

Anhang zum Ergebnisbericht

Basel, 22. August 2022

Autorenteam:

Daria Wenger (ProjektForum)

Michael Tschäni (Planungskoordination, Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt)

Kontakt:

Michael Tschäni, Koordinationsstelle Alter, Planungskoordination, Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, Malzgasse 30, CH-4001 Basel,
alter@bs.ch, +41 61 267 95 16

| | |
|---|----|
| 1. Bereich 1: Förderung von Sozialer Teilhabe | 3 |
| 1.1 Gesprächsrunde Goetschel-Schnizer | 3 |
| 1.2 Gesprächsrunde Golly | 7 |
| 1.3 Gesprächsrunde Tschäppät..... | 12 |
| 1.4 Gesprächsrunde Schermbach | 19 |
| 2. Bereich 2: Schutz vor Benachteiligung und Ausschluss | 24 |
| 2.1 Gesprächsrunde Diouf | 24 |
| 2.2 Gesprächsrunde El Aswad | 31 |
| 2.3 Gesprächsrunde Frei | 34 |
| 2.4 Gesprächsrunde Witte | 39 |
| 3. Allgemeine Rückmeldungen nach dem Anlass vom 23. Juni 2022 | 44 |
| 3.1 Rückmeldung 1..... | 44 |
| 3.2 Rückmeldung 2..... | 45 |
| 3.3 Weitere Rückmeldungen..... | 46 |

1. Bereich 1: Förderung von Sozialer Teilhabe

1.1 Gesprächsrunde Goetschel-Schnizer

Memo zur Gesprächsrunde Goetschel - Termin 1&2

Datum: 24. März 2022

Ort der Durchführung: Gesundheitsdepartement Kanton Basel-Stadt

Moderation: D. Goetschel Schnizer

Protokoll: Ph. Goetschel

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Wir haben die beiden Gesprächsrunden an einem Nachmittag geführt.

Besondere Beobachtungen

- aktive Teilnehmende
- alle kognitiv „rüstig“
- alle in der Freiwilligenarbeit tätig
- eine Person ist im Rollstuhl

Wichtigste Erkenntnisse

Einsamkeit ist keine Frage des Alters, insbesondere des hohen Alters.
Soziale Teilhabe gehört auf die politische Agenda mit konkreten und umsetzbaren Konzepten.
Einsamkeit hat auch noch einen finanziellen Aspekt/Konsequenzen: Altersarmut fördert Einsamkeit

Plakate und Notizen Gesprächsrunde Goetschel

Goetschel

Das Thema...

2. Teil Karten/Bilder

«Herausforderungen» / «Schattenseiten»
1. Teil/Film

Einsamkeit ist immer dabei

Einsamkeit Akzeptanz z.B. Resignation/Lachen

Einsamkeit => Weg von der Weg Kommunikation

Kein Rezept für das Alter

Weg im "Gehes" Weg im Altersveränderungen

Bzahl bere Wohnung im Alter

Nicht glücklich, Leben Mensch!

2. Teil Karten/Bilder

«Chancen» / «Sonnenseiten»
1. Teil/Film

«Neutral» Einsamkeit betrifft alle (kommen alle)

Freude

Teilnahme

Engagement

Menschen sind nur im Alter (alt ist jünger wie)

Set an andere Wünsche aufpassen, dass eigene Bedürfnisse (Alten) sind!

Niederkufen => 40er Monat... (unleserlich)

Aussagen über machen

Aussagen über... (unleserlich)

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

"Einsamkeit" ist keine Frage des Alters!

Schritt von Einsamkeit z. Teilhabe:
=> niederschwellig
=> lustvoll, aktivierend, umsetzbar

Das Leben leben!

Gründe und Ursachen

Einsamkeit / Isolation

Situationen, in denen wir uns einsam/isoliert fühlen

Krisensituation
Wenn ich nicht verstanden wird

Gründe/Ursachen für Einsamkeit und Isolation

Keine Möglichkeit wieder zu werden
Verlust an jemandem
Unsere Einstellung aber auch konkrete Handlungen

Teilhabe / Dazugehörigkeit

Situationen, in denen wir uns „nicht-einsam“ fühlen, in denen wir uns **dazugehörig, geborgen, angenommen, integriert, gut eingebettet** fühlen...

Platzhaken
Chor & Tanzprojekte

Wertschätzung spüren
Wertschätzung
- Feedback
- Anerkennung
- Anerkennung schenken

Familie haben

Menschlich sein
- aktiv involviert
- Probleme haben
- Sinnvoll machen

Gründe/Ursachen für Dazugehörigkeit und Teilhabe

Platzhaken
Voranken zur Verfügung

Gesamtheit fördern

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

In der Einsamkeit Gedulde zeigen, wirken können.

Miteinander reden + Zuhören

Durch Wertschätzung =>

- aufgehoben fühlen
- akzeptiert
- geschätzt
- aktiv

Was tun gegen Einsamkeit?

Persönliche Strategien

Was tun wir gegen Einsamkeit/Isoliertheit?

- Aktiv sein
- Hören, Atem, Zuhören
- Aushalten
- Altersarmut
- mentaler Ort
- Respektive haben

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Hilfsangebote sind nützlich

- Pro Senectute
- Gründer Basel

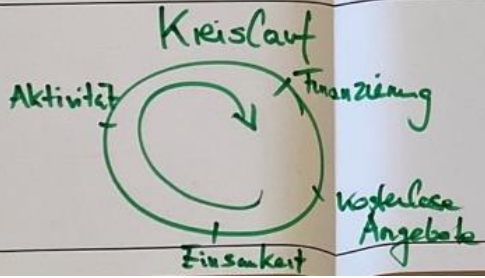
Hindernisse bei der Nutzung von Hilfsangeboten

- Webseite GTD nicht ansprechend
- Nicht mit Schulmedizin
- Angebote nicht sofort sichtbar
- Einsamkeit hat mit Armut z tun (Altersarmut)

Das fehlt - das würden wir brauchen

- Anregende + offene Webseite
- mit Gesamtüberblick
- Kostengünstig / kostenlos
- Mobilität im Alter / kostenloses OV

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion



Altersarmut fördert Einsamkeit.

Soz. Teilhabe im Alter gehört in die polit. Agenda mit konkreten + umsetzbarem Konzept.

1.2 Gesprächsrunde Golly

Memo zur Gesprächsrunde Golly - Termin 1

Datum: 16.03.2022

Ort der Durchführung: GD, Malzgasse 30, Basel

Moderation: Lars Golly

Protokoll: A. Röllin

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Die Teilnehmer waren fünf Männer zwischen 52-74 Jahren. Sie waren sehr interessiert. Sie gehören zu einer festen Gruppe in der Abteilung Sucht des GB. Es wurde rege diskutiert, mitgearbeitet und eigene Gedanken eingebracht.

Besondere Beobachtungen

Der Fokus lag hauptsächlich bei den Themen „Wohnsituation“ und „Allein sein“. Wobei allein sein nicht als negativ gesehen wurde, sondern als individuelle Freiheit.

Wichtigste Erkenntnisse

Die Teilnehmer waren sich einig, dass ein gemischtes Wohnumfeld wichtig sei. Also nicht nur eine isolierte Alterssiedlung, sondern dass Kontakt zu verschiedenen Altersgruppen positiv ist. Ausserdem ist die eigene Privatsphäre wichtig und auch mal allein sein zu dürfen.

Memo zur Gesprächsrunde Golly - Termin 2

Datum: 30.03.2022

Ort der Durchführung: GD, Malzgasse 30, Basel

Moderation: Lars Golly

Protokoll: Conny Bader / Flurina Hüglin

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Die Teilnehmer kamen sehr schnell wieder in das Thema rein. Die Diskussion verlief lebhaft und engagiert.

Besondere Beobachtungen

Die Teilnehmer haben ihre Erkenntnisse eher auf andere Personen, nicht auf sich selbst bezogen.
Die Problematik wurde eher externalisiert.

Wichtigste Erkenntnisse

1. Informationen an isolierte Personen:
Veranstaltungen / Angebote könnten per Post, Massenversand an bestimmte Altersgruppen geschickt werden.
2. Sensibilisierung jüngerer Gruppen Kontakt zu älteren / isolierten Personen aufzunehmen. (Einkaufshilfen etc.)

Plakate und Notizen Gesprächsrunde Golly

Golly

Das Thema...

"aus" Altersvidual ist unklar
 Suche nach Freundschaften
 Benötigung ist wichtig
 Beschäftigen suchen
 Richtiges Umfeld haben
 Durchmischt Umfeld förderlich
 Schwermg. beiden auf Seite zu gehen.
 Mit 70 Altersvidual an früh
 Aktiv bleiben ist wichtig
 Gefahr um ein Loch zu fallen.
 Wie wohnt ich, wenn ich alt bin?
 Kann nicht alleine sein
 Keine Familie, keine Freundschaften mehr.
 Berührung. Ängste in / Alk.
 Einsamkeit kann etwas schönes sein
 Einsamkeit kann leben sein
 Umfeld alle ge- mischt sein
 Pastu- schenft suchen

«Herausforderungen» / «Schattenseiten»

«Neutral»

«Chancen» / «Sonnenseiten»



Wetter kann depressiv machen



vorhandenes soziales Netz



Kommunikation

Offenheit und Gesprächsbereitschaft

Rückzug durch Trinkphase

Alleinsein

Einsam

Beziehung

Aktivität

etwas unternehmen



Freundschaften

Hobby

Gespräch

Trinkphase = Einsam



Sorgen haben

soziales Umfeld



Geborgenheit

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Man darf auch mal alleine sein

frühzeitig das Älterwerden annehmen und sich Gedanken machen

Durchmischen und Begegnungsräume

Golly

Gründe und Ursachen

Einsamkeit / Isolation

Situationen, in denen wir uns **einsam/isoliert** fühlen

- Weil-nachten
- Einsamkeit trotz Begegnung
- Triumphieren

Gründe/Ursachen für Einsamkeit und Isolation

- keine eigene Familie haben
- Depression
- Schaufelgefühle
- Körper-Einschränkungen

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Alleinssein heißt nicht Einsamkeit -
 Man kann auch mit mehreren Menschen einsam sein

Teilhabe / Dazugehörigkeit hat etwas mit einem guten Gefühl in der Gemeinschaft zu tun

Teilhabe / Dazugehörigkeit

Situationen, in denen wir uns „**nicht-einsam**“ fühlen, in denen wir uns **dazugehörig, geborgen, angenommen, integriert, gut eingebettet** fühlen...

- Kirchengemeinde
- Gruppenangebote (Ankurbelung)
- Einladungen
- Gruppentreff
- Angebote der Kirche
- Begegnungen

Gründe/Ursachen für Dazugehörigkeit und Teilhabe

- Freundschaften
- geborgen + willkommen fühlen
- Gemeinschaft
- Zugehörigkeit einer Gemeinschaft
- Freundschaften = Zugehörigkeit

Aktivität ist die Voraussetzung für Teilhabe.

Angebot kommt nicht zu isolierten Personen

Was tun gegen Einsamkeit?

Persönliche Strategien

Was tun wir gegen Einsamkeit/ Isolation?

- Freizeitaktivitäten pflegen
- Informationen holen
- Kontakt zu Familie

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Hilfsangebote sind nützlich

- Nachbarschaft
- Bezugsperson
- Informationen vor Ort
- Vertrauen
- Spitex pro Service
- Kontinuität
- Geisteszeitgen
- Sicherheit

Hindernisse bei der Nutzung von Hilfsangeboten

- Inkompetenz
- Falsche Beratung
- nicht geliebt werden
- nicht ernst genommen werden
- Erreichbarkeit
- "nicht anmassen lassen"
- Menschen, welche sich nicht helfen lassen wollen

Das fehlt - das würden wir brauchen

- Bekanntheit der Angebote
- Angebote
- Broschüren versenden
- Jüngere Menschen aktivieren/motivieren Kontakt zu älteren Menschen zu knüpfen
- Belohnung öffentl. Raum
- Informationen z.B. Flyer
- Übersicht
- Personen erreichen, welche alleine wohnen
- Info durch Vermietel/Stand
- Sensibilisierung d. Nachbarn

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Es ist schwierig isolierte Personen zu erreichen - man versucht Personen zu erreichen die nicht erreichbar sind

persönliche Information per Post an alle über ein bestimmtes Alter - niedrige Hemmschwelle

Personen welche nicht isoliert sind motivieren, Isolierte Einsame zu erreichen und anzusprechen (Tag d. Nachbarschaft)

1.3 Gesprächsrunde Tschäppät

Memo zum Einzelgespräch Tschäppät - Termin 1

Datum: 11.04.2022

Ort der Durchführung: zuhause

Moderation: Nicole Tschäppät

Protokoll: Nicole Tschäppät

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Sehr gut, wir hatten ein angenehmes, ausführliches Gespräch.

Besondere Beobachtungen

-

Wichtigste Erkenntnisse

1. Persönliche Kontakte sind der Schlüssel zu Angeboten. Flyer werden nicht beachtet.
2. Durch den persönlichen Kontakt entsteht das Gefühl von Zugehörigkeit.
3. Die eigene Biografie ist entscheidend für die soziale Integration im Alter. Wer vorher nicht gelernt hat, auf Menschen zuzugehen, hat es im Alter schwieriger.
4. Die Infrastruktur von Räumlichkeiten, in welchen Angebote stattfinden, müssen für Senior: innen gut sein.

Memo zum Einzelgespräch Tschäppät - Termin 2

Datum: 13.04.2022

Ort der Durchführung: zuhause

Moderation: Nicole Tschäppät

Protokoll: Nicole Tschäppät

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Sehr gut, wir hatten ein angenehmes, sehr reflektiertes Gespräch.

Besondere Beobachtungen

Der Herr hat sich sein Leben lang oft einsam gefühlt.

Wichtigste Erkenntnisse

- Das Gefühl von Zugehörigkeit verändert das Grundgefühl. Einsamkeit ist ein Grundgefühl, nicht ein Moment.
- Um Angebote zu nutzen, brauche ich einen persönlichen Kontakt, eine Brücke, Personen, die dort sind, die ich schon kenne.
- Monatliche Angebote verringern keine Einsamkeit, die Angebote müssen wöchentlich sein.

Memo zum Einzelgespräch Tschäppät - Termin 3

Datum: 14.04.2022

Ort der Durchführung: zuhause

Moderation: Nicole Tschäppät

Protokoll: Nicole Tschäppät

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Durch die Lebenssituation der Person sind wir oft bei anderen Themen gelandet. Ebenfalls haben wir gleichzeitig eine Wäsche gemacht, weil sie dies nicht mehr alleine kann und die Putzfrau wegen den Feiertagen nicht kann. Trotzdem haben wir alle Fragen diskutiert.

Besondere Beobachtungen

Die Not ist sehr vielseitig/vielschichtig und nicht einfach abzuwenden.

Wichtigste Erkenntnisse

- Hemmung / Scham / vermindertes Selbstbewusstsein kann einsam machen.
- Der richtige Ansatz ist nicht immer dort wo man ihn vermutet. -- > Wohnung Schön einrichten.

Memo zum Einzelgespräch Tschäppät - Termin 4

Datum: 11.04.2022

Ort der Durchführung: zuhause

Moderation: Nicole Tschäppät

Protokoll: Nicole Tschäppät

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Gut, sie hat ausschweifend über ihr Leben erzählt. Es war manchmal etwas schwierig beim Thema zu bleiben.

Besondere Beobachtungen

Die Frau hatte ihr Leben lang eine gute Freundin in England und (bis zu seinem Tod) ihren Mann. Andere Freunde hatte sie nur in sehr jungen Jahren anfangs Ehe.

Wichtigste Erkenntnisse

- Gruppenaktivitäten sind nicht mehr möglich. Das Hörgerät kommt mit der Geräuschkulisse von Gruppen nicht zurecht.
- Soziale Kontakte: Nachbarinnen, die seit vielen Jahren im selben Haus wohnen, die Moderatorin und eine von der Moderatorin vermittelte junge Nachbarin → persönlicher Bezug.
- Kontakt mit früheren Freunden braucht ab, als diese Kinder bekamen → Austausch zwischen Familien und Alleinstehenden ist schwierig.

Plakate und Notizen Gespräche Tschäppät

Das Thema (Tschäppät)

Verschlossen-
heit führt
zu Einsamkeit.

Ich bin erstaunt,
dass ich nun
einsam bin.

Krankheiten
können einsam
machen.

Ich habe mich
schon immer
einsam gefühlt,
mein Leben lang.

Das Gefühl
von Zugehörigkeit
ist weg, das
ist neu.

Am Mittagstisch
fühle ich mich
zugehörig.

Ich habe eine
allgemeine Leere.

Spontane Personen
sind weniger
einsam.

Gründe + Ursachen (T-schleppät)

Der Verlust
von Vertrauens-
personen
macht einsam.

(Nachbar: innen
Freund: innen
Partner: innen
Kinder)

Ich brauche weniger
Hemmung, weniger
Verurteilung und
eine schönere
Wohnung, um
aus der Einsamkeit
zu kommen.

Ich nutze die
Angebote nicht,
weil sie am
Morgen sind.

Mehr Kontakt zu
Personen oder
eine Kater würde
helfen.

Ich habe keinen
Mut andere
anzurufen,
will nicht zur
Last fallen.

Niemand ist
da, ich kann
mit niemandem
reden.

Was tun? (Tschippat)

Bessere Informationen
über Anlässe.

Kontakt zu
Bewegungspersonen
aufrechterhalten /
fördern.

Ich suche Beschäfti-
gung, gehe spazieren,
mache Tramfahrten.
Manchmal entstehen
gute Ideen.

Mittagspause

Wöchentliche
Angebote.

Monatlich hilft
nicht.

Zugehörigkeit
verändert das
Grund

Wenn ich einsam
bin, schlafe
ich ^(nachmittags) oder schaue
bis spät TV.

1.4 Gesprächsrunde Schermbach

Memo zur Gesprächsrunde Schermbach - Termin 1

Datum: 17.03.2022

Ort der Durchführung: Alterssiedlung Pilatus, 4054 Basel

Moderation: Brigitta Schermbach

Protokoll: Daria Wenger

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Das Schaffen einer angenehmen Atmosphäre öffnet überraschend Tür und Tor für die einzelnen Teilnehmenden. Sie beteiligten sich rege und offenbarten sehr schnell Persönliches.

Besondere Beobachtungen

Der Einstieg über den Film half, sehr schnell über die persönliche Situation zu berichten. Dynamische Gesprächsführung, die auch ab und zu den Leitfaden verliess, verhalf, wertvolle Statements zutage zu fördern.

Wichtigste Erkenntnisse

Das Moderationsteam zeigte sich vulnerabel. Dies verhalf, das Eis zu brechen. Sich gebraucht fühlen und gestalten können ergibt eine grosse Sinnhaftigkeit für die Teilnehmenden. Schaffe ich es, meine Beeinträchtigung, Krankheit zu verstehen, dann bin ich nicht meine Krankheit. Ich kann lernen mit der Krankheit umzugehen. Dies schafft wiederum Selbstvertrauen. Selbstvertrauen als Voraussetzung, sich nicht isoliert zu fühlen.

Memo zur Gesprächsrunde Schermbach - Termin 2

Datum: 24.03.2022

Ort der Durchführung: Alterssiedlung Pilatus, 4054 Basel

Moderation: Brigitta Schermbach

Protokoll: Daria Wenger

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

*Eine Teilnehmerin fehlte krankheitsbedingt.
Die Teilnehmenden erschienen sehr vorfreudig.
Die Atmosphäre in der Runde war entspannt und offenerherzig. Wir waren sehr schnell wieder im Thema drin.*

Besondere Beobachtungen

*Die letzte Woche verlief für die Teilnehmenden sowohl herausfordernd als auch waren Momente der Freude sichtbar.
Beides durfte sein. In der ersten Hälfte der Diskussion war wie eine Art Müdigkeit spürbar, die sich in der zweiten Hälfte zunehmend mit Aktivitäten und erhellenden Beiträgen füllte.*

Wichtigste Erkenntnisse

*Allein sein zu können ist eine Fähigkeit, die über die Jahre gelernt wurde, z.B. über Vorbilder.
Wahrzunehmen, dass man jetzt Hilfe braucht und man die jetzt einfordern muss, kostet Mut.
Manchmal weiss man nicht mehr, wie man jetzt zu dieser Hilfe kommt, weil Gewohntes (wie z.B. das Buch „Sozialer Führer durch Basel“) weggefallen ist und digitalisiert wurde.*

Schermbach

Das Thema...

Distanz

«Herausforderungen» / «Schattenseiten»

Trennung/
Partnerschaft
zu Ende

schwierige
Partnerschaft

Todesfikt
kann der Trennung
bevor

Abkapseln
als Schutz
Tut nicht
mehr gut.

alleinwand
wäre Paar,
dafür Einsam,
aus im Stande

Richtig/
Introspektiv-
sein
nicht viel
Sprechen

Angst vor
dem Vergessen

Trennung

«Neutral»

Unterschied
Einsam /
Alleine

Im Moment sein
manchmal geht
es besser, schied
am Abend wieder
bevor

Dankebar sein
für das was
man hat +
Akzeptanz
dass es immer
wird

hatte nie
Zeit
mir zu
überlegen,
ob ich einsam bin

«Chance» / «Sonnenseiten»

Man kann
nicht sein
was man ~~ist~~ aber
die Leute können

Trennung
= Gemeinschaft
Hörner

Gemeinsam
mit Freunden
Mitglieder

Gemeinschaft
in der eigenen
Sprache

Karten-
Spiele /
Gesellschafts-
spiele
Schwachs
+ Menschlich
+ soziale Kompetenz

Freundschaft

«Chance» / «Sonnenseiten»

Integriert sein
Dabei sein
dabei sein
kann nicht nur
helfen

Sudoku
Lesen

Briefkontakt

Tätigkeit
ermöglichen
für andere
(zum Beispiel
Kommunikation)

Alleine
sein,
in auch
Freunde
sich einbringen

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Fazit:

- Psychische
Stärkung
- Teilhabe
ermöglichen
- Austausch
sich
- Wertschätzung
sich
- Teilhabe
ermöglichen

Fazit:

- soziale
Kompetenz
sich
- sich selbst
nicht
zu wichtig nehmen

Fazit:

- Ich
als ein
aber nicht
alles, was
ich nicht
mit mir
anbringen

Fazit:

- Beziehung
aufbauen
sich
- Ich
auf Dinge
aufpassen
sich
- es
nicht
sich

Fazit:

- etwas
sich
- wenn
allein
sein,
wenn
sich
in
Teilhabe
gehen?
sich

Gemeinschaft

integriert sein

Gründe und Ursachen

Einsamkeit / Isolation

Situationen, in denen wir uns **einsam/isoliert** fühlen

Gründe

- Eine Situation, in der ich mich einsam fühle ist oft nicht - ich brauche es manchmal, aber ich alleine bin

Sinnesein-Schränkungen Isolation
(wenn ich keine Vogel mehr höre)

Gründe
- Einsamkeit
- Bekanntheit
- Kontakt
- Todesfälle

Feindliche Willkür / Antrieb führt zu Isolation

Gründe/Ursachen für Einsamkeit und Isolation

Depressionen gehabt

Antriebslosigkeit

Keine Familie

Brüder

Partnerschaft

- Freundschaft hat sich immer gelöst
- durch Distanz wegen Corona

Viel mit Ablagen dadurch sich isol

Umzug in 1-Zimmerwohnung -> Auszüge von persönlichen Dingen schwierig

Körperliche Einschränkungen Limitieren Teilnahme an Aktivitäten

Mit Älterwerden werden diese eher weniger gemacht

Sprachbarriere

Man muss sich wieder zusammensuchen

Bauern, war sehr schwierig

Bauern, führt zu Kontaktverlust

Die

Langsamkeit in Entscheidungen, es geht nicht mehr so gut

Eingeschränkte Sicht

Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Teilhabe / Dazugehörigkeit

Situationen, in denen wir uns **„nicht-einsam“** fühlen, in denen wir uns **dazugehörig, geborgen, angenommen, integriert, gut eingebettet** fühlen...

Anpassungsfähigkeit

Ressourcen

Selbstvertrauen hilft

Gebraucht sein, eine Aufgabe haben hilft

Akzeptanz davon, wie es ist

Veränderung einer Gewohnheit, um etwas möglich, nicht es immer selbst machen

Beziehungen aufrecht-erhalten

Funktionierende Freundschaften helfen

Wissen über Krankheit hilft Sicherheit + Selbstvertrauen zu stärken

Ob man sich einsam fühlt oder nicht hängt damit zusammen, ob man weiß wie mit sich umzugehen

Gründe/Ursachen für Dazugehörigkeit und Teilhabe

Mehrgenerationales Wohnen > Eingebettet sein

Füreinander schauen

Gemeinschaft erleben hilft gegen Einsamkeit

Trübsalflügel

Suppenkrog

Guter Kontakt im Haus

Sich selbst nicht so wichtig nehmen

Beschäftigt sein

Strickclub

Ich weiß immer was machen

Gebraucht werden

Keine Zeit um zu denken

Sich selbst nicht so ernst nehmen

Nicht immer Vorrang

Hilfe annehmen?

Was tun gegen Einsamkeit?

Schembach

Persönliche Strategien

Was tun wir gegen Einsamkeit/Isoliertheit?

| | | |
|---|--|---|
| sich selbst nicht zu ernst nehmen | Sammeln, ok, aber zeitlich begrenzt! | die positive Seite auf die Dinge (was ist gut, es könnte schlimmer sein) |
| Eigeninitiative | Am Morgen zackig aufstehen ins kalte Wasser springen | an etwas Schönes denken Eine schöne Erinnerung ↳ machen glücklich |
| sich überwinden Disziplin ↳ stellt auf sich sein, wenn man sich überwinden kann | > stellen Enkelkinder Es gibt gute Wachen und schlechte Wachen > Akzeptanz dessen, was man ist Wieder besser wird | von Selbstmitleid Erfahrung weitergeben Erfahrung weitergeben können gibt ein gutes Gefühl |

| | | |
|--|-----------------------------|---|
| Rollerclub/ Ledergitarrenclub gehe ich nicht, weil ist mir zu einseitig Ich will verschiedene Menschen kennenlernen | Alpenclub, weil dort Männer | TCS-Club (für Männer sein) Seniorenclub Frauenclub |
|--|-----------------------------|---|

das Danken wird dann nicht so einseitig, sondern bleibt vielseitig

Freundschaften
→ Telefonieren und man wird verstanden

Ich kann nicht immer offen helfen, man muss sich

Sipp-Gruppen können man hat auch von ihnen gelernt

Man kann nichts erzwingen, es muss von innen kommen

Netzwerke hat man sich schon vorher aufgebaut

Freundschaften brauchen auch Freiraum, Distanz

Informationsblatt
• Bekanntheit
• Tische/Möbel
• Spiele
• Tuscheländer

Hilfe bei Einkäufen

Begleitung als Sicherheit, ob etwas noch funktioniert (so tun als ob)

Hilfe bei Steuererklärung/Bausparnisse
→ durch Familienangehörige
→ durch Nachbarn

Putzhilfen

Sprache
Ich spreche nur Hochdeutsch
Verstehe Deutsch
Bessere von Deutschgerman
→ Sprache, die ich spreche ist nicht

Die folgenden Hilfsangebote sind nützlich

| | | | |
|-----------------------------------|---|--|---------------------------------|
| Hilfe mit annehmen (Herz danken) | Mehrgenerationen-Lösungen (z.B. keine reine Altersbetreuung, sondern gemischt) | Mittwochnachmittag cafe | Verane |
| Man muss Bedürfnisse bekanntgeben | Man muss seine Bedürfnisse auch erkennen Dazu muss man auch eine Selbsteinschätzung machen | Suppentag | 143 |
| | | Turnen ↳ Mühe mitkommen ↳ stellt, wenn man eine Übung mitmachen kann | Man dir für dich 0500, 500, 400 |

Das fehlt - das würde wir brauchen

| | | | | |
|------------------------------------|-----------------------------|-----------|--|---|
| Guter Sozialführer sollte es geben | Kein Zugang zu den Akteuren | Nahaktier | Begleitungen (z.B. neue Behälter etc.) | Gemeinsam ins Restaurant gehen (Gruppe) |
|------------------------------------|-----------------------------|-----------|--|---|

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Hindernisse bei der Nutzung von Hilfsangeboten

| | | |
|--|---|---|
| Telefon hotlines helfen begrenzt, weil für durchgehenden Gesprächsbedarf, Schwierigkeiten zu sprechen, Mangel an Sprachkenntnissen | → Mündlich/mündlich Schwierigkeiten, überwinden durch Einpacken ins Telefon | Digitalisierung! → verstärkt durch Corona → Unfähigkeit |
| Transport: Jahreskarte (Bikekassen etc.) kann ich nach Befahrten? | Mühe um Hilfe zu bitten/Hilfe anzunehmen Es braucht Mut nach Hilfe zu bitten | Können kein Internet |
| | Über den eigenen Schatten springen + akzeptieren der Demütigung | BVB Führer zu den Herren fahren, auf Stationen |

Die Erkenntnisse aus unserer Diskussion

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

2. Bereich 2: Schutz vor Benachteiligung und Ausschluss

2.1 Gesprächsrunde Diouf

Memo zur Gesprächsrunde Diouf - Termin 1

Datum: 18. März 2022

Ort der Durchführung: Malzgasse / GD

Moderation: Alima Diouf

Protokoll: Jutta Durst

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

- sehr schnell grosse Offenheit
- gutes Team (Moderation + Protokoll), hat den Einstieg erleichtert
- grosses Interesse
- gutes Team-Work → gegenseitig zugehört
- gemischte Gruppe war gut (Frauen – Männer; versch. afrikanische Länder)

Besondere Beobachtungen

- sehr gute Vorbereitung für Moderation
- Protokoll – Plakate sehr gut
- Wunsch, Personen aus Gruppe im „Loop“ zu behalten

Wichtigste Erkenntnisse

- sehr wichtig Rollenaufteilung: 1 Person kann sich ganz auf Gruppe konzentrieren; 1 Person auf Formulierungen für Präsentation
- Absprache vorher im Team wichtig (1h vorher getroffen)
- Alle Teilnehmer waren vorher informiert (nur 1 Person nicht) – wichtig!
- „Grossartige Kommunikation“: Vertrauensperson (Alima) + Kanton (Raum und Präsentation)

Memo zur Gesprächsrunde Diouf - Termin 2

Datum: 23. März 2022

Ort der Durchführung: Malzgasse / GD

Moderation: Alima Diouf

Protokoll: Daria Wenger

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

- Teilnehmer haben sich Mühe gegeben
- etwas problematisch war, dass die meisten Teilnehmer nicht an der 1. Gesprächsrunde teilgenommen haben
- diverse Gruppen mit diversen Erfahrungshintergründen
- alle afrikanischer Hintergrund

Besondere Beobachtungen

- Leute haben mitgemacht
- Leute waren motiviert
- Das tiefere Verständnis für das Thema hat etwas gefehlt, weil die Teilnehmenden nicht an Runde 1 waren.

Wichtigste Erkenntnisse

- Zusammenarbeit mit Migranten (-Verein) muss gestärkt werden.
- Vertrauen muss da sein zu Migrantenverein.
- Schlüsselpersonen als Partner und Multiplikatoren einbinden
- Alte Leute nicht vergessen
- Rückwärtsgewandtheit, Heimat als wichtiges Thema

Das Thema...

Stereotype/Vorurteile

Berührungsanst. mit schwarzen Personen (z.B. Tram)
 r.a. ältere Personen
 Vorurteile gg. Kurlbuch
 schwarze (muslimische) Personen sind rassist
 Schwarze Personen stehlen
 Schwarze Männer sind gewalttätig

Benachteiligung/Diskriminierung

Opferrolle von anderen zugeschrieben
 in Opferrolle gehen
 alle Person mit Cit Pass und diskriminiert
 Angst alt + arm + schwarze
 Schwarzes Pass reicht nicht
 → Hautfarbe
 → Sprache
 "Ich finde meinen Platz nicht."
 Integration im Altersheim - nicht Assimilation
 persönliche Würde / Integrität
 zu wenig Diversität sichtbar z.B. im Altersheim

Barrieren/Hindernisse

Angst vor anderen / fremden Menschen
 Unwissen
 zu wenig zusammen
 "1 Finger kann nicht 1 Gesicht waschen"
 Unkenntnis, wo Hilfe bekommen
 Keine Information
 Keine Unterstützung
 Depression
 Angst vor unbekanntem Strukturen +
 Wie es dort ist (z.B. im Altersheim)
 Kleine / keine Rente
 Angst, hilft mir jemand, wenn ich alt bin (z.B. im off. Raum → Traum)
 finden wir Hilfe
 Fremdheit durch Sprache
 Angst im Alter einsam zu sein (Isolation)
 Wie weit sind die Türen offen für uns?

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

miteinander reden → Respekt vor kultureller Besonderheiten
 aushandeln
 gegenseitig verstehen wollen
 Gemeinschaft wichtig!
 Schutz + Sicherheit
 Pflege von ausl. Ländern "für gut" (Rückmeldung aus)
 Wunsch in Würde in neuer Heimat alt zu werden
 Wir sind jung gekommen - meine Heimat ist hier!
 Hast du Altersheim damit auch wir uns wohl fühlen (Projekt)
 früh genug Veränderung beginnen vorbereiten!
 alle Menschen brauchen Hilfe & Freunde

Ursachen und Gründe

Dauf

Situationen/Bereiche, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben

| | | | |
|---|---|---|-------------------------------------|
| Wohnungssuche (schon Name hat Absage zur Folge) | Arbeit einwandfreie Bewerbung → Absage → ohne Grund | Verwaltung kompliziert → ausschliessend | öffentl. Verkehr |
| Wohnung zu teuer | | Zu wenig Transparenz wenig Information | öffentl. Raum → polizeikontrolle |
| Formale Wege / Regeln als verdeckte Diskriminierung | | Bevormundung → Beistand / Vormund | |
| | Lücken in der Altersvorsorge (späte Einträge) | Kein Zugang zur Weissen Gesellschaft | |

Gründe/Ursache für Benachteiligung und Ausschluss

| | | |
|---|------------------------------------|------------|
| Vermieter: in hat kein Vertrauen | Arbeitgeber: in hat kein Vertrauen | Rassismus |
| Angst vor Lärm | | Stereotype |
| Menschen bleiben bei Stereotypen Bildern / in der "box" | | Angst |
| unterschiedl. Bewertung z.B. von Lärm Fasnacht = schön afrikan. Fest = Lärm | | |
| Missverständnisse zu wenig Verstehen anderer Kulturen | | |

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

Was tun gegen Benachteiligung und Ausschluss?

- zusammen Ideen entwickeln
- miteinander + für einander ohne Differenzen
- gegenseitiger Respekt
- Vivre ensemble
- se parler
- avoir des relations sincères
- savoir pardonner

Persönliche Strategien

Was tun wir in Situationen, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben?

Auf Personen zugehen

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Angebote/Massnahmen sind nützlich / haben geholfen

Vereine + Kulturvereine
→ Leute bleiben unter sich

Kanton → Vereine als Schlüsselpersonen Verbindungen schaffen

Hindernisse bei der Nutzung von Angeboten

Ernährung
Kultur
Sprache

Kenntnis
GGG
fehlt

Das fehlt - das würden wir brauchen

Grundbedürfnisse gut decken

Projektförderung

Mehrgenerationenhaus

Kostenübernahme
Betreuung

Wohngemeinschaft

Kultureigene Infrastruktur

Rückkehrwunsch

Ateliers / Workshops
Festival

Hilfe bei Rückkehr in Heimatland

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Offener Dialog

Treffpunkte sich kennenlernen

Gleichwertige Behandlung

Sensibilisierung von Personal in der Verwaltung

Kulturelle Sensibilisierung + Schulung

+ Pflegepersonal

Schlüsselpersonen als Multiplikatoren einbeziehen

Informationsplattformen

I know you
I believe you
I respect you

Möglichkeiten schaffen um sich kennen zu lernen

Zugang zu allen Hilfsmitteln, die zur Verfügung stehen

Diana
Was tun gegen Benachteiligung und Ausschluss?

Persönliche Strategien

Was tun wir in Situationen, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben?

- Dialog suchen
- Diskutieren
- Hilfe holen
- Beschwerden
- nachhinterfragen
- Chancengleichheit fördern
- Akzeptanz + Toleranz
- Ignorieren
- darüber offen sprechen
- Kritisch sein

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Angebote/Massnahmen sind nützlich / haben geholfen

- Wir wissen nicht, wo es gibt
- Wir kennen sie nicht
- Wir haben Infos

Hindernisse bei der Nutzung von Angeboten

- Ahnungslosigkeit
- keine Zeit
- Verständnis
- Sprache
- Fehlende Interesse
- Infos
- Zugang
- Religion

Das fehlt - das wüen wir brauchen

- Zusammenarbeit Kantone + Vereine
- Sensibilisierung Anlauf- und Weiterbildungsstellen
- gratis Beratungstellen
- neue Methode + Strategien entwickeln
- Respekt
- Verständnis
- Akzeptanz
- Begeleitung
- Sprache
- Informationen
- antidiskriminierungsbewusstheit
- Inklusion # Integration
- Vertrauen
- Wahrnehmung

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus un...

2.2 Gesprächsrunde El Aswad

Plakate und Notizen Gesprächsrunde El Aswad

Das Thema...

الصورة النمطية / الأحكام المسبقة

Stereotype/Vorurteile

| | | | |
|--|---------------------------|--|-------------------------------------|
| المشاكل الجسدية تؤثر على الوضع النفسي | المحيط من قيمة الأديان | العلاقات بين الجدد و الأولاد | الاضطهاد و التمييز بسبب اللون |
| لوم كبار السن | التسامح ليس ضعف | التعصب بوصفة عار بسبب الدعاثة | |

المرض الالتهابي
ليس من أعراضه

الأحاسيس بالظلم
والعدو - يمرضه
القضايا بسببهم
لونه أسيرة

ساعدك الطبيب
تكنيكهم
ثم لم يرد لهم
في المرض لأن
لمسه شامدا

دعته - أجدد
المشاكل مع
لا يتقرب بل
لا يتكلم مع
لا يتكلم في
لا يتكلم في
لا يتكلم في

التعصب في
كثير من
لا يجب
الاحترام

المشاعر
تضعف من
الاحترام
المشاعر
المشاعر

الموضوع

التمييز والاضطهاد والحرمات

Benachteiligung/Diskriminierung

| | | | |
|--|--|----------------------------|---------------------------------|
| الحرمات من السفر والانتقال | حرمات الأصل من أولاده | الاستبعاد بسبب الدين | الحرمات من الصورة |
| الحرمات من السفر والانتقال الحرمات من السفر والانتقال | الحرمات من السفر والانتقال الحرمات من السفر والانتقال | الاحساس بالظلم | الحرمات من الأصل والأقارب |

بلد الموطن

عدم وجود
متكلم عند
المترجم

عدم وجود
متكلم عند
المترجم

المعوقات

Barrieren/Hindernisse

اللغة

الدين

العرق

المرض

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>Die Hindernisse sind Sprache Religion Ethnie Krankheit</p> | <p>Diskriminiert wegen Ungleichheit Rechte Ukraine - Kleidung Reisen - Name/Religion</p> <p>Benachteiligung im Gesundheitsbereich Kein Dolmetscher beim Hausarzt/Lehrer Zahnarzt</p> | <p>Die Gesellschaft und die eigene Familie benachteiligen die älteren Menschen indem die Brücke setzen sind.</p> | <p>Hautfarbe Religion und Ethnie Alt sein sind Faktoren die Vorurteile verursachen</p> |
|---|--|--|--|

Ursachen und Gründe

مواقف ومجالات نعيش فيها المحرمان والإقصاء

Situationen/Bereiche, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben

| | | | |
|--------------------------|----------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| المواعيد بُعد الأولاد | عدم تقبل التعددية "الحجاب" | تقييد الحرية "المسافر" | حقوق الإنسان "أوكرانيا-سوريا" |
|--------------------------|----------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Situationen im ÖV
Ferien - Reisen
Kinder u. Enkel Besuche
Kopftuch
Menschen Rechte

Es gibt Gründe bei den Alten:
Krankheit / Alterskrankheit
Psychischer Stress
Fehlende Sicherheitsgefühl
Fehlenden Selbstvertrauen

العلل والأسباب

العلل والأسباب للمحرمان والإقصاء

Gründe/Ursache für Benachteiligung und Ausschluss

| | | | | |
|-------------------|----------------------|-----------------------------|--|--------------------|
| أمراض الشيخوخة | الأدائية والتمييز | بُعد المساندة والمواصلات | النخب والخروج | الظروف المادية |
| الرقمنة | الدشغال بالعمل | ضعف كثيرة | عدم الشعور بالأمان | عدم الثقة |
| | | المليسة والبشرة | الإقصاء للزمن - مفضلة الزمن - مفضلة عدم وجود أمنية اللغة | الثقافة الفردية |

أهم ثلاثة مستنتاجات من واقع حوارنا

أخرى
Digitalisierung
Finanzielle Gründe
Egoistische Kultur
Zeit Druck
Stigmatisierung

Was tun gegen Benachteiligung und Ausschluss?

ما العمل ضد التمييز والإقصاء؟

الاستراتيجيات الشخصية

Persönliche Strategien

Was tun wir in Situationen, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben?

ماذا نفعل في الحالات التي نعاش فيها التمييز والمحرمان؟

حوار

توعية

القُدوة
والتمييز

الانضباط

أهمية
الاحترام
والاحترام
في حالات
التمييز

دور
المرضى
والمريض
في حالات
التمييز

السفر
و

الصدق
و

عمل الخير
تقديم
التكافل
للجيران

عروض المساعدة، التدابير والدعم

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Angebote/Massnahmen sind nützlich / haben geholfen

هذه العروض / التدابير مفيدة
ساعدت

المشاركة
في المناسبات
والفاعليات

قبول دعوات في
المناسبات
والمناسبات
لأننا نحتاج دعمهم
لأننا نحتاج دعمهم

الاندماج
في المجتمع
والتفاعل
مع المجتمع
والتفاعل

AltuM

الدعم
والتفاعل
مع المجتمع
والتفاعل

العقبات التي تحول دون استخدام العروض

Hindernisse bei der Nutzung von Angeboten

اللغة
المواعيد
المرض

صعوبة
الوصول
للأماكن
Orientation

التسجيل
التفريقي
BS/BL

القدرة
المالية

Das fehlt - das würden wir brauchen

هنا مفقود وما نحتاجه

عدم وجود مكان
مثل الحدائق
فأدومنا
مثل ما يوجد بلونا

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Diskussion
Sensibilisierung
Vorbild sein
ist das wichtigste gegen
Ausschluss und Benachteiligung

AltuM ist ein
gutes Hilfsangebot
um Menschen in
den eigenen Muttersprache
zu erreichen

Das fehlt
Senioren - Park-
plätze

Etnige
Hindernisse
sind!

Sprache
Krantheit
Finanzielle situation
die Orientierung -
Mobilität
BS/BL

أهم ثلاثة مستنتاجات من واقع حوارنا

2.3 Gesprächsrunde Frei

Memo zur Gesprächsrunde Frei - Termin 1

Datum: 15.03.2022

Ort der Durchführung: Andreas-Haus

Moderation: Maja Frei

Protokoll: Marina Zumbrennen

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Schnelle Offenheit aller Beteiligten mit persönlichen Inputs. Eine Teilnehmerin nahm schon beim Vorstellen viel Raum ein. Wir konnten jedoch trotzdem alle Themen bearbeiten.

Besondere Beobachtungen

Der erste Eindruck war, dass die Senioren sich nicht so diskriminiert und ausgeschlossen fühlen und bereits eine positive Entwicklung wahrnehmen (auch gemeindebedingte Anstrengungen). Mit den Bildern und Worten wurde es einfacher kleine Probleme im Alltag wahrzunehmen und mit Gesprächen wurde die Sicht geschärft.

Wichtigste Erkenntnisse

Es braucht eine strukturierte Gesprächsführung, damit alle zum Zug kommen und nicht einzelne zu viel Raum einnehmen. Zusammenfassung war schwierig, da es viele verschiedene Aspekte gab.

Memo zur Gesprächsrunde Frei - Termin 2

Datum: 23.03.2022

Ort der Durchführung: Kornfeldkirche

Moderation: Maja Frei

Protokoll: Marina Zumbrunnen

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

Gute Beteiligung aller Teilnehmer. Mehrere Teilnehmer haben sich weitere Gedanken zu dem Thema gemacht und diese eingebracht.

Besondere Beobachtungen

Die Gespräche waren ausgeglichen, alle haben sich beteiligt und eingebracht.

Der Fokus wurde vermehrt auf lösungsorientierte Ideen gelegt – Was könnte mir/uns helfen, weniger Ausschluss und Benachteiligung zu erleben?

Wichtigste Erkenntnisse

Es wurden viele konstruktive und lösungsorientierte Ideen angesprochen, die der Kanton oder Gemeinde (Riehen) einerseits bereits umgesetzt hat, aber auch noch umsetzen könnte zur Verbesserung. Eine zentrale Erkenntnis war jedoch auch, dass jeder individuell und persönlich dazu beitragen kann, Ausgrenzung und Ausschluss zu minimieren (selbst injiziertes Verhalten). Z.B.: „Ich brauche Unterstützung“.

Das Thema...

Frei

Stereotype/Vorurteile

Konfrontation mit Alter
offe abklärung
was es um
- Unmut
- spart

Alter Vorurteil
- Langweilig
- Nicht produktiv
- zu geistlos

Wie haben wir Probleme
wenn jemand mit dem Alter fragt?

Vorurteil im Alter
kann man das "nicht" mehr machen


Alte sind kompliziert, langweilig, mühselig

Im Alter kann man das nicht mehr machen (wie früher)

Alte können man nicht mehr machen

an Stellen/Arbeitsplätzen
die man haben nicht sparsamer
Da 2. Jährigen
Reinigung

Benachteiligung/diskriminierung




Senioren
werden manchmal beschimpft z.B. evakuiert
menschen

man möchte die Altern nicht; die sind kompliziert

Würde
Würdevolle Haltung für Seniore
(Gegensatz: Haltung aus Ungleichheit, Diskriminierung)

Gleichstellung
Mann: für Positionen
Schritt



Abkennung in Gruppen
wie alleine
Fehler

Entwürdigung

Barrieren/Hindernisse



Rollstuhl
überradung
Probleme
Touren

Generations-Abgleich
Jung-Alte
Alte-Jung
wenige
Berührungspunkte

Mobilität




Wunsch: kann geht leider nicht mehr? Veränderte Mobilität

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Vorurteil
wenn fragt nicht nach dem Alter, zählt nicht mehr

Frage wie alt kann auch positives sein
für weil jemand fragt: ob das ist ok, das ist nicht negativ

Im Alter kommt das Thema vergänglichkeits Teil in Vordergrund
Möglichkeit nehmen man für was man ist (Mittler)

es ist leider kaum irgendwas Thema

Die Möglichkeit, die wir im Alter haben, sehr gesonnen, sehr positiv
Lernende
Lernen

Ursachen und Gründe

Frei

Situationen/Bereiche, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben

Finanzen im Alter oft Problem

Steige im Alter und schwächerer. Prakt. Mensch zu.

An Veranstaltungen oft zu wenig eingekauft die Altersschwäche der Veranstaltung der Veranstaltung.

Plötzlich alleine sein können das Partnerin oft schwächer.

Fahrpläne der ÖV. Seniore-Taxi? Sonstige wie abwärts: Wenige Taxis / Busse

Anlässe die später am Abend stattfinden

Wann man als Ältere Person eher im Zentrum oder am Rand ist? In der Regel nicht so richtig gehört wahrgenommen wird.

Autonahel Türschlüssel + Zahlungen Problem

Ausschluss wegen kein Netz / PC nicht / App

Ferien im Alter schwierig. Organisation Planung Finanzen

Lufttaxi belegen nicht bei der Table v. RICHEN

Im Alter finanzielle Sorgen wegen Zinsen / Kosten die sich bei weichen können.

Kein Vergessen. Verschiebung nach auch Altersbegrenzung

Sich nicht gehört fühlen

Nicht einbezogen in Gespräche bei grossen Anlässen.

Politik Nicht einbezogen in Politik Ausschluss von älteren Menschen (es sind wählbar)

Im Alter keine eigene mit-Steuerkraft hoch und oft nicht mehr finanziell unabhängig.

Zu wenig Vernetzung der körperliche Tätigkeiten und keine hohen bzw. Teilweise möglich. (im Bereich der Tätigkeiten)

Regardiere Sitzmöglichkeit vorzuziehen

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Nicht voraussagen im Moment Mit im Alter wird betroffen Lebenssituation.

Angst vor Veränderungen und Dinge verstanden aufzugeben. z.B. Haus

Körperliche Veränderungen und Probleme im Alter können einen Laufput zu

Gründe/Ursache für Benachteiligung und Ausschluss

Bescheidenheit in der Dunkelheit.

Körperliche Möglichkeiten die abnehmen. (Buslinie die zuerst nicht eingeschlossen)

Weniger mobil kein Auto mehr, jetzt wo es dringender nötig wäre

Zu wenig Info / PC Kenntnisse

Oft Lernpegel zu hoch zu grosse Voraussetzung

Angst vor Dunkelheit Gefahren, Überfall

Angst vor Abhängigkeit von Sozialhilfe und Unterstützung

Was tun gegen Benachteiligung und Ausschluss?

Fre:

Persönliche Strategien

Was tun wir in Situationen, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben?

Ausschluss ansprechen

Körperliche Gewalt hat niemand und auch soz. Isolation und Abweisung auf organisatorische

Statt Sportstunde - Sportkurs - Turnübungen machen

Eigeninitiative mit Menschen zusammen - z.B. Erstellen von Kaffe-Teestuben - Gruppen, Turngruppen

Interessengruppen bilden z.B. Spiel-Kochkurs, Kaffe-Kreis, Tisch-Spiel, Turngruppen

666 Computerkurs

mit anderen die Botschaften erfinden zusammen tun

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Angebote/Massnahmen sind nützlich / haben geholfen

Kleiderbörsen

Platzieren-Dienst

Schulbi-Kurs

Baslerhof

Junioren-Treff

TV-Turnen für Senioren (galt)

Tanzen in Alter in Zeiten von Rhythmus

Mittagsstube

Dein Kaffee

St. Franziskus, FEG

+ Betrug

Stube

führten für Minderjährige, schwache Personen, Kinder

Humantest (20-25 Fr.)

Mittagsstube

Einstieg

Amplatz

für Selbsthilfe

= Alter: 20-25 Jahre

Heute Büro

Generationen

übergreifende Aktivitäten

z.B. Café, Kaffee

Spiele

Altenheim

70 Jahre alte

paar Filmex

Hindernisse bei der Nutzung von Angeboten

Weg von Diffizilität ist besser ausgeprägt werden, Basis

zu wenig Infos über Angebote

fordert zu viel Energie nicht mehr

Hörnschwelle

Mahlzeiten-Dienst nicht für alle möglich (finanziell)

neue Angebote fehlende Toleranz v. beiden Seiten

Gesprächsmöglichkeit wäre nötig an verschiedenen Orten

Taxi guttachten für den/die Senioren

Museumsführungen

Forum für Senioren z.B. bekannte Person, Begegnung

Kochkurs für Senioren

Generationshilfsdienst

Gratis-Turnen für Senioren

Brochure wo was alles gibt für Senioren

verschrieben

Forum für Senioren z.B. bekannte Person, Begegnung

Das fehlt - das würden wir brauchen

Museen für Senioren mit Sitzmöglichkeit

Ferien für Senioren mit Pflegegeld befreit (mit Organisation)

Generationshilfsdienst

Gratis-Turnen für Senioren

Brochure wo was alles gibt für Senioren

verschrieben

Kochkurs für Senioren

Forum für Senioren z.B. bekannte Person, Begegnung

Museumsführungen

Taxi guttachten für den/die Senioren

Gesprächsmöglichkeit wäre nötig an verschiedenen Orten

neue Angebote fehlende Toleranz v. beiden Seiten

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

Eigeninitiative ergreifen

Es gibt schon viele Angebote - oft wissen wir nicht welche

Mit Dinge auszu-problemen

Fehlende Finanzen od fehlende Kompensationskraft

In Bewegung (mental)

2.4 Gesprächsrunde Witte

Memo zur Gesprächsrunde Witte - Termin 1

Datum: 18.03.2022

Ort der Durchführung: Gesundheitsdepartement BS, Malzgasse 30

Moderation: Pascale Witte

Protokoll: Christian Wick

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

- Teilnehmende waren sehr fokussiert
- sehr agil, proaktiv
- übereinstimmend, ähnliche Erfahrungen
- keine Kontroversen
- respektvoll

Besondere Beobachtungen

- nur Frauen (bewusst so gewählt)
- aktive, ausdauernde Beteiligung
- alle alleinstehend
- wenn, dann sehr loser Kontakt mit Familie
- alle haben Visionen, sind engagiert

Wichtigste Erkenntnisse

- Altersarmut ist bei allen ein Thema und ist ein Hindernis für ihre Ideen / Vorhaben.
- Altersbild / Stereotypen veraltet und entspricht nicht Realität / Diversität

Memo zur Gesprächsrunde Witte - Termin 2

Datum: 24.03.2022

Ort der Durchführung: Gesundheitsdepartement BS, Malzgasse 30

Moderation: Pascale Witte

Protokoll: Nadine Grüninger

Wie ist die Gesprächsrunde verlaufen?

- harmonisch, reflektiert, ehrlich und emotional*
- Anknüpfung an 1. Sitzung*

Besondere Beobachtungen

- gesellschaftliches Thema*
- Generationenthema*
- homogene Gruppe*

Wichtigste Erkenntnisse

- Probleme leichter zu definieren als Problemlösung zu definieren und umzusetzen.*
- Ist ein gesellschaftliches Problem.*

Das Thema...

Witte

Menschen
wegwerf
Gesellschaft

Stereotype/Vorurteile

- kein Wechsel Krankenkasse

- Zwang z. Digitalisierung

- zunehmende Geschwindigkeit
(z.B. Trottloir)
Impul

Barrieren/Hindernisse

fehlende
Altersbilder
Rein → Hoch-
altis

n Beitrag zur / Aufgabe /
ne Funktion in Gesellsch.

Benachteiligung/Diskriminierung

- Wohnungssuche (Treppe !)
- Arbeitssuche
- Situation „Beschimpfung“ (Corona)
- Gesundheitl. Defizite bei Jüngeren / → nicht ernst genommen (+ wegen Alter)
- ↳ Krankheiten nicht sichtbar
- Zwangspensionierung
- Mobbing
- keine Wertschätzung (nach Pensionierung)

- Kinder spielen lieber Games als mit Oma
- Mitmenschen nicht sensibel
↳ Bedürfnisse nicht wahrgenommen
- emotionale Vernetzung fehlt
- Individualismus (Egoismus?)
- Finanzen fehlen / dazu verdienen
- keine altersgerechte Wohnungen
↳ bezahlbarer Wohnraum
- „nur Leistung zählt“
- Fehlinformation Pensionierung
- Digitalisierung

- Äußeres → Alter sichtbar / weniger attraktiv
- Unselbstständigkeit
- „Alte sollen gemeinnützig arbeiten“
- nur einfache Aufgaben
- Abbildungen → Risikogruppe = Rollator
- „Golden Ages“

- Hilfsangebot wird n. angenommen
- kompliziertere Verkehrsführung

↳ macht unselbstständig (z.B. Bank)

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

- Altersbild d. Gesellschaft entspricht nicht den heutigen Senioren / der Diversität / Realität

- Leistung / Erfahrung (bisherige) wird nicht Wertgeschätzt /
↳ Bühne fehlt

Ursachen und Gründe

Wille

Situationen/Bereiche, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben

- Wohnen / Suche
- Arbeitswelt (Ab. suche)
- Pensionierung
 - ↳ Frauen / Familie / Teilzeitpersonen
 - ↳ Pension zu wenig
 - ↳ Weiterarbeit erschwert
- Strassenverkehr
- Familie

Gründe/Ursache für Benachteiligung und Ausschluss

- Städteplanung auf Profit ausgerichtet, Berücksichtigung ältere Menschen fehlt
- zu teuer? / Digitalisierung / zu langsam?
- ~~AAA~~ → Lohnungleichheit ♀/♂
- Infrastruktur zu teuer (Selbstständige, „Nihilige“)
- Unübersichtlich / Schnell
- Kompetenzen in Frage gestellt

Hürden mit Benutzernamen / Passwörtern

"User Mail centered design"

Intuitive Bedienung fehlt

ADHS Gesellschaft Zeit / Macht / Druck Leistung statt Ethik

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus unserer Diskussion

- Wertschätzung / Akzeptanz nur für Leistungsstarke / Attraktive / Gesunde
- Erfahrung / Weisheit sind keine Garantie für Wertschätzung
- die "Alten" werden über einen Kamm geschert

Was tun gegen Benachteiligung und Ausschluss?

Persönliche Strategien

Was tun wir in Situationen, in denen wir Benachteiligung und Ausschluss erleben?

Stellung beziehen

"bottom up,"
lokales Engagement

Sich für seine Anliegen einsetzen

Grenzen setzen und wahrnehmen

Hilfsangebote, Massnahmen, Unterstützung?

Diese bestehenden Angebote/Massnahmen sind nützlich / haben geholfen

Möglichst viele MASS-Nehmende

GGG
kostenlose Beratung

politische Beteiligung

Cura

Gratisangebot Senioren + Senioren

Kosmos

"Senioren in die Schulen" → Vermittlung

Hindernisse bei der Nutzung von Angeboten

Pro Senectute teure Kurse

Grosse Helpdesk zu viele Teilnehmende

SP + Grüne Mitgliederbeiträge zu hoch

Angebote nur für Ältere

Sprache, kompliziert

Das fehlt - das würden wir brauchen

Begegnungsorte zwischen Generationen!

Diskurs über Altersbilder divers

Netzwerke Nachbarschaft (Hilfe)

neue Wohn- und Lebensformen

Erfahrungsaustausch - Ternen

Tandem-Idee zB Basel connect

1:1 Beratung

Gesprächskultur fördern

Krankheit, Tod, Alter, Behand. wahrnehmbar machen

Grosseltern "mieten"

freiwillige Angebote (kostenlos)

Die 3 wichtigsten Erkenntnisse aus uns

Räume / Getöse für Themen

Generation Dialog + lernen

Gemeinsames erleben + erfahren

"offenes Ohr" zuhören + Lebensfaktoren teilen

Vielfalt fördern

Vielfalt des Alters zeigen

Gut erreichbare Angebote

Diverse Angebote (Tafelberg, ...)

3. Allgemeine Rückmeldungen nach dem Anlass vom 23. Juni 2022

Die Rückmeldungen wurden soweit möglich in die Tabelle unter Kapitel 6 des Ergebnisberichts eingefügt

3.1 Rückmeldung 1

Ich war Teilnehmerin in einer der Gesprächsgruppen und auch am 23.6. vor Ort.

Das zeigt, dass es ein sehr wichtiges Thema für mich ist als Betroffene und auch als das Thema selber Anbietende in Form von Seminaren zum dritten Lebensalter.

Genau diese Differenzierung vermisse ich in der CH immer wieder. Es gibt heute nicht nur „das Alter“, sondern ein drittes und ein viertes, hohes Alter. Diese beiden Altersgruppen haben völlig unterschiedliche Bedürfnisse und Ausgangslagen. Das wird in keiner Weise thematisiert. Das ist mir unverständlich und zeigt, dass man nicht in der Realität der Menschen im 21. Jahrhundert wirklich angekommen ist.

Ein grosser Punkt der Verweigerung der Gesellschaft älteren Menschen gegenüber zu sozialer Teilhabe ist das starre Pensionierungsalter. Es werden wertvolle Erfahrungen einfach „entsorgt“, es wird die Altersarmut gefördert vor allem bei Frauen. Wann kommt endlich auch in der CH ein flexibles Pensionierungsalter??

Frauen mit mehreren Teilzeitpensen haben keine Chancen auf Pensionskasse etc.

Die fehlende Flexibilität ist ein grosses Defizit und Hindernis für die Menschen, die entweder finanziell darauf angewiesen sind, solange wie möglich zu arbeiten oder die auf Grund ihres Berufes und ihrer Erfahrung noch viel zu geben haben. Eine selbständige Arbeit ist nicht einfach aufzubauen in der heutigen Zeit im Älterwerden.

Ein wichtiger Punkt, der in der CH kein Thema ist: Menschen, die überhaupt keine Familienangehörigen haben, zb wegen Einwanderung, oder auf Grund persönlicher Gegebenheiten. „Freunde“ können dies oft nicht ersetzen, da sie ev. ebenso alt sind oder sogar sich verabschieden aus Angst vor Verpflichtungen sobald Krankheit ein Thema wird.

Dann noch etwas: Krankheit und Tod als unangenehme Themen zu bezeichnen, ist für mich absolut unverständlich, sie gehören zum Menschsein!!

Mit dieser Bezeichnung wirft man auch die Berufe, die mit diesen Themen zu tun haben, in die „unangenehme Ecke“, und man wundert sich nicht mehr, dass diese Berufe schlecht bezahlt sind. Genau mit dieser Bezeichnung verfestigt sich das Bild vom unangenehmen Alter einer materialistisch und leistungsorientierten Gesellschaft ...Kopfschütteln!! Krankheit und Tod betrifft alle Menschen!!!

Wie wäre es, den Generationendialog zu fördern, mit einem Altersgötti, Altersbuddy, eine one: one Beziehung bringt oft viel mehr.

Mit freundlichen Grüssen und Dank für Ihre Arbeit Sabina Fritzsche, Therapeutin

3.2 Rückmeldung 2

Sehr gerne gebe ich Ihnen Rückmeldung zu Kapitel 6.

Soziale Teilhabe fördern/ Einsamkeit thematisieren:

- aufsuchende Angebote sind hier sicher eine wichtige Massnahme. Dies benötigt Sozialdienste, die die Angebote kennen und auch Kontakte initialisieren und begleiten können. Dies wird aber alleine nicht ausreichen, daher wird auch das Ehrenamt eine wichtige Funktion haben.
Arztpraxen können einen Beitrag haben. Informationen zu Angeboten von hier werden recht gut angenommen.
Ein wichtiger Punkt ist auch die Seelsorge. Es gibt ein ambulantes Team Seelsorge das jeder, auch religionsübergreifend oder religionsfrei nutzen kann.
In diesem Zusammenhang: Ist Ihnen das Projekt Inspire ein Begriff? dies ist ein Basellandschaftliches Projekt zu Sozialberatung und Begleitung.
- Sensibilisierung in der Schule ist sicher ein guter Weg. Manche Schüler erleben die Hilfsbedürftigkeit schon bei den Grosseltern. Vielleicht, können Projekte gestartet werden, bei denen es zu Kontakten kommt und wo sich Teams entwickeln können, bei denen die Schüler für die Älteren kleine Aufgaben übernehmen? Da würden sicher beide profitieren.
- zu Begleitungs- und Betreuungsangeboten muss der Kontakt initialisiert werden.
- um die Menschen zu den bestehenden Angeboten zu bringen, kann man generell sicher sagen:
je älter eine Person ist, desto niederschwelliger muss das Angebot sein.
je älter eine Person ist, desto zeitnaher muss das Angebot sein
je älter eine Person ist, desto begleiteter muss das Angebot sein.
dies gilt auch für demenzkranke und andere schwerkranke
- persönliche Ressourcen fördern: diese Massnahmen greifen bei den «jungen» alten, wenn dies nicht früh aufgebaut wird, wird es sehr schwierig.
der Zugang zu finanziellen Ressourcen sollte vereinfacht werden. Auch muss das Wissen gefördert werden. Für viele ist Ergänzungsleistung noch immer gleichbedeutend mit Sozialhilfe.
- Selbstkompetenz stärken und Information und Übersicht: bei zunehmender Digitalisierung wird der Zugang für die «alten» Alten immer schwieriger. Nur wenige haben Zugang zu Internet, Smartphone, Computer. Ich könnte mir einen «Quartierfahrplan» vorstellen, im Umfang etwa wie früher das Kirchenblättchen?

Anmerkung: «Definition über Hobbies anstelle von Beruf» und «Wert des älteren Menschen anerkennen» sind Ziele, keine Massnahmen.

Schutz vor Benachteiligung und Ausschluss

- «Augenhöhe, ernst nehmen, kennen lernen, verstehen» ist ein Ziel 😊
- hier geht es letztlich um gesellschaftlichen Wandel. Benachteiligung und Diskriminierung ist ja derzeit ein grosses generelles Thema. Allerdings taucht bei den Diskussionen nirgends das Alter auf. Der Ansatz kann hier wahrscheinlich nur mit Unterstützung der Medien gelingen.
- zunehmende Digitalisierung erschwert den Zugang zu Informationen mit zunehmendem Alter.
- Barrieren abbauen: die sozialen Barrieren sind oben angesprochen.
- Städtebaulich: es gibt in vielen Stadtteilen keine richtigen Gehwegabsenkungen an den Kreuzungen. Es gibt kleine «Teerrampen», die aber zu steil und zu schmal sind. Sie machen eine Überquerung mit Rollator oder Rollstuhl zum Sturzrisiko.
- Altersarmut: hier muss der Ruf der EL verbessert und der Zugang erleichtert werden.

3.3 Weitere Rückmeldungen

Direkt eingefügt in Tabelle