Perspektiven untersucht. Indem theoretisches Wissen und Daten aus der Fachliteratur eingespeist wurden, gewannen die einzelnen Geschichten an Gewicht. Die Teilnehmer\*innen der Gruppen besuchten Bibliotheken, Archive, Museen, Kulturzentren und das nationale Radio und unterstützten einander sehr bei der Literaturrecherche und darüber hinaus.
- 5) **Öffentliche Kampagne:**  
Manche Teilnehmer\*innen arbeiteten an der Entwicklung einer Ausstellung mit, schrieben ein Drehbuch (sie mussten dafür auch lernen, wie man eines schreibt) und drehten einen Film. Andere machten bei einer Fernsehsendung über Wohnen im Alter und Barrierefreiheit im öffentlichen Raum mit. Außerdem bereiteten sie gemeinsam eine Veranstaltung im öffentlichen Raum vor. Bei einem Runden Tisch diskutierten sie mit Studierenden und Architekt\*innen über ihre Perspektiven und Ergebnisse (→ siehe dazu auch: [Internationale Veranstaltung im öffentlichen Raum: Runder Tisch, Gemeinsames Gestalten von Ausstellungen, Videoproduktion](#))

# Haus der Identität: Über das Alter(n) in allen Facetten nachdenken



Source: Figure based on *Huis van de Identiteit*, Houben, P. (2009). *Interactief levensloopbeleid*. Amsterdam: SWP.

Eine sehr inspirierende Methode, die in den Nachbarschaftsgruppen getestet wurde, war das „Haus der Identität“. Das Grundprinzip: Einen umfassenden Blick auf die eigene Situation und das Umfeld werfen. Wir sind das in der Regel nicht gewöhnt, weil wir uns zu oft in den Details des Alltags verlieren. Eine Folge davon ist, dass wir mögliche Quellen für Wachstum und Stärke übersehen. Im Konzept sind fünf grundlegende Lebensbereiche festgelegt, in denen sich Menschen im Laufe ihres Lebens entwickeln und zu denen werden, die sie sind. Diese fünf Bereiche bilden miteinander das „Haus der Identität“. Die Grafik weiter unten visualisiert es als Haus mit fünf Räumen.

Worum geht es bei diesen fünf Räumen?

## Körper und Geist

Beim Raum „Körper und Geist“ geht es um Themen wie Bewegung, Sexualität, Erscheinung, Muskelkraft und mentale Gesundheit. Körper und

Geist können in Gefahr sein; es ist sehr wichtig, physisch und psychisch gesund zu bleiben. Beispiele für Fragen, die man sich hierzu stellen kann: Esse ich gesund? Bewege ich mich genug? Kann ich entspannen? Bin ich zufrieden mit meinem Gedächtnis? Kann ich mit den neuen Medien umgehen?

## Sozialleben

Dieser Raum steht für das soziale Netzwerk, die Beziehungen eines Menschen, etwa zur Familie, zu Freund\*innen, Nachbar\*innen oder in Vereinen. Hier denkt man über Fragen nach wie: Fühle ich mich manchmal einsam? Habe ich gute Kontakte? Erfahre ich Unterstützung? Hilfe ich anderen?

## Materielle Situation

Hier geht es um Einkommen, Wohnen, ein Zuhause mit genügend Komfort und ein sicheres Umfeld. Die Fragen hier sind: Habe ich ein passendes Zuhause? Lebe ich in einer schönen Nachbar-

schaft? Beziehe ich die Leistungen, auf die ich einen Anspruch habe? Bin ich mobil genug, um an der Gesellschaft teilzuhaben?

## Arbeit und Aktivitäten

Beim Raum für Arbeit und Aktivitäten sprechen die Menschen über die Dinge, mit denen sie beschäftigt sind. Denken Sie dabei an (freiwillige) Arbeit, „etwas zu tun zu haben“, kreativ zu sein. Ein gutes Thema ist die Generativität (Erikson et al. 1971)<sup>1</sup> Generativität ist der Wunsch, etwas zu erschaffen, etwas zurückzulassen, das für die folgenden Generationen von Wert ist. Mögliche Fragen: Was kann ich beitragen? Möchte bzw. brauche ich einen Job? Wäre freiwilliges Engagement etwas für mich? Bin ich für meine Nachbar\*innen da, wenn sie mich brauchen, und sind sie für mich da? Wie gestalte ich meine Rolle als pflegende\*r Angehörige\*r: Komme ich damit noch zurecht oder besteht die Gefahr einer Überlastung?

---

<sup>1</sup> Erik H. Erikson, Joan M. Erikson, Helen Q. Kivnick (1994) Vital Involvement in Old Age New York, London: New York, London. W.W. Norton and Company.

## Werte und Inspiration

Im Werte- und Inspirationsraum ist man eingeladen, über Werte und Ideen nachzudenken, die einem spirituellen und mentalen Halt geben oder die man im Leben umsetzen möchte. Beispiele für Fragen, die man sich selbst oder anderen stellen kann sind: Was ist für mich wichtig? Was erfüllt mich mit Sinn? Was sehe ich, wenn ich auf mein Leben zurück blicke? Welche Rolle spielen Tust oder Religion für mich?

### In allen diesen Bereichen können sich die Teilnehmer\*innen fragen:

- Wie geht es mir?
- In welchem Raum, in welchen Räumen fühle ich mich stark?
- Wo kann ich etwas lernen? Kann mich hier weiterentwickeln und wachsen?
- Wo muss ich einen Verlust akzeptieren?
- Wo sollte ich weniger ehrgeizig sein und mir mehr Ruhe gönnen?



*In Den Haag lernten die Teilnehmer\*innen voneinander, als sie sich zu ihren Träumen und Wünschen austauschten.*

Foto © Loes Hulsebosch

## Schließen Sie sich nicht in einem Raum ein.

Menschen, die in einem dieser Räume einen Mangel fühlen, suchen manchmal sehr lange nach einer Verbesserung nur in diesem Raum. Sie sperren sich in einem Raum ein. Eine Krankheit wird diagnostiziert, und es entsteht der Eindruck, dass nur der Arzt, die Ärztin das Problem lösen kann. Jemand wird arbeitslos und sucht jahrelang – manchmal verzweifelt – nach genau demselben Job mit genau demselben Einkommen. Jemand fühlt sich einsam und setzt alles daran, einen neuen Partner, eine neue Partnerin zu finden. In einem solchen Fall kämpfen sich die Menschen oft durchs Leben – mit einem zu engen Blick auf ihre Optionen.

In den *Dreamlike Neighbourhood*-Gruppen in Den Haag führte die Arbeit mit dem Haus der Identität zu vielen verschiedenen Gesprächsthemen, wie zum Beispiel: schlechter Schlaf, Selbstbehauptung beim Arzt/bei der Ärztin, Leistungen der Krankenversicherung, digitale Kompetenzen gewinnen...

Die Methode ermutigt dazu, neue Optionen rund um Teilhabe und Sinn zu erkennen bzw. zu entwickeln.

# Netzwerk-Methode „Gut füreinander“

In Bouwlust (Den Haag) luden zwei Gemeinwesenarbeiter\*innen die Nachbarschaftsgruppe dazu ein, die Netzwerk-Methode „Gut füreinander“ auszuprobieren. Diese Methode wurde von Pflegegenossenschaften in den Niederlanden entwickelt, um kleinräumig Pflege und Unterstützung zu organisieren.

Die Netzwerkkarte hilft dabei, einen Überblick über das eigene soziale Netzwerk zu bekommen. Unter der Anleitung der Gemeinwesenarbeiter\*innen arbeitete die Gruppe an verschiedenen Themen:

1. **Alltag: Haushalt/Garten, Finanzen, Mobilität, Einkauf/Kochen, Computer, Haustiere**
2. **Sozialleben: Geselligkeit, Hobby**
3. **Gute Gespräche: Gesprächspartner\*innen**
4. **Pflege: medizinischer Bedarf**

Für jedes Thema schrieb jede\*r Teilnehmer\*in den Namen mindestens einer Person auf, die sie/ihn unterstützt und fügte hinzu, was sie/er für jemanden im Netzwerk tun könnte. Diese Übung führte zu vielen Diskussionen, weil es für manche der Teilnehmer\*innen schwierig war, das Blatt auszufüllen.

Im nächsten Schritt wurden folgende Fragen diskutiert:

- **Wissen die Leute auf Ihrer Liste, dass Sie auf sie zählen?**
  - > **Sprechen Sie mit ihnen und klären Sie gemeinsam, was Sie füreinander tun wollen/können.**
- **Haben Sie Leerstellen in Ihrem Netzwerk?**
  - > **Diskutieren Sie in der Gruppe, wie man Ihre Sozialkontakte stärken oder ausweiten kann.**

Die „Gut füreinander“-Netzwerkkarte ist ein gutes Werkzeug, um das eigene soziale Netz zu reflektieren und eine Ahnung davon zu bekommen, wo man es stärken oder ausweiten könnte.

# Technologie im Alltag – Erfahrungen und Unsicherheiten in einer geschützten Atmosphäre teilen

In den niederländischen Gruppen gab es laufend Fragen über die Nutzung des Mobiltelefons oder anderer technischer Geräte. Es war offensichtlich, dass die digitale Teilhabe älterer Menschen nur unzureichend funktioniert.

In beinahe allen Bereichen ihres Lebens müssen sie inzwischen digital kommunizieren: Bank, Behörden, Ärztinnen/Ärzte und Apotheke, Krankenversicherung, COVID-Sicherheitsmaßnahmen, Bestellungen in einem Restaurant mittels QR-Code, Online-Einkäufe etc. Viele ältere Menschen können mit der technologischen Entwicklung kaum Schritt halten.

Unsere Erfahrung zeigt, dass es sinnvoll ist, dieses Thema in Gruppen aufzugreifen. Gruppentreffen können ein guter Rahmen sein, um technische Geräte besser kennenzulernen, spezielle Fragen zu diskutieren und digitale Fertigkeiten gemeinsam zu üben. Das Wissen und die Fähigkeiten der Teilnehmer\*innen sind eine wertvolle Ressource: Die eine kennt sich mit einem Gerät gut aus, der andere weiß vielleicht mehr über eine Applikation. Gemeinsam kommt man weiter!

In den niederländischen Gruppen gab es laufend Fragen über die Nutzung des Mobiltelefons oder anderer technischer Geräte. Es war offensichtlich, dass die digitale Teilhabe älterer Menschen nur unzureichend funktioniert.

In beinahe allen Bereichen ihres Lebens müssen sie inzwischen digital kommunizieren: Bank, Behörden, Ärztinnen/Ärzte und Apotheke, Krankenversicherung, COVID-Sicherheitsmaßnahmen, Bestellungen in einem Restaurant mittels QR-Code, Online-Einkäufe etc. Viele ältere Menschen können mit der technologischen Entwicklung kaum Schritt halten.

Unsere Erfahrung zeigt, dass es sinnvoll ist, dieses Thema in Gruppen aufzugreifen. Gruppentreffen können ein guter Rahmen sein, um technische Geräte besser kennenzulernen, spezielle Fragen zu diskutieren und digitale Fertigkeiten gemeinsam zu üben. Das Wissen und die Fähigkeiten der Teilnehmer\*innen sind eine wertvolle Ressource: Die eine kennt sich mit einem Gerät gut aus, der andere weiß vielleicht mehr über eine Applikation. Gemeinsam kommt man weiter!

Es gibt auch viele Anwendungen für ältere Menschen, die kaum bekannt sind, wie etwa eine App, die daran erinnert, die Medikamente zur richtigen Zeit einzunehmen. Oder soziale Roboter und Apps, um mit anderen in Kontakt zu bleiben und an Aktivitäten während des Tages zu erinnern. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass ältere Menschen gern an diesen Themen teilhaben und Entwicklungen sinnvoll finden, wenn sie mit ihren täglichen Routinen und Bedürfnissen zusammenpassen. Hier zwei konkrete Beispiele:

Im Saffier Pflegezentrum in Den Haag Nord, in der Nachbarschaft Benoordenhout, wurde ein Verleihservice für digitale Helfer gestartet. Einige der Geräte und Angebote wurden den Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe gezeigt. Sie konnten zum Beispiel Virtual Reality-Billen ausprobieren und mit dem Riesenrad in Scheveningen oder mit dem Bus zur Bezirksbibliothek fahren. Unsere Teilnehmer\*innen erlebten dies als sehr bereichernd und inspirierend.

Die Teilnehmer der Nachbarschaftsgruppe in Transvaal erhielten ein Leihtablet. Während der *Dreamlike Neighbourhood*-Treffen übten sie ständig die verschiedensten Dinge, wie das Planen von Routen, das Checken von Fahrplänen oder die Online-Recherche.

So lange wie möglich unabhängig bleiben:  
Technologie hilft den Menschen, die Kontrolle  
über ihr eigenes Leben zu behalten. Die Erfahrung  
zeigt, dass das Lernen voneinander sehr stimulierend  
sein kann!

# Ältere Menschen bleiben in Kontakt – auch in Zeiten „physischer Distanz“

**D**ie Pandemie war eine Herausforderung – nicht nur für das Projekt, sondern auch und vor allem für die Nachbarschaftsgruppen. Die Projektteams mussten nach neuen Möglichkeiten suchen, Kontakte zu knüpfen und in Kontakt zu bleiben. Möglichkeiten, die auch in Zukunft (auch ohne Pandemie) von Nutzen sein können.

→ **Telefoninterviews**

→ **WhatsApp-Gruppen**

→ **Online-Treffen und -Diskussionen**

# Telefoninterviews

In Österreich musste der Start der Erzählcafés („Plaudereien“) wegen COVID-19 verschoben werden. Das queraum-Team suchte daher nach anderen Möglichkeiten, mit den (potenziellen) Teilnehmer\*innen in Kontakt zu kommen und sie aktiv einzubinden.

Das Projektteam entschied sich dafür, Telefoninterviews durchzuführen und befragte die Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe nach ihren individuellen „Reisegeschichten“. Das Projektteam achtete während der Gespräche auf eine zwanglose Atmosphäre. Trotzdem wurden einige allgemeine Einstiegsfragen vorbereitet, zum Beispiel: An welche Reisen erinnern Sie sich besonders gern? Was sind Ihre Lieblings- oder Kraftorte? Wie auch in Gesprächen von Angesicht zu Angesicht kamen wir rasch von einem Thema zum anderen. Die Telefongespräche erwiesen sich als gute Methode, die Teilnehmer\*innen kennenzulernen und sich gemeinsam für die „Plauderei“ „aufzuwärmen“.

Die Geschichten wurden zu kurzen Artikeln verarbeitet, die das queraum-Team in den späteren Plaudereien nutzte.

# WhatsApp-Gruppen

Die COVID-19-Pandemie motivierte das Projektteam von Letokruh dazu, neue Kommunikationswege für und mit den älteren Ehrenamtlichen zu erschließen. Sie sollten die Möglichkeit haben, in Verbindung zu treten und zu kommunizieren – und auf diese Weise einander in Zeiten von Distanz und Isolation zu unterstützen und zu motivieren.

Als sich herausstellte, dass persönliche Treffen nicht möglich waren, richteten die Teilnehmer\*innen eine WhatsApp-Gruppe ein. Die Gruppe nahm sie sehr gut an und blieb so in Kontakt. Auch als die Kontaktbeschränkungen wieder aufgehoben waren, wurde die WhatsApp-Gruppe verwendet, um über gemeinsame Aktivitäten zu informieren sowie Texte und Bilder zu Treffen und Ausflügen (z. B. geführten Stadtspaziergängen) zu teilen. Die Teilnehmer\*innen nutzen diesen Kanal auch dazu, einander Geburtstagsgrüße zu schicken oder Einladungen zu eigenen Events und Theateraufführungen zu versenden. Sie übernehmen die Inhalte und die Moderation der Gruppe.

Das Projektteam machte die Beobachtung, dass eine Gruppe auch digital „zusammenwachsen“ kann. Die digitalen Mittel sind ein Anstoß dafür, im echten Leben enger zusammenzurücken und gemeinsam etwas zu unternehmen. Dies wird auch durch die Erfahrungen in Den Haag bestätigt: Eine Teilnehmerin schickt der Gruppe täglich über WhatsApp eine inspirierende Botschaft und erhellt so für jede\*n den Start in den Tag.

# Online-Treffen und -Diskussionen

**D**ie Lernenden und Teilnehmer\*innen der Nachbarschaftsgruppe in Laibach führten ihre regelmäßigen Studien über Urbanistik und ihre eigene Position in/gegenüber der Stadt sowie ihre Treffen und Diskussionen über Nachbarschaften online weiter. Davor hatten sie und ihre Gruppenleiter\*innen Einschulungen zu Zoom und anderen Konferenzsoftwares erhalten. Die Gruppen organisierten auch eine internationale Konferenz mit anderen Universitäten des Dritten Alters in Zagreb und Frankfurt über das Thema Stadt und ihre eigenen Forschungsmodelle.

## Impressum

Diese Online-Methodensammlung wurde im Erasmus+ Projekt *Dreamlike Neighbourhood. Senior\*innen gestalten gemeinsam unterstützende Nachbarschaften* entwickelt.  
Projektwebsite: [www.dreamlike-neighbourhood.eu](http://www.dreamlike-neighbourhood.eu)

Herausgeber:

queraum. kultur- und sozialforschung  
Lektorat: Yvonne Giedenbacher  
Gestaltung: Verena Blöchl

## Österreich

- Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP)
- Nachhaltiger ACHTSAMER 8.

## Tschechien

- Passerinvest Gruppe
- Prag 4. Bezirk

## Slowenien

- Gesellschaft der Architekt\*innen Laibach
- Fakultät für Philosophie, Abteilung für Pädagogik und Andragogik, Universität von Laibach
- Stadt Laibach
- Magazin Outsider

## Niederlande

- Woonservicewijken Den Haag
- Stiftung Saffier
- Gemeindezentrum Mandelaplain
- Stedelijke Ouderen Commissie, SOC

## Die Dreamlike Neighbourhood-Partnerschaft

*Dreamlike Neighbourhood* ist ein Erasmus+ Projekt. Es wurde von Dezember 2020 bis November 2022 durchgeführt. Die Partnerschaft wurde von Organisationen in fünf europäischen Ländern getragen:

### Österreich (Koordination)

queraum. kultur- und sozialforschung  
[www.queraum.org](http://www.queraum.org)  
Anita Rappauer & Susanne Dobner  
[rappauer@queraum.org](mailto:rappauer@queraum.org),  
[dobner@queraum.org](mailto:dobner@queraum.org)

### Belgien

AGE Platform Europe  
[www.age-platform.eu](http://www.age-platform.eu)  
Ilenia Gheno  
[ilenia.gheno@age-platform.eu](mailto:ilenia.gheno@age-platform.eu)

### Tschechien

Letokruh, z.ú. w  
[www.letokruh.eu](http://www.letokruh.eu)  
Vlad'ka Dvořáková & Katka Karbanová  
[vladka@letokruh.eu](mailto:vladka@letokruh.eu), [katka@letokruh.eu](mailto:katka@letokruh.eu)

### Slowenien

Slowenische Universität des Dritten Alters  
[www.utzo.si](http://www.utzo.si)  
Meta Kutin, Dušana Findeisen,  
Urška Majaron  
[meta.kutin@gmail.com](mailto:meta.kutin@gmail.com),  
[dusanafindeisen1@gmail.com](mailto:dusanafindeisen1@gmail.com),  
[info@univerzatri.si](mailto:info@univerzatri.si)

### Niederlande

AFEdemy, Akademie für alter(n)s-  
freundliche Umwelten in Europa  
[www.afedemy.eu](http://www.afedemy.eu)  
Willeke van Staalduinen  
[willeke@afedemy.eu](mailto:willeke@afedemy.eu)



Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Veröffentlichung stellt keine Billigung des Inhalts dar, welcher nur die Ansichten der Verfasser wiedergibt, und die Kommission kann nicht für eine etwaige Verwendung der darin enthaltenen Informationen haftbar gemacht werden.

Kofinanziert durch das  
Programm Erasmus+  
der Europäischen Union

