# Salus

Ihr Gutfühlmagazin 2 | 2022

**WEGE ZUM GLÜCK**
So nehmen Sie Ihr Glück selbst in die Hand

**NEUE VERANSTALTUNGEN IM SOMMER**
Unsere Online-Seminare und Online-Live-Kurse für Sie

**PROJEKT „GENERATIONSBRÜCKE“**
Wir fördern den Austausch zwischen Alt und Jung

Projekt „Generationsbrücke" fördert Austausch zwischen Alt und Jung

# Gemeinsame Glücksmomente erleben

Ein bewusstes und wertschätzendes Zusammenleben fördern – das ist Ziel des gemeinnützigen Sozialunternehmens **„Generationsbrücke Deutschland"** in Aachen. Das von der Salus BKK geförderte Projekt initiiert Begegnungen zwischen Kindern und Senioren in Altenpflegeeinrichtungen. Wir sprechen im Interview mit Vorstand Horst Krumbach über wertschätzende Freundschaften zwischen Alt und Jung.

### Was ist die Idee hinter dem Unternehmen „Generationsbrücke"?

Die Generationsbrücke Deutschland verbindet Alt und Jung, konkret pflegebedürftige alte Menschen aus Altenpflegeeinrichtungen mit Kindern aus Kitas und Grundschulen. Doch anders als in manchen Altenpflegeeinrichtungen anzutreffenden „Kindergartenvorsingbesuchen" geht es der Generationsbrücke Deutschland um regelmäßige und längerfristige Begegnungen, die in den Kita-Alltag bzw. Schulunterricht implementiert werden, sozusagen als „praktisch erlebbare Gesellschaftskunde". Ganz wichtig ist dabei auch der persönliche Beziehungsaufbau zwischen einem Kind und seinem „neuen alten Freund". Das Projekt bietet für Alt und Jung die Möglichkeit, gemeinsame Glücksmomente zu erleben, die in der Erkenntnis liegen, dass alte Menschen dankbar und liebevoll, aber auch sehr spannend sein können. Von ihnen kann man lernen, mit ihnen kann man Spaß haben und man kann ihnen sogar noch etwas beibringen.

### Welches Ziel verfolgt das Projekt?

Der Generationsbrücke Deutschland ist es wichtig, Alt und Jung regelmäßig und langfristig zusammenzubringen, um Glücksmomente für alle Beteiligten zu ermöglichen. Unser Konzept ist einerseits wissenschaftlich fundiert aber andererseits im wahrsten Sinne des Wortes spielerisch umsetzbar. Für ein gutes Gelingen der Begegnungen basiert es dazu auf fünf „Brückenpfeilern": Altersgerechte Vorbereitung der Kinder, Regelmäßigkeit und Langfristig-

keit, Feste Partnerschaft in fester Gruppe, aktives Miteinander sowie Strukturierte und ritualisierte Begegnungen.

### Wie laufen die Treffen zwischen den Kindern und den Senioren ab?

Es gibt einen gleichbleibenden rituellen Rahmen, bestehend aus einem Begrüßungs- und einem Abschiedslied. Feste Riten sind für beide Gruppen sehr wichtig, weil sie Sicherheit und Wiedererkennungswerte bewirken. Nach dem Begrüßungslied folgt die erste Aktivität, die stärker auf die Mobilisierung der körperlichen Ressourcen hin orientiert ist. Das kann zum Beispiel paarweises Spielen mit Luftballons oder aber auch Rollstuhltanz sein. Danach gibt es erst einmal eine kleine Getränkepause, weil einerseits die Versorgung mit Flüssigkeit sehr wichtig ist und andererseits die Kinder dadurch gegenüber ihren „Bewohnerpartnern" verantwortliches Verhalten lernen. Es folgt ein weiteres Lied, ehe wir dann mit der zweiten Aktivität beginnen. Diese findet meist an im Vorfeld um den Stuhlkreis herum platzierten Tischen statt und ist nun stärker auf geistige und kreative Ressourcen ausgerichtet. Das können jahreszeitlich orientierte Bastelarbeiten oder aber Ratespiele sein. Im Laufe der Zeit haben wir so viele verschiedene Aktivitäten entwickelt, dass es praktisch zu keinerlei Wiederholungen im Jahreszyklus kommt. Zum Abschied wird – wie gesagt – nochmal ein gemeinsames Lied gesungen.

### Über welchen Zeitraum treffen sich Kinder und Senioren?

Im Verlauf eines Schuljahres kommt eine Gruppe von 8 – 12 Kindern eine gleichgroße und gleichbleibende Gruppe von Altenpflegeheimbewohnern im monatlichen oder vierzehntägigen Rhythmus besuchen. Meistens finden die Begegnungen zwischen der ersten und zweiten großen Schulpause statt und erstrecken sich über einen Zeitraum von einer Stunde.

### Inwiefern profitieren die Senioren von diesen Begegnungen?

Sicherlich steht es außer Frage, dass der Besuch von Kindern für Altenpflegeheimbewohner zu den besonderen Highlights gehört. Durch die ansteckende Lebendigkeit der Kinder erleben sie eine besondere Abwechslung in ihrem oftmals eher tristen Heimalltag. Sie fühlen sich dadurch gebraucht, wertgeschätzt und haben die Möglichkeit, ihr Wissen zu teilen. Gerade auch für demenzkranke Menschen sind diese Begegnungen von besonderer Bedeutung, weil ihr häufig noch am besten funktionierendes Langzeitgedächtnis adressiert wird: Erinnerungen an die eigene Kindheit oder auch die eigenen Kinder können geweckt und somit auch verborgene geistige Kräfte ein Stück reaktiviert werden.

### Was können Kinder aus diesen Treffen ziehen?

Die Kinder profitieren von der Lebenserfahrung der älteren Generation und können von ihnen lernen, aber sie auch lehren (zum Beispiel in der Nutzung eines Mobiltelefons). Vor allem aber sind diese Begegnungen eine hervorragende Möglichkeit zur Entwicklung bzw. Steigerung ihrer Empathiefähigkeit und Sozialkompetenz. Darüber hinaus lernen sie Pflegebedürftigkeit, Demenz und auch den Tod als Bestandteile des Lebens kennen. Auch bekommen die Kinder von ihren „neuen alten Freunden" viel Dankbarkeit und Zuneigung entgegengebracht und machen letztlich dabei wichtige selbstwertsteigernde Erfahrungen.

### Warum sind generationsübergreifende Projekte Ihrer Ansicht nach wichtig?

Der demografische Wandel ist eine der größten gesellschaftlichen Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte. Eine kontinuierliche wachsende Zahl alter Menschen steht immer weniger jungen Menschen gegenüber. Oftmals wird der demografische Wandel als Synonym für die zukünftige Rentenproblematik betrachtet. Das ist aber eine viel zu kurze Sichtweise, die dem Kernproblem nicht gerecht wird. Denn die eigentliche Herausforderung liegt vor allem darin, wie sich die Generationen begegnen, wie sie miteinander umgehen.

Deshalb ist es uns wichtig, dass Kinder schon frühzeitig den freudvollen Umgang mit alten Menschen erlernen und verinnerlichen und dadurch Pflegebedürftigkeit, Demenz und auch den Tod als normale Bestandteile unseres Lebens kennenlernen.