



Vortrag

Gesund in den Ruhestand – Kompetenzen erwerben, ausbauen und erhalten

**Gedanken von Margit Hankewitz
12. November 2021**

- Welche Bedürfnisse haben ältere Menschen?
- Wie stellen sie sich ihr Leben im Alter vor?
- Was macht ein gutes Leben im Alter aus?





© 3-30 film



Betreuung



Beratung





© 3-30 film



Begegnung





Bildung





Bewegung





© 3-30 film

Bedienungsfreundlichkeit



Beköstigung



(Be)wohnen





© 3-30 film



Betätigung



© 3-30 film



Beteiligung

Bedürfnisse

- ... sind individuell verschieden
- ... sind in unterschiedlichen Lebensabschnitten unterschiedlich stark ausgeprägt
- ... sind vom Lebensumfeld geprägt
- ... ändern sich mit gesellschaftlicher Entwicklung

Daraus folgt:

Angebote entsprechend der Bedürfnisse der älteren Menschen



Betätigung

■ Definition von Arbeit – neu!

Nicht ausschlaggebend für Betätigung ist Geld / Lohn, sondern...

■ Was Sinnvolles zu tun

■ Anerkennung (Bitten – Danken – Anerkennen)

■ Jede Arbeit ist gleich wichtig

■ Umgang Ehrenamtlicher untereinander



Beteiligung

- Ehrenamtliche wollen mitbestimmen / mitentscheiden
- Verantwortung übertragen und Vertrauen
- Ältere Menschen und Ehrenamtliche sind Experten in eigener Sache



Einsamkeit

- Einsamkeit hat es immer gegeben und wird es immer geben
- Wir können Einsamkeit nicht “ausrotten” – aber zumindest „eindämmen“
- Es gibt auch ein Recht auf Einsamkeit





Danke für die Aufmerksamkeit

Sie erreichen mich unter

Margit Hankewitz

- Telefon: 030 688 38 018
- Mail: kontakt@Bagso.de, Infos unter www.bagso.de
- Mail: sozialwerk@gmx.de, Infos unter www.sozialwerk-berlin.de

