

7. Aktivitäten

Das Alter wird zunehmend als Lebensabschnitt mit vielen Chancen und Potenzialen betrachtet. Im Alter etwas für sich selbst zu tun und sich *für* sowie *mit* anderen gemeinsam zu engagieren entspricht immer mehr den individuellen und auch gesellschaftlichen Vorstellungen vom Alter. Dies beinhaltet auch der Begriff „Active Ageing“, der von der Welt Gesundheitsorganisation auf der zweiten Konferenz der Vereinten Nationen zum Weltaltenplan im April 2002 in Madrid¹ dafür verwendet wurde. Die bisher vielfach auch als „Ruhestand“ bezeichnete Lebensphase wird in der Debatte um die Produktivität des Alters u.a. als Zeit der „aktiv gestaltenden Umweltaneignung“² verstanden. Auch im dritten deutschen Altenbericht wird diese Zielrichtung im Zusammenhang mit einer Veränderung des Altersbildes genannt. Auswirkungen zeigen sich in vielen gesellschaftlichen Bereichen und somit auch in der Sozialpolitik. Hier „beginnen sich neue Leitbilder des Umgangs mit älteren Menschen abzuzeichnen, nach denen ältere Menschen nicht länger eine zu versorgende Klientel darstellen, die durchgängig der Institutionen und Dienste der Altenhilfe bedarf, sondern ältere Menschen als aktive Koproduzenten ihrer eigenen Wohlfahrt begreift.“³

Heute sind Menschen ab dem 60. Lebensjahr im Vergleich zur vorherigen Generation vielfach höher qualifiziert, gesundheitlich und vor allem auch finanziell besser gestellt. Es gibt ein Potenzial an Erfahrungen und an Engagement, das es individuell und gesellschaftlich zu nutzen gilt. Gesundheitlich entsprechen die heutigen 65-Jährigen dem Stand der 60-Jährigen in der vorhergehenden Generation. Der Gesundheitszustand spielt eine wesentliche Rolle, wenn es um die Teilhabe am sozialen Leben und an der Mitgestaltung gesellschaftlicher Interessen geht. Finanziell verfügen die über 60-Jährigen aufgrund langjähriger Erwerbstätigkeit und Schaffung von Eigentum über zumeist ausreichende bis gute Ressourcen. Allerdings sind die Aspekte Schichtzugehörigkeit und die in der Regel kürzeren Zeiten der Erwerbstätigkeit von Frauen nicht zu vernachlässigen. Und: Noch nie stand den über 60-Jährigen so viel freie Zeit zur Verfügung. Folglich geht es in der Seniorenpolitik vermehrt um die Schaffung von Rahmenbedingungen, die eine stärkere aktive Teilhabe an und Gestaltung von Gesellschaft durch ältere Menschen ermöglichen.

Wie nutzen Menschen ab 60 Jahre ihre Zeit, wenn „sie in Rente sind“? Wie könnten sie ihre Zeit nutzen? Um zu diesen zentralen Fragen allgemeine und konkrete Aussagen für die Situation im Landkreis Ammerland treffen zu können, werden folgende Schwerpunkte ausgewählt:

Zum Begriff „Produktivität im Alter“

Zur Verwendung der „freien Zeit“

Bildungsaktivitäten

Ehrenamtliches Engagement und Freiwilligenarbeit

Beispiele für Aktivitäten in Vereinen und im kirchlichen Bereich

Selbsthilfe

Seniorenbeiräte

¹ Siehe dazu: World Health Organization: Active Ageing – A Policy Framework, Geneva 2002

² Siehe dazu: Schäffter, Ortfried: Produktivität des Alters – Perspektiven und Leitfragen. In: Detlef Knopf; Ortfried Schäffter; Roland Schmidt (Hrsg.): Produktivität des Alters. Berlin 1990 S. 20-25

³ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation. Berlin 2001, S. 68

Dabei geht es weniger um das breite Spektrum an Aktivitäten für Menschen ab 60 Jahre im Einzelnen. Hier bieten die vorliegenden und in Vorbereitung befindlichen Seniorenwegweiser der einzelnen Gemeinden im Ammerland einen ausführlichen Einblick. Im Rahmen des Seniorenplanes steht eine Thematisierung bzw. Problematisierung von ausgewählten Tätigkeitsfeldern und Engagementbereichen im Vordergrund. Beiträge von ExpertInnen stellen einen konkreten Bezug zu den Aktivitäten vor Ort her und geben damit eine punktuelle Einschätzung der Situation im Landkreis Ammerland. So wird ein Überblick ermöglicht, der kommunale Ansatzpunkte für Perspektiven bietet.

7.1 Produktivität des Alters

In der Diskussion um Aktivitäten im Alter wird häufig der Begriff Produktivität ins Spiel gebracht, der jedoch nicht klar definiert ist und durch die Benutzung in ökonomischen Zusammenhängen geprägt ist. Auf diesen Begriff wird hier kurz eingegangen, da davon auszugehen ist, dass er in Zukunft an Bedeutung gewinnt. Formuliert wird damit ein Anspruch an die Gestaltung des Alters, der allgemein eine stärkere gesellschaftliche Berücksichtigung der Kompetenzen älterer Menschen in der nachberuflichen Phase anspricht. Vielfach ist die Rede davon, dass aufgrund der häufigeren Nutzung des Vorruhestandes und damit einer tendenziellen Verlängerung des Ruhestandes nicht nur neue Gestaltungsmöglichkeiten für die Betroffenen gegeben sind, sondern auch Erwartungen an sie gerichtet werden könnten. Die Selbstverständlichkeit, von einem Normalarbeitsverhältnis in die Verrichtung zu gehen, ist heute und vor allem zukünftig vielfach nicht mehr gegeben. In diesem Zusammenhang geht es letztendlich auch um die Frage: Wie kann von Erwerbsarbeit freie Zeit individuell und gesellschaftlich zufriedenstellend gestaltet werden? Doch nicht nur Kompetenzen aus dem Bereich der Erwerbstätigkeit werden hier benannt, sondern auch solche, die beispielsweise von nicht erwerbstätigen Frauen aufgrund von Kindererziehung und Familienarbeit entwickelt werden. Bei der Frage nach einer (auch gesellschaftlichen) Nutzung der gewachsenen Kompetenzen und Potentiale von Älteren wird in erster Linie an die aktiven „neuen“ Alten gedacht.⁴

Gewarnt wird vor einer Einengung des Produktivitätsbegriffs auf ökonomische Leistungs- bzw. Nützlichkeitsaspekte, da es sowohl um einen individuellen Beitrag als auch um ein Profitieren von Fähigkeiten anderer geht. Es gilt vielmehr ein neues, differenziertes Verständnis von Produktivität im Alter zu entwickeln. „Hierbei ist es eine wichtige Einsicht, daß Menschen in ihrer nachberuflichen Lebensphase die Möglichkeit gegeben werden muß, (*soziales*) *Gestaltungsvermögen* freizusetzen, ein Gestaltungsvermögen, das nicht gleichzusetzen ist mit einer bloßen ‚Nutzung‘ der vorhandenen brachliegenden Ressource ‚Alter‘. Unter ‚echter‘ Altersproduktivität soll hier daher ‚*aktiv gestaltende Umweltaneignung*‘ (Schäffter 1990) verstanden werden.“⁵ Zum gegenwärtigen Zeitpunkt werden die Chancen einer „aktiv gestaltenden Umweltaneignung“ noch als gering betrachtet. Es fehlen ausreichende gesellschaftliche Rahmenbedingungen, in die das gestiegene Zeitpotential der über 60-Jährigen und ihre gewachsenen Kompetenzen eingebunden werden könnten. Es ist davon auszugehen, dass in der nachwachsenden Generation insgesamt ein erweiterter Anspruch an eine aktive Gestaltung des Lebens ab 60 Jahre vorhanden ist. Insofern erscheint es neben Aktivitätsangeboten notwendig, Anstöße und Unterstützung so-

⁴ Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 19

⁵ ebenda, S. 11

wie Bedingungen zu bieten, damit die Betroffenen selbst ihre eigenen Interessen entwickeln und umsetzen können: „Ältere müssen potentielle ‚Abnehmer‘ ihrer Leistungen überzeugen und geeignete Umgangsformen mit ihnen entwickeln; sie müssen gesellschaftliche Vorurteile abbauen und Bündnispartner für ihre Interessen finden.“⁶ Dabei sind auch generationenübergreifende Gesichtspunkte zu berücksichtigen. Das Anfang der 90er Jahre entwickelte Modellprogramm Seniorenbüro und das aktuell laufende Programm zur Förderung der Freiwilligenarbeit bzw. des SeniorTrainers sind Beispiele für Ansätze zur Schaffung von Rahmenbedingungen, die in Richtung Produktivität im Alter zeigen.

7.2 Verwendung der „freien Zeit“

Unbestritten bleibt, dass im Alter die frei verfügbare Zeit zunimmt. Ein Vergleich zeigt, dass „über 60jährige mit durchschnittlich ca. 6,3 Stunden am Werktag die meiste Zeit für Freizeit aufwenden (Selbständige nur ca. 2,7 und Arbeitnehmer sowie Hausfrauen ca. 3,7)“.⁷ Eine Untersuchung zum Zeitbudget geht sogar von 9 Stunden und 40 Minuten aus, wobei der größte Anteil (7 Stunden 9 Minuten) im Haus und nur ein kleiner Anteil (2 Stunden 31 Minuten) außerhalb des Hauses verbracht wird.⁸ Demnach stehen Aktivitäten im häuslichen Bereich im Vordergrund. Während hier Fernsehen, Lesen, Zeit für persönliche Pflege und Haushaltsaktivitäten etc. dominieren, nehmen außerhalb der Wohnung Spaziergänge, Besorgungen, Ausflüge in die Umgebung und Besuche bei Freunden und Verwandten einen großen Raum ein.⁹ Auch wird vielfach eine Zweiteilung des Tages beibehalten: morgens werden die „notwendigen“ Dinge erledigt und nachmittags sowie abends stehen die „nicht verpflichtenden“ Aktivitäten im Vordergrund.¹⁰ In Partnerbeziehungen wird die Rollenverteilung bei Eintritt in den Ruhestand in der Regel beibehalten, Frauen verwenden jedoch allgemein mehr Zeit für sozial-kommunikative Kontakte.

In unterschiedlichen Untersuchungen wurde festgestellt, dass viele Berufstätige vor dem Eintritt in den Ruhestand sich die anschließende Zeit ohne berufliche Verpflichtungen mit vielfältigen Aktivitäten und dem Ausprobieren von neuen Ideen vorstellten. „Die Berufstätigen stellen sich vor, dass sie später im Ruhestand mehr Zeit zum Zeitunglesen, Fernsehen oder Radiohören finden. Und genauso kommt es: Alte Gewohnheiten werden beibehalten, zeitlich gestreckt, gedehnt und intensiviert. Dabei ist auch hier auffällig, dass man sich mehr beziehungsweise Anspruchsvolleres vornimmt, als man im Ruhestand wirklich realisiert. (...) Die eigene Bequemlichkeit, die Konzentration auf häuslichen Medienkonsum führt dazu, dass viele de facto die Zeit mehr totschiessen, als sie es wahrhaben möchten.“¹¹ Dieses sehr drastisch formulierte Ergebnis zum Unterschied zwischen Vorstellung und Wirklichkeit im Umgang mit der freien Zeit im Alter zeigt die Schwierigkeit, Wünsche und Erwartungen an sich selbst in Realität umzusetzen. Die alltägliche Routine wiegt sehr schwer. Eine Aus-

⁶ ebenda, S. 12

⁷ Tokarski, Walter: Freizeit- und Lebensstile älterer Menschen. Kassel 1989, S. 163. Zitiert nach Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 12

⁸ ebenda, S. 12

⁹ Siehe dazu auch: Niedersächsischer Landfrauenverband Hannover: Lebens-, Wohn- und Versorgungssituation älterer Menschen im ländlichen Raum. Hannover 1994, S. 38/39

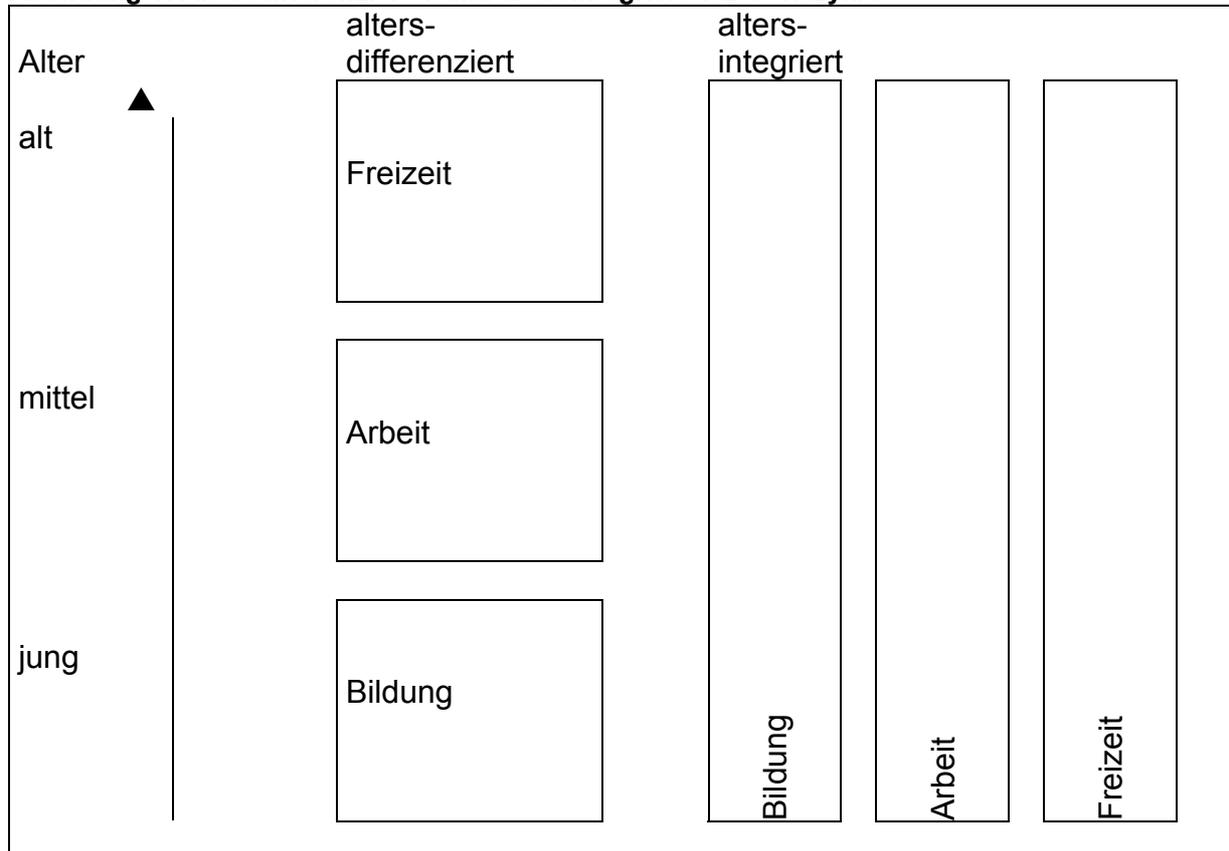
¹⁰ Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 13

¹¹ Opaschowski, Horst W.; Neubauer, Ursula: Freizeit im Ruhestand. Was Pensionäre erwarten und wie die Wirklichkeit aussieht. Hamburg 1984, S. 19. Zitiert nach: Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 14

nahme bildet hier das Reisen, das insbesondere von vielen „jungen“ Alten aktiv betrieben wird. Dagegen sind es gerade die außerhäuslichen Sozialaktivitäten, die sich viele über 60-Jährige vornehmen aber dann doch nicht realisieren. Außerdem wird damit auch die Gradwanderung angesprochen zwischen dem Vorsatz, die Zeit möglichst sinnvoll für sich und auch andere nutzen zu wollen und der Freiwilligkeit, d.h. „eigentlich nichts tun zu müssen“.

Nach wie vor gilt es, sich individuell und auch gesellschaftlich der Aufgabe zu stellen, zwischen dem Mehr an Zeit im Ruhestand und der zunehmend eingeschränkt zur Verfügung stehenden Lebenszeit eine Perspektive zu entwickeln. Dafür ist eine Bereitschaft notwendig, schon vor Erreichen der Altersgrenze zum Ruhestand sich selbst Strukturen zu schaffen, um Neues an Aktivitäten vorzubereiten und sich den neuen Herausforderungen zu stellen. Anregungen und Unterstützung sind ebenso notwendig und „ein beharrliches Erproben neuer Möglichkeiten unter aktiver Beteiligung der älteren Menschen selbst, ein Erproben, das interessiert ist an sich nachweisbar in der sozialen Realität niederschlagenden Ergebnissen.“¹² Dazu zählt auch eine Aufweichung des starren Verlaufs des Lebenszyklus wie folgende Darstellung verdeutlicht:

Abbildung 1: Altersdifferenzierter und altersintegrierter Lebenszyklus



Quelle: Nach Riley, Riley 1992, S. 454. In: Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern, Tübingen 1997. S. 37

Der Lebensverlauf ist in der Jugend auf Bildung konzentriert, im mittleren ausgefüllt ist mit Arbeit und lässt kaum Zeit für weitere Aktivitäten und einem großen Bereich an Freizeit im Alter. Diesem altersdifferenzierten Konzept wird von einigen Experten der Altersforschung ein altersintegriertes gegenübergestellt, das mehr Spielräume zu-

¹² Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 39

lässt für die Gestaltung des Alters durch bereits schon vorher entwickelte Aktivitäten und Alltagsgewohnheiten. Durch eine Veränderung der Lebensarbeitszeit beispielsweise durch zeitweise Verkürzung der Arbeitszeit, durch Sabbatzeiten und Freistellungen könnten bereits in der Lebensmitte Interessen entwickelt werden, Betätigungsfelder entdeckt werden, die dann im Alter zum Tragen kommen. Auch wenn dieses Konzept für die Mehrheit der Bevölkerung ein fern gestecktes Ziel beinhalten dürfte, so liefert es doch Anregungen zum Nachdenken über gesellschaftliche und strukturelle Veränderungen, die die Chancen für eine „aktive gestaltende Umweltausgestaltung“ im Alter verbessern.

Die Zahl der über 60-Jährigen steigt, die gut ausgebildet, gesundheitlich und finanziell gut gestellt sind. „Produktivität im Alter“ – dieses Konzept zielt darauf ab, gewachsene Kompetenzen älterer Menschen nicht nur individuell, sondern auch gesellschaftlich zu nutzen. Auch wenn die Chancen für eine „aktiv gestaltende Umweltausgestaltung“ noch gering sind, sollten gesellschaftliche Rahmenbedingungen geschaffen werden, damit ältere Menschen ihre Interessen entwickeln und umsetzen können. Aus Untersuchungen zur Verwendung der Zeit ist bekannt, dass der „Alltagstrott“ häufig die Umsetzung der „guten Vorsätze“ verhindert, insbesondere bezüglich sozialer Aktivitäten. Gibt es jedoch Anregungen und Unterstützung von außen, so kann häufig ein Interesse geweckt werden, dem weitere Schritte folgen.

7.3 Soziale Kontakte und Aktivitäten

Der Austausch mit anderen Menschen gehört zu den Grundbedürfnissen der Menschen. Insbesondere im Alter erhält dieser Aspekt des Lebens in der Gemeinschaft eine zusätzliche Bedeutung. Nach dem Ausscheiden aus dem Erwerbsleben verlagern sich die sozialen Kontakte. Neben Kontakten zu Familienmitgliedern spielen Freunde und Bekannte auch im Hinblick auf gemeinsame Aktivitäten und auf Kommunikation eine wichtige Rolle. In der Berliner Altersstudie wurde beispielsweise festgestellt, dass die Größe des Freundeskreises mit zunehmendem Alter nicht oder nur sehr gering beeinflusst wird, wenn gesundheitliche Beeinträchtigungen auftreten. Dieses Ergebnis überraschte, denn erwartet wurden Kontakt- und Kommunikationsbarrieren. „Daß dem nicht so ist, könnte damit zusammenhängen, daß gesundheitlich beeinträchtigten alten Menschen verschiedene Möglichkeiten offen stehen, diese Barrieren zu überwinden, z.B. durch die Verwendung prothetischer Hilfsmittel (Brille, Hörgerät, Gehstock) oder die Benutzung öffentlicher und privater Verkehrsmittel. Außerdem ist denkbar, daß sich Individuen ihren kranken und pflegebedürftigen Freunden gegenüber verpflichtet fühlen, so daß auch eine sehr starke gesundheitliche Beeinträchtigung nicht mit dem Verlust von Freundschaften einhergehen muss.“¹³

Soziale Kontakte haben auch bei gemeinsamen Aktivitäten in einem Verein eine große Bedeutung. Bekannt ist, dass im Landkreis Ammerland Ortsvereine, Sportvereine, Gesangsvereine, Schützenvereine, Landfrauenvereine – um hier nur einige zu nennen - ein breites Spektrum sehr unterschiedlicher Aktivitäten generationenübergreifend bzw. speziell für die Generation ab 60 Jahre anbieten. Ebenso werden von kirchlichen und sozialen Einrichtungen sowie von der Kreisvolkshochschule und anderen Bildungsträgern Aktivitäten angeboten. Auch Umweltorganisationen etc. sind hier zu nennen.

¹³ Lampert, Thomas; Wagner, Michael: Zur Bedeutung der Gesundheit für die soziale Integration und die subjektive Befindlichkeit im Alter. In: Clemens, Wolfgang; Backes, Gertrud M (Hrsg.): Altern und Gesellschaft. Olden 1998, S. 210

Art und Häufigkeit der Inanspruchnahme von angebotenen Aktivitäten durch SeniorInnen wurden beispielsweise im Auftrag des Niedersächsischen Landfrauenverbandes für den Raum Hannover untersucht. Danach nutzten knapp ein Drittel der Befragten das Angebot „oft“, rund die Hälfte „manchmal“ und rund 15 % „selten“. Lediglich 7 % nutzten das Angebot „nie“. Frauen nehmen das vielfältige Angebot deutlich häufiger in Anspruch als Männer. Erkennbar ist eine abnehmende Nutzung mit zunehmendem Alter. Als aktiv wären demnach rund drei Viertel der Befragten zu bezeichnen, als passiv dagegen rund ein Viertel. Doch nicht alle Angebote wurden in dieser Region von den „Aktiven“ gleichermaßen genutzt. Nach der Art der genutzten Angebote gefragt, entstand folgende Rangfolge:

Gesellige Angebote	44,2 %
Bildungsangebote	37,2 %
Altennachmittage	34,0 %
Kulturelle Angebote	25,6 %
Freizeitgestaltung	20,0 % ¹⁴

Die Ergebnisse der Befragung weisen zwar auf ein vorhandenes facettenreiches Angebot hin, das mit unterschiedlicher Häufigkeit in Anspruch genommen wird. Gleichzeitig wird allerdings aufgrund der subjektiven Einschätzung der Befragten als Forderung deutlich, dass sich die Angebote „stärker als bisher an den Wünschen und Interessen älterer Menschen ausrichten (Themenauswahl, Zeiten, etc.) [müssen]; eine Koordinierung der bestehenden Angebote ist anzustreben. Bildungsangebote sollten auch die Aktivierung Älterer zum Ziel haben. Um die Erreichbarkeit der Angebote zu verbessern, sollten unterstützende Maßnahmen wie z.B. Bring- und Holdienste zu Veranstaltungen gefördert werden.“¹⁵ Die hier formulierten Forderungen finden sich tendenziell auch in Teilen der nachfolgenden Ausführungen und Beiträgen von ExpertInnen zur Einschätzung der Bildungsaktivitäten im Landkreis Ammerland wieder.

➔ **Soziale Kontakte sind ein Grundbedürfnis der Menschen. Der Austausch mit Freunden, Bekannten und an gleichen Themen Interessierten behält auch bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen im Alter eine hohe Bedeutung. Bei Fragen zum Spektrum der Aktivitäten kommt eine Untersuchung im Raum Hannover zum Ergebnis, dass Angebote stärker an den Interessen und Wünschen der Menschen über 60 Jahre ausgerichtet werden sollten. Vor dem Hintergrund des wachsenden Anteils der Bevölkerung über 60 Jahre wird hier zukünftig mit einem zunehmenden Bedarf und auch erhöhten Anforderungen an die Gestaltung von Aktivitäten zu rechnen sein.**

7.4 Bildungsaktivitäten

Die Bevölkerung über 60 Jahre ist eine wichtige Zielgruppe in der Erwachsenenbildung. Vor allem Bildungsgewohnte nutzen das vielfältige Angebot der unterschiedlichen Bildungsträger. Das Interesse an institutionalisierten Bildungsangeboten wird aufgrund des höheren Bildungsniveaus bei den nachfolgenden Generationen ausgeprägter sein. Neben generationsübergreifenden Angeboten nehmen Menschen über 60 Jahre auch die gezielt für diese Altersgruppe entwickelten Angebote in Anspruch. Hier wird dem Bedürfnis nach Lernen ohne Leistungsdruck, ohne Konkurrenz zu Jüngeren und nach „eigenem Tempo“ entsprochen. Das Allgemeinwissen zu erweitern, geistig beweglich zu bleiben, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen sind

¹⁴ Niedersächsischer Landfrauenverband Hannover: Lebens-, Wohn- und Versorgungssituation älterer Menschen im ländlichen Raum. Hannover 1994, S. 37/38

¹⁵ Niedersächsischer Landfrauenverband Hannover: Lebens-, Wohn- und Versorgungssituation älterer Menschen im ländlichen Raum. Hannover 1994, S. 39

zentrale Motive für die Teilnahme an Bildungsveranstaltungen. An dieser Stelle ist auch auf neue Ansätze hinzuweisen, wie z.B. Seniorenakademien und selbstorganisierte und gestaltete Bildungsangebote. Ältere sind hier nicht nur Lernende, sondern auch Lehrende und Mitgestaltende. Beispielsweise verfolgt das *inForum* der Stadt Oldenburg diese Richtung.

Im Landkreis Ammerland sind als wichtige Bildungsträger die Kreisvolkshochschule, das Evangelische Bildungswerk und die Ländliche Erwachsenenbildung zu nennen. Außerdem zählen das Beratungs- und Bildungszentrum für Landfrauen und das Umweltbildungszentrum dazu. Aufgrund der räumlichen Nähe zu Oldenburg spielt auch das Angebot der dortigen Bildungsträger sowie auch das GasthörerInnenstudiums an der Carl-von-Ossietzky-Universität eine Rolle. Darüber hinaus bieten vielfältige Vereine und Organisationen sowie soziale und kirchliche Einrichtungen – darunter die Wohlfahrtsverbände – Bildungsveranstaltungen zu unterschiedlichen Themen an. Das Angebot richtet sich überwiegend an alle Altersstufen aber auch speziell an Senioren.

Die Entwicklung in den letzten zwanzig Jahren zeigt, dass Altersbildung „in ihren intensiveren Formen ein bestimmendes Merkmal produktiver Lebensgestaltung im Alter geworden zu sein scheint.“¹⁶ Welche Erfahrungen mit der Zielgruppe der ab 60-Jährigen im Rahmen des Angebotes der Kreisvolkshochschule und des Evangelischen Bildungswerkes sowie der Ländlichen Erwachsenenbildung gemacht wurden und welche Perspektiven sich daraus ableiten lassen, zeigen die folgenden Beiträge. Darüber hinaus wird kurz auf den Anteil der Ammerländer GasthörerInnen am Studium Generale der Universität in Oldenburg eingegangen.

7.4.1 Kreisvolkshochschule

Im Rahmen der Bildungsveranstaltungen der Kreisvolkshochschule hat das Angebot für die Generation der ab 60-Jährigen bereits seit vielen Jahren einen hohen Stellenwert. Dazu ein Beitrag der Fachbereichsleiterin¹⁷ Frau Scholz:

Struktur der Teilnehmenden

„Ich kann leider keine generellen Aussagen über die Jahre hinweg machen, weil wir die Altersstruktur nicht erheben. 1999 haben wir eine Auswertung – auf der Basis freiwilliger Altersangaben – gemacht mit folgenden Ergebnissen: Über 65 Jahre: 5 % und über 50 Jahre: 19,4 %. Die Angaben erfolgten in Schritten: z.B. 50 - 65 Jahre und 65 und älter, sodass wir insgesamt 25 % über 50-Jährige haben. Wenn man das als die etwas Älteren werten will. Die kvhs Ammerland hat eine typische Verteilung was das Geschlecht angeht: Drei Viertel Frauen und ein Viertel Männer. Das sind, wenn man es vergleicht mit den Zahlen in Niedersachsen oder auch bundesweit, ganz typische Zahlen. Bei den Älteren verhält sich das dann übrigens entsprechend auch den Bevölkerungsanteilen. Dann werden es immer mehr Frauen, weil es auch immer weniger ältere Männer gibt. Auch in den angebotenen Kursen für Ältere sind es überwiegend Frauen. Noch etwas zu den Zahlen: Wir haben eine ständige Steigerung an der kvhs. Im letzten Jahr waren es insgesamt 11.500 Teilnehmende. Es gab 25 Veranstaltungen für Ältere mit durchschnittlich 10 bis 15 Teilnehmenden, also insgesamt ungefähr 400.“

¹⁶ Knopf, Detlef: Früh beginnen. Perspektiven für ein produktives Altern. In: Funkkolleg Altern. Tübingen 1997, S. 22

¹⁷ Zuständig für die Bereiche Frauen, SeniorInnen, Gesundheit, Hauswirtschaft, Psychologie, junge Erwachsene und Menschen mit Beeinträchtigungen.

Angebote für Ältere

Die Älteren an der kvhs sind nicht nur in den Kursen für Ältere, sondern sie sind auch in anderen Kursen im allgemeinen Angebot und das ist gut so. Das ist auch gewollt. Es gibt nicht eine Ausschließlichkeit, aber es gibt gute Gründe, einen eigenen Bereich für Ältere vorzuhalten. Wir merken das jetzt ganz deutlich in den Computerkursen. Sie sagen, sie wollen sich nicht mit den Jüngeren messen müssen. ‚Die Jungen sind so schnell, da komm ich nicht mit. Wenn ihr das gezielt für uns Ältere anbietet, habe ich eine Chance, es auch zu lernen und das zu verstehen. Dort wird auf mich Rücksicht genommen.‘ Nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmenden richtet sich das Lerntempo. Deswegen steht auch bei den Kursen ausgeschrieben: ‚Das Lerntempo richtet sich nach Ihren Bedürfnissen‘. Das ist ganz, ganz wichtig. Und wenn zum fünften Mal wiederholt werden muss. Aus der Lernforschung wissen wir, dass wir bis ins hohe Alter lernen können, dass aber die Zahl der notwendigen Wiederholungen bevor etwas sitzt, einfach steigt. Deswegen sind altershomogene Gruppen in diesem Bereich erwünscht, notwendig und sinnvoll. Häufig wird angerufen und gefragt: ‚Es wird ein EDV-Kurs für Ältere angeboten. Darf ich da schon mitmachen - oder darf ich noch mitmachen?‘ Es spiegelt sich natürlich die Schwierigkeit der Definition des Älterseins oder Altseins wieder. Im Schnitt beginnt es ca. Mitte 50. Wir haben natürlich auch die über 80-Jährigen in den Kursen, auch bei EDV, die sich sagen, ich will es jetzt noch einmal wissen.

Wichtig ist mir, dass die Entscheidung, ob Ältere mit Gleichaltrigen oder mit Jüngeren gemeinsam lernen wollen, ihre Entscheidung ist. Dass es nicht von uns vorgegeben wird. Es geht darum, Ältere zu integrieren. Trotzdem ist es sinnvoll, Angebote gezielt für Ältere zu machen. Wir haben jetzt seit diesem Semester neu ein Angebot gezielt ‚Yoga für Ältere‘, auch direkt so ausgeschrieben. Es ist ganz gut angenommen worden, so als Schnupperkurs. Das ist sicher ein Bereich, den man noch ausbauen kann.

Es ist ja eine ganz wichtige Frage, wann finden die Veranstaltungen statt. Ältere, vor allem die Frauen, wollen lieber im Tagesbereich und nicht so gerne abends. Es müssen dann Räume dafür vorhanden sein, die man tagsüber nutzen kann und Dozenten natürlich auch, die tagsüber können. Das sind die Erfordernisse.

Zur Motivation

Die Motivation in Computerkursen ist unterschiedlich: Es gibt einen Teil, die sagen, ich will einfach wissen, was da dran ist. Gar nicht unbedingt um es selber zu nutzen. Es sind aber auch welche, die es ganz zielgerichtet für zu Hause lernen, z.B. Internet oder EDV. Oft bekommen sie von den Kindern den abgelegten PC zum Schreiben. Die Schreibmaschine hat auch bei den Älteren ausgedient. Viele haben es natürlich auch aus dem Berufsleben, bringen es schon mit. Das werden immer mehr Leute, die jetzt in die Altersphase kommen, die PC und alle seine Möglichkeiten kennen. In Zukunft wird sich das ganz stark verändern in Richtung neuere Möglichkeiten, z.B. die große Frage der Bildbearbeitung, Digitalkamera. Es ist immer sozusagen eine Anpassungsqualifikation oder ein Anpassungslernen. Die Grundlagen sind schon da. Während es jetzt auch noch immer eine ganze Reihe gibt, die die Grundlagen brauchen, weil sie die beruflich noch nicht mitbekommen haben. Seit zwei, drei Jahren läuft der EDV-Bereich für Ältere gut. Ansonsten ist es im Bereich ‚Ältere‘ schwierig. Es scheint schwierig für die Älteren im Ammerland, Älterwerden und Lernen zusammen zu denken. Es ist eine Kombination, die nicht selbstverständlich ist. Die EDV ist verwertbares Wissen. Diese anderen Bereiche, Orientierungsangebote, Angebote,

wo es darum geht, sich seines Älterwerdens, seiner Stellung in der Gesellschaft, seiner Position, des Abgleichens, also eher reflexive Angebote, dass das auch bei der kvhs zu suchen und zu finden ist, das ist eher immer noch schwierig.

Kooperationen der kvhs – Fachbereich ‚Ältere‘

Ich arbeite viel mit den Seniorenbeiräten zusammen. Wir haben die Reihe gemacht ‚Altwerden in...‘; das war eine Nachfolge des Funkkollegs für jeweils die einzelnen Gemeinden. Ein Überblick, was ist eigentlich Alter und Älterwerden. Gezielt für Seniorenbeiräte. In der Zusammenarbeit mit den Seniorenbeiräten ist eine ganze Menge entstanden, bis hin zu Konzepten für Begegnungsstätten und Seniorenbüros. Gerade mit den Westerstedern habe ich sehr viel und sehr eng zusammen gearbeitet. Der Fragebogen zum Wohnen im Alter, ist auch ein Ergebnis eines Arbeitskreises mit der kvhs. Das sind schon weitreichende Ergebnisse. Mit dem Thema Wohnen haben wir uns semesterlang beschäftigt, nicht nur in Westerstede, sondern bis in allen Gemeinden, mit der Ausstellung zum Wohnen im Alter, Wohnungsanpassung und Vorträgen dazu. Ich versuche mit den Seniorenbeiräten, mit Gruppen, immer auch ein aktuelles Angebot zu machen. Letztes Semester waren es die Euro-Fragen: ‚Der Euro kommt‘. So haben wir in allen Gemeinden auch etwas angeboten, wenn die Seniorenbeiräte das wünschten.

Dann gibt es die Schiene mit der Frauenbeauftragten ‚Frauen und Älterwerden‘. Der Höhepunkt war sicherlich die Fachtagung ‚In Zukunft älter‘. Und es hat eine ganze Reihe zu Frauen und Gesundheit gegeben. Auch da zum Thema Älterwerden und da auch die unterschiedlichen Aspekte von Gesundheit, Wohlbefinden und Wohlergehen. Eben auch unter dem geschlechtsspezifischen Aspekt. Wir haben immer mehr Frauen, die älter werden.

Es gibt eine Zusammenarbeit auf der Ebene des Landesverbandes, beim Landesverband der Volkshochschulen im Bereich ‚Ältere‘ und es gibt eine Zusammenarbeit mit der Bremer Volkshochschule. Also Wohnen im Alter z.B. in Dänemark, ein Seminar mit dänischen und deutschen Senioren; Wohnen im Alter in den Niederlanden, Bildungsurlaube zur ‚Vorbereitung auf den Ruhestand‘; Zivilcourage oder für Frauen zum Thema Älterwerden, dabei ging es um das Frauenbild. Solche Angebote bekomme ich im Ammerland nicht alleine gefüllt. So ist das immer ganz schön, wenn ich das mit der Bremer VHS gemeinsam anbiete, es kommt immer noch der Stadt-/Land-Aspekt hinzu. Also die eher ländliche Region und die städtische Bevölkerung; diese Unterschiede auch noch mit zu thematisieren, ist auch inhaltlich reizvoll und sinnvoll.

Kooperationen gibt es natürlich auch im Hause, denn ich bin auch zuständig für den Bereich Gesundheit. Im Arbeitskreis Gesundheitsförderung z.B. ist auch wieder diese Querverbindung. Wenn Älterwerden und Wohnen dann dort auch wieder zum Thema wird, fließt von verschiedenen Seiten etwas zusammen und wird aufgenommen.

Visionen für die Zukunft

Ich wünsche mir, dass die kvhs auch als ein Ort für Ältere noch mehr wahrgenommen wird. Es könnten noch viel mehr die kvhs als einen Ort nutzen, wo Lernen geschehen kann, Lernen in ganz unterschiedlichen Weisen. Eben nicht nur als Wissensaneignung, sondern auch als Orientierungswissen, als sich selbst vergewissern und als Standortbestimmung. Wie das geschehen kann? Ich denke weiterhin durch eine starke Zusammenarbeit mit den Seniorenbeiräten. Wenn sie sich z.B. um Be-

gegnungsstätten und solche Fragen kümmern und Fachwissen dazu benötigen, die kvhs ist da, sie brauchen sie nur anzufordern.

Ein wichtiger Punkt dazu: ich bemühe mich seit dem letzten Jahr um ein MentorInnen-Programm. Soll heißen, so etwas wie eine Freiwilligen-Arbeit. Einmal weil ich aus der ganzen Diskussion um die Freiwilligen-Arbeit weiß, dass es viele Ältere gibt, die Kompetenzen haben, die sie gerne angewandt und eingesetzt wissen möchten. Das langfristige Ziel ist so etwas wie ein Selbstlernzentrum. Wo sie sich untereinander und gegenseitig und miteinander fortbilden. Jeder hat andere Wissensbestände und Erfahrungsbestände und kann den anderen etwas beibringen. Das hat mit dem Bereich EDV angefangen. Es ist dann sozusagen ein von-Ältere-für-Ältere-Austauschprogramm, ein Lernprogramm. Meine Vorstellung ist auch, dass es sich auf andere Bereiche ausdehnen kann. Ich denke, da ist alles möglich. Das fände ich sehr reizvoll im Sinne von Selbstlernzentrum. Der eine weiß dies und der andere weiß das und man tauscht es untereinander aus. Anders als ein Dozent. Ein Teil unserer Arbeit als Dozenten läuft ja auch so. Das ist ja auch ein Konstitutivum von Erwachsenenbildung, dass es zwischen Dozent und Teilnehmenden eine tendenzielle Aufhebung gibt. Es ist immer nur das Spezialwissen, das sozusagen zur Verfügung steht, ansonsten sind wir alle gleich. Anders als beim Lehrer-Schüler-Verhältnis.

Und dann ist da noch die Schwierigkeit einen passenden Namen zu finden für den Bereich ‚Ältere‘. Ich bin jetzt 11 Jahre hier und in dieser Zeit habe ich schon so manche Überschrift ausprobiert, das hieß also „für Ältere“ „für Seniorinnen und Senioren“ und „Alternsbildung“ und jetzt seit dieser Tagung mit der Frauenbeauftragten „In Zukunft älter“. Ich finde, da kann sich jeder darunter fassen. Älter werden wir alle ständig. Man ist nicht alt, sondern der Prozess ist mir wichtig.“

7.4.2 Evangelisches Bildungswerk

„Das EBA befasst sich mit den unterschiedlichsten Themen. Dabei ist es gleich, ob es sich nun um Aufgaben der Kindererziehung, den Umgang mit den neuen Kommunikationstechnologien, die Bewältigung des Alters, um krisenhafte Übergänge im Lebenszyklus oder um die Dritte-Welt-Problematik handelt.“ Diese Aufgabenbeschreibung im Frauenhandbuch Ammerland zeigt, dass Angebote zum Thema Alter und Älterwerden gleichbedeutend neben einer Vielzahl anderer Themen stehen. In einem Telefongespräch beschreibt Frau Spradau, Geschäftsführerin des Evangelischen Bildungswerkes Ammerland die derzeitige Situation bezüglich der Zielgruppe der über 60-Jährigen. Folgende Punkte lassen sich daraus zusammenfassen:

Auf alle Altersstufen bezogen nehmen insgesamt rund 90 % Frauen und 10 % Männer das Bildungsangebot wahr.

Kooperationspartner beim Angebot für Senioren sind die Kirchengemeinden im Landkreis Ammerland. Alternnachmittage sowie Gesprächskreise zu unterschiedlichen Themen, z.B. auch zu politischen, sozialen und gesellschaftlichen Themen sind hier die Schwerpunkte. Es werden aber auch von den Kirchengemeinden selbst Angebote organisiert.

Auf die Altersstruktur bezogen ist eine Veränderung sichtbar: Junge Alte nehmen das Angebot in den Kirchengemeinden nicht mehr so häufig wahr. Zwei Gründe wären zu nennen: Zum einen sind sie weniger kirchlich sozialisiert und zum anderen möchten sie sich nicht binden bzw. verpflichten. Demzufolge sind es in der Mehrheit die über 70-Jährigen, die das Angebot der Seniorennachmittage in den Kirchengemeinden nutzen.

Bei den jungen Alten zeichnet sich die Tendenz ab, dass sie zunehmend etwas lernen wollen und weniger Interesse an den eher traditionellen Angeboten der Kirchengemeinden haben. In Computerkursen und im Gesundheitsbereich sind sie immer häufiger anzutreffen.

Für LeiterInnen von Seniorenkreisen werden Fortbildungen angeboten.

Auffallend an diesen Ausführungen ist insbesondere der tendenzielle Wandel der Bildungsbedürfnisse der heute 60-70-Jährigen. Zukünftig wird dies bei der Gestaltung des Angebotes vermutlich stärker zu berücksichtigen sein.

7.4.3 Ländliche Erwachsenenbildung

Die Ländliche Erwachsenenbildung (LEB) versteht ihre Aufgabe darin, „landesweit zu einem bedarfsgerechten Weiterbildungsangebot besonders im ländlichen Raum und an sozialen Brennpunkten beizutragen“. ¹⁸ An der Programmgestaltung sind Vereine und Gruppen beteiligt, die in der Kreisarbeitsgemeinschaft der ländlichen Erwachsenenbildung Mitglied sind. Dazu zählen u.a. die organisierten Landfrauen in einigen Gemeinden, aber auch der Landvolkverband und diverse Ortsvereine. Schwerpunkte der Bildungsarbeit sind Förderung des kulturellen Lebens in den Gemeinden, nachhaltige Entwicklung der Landwirtschaft, Bewältigung des Strukturwandels in den ländlichen Räumen, in Wirtschaft und Gesellschaft und Integration sozial benachteiligter Gruppen. ¹⁹ Das breite Spektrum der Ländlichen Erwachsenenbildung richtet sich an alle Altersstufen.

7.4.4 GasthörerInnenstudium

Seit Anfang der 80-er Jahre ist das Interesse an Studienangeboten für Ältere an Hochschulen stark gestiegen. Das belegen auch die Zahlen der Carl-von-Ossietzky-Universität in Oldenburg. Allerdings handelt es sich immer noch um eine Minderheit der Bevölkerung ab 60 Jahren, die das Angebot als GasthörerInnen oder als normal eingeschriebene Studierende nutzen. Es sind vorwiegend diejenigen, die bereits über einen entsprechenden Bildungshintergrund verfügen wie z.B. AkademikerInnen aber auch ehemals Beschäftigte in Büroberufen. Das Studium bietet sowohl die Möglichkeit, einen Nachholbedarf an theoretischer Auseinandersetzung auszugleichen als auch die Möglichkeit einer Neuorientierung, um sich neue Wege der Aktivitäten zu erschließen. Aufgrund der räumlichen Nähe zur Carl-von-Ossietzky-Universität in Oldenburg wird das Angebot auch von der älteren Bevölkerung des Landkreises Ammerland genutzt. Im Wintersemester 2001/2002 waren insgesamt rund 350 GasthörerInnen eingeschrieben, davon rund 15 % aus dem Landkreis Ammerland. Frauen und Männer sind annähernd gleich häufig vertreten. ²⁰

➔ Das Bildungsniveau der über 60-Jährigen steigt. Damit verbunden ist ein vermehrtes Interesse an vielfältigen Bildungsveranstaltungen. In ihrem Beitrag bestätigt die Fachbereichsleiterin der Kreisvolkshochschule, Frau Scholz, eine steigende Tendenz der TeilnehmerInnenzahlen über 60 Jahre. In dem für diese Zielgruppe angebotenen Themenbereich „In Zukunft älter“ erfährt derzeit insbesondere das Angebot an Computer- und Internetkursen einen großen Zulauf. Frau Scholz sieht für die zukünftige Bildungsarbeit eine mögliche Veränderung hin zu mehr Eigeninitiative und Einbeziehung der Kompetenzen von über 60-Jährigen in die Bildungsarbeit

¹⁸ Frauenhandbuch Ammerland 2001, S. 56

¹⁹ ebenda, S. 56

²⁰ Laut Angaben des Zentrums für wissenschaftliche Weiterbildung der Carl-von-Ossietzky-Universität Oldenburg vom 19.08.2002

vor Ort. Die Leiterin der Evangelischen Familienbildungsstätte, Frau Spradau, stellt einen Wandel hinsichtlich des Bildungsinteresses von über 60-Jährigen fest: Das Interesse an traditionellen Angeboten der Kirchengemeinden geht zurück. Die jungen Alten wollen zunehmend aktiv etwas lernen.

7.5 Ehrenamtliches Engagement und Freiwilligenarbeit

Literatur, Untersuchungen und Projekte im Bereich des ehrenamtlichen Engagement haben in den letzten Jahren einen hohen Zuwachs erlebt. „Freiwilligenarbeit“, „Bürgerengagement“, „bürgerschaftliches Engagement“ und „ziviles Engagement“ sind Begriffe, die seit dem Internationalen Jahr der Freiwilligen (2001) immer mehr in der öffentlichen Diskussion benutzt werden. „Freiwilliges Engagement in Deutschland“ – unter diesem Titel wurde eine Studie des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend in Auftrag gegeben, die ein hohes Maß an Engagement im sozialen, kulturellen, politischen und sportlichen Bereich belegt.²¹ Die Gesellschaft nutzt Potenziale insbesondere auch von Menschen über 60 Jahre. „So ist etwa jede dritte Frau bzw. jeder dritte Mann zwischen 60 und 70 Jahren – wie im Bevölkerungsdurchschnitt – in irgendeiner Weise ehrenamtlich tätig. Erst bei den über 70-Jährigen geht der Anteil aus vor allem gesundheitlichen Gründen zurück.“²² Seit 1992 hat sich die Zahl von älteren Menschen gegründeten und verantwortlich gezeichneten Initiativen mit einer gemeinnützigen Zielsetzung insgesamt mehr als verdreifacht.²³ Die Motivation hat sich verändert: „Im Vordergrund stehen nicht mehr ausschließlich Altruismus oder karitative Motive, vielmehr ist zunehmend der Wunsch nach einem Gewinn für das eigene Leben mitbestimmend. Man möchte einerseits nützlich sein und Verantwortung übernehmen, andererseits aber auch persönliche Befriedigung erfahren.“²⁴

Das Engagement von BürgerInnen ist in vielen Organisationen, Vereinen und Einrichtungen zum wichtigen Bestandteil geworden und unverzichtbar. „Bürgerschaftliches und ziviles Engagement können nicht von oben verordnet, sondern nur vor Ort gelebt werden. Ehrenamtlich Tätige verdienen unseren Respekt und unsere Anerkennung für ihr Engagement. Ihre Arbeit kann und darf nicht die Verantwortung des Staates ersetzen, sie muss sie ergänzen. Wir müssen in den Kindergärten, den Schulen und in den Gemeinden den Grundstein legen für die gesellschaftliche und politische Teilhabe aller.“²⁵ Zielrichtung ist demnach eine Verbesserung des gesellschaftlichen Gemeinwohls. Verbunden damit ist auch eine Verbesserung der Versicherungsfrage in der Freiwilligentätigkeit. Im Juni 2002 wurde mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ein bundesweites Netzwerk gegründet, in dem Bund, Länder und Kommunen, Vereine, Verbände und auch Unternehmen zusammenwirken, um das Engagement der BürgerInnen zu fördern.

7.5.1 Projekt Bürgerengagement Ammerland

²¹ Siehe dazu: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): *Freiwilliges Engagement in Deutschland. Ergebnisse der Repräsentativerhebung zu Ehrenamt, Freiwilligenarbeit und bürgerschaftlichem Engagement.* Stuttgart 2000

²² Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): *Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation.* Berlin 2001, S. 15

²³ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): *Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation.* Berlin 2001, S. 39

²⁴ ebenda, S. 39

²⁵ Pressemitteilung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend vom 05.06.2002.

Auf Landesebene wurde von der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V. speziell für SeniorInnen ein „Koordinierungsbüro Freiwilliges Engagement von und für SeniorInnen in Niedersachsen“ eingerichtet, das Teil der Offensive „Bürgerschaftliches Engagement für Niedersachsen“ der Niedersächsischen Landesregierung ist. Auf Landkreisebene startete im August 2001 mit Fördermitteln des Landes von der Arbeiterwohlfahrt das „Projekt Bürgerengagement Ammerland“. Es richtet sich grundsätzlich an alle Altersgruppen, dürfte aber insbesondere auch für Frauen und Männer über 60 Jahre interessant sein, die nach einem neuen Betätigungsfeld suchen. Das Projekt „versteht sich als unabhängige Vermittlungsstelle zwischen Bürgerinnen und Bürgern, die sich freiwillig engagieren wollen und Organisationen, die Unterstützung durch freiwillige, ehrenamtliche MitarbeiterInnen benötigen. (...) Ihr Engagement könnte beispielsweise so aussehen: In Natur- und Umweltprojekten mitarbeiten; Bastel- oder Vorlesestunden für Kinder anbieten; in einem Sportverein tätig werden; Besuchsdienste bei alten oder kranken Menschen leisten; und, und, und ...“²⁶ Eingerichtet ist dieses Projekt zunächst vom 15.08.2001 bis 31.12.2002. Eine weitere Finanzierung ist unklar. Nach Erfahrungen der Projektleiterin Frau Baumann sind ca. 80 % der Interessierten im Alter zwischen 50 und 65 Jahre. Die Interessensbereiche sind sehr breit: Sie reichen von einer Mitarbeit beim Notruf über den Naturschutz bis zur Gemeindejugendarbeit.

7.6 Beispiele für Aktivitäten

Während sich das vorherige Kapitel mit den freiwillig Engagierten beschäftigte, geht es im nun folgenden Kapitel um Aktive in unterschiedlichen Zusammenhängen. In einer Vielzahl an Vereinen wie Ortsvereine, Sportvereine, Gesangvereine, Schützenvereine, Landfrauenvereine – um hier nur einige zu nennen – nehmen Mitglieder an dem breiten Spektrum an Aktivitäten teil, das von Ehrenamtlichen organisiert wird. Kirchliche und soziale Einrichtungen sowie Umweltverbände u.a. ziehen ebenfalls viele Mitglieder und Interessierte an. In einem Verein oder in sonstigen Zusammenhängen aktiv zu sein, ist eine an den Bedürfnissen nach sozialen Kontakten und an der Art der Aktivität orientierte subjektive Entscheidung.

Nach einer bundesweiten Befragung stehen Sport und Bewegung deutlich an der Spitze der Aktivitäten gefolgt von Freizeit und Geselligkeit, Kultur und Musik sowie Kirche und Religion.²⁷ Aus dem breit gefächerten Bereich der Aktivitäten werden im Folgenden drei Beispiele beschrieben, die auch im Landkreis Ammerland eine wichtige Stellung einnehmen: Die Sportvereine als mitgliederstärkste Vereinigung, die Landfrauenvereine als Ausgangspunkt für ein Forum für Frauen im ländlichen Raum und die Seniorenhilfe Bad Zwischenahn als ehrenamtlicher Hilfsdienst für alte Menschen.

²⁶ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Freiwilliges Engagement in Deutschland. Ergebnisse der Repräsentativerhebung zu Ehrenamt, Freiwilligenarbeit und bürgerschaftlichem Engagement. Stuttgart 2000, S. 29

²⁷ Aus Prospekt zur Initiative „Projekt Bürgerengagement Ammerland“ entnommen.

7.6.1 Sportvereine

„Der Sport ist im Freiwilligensektor Spitzenreiter: 37 % machen aktiv mit, 11 Prozent der Bevölkerung übernimmt dabei ehrenamtliche Aufgaben oder freiwillige Tätigkeiten. Von allen freiwillig Engagierten sind 22 Prozent im Bereich Sport und Bewegung aktiv. Der Sport ist damit der umfangreichste Bereich des freiwilligen Engagement.“²⁸ Im Landkreis Ammerland sind im März 2002 insgesamt 163 Sportvereine im Kreissportbund e.V. zusammengefasst. Im Durchschnitt gibt es demnach rund 28 Vereine pro Gemeinde. Die Anzahl der Mitgliedschaften beläuft sich im März 2002 auf insgesamt 48.667 und ist gegenüber dem Vorjahr leicht gestiegen. Von Doppelt- und Mehrfachmitgliedschaften ist auszugehen, so dass sich der Anteil der in Sportvereinen Aktiven an der Gesamtbevölkerung nicht bestimmen lässt. Die hohe Anzahl an Mitgliedschaften spricht jedoch für ein hohes Maß an Aktivitäten und auch an freiwilligem Engagement im sportlichen Bereich.²⁹

Von den Mitgliedern sind 13 % älter als 60 Jahre. Während insgesamt weibliche Mitglieder rund 43 % ausmachen und männliche 57 %, sind Frauen bei den über 60-Jährigen um 5 % weniger vertreten (Frauen: 38 %; Männer: 62 %). Die über 60-Jährigen werden insgesamt erfasst, also nicht weiter nach Altersstufen differenziert. Auch werden in der Jahresstatistik die übrigen Altersgruppen nicht einheitlich zusammengefasst. Damit wird ein Vergleich zwischen den Altersgruppen erschwert bzw. ausgeschlossen. Eine Vereinheitlichung der Altersstufen in Fünf-Jahres-Schritten wäre hier sinnvoll, um hinsichtlich der Aktivitäten die einzelnen Altersstufen vergleichen zu können. Über Angebote, die von über 60-Jährigen wahrgenommen werden, kann an dieser Stelle keine Aussage gemacht werden. Allgemein kann hier jedoch festgestellt werden, dass Sport und Bewegung als Aktivitäten zur Gesundheitsförderung auch für über 60-Jährige einen hohen Stellenwert haben und einen festen Platz im Angebot von Sportvereinen haben sollte.

7.6.2 Landfrauenvereine

Die Landfrauenvereine³⁰ gehören im Landkreis Ammerland traditionell zum Spektrum der Aktivitäten in den Gemeinden und genießen hier einen hohen Stellenwert. Zur Arbeitsgemeinschaft der Landfrauenvereine im Ammerland gehören insgesamt 15 Vereine mit insgesamt rund 3.100 Mitglieder (Stand: 2001). Davon sind 12 Landfrauenvereine innerhalb des Kreisgebietes mit rund 2.500 Mitglieder, drei weitere Vereine im Landkreis Friesland mit weiteren rund 600 Mitgliedern vertreten. Nach der Gebietsreform blieb diese Konstellation erhalten. Die Mitgliederzahl ist seit 1990 nahezu konstant geblieben. Der Anteil der Frauen aus dem landwirtschaftlichen Bereich beträgt aktuell rund 27 %. Die Mehrheit der Mitglieder kommt aus anderen Bereichen. Damit haben die Landfrauenvereine des Ammerlandes im Vergleich zum gesamten Weser-Ems Gebiet den geringsten Anteil an Frauen aus der Landwirtschaft.

Die Landfrauenvereine sind im Landfrauenverband organisiert. Dieser Verband versteht sich als Interessenvertretung der Frauen auf dem Lande und will „die Interessen der Frauen im ländlichen Raum in allen politischen Bereichen vertreten“ und „die

²⁸ Pressemitteilung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Nr. 368 vom 24.01.2002

²⁹ Statistik des Sportbüros des Kreissportbundes Ammerland e.V. in Westerstede. Zahlen über die Altersstruktur der freiwillig und ehrenamtlich Tätigen liegen nicht vor.

³⁰ Grundlage der Ausführungen ist ein Informationsgespräch mit Frau Kreiling vom Beratungs- und Bildungszentrum für Landfrauen der Landwirtschaftskammer Weser-Ems.

Mitglieder durch Informationen und Weiterbildung in allen Bereichen ihrer Lebens- und Arbeitswelt fördern“.³¹ Dazu wird von den einzelnen Landfrauenvereinen ein breites Programm an Weiterbildung, Diskussionsrunden, Exkursionen und Geselligkeit mit ca. 12 Veranstaltungen pro Jahr angeboten. Den Schwerpunkt bilden Vorträge zu Themen der Kultur, Gesundheit, Ernährung, Familien-/Lebensfragen und Gesellschaftspolitik. Das Thema „Älterwerden“ wurde dabei beispielsweise unter den Gesichtspunkten Pflegeversicherung, Pflegekurse, „Graue Haare – buntes Leben“, Ernährung im Alter, Veränderungen im Leben behandelt. Die Veranstaltungen erfolgen in der Regel in der näheren Umgebung und sind insofern meistens gut erreichbar.

Diese traditionelle Form der Bildungsarbeit erreicht zum großen Teil Frauen über 60 Jahre, die häufig langjährige Mitglieder sind. Jüngere Frauen wachsen nur langsam nach, sind aber zunehmend in die Vorstandstätigkeit eingebunden. Allerdings lässt sich zur genauen Altersstruktur der Mitglieder und auch der Vorstände keine Aussage machen.

7.6.3 Kirchliche Organisationen

In Westdeutschland sind über 54-Jährige zu 12 % in einem kirchlichen Verein organisiert (Ostdeutschland: 3 %).³² Das ehrenamtliche Engagement in konfessionell ausgerichteten Wohlfahrtsverbänden hat einen großen Stellenwert. „Allein die beiden großen Wohlfahrtsverbände, das Diakonische Werk der Evangelischen Kirche in Deutschland und der Deutsche Caritasverband, schätzen die Zahl der bei ihnen ehrenamtlich engagierten Personen auf rund 400.000 (Diakonie) und 500.000 (Caritas), nicht mitgerechnet die in Kirchengemeinden tätigen ehrenamtlichen Helfer (Deutscher Bundestag 1998a).“³³ Gegenüber anderen ehrenamtlichen Betätigungsfeldern gibt es hier einige Besonderheiten: Es sind überwiegend Frauen, die sich engagieren. Rund 75 % aller ehrenamtlich Tätigen sind älter als 50 Jahre, 30 % der Frauen und 20 % der Männer sind älter als 65 Jahre.³⁴

Beim Diakonischen Werk des ev.-luth. Kirchenkreises Ammerland ist die Seniorenhilfe Bad Zwischenahn angegliedert. Ein Faltblatt informiert über das Angebot: „Die Seniorenhilfe der Diakonie unterstützt alte Menschen, die alleine in ihrer Wohnung leben und die gelegentliche Hilfen brauchen, die von anderen Diensten, z.B. der Sozialstation oder von Handwerkern nicht übernommen werden können. Einkaufshilfen, Begleitung bei Erledigungen außerhalb des Hauses, Hilfen für pflegende Angehörige, Hilfe und Begleitung bei Behörden- oder Bankangelegenheiten, kleinere Reparaturen im Haus und in der Wohnung usw. werden von der Seniorenhilfe übernommen.“ Der ehrenamtliche Hilfsdienst umfasst derzeit 17 BetreuerInnen (Stand: Mai 2002) und setzt sich zu einem Großteil aus in den letzten Jahren Zugezogenen im Alter um 60 Jahre zusammen. Das Faltblatt informiert über das Angebot des Hilfsdienstes und richtet sich gleichzeitig an weitere interessierte MitarbeiterInnen.

³¹ Informationsblatt des Landfrauenverbandes Weser Ems e.V.

³² Siehe dazu: Schöb 1999. Zitiert in: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation. Berlin 2001, S. 236

³³ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation. Berlin 2001, S. 236

³⁴ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Dritter Bericht zur Lage der älteren Generation. Berlin 2001, S. 236

➔ Ehrenamt, Freiwilligenarbeit, bürgerschaftliches Engagement – diese unterschiedlichen Begriffe stehen für ein gemeinsames Ziel: Die Kompetenzen der BürgerInnen zur Verbesserung des Gemeinwohls verantwortlich einbringen und nutzen. Bundesweit sind rund 30 % der zwischen 60- und 70-Jährigen ehrenamtlich tätig, vorwiegend in Vereinen, sozialen und kirchlichen Einrichtungen.

In einer Vielzahl von Vereinen nehmen Mitglieder an dem breiten Spektrum der angebotenen Aktivitäten teil. Im Landkreis Ammerland stehen hinsichtlich der Mitgliederzahl – wie bundesweit – die Sportvereine an erster Stelle. Die Landfrauenvereine haben traditionell eine bedeutende Rolle. Die Zunahme der Bevölkerung über 60 Jahre dürfte sich zukünftig stärker auf die Altersstruktur und damit auch auf die Angebotsstruktur von Vereinen auswirken. Kirchliche Einrichtungen, wie beispielsweise die Seniorenhilfe Bad Zwischenahn, bieten vielfältige Möglichkeiten, ehrenamtlich zur Betreuung und Unterstützung insbesondere von Hochbetagten tätig zu sein.

7.7 Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen sind zu einem unverzichtbaren Bestandteil des Gesundheitswesens geworden. Selbst aktiv werden, sich in einer Gruppe austauschen hilft nicht nur individuell und Gleichbetroffenen, dadurch wird auch die öffentliche Meinung sowie die Politik beeinflusst. Im Landkreis Ammerland ist die Kontaktstelle REBEKA des Paritätischen (**R**egionale **B**eratungs- und **K**ontaktstelle für Selbsthilfe und Gesundheitsförderung im **A**mmerland) in Edewecht zuständig für den Bereich Selbsthilfe. Der Begriff Selbsthilfe wird von der REBEKA sehr weit gefasst, wie z.B. das bei der REBEKA angegliederte Modellprogramm seniorTrainerIn zeigt. An dem Modellprogramm des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend beteiligen sich 32 örtliche Anlaufstellen in neun Bundesländern. Ziel ist, „älteren Menschen neue Chancen zu eröffnen, ihr Erfahrungswissen weiterzugeben. Die senior-Trainerinnen und -Trainer werden Initiativgruppen und Ehrenamtliche allen Alters unterstützen, beraten und begleiten – z.B. vor Ort beim Aufbau von Teams oder Ehrenamtsgruppen, als Referenten für Seminare, im Konfliktmanagement, bei der Moderation oder für eine Gruppenleitung. In der Arbeit mit Migrantinnen und Migranten oder mit Kindern und Jugendlichen, im kulturellen Bereich oder in der Wohnberatung sind ihre Kenntnisse besonders gefragt.“³⁵ Zur Aufgabe der Kontaktstelle und zum Modellprogramm seniorTrainerIn ein Beitrag von Frau Rensen, Leiterin der Selbsthilfekontaktstelle REBEKA:

Ursprung und Anbindung

„Der Ursprung der Selbsthilfegruppen sind die anonymen Alkoholiker. Sie sind die erste klassische Selbsthilfegruppe unter dem Motto `Reden mit Gleichbetroffenen hilft`. Es geht um den Austausch von betroffenen Laien, die in der Gruppe über ihre Krankheit, über ihre Probleme mit der Krankheit reden. Informationsaustausch, usw. gehört ebenfalls dazu. Bei Krankenkassen, bei Ärzten, bei anderen Beratungsstellen, in der Verwaltung und auch in der Öffentlichkeit sind Selbsthilfegruppen heute ganz anders anerkannt als noch vor einigen Jahren. Die Selbsthilfe hat einen höheren gesellschaftlichen Stellenwert bekommen. Auch durch gesetzliche Änderungen ist sie aufgewertet worden und dadurch, dass es immer mehr Gruppen gibt und die Erfahrung, `die Arbeit in der Gruppe tut mir gut` immer weiter getragen wurde.

Der Paritätische ist aufgrund seiner Struktur als Dachverband für zahlreiche Organisationen aus dem Selbsthilfebereich der klassische Verband der Selbsthilfeunterstützung. Unter anderem durch eine Förderung des Landes Niedersachsen konnte die

³⁵ Pressemitteilung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Nr. 445 vom 08.07.2002

REBEKA ab 1991 beim Paritätischen fest institutionalisiert werden. Die REBEKA ist eine Einrichtung für das ganze Ammerland. Die Gruppen verteilen sich auch relativ gleichmäßig über den Landkreis. In Niedersachsen gibt es insgesamt 35 Selbsthilfekontaktstellen.

Zugang zu den Gruppen

1998 hatten wir 60 Selbsthilfegruppen, heute sind 85 Zusammenschlüsse bei uns registriert. Es gibt zu ungefähr 35 verschiedenen Themen Gruppen, die zu 85% den Gesundheitsbereich betreffen. Der erste Kontakt läuft meist telefonisch: Interessierte rufen häufig bei uns an. Wir beraten dann, was für eine Form der Unterstützung in Frage kommt. Wir geben die Adressen und Ansprechpartner entsprechender Selbsthilfegruppen heraus, vermitteln aber bei Bedarf auch an andere Beratungsstellen oder verweisen an überregionale Organisationen oder Gruppen in anderen Gebieten. Die Zusammenarbeit mit der örtlichen Presse ist sehr gut, so dass viele Informationen in der Zeitung veröffentlicht werden und auf diesem Wege die Selbsthilfeinteressierten erreichen. Um den Zugang zu den Gruppen zu erleichtern, planen wir jetzt, auf Anregung einiger Gruppen, eine Broschüre herauszugeben, in der möglichst alle Ammerländer Selbsthilfegruppen enthalten sein sollen.

Betreuung

Es kann sein, dass Gruppen bei uns nur registriert sind und wir weiter vermitteln. Diese Gruppen erhalten von uns Informationsmaterial, unseren Rundbrief und andere Fachinformationen. Dies ist sozusagen die niedrigste Stufe der Zusammenarbeit. Es gibt auch Gruppen, bei denen wir eine ganz intensive Begleitung machen, es kann zum Beispiel sein, dass ich sechs Monate lang die Gruppentreffen begleite. Andere Formen der Betreuung sind etwa, dass ich Gruppentreffen mitgestalte, dass ich Prospektmaterial erstelle, dass wir über das Internet oder andere Medien Informationen sammeln, dass ich Förderanträge stelle oder helfe, diese zu schreiben. Die Vermittlung von Referenten und die Unterstützung bei der Raumsuche sind weitere wichtige Punkte. Generell lässt sich sagen: In der Anfangsphase und in Krisensituationen ist der Unterstützungsbedarf am höchsten.

Struktur der Mitglieder und GruppenleiterInnen

Bis jetzt ist zum Alter der Gruppenmitglieder noch keine Statistik geführt worden. Ich würde sagen: Etwa 60 % der Teilnehmer sind über 55 Jahre, 40 % darunter. Hochbetagte Senioren ab 80 Jahre sind sehr wenig vertreten. Bei den GruppenleiterInnen schätze ich, dass im Selbsthilfebereich ungefähr 70 % dem Altersbereich 55+ zugehören. Bei Mitgliedern und auch Leitungspersonen sind 2/3 Frauen und 1/3 Männer.

Finanzielle Unterstützung

Die Teilnahme an Selbsthilfegruppen ist für die Mitglieder kostenfrei. Es gibt auch Gruppen, die mittlerweile Vereine gegründet haben, zum Beispiel die Gruppe ‚Wege entstehen beim Gehen‘ zum Thema Krebs in Bad Zwischenahn. Dann kann es eventuell einen geringen Vereinsbeitrag geben. Die Gruppen brauchen natürlich Geld für Raummiete, Referenten, etc. Da unterstützen wir die Gruppen, dies bei den Krankenkassen zu beantragen. Die Krankenkassen sind nach den neuen gesetzlichen Regelungen (Selbsthilfeförderung ist im SGB V verankert) die wichtigsten Geldgeber. Es besteht eine Sollverpflichtung für sie, 51 Cent pro Mitglied und Kalenderjahr in den Selbsthilfebereich zu investieren. Diese Förderung wird bei weitem noch nicht ausgeschöpft. Wir bemühen uns extrem, dies bekannter zu machen und die Gruppen darauf hinzuweisen. Es gibt eine Studie, dass jeder in Selbsthilfe investierte Euro

volkswirtschaftlich mindestens 2,50 Euro einspart, vor allem im Gesundheitssystem. Den Kassen und einigen Politikern ist dies schon bewusst. In der Öffentlichkeit muss dies noch bekannter gemacht werden.

Perspektive

Aus meiner Sicht läuft die Arbeit der REBEKA im Moment gut und sollte auf hohem Niveau gehalten werden mit der Möglichkeit, einige Bereiche noch ausbauen zu können. Trotz des nachweisbaren Nutzens der Kontaktstellen steht die finanzielle Förderung dieser freiwilligen Leistung jedoch immer wieder zur Debatte. Eine langfristige finanzielle Absicherung der Selbsthilfekontaktstellen durch eine gemeinsame Finanzierung von Land, Kommune und Krankenkassen sollte angestrebt werden.

Selbsthilfe im herkömmlichen Sinne konzentriert sich in erster Linie auf den Gesundheitsbereich. Selbsthilfe ist aber viel mehr. Sie spielt in den gesamten Bereich des bürgerschaftlichen Engagements und Denkens hinein.

Ein Beispiel: Zu uns in die Beratung kam ein pensionierter Ministerialbeamter, der ganz konkrete Vorstellungen hatte. Er hatte zwei Ideen. Zum einen: Das Internet ist aus seiner Sicht gerade auf dem Lande für alle Senioren wichtig als ‚Tor zur Welt‘. Dies wollte er vermitteln und andere Senioren - auch in Einzelberatung - schulen. Zum anderen wollte er Menschen helfen, die Probleme im Behördenumgang haben, etwa beim Ausfüllen von Anträgen. Wenn diesem Mann der Rahmen gegeben wird, sein Projekt zu verwirklichen, ist das in einem weiteren Sinne auch Hilfe zur Selbsthilfe. Das seniorTrainer-Programm ist ein guter Aufhänger, solche Leute zu motivieren und ihnen dann den Rahmen zu geben, ihre Projekte und Vorstellungen zu verwirklichen.

SeniorTrainer-Programm

Die Resonanz auf dieses Programm ist unerwartet groß. 35 Personen haben sich ganz konkret für eine Teilnahme interessiert, 16 verbindliche Anmeldungen gingen dann ein, nur sieben Personen können am ersten Durchgang teilnehmen. Das hat mich richtig gefreut und zeigt auch den Bedarf. Das Alter der Interessenten und Teilnehmer liegt ganz klar zwischen 62 und 64 Jahren. Die Leute waren gerade ca. ein Jahr zu Hause und hatten versucht, sich erst einmal zu finden, den Tag neu zu strukturieren und hatten auch schon verschiedene Dinge unternommen, um für sich Perspektiven zu finden. Das hätte ich nicht erwartet, dass Leute kommen, die so konkrete Vorstellungen haben und lebenspraktisch und fachlich hohe Kompetenzen mitbringen. Frauen und Männer sind ziemlich gleich vertreten. Das Projekt läuft über vier Jahre. Der erste Kurs fängt am 23.09.02 an.“

➔ **Selbsthilfegruppen sind aus dem Gesundheitsbereich nicht mehr wegzudenken und zeigt hier eine zunehmende Eigeninitiative von BürgerInnen. Die Leiterin der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen im Ammerland REBEKA, Frau Rensen, sieht Selbsthilfe jedoch weiter gefasst: Auch Beratung und Unterstützung im Bereich des bürgerschaftlichen Engagements ist Hilfe zur Selbsthilfe. Unter dem erweiterten Begriff ist auch das seniorTrainer-Programm zu betrachten, das im Herbst 2002 mit einer Laufzeit von vier Jahren startet. Das Programm richtet sich an interessierte ältere Menschen, die ihre Erfahrungen und ihr Wissen in bürgerschaftliches Engagement einbringen wollen.**

7.8 Seniorenbüros

1992 initiierte das Bundesministerium für Familie und Senioren das Modellprogramm „Senioren–Büros“. Als Idee stand dahinter: Die Seniorenbüros „sollen die Aktivitätsmöglichkeiten für Senioren im sozialen Bereich verbessern und damit gleichzeitig das Potential an freiwilligem sozialen Engagement vergrößern.“ Als Ziel wurde formuliert, „die soziale Einbindung älterer Menschen zu stärken, indem ihre eigene Aktivität in den Bereichen gefördert wird, die sie in Kontakt mit anderen Menschen bringen und ihre soziale Kompetenz herausfordern“.³⁶ Drei Aufgabenbereiche werden genannt:

- „1. nachberufliche Tätigkeitsfelder und ehrenamtliches soziales Engagement,
2. Selbsthilfeaktivitäten und –gruppen und
3. Einbindung älterer Menschen in Nachbarschaft und Beziehungsnetze.“³⁷

Unter dem Aspekt des zunehmenden Interesses von älteren Menschen an einem breiteren und generationenverbindenden Spektrum ehrenamtlicher Tätigkeiten ist zu fragen, ob die Form des Seniorenbüros auch zukünftig den Ansprüchen entspricht oder eine Weiterentwicklung bzw. Überleitung in andere Formen sinnvoll ist.

➔ 1992 durch ein Modellprogramm des Bundesministeriums für Familie und Senioren initiiert, sind Seniorenbüros inzwischen zu einem wichtigen Baustein im Bereich der Aktivitäten von über 60–Jährigen geworden. Im Landkreis Ammerland gibt es in den Gemeinden Wiefelstede und Westerstede sowie in Apen und Edeweicht Seniorenbüros.

³⁶ Bundesministerium für Familie und Senioren (Hrsg.): Materialien zum Modellprogramm Seniorenbüros. Band 1: Dokumentation der Anträge. Bonn 1994, S. 6

³⁷ ebenda, S. 1