

3.1 Altenarbeit

Norbert Siebert



Älterwerden betrifft uns alle

3.1 Altenarbeit

von Norbert Siebert

Noch nie sind in Deutschland so viele Menschen so alt geworden. Heute ist jeder Fünfte über 60 Jahre alt – mehr als 19 Millionen Menschen – 2010 wird es schon jeder Vierte sein. Etwa 3 Millionen Frauen und Männer sind derzeit mindestens 80 Jahre alt – 2020 werden es etwa 5,1 Millionen sein. Eine Frau hat an ihrem 60. Geburtstag noch eine durchschnittliche Lebenserwartung von 23,5 Jahren (Mann: 19 Jahre) – eine längere Zeit als Kindheit und Jugend; Alter ist die mit Abstand längste Lebensphase – Tendenz steigend! Die „Alten“ sind die einzige „Wachstumsgruppe“ in unserer Gesellschaft.

Die Zeitspanne zwischen dem Auszug der Kinder bzw. dem Ausstieg aus dem Berufsleben (zumeist um das 60. Lebensjahr) und dem Lebensende wird immer länger und differenzierter. Das Alter umfasst heute mehrere Generationen. Fachleute unterscheiden das „3. Alter“ und das „4. Alter“, die nicht durch Lebensjahre, sondern durch Lebenssituationen definiert sind. Die Menschen im „3. Alter“ können bei guter Gesundheit ihr Leben weitgehend autonom gestalten. Sie verfügen häufig über Zeit, Geld und Möglichkeiten zur Erfüllung ihrer Bedürfnisse. Das „4. Alter“ hingegen ist gekennzeichnet durch hohe Abhängigkeit und Beeinträchtigungen infolge schwindender körperlicher und oft auch geistiger Kräfte und den Rückzug aus vielen Lebensbereichen.

Diese demografische Entwicklung hat auch Konsequenzen für die Altenarbeit in unseren Pfarrgemeinden. Wenn heute in der Regel bereits mehr als 20% der Gemeindemitglieder über 60 Jahre alt sind, der Anteil an Alten und Hochbetagten weiter steigt und die Lebenssituationen Älterer sehr unterschiedlich sind, müssen die Angebote für die ältere Generation in vielen Pfarreien neu bedacht werden. Diese „Pionierarbeit“ erfordert Gestaltung und Begleitung.

Bisher wurde in den meisten Gemeinden die Altenarbeit dem Sachgebiet „Caritas und Soziales“ zugeordnet. Dies greift aber zu kurz, da dieser Sachausschuss das Alter vor allem unter dem Gesichtspunkt der Unterstützungs- und Hilfsbedürftigkeit sieht. Der Qualitätswandel des Alters und die zunehmende Mobilität der älteren Menschen erfordert Konsequenzen. Um der Vielfalt der Lebenssituationen und der Bedürfnisse Älterer gerecht zu werden, sollte vom Pfarrgemeinderat jeweils ein/e

Sachbeauftragte/r für die Altenarbeit beziehungsweise für Senioren bestellt und ein eigener Sachausschuss für die ältere Generation gebildet werden.

Die Leitungen aller bestehenden Gruppen älterer Menschen (zum Beispiel kirchliche oder kommunale Seniorenkreise, Interessengruppen für Seniorentanz und -gymnastik), sowie die Leiter/innen der Gruppen, die sich ehrenamtlich um ältere Menschen kümmern (kath. Verbände, Besuchsdienste, Hospizvereine oder Ähnliches), sollten im Sachausschuss „Ältere Generation“ vertreten sein. Aber auch einige interessierte ältere Gemeindemitglieder sollten als „Betroffene“ für die Mitarbeit gewonnen werden.

Ziel des Ausschusses sind die gegenseitige Information, Unterstützung und Vernetzung der unterschiedlichen Gruppen, Arbeitskreise und Aktivitäten sowohl untereinander als auch mit dem Pfarrgemeinderat, sowie die Ermittlung von Defiziten und die Vermittlung von Angeboten für die ältere Generation und deren Interessenvertretung in Gesellschaft und Kirche.

Aber auch wenn ein Pfarrgemeinderat keinen eigenen Ausschuss für die Altenarbeit bildet, was möglich ist, so trägt er dennoch Verantwortung für diesen Teilbereich der Gemeindepastoral. Sie muss Raum und Hilfen bereit stellen, dass es dem alten Menschen möglich ist, ein gelungenes, sinnerfülltes Leben im Alter zu führen, seine Fragen zu stellen, mitarbeiten zu können und dass er in kritischen Situationen nicht allein gelassen wird.

Damit die Belange der Älteren bei den Planungen der Pfarrei entsprechend berücksichtigt werden, ist es wichtig, dass die Verantwortlichen für die Altenarbeit auch zu den anderen Sachausschüssen beziehungsweise Sachbeauftragten im Pfarrgemeinderat regelmäßig Kontakte haben. Besonders enge Berührungspunkte gibt es zu den Aufgabenfeldern Caritas und Soziales, Erwachsenenbildung, Liturgie und Verkündigung, Feste und Feiern sowie Öffentlichkeitsarbeit.

Viele ältere Menschen wollen vielleicht gar nicht zu speziellen Seniorenveranstaltungen oder zum Altenclub eingeladen werden (weil sie sich mit 70 dafür noch zu „jung“ fühlen). Oft wäre es daher besser bei pfarrlichen Angeboten, die (besonders) für Senioren von Interesse sein könnten, einfach die äußeren Bedingungen für deren Teilnahme zu schaffen.

Wenn zum Beispiel der Bus für eine Kunstfahrt in die nähere Umgebung an einem Werktag um 8 oder 9 Uhr startet und am Spätnachmittag zurückkommt, wenn das Programm nicht zu beschwerlich ist und neben kulturellen Höhepunkten auch Zeit für einen gepflegten Gasthausbesuch eingeplant wird, dann werden in erster Linie rüstige Rentnerinnen und Rentner teilnehmen, auch wenn die Fahrt nicht speziell für Senioren ausgeschrieben ist. Ähnliches gilt zum Beispiel für die Einladung zu einer Mal-Werkstatt im Pfarrzentrum, Atem- und Entspannungs-Übungen, EDV- und Grundwissen-Kursen oder Meditationen und Bibelgesprächen am Vor- oder Nachmittag.

Also: Vorsicht mit dem Etikett „Alter“ – die Betroffenen fühlen sich damit unter Umständen gar nicht gemeint! Wird vom Ausschuss „Ältere Generation“ oder vom Pfarrgemeinderat für die Pfarrei ein Seniorenprogramm erstellt, dann sollten Sie berücksichtigen, dass „alt“ nicht gleich „alt“ ist: die Unterschiede zwischen Älteren sind heute größer als zwischen Jung und Alt!

Die Pfarrei darf sich daher nicht auf Angebote für die Älteren beschränken, sondern muss auch Möglichkeiten schaffen, dass die Senioren ihr eigenes Programm selbst gestalten und bei den Veranstaltungen, Festen und Gottesdiensten für die gesamte Pfarrgemeinde ihren Beitrag leisten und aktiv mitwirken können. Darüber hinaus müssen die Älteren aber auch die Chance bekommen, das Miteinander der Generationen in der Pfarrei zu erleben.

Der Altenclub ist nicht mehr der alleinige Ort für ein Zusammensein der Älteren, wenn auch seine Berechtigung und Notwendigkeit für die betagten Gemeindemitglieder außer Frage steht. Allerdings gilt auch hier: Nicht (nur) betreuen, sondern (auch) aktivieren: Engagement und Initiativen aus den Reihen der Senioren fördern.

Das heißt unter Anderem: Vorträge zu kulturellen, medizinischen und religiösen Themen ergänzen durch Gesprächskreise über Fragen und Probleme des Alters und des Alterns, Nachmittage zum Singen, Spielen und Werken anbieten, sich mit dem christlichen Brauchtum im Jahreskreis oder mit Tanz und Musik befassen und so weiter. Besonders lohnend ist die Form des „Erzähl-Cafés“, wenn ältere Menschen Erlebnisse, Geschichten und Erinnerungen aus ihrem Leben austauschen können (Biografiearbeit).

Viele dieser Veranstaltungen kann sicher recht gut das eine oder andere Mitglied des Altenclubs selbst gestalten oder es bietet sich eine Dame oder ein Herr aus dem Kreis der jüngeren Senioren an. Auch die Katholischen Bildungswerke und Caritas-Sozialstationen bieten für die Altenclubs verschiedene Themen an und können Referenten vermitteln.

Die „jüngeren Senioren“, „neuen Alten“, „aktiven Ruheständler“ oder wie sie sich nennen, haben jedoch in der Regel andere Vorstellungen für ihre Lebens- und Frei-

zeitgestaltung. Die Alternachmittage im Pfarrzentrum besuchen sie nicht als Teilnehmer/innen, sondern nur wenn sie für deren Gestaltung oder Organisation verantwortlich sind. Sie treffen sich vielmehr in ihrem „Club 60 (plus minus)“, in der Wandergruppe, zu Besichtigungen und Fahrten, dem gemeinsamen Besuch von Theater, Konzerten, Ausstellungen und so weiter. Wer auch im Alter noch ein wenig aktiv sein möchte, arbeitet unter Umständen gern in der Pfarrei mit, vielleicht beim Besuchsdienst oder im Team der Pfarrbücherei bzw. beteiligt sich an der Ideenbörse für Ruheständler, bei der es zum Beispiel auch um einen weiteren sinnvollen Einsatz der beruflichen Kompetenzen gehen kann.

Etwas intensiver sind einige neue Projekte, die von der katholischen Erwachsenenbildung mit der Altenarbeit in den bayerischen Bistümern und auf Bundesebene entwickelt wurden:

„Lebensqualität fürs Alter (LeA)“ ist ein Kurs für Menschen ab der Lebensmitte, ein Trainingsprogramm für Körper, Geist und Seele. In 10 regelmäßigen Gruppentreffen werden Bausteine aus vier Bereichen kombiniert: Gedächtnis, Bewegung, Alltagskompetenzen und Lebenssinn. In München wird dieses Projekt ökumenisch unter dem Titel „lebenswert“ – Begegnungen, Training, Perspektiven für Menschen im 3. Lebensalter – angeboten. Es kann mit Unterstützung der Stadt- und Kreisbildungswerke auf Pfarr-, Dekanats- oder Landkreisebene durchgeführt werden.

„Freiwilliges Engagement im Altenheim – entwickeln – fördern – stärken“ ist ein Projekt der Evangelischen und Katholischen Erwachsenenbildung in den Bildungswerken der Erzdiözese München und Freising zur Qualifizierung freiwilliger Mitarbeiter/innen für den regelmäßigen Einsatz in Altenheimen mit einem vierteiligen Einführungsseminar und einer Reihe von Einzelfortbildungen (vom Spiel und Gespräch mit Verwirrten bis zur Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen).

„Fortbildung zum/r freiwilligen Seniorenbegleiter/in bzw. zum/r Lernbegleiter/in“ ist der Titel eines neuen Modellprojekts, das zurzeit in Nordrhein-Westfalen beziehungsweise in Baden-Württemberg erprobt wird. In 5 Kursabschnitten und einem Praktikum wird auf die Lernpartnerschaft mit Menschen im 4. Lebensalter, die an ihre Wohnung gebunden und nicht mehr mobil sind, vorbereitet. Träger sind kirchliche Erwachsenenbildung und diözesane Altenarbeit in Kooperation mit Pfarreien, Gemeinde-Caritas, Altenwohn- und Pflegeheimen und so weiter.

An diesen Kooperationsmodellen wird besonders deutlich, dass die vier klassischen „Säulen“ kirchlicher Altenarbeit zunehmend „Handlungsdimensionen“ einer gemeinsamen, arbeitsteiligen Arbeit für und mit Senioren geworden sind:

1. Die Altenseelsorge begleitet Einzelne und Gruppen auf der Suche nach „Sinn“. Sie hilft, die Erfahrungen des Alters im Licht des Evangeliums zu deuten und

aus der Kraft des Glaubens zu leben. Ansprechpartner: Altenseelsorger/in im Dekanat beziehungsweise Landkreis, pastorale Mitarbeiter/innen.

2. Die Altenbildung fördert Menschen bei der Gestaltung ihres Alterns und beim Erwerb neuer Kompetenzen. Sie ermutigen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und sorgt für eine qualifizierte Aus- und Fortbildung sowie Begleitung der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen. Ansprechpartner: Katholische Stadt- und Kreisbildungswerke, Bildungshäuser.
3. Die Altenhilfe unterstützt Menschen in körperlichen und seelischen Notlagen. Besondere Aufmerksamkeit erfahren Menschen, die in Heimen leben und Menschen mit Demenzerkrankungen – sowie ihre Angehörigen und die sie Pflegenden. Ansprechpartner: Caritas-Sozialstationen, Krankenpflege- und Hospizvereine.
4. Die Altenpolitik stärkt die Selbstorganisation von Frauen und Männern und ermutigt sie, ihre Anliegen und die Anliegen anderer Menschen in Gesellschaft und Kirche wirksam zu vertreten. Ansprechpartner: Kreiskatholikenrat, katholische Verbände, politische Gemeinde, Landratsamt.

In der Erzdiözese München und Freising haben sich Ehren- und Hauptamtliche aus allen vier Bereichen in sog. „Landkreis-Arbeitskreisen Altenarbeit“ zusammengefunden. Sie bemühen sich, zum Gelingen des „Miteinander-Älterwerdens“ in der Gemeinde beizutragen und hierfür auch mit den kommunalen Seniorenbeauftragten zu kooperieren.

In allen sieben bayerischen (Erz-)Diözesen gibt es eine Fachstelle für kirchliche Altenarbeit. Die Verantwortlichen von Altenseelsorge, -bildung, -hilfe und -politik arbeiten im Seniorenforum oder Diözesanforum für Seniorenarbeit (früher Altenwerk) und mit den katholischen Verbänden im Sachausschuss für Senioren beim Diözesanrat zusammen.

Auf Landesebene hat sich die frühere Landesarbeitsgemeinschaft Kath. Altenwerk analog zur Bundesebene in „Landesforum Katholische Seniorenarbeit Bayern“ umbenannt. Mitglieder sind die Verantwortlichen für die Altenpastoral und die kirchliche Altenarbeit in den bayerischen Diözesen und Verbänden. Im Landeskomitee der Katholiken wird die Altenarbeit durch das Landesforum vertreten.

Bei der Zentralstelle Pastoral der Deutschen Bischofskonferenz ist das „Bundesforum Katholische Seniorenarbeit“ (BfKS) angesiedelt, in dem die diözesanen Institutionen und Organisationen der Seniorenarbeit zusammengeschlossen sind. Beim Zentralkomitee der deutschen Katholiken treffen sich die katholischen Verbände auf Bundesebene regelmäßig zum „Runden Tisch für Seniorenarbeit“.

Tipps für die Praxis

Zum Schluss noch eine Checkliste mit Tipps für die Arbeit der/s Sachbeauftragten „Altenarbeit“: Klären Sie immer wieder einmal im Sachausschuss oder im Pfarrgemeinderat ab, wo in Ihrer Gemeinde am dringendsten etwas getan werden müsste, zum Beispiel

- für Alleinstehende oder Verwitwete,
- Hilfs- und Pflegebedürftige, pflegende Angehörige,
- Frührentner oder Junge Alte, zur Vorbereitung auf den Ruhestand, oder?

Es gibt viele bewährte Möglichkeiten – lassen Sie sich zu eigenen Ideen anregen:

- Gesprächskreise (für Frauen nach der Lebensmitte, Verwitwete, pflegende Angehörige...),
- Besuchsdienste (im Krankenhaus, für Altenheimbewohner, bei Geburtstagen...),
- Geburtstagsempfang der Pfarrei (alle 65-Jährigen = junge Senioren!),
- monatlicher Seniorengottesdienst (gelegentlich mit Einladung zur Krankensalbung),
- Familiengottesdienst mitgestaltet von den Senioren, Fahrgemeinschaften zu Gottesdiensten,
- Krankenkommunion am Sonntag, Aktivgruppen für jede Art von Freizeitgestaltung,
- Schwiegermütter-Schwiegertöchter-Tag, Großeltern-tag mit Enkelkindern (im Kindergarten?),
- regelmäßige Vorstellung neuer Bücher und Spiele in der Pfarrbücherei,
- Kontakt- und Helferbörse, Nachbarschaftshilfe, Telefonkette, Seniorenseite im Pfarrbrief,
- Aktionstag „Alter und Kirche“ (zum Beispiel mit Werbung für Pflegeberufe bei den jungen Menschen).

Dabei sollten Sie bedenken:

- Ältere nicht isolieren, sondern immer wieder auch Jung und Alt zusammenbringen und möglichst viel Generationen übergreifend durchführen!
- Unterstützung suchen und nicht alles allein machen. Mitarbeiter/innen und Bündnispartner gewinnen.
- Die Arbeit der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen fördern und begleiten und für sie Fortbildungen ermöglichen.
- Den Blick über den Zaun nicht vergessen: Zusammenarbeit anstreben zum Beispiel mit der evangelischen Gemeinde, Nachbarpfarreien, Kommune, privaten Trägern.

Bestehende Aktivitäten aufeinander abstimmen statt verdoppeln, denn nicht alles, was es woanders gibt, ist auch bei Ihnen möglich und sinnvoll!

Hinweise auf weiterführende Literatur und Arbeitsmaterialien (die nichts oder wenig kosten):

- „senjour“. Internes Info-Magazin für ehrenamtlich und hauptamtlich Engagierte u. Interessierte der Seniorenarbeit in Deutschland, Hrsg. Bundesforum

- katholischer Seniorenarbeit, Eigenverlag Bonn, kostenlos, halbjährlich
- Älterwerden im Leben der Pfarrgemeinde. Arbeitshilfe aus dem Sachausschuss Altenwerk/Älterwerden, Hrsg. Diözesanrat der Katholiken im Erzbistum Köln, Eigenverlag 2003, 48 S.
 - Älter Werden – Weiterlernen. Anregungen für die Bildungsarbeit im 3. und 4. Alter, Hrsg. Kath. Seniorenarbeit LAG Baden-Württemberg, Reihe: Basiswissen Bd. 12, Eigenverlag 2003, 88 S.
 - Das 3. Lebensalter als Herausforderung für die Bildungsarbeit. Grundlagen – Modelle – Perspektiven, Hrsg. LAG Bayern Kath. Altenwerk, Eigenverlag 2002, ca. 50 S.
 - Bildung lebenslang. Leitlinien einer Bildung im 3. und 4. Alter, Hrsg. Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung, Eigenverlag Bonn 2003, 52 S.
 - Dem Leben auf der Spur. Einsichten und Hilfen beim Älterwerden, Reihe: Die Deutschen Bischöfe, Pastoralkommission Bd. 23, Eigenverlag Bonn 1999.
 - Literaturliste „Kirchliche Altenarbeit in der Pfarrgemeinde“ mit detaillierten Inhaltsangaben, Zusammenstellung Referat Altenarbeit Bistum Eichstätt, 5 S.
- Bestellung und weitere Informationen beim Landesforum Katholische Seniorenarbeit Bayern, Lessingstr. 1, 80336 München, Tel. 089/54497-120, Fax 089/5328028, E-Mail: lksb@caritas-bayern.de oder bei der diözesanen Fachstelle für Altenarbeit bzw. Altenpastoral Ihres (Erz-)Bistums:
- Seelsorgeamt Abteilung Altenseelsorge Diözese Augsburg, Kappelberg 1, 86150 Augsburg, Tel. 0821/3152-225, Fax 0821/3152-263, E-Mail: altenseelsorge@bistum-augsburg.de
 - Diözesanstelle Altenpastoral Erzdiözese Bamberg, Franz-Ludwig-Str. 17, 96054 Bamberg, Tel. 0951/201112, Fax 0951/201118, E-Mail: altenpastoral.ba@t-online.de
 - Referat Altenseelsorge Diözese Eichstätt, Luitpoldstr. 2, 85072 Eichstätt, Tel. 08421/50-621, Fax 08421/50-628, E-Mail: altenarbeit@bistum-eichstaett.de., Internet: www.bistum-eichstaett.de/altenarbeit.
 - Fachbereich Kirchliche Altenarbeit Erzdiözese München und Freising, Rumfordtstr. 21a, 80469 München, Tel. 089/242687-0, Fax 089/242687-25, E-Mail: kirchlichealtenarbeit@ordinariat-muenchen.de
 - Altenseelsorge Diözese Passau, Kapellplatz 4 b, 84503 Altötting, Tel. 08671/880182, Fax 08671/880282, E-mail: msgr.hans.stadler@t-online.de
 - Referat Altenseelsorge Diözese Regensburg, Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg, Tel. 0941/597-2300, Fax 0941/597-2230, E-Mail: altenseelsorge@bistum-regensburg.de.
 - Katholisches Seniorenforum Diözese Würzburg, Kürschnerhof 2, 97070 Würzburg, Tel. 0931/3866-5250, Fax 0931/3866-5259, E-Mail: seniorenforum@bistum-wuerzburg.de.

Zusammenstellung unter Verwendung von Veröffentlichungen und Arbeitsmaterial des Bundes- und Landesforum Katholische Seniorenarbeit und ihrer Mitglieder.