

Diese Seite wurde gestaltet von der Klasse 8c der Theodor-Heuss-Realschule

Stimmen

Wie hat dir der Besuch im Altersheim gefallen?



„Ich fand es sehr interessant, einen Einblick in das Leben alter Menschen und die Abläufe in einem Altenheim bekommen zu haben.“

Feyza

„Der Besuch im Altenheim war eine tolle Erfahrung für mich, ich habe viel Neues gelernt und die Bedeutung von Zeit und Wertschätzung erkannt.“

Elda



Feyza (links) und Elda von der Klasse 8c der Theodor-Heuss-Realschule zu Besuch im Altersheim.

Foto: privat

Thema

Austausch der Erfahrungen

Die Klasse setzt sich für Senioren ein und arbeitet aktuell an mehreren spannenden Projekten

KORNWESTHEIM

In unserer Gesellschaft gibt es oft wenig Berührungspunkte zwischen Jung und Alt. Umso wichtiger ist es, gemeinsame Projekte ins Leben zu rufen, damit junge und ältere Menschen davon profitieren können. Jugendliche können mit wenig Aufwand viel bewirken. Sie bringen frischen Wind und neue Perspektiven in das Leben älterer Menschen und lernen gleichzeitig selbst fürs Leben.

Gerade in Zeiten, in denen die Generationen oft getrennt voneinander leben, sind solche Begegnungen wertvoller denn je. Die Hilfe von Jugendlichen für Senioren ist eine wertvolle Unterstützung. In einer Welt, die oft von digitalen Medien geprägt ist, gibt es Jugendliche, die sich immer mehr für Projekte mit Senioren engagieren. Die Projekte, die von Jugendlichen ins Leben gerufen werden, sind vielfältig und interessant. Hauptsächlich wird versucht, die Einsamkeit der Senioren zu verringern. Da die meisten älteren Menschen nur noch wenig soziale Kontakte haben, fehlt es gerade in Pflegeeinrichtungen oft am Austausch mit Jüngeren. Die Älteren haben viel Lebenserfahrung und spannende Geschichten

zu erzählen. Gleichzeitig können junge Menschen Neues einbringen. Gegenseitiges Lernen mit Austausch der Lebenserfahrung ist für beide Seiten bereichernd.

Respekt und Verständnis werden gefördert

Der Kontakt mit älteren Menschen hilft Jugendlichen, sich in andere Lebenssituationen hineinzuversetzen und Vorurteile abzubauen. Gleichzeitig erleben Senioren, dass die junge Generation sie wertschätzt. So entstehen echte Verbindungen, und gegenseitiger Respekt und Verständnis werden gefördert. An der Theodor-Heuss-Realschule Kornwestheim wurde ein Projekt ins Leben gerufen, in dem junge Schüler und Schülerinnen den Senioren seit über zwei Jahren schon beim Umgang mit Smartphones und Computern helfen. Zum Beispiel wird ihnen erklärt, wie man Applikationen fürs Handy einrichtet oder wie man mit Online-Banking zurechtkommt. Dabei wird auch auf bestimmte Gefahren des Internets aufmerksam gemacht.

Ein weiteres bemerkenswertes Projekt ist die gemeinsame Gartenarbeit. Dieses Projekt findet auf dem Quartiersplatz am Mehrgenerationenhaus Grünbühl-Sonnenberg statt. In die-

sem Projekt arbeiten Jugendliche und Senioren miteinander in einem Gemeinschaftsgarten. Sie pflanzen Blumen, Gemüse und Kräuter ein und lernen dabei voneinander. Die Jugendlichen bringen neue Ideen ein, während die Senioren ihr umfangreiches Wissen über Pflanzen und Gartenpflege teilen. Mit diesem Projekt wollen Jugendliche die körperliche Aktivität und das Wohlbefinden fördern, die soziale Bindung zwischen den Generationen stärken und ein Gefühl der Gemeinschaft schaffen.

Projekte wie diese sind saisonabhängig und finden vom Frühling bis zum Herbst statt. Ein gemeinsames Sport- und Bewegungsangebot für Senioren und Jugendliche ist ein weiteres Projekt im Ludwig-Jahn-Stadion in Ludwigsburg. Es werden Sportaktivitäten wie Yoga, Gymnastik, Fitness oder gemeinsame Spaziergänge angeboten. Diese sind gesundheitsfördernd und tragen zu einem gesunden sozialen Kontakt bei. Solche Veranstaltungen werden wöchentlich und an bestimmten Tagen angeboten. Diese Projekte zeigen uns, welche Möglichkeiten es gibt, den Austausch zwischen Jung und Alt zu fördern.

VON FEYZA, ELDA UND MELINA

Wusstest du?

In unserer Gesellschaft gibt es immer mehr ältere Menschen. Diese Zahl wird in den kommenden Jahren noch weiter steigen. In den vergangenen Jahren lebten 18,7 Millionen ältere Menschen in Deutschland und davon mehr als 5,7 Millionen Pflegebedürftige, was bedeutet, dass sich die Anzahl in den letzten zehn Jahren verdoppelt hat. Es gibt mehrere Gründe für diesen Anstieg: Zum einen leben die Menschen länger. Zum anderen liegt es am demografischen Wandel, da es immer weniger junge Menschen gibt, während die Anzahl der älteren Menschen steigt. Bis 2030 wird erwartet, dass ein Drittel der Menschen in den meisten europäischen Ländern über 65 Jahre alt sein wird. Gleichzeitig stehen diese Menschen vor gesundheitlichen Problemen und Erkrankungen. Ebenfalls haben sie Bewegungseinschränkungen, Schlafprobleme, psychische Belastungen und fühlen sich einsam. Sozialwissenschaftler erklären Einsamkeit auch als Mangel an bedeutsamen Beziehungen.

VON YASEMIN, LAURA, ELENA UND MIRAY

ZEITUNG IN DER SCHULE

Informationen rund um das Zisch-Projekt

Im Projekt Zisch lernen Schüler die Leseformate digital und gedruckt kennen, gewinnen einen Überblick darüber, was Zeitung beinhaltet und wie Nachrichten recherchiert werden. Die Schüler werden selbst zu Journalisten, indem sie eine Zeitungsseite für die LKZ/den NEB gestalten.

Für Schulen und Lehrer: Wenn Sie am Projekt teilnehmen möchten, wenden Sie sich an Markus Moog vom IZOP-Institut, Tel. (0 24 08) 58 89 19. (red)

Am Ende zählt das Miteinander der Generationen

Kleine Gesten junger Menschen können den Alltag im Altersheim heller machen.

Für viele Menschen ist der Umzug in ein Altersheim ein großer Schritt. Während manche ihn als Verlust der Selbstständigkeit empfinden, gibt es auch Bewohner, die sich dort wohlfühlen und die Vorteile genießen – so wie zwei Damen, die wir kennenlernen durften. Beide beschreiben ihren Alltag im Altersheim als positiv, würden sich aber über mehr Abwechslung und Kontakt zu jungen Menschen freuen.

Ein Altersheim ist für viele Menschen ein Ort, an dem sie ihren Lebensabend verbringen. Doch wie fühlt es sich an, dort zu leben? Die beiden Bewohnerinnen, Frau S. und Frau B., geben uns Einblicke in ihren Alltag, ihre Wünsche und

Hürden. Was bedeutet es, in einem Altersheim zu leben? Welche Herausforderungen gibt es, und wie können Jugendliche dazu beitragen, den Alltag älterer Menschen schöner zu machen?

Nicht alle Menschen ziehen erst im hohen Alter in ein Altersheim. Frau S. musste bereits mit 55 Jahren, aufgrund einer Krankheit, diesen Schritt gehen. Sie bereut den Aufenthalt im Altersheim nicht, und sie fühlt sich sehr wohl, auch wenn sie in manchen Situationen auf die Hilfe der Pfleger angewiesen ist.

Ein großes Thema im Altersheim ist der Umgang mit Verlusten. Menschen, mit denen man täglich Zeit verbringt, können plötzlich sterben. Das kann schwer sein, doch viele Bewohner versuchen, das Positive im Leben zu sehen. Frau B. beschreibt ihren Alltag als gut, und sie genießt das Programmangebot, würde aber gerne öfter spazieren gehen, was durch

den Personalmangel nicht immer möglich ist. Frau S. würde gerne wieder selbstständiger sein, singen, kochen und backen. Frau B. wünscht sich mehr kreative Aktivitäten wie Basteln und tiefgehende Gespräche mit jungen Menschen. Hier kommen Jugendliche ins Spiel: Sie können mit kleinen Gesten und Taten den Alltag im Altersheim bereichern.

Junge Menschen können helfen, indem sie einfach eine Runde mit ihnen spazieren gehen – sei es im Garten des Heims oder durch die Stadt.

Kleine Gesten, große Wirkung

Viele Senioren wünschen sich tiefgründige Gespräche. Frau B. interessiert sich besonders für den Austausch mit Jugendlichen über die Welt, da sie sehr viel Erfahrung hat – und diese würde sie gerne mit anderen teilen. Themen wie aktuelle Ereignisse, frühere Erlebnisse oder Hob-

bys können das Leben im Altersheim bereichern.

Natürlich sind auch klassische Brettspiele oder Kartenspiele eine tolle Möglichkeit, Zeit miteinander zu verbringen. Frau S. würde sich über mehr Spielernachmittage freuen. Viele ältere Menschen würden gerne wieder an kulturellen Veranstaltungen wie Theater und Musicals teilnehmen. Vielleicht können Schulen oder Jugendgruppen Besuche organisieren oder selbst kleine Aufführungen im Altersheim veranstalten.

Die meisten Senioren haben zwar einen Fernseher, aber manchmal fehlt ihnen ein richtiges Gerät für mehr Möglichkeiten. Einige interessieren sich für digitale Angebote, haben aber Schwierigkeiten, sich zu informieren. Frau B. möchte sich zum Beispiel über neue Technik-Angebote erkundigen. Jugendliche können hier helfen, indem sie tech-

nische Fragen beantworten oder erklären, wie Online-Bestellungen funktionieren.

Nicht nur ältere Menschen profitieren von dieser Unterstützung, auch Jugendliche können viel lernen: Gespräche mit Senioren zeigen, wie sich die Welt verändert und welche Erfahrungen frühere Generationen gemacht haben. Doch der Umgang mit älteren Menschen benötigt Geduld, Empathie und Kommunikationsfähigkeiten.

Es gibt ein gutes Gefühl, jemandem eine Freude zu machen und das Leben anderer Menschen zu bereichern. Vielleicht ist es also an der Zeit, einfach mal im örtlichen Altersheim nachzufragen, wer sich über einen Besuch freuen würde. Denn am Ende geht es darum, Generationen miteinander zu verbinden – für ein glückliches Miteinander.

VON SOFIA, MAJA, MARYAM, BÜSRA, MARIS