

**Arbeitskreis Offene Seniorenarbeit und  
Bürgerengagement Essen (Herausgeber)**

# **Das Ideen-Handbuch**

## **Senioren- und Generationenarbeit in Essen**

Projekte, Initiativen und Einrichtungen

# INHALT

## 1. Einführung

## 2. Begegnung und Freizeit

- 2.1 Altentagesstätte der Ev. Kirchengemeinde Rüttenscheid
- 2.2 AWO Erzählcafé
- 2.3 Begegnungsstätte des ASB Steele
- 2.4 Borbecker Erzählcafé
- 2.5 Café Auszeit (Kirchengemeinde Dellwig)
- 2.6 Frauenkreis am Montag der Ev. Kirchengemeinde Margarethenhöhe
- 2.7 Freizeitclique Essen
- 2.8 Gekus lesen
- 2.9 Gesprächsrunde
- 2.10 Gesprächsrunde „Erinnern“
- 2.11 Herzenssprechstunde
- 2.12 Kulturloge
- 2.13 Mehrgenerationenhaus Essen e.V.
- 2.14 Nachbarschaftstreffen
- 2.15 Offene Seniorenarbeit und Ehrenamt AWO Essen
- 2.16 RuhrpottRevue
- 2.17 Senioren St. Barbara Kray
- 2.18 Seniorenreferat der Stadt Essen - Mach-Mit-Tipps
- 2.19 Senioren- und Generationenreferat der Diakonie
- 2.20 Projekt "Süd5"
- 2.21 „Willst du mit mit geh'n? – Spazieren gehen im Stadtteil“
- 2.22 Strick-Café
- 2.23 Stricktreff für Menschen mit Demenz
- 2.24 Suppenfest in der nördlichen Innenstadt
- 2.25 Tanzcafé in der Zeche Carl
- 2.26 VGSU: Rehabilitations- und Präventionssport für Senioren
- 2.27 „vielfältig“ (*Gleichgesinnte treffen, Interessen teilen, Neues (aus)probieren*)

## 3. Generationen und Kulturen

- 3.1 AWO Kinderchancen
- 3.2 Erzähl mir deine Geschichte - Projekt des Ev. Bildungswerkes
- 3.3 Interkulturelle Seniorenarbeit in Essen-Altendorf
- 3.4 Nähkurs für Männer und Frauen mit Lernschwierigkeiten
- 3.5 Sprachpartnerschaften

## **4. Bildung und Kultur**

- 4.1 Fortbildungsangebote für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen von Seniorengruppen
- 4.2 GedankenSpiele
- 4.3 PariSozial - Bildungs- und Freizeitangebote
- 4.4 SamNett – Computerkurse für Senioren
- 4.5 Seminare für ehrenamtliche Mitarbeitende von Seniorengruppen der Evangelischen Kirchengemeinden

## **5. Information, Beratung, Service- und Assistenzprojekte**

- 5.1 Essener Demenz-Netzwerk
- 5.2 Begleitung einer Seniorin
- 5.3 Club der Behinderten und ihrer Freunde
- 5.4 Formularambulanz
- 5.5 Grüne Damen und Herren
- 5.6 Häusliche Demenzbetreuung (ASB – Steele)
- 5.7 Herz Dame – Herz Bube (Besuchsdienst der AWO)
- 5.8 NAEHE - Versorgungsprojekt in Essen-Steele
- 5.9 Stadtteilservice
- 5.10 Wünschewagen – Wünsche wagen

## **6. Engagement und Selbstorganisation**

- 6.1 alt.a (Essens Marktplatz für alles, was Altwerden schön macht)
- 6.2 Bürger Aktive55+ Essen
- 6.3 Club der Behinderten (CBF)
- 6.4 Gesprächskreis „Mäuse für Ältere“
- 6.5 Ideenlabor
- 6.6 SPD AG 60plus
- 6.7 WohnQuartier<sup>4</sup> (Ev. Kirchengemeinde Altenessen-Karnap)

## **7. Anhang**

- 7.1 Literatur
- 7.2 Mitglieder des Arbeitskreises Offene Seniorenarbeit und Bürgerengagement

## 1. Einführung

Schon seit langem ist Ihnen und uns klar: Alter(n) ist vielfältig! Während viele Menschen im Ruhestand gerne an bestehenden Bildungs- und Kulturangeboten teilnehmen, zeigt sich auf der anderen Seite deutlich ein anderer Trend: In der nachberuflichen Zeit widmet man sich gerne den eigenen Interessen und man bringt mit Gleichgesinnten eigene Initiativen auf den Weg. Solche selbst organisierten Initiativen bergen kreative Energie und schaffen auch freundschaftliche Bindungen / Kontakte.

In Essen haben sich in den letzten Jahren viele interessante Initiativen entwickelt. Oftmals ist es aber leider eher ein Zufall, dass man - z.B. durch einen Zeitungsartikel - von solchen Initiativen erfährt.

Weil die Akteure also kaum etwas voneinander wissen, ist zumeist eher ein Nebeneinander statt ein Miteinander der guten Initiativen festzustellen.

Dieses Handbuch soll nun ein Schritt auf dem Weg zur Schließung dieser Lücke sein und bietet eine umfangreiche Zusammenstellung der Good-Practice-Beispiele in Essen, die erstmals Ende 2014 - nach der zweiten „Jahreskonferenz `Offene Seniorenarbeit“ - zusammengetragen und kontinuierlich ergänzt worden sind.

Die Initiativen sind oftmals in Eigeninitiative bzw. mit der anfänglichen Unterstützung der Wohlfahrtsverbände bzw. der Stadt entstanden. Andere innovativen Initiativen wiederum sind aus den Reihen der fest installierten Senioreneinrichtungen heraus entstanden. Für alle ist der Gemeinsinn ein wesentlicher Pfeiler des Engagements sowie die Orientierung an den sich verändernden Bedürfnissen.

Der Arbeitskreis Offene Seniorenarbeit und Bürgerengagement Essen möchte mit dieser Veröffentlichung vor allem die verantwortlichen Akteure miteinander vernetzen sowie zur Multiplizierung der bewährten Angebote anregen.

Die Mitglieder des Arbeitskreises sind sich dessen bewusst, dass die Auflistung (noch) nicht vollständig ist und möchte ermutigen, weitere Beispiele an die Geschäftsstelle des Arbeitskreises zu senden. So werden die kontinuierliche Entwicklung und die Dynamik des Älterwerdens sichtbar.

In diesem Sinne freuen wir uns auf eine vernetzte Zusammenarbeit aller Aktiven!

Die Autoren der Projektskizzen haben das Bild der Senioren- und Generationeninitiativen selbst geschildert, sie sind im Einzelnen am Ende der Beschreibungen als Kontaktperson benannt. Alle haben sich bereit erklärt, über ihre jeweiligen Initiativen Auskunft zu geben.

Wir wünschen Ihnen einen spannenden und anregenden Einblick in die Essener Landschaft der Initiativen und freuen uns auf einen regen Austausch bei der nächsten Jahreskonferenz am 23. Juni 2015 im Rathaus Essen!

*Arbeitskreis Offene Seniorenarbeit und Bürgerengagement Essen*

## 2. BEGEGNUNG und FREIZEIT

---

### 2.1 Altentagesstätte der Ev. Kirchengemeinde Rütterscheid

Die Altentagesstätte dient der Begegnung von älteren Menschen im Stadtteil Rütterscheid. Das Miteinander von Bewohnern der Altenwohnungen mit Seniorinnen und Senioren des Stadtteils und der Kirchengemeinde sowie mit anderen Gemeindegemeinschaften soll gefördert werden.

#### 1. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Die ersten Schritte waren die Überlegungen eines Konzeptes, das die Ziele einer quartiersnahen Versorgung und Begegnung von älteren Menschen berücksichtigt.

Wir haben 1985 mit einer hauptamtlichen und einigen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern begonnen.

Aktuelle Angebote:

- Gesellige Angebote (z.B. Frühstückstreff mit Andacht, Mittagstisch, Familienkaffee an einem Sonntag im Monat, Geburtstagsfeiern, Spielnachmittage)
- Information und Beratung (z.B. Pflegeberatung der Diakonie, Vorträge)
- Kulturelle Angebote (z.B. Film- und Musiknachmittage sowie Lese- und Singkreise)
- Bewegung (Seniorentanz)
- Kreatives Gestalten (z.B. Basteln, Handarbeiten, Malen),
- Reise- und Ausflugsangebote,
- Gedächtnistraining
- Gesprächsrunden
- Lachyoga
- offene Treffen uvm

Im Jahr 2005 eröffneten wir das „Café Vergiss~mein~nicht“ für demenzerkrankte Menschen und ihre Angehörigen. Es findet zweimal im Monat statt. Seit einigen Monaten bieten wir in Kooperation mit der VGSR Rehasport, Gymnastik, Bewegung und Sport bei Demenz, sowie Bewegung und Entspannung für pflegende Angehörige an.

#### 2. *Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Die Interessen der Besucherinnen und Besucher werden durch vielfältige Angebote berücksichtigt. Regelmäßig werden neue Initiativen/Projekte initiiert. Kooperationspartnerschaften sind ein wesentlicher Baustein, um niedrigschwellige Kontakte bei Unterstützungsbedarf der Besucher zu ermöglichen und um neue Initiativen umzusetzen.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Altentagesstätte Isenbergstraße, Zessin, Carla  
Anschrift: Isenbergstr. 81, 45130 Essen  
Email: ats-isenberg@web.de  
Tel.: 0201 / 26 09 58

## **2.2 AWO Erzähl-Café**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Beim Besuch eines achttägigen Seminars mit dem Titel „Erfahrungswissen für Initiativen (EFI)“, das das Ev. Erwachsenenbildungswerk Nordrhein, die Stadt Essen und die AWO angeboten haben, kam es zu der Idee eine mobile Form des Erzähl-Cafés für die Unterstützung der Offenen Seniorenarbeit (Seniorenclubs, Gesprächskreise) bei der Arbeiterwohlfahrt Essen zu entwickeln.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

- Ein Testlauf fand im AWO Ortsverein Vogelheim statt. Dort fanden die ersten Veranstaltungen reges Interesse, so dass jetzt regelmäßig jeden letzten Freitag im Monat außerhalb der Ferienzeit ein Erzählcafé in der AWO-Begegnungsstätte, Vogelheimerstr. 216 stattfindet.
- ehrenamtliche Unterstützung durch den Ortsverein
- Öffentlichkeitsarbeit (Pressemitteilung durch den Kreisverband)

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

- engagierte Leitung mit gutem Gespür zu unterschiedlichsten Themen dass Erfahrungswissen der Teilnehmer zu Wort kommen zu lassen
- themenorientierte Planung und Vorbereitung
- Offenes Angebot für Alt und Jung
- Austausch von Erinnerungen und Lebenserfahrungen = Wertschätzung
- Öffentlichkeitsarbeit (Einladungen, Pressemitteilung, Pressebericht)
- Kostenfreies Angebot (Spende für Kuchen)

### Kontakt:

Name, Vorname: Böcker, Brigitte / Freudenberg, Karlheinz  
Anschrift: Offene Seniorenarbeit AWO Essen  
Pferdemarkt 5, 45127 Essen  
Email: karlheinz.freudenberg@awo-essen.de  
Tel.: 02 01/ 1897-407 oder 34 71 42

## **2.3 Begegnungsstätte Steele – Treffpunkt für Freizeit - Bildung – Beratung**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Der Arbeiter-Samariter-Bund Ruhr e.V. wollte in Essen Steele einen Treffpunkt schaffen, in dem ältere Bürger und Bürgerinnen zusammenkommen können, um in netter Runde zu kommunizieren, ihre Freizeit zu gestalten, sich weiter zu bilden und/oder Informationen und Beratung zu erhalten.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Die Räumlichkeiten des ASB in Steele gibt es schon seit den 1980ern. Seit dem hat sich viel getan. „Älter werden aber jung bleiben“ - Unter diesem Motto bietet der Arbeiter-Samariter-Bund in Essen Steele für ältere Bürger und Bürgerinnen eine bunte Mischung

an Aktivitäten aus den Bereichen Freizeitgestaltung, Bildung und Beratung an.

Darunter fallen:

- Spielertreffs - Sprachkurse
- Gedächtnistraining - Computerkurse
- Sitzgymnastik - Beratung

Neben den wöchentlichen Angeboten, ist die ASB Begegnungsstätte Steele auch Ansprechpartner für:

- Seniorenreisen - Hausnotruf
- häusliche Demenzbetreuung - Besuchshundedienst
- Ambulante Pflege - Mobiler Sozialer Dienst

*3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Kleine Gruppen, gut geschultes Personal, Offenheit gegenüber neuen Ideen, gute Vernetzung innerhalb und außerhalb des Arbeiter-Samariter-Bundes Ruhr e.V.

Kontakt:

Name, Vorname: Begegnungsstätte Steele  
Anschrift: Dreiringplatz 1, 45276 Essen  
Email: enebel@asb-ruhr.info  
Tel.: 0201 / 18 05 971

## **2.4 Borbecker Erzähl-Café**

*1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Eine Fortbildungsveranstaltung für Seniorenkreisleiter in der Vorweihnachtszeit  
Zum Thema „Wie wurde früher Weihnachten gefeiert?“ Das war ein Testlauf zur Einrichtung eines Erzähl-Cafés

*2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

- Suche eines geeigneten Raumes: Alte Cuesterey in Borbeck - Werbung ehrenamtlicher Mitarbeiter
- Öffentlichkeitsarbeit (Pressemitteilung, Plakate und Handzettel an Gemeinden)

*3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

- Unterschiedliche Themen (ernst und heiter)
- Abwechslungsreicher Verlauf (Lieder zum Thema, Tischvorlage, unterschiedliche Beiträge)
- Offenes Angebot für Alt und Jung
- Austausch von Erinnerungen und Lebenserfahrungen = Wertschätzung
- Öffentlichkeitsarbeit (Einladungen, Pressemitteilung, Pressebericht)
- Kostenfreies Angebot (Spende für Kuchen)

Kontakt:

Name: Borbecker Erzählcafé, Angelika Preuß  
Anschrift: Caritasverband für die Stadt Essen, Niederstr. 12 – 16,  
45141 Essen  
Email: a.preuss@caritas-e.de  
Tel.: 02 01/3 20 03-35

## **2.5 Café Auszeit**

Seit zwei Jahren gibt es das Auszeit-Café, ein offener Begegnungsort in der Kirchengemeinde Dellwig-Frintrop-Gerschede

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Ein Gemeindemitglied fragte nach Möglichkeiten, ein Café für ältere und jüngere Damen und Herren der Gemeinde einzurichten als Treffpunkt für Begegnungen und Austausch.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Der erste Schritt war ein Aufruf im Gemeindeblatt „Christall“, wer einmal im Monat Zeit und Lust für ein Café hat.

Dann folgte die erste Informationsveranstaltung mit ca. 20 Personen. Der 1. Auszeit-Café-Termin wurde ausgemacht und im Christall veröffentlicht. Inzwischen hat sich ein festes Team bestehend aus sechs Damen und einem Herrn gebildet.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Der Erfolg liegt an dem Konzept: selbstgebackener Kuchen, (erfreut sich großer Beliebtheit und hat sich rumgespröchen), liebevolle Dekoration unseres Cafés und Motivsonntage (wie z.B. das Highlight Café Erdbeeren, Deko Engel, Deko Märchen usw.). Manchmal finden auch Lesungen statt. Ganz wichtig ist uns die persönliche Ansprache und Betreuung von Menschen, die alleinstehend sind. Wir halten den Kontakt zu den Besucherinnen und Besuchern auch durch Oster- und Weihnachtskarten und persönliche Einladungen.

Kontakt:

Name, Vorname: Pfarrerin Augustin, Anke  
Anschrift: Schilfstraße 4, Essen-Dellwig  
E-Mail: pfarrerin.augustin@googlemail.com  
Tel.: 0201/74 93 263

## **2.6 Frauenkreis am Montag der Ev. Kirchengemeinde Margarethenhöhe**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Frauen aus der Gemeinde ein regelmäßiges Treffen zu ermöglichen. Der Beginn der Gruppe war 1977 als Kreis junger Frauen.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Mit Frauen, deren Kinder aus dem Kindergarten in die Schule kamen. Gemeinsam kreativ sein, miteinander ins Gespräch kommen.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Der Gemeinschaftsgedanke, die wöchentlich wechselnden Themen mit Referenten, Reiseberichte von Mitgliedern, gemeinsam wandern, Ausflüge, Mitarbeit bei Gemeindefesten etc.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Lotz, Dorothea  
Anschrift: Juistweg 6, 45149 Essen  
E-Mail: d\_lotz@t-online.de  
Tel.: 0201 / 71 82 80

## **2.7 Freizeitclique Essen**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Freizeitaktivitäten, soziale Kontakte finden

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Gruppe besuchen. Sympathien entwickeln, eigene Aktivitäten den anderen anbieten, an den Aktivitätsvorschlägen der anderen partizipieren.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Zielgruppe, Toleranz, Selbstorganisation, Regeln, keine Verpflichtungen (Ausnahme: wer sich zu Aktivitäten anmeldet, muss auch erscheinen bzw. rechtzeitig absagen)  
Organisation: erste Ansprechpartner für „Neue“. Des Weiteren Selbstorganisation der Gruppe. Die „Alten“ moderieren bzw. achten darauf, dass die gruppenspezifischen Prozesse funktionieren.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Florstedt, Axel  
Anschrift: Schwanenbuschstr. 164, 45138 Essen  
E-Mail: info@Axel-Florstedt.de  
Tel.: 0171 93 54 380

## **2.8 Gekus lesen**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Im Generationenkulthaus (Geku-Haus – seine Bewohner nennen sich "Gekus") trafen sich drei/vier MitbewohnerInnen alle paar Wochen zum gemeinsamen Vorlesen aus Lieblingsbüchern, aktuellen Büchern usw.

Unten im Haus gibt es ein Café und irgendwann hatten wir die Idee, das öffentlich zu machen und Leute, die Spaß am Vorlesen und den daraus resultierenden Gesprächen und Anregungen haben, dazu einzuladen.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Nach den ersten Treffen haben wir wie jedes Mal einen kleinen Handzettel entworfen und kopiert, den wir im Café Konsumreform im Geku-Haus, im Seniorenbeirat und in Buchläden ausgelegt und verteilt haben (und der jedes Mal einfach mit ein paar Änderungen aktualisiert werden kann).

Ein fester Turnus und Themen wurden verabredet.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Ein, zwei Leute, die "den Hut aufhaben" und sich immer wieder auch zwischendurch um den Handzettel, das Einladen, das Erinnern an den Termin, die Absprachen mit dem Café ... kümmern.

Ein geeigneter Raum, der einigermaßen ruhig und geschützt ist und gleichzeitig ein bisschen Service wie Kaffee und Kuchen bietet.

"Durststrecken" aus- und durchhalten, wie: heute waren wir wieder Mal "unter uns" oder "heute war's aber ganz schön laut und anstrengend" oder "ich will doch lieber wieder nur "unter uns bleiben" statt das Ganze öffentlich zu machen" ...

Spaß am Lesen UND am Vorlesen!!!

### Kontakt:

Name, Vorname: Wolfgang Nötzold / Annette Allkemper

Anschrift: Geku-Haus, Viehofer Str. 31

Email: a.allkemper@unperfekthaus.de; w.noetzold@unperfekthaus.de

Tel.: 0201-84735-44

## **2.9 Gesprächsrunde**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen? Kontaktaufrechterhaltung*

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Start: Gruppenreisen und Reisebesprechungen

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative / Ihres*

## Projektes? Persönliche Kontakte (Ansprache)

### Kontakt:

Name, Vorname: Grimm, Alfred  
Anschrift: Oelberg 9, 45327 Essen  
E-Mail: grimm.alfred.essen@t-online.de  
Tel.: 0201/30 85 85

## **2.10 Gesprächsrunde „Erinnern“ in der Altentagesstätte der Ev. Kirchengemeinde Essen-Rüttenscheid (Isenbergstr. 81, 45130 Essen)**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Wir wollten die Gäste der Tagesstätte zum gemeinsamen Gespräch motivieren.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Wir haben die Gäste über unsere Idee informiert, eine Gesprächsrunde anzubieten. Die erste Runde diente der Themensuche.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Die gesammelten Themenwünsche wurden aufgeschrieben und sortiert. Alle Themen sind richtig und interessant. Alle Meinungen wurden akzeptiert. Jeder darf, keiner muss reden. Alle kommen zu Wort. Eigenes Leben (Kindheit, Schulzeit, Beruf, Hochzeit, Alter, Tod). Jahreszeiten, Feste (kirchlich, weltlich)

### Kontakt:

Name, Vorname: Böhme, Heidelinde  
Anschrift: Aldegrevestr. 28, 45147 Essen  
E-Mail: habe1946@gmx.de

## **2.11 Herzenssprechstunde**

Seit ungefähr vier Jahren gibt es im Haus der Ev. Kirche die Herzenssprechstunde: Monatliche Gespräche in einer offenen Runde zu gemeinsam ausgewählten Themen, z.B. „Musik, die zu Herzen geht“ oder „Heimat – was ist das?“....

In der Herzenssprechstunde ist es nicht das Anliegen, theoretisches Fachwissen zu erarbeiten, sondern miteinander über interessante Themen ins Gespräch zu kommen und Erfahrungen bzw. Herzensanliegen auszutauschen. Jede/r kann zur Illustrierung des Gesprächsthemas Texte, Bilder oder Erinnerungsstücke mitbringen.

Am Anfang weiß man nie, wie das Treffen verläuft, genau das ist das Interessante an der Herzenssprechstunde.

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Viele Menschen sind sehr daran interessiert, sich miteinander auszutauschen. Klassische Seminare und Gruppen in denen Referenten ihre Fachthemen erläutern, bieten hierfür wenig Raum. Darum haben wir das Offene Angebot der herzenssprechstunde

geschaffen, das die (oftmals biografisch geprägten) Impulse der Teilnehmenden in den Mittelpunkt stellt.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Ausarbeitung der Idee (ursprgl. Konzept von Karin Nell, Ev. Erwachsenenbildungswerk Nordrhein e.V., Düsseldorf), Bekanntmachung u.a. im Rundbrief des Senioren- und Generationenreferates

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Die Teilnehmenden müssen nicht Mitglied der Gruppe werden, sondern können nach Lust und Laune kommen. Wer Zeit und Interesse hat ist in der Herzenssprechstunde willkommen. Wesentlich ist es, in einen Dialog zu treten und nicht gegeneinander zu reden, keine Position ist besser als die andere, sondern es geht immer um individuell gewachsene Erfahrungen und Einstellungen. Der Austausch mit anderen kann den Horizont erweitern und das Herz erfreuen. Das Interesse zu erleben, wie sich Themen im Gespräch entwickeln können, ist sicherlich ein Anziehungspunkt.

### Kontakt

Name, Vorname: Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks Essen  
Claudia Hartmann  
Anschrift: Haus der Ev. Kirche, III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail: c.hartmann@diakoniewerk-essen.de  
Tel.: 0201 – 2205 148

## **2.12 Kulturloge**

(Der folgende Text wurde der Webseite <http://www.kulturloge-ruhr.de/> entnommen)

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Das Ruhrgebiet hat eine enorm lebhafte und vielseitige Kulturszene, die es als Kulturhauptstadt RUHR. 2010 hervorgehoben hat. Viele Angebote locken zahlreiche Zuschauer in die Säle der Region, doch bleiben oft Plätze unbesetzt. Und dann gibt es eine Vielzahl von Menschen, die sich die Eintrittspreise nicht leisten können, auch wenn sie wollten. Die Kulturloge Ruhr vermittelt zwischen den Kultureinrichtungen und den Menschen mit wenig oder keinem Einkommen. Die Säle sind gefüllt und die Gäste der Kulturloge Ruhr erhalten kostenlosen Kulturgenuss.

In Marburg entstanden, konnte die Idee der Kulturloge in vielen Städten Deutschlands bereits begeisterte Anhänger finden.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte? 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative / Ihres Projektes?*

Als Vermittler sammelt die Kulturloge Ruhr Gäste - Menschen, die kein oder nur ein sehr geringes Einkommen haben. Sie sammelt auch Kulturpartner - Einrichtungen, die bereit sind, ihre freien Platzkontingente zur Verfügung zu stellen. Da die Angebote und die Interessen beider Partner gut bekannt sind, können ehrenamtliche MitarbeiterInnen gezielt Eintrittskarten an Gäste vergeben. Weil Freude sich verdoppelt, wenn man sie teilt, vergibt die Kulturloge Ruhr immer zwei Tickets pro Gast. Allein mit dem Namen können die kostenlosen Karten bei dem Veranstalter abgeholt werden, sodass niemand an der

Kasse in die unangenehme Situation gerät, seine Bedürftigkeit nachweisen zu müssen.

### Kontakt

Name: Kulturloge Ruhr , Zentrale in Essen  
Tel.: 0201 / 171 955 90  
E-Mail: info@kulturloge-ruhr.de  
Webseite: <http://www.kulturloge-ruhr.de/>

### **2.13 Mehrgenerationenhaus Essen e.V.**

Das Angebot des Mehrgenerationenhauses:

- Café, Essensservice und Catering
- Beratung Alkohol und Medikamente
- Stadtteilbegleiter und Seniorenbegleitung
- Flexible Hilfen und Haushaltsnahe Dienstleistungen
- Selbsthilfegruppe für Verwitwete
- Beratung Demenz und Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz
- Computerkurs 55+
- Bewegungs- und Gedächtnistraining
- Medikamentenberatung
- Tanzsportgruppe
- Strickgruppe
- Gehörlosentreffen
- Conversationslounge Englisch
- Veranstaltungsort für Vereine und Organisationen
- Formularambulanz und Seniorenberatung

#### *1. Wie haben Sie angefangen bzw. was waren die ersten Schritte?*

Begonnen haben wir mit dem St. Anna Café, als Treffpunkt für Alt und Jung. Die dadurch entstandenen Kontakte machten uns recht schnell den Angebotsbedarf in unserem Stadtteil für alle Generationen deutlich. Daraus entwickelten wir nach Bedarf Schritt für Schritt eine Vielzahl von Angeboten.

#### *3. Was sind – Ihrer Meinung nach - die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Das Mehrgenerationenhaus Essen ist ein Ort, an dem sich Alt und Jung treffen, einander helfen, ihre Erfahrungen und ihr Können einbringen. Als niedrigschwellige Anlaufstelle überträgt es das Prinzip der früheren Großfamilie in die moderne Gesellschaft. Es bietet Menschen unterschiedlichen Alters und verschiedener Herkunft die Möglichkeit, sich zu engagieren, voneinander zu lernen und Gemeinschaft zu erleben.

Beratungs- und Dienstleistungsangebote unterstützen die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, entlasten in schwierigen familiären und sozialen Situationen und geben wichtige Impulse für den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Das Mehrgenerationenhaus bietet an, was gebraucht wird. Es geht auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Generationen und auf den Bedarf vor Ort ein.

Kontakt:

Name, Vorname: Mehrgenerationenhaus Essen e.V.  
Anschrift: Niederlassung Altendorf: Sälzerstr. 88, 45143 Essen  
Niederlassung Kray: Auf der Gehre 2, 45307 Essen  
Tel.: 0201/80 66 506  
E-Mail: info@mgh-essen.org  
Webseite: www.mehrgenerationenhaeuser.de, www.mgh-essen.org

## **2.14 Nachbarschaftstreffen Essen-Stadtkern / Kreativquartier**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Die Idee, mit dem GOP Varieté-Theater alle zwei Monate gemeinsam ein "Willkommens-treffen in der nördlichen Innenstadt" zu machen für

- a) das jeweils neue Ensemble des GOP
- b) neue BewohnerInnen des Generationenkult-Hauses in der Viehofer Straße
- c) neue BewohnerInnen und Geschäftsleute der City-Nord

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Interne Vorbesprechungen zwischen Unperfekthaus bzw. LOKALFIEBER (Veranstaltungsmagazin) und der GOP, um den Zwei-Monats-Turnus festzulegen, die Termine für das erste Jahr festzulegen, das Konzept "wechselnde Orte" zu entwickeln.

Einen Termin finden, ein grobes Ablaufkonzept beschließen, einen Handzettel entwickeln und kopieren, Mails rausschicken, den Abend organisatorisch vorbereiten Inzwischen ist es ein mit jeweils 30-60 Menschen sehr gut besuchtes Kennenlern- und Vernetzungstreffen für BewohnerInnen, Geschäftsleute, HausbesitzerInnen, Vertreter von in der Innenstadt angesiedelten Organisationen und Vereinen usw.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Ein Team von zwei Menschen, die das mit Lust und Engagement machen, das alles planen und die Veranstaltung selbst organisatorisch vorbereiten und durchführen einschließlich Moderation

Gute Kontakte in der Innenstadt, um Veranstaltungsorte zu finden und damit Partner, die einen Imbiss und Getränke bereitstellen und sich, ihre Arbeit und ihr Haus dabei vorstellen wollen und können.

Die regelmäßige Kooperation mit dem GOP-Varieté-Theater

Kontakt:

Name, Vorname: Wolfgang Nötzold / Annette Allkemper  
Anschrift: Geku-Haus, Viehofer Str. 31  
Email: a.allkemper@unperfekthaus.de;  
w.noetzold@unperfekthaus.de  
Tel.: 0201-84735-44

## 2.15 Offene Seniorenarbeit und Ehrenamt AWO Essen

Die Offene Seniorenarbeit der AWO ist vor ca. vierzig Jahren im Querschnitt zur damaligen Altenhilfe, den ambulanten Diensten und der Etablierung der Bildungsarbeit im Verband (Familienbildungsstätte der AWO Essen) eingerichtet worden.

Von Beginn an war und ist die zentrale Aufgabe ein selbständiges und durch Teilhabe bis ins hohe Alter geprägtes Leben zu ermöglichen. Hilfe zur Selbsthilfe, Bildungsarbeit, die Qualifizierung von Ehrenamtlichen und die Unterstützung bei selbstorganisierten Freizeitangeboten stehen im Zentrum der Offene Seniorenarbeit der AWO. Darüber hinaus gewährleistet der zentrale Ansprechpartner im Verband einen Austausch der Ehrenamtlichen und die individuelle Beratung im Bedarfsfall. Weiter sichert er den Informationsfluss und organisiert zentrale Service- und Veranstaltungsangebote.

Angebote der Offenen Seniorenarbeit der AWO:

- Beratung und Begleitung der ehrenamtlich getragenen Seniorenarbeit in den Ortsvereinen und für die zentralen Projekte des Kreisverbandes
- Fortbildungsangebote für ehrenamtlich Mitarbeitende
- Durchführung informativer Fachtagungen und fachspezifischer Vorträge
- Projektentwicklung für ehrenamtlich getragene Angebote von älteren für ältere Menschen in Freizeit, Kultur und Sport
- Vertretung in Fachgremien wie etwa dem Seniorenbeirat und im Arbeitskreis Offene Seniorenarbeit & Bürgerengagement
- Initiierung und Begleitung von innovativen Projekten der gemeinwesenorientierten Seniorenarbeit, wie z. B. den Besuchsdienst HerzDame/HerzBube
- Durchführung bzw. Vermittlung von Seniorenreisen und Tagesausflügen

### 1. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Der feste Ansprechpartner (Kontinuität) und die Offenheit im Kontakt mit Seniorinnen und Senioren. Dabei müssen zwei grundsätzliche Wege unterschieden und gleichermaßen beachtet werden. Einerseits die Vermittlung in die bestehenden Strukturen, sowie andererseits die Bereitschaft auf der Plattform der Verbandsressourcen neue, an den unterschiedlichen Interessen, Bedürfnissen und Bedarfen von älter werdenden Menschen orientierte Angebote zu entwickeln und auszuprobieren.

- Anerkennung und Förderung von Kompetenzen und von Erfahrungswissen (so z. B. das AWO-Erzählcafé)
- Kommunikation auf Augenhöhe

### Kontakt:

Name: AWO Essen Offene Seniorenarbeit und Ehrenamt  
Anschrift: Pferdemarkt 5, 45127 Essen  
E-Mail: karlheinz.freudenberg@awo-essen.de  
Tel.: 0201-1897 - 407 oder - 417

## **2.16 Ruhrpott-Revue (freies Theater, Kulturplattform im Essener Norden)**

Mitmach-Theater für alle, die das Revier lieben! Die Ruhrpott-Revue ist ein unabhängiges, ehrenamtliches Mehrgenerationen-Kulturprojekt in Kooperation mit der AWO. Neben der Theaterarbeit und der kontinuierlichen Entwicklung ihrer Formate um den Rentner Kumpel Anton und dem Lohntütenball, versteht sich das Ruhrpott-Revue-Theater als Kulturplattform, welche mit Workshops, Kindertheater und Musikveranstaltungen Kulturschaffenden Raum und Möglichkeiten eröffnet

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Beim Besuch eines achttägigen Seminars mit dem Titel „Erfahrungswissen für Initiativen (EFI)“, das das Ev. Erwachsenenbildungswerk Nordrhein, die Stadt Essen und die AWO angeboten haben, kam es zu der Idee, die Ruhrpott-Revue zu gründen. Im Vordergrund stand dabei das Interesse, ein identitätsstiftendes, eigenständiges modernes Kulturprojekt ins Leben zu rufen, welches mit Themen "aus dem Leben im Revier“ mit theater- und musikinteressierten Laien ein selbst verfasstes Programm entwickelt. Ein weiterer wichtiger Impuls war die Kulturhauptstadteuphorie 2010 im Revier und der Gedanke hier nachhaltig aktiv zu bleiben.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Mit dem Projekt WohnQuartier<sup>4</sup> wurde ein Kooperationspartner gefunden, der für die Anfangsphase Probenräume zur Verfügung stellen konnte. Mitstreiter aus AWO, ev. Kirchengemeinde Altenessen-Karnap und EFI-Teilnehmer, sowie Bekannte, Freunde und auch zahlreiche neugierige Gäste konnten gewonnen werden und über die Zusammenarbeit bei kleinen Auftritten und Projekten (Videoproduktion „Ruhrpott-Blues“, 1. Mai Zeche Carl, usw.), sowie die professionelle Begleitung durch eine Theaterpädagogin auch gehalten werden.

Finanzielle Unterstützung und Sachmittel gab es aus kleinen Kulturfördertöpfen, von der Sparkasse, AWO und über die Kooperation mit dem Projekt WohnQuartier<sup>4</sup>

Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

### Kontakt

Name, Vorname:	Roßner, Bodo / Freudenberg, Karlheinz
Anschrift:	Ruhrpott-Revue-Theater, Heßlerstr. 23, 45326 Essen
E-Mail:	bodo.rossner@t-online.de
Tel.:	0201 – 35 13 45
Webseite:	www.ruhrpott-revue.de

## **2.17 Senioren St. Barbara Kray**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Gemeindearbeit – Menschen sollen zusammenkommen

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Übernahme einer Gruppe, ABER neue Ideen einbringen

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Schauen – wo und WAS ist der Bedarf, wofür besteht Interesse für Senioren, Generationen manchmal zusammenbringen, miteinander reden, Kontakte pflegen etc.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Steffens, Barbara  
Anschrift: Fischweiher 50, 45307 Essen  
E-Mail: barbara.steffens@uni-due.de  
Tel.: 0201/55 28 66

**Hinweis:** Wie in der Gemeinde St. Barbara (Essen-Kray) werden auch in 47 anderen katholischen und 27 evangelischen Kirchengemeinden regelmäßig zahlreiche Angebote für Seniorinnen und Senioren im Bildungs-, Freizeit- sowie Kulturbereich (z. B. Vortragsveranstaltungen, Interessengruppen, Spielenachmittage, Besichtigungsfahrten, gemeinsame Theaterbesuche etc.) entwickelt und durchgeführt.

#### Kontakt (katholisch):

Name: Angelika Preuß  
Anschrift: Caritasverband für die Stadt Essen e. V., Niederstr. 12 – 16,  
45141 Essen  
Email: a.preuss@caritas-e.de  
Tel.: 02 01/3 20 03-35

#### Kontakt (evangelisch):

Name: Diakoniewerk Essen, Senioren- und Generationenreferat  
Anschrift: III. Hagen 37, 45127 Essen  
E-Mail: c.hartmann@diakoniewerk-essen.de  
Tel.: 0201 - 2205 - 147 oder - 148

## **2.18 Seniorenreferat der Stadt Essen**

### **Mach mit – Tipps für Seniorinnen und Senioren**

Immer mehr Menschen werden immer älter und das bei meist guter Gesundheit. Die Mehrzahl der älteren Menschen ist heute aktiver und ökonomisch besser gestellt als früher und verfügt über deutlich mehr gestalterische Lebenszeit in der nachberuflichen Phase. Das Seniorenreferat der Stadt Essen im Amt für Soziales und Wohnen stellt in jedem Jahr ein umfangreiches Kultur-, Bildungs- und Freizeitprogramm mit zahlreichen Mach mit – Tipps für Seniorinnen und Senioren zusammen. Neben attraktiven Tagesveranstaltungen

gen und Tagesfahrten, finden Sie vielfältige Angebote für eine sinnvolle Freizeitgestaltung und zur aktiven Betätigung in zahlreichen Neigungsgruppen. Hier werden oftmals Ideen und Impulse vermittelt und Kontaktmöglichkeiten untereinander geschaffen. Das Kultur-, Bildungs- und Freizeitprogramm finden Sie unter [www.essen.de/senioren](http://www.essen.de/senioren)

Kontakt:

Name, Vorname: Amt für Soziales und Wohnen  
Seniorenreferat der Stadt Essen, Frau Schreiber  
Anschrift: Steubenstr. 53, 45138 Essen  
E-Mail: [sigrid.schreiber@sozialamt.essen.de](mailto:sigrid.schreiber@sozialamt.essen.de)  
Tel.: 0201 – 88 50670

## **2.19 Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks**

Das Senioren- und Generationenreferat besteht bereits seit vierzig Jahren. Von Anfang an war und ist es die zentrale Aufgabe, die Seniorenarbeit zu vernetzen und zu qualifizieren. Die Förderung persönlicher Kompetenzen sowie die Unterstützung zur Übernahme von gesellschaftlicher und sozialer Verantwortung gehören ebenso zu den Aufgaben zeitgemäßer Seniorenarbeit wie die Bereitstellung professioneller Service- und Veranstaltungsangebote.

Angebote des Senioren- und Generationenreferates:

- qualifizierte Beratung und Begleitung der Seniorenarbeit in den evangelischen Kirchengemeinden und diakonischen Einrichtungen
- vielfältige Fortbildungsangebote für haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende
- Durchführung informativer Fachtagungen und fachspezifischer Vorträge
- fachliche Unterstützung für Seniorengruppen und bei der Entwicklung von Angeboten für Menschen mit Demenz, z.B. für "Demenzfreundliche Kirchengemeinden"
- Vertretung in Fachgremien wie etwa dem Seniorenbeirat und im Arbeitskreis Offene Seniorenarbeit & Bürgerengagement
- Initiierung und Begleitung von innovativen Projekten der gemeinwesenorientierten Seniorenarbeit
- Durchführung bzw. Vermittlung von seniorenreisen und Tagesausflügen

### *1. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

- Der direkte Kontakt zu Seniorinnen und Senioren und die Orientierung an den unterschiedlichen Interessen, Bedürfnissen und Bedarfen von älter werdenden Menschen.
- Anerkennung und Förderung von Kompetenzen und von Erfahrungswissen
- Beteiligung von Interessierten

Kontakt:

Name: Diakoniewerk Essen, Senioren- und Generationenreferat  
Anschrift: III. Hagen 37, 45127 Essen  
E-Mail: [c.hartmann@diakoniewerk-essen.de](mailto:c.hartmann@diakoniewerk-essen.de)  
Tel.: 0201 - 2205 - 147 oder - 148

## **2.20 Projekt "Süd 5"**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Ein Anlass für das regelmäßige und offene Projekt „Süd 5“ war für uns vor allem die Nachfrage und der Bedarf einer Gruppe für ältere Schwule Männer ab ca. 40 Jahren aufwärts. Die Vermeidung von Vereinsamung im Alter, sowie eine gemütliche und familienähnliche Atmosphäre zu schaffen, standen bei der Initiierung des Angebotes im Vordergrund. Durch gemeinsame Aktionen & Aktivitäten können die Gruppenmitglieder Eigeninitiative zeigen, sich gegenseitig fordern & fördern.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Es gab eine Anfrage eines älteren schwulen Mannes, der ein anderes Gruppenangebot besuchte. Darauf folgten die Erstellung einer kurzen Konzeption und die Namensfindung. Beworben wurde die Gruppe zuerst in den schwulen Medien, dann wurden Flyer erstellt, die in der Essener Szene ausgelegt worden sind.

### *3. Was sind die Kriterien für den Erfolg?*

- Lebensstilakzeptanz- Regelmäßige Aktionen
- Monatlich stattfindende Menüabende
- Die Möglichkeit zur Mitgestaltung
- Diskussions- bzw. Themenabende
- Aktionen außerhalb der Gruppe
- Vernetzungstreffen mit anderen älteren Schwulengruppen in NRW
- Kooperation mit dem Projekt „Immer dabei!“ vom Rubicon in Köln

### Kontakt

Name, Vorname: AIDS-Hilfe Essen e.V., Ralf Dierichs,  
(Zielgruppenspezifische Prävention)  
Anschrift: Varnhorststr. 17, 45127 Essen  
E-Mail: r.dierichs@aidshilfe-essen.de  
Tel.: 0201 / 10 537-00

## **2.21 „Willst du mit mit geh'n? – Spazieren gehen im Stadtteil“**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Die Gesundheitskonferenz hat sich gemeinsam mit dem Seniorenbeirat und der Pflegekonferenz mit dem Thema Alter und Gesundheit und mit der Frage beschäftigt, was erhält Menschen gesund, was fördert soziale Kontakte und die Verbundenheit mit dem Stadtteil? Eine gemeinsame Initiative, die die Alltagsbewegung fördert lag nahe, denn Bewegung ist ein starker und umfassender Schutzfaktor für Gesundheit. Körperlich und geistig aktiv zu sein, trägt entscheidend dazu bei, im Alter selbständig, mobil und psychisch stabil zu bleiben. Kein Medikament hat eine ähnlich umfassende Wirkung.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Über die Seniorenbeauftragten in den Bezirken und über Presseartikel wurden erste Patinnen und Paten gefunden, die die Spaziergangsaktion Schritt für Schritt unter dem

Motto „für sich mit anderen etwas tun“ planten. Im März 2012 starteten Patentteams in zwölf Stadtteilen mit wöchentlichen, kostenlosen, etwa einstündigen Rundgängen durch den Stadtteil, zu denen man sich nicht anmelden muss. Sie sprechen auch Menschen an, die auf einen Rollator angewiesen sind oder allein nicht spazieren gehen würden. Mitglieder der beteiligten Konferenzen wie Apotheken, Krankenkassen, Wohnungsgesellschaften und Seniorenreferate unterstützen die Initiative. Regelmäßige Patentreffen sorgen für Erfahrungsaustausch und klären offene Fragen. Inzwischen können Senioren und Seniorinnen in 31 der 50 Essener Stadtteile an den wöchentlichen Spaziergängen teilnehmen.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

In erster Linie sind das Engagement, die Lebenserfahrung und das Interesse der Paten und Patinnen an ihrem Stadtteil Grundlage für den Erfolg der Initiative. Die Patentteams haben einen großen Gestaltungsraum, die Balance der drei inhaltlichen Punkte Bewegung, soziale Kontakte, Interesse am Stadtteil wird von jedem Team unterschiedlich gestaltet. Die Initiative setzt keine Bindung an einen Verein o. ä. voraus – Bindungen entstehen im (Ver)lauf. Jede und jeder kann ohne Hürden erproben, ob das Angebot passend ist. Fast alle Gruppen schließen den Spaziergang mit einer kurzen Einkehr ab, bei dem der Austausch fortgesetzt wird und häufig neue Ideen entstehen. Die Presse unterstützt die Initiative durch tägliche Übersicht der Spaziergänge in der Rubrik „Das Beste von heute in Essen“

#### Kontakt

Name, Vorname: Schwermer, Lisa  
Anschrift: Gesundheitsamt, Geschäftsstelle der Gesundheitskonferenz  
Hindenburgstr. 29, 45127 Essen  
E-Mail: lisa.schwermer@gesundheitsamt.essen.de  
Tel.: 0201 – 88 53 118

## **2.22 Strick-Café in Essen-Frohnhausen**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Der seit über 20 Jahren bestehende Kreativkreis an der Markuskirche, der im Wesentlichen für den Weihnachtsbasar handarbeitet und bastelt, drohte mangels Teilnehmerinnen einzugehen. Grund sind hauptsächlich Alter und Krankheit.

Aufrufe im Gemeindespiegel blieben erfolglos. Nach einem Aufenthalt 2013 in Bad Rothenfelde erzählte ich im Kreis von Ehrenamtlichen im Kirchencafé von einem Strick-Café. Ein Handarbeitsgeschäft bot die Möglichkeit, bei einer gemütlichen Tasse Kaffee Stricken zu lernen und Anleitungen zu erhalten.

### *2. Wie haben Sie angefangen, was waren die ersten Schritte?*

Ich fragte, ob das nicht etwas für das Forum an der Apostelkirche wäre. Spontan sagte eine Mitarbeiterin:

"Das ist was für mich, das mache ich". Eine andere Mitarbeiterin und ich sagten Unterstützung zu. Nach Rücksprache mit dem Pfarrer erschien ein Artikel mit der Überschrift: "Stricken und Schnattern". Das erste Treffen war am 14.01.2014. Zu unserer großen

Überraschung erschienen mehr als 20 Frauen, Alter von etwa 60 an aufwärts, und sie kamen nicht nur aus Frohnhausen. Bei dieser Teilnehmerzahl ist es im Wesentlichen geblieben, bei z.T. wechselnden Personen mit einem festen Stamm.

Als das Forum die letzten drei Wochen geschlossen war, trafen wir uns im Café und Restaurant "Jetzt und Hier" am Frohnhauser Markt mit 10 - 12 Frauen. *"Wir müssen uns doch sehen!" war der ausdrückliche Wunsch.*

Leider hatte die "leitende Mitarbeiterin" einen schweren Unfall und ist nach einem längeren Krankenhausaufenthalt noch in der Reha. Stellvertretend habe ich mich mit der weiteren Mitarbeiterin als Ansprechpartnerin zur Verfügung gestellt.

### *3. Was sind - nach Ihrer Meinung - die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Der Erfolg liegt meiner Meinung nach in der Zwanglosigkeit der Treffen mit der Möglichkeit, Stricken/Handarbeiten zu lernen, Beratung zu erhalten, mal etwas anderes zu sehen und zu hören. Erfreulich ist außerdem, dass ich aus diesem Kreis auch Hilfe für den Kreativkreis am Markuszentrum erhalten habe.

#### Kontakt

Name, Vorname: Ilse Perlebach  
Tel. 0201-76 66 95

## **2.23 Stricktreff für Menschen mit Demenz**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Fähigkeiten fördern

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Standort finden

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Erkannte Fähigkeiten erhalten

#### Kontakt:

Name, Vorname: Tarrach, Christa  
Anschrift: Carl-Wolf-Str. 6, 45279 Essen  
E-Mail: ch.tarrach@gmx.de  
Tel.: 0201 / 54 08 95

## **2.24 Suppenfest in der nördlichen Innenstadt**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Die Idee, hier in der City-Nord das eine oder andere Nachbarschafts-Event zu machen und die Anregung aus Frankreich (Lille) von "fêtes da la soupe"

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

- übers Internet ein bisschen recherchieren
- intern die Idee besprechen und in die Kooperation mit der GOP Variété-Theater

- ein-bringen
- gemeinsame Planung, Terminfindung usw.

### 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihres Projektes?

- ein/zwei Leute, die das ganze mit Lust und Energie in die Hand nehmen
- viele Kontakte: wo kriegt man so viele Tische und Stühle her? Wer hat Wärmebehälter? Welchen Raum gibt es als Schlecht-Wetter-Lösung? Wer entwirft einen Flyer? Wer zahlt den Druck?
- Wer verteilt die Flyer? Wen kennen wir im Viertel, den man persönlich ansprechen kann?
- ein starker Kooperationspartner wie das GOP mit Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

#### Kontakt:

Name, Vorname: Wolfgang Nötzold / Annette Allkemper  
 Anschrift: Geku-Haus, Viehofer Str. 31  
 Email: a.allkemper@unperfekthaus.de; w.noetzold@unperfekthaus.de  
 Tel.: 0201-84735-44

## **2.25 Tanzcafé in der Zeche Carl (CARL.Tanzt)**

An jedem 2. und 4. Sonntag eines Monats kann bei stimmungsvoller Live-Musik ausgiebig das Tanzbein geschwungen werden. Gemütlich wird es allemal und für das leibliche Wohl der Gäste ist gesorgt. Es gibt Kaffee und andere Getränke, selbstgebackene Kuchen und andere Leckereien zu kleinen Preisen.

### 1. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Teilnahme am Stammtisch BürgerAktive 55+ und Besuch des verantwortlichen Mitarbeiters, Herrn Markus Poganatz (Zeche Carl) bei einem Stammtisch

Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

#### Kontakt:

Name, Vorname: Brühmann, Christiane  
 Anschrift: Kupferdreher Str. 256, 45217 Essen  
 E-Mail: bruehmann@gmx.de  
 Tel.: 0201/48 42 47 oder  
 Name, Vorname: Zeche Carl, Markus Poganatz  
 Tel.: 0201 – 83 44 444

## **2.26 VGSU: Rehabilitations- und Präventionssport für Senioren**

Der VGSU betreut, begleitet und fördert Seniorinnen und Senioren im Rahmen des Rehabilitationssports zielgruppenspezifisch seit über 25 Jahren. Dazu gibt es fortlaufende Bewegungsangebote, die in der Sporthalle oder der Schwimmhalle durchgeführt werden.

### 1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Der Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie an der Universität Duisburg-Essen

e.V. (kurz: *VGSU*) wurde 1989 von Medizinern und Sportpädagogen mit dem Ziel gegründet, Möglichkeiten der Gesundheitsförderung im Bereich der Prävention und Rehabilitation mit Mitteln der Bewegung wie des Sports und der Entspannung zu initiieren.

## *2. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Über den Weg des Sports bietet sich eine ‚aktive Krankheitsbewältigung‘, die neben der Verbesserung des Leistungsvermögens und Stabilisierung der Gesundheit die Betroffenen vor einer Isolation bewahren kann. Die Gemeinschaft wird gestärkt und die Beziehungen werden unter- wie miteinander aktiv belebt.

### Kontakt:

Name, Vorname: VGSU  
Anschrift: Henri-Dunant-Str. 65, 45131 Essen  
Tel. 0201 / 64 95 98 20  
Email: info@vgsu.de  
Web: www.vgsu.de

## **2.27 „vielfältig“**

### **- Gleichgesinnte treffen, gemeinsame Interessen teilen, Neues (aus)probieren -**

In diesem Projekt können die Teilnehmenden ihre Interessen mit anderen teilen. Sie können Gleichgesinnte finden und gemeinsame Unternehmungen verabreden. Vielleicht möchten die einen gerne miteinander kulturelle Veranstaltungen besuchen, die anderen gehen gerne wandern und noch andere fotografieren oder tanzen gerne. Hier kann jede/r sein Thema und seine Interessen einbringen. Im Rahmen einer ersten moderierten Veranstaltung wird geschaut, welche Interessen die Teilnehmenden teilen und wie diese miteinander umgesetzt werden können. So entsteht ein Netzwerk vielfältiger Interessensgruppen.

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Ein Herr besuchte uns im Senioren- und Generationenreferat und äußerte den Wunsch, andere Menschen kennenzulernen und miteinander Interessen zu teilen.

#### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Anfangs wurden viele Gespräche mit dem Ideengeber geführt, dann wurden geeignete Kooperationspartner (Ev. und Kath. Bildungswerk) und Räumlichkeiten gesucht. Die Initiative wurde im Seniorenbeirat und in der Tagespresse beworben. Zur Auftaktveranstaltung am 5. September 2014 kamen 25 interessierte Personen, weitere Teilnehmende kamen zum zweiten Treffen hinzu. Inzwischen haben sich selbst organisierte Untergruppen gebildet, die erste Verabredungen für Unternehmungen vereinbart haben.

#### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Wir bieten den Teilnehmenden eine einfache Gelegenheit, um andere Menschen mit ähnlichen Interessen sehr niedrigschwellig kennenzulernen und bieten die Rahmenbedingungen zur Selbstorganisation.

### Kontakt

Name, Vorname: Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks Essen  
Claudia Hartmann (in Kooperation mit den Evangelischen und  
den Katholischen Bildungswerken)  
Anschrift: Haus der Ev. Kirche, III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail: c.hartmann@diakoniewerk-essen.de  
Tel.: 0201 – 2205 148

## **3. GENERATIONEN und KULTUREN**

---

### **3.1 AWO Kinderchancen**

1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Die Notwendigkeit von Startchancengerechtigkeit für Kinder

2. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Idee, Entwicklung des Konzeptes, Suche nach einem Träger, Vorstellen und Diskussion des Konzeptes mit Fachkompetenten

3. *Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Gewinnen von Aktiven durch persönliche Ansprache, Kontaktpflege, offene Diskussion der praktischen Umsetzung, Wahrnehmung des Engagements und entsprechende Wertschätzung sowie Spaß und Verantwortung.

Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

### Kontakt:

Name, Vorname: Uhe, Erika  
Anschrift: Neukircher Mühle 37, 45239 Essen  
E-Mail: erika.uhe@gmx.de  
Tel.: 0201/40 59 37

### **3.2 Erzähl mir deine Geschichte - Projekt des Evangelischen Bildungswerkes**

1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Menschen mit Zuwanderungsgeschichte haben viel erlebt und viel zu erzählen. Eine aktive Frau, die gerade in den Ruhestand gegangen ist, kam mit der Idee, diese Lebensgeschichten von Ehrenamtlichen aufschreiben zu lassen.

2. *Wie haben Sie angefangen? Was sind die ersten Schritte?*

Zunächst wurden geeignete Kooperationspartner ausfindig gemacht und einzelne Projektschritte miteinander vereinbart.

Ehrenamtliche, die sich für diese Geschichten interessieren und diese aufschreiben wollen, werden mit Menschen, die andere kulturelle Wurzeln haben, in Kontakt gebracht. Es geht hauptsächlich darum, prägnante Einzelgeschichten zu Papier zu bringen (keine Biografien).

Begonnen wird mit einem Info-Nachmittag für alle InteressentInnen, an dem das Projekt vorgestellt und Mitwirkende gewonnen werden. Kurz danach startet ein Fortbildungsangebot für die ehrenamtlichen Schreiber/innen zu Interview- und Fragetechniken, Gliederung und Strukturierung einer biografischen Geschichte, redigieren eines Textes etc. Nach der Kontaktphase zwischen Erzählenden und Schreibenden gibt es regelmäßige Treffen zwischen den beiden. Erzähler und Schreiber treffen sich über einen Zeitraum von 12 Monaten um die Geschichten fertig zu stellen. Für die Geschichtenschreiber wird zudem eine projektbegleitende Arbeitsgruppe angeboten, um Erfahrungen auszutauschen.

Die niedergeschriebenen Geschichten sollen in einer geringen Auflage gedruckt werden.

Parallel sollen während der gemeinsamen Treffen Fotos gemacht werden, um zum Ende eine Fotopräsentation des Projekts machen zu können.

In einer feierlichen Abschlussveranstaltung erhalten die Teilnehmer an diesem Projekt jeweils ein Exemplar als Geschenk und Würdigung der gemeinsamen Arbeit. Das Projekt wird in den Gemeinden Altenessen und Bedingrade-Schönebeck angesiedelt werden und wird mitgetragen vom Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks Essen.

Kontakt:

Name: Ev. Bildungswerk Essen im Haus der Ev. Kirche  
Claudia Kocabiyik  
Anschrift: III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail: Claudia.Kocabiyik@evkirche-essen.de  
Tel.: 0201/2205- 246

### **3.3. Interkulturelle Seniorenarbeit in Essen-Altendorf**

Begleitung, Beratung und Unterstützung von drei verschiedenen ethnischen Seniorengruppen in Essen – Altendorf.

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Es wurde festgestellt, dass die vielen bestehenden Seniorenangebote den Bewohnerinnen und Bewohnern mit Zuwanderungsgeschichte meistens nur unzureichend bekannt sind. Außerdem berücksichtigen diese Angebote und Dienste noch nicht ausreichend die Bedürfnisse von älteren Migrantinnen und Migranten.

Durch die Initiierung von Seniorengruppen für Menschen mit Migrationshintergrund sollte eine zufriedenstellende Lebens- und Aufenthaltsqualität dieser Bevölkerungsgruppe in Altendorf gewährleistet werden. Die interkulturelle Öffnung der bestehenden Gruppen und Dienste sowie die Begegnung im Stadtteil soll(t)en gefördert und eine bedarfsorientierte Infrastruktur für Senioren mit Migrationshintergrund entwickelt werden.

## *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Kulturelle und religiöse Vielfalt kennzeichnen immer stärker unsere alternde Gesellschaft. Besonders im Stadtteil Altendorf war diese Entwicklung spürbar, da ein großer Teil der Bevölkerung eine Zuwanderungsgeschichte hat. Darum wurden eigene Begegnungsmöglichkeiten für Senioren mit Zuwanderungsgeschichte geschaffen. Zugleich werden diese neuen Gruppen an die bestehenden Angebote des Stadtteils herangeführt werden. Durch regelmäßige Gruppennachmittage, kreative Freizeit- und Sportangebote, Begegnungs- und Kulturveranstaltungen sowie Informationsangebote über relevante Themen des Älterwerdens wird nun den interkulturellen Seniorengruppen in Altendorf Teilhabe und Kommunikation ermöglicht. Es ist inzwischen gelungen, drei Gruppen aufzubauen, die gut besucht werden.

## *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Die unterschiedlichen Interessen und Bedürfnisse der Gruppenmitglieder werden durch vielfältige Angebote berücksichtigt. Die gute Vernetzung und die Kooperationen innerhalb und außerhalb des Stadtteils sowie die muttersprachlichen Begleitung sind wesentliche Bausteine der Zusammenarbeit.

### Kontakt:

Name, Vorname: Paraskevoudi-Wilbert, Despina  
Anschrift: Integrationsagentur des Diakoniewerks, Haus der Ev. Kirche,  
III. Hagen 39, 45127 Essen  
Email: d.paraskevoudi@diakoniewerk-essen.de  
Tel.: 0201 - 22 05 140

## **3.4 Nähkurs für Männer und Frauen mit Lernschwierigkeiten**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Mittlerweile leben viele jüngere Menschen mit Behinderungen nicht mehr im Wohnheim, sondern in Wohngemeinschaften oder alleine. Da ist es hilfreich und wichtig auch Nähen zu können.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Das Behindertenreferat konnte als Kooperationspartner gewonnen werden. Nähmaschinen sowie Stoffe und Garne wurden nach einem Zeitungsaufruf gespendet. Ehrenamtliche lebenserfahrene Unterstützerinnen, die bei der praktischen Umsetzung Hilfestellung geben und eine gute Dozentin wurden gesucht und gefunden. In dem Kurs wurde und wird zum Beispiel vermittelt, wie man Knöpfe annäht, kaputte Kleidung flickt, Hosen oder Blusen kürzt oder neue Sachen näht: zum Beispiel Beutel, Halstücher, Taschen, Kissen oder Ketten.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Das Nähen (in Gemeinschaft) macht Spaß und hilft, selbstständig zu leben.

### Kontakt:

Name: Ev. Bildungswerk Essen im Haus der Ev. Kirche  
Claudia Kocabiyik  
Anschrift: III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail: Claudia.Kocabiyik@evkirche-essen.de  
Tel.: 0201/2205- 246

### **3.5 Sprachpartnerschaften**

Das Projekt „Sprachpartnerinnen“ wird von der Ehrenamt Agentur begleitet. Wir wollen Brücken zwischen den Kulturen bauen.

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Der Anlass des Projektes war im August 2008 mit einer türkischen Frauengruppe aus der Fatih-Moschee in Katernberg.

Es wurden deutschsprachige Frauen gesucht, die mit den türkischen Frauen Alltagsgespräche führen, Kochrezepte austauschen, Stadtrundfahrten machen, aber auch neue Projekte auf die Beine stellen und den Interkulturellen Austausch fördern.

#### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

In einem Land zu leben ohne die Sprache zu sprechen, wie funktioniert dann das Zusammenleben?

Bei einem Elternabend in der KiTa Anregungen vortragen oder die Klassenlehrerin fragen, wo es Förderunterricht für die Kinder gibt, ein Anliegen bei einer Behörde formulieren oder den Bäcker um die Ecke verstehen – Alltagssprache hilft uns einander zu verstehen und respektvoll miteinander umzugehen.

Miteinander Deutsch sprechen, einander besser kennen lernen. Kochrezepte austauschen, über Kinder und Familienthemen plaudern. Hilfestellungen bei der Bewältigung der Hausaufgaben für die Deutschkurse, zwecks Einbürgerung. Die eigene Stadt gemeinsam entdecken – das sollten die „Sprachpartnerinnen“ gemeinsam tun. „Sprachpartnerinnen“ sind deutsche Frauen (Seniorinnen) und Frauen mit Migrationshintergrund (z.B. aus dem Libanon, der Türkei, Marokko, Tunesien, Lettland), die sich in regelmäßigen Abständen treffen, austauschen und gemeinsam etwas unternehmen. Im Vordergrund steht hier das freundschaftliche Miteinander und das gegenseitige Kennen lernen, und ganz nebenbei erproben und vertiefen die Migrantinnen ihre Deutschkenntnisse.

#### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Das Ziel des Projektes, mittlerweile findet es im „Storp 9, Essen-Süd-Ost“ statt, ist es den Austausch zwischen den Kulturen zu fördern und Frauen mit Migrationshintergrund den Einstieg in die „deutsche“ Gesellschaft zu erleichtern.

Der Erfolg des Projektes ist daran zu ersehen, dass sich in all den Jahren die Frauen-

gruppe ständig erweitert hat. Sei es bei den „Sprachpartnerinnen“ oder bei den „Migrantinnen“. Es sind „Sprachpartnerschaften“ und andere „interkulturelle Freundschaften“ in all den Jahren entstanden und gefestigt worden.

Kontakt:

Name, Vorname: Sager-Sengwitz, Elke  
Anschrift: Waterfohrstr. 20, 45139 Essen  
Tel.: 890 35 40

## 4. BILDUNG

---

### 4.1 Fortbildungsangebote für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen von Seniorengruppen

Alle 3 Monate findet für die rund 48 katholischen Seniorengruppen ein Arbeitskreistreffen zum Austausch der Erfahrungen in der ehrenamtlichen Seniorenarbeit statt. Dabei geht es um die ansprechende Gestaltung von Programmen für und mit unterschiedlichen Zielgruppen älterer Menschen (Junge Alte, Hochaltrige), aber auch um die Ermittlung von Themenwünschen für Fortbildungen und die Information über Angebote für Senioren auf Stadtebene sowie über die Arbeit des Städtischen Arbeitskreises Offene Seniorenarbeit. Daneben finden 2-mal jährlich Fortbildungsveranstaltungen zu seniorenrelevanten Themen für Seniorenkreisleiter/innen und Interessierte statt.

*1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Der Wunsch nach Austausch und Weiterentwicklung bestehender Angebote vor allem für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, die die Leitung eines Seniorenkreises neu übernommen hatten.

*2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Einladung der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen der Seniorenarbeit in den katholischen Kirchengemeinden zu einem ersten Treffen.

*3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen in der Seniorenarbeit schätzen den regelmäßigen Austausch und die Möglichkeit Themenwünsche für Fortbildungen zu äußern. Dabei zeigte sich, dass auch vermeintliche Tabuthemen wie „Sucht im Alter“ oder „Abschied nehmen – zum Umgang mit Sterben und Tod“ auf großes Interesse stießen.

Kontakt:

Name: Angelika Preuß  
Anschrift: Caritasverband für die Stadt Essen e. V., Niederstr. 12 – 16  
45141 Essen  
Email: a.preuss@caritas-e.de  
Tel.: 02 01/3 20 03-35

## 4.2 GedankenSpiele

### Bildungsangebote für Senioren / Vorträge, Seminare, Gesprächskreise

#### 1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Die Forderung einiger Verbände, mehr Bildungs- und Lernangebote in Altenheime zu bringen

#### 2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Kontaktaufnahme zu Frauen-Seniorenkreisen, Altenheimen und Seniorenresidenzen

#### 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Zielgruppenorientierte Themenauswahl und Präsentation. Raum für GedankenSpiele, d.h. für das Einbringen eigener Ideen, für Diskussionen, verbunden mit viel Spaß und Freude, sich auf die Themen einzulassen.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Maiwald, Dr., Renate  
Anschrift: Lührmannwald 51, 45149 Essen  
Tel.: 0201/71 66 93

## 4.3 PariSozial Essen, Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste mbH in der Stadt Essen / Offene Seniorenangebote

Bildungs- und Freizeitangebote für Seniorinnen und Senioren von PariSozial:

- Kreativität
  - Malkurse
- Bildung
  - Englischkurse mit unterschiedlichen Anforderungen
  - Gedächtnistraining
- Gesundheit
  - Entspannung mit Klangschalen
- Bewegung
  - Bewegung mit Musik / Tanz
- Info – Veranstaltungen zu unterschiedlichen Themen (z.B. Schwerbehindertenrecht, Vorsorgevollmacht, etc.)
- Treffpunkt
  - Offene Seniorengruppe / Unterhaltung und Spiel
- Unterstützung von Ehrenamt
  - Anbindung an Spaziergangsgruppen im Quartier
- Begleitung von Seniorinnen im Alltag

#### 1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Stadtteilnahme Angebote für Menschen in der nachberuflichen Lebensphase schaffen.

## 2. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Rekrutierung von Dozentinnen bzw. Dozenten zu unterschiedlichen Bildungsangeboten. Ausschreibung bzw. Veröffentlichung erster Kurse und Seminare. In Gesprächen herausfinden, was für die Menschen wichtig ist, was sie interessiert.

## 3. *Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

- Qualifizierte, zuverlässige Dozentinnen bzw. Dozenten.
- Gute Erreichbarkeit der Angebote.
- Angenehme Lernatmosphäre.
- Jede(r) kann mitmachen;
- man muss nicht Mitglied werden.

### Kontakt:

Name: Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste mbH  
in der Stadt Essen , Hildegard Fischer  
Anschrift: Camillo – Sitte – Platz 3  
Email: Hildegard.Fischer@paritaet-nrw.org  
Tel.: 0201 / 89533-30

## 4.4 **SamNett – Computerkurse für Senioren**

### 1. *Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Die zunehmende Technisierung in der Welt betrifft, ebenso wie die Jugend, auch die älteren Menschen. Zudem hat das Interesse an der im fortwährenden Wandel stehenden Technik auch zugenommen. Dies hat sich der ASB zum Grund genommen ein vielfältiges Angebot im Bereich der Computernutzung anzubieten (PC-Einweisung, Betriebssysteme, Bildbearbeitung etc.).

### 2. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Begonnen haben die SamNett Computerkurse vor allem mit Kursthemen für Computer/ Notebook „Erstbenutzer“. Mit der Zeit sind die Themen und Kurse vielfältiger geworden und haben sich somit den Interessen der Teilnehmer angepasst.

### 3. *Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative / Ihres Projektes?*

Kleine Gruppen. Gut geschulte Kursleiter. Vielfältiges Programm

### Kontakt:

Name, Vorname: ASB Betriebs GmbH Ruhr  
Anschrift: An der Kommende 12-14, 46238 Bottrop  
Email: sschnarre@asb-ruhr.info

#### **4.5 Seminare für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen von Seniorengruppen**

Jeden Monat wird den Mitarbeitenden der rund 80 Evangelischen Seniorengruppen in Essen und einzelnen interessierten Senioren ein Thema präsentiert, das zur Gestaltung von Seniorennachmittagen genutzt werden kann. Die Seminare werden durchschnittlich von 50-60 Teilnehmenden besucht. Darüber hinaus werden – je nach Bedarf – Seminare zur Leitung von Gruppen (Moderation, Gesprächsführung etc.) angeboten.

##### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Vor einigen Jahren wurde deutlich, dass ehrenamtliche Mitarbeitende, die sich in Kirchengemeinden für die Seniorenarbeit engagieren, Interesse am Austausch und an neuen Impulsen für die Gestaltung ihrer Gruppen haben, aber kaum miteinander vernetzt und passende Seminare nicht angeboten wurden.

##### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen aller evangelischen Kirchengemeinden wurden zu einem ersten Treffen eingeladen und nach den Bedarfen für ihr Engagement gefragt.

##### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihres Angebotes?*

Wichtig ist die Zuverlässigkeit und Regelmäßigkeit des Angebotes sowie eine gute Präsentation der jeweiligen Themen. Möglichkeiten zum Austausch mit anderen Ehrenamtlichen bestehen u.a. beim gemeinsamen Kaffeetrinken. Zusätzlich steht außerhalb der Seminare die Referentin für Einzelberatungen zur Verfügung.

#### Kontakt

Name, Vorname: Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks Essen  
Claudia Hartmann  
Anschrift: Haus der Ev. Kirche, III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail: c.hartmann@diakoniewerk-essen.de  
Tel.: 0201 – 2205 - 148

## 5. INFORMATION, SERVICE- und ASSISTENZPROJEKTE

---

### 5.1 Essener Demenz-Netzwerk

1. Was war der Anlass damit zu beginnen? Wie haben Sie angefangen?

Was waren die ersten Schritte?

Immer wieder kamen betreuende bzw. pflegende Angehörige von Menschen mit einer demenziellen Veränderung zur Beratung. Oftmals meinten diese Besucher/innen im Essener Stadtgebiet würde es keine Angebote für betroffene Menschen geben.

Darum haben im Sept. 2010 das Demenz-Servicezentrum (westl. Ruhrgebiet) und das Senioren- und Generationenreferat des Diakoniewerks die Träger von Angeboten für Menschen mit Demenz, die in ihrer eigenen Wohnung leben, zu einem Vernetzungstreffen eingeladen. Ziel war es unter anderem einen Wegweiser zu erarbeiten, in dem alle vorhandenen Angebote beschrieben werden. So entstand vor vier Jahren zum ersten Mal ein Überblick über die vielfältige Angebotslandschaft für dementiell veränderte Menschen und deren Angehörige, der Essener-Demenzwegweiser.

Insgesamt gehören dem Netzwerk ca. 25 Institutionen bzw. Einzelanbieter an und kümmern sich um die soziale und kulturelle Teilhabe von Menschen mit Demenz.

2. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Die Teilnehmenden arbeiten trägerübergreifend zusammen und haben das Interesse, Menschen mit Demenz und deren Begleitpersonen gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen.

#### Kontakt

Name, Vorname: Gerlach, Andrea (zentrale Pflegeberatung des Diakoniewerks)

Anschrift: Haus der Ev. Kirche, III. Hagen 39, 45127 Essen

E-Mail: a.gerlach@diakoniewerk-essen.de

Tel.: 0201- 2205-158

### 5.2 Begleitung einer Seniorin in der Bürgerinitiative AKTIVE 55+ (Mehrgenerationenhaus St. Anna)

1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Jetzt, da ich in Rente bin, anderen Menschen zu helfen

2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Besuch des „Runden Tisches“ der BürgerAktive 55+ Essen

Mehrgenerationenhaus Begleitung einer Seniorin

3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Ich gehe positiv, offen und interessiert auf den Menschen zu und respektiere ihn, seine Interessen, Bedürfnisse und Fähigkeiten.

Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

Kontakt:

Name, Vorname: Reiter, Ingeborg  
Anschrift: Eigene Scholle 10, 45144 Essen  
E-Mail: inke07@yahoo.de  
Tel.: 0201/64 63 768

**5.3 a) Club der Behinderten und ihrer Freunde (e.V.) = CBF  
b) rechtliche Betreuung**

zu a) „Verschenke etwas von Deiner Zeit, weil gemeinsam verbrachte Zeit Freude schenken kann“. Nach diesem Motto möchten wir mit Menschen arbeiten, ob es Senioren/ Seniorinnen oder Menschen mit Handicap sind. Auch junge und gesunde Menschen sind aufgerufen, mitzumachen.

Wir laden Menschen ein, die gern gemeinsam einen geselligen Nachmittag mit anderen verbringen wollen, um gemeinsame Dinge wie miteinander reden bei Kaffee und Kuchen in gemütlicher Atmosphäre (Begegnungszentrum).

Vorträge zu Themen, die Sie interessieren. Lesungen von einem guten Lektor oder Anhören von Hörbüchern. Basteln, Spiele aller Arten oder andere Aktivitäten.

Förderung und Stärkung der Eigeninitiative, Ermutigung zur Teilnahme am Leben, Förderung gegenseitiger Hilfe.

zu b) Ehrenamtlich rechtliche Betreuung können wir ebenfalls übernehmen, weil wir dazu ausgebildet sind.

*1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Nach Beendigung meiner selbständigen Tätigkeit wollte ich sozial und ehrenamtlich arbeiten.

*2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Kurse besucht, an Seminaren wie rechtliche Betreuung teilgenommen und wie arbeite ich mit Menschen, die ein Handicap haben und wie spreche ich mit Menschen, die sich total zurückgezogen haben und wie hole ich sie aus der Einsamkeit zurück.

*3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Kenntnisse, Arrangement, Kontaktfreudigkeit, Ausdauer und mit dem Herzen dabei sein. Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

Kontakt:

Name, Vorname: Steverding, Ludwig  
Anschrift: Alter Kreuzweg 21, 46325 Borken  
E-Mail: Steverding-Borken@t-online.de  
Tel.: 02861/903646; Mobil: 0151 183 144 63

## 5.4 Formularambulanz im Mehrgenerationenhaus

Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Behördengängen.

### 1. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Bekanntheit des Angebotes, Kompetenz bei der Unterstützung

Die Initiative ist Mitglied beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. Kapitel 6.2)

#### Kontakt:

Name, Vorname:           Guhlich, Ernst  
Anschrift:                 Elvenholzfeld 1b, 45289 Essen  
E-Mail:                     E.Guhlich@t-online.de  
Tel.:                         0163 88 23 821

## 5.5 Grüne Damen und Herren (Diakoniewerk Essen)

Der Dienst der sog. Grünen Damen und Herren ist ein ehrenamtlicher Dienst in Altenheimen und Krankenhäusern. Die Mitarbeitenden besuchen Patienten, hören zu, besorgen Zeitschriften und Bücher, lesen vor, sind bei Handreichungen behilflich und leisten Pforten- und Lotsendienste.

### 1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Die Idee kam ursprgl. aus den USA: Ehrenamtliche besuchen kranke und pflegebedürftige Menschen in Krankenhäusern und Altenheimen, sie führen Gespräche und unterstützen bei kleinen Erledigungen.

### 2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Über die Presse wurde dazu aufgerufen, sich ehrenamtlich für Patienten in Krankenhäusern und für Bewohner/innen in Pflegeheimen zu betätigen. Gleich bei der Gründungsveranstaltung vor 40 Jahren kamen 80 Interessierte zusammen! Inzwischen engagieren sich etwa 250 Ehrenamtliche in 18 Einrichtungen!

### 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Für alle Beteiligten hat der Dienst eine hohe Bedeutung. Die Wertschätzung von Patienten, Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitenden trägt zu einer guten Kooperation aller Beteiligten bei. Regelmäßig werden informative Seminare angeboten. Eine hauptamtliche Koordinatorin steht für Beratungsgespräche zur Verfügung.

#### Kontakt

Name, Vorname:           Diakoniewerk Essen, Grüne Damen & Herren  
Bürozeit: jeden Donnerstag, 9.00-12.00 Uhr  
Anschrift:                 Haus der Ev. Kirche, III. Hagen 39, 45127 Essen  
E-Mail:                     gruene-damen@diakoniewerk-essen.de  
Tel.:                         0201 – 2205 - 157

## **5.6 Häusliche Demenzbetreuung / Niedrigschwellige Betreuung für an Demenz erkrankte Menschen /**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Die Zahl der an Demenz erkrankten Menschen in Deutschland nimmt zu. Pflegende Angehörige stehen häufig vor schwierigen Situationen, die Pflege und Betreuung ihres Angehörigen zu gewährleisten. Sie sind dadurch enormen Belastungen ausgesetzt. Diese Familien brauchen Unterstützung. Das Ziel des ASB ist es, pflegende Angehörige zu entlasten und so ihre Pflegefähigkeit zu stärken.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Begonnen hat die häusliche Demenzbetreuung des Arbeiter-Samariter-Bundes Ruhr e.V. vor einigen Jahren, mit noch wenigen Betreuern und einem kleinen Kundenkreis. Ein Netz, das sich über die Jahre ausbauen konnte.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative / Ihres Projektes?*

Gut geschulte und emphatische Demenzbetreuer, Zeit für unsere Kunden, Beratung zum Thema Demenz.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Arbeiter-Samariter-Bund Ruhr e.V.  
Anschrift: Dreiringplatz 1, 45276 Essen  
Email: enebel@asb-ruhr.info

***Anmerkung: Weitere vergleichbare Angebote für Menschen mit Demenz sind im Demenz-Wegweiser des unter Punkt 6.1 beschriebenen Netzwerks aufgeführt.***

## **5.7 Herz Dame – HerzBube (Besuchsdienst der AWO)**

Der Besuchsdienst besteht in Borbeck und Rüttenscheid. Ehrenamtliche besuchen bei freier Zeiteinteilung Senioren, um diese aus ihrer Isolation zu holen und ihnen Kontakte zu ermöglichen, d.h. Spazierengehen, Vorlesen, Kartenspielen, gemeinsam Kaffeetrinken, Diskutieren oder einfach zuhören. Die Aktiven sind zum größten Teil jüngere Alte, die im Ruhestand sind, aber auch jüngere Personen, die etwas Sinnvolles tun wollen. Bei regelmäßigen Treffen üben die Ehrenamtlichen, sich auf Gesprächssituationen einzustellen, Vertrauen aufzubauen, mit alten, kranken und bettlägerigen Menschen umzugehen und zu entscheiden, wann professionelle Hilfe nötig ist. Begleitet wird dieser Besuchsdienst von einer Mitarbeiterin der AWO, die den Ehrenamtlichen bei Fragen zur Seite steht und die Besuchskontakte vermittelt.

#### *Anlass und Erfolg des Projektes:*

Der Bedarf wurde über die ehrenamtliche Clubarbeit formuliert. Den ehrenamtlichen Mit-

streitern bei der AWO fiel zunehmend auf, dass langjährige Mitglieder plötzlich nicht mehr in der Lage waren, selbständig die Seniorengruppennachmittage aufzusuchen. Um den Kontakt zu halten und das Gruppenmitglied nicht ganz zu verlieren, wurde ange-regt eine Besuchsdienstinitiative ins Leben zu rufen. Diese Initiative hat nun seit über 15 Jahren Bestand und ermöglicht bei freier Zeiteinteilung ein Ehrenamt auszufüllen, wenn „die Chemie“ zwischen Besucher und Kontaktsuchenden stimmt.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Höller, Marlies, Franziskastr. 14, 45131 Essen  
Bürozeiten: Di 10.00 - 13.00 Uhr, Do 13.00 - 15.00 Uhr  
Telefon: (0201) 72 69 867 oder 1897-407  
Fax: 0201 - 1897-147  
E-mail: marlies.hoeller@awo-essen.de

Name: Seniorenarbeit AWO Essen, Karlheinz Freudenberg,  
Telefon (0201) 1897-407,  
Mail: karlheinz.freudenberg@awo-essen.de

### **5.8 NAEHE – Versorgungsprojekt in Essen – Steele**

Die wichtigsten Ziele von "NAEHE" (mit einer quartiersnahen Versorgung):

- vorhandene Angebote transparent machen;
- die beteiligten Bürger erhalten Hilfsangebote, die sich untereinander vernetzen;
- hilfe- und pflegebedürftige Menschen sollen länger in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung bleiben können;
- die Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im Alter wird gestärkt;
- die Lebensqualität und die persönliche Versorgung werden verbessert, während gleichzeitig
- die pflegenden Angehörigen entlastet werden

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

In Essen nimmt die Zahl älterer Menschen deutlich zu. Besonders die Zahl der Hochbetagten – 80 Jahre und älter – wird stark ansteigen. Älteren, hilfsbedürftigen Menschen ist es wichtig, so lange wie möglich in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung leben zu können. Doch häufig lassen normale Anforderungen des Alltags wie Einkäufe oder Wohnungsreparaturen dies nicht zu. Im Mai 2014 haben die AOK Rheinland/Hamburg und die Stadt Essen das Hilfsprojekt NAEHE initiiert. Die Initiatoren wollen gemeinsam mit Partnern aus der gesamten Stadtgesellschaft ein Versorgungsnetz aufbauen, um den Bedürfnissen der hilfebedürftigen Menschen Rechnung zu tragen.

#### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Am 2.5.2014 unterschrieben Essens Oberbürgermeister Reinhard Paß und AOK-Vorstandschef Günter Wältermann eine Absichtserklärung ("Letter of Intent"). Ausgangspunkt für das Projekt ist der Stadtteil Steele. Das Versorgungsnetzwerk will dort vorhandene Hilfs- und Unterstützungsangebote miteinander verknüpfen und dafür sor-

gen, dass sich die vielfältigen Angebote einfach nutzen lassen.

#### Kontakt

Name, Vorname: Gemeinsamer Pflegestützpunkt im Haus der AOK  
Rheinland/Hamburg  
Anschrift: Friedrich-Ebert-Straße 49, 45127 Essen  
E-Mail: pflegestuetzpunkt-essen@rh.aok.de  
Tel.: 0201/ 20 11 751

### **Vergleichbare Initiativen, die Runden Tische für Seniorenarbeit, gibt es auch in anderen Essener Stadtteilen**

#### **5.9 Stadtteilservice**

Die Stadtteildienste der NEUE ARBEIT der Diakonie sind ein unentgeltlicher Besuchs- und Begleitedienst für hilfebedürftige alte und behinderte Menschen, sowie Eltern in Notlagen. Wir setzen da an, wo bei Pflegekassen und andere öffentliche Stellen finanzielle Hilfen nicht mehr vorgesehen sind und die Betroffenen entsprechende Dienste auf Grund zu niedriger Einkünfte nicht bezahlen können. Sollten weitergehende Bedürfnisse (Pflege, Betreuung etc.) entstehen, vermitteln wir an die „Beratungsstelle Pflege“ der Stadt Essen. Außerdem steht der Stadtteilservice Initiativen in den Stadtteilen als Ergänzung zu ehrenamtlich Tätigen zur Seite.

##### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Begleitung und Unterstützung von Senioren und Familien, die keine Möglichkeit der Hilfe durch Familienangehörige oder kommerzielle Anbieter haben („arme“ Senioren).

##### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Gespräche führen mit „Entscheidern“ auf der Ebene der Stadtteilarbeit, mit Kirchengemeinden und Wohnungsbauunternehmen sowie dem JobCenter. Also: Idee ausarbeiten und „wichtigen“ Menschen vorstellen

##### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Netzwerk haben, mehrere Interessen verbinden (hier: Stadt und JobCenter)  
Ein Angebot haben, was von vielen hoch gefragt wird (Kunden)

#### Kontakt:

Name, Vorname: Bräu, Ingo  
Anschrift: NEUE ARBEIT der Diakonie Essen gGmbH  
Am Krausen Bäumchen 132, 45136 Essen  
E-Mail: ingo.braeu@neue-arbeit-essen.de  
Tel.: 0201/89 413 34

Name, Vorname: Gerl, Sabine  
Anschrift: NEUE ARBEIT der Diakonie Essen gGmbH  
Abteilungsleitung Stadtteildienste

Königgrätzstr. 12, 45138 Essen  
Tel.: 0201/28038-817  
E-Mail: [sabine.gerl@neue-arbeit-essen.de](mailto:sabine.gerl@neue-arbeit-essen.de)

## **5.10 Wünschewagen – letzte Wünsche wagen**

### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Bei einer internen Klausurtagung im Juni 2013 des Arbeiter Samariter Bund Regionalverband Ruhr e.V. wurde die Idee zum Wünschewagen seitens unseres Vorstandsvorsitzenden vorgestellt. Nach dem Beispiel der niederländischen Wunsch Ambulanz, die bereits seit 2007 aktiv sind, möchten wir Menschen mit einer limitierten Lebenserwartung einen letzten Wunsch erfüllen.

Gemeinsam mit einem Team aus ehrenamtlichen Helfern und einem speziell ausgestatteten Krankentransporter, wollen wir sterbensranke und einen Angehörigen zu ihrem Wunschort bringen, sie vor Ort betreuen und sicher wieder nach Hause bringen. Der Wunsch ist für den Fahrgast und einen Angehörigen kostenfrei. Das Projekt soll langfristig durch Spendengelder finanziert werden.

### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Nach einer Vorbereitungsphase, in der das Projektkonzept erstellt und der Wagen angeschafft und den Anforderungen entsprechend umgebaut wurde, haben wir über Pressemitteilungen nach ehrenamtlichen Helfern gesucht und diese im Mai 2014 geschult. Eine weitere Schulung für neue Interessenten ist im September 2014 geplant. Derzeit befinden wir uns in der Testphase des Projektes, wo nur vereinzelt Wünsche erfüllt werden können (da der Pool an ehrenamtlichen Helfern noch relativ klein ist). Ende September möchten wir mit einer Auftaktveranstaltung und einem Pressetermin an die Öffentlichkeit gehen und das Projekt überregional bewerben.

### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Zwar stehen wir erst am Anfang unseres Projektes, dennoch ist das Interesse, sowohl medial als auch von Mitmenschen sehr groß. Wir sind überzeugt, dass das Projekt sehr erfolgreich sein und unser Angebot von Betroffenen gut genutzt werden wird.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Arbeiter Samariter Bund Regionalverband Ruhr e.V.  
Aynur, Nazan  
Anschrift: Richterstraße 20 – 22, 45143 Essen  
Email: [naynur@asb-ruhr.info](mailto:naynur@asb-ruhr.info)

## 6. ENGAGEMENT und SELBSTORGANISATION

---

### 6.1 alt.a (Essens Marktplatz für alles, was Altwerden schön macht)

#### 1. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Wir haben in der Innenstadt von Essen ein 500qm großes Café / Ausstellungszentrum eingerichtet und geben dort allen, die irgendetwas zum Thema „schön alt werden“ tun, so viele Hilfen wie nur möglich. Daneben wollen wir Produkte, die man aus dem Fernsehen und Internet kennt, zum Anfassen und Ausprobieren bereit stellen. Und es geht darum, dass man hilfsbereite Nachbarn, Freiberufler, ehrenamtliche Organisationen kennen lernt, und dass generationsübergreifende Zusammenarbeit im Bereich des Repair Café und unterschiedlichster Workshop Angebote entsteht.

#### 2. *Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

Seniorenprojekte sind u.E. zu sehr eingeteilt in „ehrenamtlich“ oder „gewerblich“. Diese Einteilung machen wir nicht, wir unterstützen auch diejenigen, die mit interessanten Projekten im Seniorenbereich Geld verdienen wollen – und Ehrenamtler natürlich genauso. Wir wollen zu einem sehr neutralen Zentrum werden, das allen Aktiven hilfreich ist, und das dadurch für alle Senioren und solche, die es werden wollen, interessant ist.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Piontek, Petra  
Anschrift: Rottstr. 26, 45127 Essen (Fr 13-18 / Sa&So 11-18 Uhr)  
E-Mail: info@alt-a.de / www.alt-a.de  
Tel.: 0201 847350

### 6.2 Bürger Aktive55+ Essen, „Runder Tisch“

Die Mitglieder der „Bürger Aktive55+ Essen“ sind Privatpersonen, die soziale und kulturelle Arbeit im Raum Essen leisten. Alle bringen ihr Erfahrungswissen in diese Arbeit ein. Anliegen ist es, Menschen jeder Altersgruppe Begleitung und Hilfe in Alltagssituation anzubieten. Besonders wichtig ist der Initiative, andere zu ermutigen, eigene Ideen für bürgerschaftliches Engagement zu entwickeln und umzusetzen.

Das Engagement ist generationenübergreifend. Alle sind vielseitig interessiert, lebenslanges Lernen und Weiterbilden ist allen darum sehr wichtig.

#### 1. *Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Teilnahme am EFI-Seminar 2010 (= Programm "Erfahrungswissen für Initiativen" des Landes NRW)

#### 2. *Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Entscheidung für ein erstes Projekt: Unterstützung von Alleinerziehenden (Kooperationspartner VAMV, Ortsverband und Landesverband); Konzept und Identifikationspapier erarbeiten, EFI-TN 2009 und 2011 als Unterstützer anwerben, Neue Interessenten auf diversen Veranstaltungen gewinnen

### 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Nachhaltige Begleitung und Hilfe von Menschen jeder Altersgruppe in Alltagssituationen! Unabhängigkeit von anderen Organisationen, Offenheit für alle Interessenten, Regelmäßiger „Runder Tisch“, Anspruchsvolles eigenes Projekt und gute Projekte anderer Teilnehmer/innen

#### Kontakt:

Name, Vorname: Brühmann, Christiane  
E-Mail: bruehmann@gmx.de  
Tel.: 0201 – 48 42 67

Name, Vorname: Heimannsberg, Jürgen  
Anschrift: Scheidtmanntor 2, 45276 Essen  
E-Mail: mjh49@t-online.de  
Tel.: 0201 - 50 07 10  
Webseite: [www.buerger-aktive-55plus.de](http://www.buerger-aktive-55plus.de)

### 6.3 Club der Behinderten (CBF)

„Verschenke etwas von Deiner Zeit, weil gemeinsam verbrachte Zeit Freude schenken kann“. Nach diesem Motto möchten wir mit Menschen arbeiten, ob es Senioren/ Seniorinnen oder Menschen mit Handicap sind. Auch junge und gesunde Menschen sind aufgerufen, mitzumachen.

Wir laden Menschen ein, die gern gemeinsam einen geselligen Nachmittag mit anderen verbringen wollen, um gemeinsame Dinge wie miteinander reden bei Kaffee und Kuchen in gemütlicher Atmosphäre (Begegnungszentrum).

Vorträge zu Themen, die Sie interessieren. Lesungen von einem guten Lektor oder Anhören von Hörbüchern. Basteln, Spiele aller Arten oder andere Aktivitäten.

Förderung und Stärkung der Eigeninitiative, Ermutigung zur Teilnahme am Leben, Förderung gegenseitiger Hilfe.

Ehrenamtlich rechtliche Betreuung können wir ebenfalls übernehmen, weil wir dazu ausgebildet sind.

#### 1. Was war der Anlass damit zu beginnen?

Menschen, die allein sind und isoliert leben und Menschen mit einem Handicap zu unterstützen und zu integrieren.

#### 2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Kurse besucht und ähnliche Projekte vorher besucht. Mit dem Beginn vom CBF wurde ein gemeinnütziger Verein gegründet und ins Vereinsregister eingetragen.

#### 3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Ich wollte mich ehrenamtlich für Menschen, die Hilfe brauchen, einsetzen.

Die Initiative ist auch Teilnehmer beim Runden Tisch Bürger Aktive 55+ Essen (s. 6.2)

Kontakt:

Name, Vorname: Potthoff, Brigitte  
Anschrift: Kißmanns-Berg 31, 45359 Essen  
E-Mail: bgpottie@t-online.de  
Tel.: 0160 – 94 71 03 93

## **6.4 Gesprächskreis „Mäuse für Ältere“**

### **Sinnvolles tun - Träume verwirklichen - Geld verdienen**

Zum Gesprächskreis werden alle eingeladen, die sich über Möglichkeiten, Erfahrungen und Zukunftspläne bezahlter Arbeit neben der Rente austauschen möchten.

Dabei geht es zum einen um konkrete Fragen wie: Selbständigkeit oder Minijob ab 65? Wie viel will ich noch arbeiten? Wie flexibel will ich mein Leben jetzt gestalten? Welche Träume will ich noch verwirklichen? Zum anderen sollen neben diesen individuellen Themen auch gesellschaftliche Fragen angesprochen werden: Was kann in Essen getan werden, um eine Kultur des Aktiven Alters voranzubringen? Wie können andere ermutigt werden, Arbeit mit Leidenschaft im Alter weiterzuführen und dabei auf „Mäuse“ nicht zu verzichten?

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Eigene Erfahrungen mit Freiberuflichkeit, freiwilligem und beruflichem Engagement neben der Rente.

Nicht allen reicht im Alter die Konzentration auf Enkel, freiwilliges Engagement und Seniorenkino. Viele wollen noch sinnvoll arbeiten – um die Rente aufzustocken oder nicht von Altersarmut betroffen zu sein, aber auch weil es Spaß macht und zum Leben dazu gehört.

#### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Zu zweit ein Grobkonzept entwickeln, die ersten drei Termine festlegen, einen Handzettel mit Einladungstext und drei Terminen usw. entwerfen, kopieren und verteilen. Einladungen in Mailverteiler und Netzwerke eingeben.

#### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?*

- zwei Leute, die das Ganze mit Lust und Energie in die Hand nehmen – auch aus eigener Betroffenheit heraus
- viele Kontakte, um die Idee unter die Leute zu bringen
- alt-A als Kooperationspartner
- die Vision, nicht nur individuelle Lösungen für Zuverdienst im Alter zu suchen, sondern in Essen ein Netzwerk aufzubauen, das ältere Frauen und Männer ermutigt, sinnvolle Arbeit zu suchen und Geld zu verdienen.

Kontakt:

Name, Vorname: Wolfgang Nötzold  
Anschrift: Geku-Haus, Viehofer Str. 31  
Email: w.noetzold@unperfekthaus.de

Tel.: 0201-84735-44

Name, Vorname: Cornelia Sperling  
Anschrift: RevierA GmbH, Franz-Arens-Str. 15  
Email: c.sperling@reviera.de  
Tel.: 0201 - 27 40 860

### **6.5 „Ideenlabor“**

Als Initiative für die Bildung eines Arbeitskreises für die Gründung eines „Bürgerfonds Essen“ und Impuls für gemeinschaftsfördernde Projekte innerhalb unserer Stadtgesellschaft.

#### *1. Was war der Anlass damit zu beginnen?*

Unzureichender gesellschaftlicher Zusammenhalt, wachsendes Nord-Süd-Gefälle und Notwendigkeit einer finanziellen Unterstützung ehrenamtlicher Mitwirkung und sozialer Projekte.

#### *2. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Ehrenamtliche Mitwirkung in verschiedenen Projekten der Ehrenamt Agentur Essen, dann „Bildungspate“ im Projekt Kinder Chancen, Aufruf zu einem „Bürgerfonds Essen“ in 2013 durch einen Dialog hierüber und nun Beginn mit dem „Ideenlabor“ als Impulsgeber.

#### *3. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative / Ihres Projektes?*

Ein Erfolg meiner Initiative setzt nach meiner Einschätzung voraus:

- Bildung eines Arbeitskreises,
- Gedankenaustausch über bestehende und notwendige neue Projekte für „Jung“ **und** „Alt“
- Konsens über besonders wichtige und förderungswürdige ehrenamtliche Unternehmungen und soziale Projekte
- Finanzielle Unterstützung durch einen „Initiativkreis Bürgerfonds Essen“.

#### Kontakt:

Name, Vorname: Tückmantel Dr., Peter  
Anschrift: Postfach 340 154, 45073 Essen  
E-Mail: tueckmantel@t-online.de

### **6.6 SPD AG 60plus**

Die aktiven Personen in den demokratischen Parteien werden immer älter, deshalb ist es erforderlich, gute und aktive Mitglieder zu halten und Aktivitäten zu entwickeln.

#### *1. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?*

Wir haben 1997 versucht, ältere Mitglieder zu mobilisieren und Aktivitäten als Projekte zu entwickeln, die angesprochen haben.

## 2. Was sind – nach Ihrer Meinung – die Kriterien für den Erfolg Ihrer Initiative?

Die Kriterien für die Erfolge in unserer Initiative sind, nicht aufzugeben und immer regelmäßig zusammenzuarbeiten. Ich bin oft gefragt worden, wie ich das fertigbringe, das alles seit 1997 so gut läuft. Antwort: siehe am Anfang der Erklärung.

### Kontakt:

Name, Vorname: Völker, Karl-Heinz  
Anschrift: Herthastr. 8, 45131 Essen  
Tel.: 0201 - 42 30 00

## 6.7 WohnQuartier<sup>4</sup> (“Die Zukunft altersgerechter Quartiere gestalten”)

- Kirchengemeinde Altenessen-Karnap -

### 1. Wie haben Sie angefangen? Was waren die ersten Schritte?

Nach einer zweijährigen Entwicklungsphase ist am 1. April 2008 das von der HOCHTIEF Construction AG, dem Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Nordrhein und dem Diakonischen Werk Rheinland gemeinsam mit einem interdisziplinären Expertenteam entwickelte Konzept WohnQuartier<sup>4</sup> – “Die Zukunft altersgerechter Quartiere gestalten” – an den Start gegangen.

Mit Fördermitteln der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW und unter Begleitung des Ministeriums für Generationen, Familie, Frauen und Integration NRW wurde WohnQuartier<sup>4</sup> über einen Zeitraum von drei Jahren zunächst an zwei ausgewählten Projektstandorten erprobt, und zwar in Essen-Altenessen Süd und in Remscheid-Hohenhagen.

Unter dem Motto „Die Zukunft altersgerechter Quartiere im demografischen Wandel gestalten“ werden hier im Verbund mit den örtlichen Trägern unter intensiver Beteiligung und Mobilisierung der Bewohner/innen, unterstützt durch die Kommunen, innovative Strategien und Projekte entwickelt und umgesetzt.

Das Projekt wird nach Beendigung der Pilotphase weiter fortgeführt

### Regelmäßige Angebote von WohnQuartier<sup>4</sup>:

Neben der Beratung und Vermittlung von Servicediensten, bietet WohnQuartier<sup>4</sup> unter anderem folgende regelmäßige Angebote:

#### a) „Café Palmbüscken“ - ein Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Das Café richtet sich an Menschen mit einer demenziellen Veränderung. Das Team (bestehend aus haupt- und ehrenamtlich Tätigen) gestaltet mit der ganzen Gruppe anregende zweieinhalb Stunden. Es wird gemeinsam gegessen und getrunken, für angemessene Bewegung gesorgt, man erinnert sich an vergangene Zeiten und vieles mehr. Das Café findet immer mittwochs von 14.30 Uhr – 17.00 Uhr im Bistro des Familienzentrums Vogelnest, Palmbuschweg 156 in Altenessen statt.

#### b) Netzwerktreffen

Was ist das NETZWERK ALTENESSEN? "Wir älteren Netzwerker wollen nicht nur die reichhaltigen „Fertiggerichte“ der Freizeitangebote verschiedener Anbieter nutzen, sondern zusätzlich selbst aktiv werden, organisieren und gemeinsam gestalten - so verste-

hen wir Teilnehmenden unser neues Netzwerk in Altenessen.  
Wir treffen uns an jedem vierten Mittwoch eines Monats um 17.30 Uhr im 'Foyer' am  
Palmbuschweg 156, 45326 Essen. Interessierte sind herzlich willkommen!"

Sehr gerne laden wir weitere Teilnehmende für unser Netzwerk in Altenessen ein!"

*c) Quartierszeitung „Gazette“*

Die Gazette erscheint in vier Ausgaben jährlich, beteiligt sind neben WQ 4 auch das  
Familienzentrum „Vogelnest“, die Wohnungsbaugesellschaft VIVAWEST und die  
Kirchengemeinde Altenessen-Karnap. Zu den aktuellen Entwicklungen im Stadtteil, zu  
besonderen Veranstaltungen aber zu Problemen mit Wohnen und Leben in Altenessen  
versucht die Gazette die LeserInnen im Quartier zu informieren. Gern werden auch Bei-  
träge der LeserInnen veröffentlicht.

Kontakt:

Name, Vorname:	Behnsen, Antje
Anschrift:	Palmbuschweg 156, 45326 Essen
Tel.:	0201 / 85 60 807
E-Mail:	quartiersbuero.altenessen@googlemail.com

## 7. ANHANG

---

### 7.1 Literatur

Ahrens, Petra-Angela: Religiosität und kirchliche Bindung in der älteren Generation. Ein Handbuch, Leipzig 2014

Ahrens, Petra-Angela: Uns geht´s gut. Generation 60plus: Religiosität und kirchliche Bindung, Berlin 2011

Aner Kirsten: „Ich will, dass etwas geschieht“. Wie zivilgesellschaftliches Engagement entsteht – oder auch nicht. Berlin 2005

Blasberg-Kuhnke, Martina / Wittrahm, Andreas (Hrsg.): Altern in Freiheit und Würde. Handbuch christliche Altenarbeit, München 2007

Bischof, Christine / Weigl, Barbara (Hrsg.): Handbuch innovative Kommunalpolitik für ältere Menschen, Berlin 2010

De Groote, Kim: „Entfalten statt liften!“. Eine qualitative Untersuchung zu den Bedürfnissen von Senioren in kulturellen Bildungsangeboten, München 2013

Diakonisches Werk der EKD e.V. u.a.: Leitfaden: Qualitätsentwicklung in der Offenen Altenarbeit. Aktualisierte Version 2009 von: April 2005 Berlin

Eichener, Volker / Fischer, Veronika / Nell, Karin (Hrsg.): Netzwerke – ein neuer Typ bürgerschaftlichen Engagements. Zur Theorie und Praxis der sozialen Netzwerkarbeit mit Älteren, Schwalbach / Ts. 2003

Eichhorn-Kösler, Elfi / Kraus, Bernhard: Seniorennachmittage. Impulse und Anregungen, Freiburg i.B. <sup>2</sup>2008

Heetderks, Gerrit (Hrsg.): Aktiv dabei: Ältere Menschen in der Kirche, Göttingen 2011

Heetderks, Gerrit / Wasserloos-Strunk, Martina: Freiwilliges Engagement in der Gemeinde. Düsseldorf 2013

Kade, Sylvia: Altern und Bildung. Eine Einführung, Bielefeld 2007

König, Volker / Sommer-Loeffen, Karen (Hrsg.): Gemeinde aktiv im Stadtteil. Düsseldorf 2011

Köster, Dietmar u.a.: Qualitätsziele moderner SeniorInnenarbeit und Altersbildung. Das Handbuch, hg. im Auftrag des Forschungsinstitutes Geragogik FoGera, Oberhausen 2008

Netzwerk: Soziales neu gestalten (Hrsg.): Zukunft Quartier – Lebensräume zum Älterwerden. Band 2: Eine neue Architektur des Sozialen – Sechs Fallstudien zum Welfare Mix, Gütersloh 2009

Neuhausen, Elke / Giesler, Renate: Wie die Kirche ältere Menschen wahrnimmt : Strukturen, Ressourcen und Angebote in den Landeskirchen der EKD. Eine Studie des Sozialwissenschaftlichen Instituts, Hannover 2011.

Otten, Prof. Dieter: Die 50+ Studie. Wie die jungen Alten die Gesellschaft revolutionieren, Reinbek bei Hamburg 2008

Sommer-Loeffen, Karen (Hrsg.): Systematische Ehrenamtsarbeit. Eine Praxishilfe für Kirche und Diakonie, Düsseldorf 2009

Stiftung Mitarbeit (Hrsg.): Handbuch Community Organizing - Theorie und Praxis in Deutschland, Bonn 2014

Stiftung Mitarbeit: Das Planspiel-Buch - Anregungen und Spiele für Engagierte, Bonn 2008

## **7.2 Mitglieder des Arbeitskreises Offene Seniorenarbeit und Bürgerengagement Essen**

### **Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Essen**

Karlheinz Freudenberg  
Pferdemarkt 5 | 45127 Essen  
Tel.: 0201 / 1897 407  
Fax.: 0201 / 1897 147  
E-Mail: karlheinz.freudenberg@awo-essen.de

### **Caritasverband für die Stadt Essen e. V.**

CKD-Geschäftsführung / Offene Seniorenarbeit  
Angelika Preuß  
Niederstr. 12 – 16 | 45141 Essen  
Tel.: (02 01) 3 20 03-35  
Fax: (02 01) 3 20 03-56  
E-Mail: a.preuss@caritas-e.de

### **Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Essen**

Seniorenreisen / Seniorenhilfe  
Gerhard Jasinski  
Hachestr. 32 | 45127 Essen  
Tel: (02 01) 84 74 - 230  
E-Mail: gerhard.jasinski@drk-essen.de

### **Diakoniewerk Essen**

gemeinnützige Senioren- und Krankenhilfe GmbH  
Senioren- und Generationenreferat / Ehrenamt  
Claudia Hartmann  
III. Hagen 39 | 45127 Essen  
Telefon: 0201 – 2205-148  
Fax: 0201 – 2205-184  
E-Mail c.hartmann@diakoniewerk-essen.de

### **Essener Seniorengemeinschaft für Sport und Freizeit e.V. (ESG)**

Geschäftsstelle  
Iris Schmelz  
Steeler Str. 38 (im Haus des Sports)  
45127 Essen  
Tel.: 0201-2480333  
Fax: 0201-2480335  
Email: info@esg-online.org

## **LAB Lebensabendbewegung e.V. - Länger Aktiv Bleiben**

Dietlind Eisenburger

Tel.: 0201 / 66 04 81

## **PariSozial – gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste in der Stadt Essen mbH**

Hildegard Fischer Camillo-Sitte-Platz 3 |

45136 Essen

Telefon: 0201/ 89 533 - 30

Fax: 0201/ 89 533 - 25

e-Mail: Hildegard.Fischer@paritaet-nrw.org

## **Stadt Essen**

Amt für Soziales und Wohnen

Abteilungsleiter Soziale Dienste

Rüdiger Becker

Steubenstr. 53 | 45121 Essen

Telefon: 0201 / 88 50200

Fax: 0201 / 88 91 50200

E-Mail: ruediger.becker@sozialamt.essen.de

## **Stadt Essen**

Fachbereich Soziales und Wohnen

Seniorenreferat

Linda Breuing-Brökelmeier

Steubenstraße 53 | 45138 Essen

Telefon 0201/88 50666

Fax 0201/88-50153

E-Mail linda.breuing@sozialamt.essen.de

## **Stadt Essen**

Amt für Soziales und Wohnen Seniorenreferat

Geschäftsstelle des Arbeitskreises Offene Seniorenarbeit und Bürgerengagement Sigrid

Schreiber

Steubenstr. 53 | 45121 Essen

Telefon: 0201 - 88 50 670

Fax 0201 - 88 50 153

e-Mail: Sigrid.Schreiber@sozialamt.essen.de

## **ständiger Gast**

### **Arbeitskreis Interkulturelle Altenhilfe**

Ricarda Fischer

Institut für Stadtteilentwicklung, Sozialraumorientierte Arbeit und Beratung (ISSAB)

Tel.: 0201 / 88 - 51888

E-Mail: ricarda.fischer@amt68.essen.de