

Arbeit mit Seniorinnen und Senioren

Pädagogische Konzeption

Orientiert an den Interessen, Fähigkeiten und Möglichkeiten der Senioren werden verschiedenste Formate und Inhalte, wie z.B.: thematische Vorträge, sportliche Angebote, Gedächtnistraining, Seminare zur eigenen Lebensbiographie und Reisen von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden vor Ort oder zentral geplant und durchgeführt. Dies können ein Treffen am Nachmittag oder Abend, ein Tagesangebot oder ein Wochenseminar sein. Die Begegnung und der Austausch mit anderen Menschen spielen in dieser Altersgruppe eine wichtige Rolle.



Lernziele:

- Teilnehmende können im Austausch mit Gleichgesinnten ihr Wissen und Können stärken.
- Senioren erfahren durch die Begegnung mit anderen Menschen ihr Leben als wertvoll und geschätzt.
- Im gemeinsamen Denken und Tun werden Senioren aktiviert und gewinnen Lebensfreude.
- Der Wissenshorizont wird über das eigene Erleben erweitert.
- Einsamkeit und Alleinsein können punktuell überwunden werden.
- Praktische Lebenshilfe bei schwierigen oder neuen Themen der Gesellschaft.

Methoden und Inhalte:

- Vorträge zu medizinischen, theologischen, historischen, rechtlichen oder jahreszeitlichen Themen mit anschließendem Gespräch.
- Biographiearbeit als Möglichkeit, das eigene Leben in den Blick zu nehmen.
- Angebote, welche die Eigenbeteiligung erfordern, um die körperliche und seelische Fitness zu stärken.
- Eine gastfreundliche und einladende Atmosphäre und ein wertschätzender Umgang kennzeichnen die Arbeit mit der Zielgruppe.

Qualitätssicherung:

- Kursleitung durch erfahrene Ehren- und Hauptamtliche, welche sich regelmäßig weiterbilden.
- Oft kontinuierliche Reflexion bei den Veranstaltungen mit Rückmeldung der Teilnehmenden.
- Angebot eines Austausches mit anderen Mitarbeitenden in der Seniorenarbeit.

Fazit:

- Durch die Angebote im Bereich der Arbeit mit Seniorinnen und Senioren leistet die Erwachsenenbildung einen wichtigen Beitrag für ein gelingendes Altern, welches durch Begegnungen mit anderen Menschen und die Beschäftigung mit nahen und fernen Themen des Lebens den Alltag farbiger werden lässt.
- Geistige Mobilität und körperliche Aktivität lassen sich im Ruhestand mit anderen Teilnehmenden wesentlich leichter angehen und durchhalten.
- Seniorenarbeit ist also ein bedeutendes Element für die Lebensqualität älterer Menschen.