

## **Good Practice – Beispielhafte Bildungsarbeit**

Seminar "Gesund und aktiv im Alter – ein  
Erfahrungsaustausch zu sozialen und politischen  
Strukturen über Grenzen hinweg" (01. bis 04. Oktober 2008)

**Veranstalter:** Heimvolkshochschule Lubmin e.V.

### **Inhalt:**

Zusammenfassung

Seminarrahmen

Inhalt und Programm

Fazit

### **Impressum**

#### **Herausgeberin:**

Bundeszentrale für politische Bildung/bpb, Bonn © 2009

#### **Redaktion:**

Marcus Pawelczyk; Cornelia Schmitz (bpb)

#### **Autorin:**

Friederike Lorenz

---

# Zusammenfassung

## Veranstaltung

"Gesund und aktiv im Alter – ein Erfahrungsaustausch zu sozialen und politischen Strukturen über Grenzen hinweg"

## Datum

01. bis 04. Oktober 2008

## Veranstalter

Heimvolkshochschule Lubmin e.V.

<http://www.heimvolkshochschule.de/>

## Teilnehmende (TN)

Senioren/innen

## Lernziel

- Reflektion über die politische und soziale Situation von Senioren/innen anhand von Beispielen aus Polen und Deutschland
- Befähigung zu einem verstärkten politischen Engagement als Senior/in
- Stärkung der grenzüberschreitenden Vernetzung von Senioren-Gruppen

## Methoden

Kurzvorträge, Lehrgespräche, Diskussionen, Lernen am authentischen Ort (Exkursionen) und literarischer Abend

## Referenten/innen

Erwachsenenbildnerin

## Kurzbeschreibung

### Engagement im Alter

Steht man im hohen Alter längst auf dem Abstellgleis? Mitnichten. Es gibt vielfältige Möglichkeiten, sich zu engagieren – sei es im Altenheim, in Seniorenakademien oder in der Gemeinde. Das Seminar stärkte die Befähigung von älteren Menschen aus Deutschland und Polen zur ehrenamtlichen

---

Teilnahme am öffentlichen Leben und vermittelte zugleich alles Wissenswerte über das deutsche und polnische Rentensystem.



# Seminarrahmen

## Teilnehmende (TN)

Insgesamt besuchten 17 TN aus Deutschland (Mecklenburg-Vorpommern, Kiel, Hamburg) und 12 TN aus Polen (Stettin) im Alter von 60 bis 86 Jahren das Seminar. Die deutschen TN sind in ihren jeweiligen Heimatregionen im Umfeld von Seniorenakademien bzw. die polnischen TN in der sogenannten "Universität des 3. Lebensalters" aktiv. Dort werden ihnen regelmäßig Bildungsinhalte vermittelt, wobei es auch darum geht, politisch für die Rechte älterer Menschen einzutreten. Zum Beispiel: eine seniorengerechtere Stadtgestaltung fordern oder sich kritisch mit Themen wie sozialer Sicherheit im Alter auseinandersetzen.

## Lernziel

Das Lernziel bestand darin, sich mit der eigenen Situation als Senior/in politisch und sozial auseinanderzusetzen, zielgruppenadäquate Einrichtungen und Initiativen kennenzulernen und diese kritisch zu reflektieren. Dabei sollte stets ein vergleichender Blick auf die Situation in Polen und Deutschland den Erfahrungshorizont der TN erweitern. Langfristig sollten die Informationen und Diskussionen auch zu verstärktem eigenem Engagement anregen. Zudem diente das Seminar auch der besseren Vernetzung der Gruppen. Dadurch sollte insgesamt ein Beitrag zu einer Verbesserung der politischen Stellung älterer Menschen geleistet werden.

---

# Inhalt und Programm

## **Mittwoch, 01. Oktober 2008**

### Nachmittags

Nach einer kurzen Einführungsrunde stellten die jeweiligen Städtevertreter/innen ihre lokalen Initiativen vor. In Deutschland gehören dazu die Seniorenakademien (SAD) und die Seniorenbeiräte. Sie werden eigenständig durch Senioren/innen organisiert und fördern zielgruppenspezifische Programme – von Gesundheitskursen bis zu Angeboten aus Politik, Philosophie und Kunstgeschichte. Einige dieser Kurse beziehen sich explizit auf die Probleme von Senioren/innen, die Mehrzahl der behandelten Themen stammt aus verschiedenen Politikbereichen (z.B. Islam, Rechtsextremismus). Im Anschluss stand die Arbeitsweise des Seniorenbeirats im Mittelpunkt. Dieser hat eine beratende Funktion, wenn es darum geht, die Städte seniorenfreundlicher zu gestalten. So besuchen die Mitglieder etwa Straßen oder öffentliche Gebäude in der Stadt und kontrollieren sie auf Sicherheit für Senioren/innen. Über polnische Parallelmodelle der Seniorenakademien referierte eine Dozentin der Universität des Dritten Lebensalters (UDL) in Stettin.

### Abends

Vermittelt wurden relevante Aspekte des polnischen Rentensystems, woraus sich eine lebhaft Diskussions über unterschiedliche Lebensbedingungen von Senioren/innen in Polen und Deutschland entwickelte. Vor allem die Altersarmut sei ein gravierendes Problem im Nachbarland.

## **Donnerstag, 02. Oktober 2008**

### Vormittags

Ein ehrenamtlich als Versichertenältester in Greifswald tätiger Rentner stellte das deutsche Rentensystem vor, erläuterte Berechnungsmodi sowie die Unterschiede zwischen Rente und Pension. Zudem gab er einen Überblick über die zukünftige Rentenentwicklung und stellte neue Rentenformen vor (u.a. Riesterrente, Privatvorsorge). Diskutiert wurde dann beispielsweise, warum es in Deutschland – im Gegensatz zu Polen – keine allgemeine Mindestrente gibt. Kritisch reflektiert wurde auch der Aspekt, dass ein Begriff wie Rentensicherheit in einer älter werdenden Gesellschaft zu Lasten der Rentner/innen problematisiert werde. Den unmittelbar Betroffenen werde so das Gefühl vermittelt, "überflüssiger Ballast, eine große Belastung" zu sein.

### Nachmittags

Am Nachmittag stand der Besuch eines Greifswalder Pflegeheims auf dem Programm. Dort konnten sich die TN einen authentischen Eindruck von den Lebensbedingungen der Bewohner machen. Als zentraler Punkt wurde über die Finanzierung solcher Pflegeeinrichtungen debattiert. Im Anschluss besuchte die Gruppe eine städtische Einrichtung, in der Senioren/innen mehrere Räume zur Nutzung zur Verfügung stehen. Ergänzt wurde der Nachmittag durch einen Stadtrundgang, in dem ein SAD-

---

Mitglied die Seniorengerechtigkeit der Stadt präsentierte. So wurden die TN immer wieder auf "Stolperfallen" oder schlechte Beleuchtungen aufmerksam gemacht.

**Freitag, 03. Oktober 2008**

Abends

Nach einer touristischen Exkursion nach Rügen, die nicht Bestandteil der Förderung war, veranstalteten die TN einen literarischen Abend. Im Rahmen von Lesungen wurden Aspekte des Alterns aus ganz unterschiedlichen Perspektiven thematisiert (Krankheit, Verlust der Selbstständigkeit, Rentenzeit als Chance zur Selbstentfaltung).

**Samstag, 04. Oktober 2008**

Vormittags

Der letzte Seminarteil stand der Reflektion über die vermittelten Inhalte zur Verfügung. Einschneidend sind vielen TN vor allem die unterschiedlichen Lebensstandards in Deutschland und Polen bewusst geworden.

---

## **Fazit**

Im Zuge aktueller Diskussionen über Rentenfragen herrscht eine grundsätzliche Unsicherheit bei vielen unmittelbar Betroffenen: Wie sicher ist meine Rente? Vorbildlich stellte das Seminar den teilnehmenden Senioren/innen sämtliche relevanten Aspekte vor. Es informierte etwa über die Entstehung und Berechnung des Rentensystems – und das in einer zielgruppenadäquaten Sprache. Zugleich wurden den TN vielfältige Möglichkeiten eröffnet, sich in ihrem jeweiligen Umfeld stärker zu engagieren. Die Frauen und Männer aus Polen und Deutschland gewannen neue, grenzüberschreitende Einsichten, um ihre eigene Situation, aber auch diejenige ihrer "Nachbarn" besser einordnen zu können. Gleichzeitig kamen hier Menschen einer Generation zusammen, die ob der gemeinsamen Historie nicht unbedingt selbstverständlich zueinander finden. So half das Seminar auch Vorurteile und Ängste abzubauen.

---