



**Abenteuer Alter(n)**  
Werkstatt – Training – Weiterbildung

# Tagungsdokumentation

# Abenteuer Alter(n)

## Tagungsdokumentation

Einleitung .....	
1. ....	V
erlaufsplan.....	
2. ....	A
rbeitsblätter	
2.1 Das eigene Alter(n) als Frau.....	
2.2 Alter(sunterschiede) in Familie, am Arbeitsplatz, in der Frauengruppe .....	
2.3 Altersdiskriminierung von Frauen erkennen und bekämpfen .....	
3. ....	M
aterialien	
3.1 Andacht.....	
3.2 Generationen übergreifende Frauenarbeit.....	
3.4 Reisesegen.....	
4. ....	E
rgebnisse	
4.1 Biografiearbeit .....	
4.2 Wünsche an die anderen Generationen.....	
4.3 Ideenpool.....	
4.4 Kritik.....	
5. ....	I
mpressum.....	

Die Veranstaltung wurde gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ).



**Abenteuer Alter(n)**  
Werkstatt – Training – Weiterbildung  
Tagungsdokumentation  
**Inhaltsverzeichnis**

Ich werde älter, du wirst älter, wir werden älter.  
Als einzelne Frau, als Gruppe in der Frauenarbeit, als Gesellschaft.  
Eine Tatsache, die viele erschreckt und verunsichert.  
Die Probleme macht und Chancen bereithält.  
Die wir aber auch als reizvolles Abenteuer sehen können.  
Persönlich, als Frauengruppe, als Gesellschaft.

## Abenteuer Alter(n)

Das Abenteuer Alter(n) beginnen heißt, **WAHRNEHMEN**.  
Was bedeutet es für mich persönlich, als Frau zu altern? Was macht mir Angst, welche Chancen sehe ich?

Das Abenteuer Alter(n) beginnen heißt, **REFLEKTIEREN**.  
Wieso unterscheidet sich meine Wahrnehmung des Alters von der Wahrnehmung anderer? Und was wünsche ich mir von Frauen anderer Generationen?

Das Abenteuer Alter(n) beginnen heißt, **LERNEN**.  
Was verbirgt sich hinter der „alternden Gesellschaft“? Welche Auswirkungen hat die demografische Entwicklung für die sozialen Sicherungssysteme, für Teilhabe, für Familienstrukturen und Freizeitgestaltung?

Das Abenteuer Alter(n) beginnen heißt, **TRAINIEREN**.  
Wie erkenne ich, wenn Frauen aufgrund ihres Alters diskriminiert werden? Und wie kann ich dazu beitragen, dass wir selbst und andere nie mehr Frauen aufgrund ihres Alters diskriminieren?

Das Abenteuer Alter(n) beginnen heißt, **ENTWICKELN**.  
Wie können wir Frauen verschiedener Generationen miteinander ins Gespräch bringen? Wie neben altersspezifischer Arbeit Akzente des intergenerativen Miteinanders setzen?

Um Antworten auf diese Fragen zu finden, haben Evangelische Frauen in Deutschland e.V. (EFiD) und Evangelischen Frauen in Württemberg (EFiW) im Juli 2010 in Bad Boll eine Tagung mit Multiplikatorinnen der Frauenarbeit durchgeführt. Elemente der Weiterbildung waren verbunden mit Trainings- und Werkstatteinheiten.

Methoden, Inhalte und Ergebnisse dieser Tagung sind im Folgenden dokumentiert. Die Tagungseinheiten waren als Modell konzipiert. Eine weitere Verwendung in der Frauenarbeit ist ausdrücklich erlaubt und gewünscht. Dabei ist zu berücksichtigen, dass für die Durchführung der einzelnen Einheiten durchweg mehr Zeit vorgesehen werden sollte, als dies in der Erprobung des Modells in Bad Boll möglich war.

Über eine kurze Information bei Verwendung des Materials freuen wir uns.

Margot Papenheim  
EFiD-Verbandsreferentin  
Tel. (0 511) 89 768 110  
eMail: papenheim@evangelischefrauen-deutschland.de



## VERLAUFSPLAN – erster Tag

Wann?	Was?	Wie?	Materialbedarf	Ergebnisse
14:00	Begrüßung	Anlass der Tagung, Organisation etc.		
	Kennenlernen	Positionsübung: Aufstellung nach <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Herkunft (Nord-, Ost-, West-, Süddeutschland)</li> <li>○ Alter</li> <li>○ haupt- und ehrenamtlich</li> <li>○ Frauengruppe / Organisation / Interessierte</li> <li>○ Falten / Runzeln?</li> </ul> abschließend in der Runde: Name, ggf. Organisation und Herkunftsort		
15:00	<b>Ich und mein Alter(n)</b>	Einteilung nach 6-er Gruppen (Bienenkorb: je ca. 6 nebeneinander sitzende TN bilden kleine Stuhlkreise innerhalb des Raums bzw. z.T. in anderen Räumen)	Altersschritte: Tabelle auf Packpapier vorbereiten; Stifte	
15´	Biographie-Arbeit	Einzelarbeit in der Kleingruppe	<b>Arbeitsblatt 1</b>	
45´		Austausch in der Kleingruppe / Plakat erstellen		<b>Doku_Ergebnisse</b> <b>Biogr.-Arbeit</b>
15´		Ausstellung im Plenum (jede Gruppe betrachtet die anderen Plakate)		

16:15	Pause			
16:45	Reflexion der Bedeutung von Alter/Altersunterschieden in der Familie, am Arbeitsplatz, in der Frauengruppe	neue Gruppe 6 TN (durchzählen)	Arbeitsblatt 2  Kärtchen, Stifte  2 Pinwände (Wünsche an die Jüngeren / an die Älteren)	Doku_Wünsche an die andere Generation
18:30	Abendessen			
19:30	<b>kultureller Zugang</b>	Film: Die Herbstzeitlosen  Falls Zeit: anschl. Austausch im Plenum über stärkste Eindrücke / Kleingruppen nach Identifikation mit den Protagonistinnen, mit denen die TN sich am stärksten identifizieren	DVD / DVD-Player	

## VERLAUFSPLAN – zweiter Tag

Wann?	Was?	Wie?	Materialbedarf	Ergebnisse
09:15	Spiritueller Impuls	Ich bin alt, ich bin schön	<b>Material 1_Andacht</b>  CD-Player; CD: Giora Feidman, Singing Clarinet	
09:30	<b>Alter(n) und Gesellschaft</b>	Kurzreferat zu Chancen und Problemen, die mit der demografischen Entwicklung verbunden sind (Annette Pauly, BMFSFJ, anhand einer Powerpoint-Präsentation)  anschließend: Austausch im Plenum	<b>Material 2_Alter(n) und Gesellschaft</b>  Laptop; Beamer	
11:00	<b>Altersdiskriminierung erkennen und bekämpfen</b>	Wechsel von Einzel-, Gruppen- und Plenumsarbeit	<b>Arbeitsblatt 3</b>	
12:30	Mittagspause			
13:30	<b>Alter in der Frauenarbeit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nach kurzer Einführung: Murrelgruppen (3-5 TN / 10'): Wie stellt sich die Kategorie „Alter“ in Ihrer Arbeit mit und für Frauen dar?“ Eindrücke sammeln; typische Szene oder typischen Satz auswählen // Plenum:</li> </ul>		



		<p>typ. Szenen/Sätze vortragen; kurze Rundgespräche</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurzreferat: Generationenübergreifendes Arbeiten</li> <li>• Workshops: Ideen für generationenübergreifende Projekte in der Frauenarbeit sammeln und erste Umsetzungsschritte entwickeln</li> </ul>	Material 3_Kurzreferat	Doku_Generationen verbindende Frauenarbeit
16:30	Auswertung / Feedback	<p>zeitgleich schriftlich zu den Fragen:</p> <p>Was nehme ich mit? // Was lasse ich hier? // Was will ich dem Leitungsteam sagen? // Woran arbeite ich weiter?</p>	4 Flipchart-Bögen mit je einer Auswertungsfrage und Symbol, verteilt auf 4 Tischen im Raum; Stifte	Doku_Auswertung
16:55	Reisesegen		Material 4_Reisesegen	

## Das eigene Alter(n)s als Frau

- 1 Bitte benennen Sie eine Moderatorin und eine Zeitwächterin.
- 2 Bitte überlegen Sie ca. 15 Min. folgende Leitfragen für sich allein:
  - Wie nahm/nehme ich mein eigenes Alter in der jeweiligen Lebensphase wahr?
  - Was hat mir an meinem Alter gefallen? Was eher nicht?
  - Welche Zuschreibung von anderen erlebe/erlebte ich mir gegenüber?
  - Welches Bild / Welcher Spruch fällt mir zu den Lebensphasen ein?

Tragen Sie Ihre Antworten / Bilder / Sprüche stichpunktartig in die Tabelle ein.

unter 7	zwischen 7 und 14	zwischen 14 und 21	zwischen 21 und 28	zwischen 28 und 35	zwischen 35 und 42	zwischen 42 und 49	zwischen 49 und 56	zwischen 56 und 63	zwischen 63 und 70	über 70

- 3 Bitte tauschen Sie Ihre Ergebnisse / Bilder in der Gruppe aus. (30 Min.)
- 4 Gibt es für die jeweiligen Phasen ein gemeinsames Motto / Bild / Spruch, auf den Sie sich einigen können?  
Tragen Sie dieses bitte in die große Tabelle ein. (15 Min.)

**Bitte kommen Sie nach 60 Minuten ins Plenum zurück.**

## Alter(sunterschiede) in der Familie, am Arbeitsplatz, in der Frauengruppe

- 1 Bitte benennen Sie eine Moderatorin und eine Zeitwächterin.
- 2 Bitte reflektieren Sie 15 Minuten für sich:

Wann beginnt für mich „Alter“? Ist es ein Datum? Eine Eigenschaft? Ein Ereignis? Ein Zustand?	
Betrachte ich mich selbst als „alt“? Ja? Nein? Warum?	
Worauf freue ich mich, wenn ich an mein eigenes Alter / Älterwerden / Altwerden denke?	Was fürchte ich, wenn ich an mein eigenes Alter / Älterwerden / Altwerden denke?
Am Arbeitsplatz	Am Arbeitsplatz
In der Familie	In der Familie
In der Frauengruppe	In der Frauengruppe

Wie möchte ich als alte Frau sein?	Wie möchte ich auf keinen Fall sein?
------------------------------------	--------------------------------------

- 3** Bitte tauschen Sie Ihre Gedanken über folgende Fragen aus (45 Minuten):  
 Welche positiven / Welche negativen Erfahrungen mache ich mit Jüngeren?  
 Welche positiven / Welche negativen Erfahrungen mache ich mit Älteren?  
 Am Arbeitsplatz, in der Familie, in der Frauengruppe?

Welche Wünsche habe ich an die Jüngeren?  
 Welche Wünsche habe ich an die Älteren?  
 Am Arbeitsplatz, in der Familie, in der Frauengruppe?

Bitte schreiben Sie Ihre 2 – 3 wichtigsten Wünsche an die Jüngeren / die Älteren auf Kärtchen und pinnen Sie diese auf die Stellwand.

## Altersdiskriminierung von Frauen erkennen und bekämpfen

### Plenum/Einzelarbeit (5 Minuten)

Bitte überlegen Sie 10 Eigenschaften, die Sie mit „alte Frau“ verbinden und schreiben Sie diese auf 10 Kärtchen:

### Gruppenarbeit (20 Minuten)

Bitte stellen Sie Ihre Kärtchen in der Gruppe vor und bewerten Sie:

Welche Eigenschaften schreiben wir einer alten Frau zu?	
Positiv	Negativ

Kommen Sie bitte nach 30 Minuten ins Plenum zurück.

### Plenum (15 Minuten)

Austausch, Bewertung

### Plenum (10 Minuten)

Bilden Sie eine Alterskette. An einem Ende steht die jüngste, am anderen die älteste Person. Bitte sprechen Sie nicht dabei.

Überprüfen, ob die Wahrnehmungen stimmen. / Die Frauen an den Extremen fragen, wie sie sich als Jüngste oder Älteste fühlen.

### Gruppenarbeit (30 Minuten)

Gruppen nach Alter (die Jüngsten, die Mittleren die Älteren) bilden / als Buzzgruppen<sup>1</sup> diskutieren:

- Haben wir uns schon einmal aufgrund unseres Alters diskriminiert gefühlt?
- Wie war das?
- Wie haben wir reagiert?

Machen Sie daraus ein kleines Rollenspiel.

### Plenum (ca. 20 Minuten)

Auswertung der Rollenspiele

- Worin bestand die Diskriminierung?
- Kennen wir die auch?
- Worin besteht die Reaktion? Die eigene? Die der anderen?
- Was könnte man sonst noch machen?
- Welche Handlungsalternativen gibt es?
- Wie kann ich als Betroffene oder als Zuschauerin eingreifen / mich verhalten?

---

<sup>1</sup> Eine Buzz-Group ist eine kleine Diskussionsrunde, die für eine bestimmte Aufgabe zusammengestellt wird und innerhalb eines festgelegten Zeitraums Ideen hervorbringen, Probleme lösen oder eine gemeinsame Ansicht zu einem Thema finden soll. Buzz-Gruppen wurden zum ersten Mal von J. D. Phillips eingesetzt, und die Technik wird manchmal auch als »Phillips 66« bezeichnet. Größere Gruppen können nach einer einleitenden [Präsentation](#) in Buzz-Gruppen aufgeteilt werden, damit verschiedene Themenaspekte behandelt werden können oder die Mitarbeit gefördert wird. Jede Gruppe ernennt eine/n SprecherIn, die/der in der größeren Gruppe die Ergebnisse der Gruppe präsentiert. Buzz-Gruppen sind Teil des [Brainstormings](http://www.onpulson.de/lexikon/632/buzz-group/) (<http://www.onpulson.de/lexikon/632/buzz-group/>)

## Ich bin alt, ich bin schön

**Musik:** Giora Feidman – Bei mir bist du scheyn

Ich bin alt. ich bin schön – ist das nicht ein Widerspruch in sich? Entweder ist frau alt *oder* schön!  
Gesellschaftlich gesehen ist frau jedenfalls nur schön, wenn man ihr ihr Alter nicht ansieht.

Doch gibt es nicht anziehende Gesichter, die deshalb anziehend sind, weil sie vom Leben gezeichnet sind, durch viele feine Linien, durch Lachfältchen? Wenn die Lebendigkeit aus den Augen blitzt, ein Lächeln ein Gesicht verzaubert und Wärme die ganze Umgebung erfasst? Ich bleibe dabei: Ich bin alt, ich bin schön!

Woher erhalten wir als Menschen, junge wie alte, unsere Würde und unsere einmalige Schönheit?

**Lied:** Wir strecken uns nach dir, in dir wohnt die Lebendigkeit

**Psalm 139,5-16** (hier: Übersetzung der Bibel in gerechter Sprache) im Wechsel sprechen:

5 Von hinten und vorn hast du mich umschlossen  
und deine Hand auf mich gelegt.

6 Wunderbar ist die Erkenntnis für mich,  
unbegreiflich, ich kann sie nicht fassen.

7 Wohin kann ich gehen vor deinem Geist,  
wohin fliehen vor deinem Angesicht?

8 Stiege ich hinauf zum Himmel – du bist dort;  
schlüge ich im Totenreich mein Bett auf – sieh: Du bist da!

9 Nähme ich die Flügel des Morgenrotes  
und ließe mich nieder am äußersten Rand des Meeres,

10 auch dort würde deine Hand mich leiten  
und deine Rechte mich festhalten.

11 Sagte ich: Nur Finsternis möge mich verbergen,  
und Nacht sei das Licht um mich her –

12 auch Finsternis würde vor dir nicht finster sein,  
und die Nacht würde leuchten wie der Tag,  
die Finsternis wäre wie das Licht.

13 Ja, du hast meine Nieren gebildet,  
hast mich gewebt im Leib meiner Mutter.

14Ich danke dir, dass ich auf erstaunliche Weise wunderbar geschaffen bin.  
Wunder sind deine Taten, meine Lebenskraft weiß darum.

15Meine Knochen waren nicht vor dir verborgen,  
als ich im Verborgenen gemacht wurde,  
als ich gebildet wurde in den Tiefen der Erde.

16Noch unfertig erblickten mich deine Augen.  
In dein Buch waren sie alle geschrieben,  
die Tage, die schon vorgebildet waren,  
als noch nicht einer von ihnen war.

### **Gebet:**

Wir sind hier und feiern diese Andacht,  
mit all unseren Bildern im Kopf und im Herzen, die wir vom Alter haben,  
und mit all unseren Erfahrungen, die wir schon gemacht haben,  
mit unseren Ängsten und Vorurteilen,  
Verlusten und Einschränkungen.

Wir sind hier  
mit unseren eigenen Idealen von körperlicher Schönheit,  
mit unseren Vorstellungen von einem schönen Leben,  
mit unseren Hoffnungen und unseren Träumen.

Berühre uns, Gott,  
öffne vor uns unser Leben mit all seinen Lebensphasen  
wie eine Landschaft, die es zu entdecken gilt,  
ein Leben lang.

Lass uns miteinander Wege finden und gehen,  
Spuren von Freiheit, Sehnsucht und Lebendigkeit.  
Sei du, Gott, dabei mit uns und unter uns.

Amen.

**Ich danke dir, dass ich wunderbar gemacht bin!** So haben wir es in Psalm 139 gebetet. Und im Hohen Lied der Liebe heißt es: Du bist schön, meine Freundin, schön bist du...

Schönheit geschieht unter den Augen des Betrachters, der Betrachterin – im biblischen Kontext im Blick derer, die lieben. Die Schönheit hat etwas damit zu tun, dass die Nähe Gottes in einem Menschen aufscheint und dass Gottes liebevoller Blick sie und ihn umfasst.





Ich lade Sie ein, einen Augenblick in der Stille nachzusinnen:

Wofür können Sie persönlich danken im Sinne: Ich danke dir, dass ich wunderbar gemacht bin...?

Könnten Sie sich vorstellen, diesen Satz „Ich bin alt, ich bin schön“ einmal über sich selbst zu sagen?

- *Stille* -

### **Du bist schön, schön bist du!**

In einem Liedtext heißt es:

In deinen Augen kann ich schöner werden, als ich bin

In deinen Händen kann ich stärker werden als ich bin

In deinen Armen kann ich freier werden als ich bin

In deinem Wesen kann ich stiller werden als ich bin

In deinen Worten kann ich reifer werden als ich bin -

ein Segen

**Lied:** Ich sing dir mein Lied

### **Segen im Kreis**

In Schönheit wandre ich – *drei Schritte nach links, ohne Handfassung*

In Schönheit vor mir wandre ich – *drei Schritte Hände vor sich*

In Schönheit hinter mir – *Hände nach hinten*

In Schönheit unter mir – *Hände flach zur Erde gerichtet*

In Schönheit über mir... so wandre ich – *Hände zum Himmel*

In Schönheit rund um mich her – *Bewegung: sich um sich selbst drehen*

In Schönheit ist es vollendet – *Nachbarinnen an der Hand fassen, Kreis schließen*

*Alle:* Amen. So sei es.

Marianne Trinkle

Idee und Gebete aus: Arbeitshilfen zum Jahresthema „Bei mir bist du schön / Frauen Körper Glaube“, hg. vom Verband Evangelische Frauen in Hessen und Nassau e.V.:

- Arbeitshilfe 1 für Gruppen, Frauentage und andere Veranstaltungen, Darmstadt 2006
- Arbeitshilfe 2: Andachten und Texte, Frauenfrühstück, Gottesdienste Darmstadt 2006;

Preis pro Arbeitshilfe: 10 € plus Porto

Bestellung:      Telefon    (06151) 66 90-152  
                         Email:      [Marlies.Klinge@EvangelischeFrauen.de](mailto:Marlies.Klinge@EvangelischeFrauen.de)  
                         Internet:   [www.EvangelischeFrauen.de](http://www.EvangelischeFrauen.de) (Shop)



**Abenteuer Alter(n)**  
Werkstatt – Training – Weiterbildung  
Tagungsdokumentation  
**Andacht – Ich bin alt, ich bin schön**

Seite 17

Vgl. auch die Andacht „Ich bin alt, ich bin schön“ von Karin Böhmer (Ev. Frauen in Hessen und Nassau), in: Arbeitshilfe zum Weitergeben 2-2006, hg. v. Ev. Frauen in Deutschland e.V. ([www.evangelischefrauen-deutschland.de](http://www.evangelischefrauen-deutschland.de) / [www.ahzw-online.de](http://www.ahzw-online.de))



## Generationen übergreifende Frauenarbeit

Der **demographische Wandel** beschäftigt uns seit Jahren – als schreckliche Vision im „Methusalemkomplott“ – und überall wird intensiv nach Ansätzen gesucht, um die Situation positiv zu nutzen. Generationen übergreifende Angebote werden von kommunalen Trägern seit Jahren angeboten. Ob es Erzählcafés sind, bei denen Frauen und Männer aus der Kriegsgeneration Schülerinnen und Schülern ihre Erlebnisse schildern und mit ihnen ins Gespräch kommen, ob Begegnungsstätten initiiert werden, bei denen sich alle Generationen Milieu übergreifend treffen, ob es Mehrgenerationenhäuser gibt, die integrative Projekte für Migranten aller Generationen anbieten oder Begegnungen von Jung und Alt in Kindergarten und Kindertagesstätte.

Auch Kirche entdeckt dieses Feld. Die **EKD-Synode 2004** hat sich mit intergenerativer kirchlicher Arbeit beschäftigt. Dabei ermutigte sie, die „Potenziale der Generationen“ zu nutzen und damit Lebensqualität für alle zu schaffen. Wörtlich heißt es dort:

- *Partizipation:* „Die Solidarität der Generationen muss gelebt und unterstützt werden. Menschen aller Generationen sollen an Bildung und sozialer Sicherheit teilhaben und zu gesellschaftlichem Engagement befähigt werden.“ // „Wir brauchen veränderte Beteiligungsstrukturen in Kirche und Gesellschaft, damit die Potentiale aller Generationen eingebracht werden können. Wir brauchen Angebote, die die Generationen vernetzen und gegenseitige Hilfe und Zusammenarbeit ermöglichen...“
- *Ein Leben lang lernen:* „Lebenslagen ändern sich und stellen Menschen aller Generationen vor immer neue Herausforderungen. Bildung ist deshalb lebensbegleitend nötig... Dabei müssen Menschen verschiedenen Alters bereit sein, in viel höherem Maße als bisher voneinander zu lernen...“ // „Auf der Basis ihres christlichen Menschenbildes engagiert sich die evangelische Kirche für die Bildung des Menschen von der frühen Kindheit bis ins hohe Alter...“
- *Gemeinde als Lebensraum der Generationen gestalten:* „Die Kirche ist von jeher eine generationenübergreifende Institution... Dieser Reichtum an Ressourcen, Erfahrungen und Professionalität soll phantasievoll genutzt werden.“ // „Gemeindearbeit muss im Sinne eines Netzwerkes weiterentwickelt werden“
- *Die Schöpfung für kommende Generationen bewahren:* „Die Erde ist uns anvertraut. Sie soll nach dem Schöpferwillen Gottes allen Generationen zugute kommen.“ // „Die Schonung der Ressourcen, nachhaltiges Wirtschaften und nachhaltige soziale Gerechtigkeit müssen das Denken und Handeln in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft leiten.“

In der **Württembergischen Landeskirche** gibt es inzwischen den sechsten Qualifizierungskurs zur Alten-/Generationenreferentin. Diese Qualifizierungsmaßnahme ist einerseits dadurch entstanden, dass für Diakone und JugendreferentInnen neue berufliche Perspektiven eröffnet werden sollten – aber auch als Reaktion auf den demographischen Wandel. Kirchliche Mitarbeiterinnen und



**Abenteuer Alter(n)**

Werkstatt – Training – Weiterbildung  
Tagungsdokumentation

**Kurzreferat – Generationen übergreifende Frauenarbeit**

Seite 19

Mitarbeiter sollten sensibilisiert werden und spezifische Kompetenzen zum Umgang mit einer älter werdenden Gesellschaft und Kirche und für intergenerative Projekte erwerben und diese in Kirche und Diakonie einbringen.

Durch den Qualifizierungskurs in Denkendorf wurde mir bewusst, dass wir in **EFW** (Ev. Frauen in Württemberg) überwiegend getrennte Angebote für verschiedene Frauengenerationen anbieten, z.B. spezielle Fortbildungen für Mutter-Kind-Leiterinnen (Frauen zwischen 25 und 40 Jahren) und Angeboten für Gruppenleiterinnen für ältere Frauen (ca. 55-70). Ich fand es nun spannend, ein gemeinsames Angebot zu initiieren und konnte ein Bezirksteam für dieses Vorhaben gewinnen. Mein kleines Projekt war der Versuch, Mutter Kind-Frauen und ältere Frauen in den Gemeinden miteinander in Kontakt zu bringen.

### **Warum generationenübergreifend?**

Wohnen und Leben dreier Generationen unter einem Dach ist selten geworden. Oft leben Großeltern und Enkel räumlich weit entfernt voneinander.

Es gibt erstmals eine Generation von älteren Migrantinnen und Migranten, die nicht in ihre Herkunftsländer zurückkehren, sondern ihren Lebensabend hier verbringen.

In unserer westlichen Kultur gibt es eine Generation von „jungen Alten“, die Zeit, Kraft, Potentiale haben, die gestalten wollen, die ihre Kompetenzen einbringen wollen – in die Kommune ebenso wie in die Kirche. Diese Frauen und Männer werden allerdings nicht zum „Seniorenachmittag“ kommen, dazu fühlen sie sich zu jung, und sie wollen auch nicht nur konsumieren, sondern sich einbringen, etwas dazulernen, sich engagieren in Feldern, für die sie während ihrer Berufstätigkeit keine Zeit hatten.

Die Frage ist nun, wie es uns gelingt, diese Kompetenzen, diese Potentiale abzurufen und einzusetzen. Entscheidend dafür wird sein, ob wir die Erfahrung ermöglichen, dass Menschen verschiedener Generationen ein Plus füreinander sind. Das schließt ein, dass wir wegkommen von einem nur auf Defizite fixierten Altersbild und nach Möglichkeiten suchen, wo die Potentiale der Generationen füreinander fruchtbar gemacht werden können.

Weiterführende Fragen, die mich im Blick auf Frauenarbeit beschäftigen, sind: Wie können verschiedene Frauen-Generationen Spiritualität miteinander feiern? Und wie kann Affidamento/ Mentoring konkret umgesetzt werden?

### **Projekte und Erfahrungen damit**

Mich persönlich hat sehr beeindruckt ein offener Bürgertreff, initiiert und finanziert von der Stadt Nürtingen. Verschiedenste Gruppierungen treffen sich dort, von Stadtteilinitiativen bis zu Selbsthilfegruppen über Gruppen deutscher und türkischer Frauen, die sich zum orientalischen Tanz treffen, bis hin zu einem Café, bei dem Menschen mit Behinderungen bedienen.



Getragen wird das Ganze von einem hohen Maß an Wertschätzung, die von dem dortigen Leiter ausgeht, aber auch von gegenseitiger Wertschätzung der Beteiligten: vom ehemaligen Bankdirektor und Baudezernenten bis zu einfachen Arbeitern, die die Turmführung organisieren...

Projektbeispiele aus dem Qualifizierungskurs der Landeskirche sind etwa

- ein Sprachcafé für Migrantinnen
- Senioren im Kindergarten: Spiele damals und heute
- Frauengenerationen begegnen sich: Mutter-Kind-Frauen und ältere Frauen (50+ und 60/70-Jährige); gemeinsames Thema ist "feste Feste feiern": Feste im Kirchenjahr – Bedarf der Jüngeren, Kompetenzen der Älteren

Ob es gelingt, hängt entscheidend davon ab, ob Kinderbetreuung angeboten wird, geeignete Zeitfenster gefunden werden und das Thema für beide interessant ist, sie beide betrifft, verbindet.

Marianne Trinkle

## Reisesegen

Die Theologin Ina Praetorius hat die Lebensmitte so beschrieben:

*Es gibt verschiedene Arten von Müdigkeit.*

*Eine erkenne ich daran, dass ich mich immer öfter sagen höre: Jaja.*

*Jaja, das bedeutet:*

*Lasst mich doch in Ruhe*

*mit eurer Wut, mit eurer Begeisterung und großen Entdeckungen.*

*Das habe ich doch alles schon tausendmal gehört.*

*Es ist schwer geworden, mich zu überraschen.*

*Wenn sich Jaja der Weisheit zuneigt,*

*einer erneuerten Weltlust,*

*dann beginnen die Freuden des Alterns.*

*aus: Simone Burster/Petra Heilig/Susanne Herzog (Hg.), Mächtig lebendig.*

*Frauenkalender 2009 ©Schwabenverlag AG, Ostfildern, 2008.*

Wenn sich Jaja der Weisheit zuneigt, dann beginnt, könnten wir mit dem Motto unserer beiden Tage hier in Bad Boll auch sagen, das ABENTEUER ALTERN.

Ich wünsche Euch und Ihnen zum Abschluss dieses Treffens:

Möge sich Euer/möge sich Ihr bisweilen müdes, desillusioniertes, freudloses Jaja

austreiben, verdrängen lassen und Platz machen

für *ruah*, die ewig schöne, immer schon alte, immer junge Weisheit Gottes

In ihrem Namen

Seid gesegnet, meine Schwestern,

ihr habt Straßen zu durchstreifen, bis ihr zuhause seid.

So geht, meine Schwestern, lasst den Mut euer Lied sein.

Ihr habt Worte zu sagen auf eure eigene Weise

und Sterne, um eure Nacht zu erhellen.

Und wenn ihr jemals müde werdet

und das Lied eures Herzens keinen Refrain hat,

erinnert euch daran, dass es Menschen gibt,

die euch gut tun, die euch aufrichten.

Seid gesegnet, schöne Schwestern,  
in eurer sich immer wieder erneuernden Weltlust,  
seid gesegnet in euren Freuden des Alterns.  
*nach einem bekannten Frauen-Segen; Autorin und Quelle unbekannt*

#### LIED

Das wünsch ich sehr, dass immer eine bei mir wär',  
die lacht und spricht: Fürchte dich nicht!

*Kanon / Text: Kurt Rose; Musik: Detlev Jöcker; mit Noten z.B. in Kirchentags-Liederbüchern*

Margot Papenheim

## Motti / Bilder / Sprüche zu den Lebensphasen

vgl. Arbeitsblatt 1 / Zusammenfassung der Ergebnisse aus 4 Arbeitsgruppen

unter 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ behütete Kindheit – Flucht – Freiheit durch Leben auf dem Land</li> <li>▪ auf Kindergeburtstage gefreut – Geschwisterhierarchie – Freiheit draußen zu spielen</li> <li>▪ Wir überleben nur, wenn wir schnell und pfiffig sind – „Ich bin klein, mein Herz mach rein...“ ↔ Ich bin klein, mein Herz <i>ist</i> rein – Warte nur, bis du in die Schulde kommst (Drohung) – Vögel, die früh singen, holt abends die Katz’!</li> <li>▪ Einfinden in Geschwisterrunde – NOCH NICHT... - Sonntagskleid und weiße Strümpfe – alte Eltern</li> </ul>
zwischen 7 und 14	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lernen – Veränderungen / Pubertät / Verunsicherungen – Einengung der Kleidung, Kriegszeit – Unterstützung durch kirchliche Stellen</li> <li>○ Das ist noch nichts / nichts mehr für dich! = zu klein bzw. zu groß = nicht richtig – lieber älter sein – Traumwelt aufgebaut, Flucht in Bücher – weg von Realität – Kindheit vorbei – Zugehörigkeit? durch andere bestimmt – Exotikum – Einsamkeit – Öffnung zu Kontakten und Freundschaften – höflich, unterwürfig sein – lernen</li> <li>○ „Braves Mädchen!“ – Geschlechter- und Konfessionstrennung – Beginn Pubertät: Was ist normal?</li> <li>○ außerhäusliche Aktivitäten – Identitätssuche - Bücher</li> </ul>



<p>zwischen 14 und 21</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Umbrüche / Weichen gestellt – über den Tellerrand geschaut – Verantwortung</li> <li>○ Konfirmation – Berufsausbildung – diskriminiert – aus dem Schutz herausgefallen – neue Kommunikationsmöglichkeiten – Ich kann alles probieren und machen</li> <li>○ eigene Wege suchen</li> <li>○ Schule – Schönheit, Jungs, Literatur – Opposition zur Elterngeneration = Verbote, Heimlichkeiten, Lügen – Berufswahl – Zwiespalt – schöne Zeit – Schule: Rollenmuster für Frauen – Geschwisterhierarchie – ExDDR</li> </ul>
<p>zwischen 21 und 28</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Partnerwahl oder Familiengründung – Leben ausprobieren – „noch nicht reif“ ↔ Freiheit – Pille</li> <li>○ Freiheitsgefühl – selbständig – junge Mitarbeiterin, diskriminiert von „lüsternen Kerlen“ – Diskriminierung durch Gesellschaft / Wertschätzung durch Mann und Kinder – learning by doing – in die Gesellschaft hineinpassen <i>müssen</i> – Statusfrage bzw. –zuweisung – durch schwere Krankheit URALT</li> <li>○ erwachsen werden / sein in verschiedenen Formen</li> <li>○ Studium, Auszug, Umzug – Aufbau der Familie – Entlastung + Desillusionierung – Reisen, Selbständigkeit – beruflich festgelegt – Freiheit</li> <li>○</li> </ul>
<p>zwischen 28 und 35</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Beruf – Spätgebärende – Jugend verloren – Die Welt steht mir offen – Ernst des Lebens</li> <li>▪ Was haben Sie denn gemacht? Waren Sie „nur“ Hausfrau? – ENDLICH RICHTIG</li> <li>▪ Umbruch und Aufbruch – Konsolidierung (Familie oder Beruf)</li> <li>▪ WG mit Berufstätigen auf dem Land / erste Arbeitsstelle / erste Wohnung – verantwortlich für Eltern gefühlt – Wachsen von Kindern – Bedeutung des Berufs?</li> </ul>

<p>zwischen 35 und 42</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ allein in der Wohnung – Demenz und Tod des Vaters ↔ Verantwortung für die Mutter – arbeitslos – „nicht altersgemäßer Werdegang“ – Wende in Berlin! – neue Freiheiten und Unsicherheiten + Erwerbstätigkeit (Teilzeit)</li> <li>○ Halbzeit – Hamsterrad – Grenzen (körperlich und Strukturen) – Verzicht – Fremdbestimmung</li> </ul>
<p>zwischen 42 und 49</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ neue Freiräume – größere innere Unabhängigkeit – plötzlich nicht mehr jung – erste Rückschau – Umorientierung / Ablösung – alte Eltern</li> <li>○ jung gefühlt unter Kolleginnen – Der Kopf ist rund, damit das Denken die Richtung ändern kann</li> </ul>
<p>zwischen 49 und 56</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ unerwartete Hilfe – Freude am Leben – Wechseljahre</li> <li>○ Mann und Kinder aus dem Haus = fühlt sich an wie 71 = heftige Zeit – Trennung vom Mann – zweiter Elternteil stirbt = Vorgeneration</li> </ul>
<p>zwischen 56 und 63</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ erste Überlegungen zum eigenen Älterwerden und zur Rente – besseres Lebensgefühl</li> <li>○ schwer getan mit Alterszeit: ja/nein – Neuanfang beruflich – Verantwortung für ein Elternteil – 60+ = körperliche Veränderungen und Schmerzen – Enkel freuden</li> </ul>

zwischen 63 und 70	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Großelternrolle</li> <li>○ Es ist nie zu spät, mit Gymnastik anzufangen!</li> </ul>
zwischen 70 und 77	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ nicht uralt werden – selbstbestimmt sterben – Tod</li> </ul>

## Wünsche an die andere Generation

vgl. Arbeitsblatt 2

	Wünsche an die Jüngeren	Wünsche an die Älteren
in der Familie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ weniger „Rat“-Schläge = Verbalohrfeigen und Besserwisserei</li> <li>▪ öfter mal die Klappe halten und: hin- und zuhören!!!</li> <li>▪ dass Begegnung zwischen jung und alt erwünscht und ermöglicht wird</li> <li>▪ auch mal zuhören</li> <li>▪ mehr Geduld</li> <li>▪ mitgestalten und sich einbringen</li> <li>▪ Fragt uns Ältere rechtzeitig</li> <li>▪ Nehmt meine Ängste ernst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ weniger Klagen (als verdeckte An-Klagen), mehr Selbstverantwortung, Selbstliebe</li> <li>▪ sich ab und zu zurücknehmen</li> <li>▪ (Familien-)Geschichten erzählen und aufschreiben</li> <li>▪ Sexualität und Erotik nicht ausklammern</li> <li>▪ Nicht einen auf 17-Jahr-blondes-Haar machen, wenn ich offensichtlich 70 bin und so aussehe</li> <li>▪ neugierig bleiben</li> <li>▪ Erfahrungen weiter geben ohne vorzuschreiben</li> </ul>

am Arbeitsplatz	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Erfahrungen des Alters wertschätzen</li> <li>▪ andere Strukturen</li> <li>▪ Sagt mir, wenn Ihr mich nicht versteht</li> <li>▪ Solidarität mit Älteren</li> <li>▪ verständliche Gebrauchsanweisungen</li> <li>▪ Lebensleistung anerkennen</li> <li>▪ technisches Know How nicht ausspielen</li> <li>▪ alte Menschen jenseits der körperlichen Befindlichkeit wahrnehmen</li> <li>▪ Kompetenzen der Älteren abfragen</li> <li>▪ Ältere an „jüngeren“ Expertenwissen teilhaben lassen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Erfahrungswissen zur Verfügung stellen ohne belehrend zu sein</li> <li>▪ sich einmischen</li> </ul>
in der Frauengruppe	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Wie viel Altsein, krank oder gehandicapt sein, nicht fit sein, hält diese Gesellschaft aus?</li> <li>▪ wo, in welchem Rahmen und bei welchen Themen geschieht generationsgreifendes Lernen und Miteinander?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ in Würde und mit Gelassenheit/Heiterkeit alt werden und sein</li> <li>▪ spüren, wenn was Neues dran ist</li> <li>▪ Wo und wann darf Frau alt, krank, ver-rückt, eigensinnig sein – ohne aussortiert und unsichtbar zu werden?</li> <li>▪ intergenerative Freundschaften schließen</li> </ul>

in der Gesellschaft	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Welche politische und gesellschaftliche Lobby haben Hochbetagt, Demenzkranke, Todkranke, Behinderte und Hilfsbedürftige?</li> <li>▪ Alte nicht diskriminieren (Mode)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ höhere Wertschätzung des Alters</li> <li>▪ Einbindung älterer Menschen für kleinere Aufgaben</li> <li>▪ im Gespräch bleiben</li> <li>▪ Mut machendes Beispiel: You Tube: Alte Rezepte</li> <li>▪ junge Menschen jenseits von Leistung wahrnehmen</li> </ul>
<b>an die Generation davor und danach</b>		

- Toleranz
- auch mal zuhören
- Alter realisieren und annehmen
- heitere Gelassenheit
- nicht resignieren
- am Puls der Zeit bleiben
- Bewährtes bewahren und weitergeben
- Verantwortlichkeit für ein gutes Leben für alle mit Rücksichtnahme und Wertschätzung
- mehr Rücksicht, Nachsicht, Vorsicht untereinander
- voneinander lernen können / wollen / mögen – nicht einander belehren
- Was du nicht willst, was man Dir tut, das füg´ auch keinem andern zu!
- kein Auf- und Abrechnen: Wer hat Recht? Schuld? Das Sagen?
- keine Grundsatzdiskussionen mehr, sondern Miteinander
- Toleranz

## Ideenpool

- Spielenachmittag
- Alleinerziehende und SeniorInnen (praktische Hilfe)
- SchulpatInnenschaften
- Lese-Paten und –Patinnen
- gemeinschaftliches Kochen
- Theater spielen
- Verantwortung für die Umwelt
- „Leih-Oma“-Projekte
- miteinander kochen
- Theaterprojekt mit Jung und Alt
- SchülerInnen erklären Handy-Gebrauch
- PC-Kurs: Gymnasium und Ältere
- alte Spiele (z.B. Himmel und Hölle, Murnelspiele) von Älteren – neue Spiele von Kindergartenkindern
- Jahreskreisfeste
- Ausbildungs- und BerufsanfängerInnen – Patenschaften
- Kräutergarten anlegen und nutzen (Heilwirkung an Jugendliche weitergeben)
- Heilmittel herstellen
- Handarbeiten, Socken stricken
- Mehrgenerationen- (oder MigrantInnen-) Garten
- Vorleserinnen und Lese-PatInnen-Projekt
- „Großer-Bruder-große-Schwester“-Projekt für Kinder aus sozialen Brennpunkten / sozial schwachen Familien
- Omas Rezepte kochen
- Frauen im Straßenverkehr (weibliche Mobilität – Video)
- Computer-PatInnen (Café-Anschluss) / Frauen-Software-Haus
- Erntedankfest als Rahmen: Einkochen wie zu Großmutterns Zeiten mit jungen Rezepten
- Liturgische Nachtwanderung
- Tandem / Mentoring
- Nachbarschaftsnetzwerke
- niedrigschwellige Projektangebote – z.B. gemeinsam etwas produzieren und zu Geld machen
- Erzähl mir deine Geschichte (Erzählcafé)
- Computerspiele-Nachmittag für Jung und Alt
- gemeinsames Drehbuch schreiben und umsetzen, z.B. als Videoclip, Fotowettbewerb, You Tube
- intergenerative Festgestaltung, z.B. Krippenspiele



## Projektskizzen

### Kräutergarten

Motivation: übers Kochen / Blütenessen (Mutprobe) / selbst gemachte Bionade / alkoholfreie Cocktails (vgl. WGT-Kochbuch: [www.weltgebetstag.de](http://www.weltgebetstag.de) und Frankfurter Kochbuch der Kulturen: [www.kochbuch-der-kulturen.de](http://www.kochbuch-der-kulturen.de))

Austausch: Heilpflanzenwissen (bei Apothekerinnen, Landfrauen, Wochenmarkt, Seniorinnen)

Anpflanzen, Pflücken, Verarbeiten: Kamille, Schafgarbe, Calendula, Holunder, Brennessel / Lavendelsäckchen für die Wäsche

Ernte im Herbst: Kürbissuppe / Kürbissamen wieder aussähen

Lebkuchen backen im Advent: Anis, Zimt, Vanille, Muskat – oder auch die „Nervenkekse“ der Heiligen Hildegard...

### Rezept aus dem Internet:

1,5 kg Dinkelfeinmehl

350 g Butter

4 Eier

300 g Rohrzucker oder Honig

1 Prise Salz

45 g Muskatnusspulver

45 g Zimt

10 g Nelkenpulver

200 g gemahlene Mandeln

einige TL Wasser

Alle Zutaten rasch zu einem Mürbeteig verarbeiten, Plätzchen ausstechen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 5-10 Minuten backen.

In einer kühl aufbewahrten Blechdose sind diese Plätzchen einige Wochen haltbar.

**Wichtig: Diese Kekse sind ein Heilmittel und kein Naschwerk!** Kinder sollten nicht mehr als drei Kekse pro Tag essen, Erwachsene maximal sechs.



## Theaterspielen – Jung und Alt

- zum Mitmachen ansprechen: interessierte Schulklassen, Jugendgruppen, Seniorinnenkreise
- über Handzettel / Plakate / Presse: 1. Zusammenkunft am..., um..., im...
- klären: SponsorInnen, Zuschüsse, Raumfrage, Regisseur-in
- alternativ: Lingerie-Boutique...

## Erntedank-Fest als Rahmen

„Einkochen wie zu Großmutters Zeiten mit jungen Rezepten“

Ziel: Generationen übergreifend, kommunikativ

- 1 Jahr vorher beim Erntedankfest ankündigen
- Vorbereitungsteam mit Frauen verschiedener Altersgruppen bilden
- 1 Ansprechpartnerin benennen
- beim ersten Treffen: Lieblingsrezepte, -marmelade... mitbringen
- Küche klären: Gemeindehaus, Schule, privat
- To-do-Liste machen
- Öffentlichkeitsarbeit

## Was nehme ich mit?

*Flipchart-Papier mit Umrissen eines Koffers oder einer Tragetasche bemalen*

- wunderbare Gedanken
- Mut, altersunabhängig „ICH“ zu sein
- wunderbare Bekanntschaften
- neue Bekanntschaften
- neue Motivation fürs Alte und für Neues
- Ja!!
- Erkenntnisse übers Alter
- Mit 66 Jahren fängt das „Leben“ an...
- neue www-Adressen!
- erneut: wie unterschiedlich Frauen sind!
- Vielseitigkeit
- Sensibilisierung auf Altersdiskriminierung
- nicht mehr so viel Angst vor dem Älterwerden
- meine Zufriedenheit
- Humor
- neue Ideen für neue Arbeitsstelle
- Methodenvielfalt
- Ermutigung!
- „Fahrschein“ für Abenteuerreise und Gewissheit, unterwegs nicht allein zu sein
- Nie aufhören Neues zu wagen!!
- stolz sein auf reiche Lebenserfahrung
- Kennenlernen neuer Vernetzungsmöglichkeiten
- Ich bin schön!
- Internetquellen
- Bad Boll: optimal
- Frauenpower und „good vibrations“!
- Es gibt ein Leben über 60!
- starke Motivation von unterschiedlichsten Frauen und Arbeitsfeldern am Thema
- lebendige Erinnerungen
- guter Austausch
- tolle Ideen und Anregungen
- Es gibt noch viele Möglichkeiten für die Rentenzeit
- großartige Frauenbilder
- gutes Miteinander – kaum Gegeneinander
- positive Begegnungen

## Was lasse ich hier?

*Flipchart-Papier mit Umrissen eines Papierkorbs bemalt*

- das „altersspezifische“ Alter
- meine Vorurteile über Alter
- Was war Training?
- Zeitknappheit
- Gefühl, zu alt für Miteinander zu sein
- „Alter“ nicht mehr negativ sehen
- Verzagtheit und Tendenz zur Resignation
- Abwertung des Alters
- Stress bei der letzten Gruppenarbeit (teilweise unkonzentriertes Gespräch)
- das wunderbare Essen
- Selbstabwertung
- einen Teil meiner Ängste vor dem Älterwerden
- Wut, Frust, Ärger, Kränkung wegen Mobbing durch ältere Chef-Frau
- meine Müdigkeit
- Resignation
- Erfahrungen, Gefühle tiefster Isolation / Einsamkeit durch stetige „ganz normale“ Ab- und Entwertungen von Person wie Berufsarbeit
- Jammern um Fehlen von jüngeren Frauen
- hoffentlich ein paar Vorurteile
- meinen Frust

## Woran arbeite ich weiter?

*Umriss eines angepinnten Flipchart-Papiers aufzeichnen*

- das Wort „alte Frau“ positiv besetzen
- JA!
- positive Unterstützung / Wertschätzung von Frau zu Frau – Jung zu Alt – Mensch zu Mensch!  
Und: Was Du nicht willst, das man dir tu...“
- frauenspezifische Aspekte des Alterns!
- das Alter positiv zu sehen!
- an den vielen unterschiedlichen Aspekten des Themas
- sich nicht mehr abfinden mit dem Vorurteil „Alter“
- Wissen über gerontologische Tatbestände in die Welt setzen
- am Verständnis zwischen den Generationen
- gegen die Resignation der Älteren ankämpfen

- Projekt im Generationendialog
- Impulse für unser FrauenForum
- an meinem Wachstum
- Es gibt keine „nur“ alte Frauen...
- meine Gruppen neu beleben
- Neues erproben und beginnen und mir selbst „treu“ bleiben
- Vormichhinaltern und ausdrücken
- auch Frauengottesdienst generationenübergreifender
- Was kann die ältere Generation der Gesellschaft geben?
- Generationen zusammenbringen
- positive Aspekte des Älterwerdens
- Philosophie über Leben und Tod

### **Was will ich dem Leitungsteam sagen?**

*Umriss eines Mundes auf das Flipchart-Papier zeichnen*

- Danke für prima Impulse! Vorschlag: 1 Tag länger, da zu wenig Zeit für alles
- TEAM
- WAR TOP!
- Danke für gute Vorbereitung
- toll und professionell gemacht; mehr Zeit zum Reflektieren und Reden wäre gut
- Danke für finanzielle Stützen
- Danke, für jede Frau
- Danke, ihr Schönen (auch: anderen Teilnehmerinnen)
- Mehr davon in der ganzen BRD
- Tagung zum Thema alternative Wohnformen, Mehrgenerationenprojekte würde ich mir wünschen (Wichtigkeit bei dieser Tagung erkannt)
- sehr viele inhaltliche Anregungen – konnte manchmal den roten Faden nicht finden
- vielen Dank für die vielen praktischen Anregungen
- ein wunderbares Team – danke! Bitte weitere Veranstaltungen in Bad Boll zum Thema Alter – Altersdiskriminierung, Wohnformen u.a.
- war super – danke
- am ersten Tag: Ein Gruppenthema zu formulieren, hat uns manchmal überfordert
- besonderen Dank an Frau Pauly: Sie hat uns trockene Zahlen gut präsentiert!!!
- Lob dem 1-A-Leitungsteam
- Danke für die Fülle
- Durchziehen wollen bis hin zum Durchhasten
- „Überflug“ contra „Vertiefen“?

- Danke für die wertschätzende Atmosphäre
- tolle Gruppe und Miteinander
- Mir fehlte Thema Partnerschaft und Einsamkeit
- Auf ein Weiteres!
- Bei Reflexion Alter fehlte mir Interaktionspartnerin: ICH
- gute Informationen – wertvoll zum Dranbleiben

