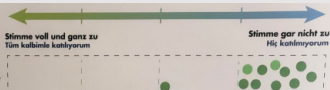


Am **09. Dezember 2022** fand die Zukunftswerkstatt Grünhöfe im dortigen **Seniorentreffpunkt** statt. 15 Personen, vor allem **ältere Frauen mit türkischen Wurzeln**, tauschten sich über das Leben im Stadtteil aus und diskutierten anhand von Plakaten (auf deutsch und türkisch) ihre **Probleme und Wünsche**. Gleichzeitig zeigte die Ausstellung "**Fern der Heimat verwurzelt**" die Lebensgeschichten von auch einigen der anwesenden Frauen mit Migrationsgeschichte in Bremerhaven. Bei **Baklava, Tee und Kaffee** entstand eine gesellige Atmosphäre zum Austausch. Zudem war eine Sprachmittlerin zur besseren Verständigung aller Teilnehmenden vor Ort.

Es gibt hier gute Unterstützung für Menschen, die nicht mehr alleine zurechtkommen.  
Arık kendi başlarına idare edemeyen insanlar için burada iyi bir destek var.



## Was läuft gut, ist positiv?

- Im Alter lässt es sich **gut wohnen** in Grünhöfe
- Mieten sind **bezahlbar**
- Großer **Zusammenhalt**
- Viele Ältere haben **Unterstützung durch Familienangehörige**
- **Seniorentreffpunkt** ist wichtig
- **Kinder** sind oft **gut gebildet**



## Was läuft schlecht, ist negativ?

- Bei vielen reicht trotz harter Arbeit die **Rente** nicht (viele „junge“ Witwen)
- Scham und Angst vor **Gerede**
- Viele **langweilen** sich zu Hause
- Es fehlt draußen an geschützten **Sitzmöglichkeiten** und ruhigen Orten
- **Sauberkeit** in Häusern und draußen mangelhaft
- Zu wenig **Einkaufsvielfalt**
- **Unterstützung** im Haushalt fehlt
- Wohnungen sind oft **nicht barrierefrei**
- **Busfahren** ist (zu) teuer
- **Gesundheit** wird oft vernachlässigt
- Pflege als **Belastung für Familie** (Töchter/Schwiegertöchter)



## Was könnte getan werden?

- **Vergünstigungen** bei Bus, Freizeit, Sport, Medikamenten
- Weniger **Bürokratie**, mehr **Sprachen, Beratung** vor Ort
- Mehr **Veranstaltungen und Aktivitäten**, Café
- **Sport- und Gesundheitsangebote**, Ernährungsberatung
- **Unterstützung** bei Papierkram, soziale Kümmerer
- **Information** über Multiplikatoren und Familie
- Mehr Informationen direkt an Ältere (per Post) und **aufsuchende Beratung**
- Infos über **Pflege** (Ansprüche/Rechte)
- **Verdienstmöglichkeiten** für Ältere (520 EUR)
- Fahrstühle, Beratung für **Wohnungsbau**



Foto: Phyllis Kraske

**Fazit:** Viele Ältere sind in Grünhöfe verwurzelt, fühlen sich wohl. Es gibt aber viele Barrieren für ein gutes Leben im Alter. Angebote und Beratungen sollten bekannter sein und auch die Familien mit einbeziehen. Informationen in anderen Sprachen und Vergünstigungen wären gut. Viele wünschen sich mehr Treffpunkte, Angebote und Aktivitäten. Die Lösungsvorschläge werden jetzt ausgewertet und es wird überprüft, wie sich die Bedingungen für ein gutes Leben für Ältere in Grünhöfe weiter verbessern lassen.

# Anhang: Stellwände mit den Abstimmungen und gesammelten Ideen von der Veranstaltung

KUNFTSWERKSTATT  
JUNHÖFE

Gelecek atölye çalışması

ZWK  
Zukunftswerkstatt  
Kommunen

## Gutes und gesundes Alternwerden - iyi ve sağlıklı yaşlanmak



Stimme voll und ganz zu  
Tüm kalbimle katıyorum

Stimme gar nicht zu  
Hiç katılmıyorum

Es gibt hier gute Unterstützung für Menschen, die nicht mehr alleine zurechtkommen.  
Artık kendi başlarına idare edemeyen insanlar için burada iyi bir destek var.

Die Familien kümmern sich in Grünhöfe, wenn Ältere nicht mehr alleine zurecht kommen und gepflegt werden müssen.  
Grünhöfe'deki yaşlar artık kendi başlarına idare edemediklerinde ve bakıma ihtiyaç duyduklarında aileleri onlara bakmaktadır.

Die meisten Älteren mit Migrationsgeschichte kümmern sich gut um ihre gesundheitliche Vorsorge.  
Göçmen yaşlıların çoğu sağlık hizmetlerine iyi bakmaktadır.

ense über Kinder!

Video बनाई  
सहकारिता

Texte/  
Folger  
binnen 7C

Übersetzt

Veranstaltung  
(Forum)

Sprache  
barriere

Welche Unterstützungen für Menschen, die im Alter nicht mehr alleine zurecht kommen, sind bekannt?

Yaşlılıkta artık kendi başlarına idare edemeyen insanlar için hangi yardım ve destek bilinmemtedir?

Hilfe durch Familie  
→ generationen-  
abhängig

Flüchtlingskinder  
haben ein wenig  
Zeit

Sozialer  
Förderung  
bedarf

Beachtung  
in Pflegeheimen  
(insp. in Grünhöfe)

Beachtung  
von Unterstützungs-  
bedürfnissen der  
Frauen

Überlegung  
der Stadt  
von Grünhöfe

Gruppenarbeit  
zu Gesundheits-  
vorsorge von  
Senioren

Barrierefrei  
sein und  
nicht  
sonst  
Einkauf

Wie stark ist die Familie in die Pflege älterer Familienmitglieder einbezogen? Wie kann man diese Familien entlasten und unterstützen?

Alle, yaşlı aile üyelerinin bakımına ne kadar dahil oluyor? Bu aileler nasıl rahatlatılabilir ve desteklenebilir?

Für 10 Jahre,  
bis die Eltern  
Sovieten zu verlassen

Nicht für  
Hilfe bitten  
die Kinder  
für Jugend  
Unterstützung  
durch Familien-  
angehörige

Multiplikation  
von Informations-  
abwicklung

Reduziert  
Stress/Unzu-  
friedenheit

Ausflug

Wohlfühl-  
räume

Erweiterung  
des  
Wohlfühl-  
raumes

Was hält ältere Menschen davon ab, sich gut um ihre Gesundheit zu kümmern und Unterstützung für Pflege zu nutzen?

Yaşlı insanları sağlıklarına iyi bakmaktan ve bakım için destek kullanmaktan alıkoymak nedir?

Prognose der  
proph. Medizin  
Nähe mit Hilfe  
und

Multifunktionale  
Angebote geben  
Nicht-Direkte  
Angebote

Mobilität  
als zentraler  
Angebotspunkt

Angebote  
für Gruppen  
arbeiten



ZUKUNFTSWERKSTATT  
GRÜNHÖFE

Gelecek atölye çalışması

Soziales Leben und Treffpunkte in Grünhöfe - Grünhöfe'de sosyal yaşam ve buluşma yerleri



Hier gibt es genügend Orte/Gelegenheiten um sich mit anderen zu treffen und die Zeit angenehm zu verbringen. Burada başkalarıyla tanışmak ve hoşça vakit geçirmek için pek çok yer/fırsat var.

Ich kenne viele ältere Menschen, die die meiste Zeit zuhause bleiben, weil es keine Orte gibt, wo man hingehen kann. Gidecek yerleri olmadığa için çoğu zaman evde kalan pek çok yaşlı insan tanıyorum.

Ich freue mich, wenn es Treffpunkte gibt, wo jung und alt erwünscht sind. Gençlerin ve yaşlıların hoş karışıldığı buluşma yerleri olduğunda mutlu oluyorum.

Beleğinizi  
gözetin  
çünkü  
çok yaşlı  
insanlar  
yaşıyor

Vermutlich  
schon zu viel  
& deshalb nicht

Multiphase  
aktivitäten  
f. alle

Seniensehoff  
erhalten  
wichtigste  
Treffpunkte  
f. alle & ältere

Langweile  
Zuhause

früher  
Vierstadt  
(Stadt)

Welche Orte in Grünhöfe besuchen Sie gerne und welche nicht?

Grünhöfe'de hangi yerleri ziyaret etmeyi seviyorsunuz ve hangilerini sevmiyorsunuz?

Welche Freizeitangebote in Grünhöfe nehmen Sie (regelmäßig) wahr?

Grünhöfe'de (düzenli olarak) hangi boş zaman aktivitelerinden yararlanıyorsunuz?

Welche Veranstaltungen/Angebote würden Sie sich in Grünhöfe wünschen?

Grünhöfe'de hangi etkinlikleri/teklifleri görmek istersiniz?

Haben Sie Ideen oder Wünsche um den Austausch zwischen den Menschen in Grünhöfe zu verbessern?

Grünhöfe'deki insanlar arasındaki alışveriş geliştirmek için fikirleriniz veya istekleriniz var mı?

Ausflüge & Aktivitäten

Nur mit Kindern  
Möglichkeit

Kulturelle Veranstaltungen  
f. alle

Weniger Infos  
Aktivität

Den Kindern helfen!  
Erwähnen Tafel

Die wichtigste  
Thema in den Projekten

Ausflugsmöglichkeiten  
zum Ausgehen  
(z.B. beim Spaziergang)

Zufriedenheit  
mit dem  
Sozialkontaktpunkt

Weniger Infos  
Aktivität

Bes. ist gut

Sozialkontaktpunkt  
sollte in Grünhöfe!

Gründe für den  
Sozialkontakt in Grünhöfe!

Zufriedenheit  
mit dem  
Sozialkontaktpunkt

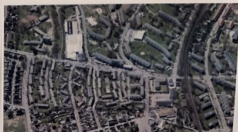
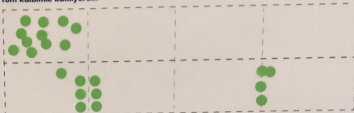
## Gutes Wohnen in Grünhöfe - Grünhöfe'de iyi yaşam

Stimme voll und ganz zu  
Tüm kalbimle katlıyorum

Stimme gar nicht zu  
Hiç katılmıyorum

Grünhöfe ist ein schöner Ort zum Leben und hier möchte ich möglichst lange wohnen bleiben  
Grünhöfe ya amaç için çok güzel bir yer ve burada mümkün olduğunca uzun süre kalmak istiyorum!

Meine Wohnung ist so komfortabel, dass sie mir ein gutes Wohnen auch im Alter ermöglicht.  
Dairem o kadar konforlu ki yaşlılıkta bile iyi yaşamamı sağlıyor.



Wohnbau von Dänern und für ältere Menschen

Fabrikale Anlagen

Baumstoffe - Energie - ohne Schwere

Polsterung - geräuschlos - Isolierung

Wie sollten Ältere unterstützt werden, deren Wohnraum nicht altersgerecht ist?

Konutları yaşlarına uygun olmayan yaşlılar nasıl desteklenmelidir?

Wie kann das Leben und das Wohnen für ältere Menschen in Grünhöfe leichter gemacht werden?

Grünhöfe'deki yaşlılar için hayat ve yaşam nasıl daha kolay hale getirilebilir?

Welche Angebote fehlen Ihnen im direkten Wohnumfeld?

Yakın yaşam çevrenizde hangi hizmetler eksik?

Hilfe bei Wunden

Barrierefreie Wohnungen

Wichtig bei Wohnungen die barrierefrei sind

Soziale Kontakte vor

Freizeitaktivitäten vor

Altenheim Angebote

Cafo

Bücher mit Sprachkursen

Barrierefreie Wohnungen

Grünflächen vor

Fabrikale

Grundstück vor dem Verkauf ist eine Möglichkeit zu prüfen

Grillplatz

Tierische Lebensmittel

Altenheim Angebote

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Wohnen in Grünhöfe im Alter geht

Bessere Straßenbeleuchtung

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Unterstützung bei Haushalt

Vermittlung an Serviceleistungen (Beratung)

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

Gründliche Beratung vor

ZWKUNFTSWERKSTATT  
GRÜNHÖFE

Gelecek atölye çalışması

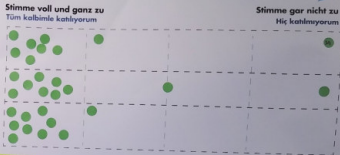


FrauenStärken in Grünhöfe - Grünhöfe'de kadınların güçlü yönleri

Im Alter stehen Frauen vor größeren Herausforderungen als Männer.  
Yaşlılıkta kadınlar erkeklerden daha büyük zorluklarla karşılaşmaktadır.

Altersarmut ist vor allem ein weibliches Problem.  
Yaşlılıkta yoksulluk öncelikle bir kadın sorunudur.

Die Pflege von Angehörigen lastet vor allem auf den Schultern der Frauen.  
Akrabaların bakımı büyük ölçüde kadınların omuzlarında.



- der Prozess war ein guter Lerneffekt, sehr viel gelernt
- Viele Wünsche der Frauen
- Alte Frauen brauchen ein Netz, alles sehr langsam, haben wenig
- 5 Kinder, alle überlebt sein, sehr dankbar
- Altkontakten, großes Netzwerk, zu jeder Zeit Hilfe, etc. kann
- Alte Frauen, brauchen mehr Hilfe

Wenn Sie an ihren Alltag denken, wo fällt Ihnen auf, dass Frauen und Männer unterschiedlich behandelt werden?

Günlük yaşamımızı düşündüğünüzde, kadınlara ve erkeklere nerede farklı davrandığınızı fark ediyorsunuz?

Was brauchen (ältere) Frauen in Grünhöfe?  
Grünhöfe'deki (yaşlı) kadınların neye ihtiyacı var?

Wie kann eine schnelle und sensible Unterstützung für Frauen in schwierigen Lagen aussehen?

Zor durumdaki kadınlar için hızlı ve hassas destek nasıl olabilir?

Welche Angebote für Frauen braucht es in Grünhöfe? – Braucht es spezielle Angebote für Männer?

Grünhöfe'de kadınlar için hangi hizmetlere ihtiyacı var? – Erkekler için özel tekliflere ihtiyacı var mı?

- Erweitert von Grünhöfe
- Weniger Zeit für Aktivitäten, weniger Freizeit
- Mehrere Angebote, auch für Familienberatung!
- Alte Frauen, brauchen ein Netz, alles sehr langsam, haben wenig
- 5 Kinder, alle überlebt sein, sehr dankbar
- Altkontakten, großes Netzwerk, zu jeder Zeit Hilfe, etc. kann
- Alte Frauen, brauchen mehr Hilfe
- Erweitert von Grünhöfe
- Weniger Zeit für Aktivitäten, weniger Freizeit
- Mehrere Angebote, auch für Familienberatung!
- Alte Frauen, brauchen ein Netz, alles sehr langsam, haben wenig
- 5 Kinder, alle überlebt sein, sehr dankbar
- Altkontakten, großes Netzwerk, zu jeder Zeit Hilfe, etc. kann
- Alte Frauen, brauchen mehr Hilfe
- Erweitert von Grünhöfe
- Weniger Zeit für Aktivitäten, weniger Freizeit
- Mehrere Angebote, auch für Familienberatung!
- Alte Frauen, brauchen ein Netz, alles sehr langsam, haben wenig
- 5 Kinder, alle überlebt sein, sehr dankbar
- Altkontakten, großes Netzwerk, zu jeder Zeit Hilfe, etc. kann
- Alte Frauen, brauchen mehr Hilfe

