

Orientierungstage „Lebensformen - Wohnformen“

Die Frage nach dem Wohnen im Alter treibt viele Menschen um. Grundsätzlich gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten in welcher Wohnform Menschen im Alter leben können: im eigenen Haus oder der bisherigen Wohnung, in einer barrierefreien Mietwohnung, in einer Wohnanlage mit Service, in einem gemeinschaftlichen Wohnprojekt, in einer Wohn-Pflege-Gemeinschaft, in einer Senioren-Residenz, in einem Alten- und Pflegeheime oder ... Die Frage ist jeweils welche Form möchte ich? Was passt zu mir und meiner Lebenssituation?

Nachdem wir (Leben im Alter, Kirchenkreis Hamburg-Ost; Projekt „Kirche mittendrin“ und Evang.-Luth. Kirchengemeinde Sasel) 2014 im Nordosten Hamburgs erfolgreich eine Vortragsreihe durchführten „Wie will ich im Alter leben? Wohnformen. Lebensgestaltung“, entschlossen wir uns ein Vertiefungsseminar anzubieten. Viele Fragen müssten in Ruhe bedacht werden und jeder Mensch muss seine Antwort auf die Frage nach dem Wohnen im Alter finden. So lange Menschen im Besitz ihrer körperlichen und geistigen Kräfte sind, können sie entscheiden. Bei zunehmender Morbidität ist es oftmals zu spät für individuelle Initiativen.

Bei dem Thema Wohnen im Alter geht es nie nur um die Frage nach der „Hardware“ WOHNUNG (Gebäude, seniorengerechte Ausstattung). Stets schwingen viele andere Lebensfragen mit. Es ist auch eine zeitgemäße „Software“ (Konzepte zur Gestaltung des nachbarschaftlichen Miteinanders) zu entwickeln. In einem Konzept für die Orientierungstage sollte Raum für weitergehende Fragen sein.

Pastorin Kirsten Möller-Barbek (Kirche mittendrin, Gemeinwesendiakonie in Bergstedt, Volksdorf und Hoisbüttel) und Diakonin Helga Westermann (Referentin in der Arbeitsstelle Leben im Alter im Kirchenkreis Hamburg-Ost) entwickelten Ideen, die zeitnah in einem Vorbereitungsreffen mit vier ehrenamtlichen Frauen aus der Region beraten wurden. ¹

Folgende Ziele wurden für die Veranstaltungsreihe vereinbart:

- Eigene Wünsche und Bedürfnisse der Teilnehmenden bewusst machen (Selbst-Reflektion und Mitgestaltung)
- Aufklärung über Wohnmöglichkeiten
- Wohnsituation im Stadtteil mitgestalten
- Wissen erweitern und an andere weitergeben
- Außerdem wurden die Rahmenbedingungen festgelegt:
 - Zielgruppe: 60 plus
 - Wechselnde Veranstaltungsorte
 - Eine Auftaktveranstaltung und vier Nachmittage mit aufeinander aufbauenden Modulen
 - Jedes Modul ist so gestaltet, dass es auch einzeln besucht werden kann
 - Etwa zweiwöchentlich nachmittags von 15.30 bis 18 Uhr
 - Eine Anmeldung ist erwünscht
 - Eine Pause mit Getränken und Gebäck

¹ Helga Westermann hatte im Rahmen einer Fortbildung ein Konzept erarbeitet, das jeweils an die Gegebenheiten vor Ort angepasst werden sollte; Kirsten Möller-Barbek hatte durch ihren Arbeitsschwerpunkt die nötigen Kontakte zu den Kirchengemeinden der Region.

Auftaktveranstaltung:

Annäherung an des Themenfeld Wohnen und Sammeln von Fragen

1. Wie wohne ich?
2. Wie möchte ich wohnen?
3. Welche Fragen verbinden sich mit dem Thema „Wohnen im Alter“?
4. Absprachen zu den einzelnen geplanten Modulen

Modul I „Zuhause ist es am schönsten! – In jeder Hinsicht?“

Räumliche und soziale Bedingungen

1. „Mein liebster Platz / Ort in meiner Wohnung / meinem Haus“
2. Menschen, die mir wichtig sind ...
3. Ideen sammeln, wie neue Kontakte möglich werden können

Modul II „Lebensträume – Lebensräume“

Meine Wohnbiografie und mein Lebensentwurf für die Zukunft

1. „Wo meine Wiege stand“
2. Die eigene Wohnbiografie in den Blick nehmen
3. Mein Lebensentwurf – Wie möchte ich zukünftig leben und wohnen?

Modul III „In (m)einer Wohnung gut alt werden“

Vorstellung von Wohnformen und Wohnprojekten

1. Wohn-Pflegegemeinschaften
2. Informationen zu Wohnprojekten allgemein
3. Erfahrungsbericht aus einem Wohnprojekt

Modul IV „Was wirklich wichtig ist“

Habe ich, was ich brauche – brauche ich, was ich habe?

1. „Was mir wirklich wichtig ist“
2. „Was brauche ich nicht?“
3. „Was ich brauche – habe ich es?“ „Wenn nicht - wie und wo bekomme ich es?“
4. Eine „Sternstunde“ in meinem Leben

Auswertung

Fazit: Die Veranstaltungsreihe bekam eine gute Rückmeldung. Unterstrichen wurde: die Auswahl der einzelnen Module, gute Selbsterfahrungsanteile, viele Denkanstöße, Impuls „selber aktiv werden“, aufgelockert und über Medien ins Gespräch kommen können

Verabredungen:

1. Einrichtung eines **Stammtischs „Leben und Wohnen im Alter“**
Beginn: **25. November von 15 bis 17 Uhr** in der Begegnungsstätte in Bergstedt, Bergstedter Chaussee 203
Weitere Treffen jeweils am letzten Mittwoch im Monat
2. **2016 Werkstattveranstaltungen zu Betreuungsvereinbarung und zur Patientenverfügung**

Die Orientierungstage wurden geplant und durchgeführt von

- ❖ Kirsten Möller-Barbek, Pastorin, Projekt „Kirche mittendrin“, Gemeinwesendiakonie in Bergstedt, Volksdorf und Hoisdüffel, Rockenhof 1, 22359 Hamburg

- ❖ Helga Westermann, Diakonin, Referentin in der Arbeitsstelle Leben im Alter,
Kirchenkreis Hamburg –Ost, Rockenhof 1, 22359 Hamburg

Wenn Sie weitere Informationen wünschen und/oder in Ihrer Region, das Projekt
„Orientierungstage „Lebensformen – Wohnformen“ durchführen möchten, können sie sich
gern an mich wenden:

Helga Westermann

040 – 519 000 838 h.westermann@kirche-hamburg-ost.de