

Veranstaltung Nr. 19/04/304

## „Älterwerden umdenken“: mehr Lebensqualität im Alter

<b>Zielgruppe:</b>	Ältere russischsprachige Migrantinnen und Migranten, Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit, Multiplikatorinnen und Multiplikatoren und alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Freitag, 26. Juli 2019 – Sonntag, 28. Juli 2019
<b>Tagungsort:</b>	Villa Welschen, Am Lehmstich 15, 33813 Oerlinghausen
<b>Tagungsleitung:</b>	Ulrich Brinker, Diplom Soziologe
<b>Tagungsgebühren:</b>	60,00 € für Seminarkosten, Unterkunft und Verpflegung

### Inhalte:

Im Rahmen dieses Seminars wird ein Blick auf die Lebenswelt der „neuen“ Alten, hier v.a. der Seniorinnen und Senioren mit Migrationsgeschichte und deren Probleme geworfen. Außerdem werden grundsätzliche Informationen zu dem demographischen Wandel und den Diskussionen in Politik, Medien und Wissenschaft über die steigenden Lebenserwartungen und den damit verbundenen Herausforderungen diskutiert. Für die Zielgruppe sind die Möglichkeiten einer motivierten, individuellen Initiative der eigenen Lebensgestaltung durch allgemeine und auch migrationsspezifische Altersprobleme in vielen Fällen eingeschränkt. Beispielsweise unzureichende Kenntnisse der deutschen Sprache, Kultur- und Mentalitätsunterschiede, mitgebrachte Erwartungen und Verhaltensregeln können Herausforderungen bieten. Zugewanderten Seniorinnen und Senioren fehlt häufig der Kontakt zu anderen Gruppen, viele fühlen sich isoliert und vereinsamt. Im Seminar wird ein besonderes Augenmerk auf die Potenziale und Erfahrung der Teilnehmenden gerichtet, um Eigeninitiative zu fördern und eine Beteiligung am Gemeinwesen zu aktivieren.

### Ziele:

Die Veranstaltung soll durch den Zugang zu sachlichen Informationen und die Anerkennung und Akzeptanz von mitgebrachten Kenntnissen und Erfahrungen das Selbstwertgefühl der Seniorinnen und Senioren mit Migrationsgeschichte unterstützen und sie motivieren, das eigene Leben mit Würde zu gestalten. Ziele des Seminars sind:

- ◆ Die Partizipationsmöglichkeiten von Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund durch den Zugang zu sachlichen Informationen zu stärken,
- ◆ Gestaltungsmöglichkeiten für Seniorinnen und Senioren vor Ort kennenzulernen,
- ◆ mitgebrachte Kenntnisse und Erfahrungen der ehrenamtlichen Arbeit zu teilen,
- ◆ ehrenamtliche Talente zu entdecken und Motivation zum Engagement zu fördern
- ◆ sowie Initiativen und Aktivitäten in der Seniorenarbeit und dem Zusammenleben der Kulturen zu erarbeiten.