Gemeinsam mit den Generationen 60+

vielfALT

Jugendliche sorgen für einen Boost

Bild: Adobe Stock

!!! Egal, ob sie 5, 15 oder 35 Jahre alt sind, junge Menschen bringen frischen Wind in das Leben von Seniorinnen und Senioren. Ganz unabhängig vom Alter ist es äusserst wichtig, den Austausch zwischen den verschiedenen Generationen zu fördern, um die Solidarität in der Gesellschaft zu stärken und für ein harmonisches Miteinander zu sorgen. Hier ein paar Beispiele und Erfahrungsberichte.

France Massy

Im Leben scheint nicht immer die Sonne. Bisweilen ist der Alltag älterer Menschen trüb und grau. Das schlägt aufs Gemüt. Alles scheint schwerzufallen. Aber dann hält einem eine Teenagerin lächelnd die Tür zu einem Geschäft auf. Der Kellner serviert nicht nur den Kaffee, sondern findet auch ein paar nette Worte. Ein Kind plappert vor sich hin und klatscht in die Hände. Alles Kleinigkeiten, die jedoch Balsam für die Seele sind. Manchmal genügt schon eine kurze Begegnung, um jemandem den Tag zu verschönern. Solche Kontakte zwischen den Generationen sind für Älterwerdende besonders wertvoll, möglicherweise weil sie seltener vorkommen und daher noch mehr geschätzt werden. Ein bisschen so, als ob die Lebensenergie der Jüngeren unsere Batterien wieder aufladen würde.

Win-win-Beziehungen

Manche mögen nun glauben, dass die Gruppe der 60+ den Generationen Z, Y oder Alpha nichts zu bieten hat. Doch weit gefehlt! In einer Umfrage von Solidarité Seniors in Frankreich gaben 58 Prozent der Jugendlichen zwischen 16 und 25 Jahren an, unter sozialer Isolation zu leiden, ebenso wie 33 Prozent der 65-Jährigen und Älteren. Ausserdem möchten 67 Prozent der jüngeren Generation und 75 Prozent der älteren trotz möglicher Hindernisse Zeit miteinander verbringen, was einen Mehrwert für alle bieten würde. 58 Prozent der Seniorinnen und Senioren und 51 Prozent der jungen Erwachsenen, die sich nützlich für die Gesellschaft fühlen, erklären, dass sie ihren Nutzen in der Unterstützung anderer sehen. Gemeinsame Treffen sind demnach für Jung und Alt gewinnbringend.

Eine gute Nachricht: Aus der ersten Projektausschreibung im Rahmen der Entwicklung der kantonalen Politik zugunsten der Generationen 60+ sind mehrere generationenübergreifende Aktionen hervorgegangen.

Darunter auch zwei Projekte der Stadt Sitten, die grossen Anklang fanden. Das erste Projekt mit dem Namen «Lesefreude für Kinder und Seniorinnen und Senioren» wurde in Zusammenarbeit mit der Association Sédunoise des Lieux d'Accueil de l'Enfance (ASLAE) ins Leben gerufen. Das Konzept: Personen im Ruhestand werden eingeladen, den Kleinsten Märchen vorzulesen oder Geschichten aus dem Leben zu erzählen.

«Zunächst einmal bieten wir den Interessierten Leseschulungen an», erklärt Lionel Haas, Seniorenkoordinator in der Kantonshauptstadt. «Ob man etwas für sich selbst liest oder eine Geschichte so vorträgt, dass die Kinder in ihren Bann gezogen werden, das sind zwei ganz verschiedene Dinge. Eine kurze Schulung hilft, sich dabei sicherer zu fühlen.» Mehrere Stunden lang wird unter anderem an der Betonung, dem Lesetempo und der Atmung gearbeitet. «Wir legen Wert darauf, dass die Seniorinnen und Senioren ihren eigenen Stil bewahren und den Erzählungen eine persönliche Note verleihen können.»

Die ersten Lesungen in Kinderkrippen und schulergänzenden Betreuungseinheiten fanden in diesem Frühjahr statt und waren ein voller Erfolg. «Auch ich habe mich einmal als Vorleser versucht. Es ist schön zu sehen, welche Verbindung man zu den Kindern aufbauen kann. Ihre Gedanken und Ideen sorgen für kleine Glücksmomente, die von den Seniorinnen und Senioren eingefangen werden. So wird bei den Jungen der Spass am Lesen geweckt und bei den Älteren die Freude am Teilen gefördert», erläutert Lionel Haas.

Weitere Lesungen werden im Herbst durchgeführt. Die Stadt plant zwei Sessionen pro Jahr.

Das zweite Projekt trägt den Titel «Man atmet in jedem Alter die gleiche Luft» und soll die Generationen 60+ und die Jugendlichen mit der Unterstützung des RLC-Zentrums (Zentrum für Begegnungen, Freizeit und Kulturen) vereinen. «Zusammen sollen sie Poster oder audiovisuelle Inhalte erstellen, mit denen das generationenübergreifende Verständnis von Luft, diesem gemeinsamen Gut, verbessert werden kann. Ende Jahr werden die Arbeiten in der Galerie de la Treille ausgestellt und einem breiten Publikum präsentiert», gibt der Seniorenkoordinator der Stadt Sitten bekannt.

Überall im Wallis

Auch in Crans-Montana ist man sich der Bedeutung von Generationenbeziehungen für das Zusammenleben bewusst. Aus diesem Grund lancierte Manuela Cohen, Präsidentin der Vereinigung LSenior Suisse auf dem Hochplateau, das Projekt «La Soupe au Caillou» («Die Steinsuppe»). Dieses umfasste zwei Phasen: zum einen die Veröffentlichung eines Rezeptbuchs und zum anderen die Aufführung eines Musicals, bei dem Kinder der Kindertagesstätte und Bewohnerinnen und Bewohner des Pflegeheims Christ-Roi mitwirkten.

«Für die Erstellung der Rezeptsammlung wurden insgesamt fünf Treffen organisiert. Dabei schwelgten die Seniorinnen und Senioren in Erinnerungen, um verschiedene Suppenrezepte zu kreieren und ein paar Tipps und Tricks zu enthüllen. Die Kochanleitungen wurden danach von den Kindern illustriert», erklärt Manuela Cohen. Viel schwieriger gestaltete sich hingegen die Vorbereitung des Musicals, das auf dem Märchen «Die Steinsuppe» beruht. «Die Bibliothekarin Stéphanie Bonvin hat diese wunderbare Geschichte umgeschrieben, um ihr einen Walliser Touch zu verleihen. Anne Martin adaptierte sie anschliessend für die Bühne. Die musikalische Komposition stammt von Alberto Mompelli. Aufgeführt wurde das Stück schliesslich von den Kindern des Chors des Regent College und der Kindertagesstätte unter der Regie von Myriam Crettol. Die Kostüme wurden gemeinsam von den Teams des Pflegeheims und den Kindern angefertigt.» Die Präsidentin von LSenior unterstreicht, mit welcher Begeisterung alle Beteiligten am Werk waren, und ist bereit, weitere generationenübergreifende Vorhaben in Angriff zu nehmen.

Beim Projekt «Taling Taling» (dt. erzählen) geht es um ein interkulturelles Spiel von Estelle Konté. Die Koordinatorin bei Pro Senectute, selbst Geschichtenerzählerin, reiste zwei Jahre lang durch Afrika, um Anekdoten der Stammesältesten zusammenzutragen. «Ich wollte die Lebensgeschichten älterer Menschen im Wallis mit denen in Afrika vergleichen. So lernen die Kinder die jeweiligen Traditionen kennen. Sie hören Geräusche, können lokale Produkte probieren, Gegenstände berühren und den Seniorinnen und Senioren aus dem Wallis Fragen stellen.» Estelle Konté bietet ihr Spiel in Schulen, Kindertagesstätten, Zentren für soziokulturelle Animation, Bibliotheken und allenfalls auch in Altersheimen an. Bei Interesse nehmen Sie bitte direkt mit ihr Kontakt auf.

Die meisten Walliser Gemeinden und auch Pro Senectute organisieren noch weitere generationenverbindende Veranstaltungen. Informieren Sie sich, es lohnt sich allemal.

Nächste Publikation
25.07.2024: Wege, Züge, Suonen – Seniorinnen und Senioren engagieren sich!

> «Eines der Privilegien des Alters ist es, neben seinem Alter auch alle anderen Altersstufen durchlebt zu haben.»
>
> **Victor Hugo**

CHRISTIANE FAVRE

Präsidentin des Vereins «60+ d'Anniviers»

«Chronik»

«Voll cool!», meinte mein 13-jähriger Enkel Justin, als er letztens von einem Austauschnachmittag mit Seniorinnen und Senioren nach Hause kam. Ein Dutzend Jugendliche meldeten sich freiwillig, um Pensionierten zu zeigen, wie man Tablets, Smartphones und andere moderne Kommunikationsmittel am besten nutzt.

Der Anlass fand auf Initiative unseres Vereins «60+ d'Anniviers» statt, der Anfang 2024 gegründet worden war. Auf dem Programm stehen ausserdem Begegnungen, Ausflüge, Vorträge und generationenübergreifende Workshops. So trafen sich Jung und Alt beispielsweise am Auffahrtsmontag zu einem Jass. Drei Wochen später bestätigte uns der Medienworkshop – der bei Justin derart grosse Begeisterung auslöste –, dass durchaus ein Bedürfnis für solche Anlässe besteht und wir auf dem richtigen Weg sind.

Der Austausch zwischen verschiedenen Generationen ist stets bereichernd. Die Älteren teilen ihre Erfahrungen und erzählen von ihren Erlebnissen in Form kurzer Anekdoten, während die Kinder, Teenager und jungen Erwachsenen jede Menge Elan, Energie und Lebenslust mitbringen. Ich habe acht Enkelkinder und weiss deshalb, wovon ich spreche!

Obwohl generationenverbindende Treffen für unsere alternde Gesellschaft unerlässlich sind, sind soziale Interaktionen mit Menschen jeden Alters nach wie vor von grösster Bedeutung. Ausgehen, sich austauschen, gemeinsam etwas erleben – das würzt den Alltag und hilft dabei, mit Freude und Wohlbefinden zu altern. Das Ziel eines Vereins wie dem unseren ist es denn auch, Begegnungsmöglichkeiten zu schaffen.

Als Nächstes ist ein kultureller Ausflug geplant, bei dem die Jugendlichen beim abschliessenden Apéro das Raclettestreichen übernehmen werden. Und Justin wird sich das natürlich nicht entgehen lassen.

ZEITGESCHEHEN

270° Kino im alten LLB-Güterwagen

Ein alter LLB-Güterwagen der früheren Zahnradbahn von Leuk nach Leukerbad aus den Jahren 1915 bis 1967 wurde totalsaniert und in ein 270° Kino mit zusätzlicher Bodenprojektion umfunktioniert.

Der Wagen ist täglich von April bis November kostenlos für jedermann von 8.00 bis 18.00 Uhr zugänglich. Die Präsentation ist in Walliserdeutsch, Schriftdeutsch und Französisch zu hören und sehen. Wir wünschen viel Spass. agenda.culturevalais.ch oder Gemeindebüro Inden: +41 27 470 28 56

PARTNER

DGSK - Dienststelle für Sozialwesen
Kantonale Koordinationsstelle zugunsten der Generationen 60+
CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Walliser Verband der Rentner

PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER