



SEELE & SORGE

IMPULSE · WORKSHOPS · BERATUNG

ÄLTERE IN GESELLSCHAFT UND KIRCHE – WOVON TRÄUMEN WIR?

Vortrag Stuttgart 15/10/2021

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

2

1. Das Beste kommt noch - Werden, wer wir sind
2. Was uns blüht - Der Traum von der Freiheit
3. Was füllt mein Leben aus? Die eigene Berufung entdecken
4. Sorgende Gemeinschaften - Der Traum vom Miteinander
5. Gemeinsam Wege finden - Mein Traum von Gemeinde
6. Power Ager oder Risikogruppe? Oma trotz Corona
7. Nachhaltigkeit - Der Traum vom Generationennetzwerk
8. Das Leben als Reise - Der Traum vom Ankommen

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

3

1. Kapitel

Das Beste
kommt noch -

Werden, wer
wir sind

- **Noch nie in der Geschichte sind Menschen so gesund alt geworden**, noch nie war die Breite der Bevölkerung so gut ausgebildet, so kompetent und selbständig wie heute, noch nie gab es so viele Möglichkeiten, sich zu vernetzen und gut zu organisieren.
- **Mehr als ein Drittel der 55- bis 69-jährigen hat keine oder höchstens eine Erkrankung** und noch die Hälfte der 70- bis 85-jährigen fühlen sich trotz der einen oder anderen Krankheit funktional gesund.

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

4

2. Kapitel

Was uns blüht -

Der Traum von
der Freiheit

- „Wie viel Leben bleibt mir noch? Das ist keine Sinnfrage. Das ist eine Unsinnfrage. **Es geht nicht um das Wieviel. Das Wohin ist entscheidend, die Richtung, die ich meinem Leben noch geben will.**“
(Christine Westermann)
- „**Viel, allzu viel Leben, das auch hätte gelebt werden können, bleibt vielleicht in den Rumpelkammern verstaubter Erinnerungen liegen, manchmal sind es glühende Kohlen unter der Asche.**“ (Carl Gustav Jung)
- „**Alter ist eine einmalige und neue Form der Freiheit, die verstanden und gelebt werden will.**“

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

5

2. Kapitel

Was uns blüht -

Der Traum von
der Freiheit

- Das Alter bietet **die Chance, mich selbst zu überschreiten, mich grundsätzlich offen zu halten für ganz neue Möglichkeiten** - neue Erfahrungen und Bilder von der Welt, von mir selbst und auch von Gott.
(Lars Tornstam: Gero-Transzendenz oder Ego-Transzendenz)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

6

2. Kapitel

Was uns blüht -

Der Traum von
der Freiheit

Geh aus deinem Vaterland und von
deiner Freundschaft und aus deines
Vaters Hause in ein Land, das ich dir
zeigen will. (Gen.12,1)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

7

3. Kapitel

Was füllt mein
Leben aus?

Die eigene
Berufung
entdecken

- **Wer heute in Rente geht, hat wahrscheinlich noch 20 gesunde und aktive Lebensjahre vor sich. Und 75 Prozent der 60-69-jährigen blicken zuversichtlich auf ihr weiteres Leben**
- **„Wer sich aktiv bemüht, Veränderungen in der Welt mitzukriegen, wird den Anschluss nicht verlieren.** Wir wissen aus der Forschung, dass es wichtig ist, im Leben mehrere Dinge zu haben, für die man sich interessiert.“
- **„Warum begreifen wir Frauen das Alter als Gefängnis?** Ich glaube, für dieses Drama müssen wir eine Lösung finden. Wir haben ja nicht mehr nur ein Leben, nein, es sind mittlerweile zwei oder drei. Und es wird die Zukunft unserer Gesellschaft enorm beeinflussen, wie wir selbst mit dem Älterwerden umgehen.“ (Miuccu Prada)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

8

3. Kapitel

Was füllt mein
Leben aus?

Die eigene
Berufung
entdecken

- „Früher war klar: Kinder lernen, Erwachsene arbeiten, und die Alten ruhen sich aus. Das ist passé.“ (Ursula Staudinger)
- Im Übergang aus der Erwerbsarbeit zeigen sich drei Wege: Es gibt die „**Weitermacher**“, die als Seniorberater, Freiberufliche oder Honorarkräfte oder auch ehrenamtlich weiter in ihrem Arbeitsfeld unterwegs sind, **die Anknüpfer, die aus ihren bisherigen Kompetenzen etwas Neues entwickeln**: vom Spieler zum Trainer, oder zum Sportartikelhersteller. Und **die Befreiten, die froh sind, endlich raus zu kommen aus einem Job**. Sie finden ihr Glück in einem Ehrenamt, im Sportverein oder in der Hospizarbeit.
- **Wir sind frei, unseren eigenen Weg zu gehen. Ganz unabhängig von elterlichen Aufträgen, gesellschaftlichen Erwartungen, von Einkommen, Status und Hierarchien. Spaß haben, Menschen helfen, und Gesellschaft verändern!**

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

9

4. Kapitel

Sorgende
Gemeinschaften

Der Traum vom
Miteinander

*DENN QUARTIER IST DA,
WO DAS HERZ WOHNTE*



Qualifiziert fürs Quartier

damit sich lokale Verantwortungsgemeinschaften
entfalten, etablieren und wirken können

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

10

4. Kapitel

Sorgende Gemeinschaften

Der Traum vom Miteinander

- „**Mein Traum vom Älterwerden wäre, dass Menschen jeden Alters zusammen kommen und zusammen wachsen, so selbstverständlich wie dies in vielen Familien geschieht.** Vor Ort wäre mein Wunsch, dass Alter weder Krankheit noch Tabu ist.“ (Erika Haffner)
- „**Die mit einer Gesellschaft des langen Lebens verbundenen Herausforderungen verlangen nach einer Auseinandersetzung mit Fragen des Menschseins, mit dem Verständnis von Würde und mit den Vorstellungen eines guten und sinnerfüllten Lebens unter Bedingungen der Vulnerabilität.**
- „**In der noch andauernden Pandemie wird einmal mehr deutlich, dass zum Menschsein nicht nur der Wunsch nach Unabhängigkeit und Eigenständigkeit gehört, sondern auch Verletzlichkeit und Angewiesenheit**“ (Barbara Thiessen et al. in ihrem Positionspapier „Großputz! Care nach Corona neu gestalten“ auf care-macht-mehr.com).

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

11

4. Kapitel

Sorgende Gemeinschaften

Der Traum vom Miteinander

- In Quartiersprojekten und Familienzentren, in Seniorenwohngemeinschaften, Mehrgenerationenhäusern und Stadtteilzentren entwickelt sich zurzeit **eine neue Gestalt des Sozialen: die Sorgenden Gemeinschaften.**
- Es geht um Nachbarschaftsnetze und Ehrenamtliche, die einander begleiten und Alltagshilfen leisten. **Mit Telefonketten, bei Arztbesuchen und Einkäufen, mit Besuchen oder auch als Pflegebegleiter. Das Herz der neuen, generationenübergreifenden und gemeinwohlorientierten Bewegung schlägt bei den „jungen Alten“.**
- **Wöchentliche Mittagstische, wo abwechselnd gekocht wird, Stadtpaziergänge mit Rollstuhl und Rollator wie der Wägelestreff in Gültlingen, Erzählcafés und Biografiewerkstätten. Die Sütterlinstube, wo Ältere für Übersetzungsdienste zur Verfügung stehen, Schmöckerstuben bei Café und Musik in der Gemeindebücherei und Digital-Lotsen.**

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

12

4. Kapitel

Sorgende Gemeinschaften

Der Traum vom Miteinander

- „Es kann nicht als selbstverständlich vorausgesetzt werden, dass die Selbstorganisation von Bürgern und Bürgerinnen in der organisierten Nachbarschaftshilfe, aber auch in Seniorengenossenschaften und in Bürgervereinen ohne Hilfe ‚von außen‘ auskommt“ (7. Altersbericht der deutschen Bundesregierung).
- **Sorgende Gemeinschaften sind auf professionelle Sorgestrukturen angewiesen. Gerade in der Pflege brauchen wir integrative Konzepte.**
- **Das informelle Miteinander lebt von Wechselseitigkeit und Nähe.** Permanente Verfügbarkeit auch am Wochenende kann es nicht leisten. **Umgekehrt werden professionelle, verlässliche Hilfsorganisationen nie die persönliche Qualität entwickeln,** die wir aus Freundschaft und Nachbarschaft kennen. (Sabine Pleschberger, Graz)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

4. Kapitel

Sorgende
Gemeinschaften

Der Traum vom
Miteinander



Evangelische und Katholische Kirche in Hanau

...dich schickt der Himmel!

Wir vermitteln Rat und Hilfe für Menschen, die wegen
der aktuellen Lage das Haus nicht verlassen können.

Einfach anrufen: (06181) 92 34 010

Mo. bis Do. 9 – 12 Uhr | 13 – 16 Uhr • Fr. und Sa. 9 – 12 Uhr

Diakonie
Diakonisches Werk
Hanau-Main-Kinzig



Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

4. Kapitel

Sorgende Gemeinschaften

Der Traum vom Miteinander

Der Weg aus der Einsamkeit führt über wechselseitige Unterstützung. Maßgeblich ist, dass Menschen sich nicht nur umsorgt fühlen und umsorgt sind, sondern dass sie auch Gelegenheit haben, für andere zu sorgen.

(Noreena Hertz, Wege aus der Einsamkeit)

Ich für mich. Ich mit anderen für mich. Ich mit anderen für andere. Andere mit anderen für mich. Weil wir uns vorgenommen haben, etwas gemeinsam zu tun, was uns allen nützt, was uns allen hilft.“

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

15

5. Kapitel

Gemeinsam
Wege finden –

Mein Traum
von Gemeinde

„Wenn wir nicht allein bleiben und nicht nur privatisieren wollen, dann brauchen wir Räume, wo wir hingehen können. Um andere zu treffen. Um uns auszutauschen. Um gemeinsam etwas zu tun. Um uns als gesellschaftliche Wesen zu erleben.“ (Lisa Frohn)

Wer anderen wirklich offen begegnet, der lernt auch, das eigene Leben mit anderen Augen zu sehen, und Belastungen ins Verhältnis zu den eigenen Chancen zu setzen. **Wer bereit ist, die eigenen Kräfte einzubringen, der findet auch Zugang zu Kraftquellen, von denen er nichts wusste.**

Victor Frankl hat diese Entdeckung im Konzentrationslager gemacht: **Alles hängt davon ab, ob wir einen Sinn in unserem Leben finden; ob unser Leben Bedeutung für andere hat – und sei es nur für einen Menschen, den wir lieben.** Es kommt darauf an, dass wir unseren Beitrag leisten – uns sei er noch so klein - damit Güte und Gerechtigkeit sich ausbreiten.

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

16

5. Kapitel

Gemeinsam
Wege finden –

Mein Traum
von Gemeinde

- **Vor allem die jungen Alten tragen dazu bei, dass die Nachbarschaften lebendig und lebenswert bleiben. Als Ausbildungsmentoren, Lesepaten, Demenzbegleiter und Stadtteilmütter, an den Tafeln und in der Telefonseelsorge setzen sie sich ehrenamtlich für das Gemeinwesen, für die Integration von Flüchtlingen wie für die Familien von Pflegebedürftigen ein.**
- *„Zivilgesellschaftliches Engagement ist kein Zuckerbrot, kein Nachtisch zu den Hauptmahlzeiten des Lebens nach dem Motto: Jetzt habe ich noch ein bisschen Zeit. Nein, die Notwendigkeit wird leibhaftig erlebt... **Der Weg muss vom Einzelnen in die Gemeinschaft gehen. Und umgekehrt tue ich ja alles, was ich noch für die Gemeinschaft tue, im Wesentlichen für mich.** (A. Keil)*

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

17

6. Kapitel

Power Ager
oder
Risikogruppe?

Oma trotz
Corona

*„Ich habe in den ersten Wochen der Coronazeit das **Alleinsein als besondere Last empfunden, viel schwerer und niederdrückender als vorher.** Ich versuche schon fast zwei Jahre damit zu leben und hätte mich über ein Interesse aus der Gemeinde sehr gefreut. Ich habe vermisst, dass jemand mich umarmt oder die Hand gibt!! Die Kinderfamilien leben verstreut in Zürich, Berlin und Recklinghausen. Mit neuen Formen wie Facetime halten wir den sicht- und hörbaren Kontakt - aber das bleibt Ersatz. [...]*

*„Ich muss selbst aktiv sein und bleiben: einladen auf eine Tasse Kaffee auf den Balkon, telefonieren, mailen und auch Briefe schreiben. Ich erfahre so viel Gemeinschaft, wie ich selbst zu geben bereit bin. **Es müsste offene Treffs in öffentlichen Gebäuden geben, wo sich Menschen auf einen Kaffee verabreden könnten.**“ (I. G., Anfang 80, aktiv bei „Omas gegen rechts“).*

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

18

6. Kapitel

Power Ager
oder
Risikogruppe?

Oma trotz
Corona

In Deutschland leben 16,8 Millionen Singles zwischen 18 und 65 Jahren - das sind 30 Prozent der Frauen und Männer im mittleren Alter. (2018)

Alleinleben scheint der beste Weg, **die Werte einer individualistischen Gesellschaft zu leben: Freiheit, Selbstverwirklichung und Selbstkontrolle.**

Alleinerziehende mit kleinen Kindern, aber auch pflegebedürftige Menschen und Menschen mit Behinderung geraten bei der Bewältigung des Alltags unter Druck, wenn sie nicht auf die Hilfe von Angehörigen zurückgreifen können.

Fast 40 Prozent der Älteren über 70 leben allein. 17 Prozent der Deutschen geben an, dass sie sich regelmäßig einsam fühlen.

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

19

6. Kapitel

Power Ager
oder
Risikogruppe?

Oma trotz
Corona

- **Das Altersbild, das im Kontext von Corona vermittelt wird, irritiert. Nach Jahren, in denen das „Aktive Altern“ die Debatte bestimmte, nach vielen entsprechenden Altersberichten der Bundesregierung, nach unzähligen Ideen und Angeboten, Vorbildern, Filmen und Büchern über die dritte Lebensphase steht nun wieder die Hilfe - und Schutzbedürftigkeit der Älteren im Mittelpunkt.**
- **Keine Frage: Die Zahlen belegen, dass Menschen ab 60, mehr noch ab 70 oder 80 durch das Corona-Virus besonders schwer erkranken können – vor allem, wenn Vorerkrankungen vorliegen. Sie gelten daher als Risikogruppen. Dabei fällt sehr auf, dass zwischen dem dritten und dem vierten Lebensalter oft nicht differenziert wird.**
- **So sehen sich viele, die sich gestern noch auf Neuaufbrüche gefreut haben, plötzlich wie eingesperrt zu Hause und angewiesen auf die Hilfe anderer. Damit kann auch gut gemeinte Fürsorge zur Diskriminierung geraten.**

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

20

6. Kapitel

Power Ager
oder
Risikogruppe?

Oma trotz
Corona

- **Was nutzt es, wenn Menschen überleben, aber den sozialen Tod gestorben sind?“**
- **Bei vielen, die über Wochen allein bleiben mussten, verschlechterte sich die gesundheitliche Verfassung erheblich.**
- **Das ist ein Aufruf, neu zu überlegen, wie Teilhabe und Gemeinschaft in den Altenhilfeeinrichtungen gestärkt werden können.**
- **Notwendig ist die selbstverständliche Zusammenarbeit** zwischen Nachbarschaftshilfen, betreutem Wohnen, ambulanter Pflege, Kurzzeitpflege und stationären Angeboten **im Sinne einer integrierten Versorgung** im Quartier.

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

21

7. Kapitel

Nachhaltigkeit -

Der Traum vom
Generationen-
Netzwerk

#UNTEILBAR

SOLIDARITÄT STATT AUSGRENZUNG
FÜR EINE OFFENE UND FREIE GESELLSCHAFT



Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

22

7. Kapitel

Nachhaltigkeit -

Der Traum vom
Generationen-
Netzwerk

38 Prozent der Wahlberechtigten 2021 waren über 60.

„Ist uns wirklich gewahr, dass wir nicht mehr auf Zeit spielen können und dass jeder von uns gehörige Veränderungen und ein fundamentales Umdenken in Kauf nehmen muss, wenn wir in der Klimaveränderung auf den allerletzten Metern noch einen Richtungswechsel vollziehen wollen?“

„Und haben wir den Mut einer frischen, jüngeren Generation zuzuhören, Verantwortung zu übertragen, sie zu stärken und zu unterstützen, Neues zu wagen, uns wieder zum Mitmachen zu motivieren, zu überzeugen und gemeinsam mit ihnen zu lernen?“

(Herbert Grönemeyer)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

23

7. Kapitel

Nachhaltigkeit -

Der Traum vom Generationen- Netzwerk

- **Rente oder Klima? Die neue Gerechtigkeitsfrage.**
- Durch den Geburtenrückgang seit den 1960er Jahren **steht einer immer kleineren Zahl an Erwerbstätigen eine wachsende Zahl an Rentempfänger*innen und auch an potenziell Pflegebedürftigen gegenüber.** Die meisten Zukunftskonzepte laufen deshalb auf niedrigere Renten und ein späteres Renteneintrittsalter hinaus - was von den Älteren als ungerechte Rentenkürzung empfunden wird, während die Jüngeren Sorge haben, ob sie überhaupt jemals eine Rente bekommen.
- **Sind wir - die Nachkriegsgenerationen - bereit, Aspekte eines materiellen Wohlstandes wie Autos, weite Flugreisen oder auch unterschiedlichste Konsumgüter zu überdenken und einzuschränken- für eine Zukunft, die wir selbst kaum noch erleben werden?**

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

24

7. Kapitel

Nachhaltigkeit -

Der Traum vom Generationen- Netzwerk

- **Der „Glücksindex“ misst Lebensqualität nicht zuerst im Nutzen von Waren und Dienstleistungen, also in Geld, sondern ganz wesentlich in Zeitwohlstand.**
- **Die Zeit für Sorgearbeit und Engagement geht mit ihrer Produktivität bisher nicht ins BIP ein.** Dabei hängen Wohlstand und Wohlergehen eben auch von stabilen Familien, einer gesunden Umwelt und sinnvoller Arbeit ab.
- Dorfläden und regionale Vertriebsnetze, Reparaturfirmen für Computer und Umsonstläden sind Schritte **weg von der Produktion immer neuer Güter hin zum Sharing und Mehrfachnutzen.**
- **Es sind nicht zuletzt Seniorinnen und Senioren, die sich in dieser Richtung engagieren.** Die Projekte passen zur Woodstock- und 68er-Generation, die nun zu den Älteren gehört – genauso wie Herbert Grönemeyer.
- Vgl. den World Happiness Index für 2020 hier: <https://happiness-report.s3.amazonaws.com/2020/WHR20.pdf>.

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

25

7. Kapitel

Nachhaltigkeit -

Der Traum vom
Generationen-
Netzwerk

- „**Noch bist du da. / Wirf deine Angst in die Luft. / Bald ist deine Zeit um / bald wächst der Himmel / unter dem Gras / fallen deine Träume ins Nirgends.**
- **Noch duftet die Nelke / singt die Drossel / noch darfst du lieben / Worte verschenken / noch bist du da / sei was du bist / gib, was du hast“**
(Rose Ausländer)

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

26

8. Kapitel

Das Leben
als Reise –

Der Traum
vom
Ankommen

- „Ich bin in meinem Leben oft gefallen, sei es in Beziehungen oder im Beruf, emotional oder körperlich, doch immer gab es einen Trampolineffekt, der bewirkte, dass ich letztlich nach oben gefallen bin.“ (Richard Rohr)
- Wir werden herausgerufen aus dem Gewohnten. Wir finden Mentorinnen, die uns über die Schwelle begleiten. Wir müssen Prüfungen und Kämpfe bestehen und haben Erfolge. **Und dann treten wir den Rückweg an - mit allem, was wir erreicht haben, und müssen noch einmal eine Schwelle überschreiten, uns mit unseren Schatten auseinandersetzen mit unserer tiefsten Sehnsucht.** Und dabei wird spürbar: wir sind eine andere geworden.
- **Während wir im Außen unterwegs waren, sind wir zugleich einen inneren Weg gegangen.**

Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

27

Literatur:

Neuerscheinung 2021:

Coenen-Marx, „Die Neuentdeckung der
Gemeinschaft: Chancen und
Herausforderungen für Kirche, Quartier
und Pflege“, Vandenhoeck & Ruprecht,



Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

28

Literatur:

- Coenen-Marx, Cornelia: Die Seele des Sozialen. Diakonische Energien für den sozialen Zusammenhalt. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2013

- Coenen-Marx, Cornelia: Aufbrüche in Umbrüchen. Christsein und Kirche in der Transformation. Göttingen, Edition Ruprecht 2016



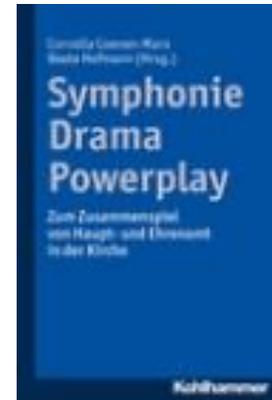
Ältere in Gesellschaft und Kirche – wovon träumen wir?

29

Literatur:

- Coenen-Marx, Cornelia / Hofmann, Beate : Symphonie – Drama – Powerplay. Zum Zusammenspiel von Haupt- und Ehrenamt in der Kirche. Stuttgart, Kohlhammer 2017

- Coenen-Marx, Cornelia: Noch einmal ist alles offen - Das Geschenk des Älterwerdens. München 2016



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

30

Kontakt

Cornelia Coenen-Marx OKR a. D.

Pastorin und Autorin

Garbsen-Osterwald

Web www.seele-und-sorge.de

Mail coenen-marx@seele-und-sorge.de

Mobil 0160 944 344 56

Seele & Sorge

Impulse

Workshops

Beratung