Leitfaden

Alter, Migration und Gesundheit

Leitfaden und Projektdokumentation aus dem Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau

Vorwort 2

Einleitung 4

Teil I: Leitfaden für die Praxis 6
1. Bestandsaufnahme 6
2. Festlegung der Zielgruppe 7
3. Einzugsgebiet 7
4. Zugang zur Zielgruppe 8
5. Rahmenbedingungen 8
   5.1 Gruppenzusammensetzung 8
   5.2 Leitung 9
   5.3 Einsatz von Freiwilligen 10
   5.4 Sprache 11
   5.5 Raum, Zeit, Bewirtung 12
6. Programmgestaltung 14
7. Aktivierung der Senioren 15
8. Kosten 16

Teil II: Erfahrungsbericht: Modellprojekt „Alter, Migration und Gesundheit“ 17
1. Aufgabenstellung 17
2. Die Stadtteile St. Leonhard und Schweinau 17
3. Das Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau 17
4. Projektphasen 18
5. Leitung im kulturgemsichten Team 18
6. Gruppen 19
   6.1 Russischsprachige Gruppe 19
   6.2 Türkischsprachige Gruppe 20
   6.3 Rumänischsprachige Gruppe 21
   6.4 Konversationskurs 22
7. Wunsch und Wirklichkeit 23
   7.1 Inhaltliche Ausrichtung 23
   7.2 Kulturenübergreifende Veranstaltungen 23
   7.3 Beziehungsebene 24
8. Perspektiven 25

Teil III: Anhänge 26
1. Kooperationspartner und ihre Angebote 26
2. Beispiele für Flyer 30
3. Beispiele für Monatsprogramme 31
4. Schriften und Studien zum Thema 32

Gesundheitsförderung bei älteren Menschen mit Migrationshintergrund

„Weniger, älter, bunter“ – drei Schlagworte, mit denen der demographische Wandel häufig auf den Punkt gebracht wird. Hinter dem „bunter“ steht u.a. die größer werdende Vielfalt kultureller Hintergründe bei Seniorinnen und Senioren. In einer alternden Stadtgesellschaft sind deshalb auch differenzierte kultursensible Wege der Seniorenarbeit für ein selbstbestimmtes Älterwerden notwendig.

Das Projekt „Alter – Migration – Gesundheit“ in St. Leonhard/Schweinau, welches das Zentrum Aktiver Bürger/Mehrgenerationenhaus Schweinau in Zusammenarbeit mit dem Amt für Wohnen und Stadterneuerung sowie dem Seniorenamt der Stadt Nürnberg durchführte, setzt hier an und bewegt sich damit im Schnittfeld zentraler Leitlinien, die auch den Orientierungsrahmen der Nürnberger Sozialpolitik bestimmen: die Gestaltung einer alternden Stadtgesellschaft, die Entwicklung solidarischer Sozialräume und eben die Inklusion von Menschen mit Migrationshintergrund. Ziel ist, dass alte Menschen unabhängig von ihrer sozialen oder kulturellen Herkunft im vertrauten Umfeld selbstbestimmt leben können. Angebote für ältere Menschen mit Migrationshintergrund sind damit Teil eines Gesamtkonzeptes von Seniorenarbeit, innerhalb dessen lebenslagenorientierte Handlungskonzepte differenzierte Lösungen ermöglichen.

Denn kommunale Sozialpolitik wird für die Menschen dort erfahrbar, wo sie ihren Lebensmittelpunkt haben: im Wohnviertel und in ihren sozialen und kulturellen Bezügen. Ein zentraler seniorenpolitischer Handlungsansatz hierfür in Nürnberg sind die Seniorennetzwerke als quartiersorientierte, trägerübergreifend organisierte Strukturen, in denen die Akteure der Seniorenarbeit im Sinne einer „lokalen Verantwortungsgemeinschaft“ ihre Ziele und Angebote an den Bedarfslagen des Quartiers orientiert aufeinander abstimmen, gemeinsam Projekte verwirklichen und Erfahrungen und Ressourcen bündeln, um Lücken im sozialen Netz zu schließen. Für spezifische Bedarfslagen können so passgenaue Lösungen gefunden werden.

Das Projekt „Alter – Migration – Gesundheit“ war von Beginn an in ein solches lokales Netzwerk eingebunden, so dass die entstandenen Gruppen auch nach Projektende in Einrichtungen im Stadtteil (z.B. Interkulturcafé, Mehrgenerationenhaus) weiterlaufen können.

Eine weitere Verbreitung der entwickelten Gruppenangebote erfolgt außerdem im Rahmen eines vom Sozialreferat/Seniorenamt geförderten Modellprojekts, in dem das Zentrum Aktiver Bürger quartiersorientierte Freiwilligennetzwerke für die Leitung von Gruppen für Ältere mit Migrationsgeschichte in verschiedenen Stadtteilen

aufbaut. Damit wird der bestehende Ansatz noch stärker im Sinne von selbsthilfeorientierten Aktivitäten weiter entwickelt. Durch die Einbindung dieser Arbeit in die Nürnberger Seniorennetzwerke sowie Kooperationen mit Organisationen aus dem Bereich Migration und Gesundheit entstehen so dauerhaft wirkende Strukturen für eine kultursensible Seniorenarbeit in Nürnberg.

Seniorenamt Nürnberg

Ilona Porsch Dr. Thomas Gunzelmann

Menschen mit Migrationshintergrund sind seit Jahrzehnten Bestandteil unserer Gesellschaft. Während Kinder, Jugendliche und Familien mit ihren Bedürfnissen zunehmend besser wahrgenommen und berücksichtigt werden, sind die Senioren unter den Migranten eine oft übersehene Gruppe. Viele von ihnen, Gastarbeiter der ersten Generation, haben den überwiegenden Teil ihres Arbeitslebens in Deutschland verbracht und Jugend, Kraft und Gesundheit hier eingesetzt. Andere, wie die jüdischstämmigen Kontingentflüchtlinge aus dem Bereich der ehemaligen Sowjetunion, konnten erst in fortgeschrittenem Alter und nach einem Leben unter schwierigen Bedingungen nach Deutschland übersiedeln.

Ähnlich wie einheimisch deutsche Senioren sind auch die Senioren mit Migrationshintergrund unauffällig und machen nicht viel von sich reden. Unabhängig von der jeweiligen Kultur sind Werte wie Ehrlichkeit, Zuverlässigkeit und Bescheidenheit bei den Senioren fest verankert. Die Familie, Kinder und Enkelkinder haben einen hohen Stellenwert und werden nach Kräften unterstützt. Das Leben in Deutschland wird wertgeschätzt, gleichzeitig empfinden aber viele Senioren eine große Scheu davor, staatliche Hilfe anzunehmen. Der Wunsch, alleine zurecht zu kommen und niemandem zur Last zu fallen, ist sehr ausgeprägt.

Dabei haben Senioren mit Migrationshintergrund, bedingt durch das Leben zwischen zwei Kulturen, Mehrfachbelastung durch Beruf und Familie und häufig schwere körperliche Arbeit im niedrig bezahlten Lohnsektor, deutlich schlechtere Lebensbedingungen als ihre einheimisch deutschen Altersgenossen. Das Leben im Alter für Menschen mit Migrationshintergrund ist gekennzeichnet durch:

- niedrige Renteneinkommen, deshalb ein hoher Anteil von Empfängern von Grundsicherung und damit überproportionale Armutsbetroffenheit
- eher schlechter Gesundheitszustand und geringe Berücksichtigung in Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung (bzw. wenig Kenntnis bei den Betroffenen über Möglichkeiten der Prävention),
- teilweise wenig Selbsthilfepotenzial aufgrund relativer Bildungsferne
- wegen häufig geringer Deutschkenntnisse wenig Informiertheit über Angebote und Leistungen der Altenhilfe und über Leistungen des Gesundheitswesens. (aus dem Bericht für den Nürnberger Sozialausschuss vom 9.11.2006)

Die Achtung vor der Würde dieser Menschen erfordert wirksame Maßnahmen zur Verbesserung der Situation. Im Modellprojekt „Alter, Migration und Gesundheit“ in St. Leonhard/Schweinau wurden Möglichkeiten dazu entwickelt und erprobt. Das Projekt war vom Amt für Senioren und Generationenfragen und vom Amt für Wohnen und Stadterneuerung initiiert und hatte eine Laufzeit von zwei Jahren und drei Monaten. Finanziert wurde es im Rahmen des Projekts „Kooperationen – Pilotprojekte für die Stadtgesellschaft“, Modellvorhaben in der „Sozialen Stadt“ in Bayern. Die Durchführung geschah im Mehrgenerationenhaus Schweinau in Trägerschaft der SOS-Jugendhilfen und des Zentrums Aktiver Bürger Nürnberg.

Im Projekt wurden offene Seniorentreffs für russischsprachige, türkischsprachige und rumänischsprachige Senioren aufgebaut. Inhaltlicher Schwerpunkt waren die Gestaltung eines sozialen Rahmens, innerhalb dessen Informationen zu Gesundheit und Prävention sowie kulturelle und soziale Aktivitäten angeboten werden konnten. Daneben entstanden ein Deutsch-Konversationskurs und eine Reihe von Spezialangeboten mit Kooperationspartnern, wie zum Beispiel Gymnastik, Kochen, Filmvorführungen, Literaturvorträge und Ausflüge zu Senioreneinrichtungen im Stadtgebiet.

Die Erfahrungen aus dem Modellprojekt „Alter, Migration und Gesundheit“ sind hier in Leitfaden und Erfahrungsbericht festgehalten.

Der Leitfaden hat das Ziel, die Durchführung von ähnlichen Angeboten für Einrichtungen und Initiativen zu erleichtern. Hier sind Schritt für Schritt die aufeinander aufbauenden Arbeitsschritte beschrieben. Am Ende jedes Punktes findet sich eine Checkliste.

Der Erfahrungsbericht beleuchtet exemplarisch Verlauf und Ergebnisse des Projekts „Alter, Migration und Gesundheit“ und ist als Beispiel und Erläuterung gedacht.

Allen Lesern danke ich für ihr Interesse. Denjenigen, die ein eigenes Projekt planen, wünsche ich viel Erfolg und ebenso viel Freude und bereichernde Erfahrungen, wie ich sie bei dieser Aufgabe hatte.

Eva-Maria Pietzcker
Projekt „Alter, Migration, Gesundheit“
Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau
Schweinauer Hauptstraße 31
90441 Nürnberg
Telefon: 0911/6279162
E-Mail: pietzcker@iska-nuernberg.de

1. Bestandsaufnahme

Grundlage für die Planung von Angeboten im Bereich Prävention und Gesundheitspflege für Senioren mit Migrationshintergrund ist die Information über Eigenart und Struktur des Stadtteils/Ortes und über Zusammensetzung und Altersstruktur der Bevölkerung.

Nächster Schritt ist die Untersuchung des sozialen Netzwerks im Quartier, z.B. Akteure der sozialen Arbeit, Senioreneinrichtungen, Migranteneinrichtungen, Treffpunkte von und für Migranten. Nach Möglichkeit sollte auch erfasst werden, welche Organisationen von außerhalb in das Quartier hineinwirken.

Danach erfolgt die detaillierte Information durch persönliche Kontaktaufnahme. Im Gespräch mit den jeweiligen Einrichtungen lässt sich die genaue Ausrichtung der vorhandenen Angebote erkennen, das geplante eigene Angebot kann erläutert und gegebenenfalls inhaltlich modifiziert werden und es können sich bereits erste Beratungs- und Kooperationspartner ergeben.

Um Konkurrenzsituationen zu vermeiden, sind Vorgespräche mit möglichst allen Organisationen, an deren Aufgabengebiete ein geplanter Seniorentreff angrenzt, sinnvoll. Da ein hoher Bedarf an Gesundheits- und Präventionsangeboten für Senioren mit Migrationshintergrund besteht, stößt eine solche Initiative z.B. bei Senioreneinrichtungen, Pflegediensten oder Migrantenorganisationen in der Regel auf positive Resonanz.

Die in diese Phase investierte Zeit und Energie zahlt sich aus, weil durch Transparenz Konkurrenzsituationen vermieden werden und das geplante Angebot ergänzend in das Angebotsspektrum des Quartiers eingeordnet werden kann.

Checkliste
▸ Datensammlung zu Charakteristik und Struktur des Quartiers
▸ Bevölkerungsstruktur
▸ Datensammlung über Akteure der sozialen Arbeit, Senioreneinrichtungen, Migranteneinrichtungen
▸ Informationsgespräche mit Akteuren und Einrichtungen

2. Festlegung der Zielgruppe

Die Festlegung auf eine oder mehrere Migrantengruppen kann sich ergeben aus:

- dem Vorliegen von besonderen Problemlagen (z.B. fehlende Begegnungsmöglichkeiten, Armut, Isolation)
- einem besonders hohem Anteil einer Migrantengruppe an der Gesamtbevölkerung im Quartier
- bereits vorhandenen Kooperationspartnern, die mit einer besonderen Gruppe von Migranten arbeiten

Checkliste
▸ Problemlagen
▸ Migrantengruppen
▸ mögliche Kooperationspartner

3. Einzugsgebiet

Bei der Festlegung des Einzugsgebietes von Angeboten für Senioren mit Migrationshintergrund gibt es zwei Pole:

- Ein stadtteilbezogener Ansatz bietet den Vorteil, dass die Angebote für Senioren leicht erreichbar sind. Gerade bei abnehmender Mobilität im Alter ist das eine Zugangserleichterung. Es entstehen dann auch keine Fahrtkosten, die für viele Senioren mit Migrationshintergrund eine Erschwernis für die Teilnahme sind.
- Andererseits leben Senioren aus vielen Migrantengruppen in Beziehungssystemen, die über das Quartier hinausgehen. Wichtiger als die Stadtteilorientierung ist dann die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe.

Für die einzurichtenden Seniorentreffs bedeutet dies, dass die jeweils optimale Ausrichtung zwischen Stadtteilorientierung und stadtweiter Öffnung festgelegt werden muss.

Checkliste
▸ Argumentsammlung für quartiersbezogenen Ansatz
▸ Argumentsammlung stadtteilübergreifenden Ansatz
▸ Abwägung

4. Zugang zur Zielgruppe

Senioren mit Migrationshintergrund werden – mehr noch als Senioren mit einheimisch deutschem Hintergrund – am besten durch persönliche Ansprache erreicht. Das kann über Migrantenorganisationen, Beratungsstellen, Kirchen und Moscheen, Ärzte, Apotheken und sonstige Mittlerpersonen geschehen. Erster Schritt ist also, Multiplikatoren von dem geplanten Angebot zu überzeugen. Dies kann zum Beispiel gut mittels einer Stadtteilbegehung geschehen.

Ergänzend können auch Flyer eingesetzt werden. Diese Flyer sollten zweisprachig (türkisch-deutsch, russisch-deutsch etc.) sein und für die Zielgruppe positiv besetzte Worte und Bilder verwenden. Gute Kulturkenntnis ist hier unerlässlich. Ein großes Schriftbild und klare Kontraste erleichtern den Senioren die Aufnahme der Information.

Es ist sinnvoll, die Flyer zweisprachig zu gestalten. Dadurch, dass die Informationen auch in Deutsch gegeben werden, wird das Verständnis für das Angebot im Umfeld gestärkt und der Anschein der Abgrenzung vermieden.

Flyer haben allerdings bestenfalls unterstützende Wirkung für bereits durch persönliche Ansprache motivierte Personen. Veröffentlichungen allein in deutscher Sprache haben wenig Wirkung, ebenso wie Zeitungsartikel in deutschen Medien.

Checkliste
▸ Stadtteilbegehung mit Ansprache von Multiplikatoren
▸ Flyer zweisprachig

5. Rahmenbedingungen

5.1 Gruppenzusammensetzung

Wie bei einheimisch deutschen Seniorengruppen auch, kommen mehr Frauen als Männer zu Seniorentreffs. Ob an einer Gruppe nur Frauen, nur Männer oder Männer und Frauen teilnehmen sollen, muss in Absprache mit den Kooperationspartnern und, wenn möglich, auch mit zukünftigen Mitgliedern der Gruppe ausgemacht werden. Oberstes Ziel ist, dass alle sich wohl fühlen.

Selbstverständlich spielen bei dieser Frage Traditionen und Gewohnheiten eine Rolle. Mit kultursensibler, sachkundiger Beratung lässt sich die jeweils optimale Lösung finden.

Erwogen werden muss auch, was thematisch im Vordergrund der Treffen stehen soll. So ist zum Beispiel der Gedanke, dass die Geselligkeit den höchsten Stellenwert hat, für Senioren aus manchen Kulturen motivierend. Für andere ist der Aspekt der Bildung und des Lernens das größere Anliegen.

Checkliste
▸ Gruppenzusammensetzung
▸ Interessenlage bei den Senioren
▸ Zu beachtende Grundsätze und Traditionen

5. Rahmenbedingungen

5.2 Leitung

Da Senioren mit Migrationshintergrund oft wesentliche Wurzeln im Herkunftsland haben, braucht ein Seniorentreff für diese Zielgruppe eine Leitungsperson mit entsprechendem kulturellen Hintergrund. Frauen und Männer der nächstfolgenden Generation können solche Aufgaben sehr gut übernehmen. Sie haben über ihre Eltern den Zugang zur Kultur des Herkunftslandes bewahrt und oft auch selbst eine Zeit ihres Lebens dort verbracht. Sie sind vertraut mit Sprache, kulturellen Besonderheiten und Gewohnheiten. Dazu hat diese zweite Generation einen gesicherten Bezug zur deutschen Kultur und Sprache. So können diese Personen in beide Richtungen agieren.

Sehr positiv kann die Leitung im gleichberechtigten kulturgemischten Tandem sein. Mit zwei Personen werden Kulturkenntnisse und Handlungsebenen weiter gefasst. Gegenseitige Beratung und Ideenaustausch erhöhen die Qualität der Arbeit und die Zufriedenheit.

Dabei hat eine kultursensible einheimisch deutsche Person im Leitungsteam für die Senioren mit Migrationshintergrund eine integrative Wirkung. Viele der Senioren haben wenig oder keine Beziehung zu einheimisch deutschen Menschen. Durch die entstehende Vertrauensbeziehung wird die Bereitschaft der Senioren, sich stärker die Sprache und Kultur des Gastgeberlandes zu erschließen, gesteigert. Positiv wirkt sich auch die Gastgeberfunktion von einheimisch deutschen Personen im Seniorentreff aus. Man bietet den Senioren, die oft leidvolle Erfahrungen mit Ablehnung und Ausgrenzung gemacht haben und leider auch tagtäglich erneut machen, ein zwar verspätetes, aber herzliches Willkommen. Auch das verbessert die Befindlichkeit der Menschen.

Checkliste
▸ Kontakte zu Migrantenorganisationen
▸ Kontakte zu Multiplikatoren
▸ Kontakte zu Akteuren im Bereich Senioren/Migration

5. Rahmenbedingungen
5.3 Einsatz von Freiwilligen

Der Einsatz von Freiwilligen ist sowohl im Bereich der Leitung, als auch für den themenbezogenen Einsatz beim Seniorentreff möglich. Die Freiwilligen mit ihren vielfältigen Hintergründen und Lebenserfahrungen sind eine Bereicherung des Geschehens. **Für ihren Einsatz müssen bestimmte Voraussetzungen gegeben sein:**

- Fachliche Begleitung durch eine/n Hauptamtliche/n
- Gleichberechtigte Zusammenarbeit zwischen Freiwilligen und Hauptamtlichen
- Ehrenamtsversicherung
- Auslagenersatz und Fahrtkostenerstattung
- Gelegenheit zu aufgabenfeldbezogenen Schulungen und Weiterbildung

Zu bedenken ist auch das Thema Aufwandsentschädigung. Anders als bei „klassischen“ einheimisch deutschen Ehrenamtlichen (finanziell abgesichert, nicht oder nicht mehr erwerbstätig) findet man im Bereich der Arbeit mit Migranten oft Freiwillige, die für die Aufgabe gut geeignet, in finanzieller Hinsicht aber schlecht gestellt sind. Eine Aufwandsentschädigung hilft hier erheblich. Die Aufwandsentschädigung muss in jedem Fall im Rahmen der von der Sozialhilfe erlaubten Grenzen liegen. Informationen zu diesem Thema finden sich beim „Landesnetzwerk für Bürgerschaftliches Engagement“, www.wir-fuer-uns.de unter dem Stichwort „Rechtsfragen A–Z“. Mittels klarer Absprachen und einem Vertrag wird vereinbart, dass der Bezug der Aufwandsentschädigung nicht mit den Sozialbezügen kollidiert oder dass sie in Fällen von geringem Einkommen ordnungsgemäß versteuert werden. Wenn es nicht möglich ist, die Kosten dafür im Projektetat einzuplanen, sind kreative Ideen nötig: Spender, Stiftungen und Stadtteilpaten können angesprochen werden. Man findet auch ausgeschriebene Wettbewerbe zu den Themen „Senioren“ oder „Migration“, die Chancen auf zusätzliche Mittel bieten.

Checkliste
▸ Fachliche Begleitung durch eine/n Hauptamtliche/n
▸ Gleichberechtigte Zusammenarbeit zwischen Freiwilligen und Hauptamtlichen
▸ Ehrenamtsversicherung
▸ Auslagenersatz und Fahrtkostenerstattung
▸ Gelegenheit zu aufgabenfeldbezogenen Schulungen und Weiterbildung
▸ Sponsorensuche

5. Rahmenbedingungen

5.4 Sprache

Viele Senioren mit Migrationshintergrund verfügen nur über geringe Deutschkenntnisse. Das hat verschiedene Ursachen. Gastarbeiter der ersten Generation gingen zunächst nicht davon aus, dass sie in Deutschland bleiben. Sie dachten, dass sie nach wenigen Jahren in ihr Herkunftsland zurückkehren würden. Deshalb wurde nur so viel Deutsch gelernt, wie für die Arbeit nötig war. Nicht berufstätige Ehefrauen hatten noch weniger Gelegenheit, gute Deutschkenntnisse zu erwerben. Auch von Seiten des Gastgeberlandes sah man keinerlei Notwendigkeit von Sprachkursen für die Gäste, denn man ging ja ebenfalls davon aus, dass sie nur für eine gewisse Zeit in Deutschland leben würden. Da die erste Generation der Gastarbeiter nun das Rentenalter erreicht hat und aus dem Arbeitsprozess ausgeschieden ist, haben auch die Kontakte zur deutschsprachigen Bevölkerung abgenommen. Die tägliche Übung fehlt, die Sprachkompetenz nimmt ab.

Andere Senioren mit Migrationshintergrund, z.B. aus dem Bereich der früheren Sowjetunion, kamen erst in fortgeschrittenem Alter nach Deutschland. Sie besuchten zwar Sprachkurse, konnten oft aber altersbedingt nur ein bestimmtes Sprachniveau erreichen.

Gemeinsam ist allen diesen Senioren, dass sie ihre Kenntnis der deutschen Sprache als gering einschätzen. Das sagen selbst solche, die sich durchaus gut ausdrücken können. Die persönliche Unsicherheit senkt dann das erreichte Sprachniveau. Negative Erfahrungen im Alltag verstärken diesen Effekt. Hinzu kommt die normale Altersvergesslichkeit, die bewirkt, dass eine erlernte Zweitsprache mit zunehmendem Alter nur noch eingeschränkt zur Verfügung steht.

Deshalb ist es zielführend, die Seniorentreffs in der jeweiligen Muttersprache zu halten. Die „Sprache des Herzens“ ist Grundlage für das exakte Weitergeben von Information, aber auch für den tragfähigen Austausch im Gespräch unter den Senioren. Vorträge und Veranstaltungen müssen entweder in der Muttersprache oder mit Übersetzung stattfinden.

Der erwünschte Gebrauch der eigenen Sprache im Seniorentreff vermittelt den Senioren die Erfahrung des Angenommenseins, so wie sie sind. Einheimisch deutsche Mitarbeiter/innen in den Seniorentreffs machen dann die Erfahrung, nicht immer alles zu verstehen. Dem kann man in Ruhe begegnen, denn darin liegt die Chance, ein Stück der Lebenswelt der Senioren zu erfahren, denen es alltäglich so geht. Außerdem werden die Senioren versuchen, dem/der Mitarbeiterin möglichst viel zu erklären und zu übersetzen, was wiederum die Sprachkompetenz und das Selbstbewusstsein der Senioren stärkt.

Checkliste
▸ zweisprachige Leitungspersonen
▸ zweisprachige Vortragende
▸ Übersetzungsmöglichkeiten

5. Rahmenbedingungen

5.5 Raum, Zeit, Bewirtung

Raum:

Sinnvoll ist ein ebenerdig gelegener oder mit Aufzug zu erreichender Raum, da viele Senioren Schwierigkeiten mit dem Treppensteigen haben. Der Raum sollte ausreichend groß, möglichst hell und gut zu belüften sein und leichten Zugang zu Toiletten bieten. Der Raum sollte zuverlässig für alle Treffen zur Verfügung stehen, denn Raumänderungen sorgen immer für Verunsicherung und sind auch oft nicht allen Teilnehmern rechtzeitig und eindeutig zu kommunizieren.

Zeit

Zu welcher Tageszeit und wie häufig ein Seniorentreff angeboten wird, wird sich nach den Möglichkeiten der haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und nach den Bedürfnissen der Senioren richten. Wöchentliche Treffs haben eine stabilisierende Wirkung auf die Gruppe, weil die Senioren sicher wissen, wann die Ver-

anstaltung stattfindet. Sie nehmen die Treffs dann in ihre Wochenplanung fest auf. Vierzehntägige oder monatliche Treffs sind ebenfalls möglich, brauchen aber die beständige Erinnerungshilfe mit Terminlisten, Rundrufen per Telefon oder andere Möglichkeiten des Kontakthaltens.

Halbjahres- oder Jahresübersichten bieten den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu jeder Zeit verlässliche Orientierung, auch nach Urlaub und Krankheit. Mit Einverständnis der Gruppenmitglieder können auch Telefonlisten erstellt werden, damit Informationen kurzfristig weitergegeben werden können und Nachfragen bei längerem Fehlen möglich sind.

Ein Zeitrahmen von eineinhalb bis zwei Stunden pro Treffen bewährt sich. Wenn nach dem Treffen noch eine Zeitspanne für kleine Einzelberatungen zur Verfügung steht, wird diese von den Senioren gerne genutzt, denn sie bringen amtliche Schreiben, Formulare, Anträge oder persönliche Fragen mit, für deren Behandlung in der großen Gruppe meist keine Gelegenheit bleibt.

Bewirtung

Gastfreundschaft ist in den Herkunftsländern der Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Regel ein hohes Gut. Deshalb muss für die Seniorentreffs ein gastfreundlicher Rahmen geschaffen werden. Dazu gehören kleine Speisen und Getränke. Diese können sich nach den jeweiligen Kulturgewohnheiten richten, typisch deutsche Speisen und Getränke werden aber auch gerne angenommen, sofern sie nicht gegen religiöse oder kulturelle Tabus verstoßen.

Checkliste
▸ Raum: groß, hell, leicht zu erreichen, einfacher Zugang zu Toiletten
▸ Zeit: Tag, Uhrzeit und Dauer,
▸ Terminlisten, Telefonlisten
▸ kultursensible Bewirtung

6. Programmgestaltung

Nach dem Grundsatz, dass man nur dann erfolgreich lernt, wenn man mit Freude lernt, ist oberster Leitsatz für die Programmgestaltung, bei den Senioren positive Erfahrungen zu bewirken. Es muss genügend Zeit sein für das, was den Menschen Freude macht. Abwechslungsreiche Angebote, gemeinsames Essen, private Gespräche, Unterhaltung und Spiele sind nur einige von vielen Möglichkeiten.

Hier, wie bei der gesamten Programmgestaltung, bewährt sich die Führung im Dialog. Sie beginnt im Leitungsteam und setzt sich im Umgang mit der Gruppe fort. Das Leitungsteam ist Impulsgeber und Organisationsstelle, aber was geschieht und wie es geschieht, wird mit der Gruppe festgelegt. Die Leitung lässt der Gruppe Spielraum für die Themen- und Ideenfindung. Sie sorgt aber auch dafür, dass kein Vakuum entsteht, wenn die Gruppe wenig Impulse gibt. So kann einerseits berücksichtigt werden, was die Senioren bewegt. Parallel dazu können ihnen Themen nahe gebracht werden, die bisher außerhalb des Blickfeldes der Senioren lagen.

Themen für einen Seniorentreff mit Schwerpunkt Gesundheit und Prävention können sein:

- Ernährung, Bewegung, Informationen zur Pflegeversicherung und Krankenversicherung, Zahngesundheit, Hautpflege, Krebsvorsorge, Schlafstörungen, Depression, Demenz.
- Exkursionen zu interkulturell arbeitenden Pflegediensten, Beratungsstellen, Therapieeinrichtungen und Seniorenheimen werden von vielen Senioren gerne wahrgenommen. Für den Bereich der Stadt Nürnberg befindet sich **im Anhang** eine Tabelle mit Themen und Einrichtungen für die Bereiche Alter und Gesundheit für Senioren mit Migrationshintergrund, mit denen im Projekt „Alter, Migration, Gesundheit“ eine gute Zusammenarbeit stattgefunden hat. Kosten entstanden in der Regel nicht.
- Als dritte Säule neben Geselligkeit und thematischer Arbeit bieten sich Kulturveranstaltungen an. Sie erhöhen die Verbundenheit der Senioren mit ihrer Umgebung und tragen damit zu ihrem Wohlbefinden und ihrer inneren Stabilität bei. Stadtbesichtigungen, Ausstellungsbesuche, Ausflüge in die nähere Umgebung und zu Festen werden gerne angenommen.

Ein besonders gutes Angebot machen die Museen der Stadt Nürnberg mit der personalisierten Jahreskarte für Inhaber des Nürnberg-Passes. Für € 5,- Jahresgebühr ist ein Jahr lang der Besuch aller städtischen Museen möglich. Die Karte wird beantragt bei der Museumsdirektion, Hirschelgasse 9–11, 90403 Nürnberg, Telefon: 0911/231 54 21.
Nähere Informationen findet man im Internet bei den einzelnen Museen,
z.B. www.museen.nuernberg.de/dokuzentrum/eintrittspreise.html

Checkliste
▶ Themensammlung mit Kooperationspartnern erstellen
▶ Absprachen mit Vortragenden treffen
▶ Vorschläge für Exkursionen ausarbeiten
▶ mögliche Kosten abschätzen: Honorare, Fahrtkosten, Eintrittsgelder

7. Aktivierung der Senioren

Ein Seniorentreff-Programm, das die Senioren zur Beteiligung ermutigt, hat positive Auswirkungen auf die Einzelnen und auf die Gruppe. Zum einen werden die Kompetenzen der Senioren abgerufen. Das Programm wird vielfältiger und passgenauer. Ob die Senioren eher praktische Fähigkeiten (Kochen, Basteln, Musizieren etc.) oder Kompetenzen auf eher theoretischen Gebieten (Vorträge, Kunstführungen etc.) haben, muss herausgefunden werden. Die Senioren bringen die Erfahrungen eines ganzen Lebens mit. Die meisten haben den Wunsch, nicht nur zu empfangen, sondern auch zu geben. Das kann man zum Beispiel daran merken, mit welcher großen Bereitwilligkeit und Freude Speisen für Veranstaltungen und Feste hergestellt werden.

Durch die Beteiligung an den Aktivitäten im Seniorentreff erfahren die Senioren Wertschätzung und werden in ihrer Persönlichkeit gestärkt. Gleichzeitig wächst die Identifikation mit der Sache und mit der Gruppe.

Checkliste
▶ Beteiligungsmöglichkeiten der Senioren erfragen
▶ Liste anlegen zu den verschiedenen Bereichen: Vorträge, praktische Aktivitäten, Speisen zubereiten etc.

8. Kosten

Kosten entstehen in den Bereichen:

- Lebensmittel
- Auslagenersatz für Freiwillige
- Aufwandsentschädigung für Freiwillige
- Materialien (Prävention, Beschäftigung, Feste etc.)
- ggf. Honorare für Vorträge
- ggf. Raummiete

Die meisten Senioren mit Migrationshintergrund haben sehr wenig Geld zur Verfügung. Sie sind dennoch bereit, einen Kostenbeitrag zu den Treffen zu leisten. Der bewegt sich zwar nur im Bereich von 50 Cent bis einem Euro, kann aber zum Kauf von Lebensmitteln für die Veranstaltungen beitragen. Oft besteht auch Bereitschaft, Speisen als Beitrag mitzubringen.

Nicht zu bewältigen sind für die Senioren Vorauszahlungen für Kurse wie Sturzprävention oder Rückengymnastik. Schon € 50,- stellen ein unüberwindliches Hindernis dar, so dass solche Angebote nicht angenommen werden, selbst wenn sie von der Gruppe gewünscht sind. Wenn solche Angebote gewünscht sind, müssen im Vorfeld entsprechende Absprachen mit den Krankenkassen getroffen werden.

Kalkulationsbeispiel für die laufenden monatlichen Kosten für einen Seniorentreff mit durchschnittlich 15 Personen		
Lebensmittel	Tee, Kaffee, Gebäck, Obst	€ 25,- mtl.
Kosten für Freiwillige	Fahrtkosten pro Treffen € 4,40	€ 17,60 mtl.
	Aufwandsentschädigung pro Treffen € 15,- (3 x 1 Stunde à € 5,-)	€ 60,- mtl.
	Ehrenamtsversicherung	€ 2,- mtl.
Materialkosten	(Bastelmaterial, Eintrittsgelder etc.)	€ 15,- mtl.
Gesamt		**ca. € 120,- mtl.**

Modellprojekt „Alter, Migration und Gesundheit“

1. Aufgabenstellung

Ziel des Projekts war, in den Stadtteilen St. Leonhard und Schweinau Angebote der offenen Altenhilfe und Gesundheitsvorsorge für ältere Migranten zu entwickeln und zu erproben. Das Projekt war als Modellprojekt des Seniorenamts und des Amts für Wohnen und Stadtentwicklung auf zwei Jahre ausgelegt und wurde um drei Monate verlängert (insgesamt April 2010 bis Juli 2012). Es wurde aus Mitteln der Sozialen Stadt finanziert und im Mehrgenerationenhaus Schweinau durchgeführt.

2. Die Stadtteile St. Leonhard und Schweinau

Die Stadtteile St. Leonhard und Schweinau waren für das Modellprojekt ausgewählt worden, weil sie einen hohen Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund aufweisen. Im Vergleich zur gesamtstädtischen Quote von 39,5% leben in St. Leonhard 61,6%, in Schweinau 69 % Menschen mit Migrationshintergrund. Von den Senioren (65 Jahre und älter) haben in St. Leonhard 41,7%, in Schweinau 64,0% einen Migrationshintergrund. (aus: „Menschen mit Migrationshintergrund in Nürnberg“, Amt für Stadtforschung und Statistik, November 2011)

3. Das Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau

Das Mehrgenerationenhaus in Trägerschaft der SOS-Jugendhilfen und des Zentrums Aktiver Bürger hat sich als günstiger Ausgangsort für das Projekt erwiesen. Es ist ein Ort der Begegnung zwischen Generationen und Kulturen. Das Engagement vieler Ehrenamtlicher ermöglicht ein breites Angebotsspektrum. Weltanschauliche Neutralität und das Fehlen eigener wirtschaftlicher Interessen wirken vertrauensbildend. Auch ist das Mehrgenerationenhaus weder Amt, noch Behörde, was den Senioren mit Migrationshintergrund, die oft befürchten, sich nicht genügend auszukennen, den Zugang erleichtert. Angebote im Haus wie Offener Mittagstisch, Nähstube, Computerkurse etc. bieten Optionen für Geselligkeit, Service und persönliche Interessen.

4. Projektphasen

- Die erste Phase, ca. 5 Monate, diente der Information über die Stadtteile. Der Schwerpunkt lag auf der Kontaktaufnahme zu Migrantenorganisationen, zu Einrichtungen, die mit Migranten und/oder Senioren arbeiten und zu anderen Akteuren der sozialen Arbeit im Quartier. In dieser Zeit wurden die Grundlagen für spätere Kooperationen gelegt, die Partner für die Leitung der zukünftigen Seniorentreffs gefunden und die vorläufige Konzeption der Angebote für die jeweiligen Seniorengruppen festgelegt.
- In der zweiten Phase, ca. 6 Monate, erfolgte die Erprobung der Angebote und die Überarbeitung der entwickelten Konzepte.
- In der dritten Phase, ca. 12 Monate, lag der Fokus auf der Stabilisierung der Angebote. In dieser Zeit entstanden auch mehrere Projekt-Kooperationen mit anderen Einrichtungen.
- Die vierte Phase, ca. 4 Monate, diente der Fortführung der Angebote und der Entwicklung von Perspektiven über das Ende des Projekts hinaus.

5. Leitung im kulturgemischten Team

Nach eingehender Information über Angebote für Migranten und Kontakten zu Menschen mit Migrationshintergrund fanden sich für das Projekt „Alter, Migration und Gesundheit“ freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für den türkisch-, rumänisch- und russischsprachigen Bereich. Eine Freiwillige für den türkischsprachigen Seniorentreff konnte aus dem Umfeld des Interkulturcafés in St. Leonhard gewonnen werden. Dort traf sich bereits eine Gruppe türkischer Frauen. Für die rumänischsprachige Gruppe ergab sich ein Kontakt aufgrund eines Zeitungsartikels, in dem die Aktivitäten einer rumänisch-deutschen Kulturvereinigung geschildert wurden. Ein regelmäßiger Treff für Senioren mit rumänischem Hintergrund war gemeinsames Interesse. Die Partnerin für den russischsprachigen Bereich kam aus eigener Initiative zum Projekt, weil sie selbst ebenfalls nach Möglichkeiten für die Realisierung eines Angebots für Senioren mit russischsprachigem Hintergrund suchte.

Die Freiwilligen mit eigenem Migrationshintergrund haben Brückenfunktion für die Senioren, denn sie verfügen über doppelte Sprach- und Kulturkenntnisse. Mit diesen Freiwilligen wurden auf die jeweiligen Zielgruppen zugeschnittene Veranstaltungen ausgearbeitet, die seit September 2010 regelmäßig stattfinden. Es bestehen ein rumänischsprachiger, ein russischsprachiger und ein türkischer Seniorentreff sowie ein Konversationskurs Deutsch.

Über die Freiwilligen gelang auch der erste Zugang zur Zielgruppe. Die bestehenden Beziehungen waren die Vertrauensbasis für die ersten Teilnehmer. Diese wurden dann selbst zu Werbeträgern und brachten und bringen Freunde und Bekannte in die Gruppen.

6. Gruppen

Die Gruppen haben sich als Schlüssel zum gesamten Programm erwiesen. In der Gruppe werden Vorträge angehört und Exkursionen gemacht. In der Gruppe überwinden die Senioren die Schwellenangst vor heiklen Themen und vor Einrichtungen der Alten- und Gesundheitspflege. Es ist in der Regel nicht mangelndes Interesse, das die Senioren vom Wahrnehmen der für sie gedachten Angebote abhält, sondern fehlendes Zutrauen zu sich selbst. Zweifel an der eigenen deutschen Sprachkompetenz, an der ausreichenden Kenntnis der Strukturen und an der Fähigkeit, Wege zu unbekannten Einrichtungen zu bewältigen, erweisen sich als Zugangshindernisse. Die vertraute Gruppe mit klarer Struktur und angenehmem sozialem Klima hilft,diese Hindernisse zu überwinden.

Die Erfahrung zeigt, dass Vorträge und Angebote anderer Träger angenommen werden, wenn man in der Gruppe dorthin geht. Wenn das nicht möglich ist, bleiben sie ungenutzt, auch wenn prinzipiell Interesse besteht.

Jede der drei Seniorengruppen hat ihre spezielle Prägung.

6.1 Russischsprachige Gruppe

Zur russischsprachigen Gruppe gehört ein Einzugskreis von ca. 30–40 Personen, darunter wenige Männer. Die Treffen finden wöchentlich statt. Die größte Gruppe bilden Kontingentflüchtlinge, aber auch andere Gruppierungen mit russischsprachigem Hintergrund finden Zugang. Das Bildungsniveau ist hoch. Die Gruppe ist offen für neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer und hat immer wieder neue Mitglieder. Zu den Treffen kommen durchschnittlich 15 Personen, ein Teil von ihnen mit großer Konstanz. Kaffee, Tee und Gebäck werden bereitgestellt. Die Teilnehmer legen Wert auf umfassende Information. Gesundheitsvorträge werden interessiert mitverfolgt und eigene Themenwünsche immer wieder eingebracht. Das zweite große Interesse gilt der Kultur. Literatur, Musik, Bildende Kunst, Tanz – an solchen Angeboten besteht reges Interesse. Gerne angenommen werden auch Ausflüge in die Museen der Stadt und Stadtführungen. Die Gruppe ist lebhaft und genießt das Zusammensein. Die körperliche Belastbarkeit ist trotz zahlreicher Altersbeschwerden gut, so dass Exkursionen nur

wenige physische Hindernisse im Wege stehen. Die Bereitschaft, sich für die Gruppe oder bei Projekten für andere zu engagieren, ist groß. Die Gruppenmitglieder machen Gestaltungsvorschläge. Sie knüpfen Kontakte zu Referenten, bringen Informationen mit oder stellen Fragen. Gerne beteiligen sie sich auch an Projekten außerhalb des Seniorentreffs. Ein großer Erfolg war die Herstellung eines kalten Buffets für eine Ausstellung und ein Kochprojekt mit Kindern.

6.2 Türkischsprachige Gruppe

Die türkischsprachige Gruppe hat einen Teilnehmerkreis von 20 bis 25 Personen und trifft sich wöchentlich. Zum Kern gehören 8 bis 10 Frauen. Es besteht Verbindung zur Gruppe der jüngeren türkischsprachigen Frauen im Interkulturcafé. In der Gruppe sind nur Frauen und das ist von den Teilnehmerinnen explizit so gewünscht. Die Mehrzahl der Frauen sind Einwanderinnen der ersten Generation mit jahrzehntelanger Arbeitsbiographie im gewerblichen Bereich. Die formale Bildung ist eher gering, da bei dieser Generation von Frauen ein längerer Schulbesuch nicht üblich war. Auch Frauen mit kurdischem Hintergrund sowie Teilnehmerinnen anderer Herkunft, die Kenntnisse der türkischen Sprache haben, finden Zugang.

Der Mittelpunkt für diese Gruppe ist das gemeinsame türkische Frühstück. Tee, viel Gemüse, etwas Käse, Brot – gerne auch deutsches Mehrkornbrot – und türkische Spezialitäten gehören dazu. Die Teilnehmerinnen bereiten Speisen zu Hause vor und bringen sie mit. Im Gespräch beim Frühstück wird vieles behandelt, was die Frauen bewegt. Gesundheitsprobleme gehören zu den häufigsten Themen.

Hier werden Informationen ausgetauscht, z.B. über türkischsprachige Ärzte, Fragen werden gestellt und es findet gegenseitige Beratung statt. Die Frauen betonen, dass

dieses Beisammensein ihnen hilft und große Bedeutung in ihrem Alltag hat. Viele schildern, dass sie mit Depressionen und Beschwerden jetzt besser zurechtkommen. Vorträge zu den Themen Gesundheit und Alter werden bereitwillig angenommen. Es ist günstig, wenn der/die Vortragende zum Treff hinkommen kann und türkisch spricht. Exkursionen finden die Teilnehmerinnen zwar attraktiv, wegen gravierender Bewegungseinschränkungen bedürfen Ausflüge aber einer genauen Logistik.

Einmal im Monat wird gemeinsam gekocht. Jeweils zwei oder drei Frauen leiten die Zubereitung des Essens an, alle arbeiten mit. Da die traditionellen türkischen Gerichte aus einfachen Zutaten bestehen und viel Handarbeit erfordern, werden hier echte Kompetenzen sichtbar und gefördert. Durch gezielte Ernährungsinformationen werden die Rezepte möglichst den Leitlinien einer gesunde Ernährung angepasst.

Die persönlichen Kontakte bestehen auch über die Treffen hinaus und führen zu gegenseitiger Unterstützung und Hilfe in vielen Lebensbereichen. Die Teilnehmerinnen engagieren sich gerne für andere und fungieren als Multiplikatorinnen in ihrer Umgebung.

6.3 Rumänischsprachige Gruppe

Diese Gruppe ist generationenübergreifend. Der Anteil der Frauen ist etwas höher als der Anteil der Männer. Anfangs gab es den 14-tägig stattfindenden Seniorentreff und einmal im Monat einen Sonntagstreff für alle Interessierten. Wegen hoher Arbeitsbelastung der Freiwilligen wurde der Sonntagstreff mit dem Dienstagstreff zusammengefasst. Zu der Stammgruppe der Senioren (Männer und Frauen) kommen jetzt auch jüngere Leute und Familien. Das wird von allen Seiten als bereichernd empfunden. Ein Teil der Senioren und der Familien hat einen rumäniendeutschen Hintergrund. Die formale Bildung und Berufe weisen eine große Bandbreite auf. Der Teilnehmerkreis

der Gruppe besteht aus 20 bis 30 Personen. Zur Kerngruppe der Senioren gehören etwa 5 Personen, die treu dabei sind und ihrerseits immer wieder auf mögliche Interessierte zugehen. Der Aufbau und die Aufrechterhaltung der Gruppe benötigt einen langen Atem. Auch nach fast zwei Jahren kommt es vor, dass nur zwei oder drei Teilenehmer und Teilnehmerinnen zu einem Treffen kommen. Durch eine Zeitung, die die rumänische Kulturplattform herausgibt, wird immer in rumänischer Sprache auf den Seniorentreff aufmerksam gemacht. Das zentrale Anliegen der Senioren ist das geselligen Beisammensein. Da gravierende Gesundheitsprobleme bestehen, ist der Aktionsradius der Gruppe eingeschränkt. Alles, was im Rahmen des Treffs stattfinden kann, wird gerne angenommen. Kulturelle Angebote wie Lesungen, Filme und Musik sind beliebt. Basteln und Spiele ebenfalls. Da die Stabilisierung der Gruppe im Vordergrund stand, haben Informations- und Gesundheitsveranstaltungen in geringerem Maß stattgefunden als in den beiden anderen Seniorengruppen. Exkursionen sind wegen der eingeschränkten Mobilität der Senioren nicht möglich.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer legen großen Wert auf die Treffen und äußerten immer wieder die Besorgnis, diese könnten eingestellt werden. Die Bereitschaft zu gegenseitiger Unterstützung ist ausgeprägt. Man begleitet sich zu Arzt- und Amtsterminen, wer gut Deutsch spricht, unterstützt diejenigen, die weniger Deutsch sprechen. Im Vergleich zum türkisch- oder russischsprachigen Bereich gibt es wenig Ärzte und Angebote in rumänischer Sprache. Die Menschen mit rumänischsprachigem Hintergrund sind zwar in Schweinau eine zahlenmäßig größere Gruppe, im Stadtgebiet aber geringer vertreten. So ist Übersetzung bei Arzt- und Amtsterminen immer wieder ein Anliegen.

6.4 Konversationskurs

Dieser Kurs entstand auf Wunsch der russischsprachigen Senioren und findet wöchentlich statt. Das Bedürfnis war, Gelegenheit zum Sprechen in deutscher Sprache über Alltagsthemen zu haben. Für die Kursleitung konnte eine einheimisch deutsche Freiwillige gewonnen werden. Die Gruppe umfasst etwa zehn Interessierte bei durchschnittlich 5 Teilnehmerinnen und Teilnehmern pro Treffen. Inzwischen kommen auch Menschen mit anderem Migrationshintergrund dazu, so dass ein interessanter Austausch zwischen den Kulturen stattfindet. Alle bringen Zeitungsartikel und Informationen mit, über die gesprochen wird. Außerdem werden die Fragen des Integrationstests

behandelt. Nicht nur die Besonderheiten der deutschen Sprache, sondern auch die Besonderheiten der deutschen Kultur sorgen hier für lebhafteste Diskussionen in entspannter Atmosphäre.

7. Wunsch und Wirklichkeit

Hier möchte ich drei Punkte ansprechen: die Inhaltliche Ausrichtung der Seniorentreffs, kulturenübergreifende Veranstaltungen und die Beziehungsebene.

7.1 Inhalte der Veranstaltungen

Meine Erwartung beim Start des Projekts war, dass es möglich sei, die Seniorentreffs vorwiegend zu Themen Gesundheit, Prävention und Alter zu gestalten. Die Praxis zeigt, dass im Vordergrund immer das gesellige Beisammensein und die besondere Interessenlage der Gruppe stehen. Das Gruppenklima und die Berücksichtigung der oben beschriebenen Interessen brauchen genügend Raum, denn sie bereiten den Boden für die thematische Arbeit im Bereich Alter und Gesundheit. Es erweist sich aber auch, dass die scheinbar „nur" auf das soziale Leben gerichteten Aktivitäten auch eine Verbesserung des Informationsstands im thematischen Bereich bewirken und die Befindlichkeit der Senioren verbessern und ihre Aktivität steigern.

7.2 Kulturenübergreifende Veranstaltungen

Die ursprüngliche Vorstellung, man könne Themen kulturübergreifend gestalten, hat sich rasch als nicht durchführbar erwiesen. Grund dafür ist die Sprache. Damit ein Vortrag z.B. über Demenz wirksam ist, müssen die Senioren ihn in der Muttersprache hören. Das würde Simultanübersetzung in mehrere Sprachen erfordern. Abgesehen vom technischen und personellen Aufwand verhindert ein solches Vorgehen auch das Entstehen einer intimen Atmosphäre und vermindert damit die Wirksamkeit der Veranstaltung.

Kulturübergreifend lassen sich zum Beispiel Feste ausrichten. Das wurde anlässlich des Interkulturellen Seniorenfests 2011 beim Mehrgenerationenhaus erprobt. Die Gruppen bekamen die Möglichkeit, typisches Essen mitzubringen und zu kleinen Preisen zu verkaufen. Dazu gab es ein Bühnenprogramm mit bunten Beiträgen. Hier fanden Begegnungen problemlos statt. Man probierte die verschiedenen Spezialitäten. Die Senioren quer durch alle anwesenden Kulturen versuchten sich im Singen deutscher Volkslieder mit dem Kirchenchor einer evangelischen Nachbargemeinde. Das Feiern war fröhlich und unkompliziert.

Verschiedene Kulturen zu verbinden, gelingt auch bei Veranstaltungen mit eher praktischer Ausrichtung. Wie in der einheimisch deutschen Bevölkerung auch, fehlt es meist einfach nur an Informationen über die jeweils andere Kultur. Tatsächlich sind besonders bei den Senioren die Gemeinsamkeiten sehr viel größer als die Unterschiede. Das Wertesystem, die Lebenserfahrung und vergleichbare Lebenssituationen als Migranten hier in Deutschland schaffen Ähnlichkeiten. Das wurde zum Beispiel bei einem Kochprojekt mit Kindern sichtbar. Nach drei Kochveranstaltungen jeweils einer russischsprachigen und einer türkischsprachigen Gruppe und Kindern fand ein viertes Treffen gemeinschaftlich statt. Hier erlebten die Teilnehmerinnen nicht nur, dass sie gleichermaßen Freude am Umgang mit den Kindern hatten, sondern auch, dass sich manche Rezepte aus beiden Kulturen sehr ähnlich sind. So formten erst die russischen Frauen türkische Teigtaschen mit den türkischen Frauen und dann umgekehrt. Die Verständigung erfolgte in Deutsch, was in diesem praxisbezogenen Bereich gut funktionierte.

7.3 Beziehungsebene

Als die Seniorentreffs starteten, war ich davon ausgegangen, dass ich als einheimisch Deutsche ohne Sprachkenntnisse in Russisch, Türkisch und Rumänisch eher auf der organisatorischen Ebene im Hintergrund des Geschehens bleiben würde. Es zeigt sich aber, dass eine einheimisch deutsche Bezugsperson von den Senioren gerne angenommen wird, obwohl die Sprachebene Einschränkungen hat. Viele der Senioren haben wenig Kontakte zur einheimischen Bevölkerung und nehmen diese Gelegenheit gerne wahr. Dazu wird auch durch meine Gastgeberfunktion ein verspätetes, aber dringend nötiges herzliches Willkommen ausgedrückt. Die Erfahrung des Willkommen-Seins in Deutschland ist leider keine Selbstverständlichkeit im Alltag der Senioren mit Migrationshintergrund.

Die Beziehungen zu meinen freiwilligen Partnerinnen und Partnern haben sich entwickelt wie erhofft. Auf dem Boden des gemeinsamen Interesses sind eine partnerschaftliche Zusammenarbeit und herzliche Beziehungen entstanden. Die Freiwilligen begegnen sich bei Veranstaltungen im Mehrgenerationenhaus und im Zentrum Aktiver Bürger, kennen sich und unterhalten sich gerne. Auf der Leitungsebene sind kulturenübergreifende Kontakte leicht herzustellen, da das gemeinsame Interesse, etwas für Senioren zu tun, alle verbindet und die Verständigung in Deutsch problemlos stattfindet.

8. Perspektiven

Nach dem Projektende werden die bestehenden Seniorentreffs und der Konversationskurs fortgeführt. Der türkischsprachige Seniorentreff wird dabei an das Interkulturcafé angegliedert, der rumänischsprachige und russischsprachige Seniorentreff sowie der Konversationskurs an das Mehrgenerationenhaus. Zu den Freiwilligen mit interkulturellem Hintergrund werden Freiwillige mit einheimisch deutschem Hintergrund gesucht und eingearbeitet. Die Betreuung und fachliche Begleitung der Freiwilligen kann über das Mehrgenerationenhaus bzw. das Zentrum Aktiver Bürger gewährleistet werden. Ein Fonds für die (bescheidenen) Ausgaben wird in einer Mischform aus Sponsoring und Mitteln von Trägern der Altenhilfe in Nürnberg möglich.

1. Kooperationspartner und ihre Angebote

Ambulanter Dienst Rosenau
Pflegeberatung in türkischer, englischer und deutscher Sprache

Frau Ayse Gülec, Tel. 92879872

Dennerstraße 6, 90429 Nürnberg
E-Mail: adr@Pflegedienst-Rosenau.de

Angehörigenberatung
Veranstaltungen und Beratung zum Thema Demenz, Vermittlung von türkischsprachigen Angeboten über TIM e.V.

Frau Konstanze Pilgrim, Tel. 266126

Adam-Klein-Straße 6, 90429 Nürnberg
E-Mail: k.pilgrim@angehoerigenberatung-nbg.de

arbewe Beratungszentrum für seelische Gesundheit
Information und Beratung zum Thema Depression in türkischer Sprache

Frau Jasemin Ölcüm-Metzner, Tel. 8 10 49 17

Pfründnerstraße 24, 90487 Nürnberg
E-Mail: oelcuem-metzner@arbewe.de

AWO Fachstelle für pflegende Angehörige
Informationen, Betreuungsangebote und Beratung zum Thema Pflege und Demenz in deutscher und russischer Sprache, Projekt „Über Brücken kannst Du gehen“

Frau Olesya Reis (Belyaev), Tel. 54060131

Karl-Bröger-Straße 9, 90459 Nürnberg
E-Mail: olesya.belayaev@awo-nbg.de

Beratungszentrum für Integration und Migration (BIM)
Migrationsberatung in türkisch, russisch, polnisch, englisch, bulgarisch, deutsch

Frau Gisela Woitzik-Karamizadeh, Tel. 27414027

Gartenstraße 9, 90443 Nürnberg
E-Mail: woitzik.karamizadeh@awo-nbg.de

Beratungszentrum für Integration und Migration (BIM)
Migrationsberatung russisch

Frau Elena Conka, Tel. 27414048

Feuerweg 21, 90443 Nürnberg
E-Mail: elena.conka@awo-nbg.de

Brücke/Köprü
Interreligiöser Dialog, interkulturelle Veranstaltungen

Frau Doris Dollinger, Frau Gülsan Boz, Tel. 2877313

Leonhardstarße 13, 90443 Nürnberg
E-Mail: doris.dollinger@bruecke-nuernberg.de

Christian-Geyer-Heim, Stadtmission
Information und Besichtigung des Seniorenheims

Frau Frauke Lilienweiß, Tel. 96171-0

Gernotstraße 47, 90439 Nürnberg
E-Mail: fraule.lilienweiss@stadtmission-nuernberg.de

Diakonieteam Noris
Pflegedienst, kultursensible Pflege

Frau Marion Kraußer, Tel. 66091040

Georgstraße 10, 90439 Nürnberg
E-Mail: info@diakonieteamnoris.de

Frauen und Mädchen Gesundheits Zentrum (FMGZ)
Information und Beratung zum Thema Frauengesundheit

Frau Sybille Back, Frau Carola Mägdefrau, Frau Bettina Faulstich, Tel. 328262

Fürther Straße 154 Rgb., 90429 Nürnberg
E-Mail: info@fmgz-nuernberg.de

Gesundheitsamt
Arbeitskreis Migration und Gesundheit, Flyer zu Gesundheitsthemen auf Deutsch, Türkisch & Russisch

Frau Arzu Eryaser, Tel. 231-7622

Burgstraße 4, 90403 Nürnberg
E-Mail: arzu.eryasar@stadt.nuernberg.de

Hans-Schneider-Haus, AWO
Information und Besichtigung des Seniorenheims

Frau Getrud Faroß, Tel. 9807959

Salzbrunnerstraße 51, 90473 Nürnberg
E-Mail: gertrud.faross@awo.nbg.de

Interkulturcafé
Türkischer Frauentreff, Türkischer Seniorinnentreff

Frau Betül Tasbolat, Tel. 0176/78425420

Schwabacher Straße 66a, 90439 Nürnberg
E-Mail: betul@tasbolat.de

Krisendienst Mittelfranken
Beratung in russischer Sprache, Di.:18:00–20:00, Do.: 20:30–22:30, Sa.:17:00–19:00

Olena Chumanska, Tel. 42485520

Hessestraße 10, 90443 Nürnberg
E-Mail: russisch@krisendienst-mittelfranken.de

Krisendienst Mittelfranken
Türkce Acil Yardim Hatti, Beratung in türkischer Sprache
Mo., Mi., Fr., So.: 20:00–22:00

Herr Yakup Keskin, Tel. 42 48 55 60

Hessestraße 10, 90443 Nürnberg
E-Mail: info@krisendienst-mittelfranken.de

Pflegestützpunkt
mutterspr. Beratung zu Pflegethemen, Vermittlung von muttersprachlichen Pflegediensten, kultursensible Pflege

Frau Walburga Dietl, Tel. 53 989 53

Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg
E-Mail: info@pflegestuetzpunkt.nuernberg.de

Physiopraxis am Königstor
Senioren-Beratung in russischer Sprache, Physiotherapie

Frau Inna Gersteyn, Tel. 34000388

Königstraße 69, 90402 Nürnberg

Rumänische Asse, Kulturplattform
Kulturveranstaltungen, Radiosender Radio R, Bibliothek, Zeitung VOCCA TA in rumänischer Sprache

Frau Ionela van Rees-Zota, Herr Bertold Staicu, Tel. 0160/3373128

Petersauracher Straße 39, 90449 Nürnberg
E-Mail: asii.romani@yahoo.com

Seniorenbeauftragte des Dekanats
Vermittlung von Stadtspaziergänge mit den Kulturfahrern

Frau Gerlinde Knopp, Tel. 2175911

Seniorenzentrum am Tiergärtner Tor, Burgschmietstraße 4, 90419 Nürnberg
E-Mail: gerlinde.knopp@stadtmission-nuernberg.de

SinN-Stiftung
Seelsorge und Beratung von Menschen mit russlanddeutschen und russischem Hintergrund

Frau Dr. Sabine Arnold, Tel. 239919-30

Georgstraße 10, 90439 Nürnberg
E-Mail: arnold@evangelische-sinnstiftung.de

TIM eV.
Beratungsstelle und Treffpunkt für Menschen mit Behinderung sowie pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen jeder Nationalität. Demenzberatung, auch in türkischer Sprache.

Frau Annette Weigand-Woop, Tel. 260420

Adam-Klein-Straße 6, 90429 Nürnberg
E-Mail: info@timev.de

UPB Beratungsstelle Nürnberg
Patientenberatung, neutrale Information sowie nützliche Hinweise zu den Angeboten und zuständigen Stellen der Gesundheitsversorgung in der Region in deutscher und russischer Sprache

Frau Oxana Strobel, Tel. 242 71 72

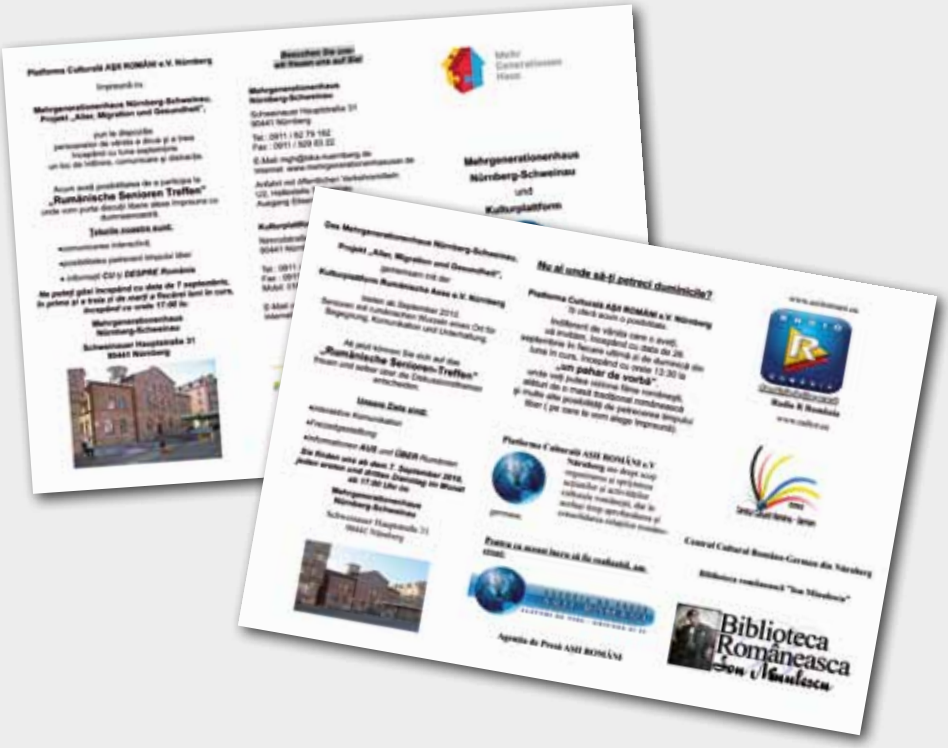
Königstraße 56/58, 90402 Nürnberg
E-Mail: nuernberg@upd-online.de

Villa Leon
Türkischer Pensionisten-Club

Herr Erman Erol, Tel. 2317406

Philipp-Körber-Weg 1, 90439 Nürnberg
E-Mail: erman.erol@stadt.nuernberg.de

2. Beispiele für Flyer



3. Beispiele für Monatsprogramme

Russischsprachiger Seniorentreff
05.10.2011: Information zu Museen der Stadt Nürnberg und Jahreskarten 12.10.2011: Gespräch und Gesundheitsfragen 19.10.2011: Exkursion zum „Erzählcafé“ bei Brücke/Köprü 26.10.2011: Fest zum einjährigen Bestehen des Seniorentreffs
08.02.2012: Gymnastik und Spiele 15.02.2012: Vortrag zum Thema Osteoporose 22.02.2012: Vortrag zum Thema Ergotherapie 29.02.2012: Russische Literatur

Türkischsprachiger Seniorentreff
04.11.2010: Frühstück und Gespräch 11.11.2010: Planung zukünftiger Aktivitäten 18.11.2010: Exkursion zur „Unabhängigen Patientenberatung“ 25.11.2010: Exkursion zu einer türkischsprachigen Physiotherapie-Praxis
05.05.2011: Vortrag zum Thema Schlafstörungen 12.05.2011: Frühstück und Gespräch 19.05.2011: Frühstück und Gespräch 26.05.2011: Vortrag zum Thema Demenz

4. Schriften und Studien zum Thema

- Migration und Alter: Bericht über Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund in Nürnberg zur Sitzung der Kommission für Integration vom 8.12.2011

http://online-service2.nuernberg.de/eris09/agendaItem.do;jsessionid=8BD10DC2D5568D436ED81EE2D1C1F448?id=23343

- „Altern in der Migrationsgesellschaft", Dossier, Heinrich-Böll-Stiftung

www.migration-boell.de

- „Gesundheitsförderung und Primärprävention bei älteren Menschen mit Migrationshintergrund", Forschungsgesellschaft für Gerontologie e.V.

www.ffg.tu-dortmund.de

- Diplomarbeit zum Thema: „Wie sich türkischsprechende Migranten in Wien ihre Zukunft im Alter vorstellen" von Nevin Altintop

http://othes.univie.ac.at/11455/

- „Menschen mit Migrationshintergrund in Nürnberg", Stadt Nürnberg, Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth, Unschlittplatz 7a, 90403 Nürnberg, November 2011, 10,- Euro

- „Migranten-Milieus", vhs-Schriftenreihe, vhs-Bundesverband für Wohnen und Stadtentwicklung e.V., Fritschstraße 27/28, 10585 Berlin, 1. Auflage September 2009

- 9. Bericht der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration über die Lage der Ausländerinnen und Ausländer in Deutschland

www.bundesregierung.de/Content/DE/Artikel/IB/Artikel/Themen/Gesellschaft/Allgemein/2012-06-27-pm-neunter-lagebericht.html

Impressum

Konzeption, Organisation und Redaktion:
Eva-Maria Pietzcker
Projekt „Alter, Migration, Gesundheit“
Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau
Schweinauer Hauptstraße 31
90441 Nürnberg
Telefon: 0911/6279162
E-Mail: pietzcker@iska-nuernberg.de

Gestaltung/Satz:
Ulrich Matz Kommunikationsdesign

In Kooperation mit dem Amt für Wohnen und Stadterneuerung und dem Seniorenamt Nürnberg

Gefördert durch das Projekt „Kooperationen. Pilotprojekte für die Stadtgesellschaft. Modellvorhaben in der Sozialen Stadt in Bayern“.

Die Angaben in dieser Broschüre geben den Stand von Oktober 2012 wieder.
© 2012 Mehrgenerationenhaus Nürnberg-Schweinau; Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung.