

Dokumentation

Werkstatt I „Neue Methoden für aktive Nachbarschaften“

am 03./04.12.2015

im Künstlerhaus Schloss Balmoral
in Bad Ems



Veranstalterin: Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) e.V.

RÜCKENWIND FÜR NEUE NACHBARSCHAFTEN

Die Landesinitiative „Neue Nachbarschaften – engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!“ will bestehende und neue Nachbarschaftsprojekte und Bürgergemeinschaften fördern und in einem lebendigen Netzwerk zusammenführen.

Engagierte Bürgerinnen und Bürger oder solche, die es werden möchten, sowie Einrichtungen, die Nachbarschaftsprojekte in Rheinland-Pfalz initiieren und begleiten, sind eingeladen, sich mit ihren Erfahrungen, Ideen

und Wünschen an der Initiative zu beteiligen und sie mit Leben zu füllen.

Interessierte erhalten die Chance, eigene Projekte (weiter) zu entwickeln und landesweit Kontakte zu Mitstreiterinnen und Mitstreitern zu knüpfen.

Die Landesinitiative wird vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie in Rheinland-Pfalz in Zusammenarbeit mit der Landesleitstelle „Gut leben im Alter“ gefördert.

FACHLICHE BEGLEITUNG DURCH DIE BAS

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) setzt die Landesinitiative fachlich um und begleitet die Projekte. Mit Werkstätten, Vernetzungstreffen und anderen Angeboten sorgt sie dafür, dass nachbarschaftliche Initiativen in den Austausch kommen und neue Impulse erhalten.

Gemeinsam mit den Akteuren in Rheinland-Pfalz wird das „Gewusst wie“ gebündelt und als konkretes Handwerkszeug für alle Interessierten nutzbar gemacht.



Werkstatt I „Neue Methoden für aktive Nachbarschaften“



KREATIVWERKSTATT IM KÜNSTLERHAUS

25 Teilnehmende aus Nachbarschaftsinitiativen und -projekten trafen sich am 3./4. Dezember 2015 in Bad Ems zur ersten Werkstatt der Landesinitiative „Neue Nachbarschaften – engagiert zusammen leben in Rheinland-Pfalz!“. Die Werkstatt widmete sich neuen Methoden, wie sich Menschen ansprechen und für das Thema Nachbarschaft begeistern lassen: Wie gewinnen wir Mitstreiterinnen und Mitstreiter für nachbarschaftliches Engagement? Was motiviert uns, aktiv zu werden? Welche Ziele können wir verwirklichen? Innovative Strategien und kreative Methoden gaben inspirierende Antworten und zeigten auf, wie lokale Verantwortungsgemeinschaften gestaltet werden können.

Veranstaltet wurde die Werkstatt von der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) im Auftrag der Landesleitstelle „Gut leben im Alter“ des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz.

Die Werkstatt fand im Künstlerhaus Schloss Balmoral statt, einem oberhalb der Lahn gelegenen ehemaligen russischen Landsitz, heute im Besitz der Stiftung Rheinland-Pfalz für Kultur. Die Veranstalter hatten das Haus, in dem Stipendiaten aus aller Welt künstlerisch arbeiten, als inspirierenden Ort für neue Methoden und innovative Ideen zu neuen Nachbarschaften gewählt.



Teilnehmende

Name	Vorname	Institution	Projekt	Ort
Ader	Bernhard	Mehrgenerationenhaus Ingelheim	„Heinzelmännchen“ Aktive Nachbarschaftshilfe	Ingelheim
Adler	Stefanie	Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e. V.		Bonn
Boeßner	Agnes	Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e. V.		Bonn
Fliehmann	Marion	Wohnungsbaugesellschaft Neustadt an der Weinstraße mbH	Anlaufstelle: Mieterbüro/ Nachbarschaft aktiv	Neustadt an der Weinstraße
Frank-Mantowski	Gabi	Landesleitstelle „Gut leben im Alter“ im Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie		Mainz
Großjohann	Klaus	Stiftung ProAlter	Neue Nachbarschaftshilfen im Landkreis Birkenfeld	Bonn
Heimlich	Christina	Wormser Sozial- und Bürgernetzwerk e.V.	Engagierte Stadt	Worms
Herrmann	Jutta	Liebenau – Leben im Alter gGmbH	Lebensräume für Jung und Alt	Maikammer
Hille-Jacoby	Karin	Gemeinnützige Baugenossenschaft Speyer eG	Nachbarschaftsverein der GBS Speyer e. V.	Speyer
Jöris	Hildegard	Bürgergemeinschaft MACH MIT e.V.	Nachbarschaftshilfe	Montabaur
Jung	Liane	Franziskanerbrüder vom Heiligen Kreuz	Nachbarn helfen Nachbarn	Bad Kreuznach
Klein	Marion	Verbandsgemeinde Mehrgenerationenhaus	Der Kümmerer vor Ort	Kaisersesch
Knopp	Michael	Seniorenbeirat der Kreisverwaltung Bad Kreuznach		Bad Kreuznach
Körner	Tanja		Nachbarschaftshilfe	Beindersheim
Krämer	Monika			Vallendar
Krebs	Werner	Verbandsgemeinde Eich		Eich
Moser	Claudia	DRK-Kreisverband Bitburg-Prüm e. V.	Gemeindeschwester plus	Bitburg



Name	Vorname	Institution	Projekt	Ort
Nell	Karin	Evangelisches Erwachsenenbildungswerk Nordrhein		Düsseldorf
Pesch	Karin	BAU-AG Kaiserslautern	NILS – Wohnen im Quartier	
Quandt	Martin	Leben in guter Nachbarschaft in Andernach e.V.	4-Generationenhaus Andernach	
Radwan	Ursula	Stadtverwaltung Wörth am Rhein	Sorgende Nachbarschaften	Wörth am Rhein
Ritzer	Hansheiner	Bauhilfe GmbH Pirmasens / Diakonie Pirmasens	PS:patio! – Wohnen für Generationen	Pirmasens
Rustler	Uschi	Seniorenbüro „Die Brücke“	Nette Nachbarn	Bad Ems
Schäfer	Gerda		Zentrale Anlaufstelle für Senioren	Bad Bergzabern
Schmidt	Inge	Bürgergemeinschaft MACH MIT e.V.	Nachbarschaftshilfe	Montabaur
Schug	Sigrid	Leben in guter Nachbarschaft in Andernach e.V.	4-Generationenhaus Andernach	Andernach
Steitz	Sigrid	Franziskanerbrüder vom Heiligen Kreuz	Nachbarn helfen Nachbarn	Bad Kreuznach
Welz	Sigrid		Flüchtlingshilfe Nachbarschaften	Beindersheim





Programm

3. Dezember 2015

10.00 Uhr	Begrüßung und Vorstellungsrunde
10.30 Uhr	Die Nachbarschaftshilfe „Nette Nachbarn“ sagt Hallo
11.00 Uhr	Aus Erfahrung wird man klug Austausch von Erfahrungswissen
12.30 Uhr	Mittagspause
13.30 Uhr	Wie kommt das Neue in die Nachbarschaft? Einsteigerpaket für Veränderungsprozesse
15.00 Uhr	Kaffeepause
15.30 Uhr	Herzenssache(n) Nachbarschaft Was bewegt mich, was will ich bewegen?
18.00 Uhr	Ende des Seminartages
19.00 Uhr	Gemeinsames Abendessen mit informellem Austausch

4. Dezember 2015

9.00 Uhr	Wiedereinstieg: Was vom Vortag übrig blieb
9.30 Uhr	LebensWERT Nachbarschaft Warum es sich lohnt, in Nachbarschaften zu investieren
12.00 Uhr	Mittagspause
13.00 Uhr	Auf dem Weg zu neuen Nachbarschaften Rundfahrkarte in die Zukunft
14.30 Uhr	Kaffeepause
15.00 Uhr	Die nächsten Schritte planen
16.00 Uhr	Schlussrunde
16.15 Uhr	Ende der Veranstaltung

Referentin: Karin Nell, Evangelisches Erwachsenenbildungswerk (eeb) Nordrhein

Moderation und Dokumentation: Stefanie Adler und Agnes Boeßner

LIEBLINGSWERKZEUGE IN DER NACHBARSCHAFTSARBEIT



In der Mitte des Stuhlkreises war der Inhalt eines Werkzeugkoffers ausgebreitet – passend zur Beschreibung in der Einladung: „Neue Nachbarschaften sind bunt und nie „fertig“ und dem Ziel, „Handwerkszeug“ für Projekte kennen zu lernen.

In der Vorstellungsrunde stellten die Teilnehmenden ihr jeweiliges „Lieblingswerkzeug“ für das Gestalten neuer Nachbarschaften vor. Dabei wurden ganz unterschiedliche Beweggründe und Herangehensweisen bei der Entwicklung nachbarschaftlicher Initiativen deutlich: Ein Pinsel als Symbol für die geplante Umwandlung eines Hauses im Ort zu einem Nachbarschaftstreffpunkt, ein Bohrer, der beim „Bohren dicker Bretter“ nützlich ist, eine

Wasserwaage als Hilfsmittel, um beim Zusammenbringen von Engagierten ausgleichend zu wirken, Tacker und Kabelbinder, die Verbindungen zwischen Menschen schaffen und helfen, gemeinsame Vereinbarungen zu treffen oder ein Pflaster für Trost und Hilfe im Einzelfall.



DIE ÖRTLICHE NACHBARSCHAFTSHILFE „NETTE NACHBARN“

Zum Auftakt stellte Uschi Rustler, Leiterin des Seniorenbüros „Die Brücke“ in Bad Ems, die Initiative „Nette Nachbarn“ vor. In Bad Ems und umliegenden Gemeinden unterstützen Ehrenamtliche, die sich in sechs lokalen Gruppen zusammengefunden haben, ältere Menschen mit kleinen Alltagshilfen. Als „Nette Nachbarn“ begleiten sie bei Spaziergängen, Einkäufen oder zu Ämtern, besuchen

ältere oder kranke Menschen, lesen vor oder erledigen kleine Reparaturen. Und es kommen immer mehr Engagierte dazu. Das Projekt ist für sein Engagement bereits mehrfach ausgezeichnet worden, unter anderem 2005 durch das Land Rheinland-Pfalz mit dem Innovationspreis für Freiwilligenagenturen „Engagiert für Familien“.



Aus Erfahrung wird man klug

AUSTAUSCH VON ERFAHRUNGSWISSEN

In fünf Kleingruppen tauschen die Teilnehmenden Erfahrungen zu Erfolgen und Hindernissen in ihren Nachbarschaftsprojekten aus.

- Was gelingt gut, was läuft rund?
- Was ist mühsam, was hat Ecken und Kanten?
- Welche Hindernisse haben uns klug gemacht? Was ist also das „Runde“ im „Eckigen“?
- Was ist trotz allen Erfolgs schmerzlich oder mühsam? Was ist also das „Eckige“ im „Runden“?





Die Arbeit in Nachbarschaftsinitiativen und -projekten läuft rund, wenn...

- die Verantwortlichkeiten geklärt sind
- die Kommune die Initiative unterstützt, z. B. Räume zur Verfügung stellt, einen Zuschuss gibt oder ein senioren-politisches Konzept umsetzt
- die Organisationen gut vernetzt sind
- eine gute Anerkennungskultur gepflegt und die Arbeit nicht nur durch Worte wertgeschätzt wird
- Ehrenamt von Hauptamtlichen unterstützt wird
- man sich beim gemeinsamen Tun kennen lernt, z.B. bei Festen oder indem gemeinsam ein Kochbuch erstellt wird
- die Aktiven offen bleiben für neue Engagierte (kein „geschlossener Kreis“)
- ein „Mentor“ als Unterstützer da ist



Aus Erfahrung wird man klug

Was ist mühsam, was hat Ecken und Kanten?

- Es ist schwierig, Helfer zu finden, die permanente Suche ist mühsam
- Hilfesuchende und Helfende zusammenbringen
- Viele ältere Menschen haben eine hohe Hemmschwelle, Hilfe in Anspruch zu nehmen
- Für die Helfenden: Abgrenzung, bei den Hilfebedürftigen: z.T. zu hohe Ansprüche
- Man muss ständig Öffentlichkeitsarbeit machen
- Unklar: Wer hilft bei Rechtsfragen?
- Unsicherheit, fehlende Informationen und schwierige Entscheidungsfindung bei der Frage, welche Organisationsform die Initiative haben soll



- Zu guter Letzt noch eine Erkenntnis, die Mut macht:
Keine Initiative ist zu klein, um anzufangen!



... Wird man klug!

- Was hat uns klug gemacht?

Erfahrungen aus den
Kleingruppen
(je Gruppe 3 Sätze)



12:30 Mittagspause



Wie kommt das Neue in die Nachbarschaft?



EINSTEIGERPAKET FÜR VERÄNDERUNGSPROZESSE

Referentin Karin Nell vom Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Nordrhein (eeb) stellte einen neuen Ansatz für Initiativen in der Nachbarschaft vor. Anstatt die Energie in große, aufwändige Projekte zu stecken, sei es nachhaltiger, mit kleinen Dingen anzufangen und Menschen zu unterstützen, für ihre eigenen Anliegen aktiv zu werden. „Nachbarschaft ist etwas ganz Einfaches, was von unten erwächst“, betonte Nell.

Nell regte an, nicht nur darauf zu schauen, wie viele Mitstreiterinnen und Mitstreiter man gewinnen könne. „Wenn sie die beiden Richtigen ansprechen, können Sie die Welt verändern!“ Sie empfahl, im eigenen Dorf oder Stadtteil anhand von Fragen wie Wo schlägt das Herz? Wo fließt die Energie? Wie wollen wir künftig zusammen leben? „Herzorte“ zu finden. Auch berichtete sie von der gewinn-

bringenden Erfahrung, Menschen nach ihren eigenen „Herzensanliegen“ zu fragen und auf diese Weise nicht Helfende, sondern eigene Projektmacher zu finden. Dabei sei die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie oft ein wertvoller Wegweiser.

Als „Einsteigerpaket für Veränderungsprozesse“ gab es weiße Papiertüten mit einigen symbolischen Zutaten, die es braucht, um vor Ort Neues auf den Weg zu bringen: Nadeln für klitzekleine Interventionen an den richtigen Stellen, Kunstpostkarten, die zum kreativen Denken über Ideen und Visionen anregen, einen „roten Faden“, ein Herz als Symbol für „Herzessachen“ und „Herzpunkte“ im Quartier und eine Samentüte für ein „Frühbeet der Ideen“.





Herzenssache(n) Nachbarschaft



WAS BEWEGT MICH, WAS WILL ICH BEWEGEN?

Das „Widersacher-Modell“

Neue Ideen stoßen oft im Alltag auf Widerstand. Doch auch die „Widersacher“ von begeisterten „Ideengebern“ erfüllen eine wichtige Funktion, erläuterte Nell anhand eines Modells von David Kantor: Durch ihre Kritik verhelfen sie Visionen zu einer realistischen Umsetzung. Auch „Unterstüt-

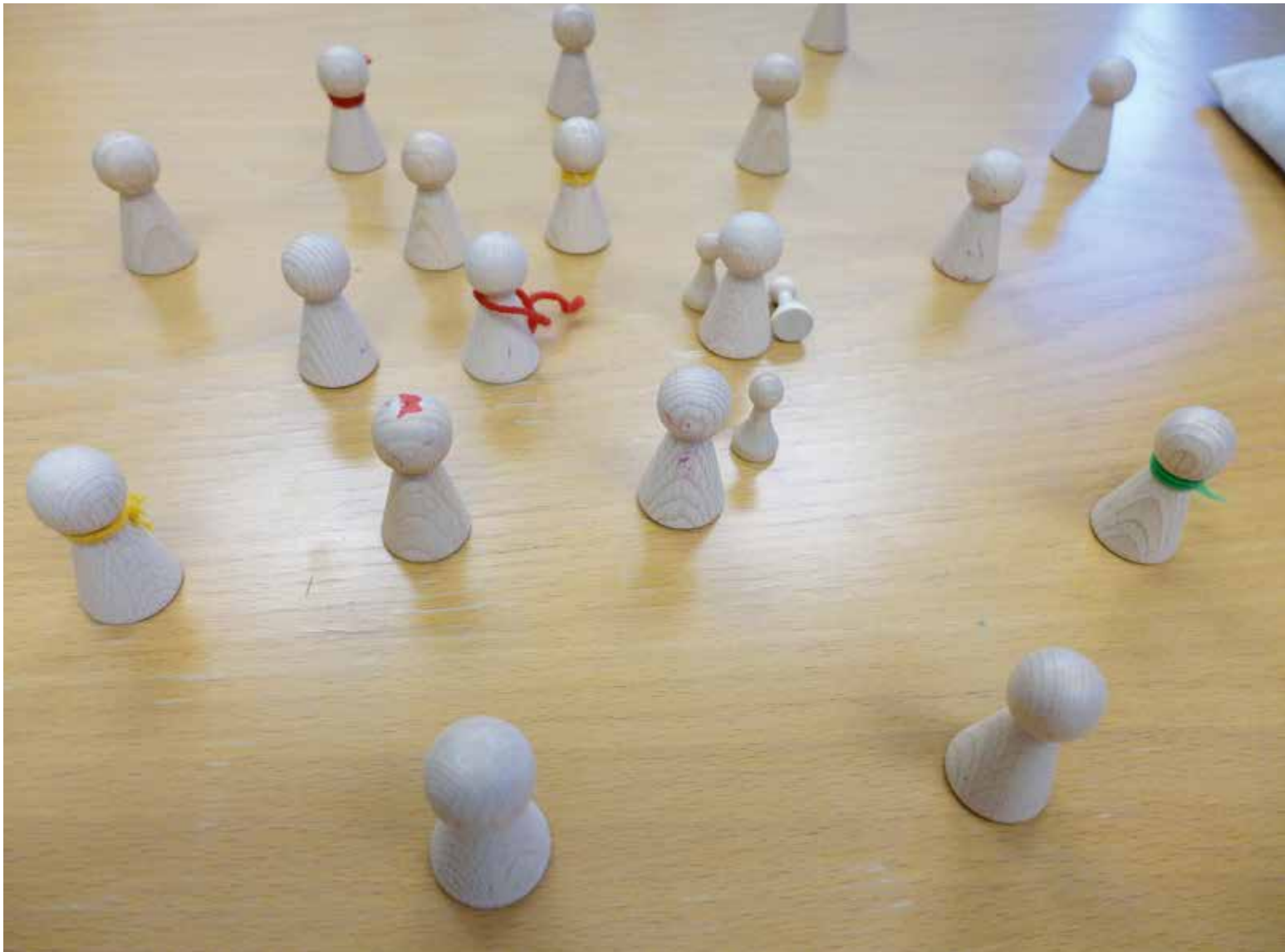
zer“ und „Beobachter“ nehmen in Gruppen wichtige Rollen ein. In einer Übung wurde dies deutlich: ein Teilnehmer berichtete als „Ideengeber“ begeistert von seiner Idee, eine „Blaue Woche“ zu veranstalten, durfte jedoch anschließend auch die Rolle des „Widersachers“ erproben.







LebensWERT Nachbarschaft



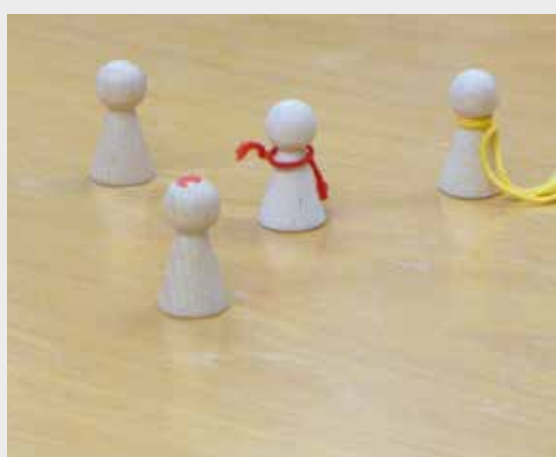
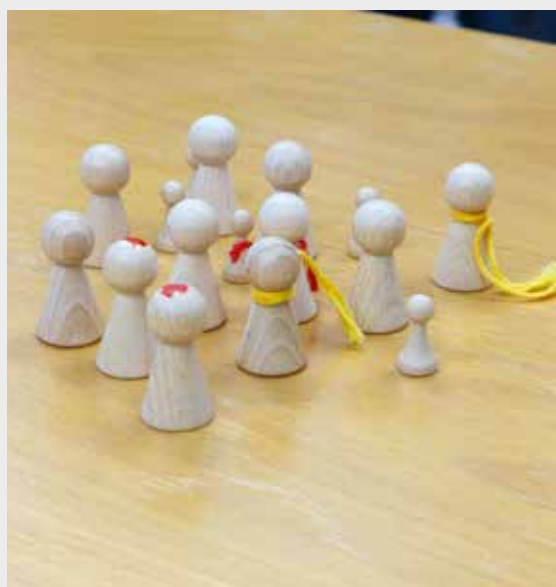
WARUM ES SICH LOHNT, IN NACHBARSCHAFTEN ZU INVESTIEREN

Doris Blum – oder eine alltägliche Geschichte über das Verschwinden sozialer Netze

Anhand kleiner Holzfiguren erzählte Nell am zweiten Seminartag die fiktive Geschichte von „Doris Blum“. Hatte Doris Blum während ihres Berufslebens und durch ihre Kinder viele Kontakte, so reduzieren sich diese im Ruhestand innerhalb kurzer Zeit.

Mit 89 Jahren beschränkt sich ihr soziales Netz auf drei Personen: den Pfarrer, die Hausärztin und die zuständigen Mitarbeiter des Pflegedienstes.

Eine Geschichte, wie sie an allen Orten vorkommt. Was hätte Doris Blum in jüngeren Jahren tun können, um der Einsamkeit im Alter vorzubeugen? Sich rechtzeitig mit Gleichgesinnten zusammenschließen, in der Nachbarschaft soziale Netze knüpfen, für die eigenen Anliegen aktiv werden – dies sei Engagement „für sich und andere“ und effektive Vorsorge für ein soziales Netz in der unmittelbaren Umgebung – so die These von Karin Nell.





LebensWERT Nachbarschaft

„Domino-Methode“

Als einfache, aber effektive Idee, Mitstreiterinnen und Mitstreiter für neue Vorhaben in der Nachbarschaft zu finden, dient die Domino-Methode: Nell lud die Teilnehmenden ein, auf drei Karten ihre eigenen Wünsche zu schreiben: „Was sind die wichtigsten Anliegen in Ihrer Nachbarschaft?“ Die Karten wurden dann thematisch passend nacheinander auf dem Boden ausgelegt.

Somit fanden die Interessierten an Themen wie Mobilität, gute Infrastrukturen im Stadtteil, Kontakte und Treffpunkte, Aktionen oder Nachbarschaftsplattform direkt zusammen und bekamen die Aufgabe, gemeinsam die ersten Verabredungen zur Umsetzung zu treffen.





**Aus dieser Übung ist eine Vielzahl an konkreten Vorhaben entstanden.
Hier eine Auswahl:**

- Schaukasten im Dorf nutzen und mit „Suche/Biete“-Zetteln füllen
- Strickgruppe „Nadelfieber“ gründen
- Ausstellung mit allen Künstlern aus dem Ort organisieren und mit Handzetteln und direkter Ansprache dazu einladen
- gemeinsame Kinobesuche – Treffpunkt jeden Mittwoch an der Post
- „Reise zu Rossmann“: gemeinsame Einkaufsfahrten in die Stadt organisieren
- Privates Car-Sharing mit eigenem Auto anbieten
- „Treffen an der Bank“: offenes Picknick, jeder bringt was mit
- ein Leihlastenfahrrad anschaffen und zur Finanzierung einen Flohmarkt veranstalten
- Ausflüge zu gemeinschaftlichen Wohnprojekten veranstalten, um die Idee im eigenen Ort voranzubringen
- ungenutzte Räume im Ort oder Säle von Kneipen nutzen als nachbarschaftliche Treffpunkte
- ein „Klapp-Café“ einrichten: Klappstühle und selbst gebackener Kuchen als mobile Orte der Begegnung





Auf dem Weg zu neuen Nachbarschaften

RUNDFAHRKARTE IN DIE ZUKUNFT

Um die Teilnehmenden in der konkreten Umsetzung ihrer Ideen und Vorhaben zu unterstützen, lud Stefanie Adler zu einer Rundreise in die Zukunft ein. In zwölf Schritten begaben

sich die Teilnehmenden, ausgestattet mit einem imaginären „Ressourcen-Koffer“, gedanklich Monat für Monat ein ganzes Jahr weiter.



In der Zukunft am 4. Dezember im Jahr 2016 angekommen, berichteten sie sich gegenseitig von den Erfolgen, die sie in der Zwischenzeit in ihren Projekten erreicht hatten.

Anschließend „reisten“ alle wieder zurück in die Gegenwart und waren erstaunt über die motivierende Wirkung dieser suggestiven Methode.

DIE NÄCHSTEN SCHRITTE PLANEN

Wie ihre Vorhaben tatsächlich in die Praxis umgesetzt werden können, dazu überlegten sich die Teilnehmenden zum Abschluss die konkreten nächsten Schritte.

Aufgabe war es, kleine realistische Aktivitäten zu planen, die innerhalb von 3 Tagen und innerhalb von 2 Wochen in die Tat umzusetzen sind. Ergebnis war, dass es oft nicht viel braucht, um eine Idee ins Rollen zu bringen – ganz nach dem Motto: Nichts ist zu klein, um damit anzufangen! Hier die Planungen der Teilnehmenden:

- Telefonkette für Treffen im Wohnprojekt
- Neues Konzept für Mietertreffs
- Neue Menschen für Nachbarschafts-Engagement begeistern
- Mittags-Cafétreff für mein 40-Seelen-Dorf
- Barrierefreier Zugang zum geplanten Treffpunkt
- Überlegungen zu neuem Konzept für Sicherheitsberater (z.B. Anerkennung)
- Mobile Bänke für den Stadtteil
- Gemeinsamer Einkauf
- Büchercafé im Stall
- Ausmisten, Abgeben
- Neue Wohnmodelle anregen
- Nix machen
- Entspannungseinheiten in den Wochenplan einbauen
- Das Alte zu Ende bringen
- Multiplikatoren finden
- Begleitung von Menschen, die auf Rollatoren angewiesen sind
- Raum schaffen
- „Blaue Woche“ oder einmal monatlich einen „blauen Tag“
- VIPs zum Klapp-Café einladen
- Domino-Methode im aktiven Vorstand anwenden
- „Lange Tafel“ an Stadtverwaltung übergeben
- Blaue Bank für Karnevals-Umzug
- Netzwerk für Nachbarschafts-Verein
- Einladung zum Info-Abend Generationen-Wohnen
- Kontakt/Stammtisch unter Sozialgestaltern (früher: Ehrenamtlichen)
- Nachbarschafts-Treff initiieren





Résumé

WAS WAR DER HAMMER? WAS HAT DEN NAGEL AUF DEN KOPF GETROFFEN?

Eine Auswahl aus dem Feedback der Teilnehmenden am Ende der Werkstatt:

- Austausch mit den anderen war toll, fühle mich plötzlich nicht mehr so allein
- Kann jetzt Projekte mit Gesichtern verbinden
- Die Tipps und Infos, die man sich gegenseitig geben konnte
- Die Dominomethode war das Highlight – wunderbar, um andere Menschen mit einzubeziehen, hat mir klargemacht, dass Kommunikation der Schwerpunkt aller Aktionen ist
- Das Widersacher-Modell hilft beim Umgang mit dem Gemeinderat und fürs Leben
- Doris Blum öffnet die Augen
- Die Zukunftsreise
- Aus der Zukunft heraus denken
- Ich werde mit einer ganz neuen Haltung an unserem Stand auf dem Weihnachtsmarkt stehen. Statt anzupreisen, was wir alles tun, und Leute zum Mitmachen zu gewinnen, werde ich fragen: „Was wünscht ihr euch? Was fehlt noch? Und was könnt ihr dafür tun?“
- Weg von der Haltung „ich mach es für euch“ hin zu „ihr macht es für euch“
- Weg vom Helfersyndrom
- Mikro-Bausteine statt Riesen-Projekte
- Man muss nicht immer das Große schaffen, kleine Dinge sind wichtig. Kleines kann auch groß sein!
- Habe jetzt eine konkrete Idee, wie ich meinen Raum gestalten kann. Bisher dachte ich immer, ich muss zehn Tische kaufen und alles perfekt herrichten. Jetzt habe ich beschlossen: Ich kaufe gar keine Tische – ich leihe mir welche!
- Seminar hat mir sowohl beruflich als auch persönlich Perspektiven aufgezeigt
- Bin mit Fragen gekommen, inspiriert gegangen
- Alles hat gestimmt: Organisation, Rahmen, Inhalt – einfach toll

Dank an Uschi Rustler, Seniorenbüro „Die Brücke“
für die Rundum-Sorglos-Versorgung
im Hintergrund





WEITERFÜHRENDE LITERATUR UND LINKS:

Soziale Netzwerke fallen nicht vom Himmel. Die Geschichte der Doris Blum nach einer Idee von Karin Nell, in: Gerrit Heetderks, Aktiv dabei: Ältere Menschen in der Kirche, Vandenhoeck & Ruprecht, Düsseldorf 2011

Ilja Kobakow, Palast der Projekte in der Zeche Zollverein: Modell-Spirale, Frühbeet der Ideen: http://www.industriedenkmalstiftung.de/docs/9902313231516_de.php

Claus Otto Schamer: Theorie U: Von der Zukunft her führen, Carl Auer Verlag, Heidelberg 2009

Anselm Bilgri: Finde das rechte Maß, Piper, München 2014

Bernard Lown: Die verlorene Kunst des Heilens. Anleitung zum Umdenken, Stuttgart, 2004, Suhrkamp-Verlag

David Kantor, Widersacher-Modell, in: Reinhold Knopp, Karin Nell (Hg): Keywork – Neue Wege in der Kultur- und Bildungsarbeit mit Älteren, Bielefeld 2007

Textmuster zur Methode „Rundfahrkarte in die Zukunft“: Michael Hjerth in „Solution Tools“, herausgegeben von Peter Röhrig, 5. Auflage 2014

Nachbarschaftshilfe „Nette Nachbarn“ beim Seniorenbüro „Die Brücke“, Bad Ems <http://www.rhein-lahn-bruecke.de/Projekt/nena.htm>

Leitstelle Ehrenamt und Bürgerbeteiligung in der Staatskanzlei www.wir-tun-was.de

Unterstützung in der Flüchtlingshilfe in Rheinland-Pfalz:

www.refugees.rlp.de
<http://mifkjf.rlp.de/fluechtlingsspolitik/>
www.aktiv-fuer-fluechtlinge-rlp.de
www.facebook.com/hilfe.rlp
www.add.rlp.de/Fluechtlinge-Ehrenamt/

Bildnachweise:

Seite 1 (fotolia, Javier Castro), alle weiteren Bilder: BaS e.V.

Kontakt und Information:

Bundesarbeitsgemeinschaft
Seniorenbüros (BaS) e.V.,
Bonngasse 10, 53111 Bonn

Ansprechpartnerinnen:
Stefanie Adler
Tel. 0228 / 18 49 95 75
adler@seniorenbueros.org

Agnes Boeßner
Tel. 0228 / 24 99 93 27
boessner@seniorenbueros.org

www.seniorenbueros.org
www.gutlebenimalter.rlp.de