



wissensdurstig.de



Mehr als nur Unterhaltung:

Mit kultureller Bildung das Leben
im Alter bereichern

**Praxisleitfaden für die Bildungsarbeit mit
älteren Menschen**



Inhalt

Einleitung	4
Aspekte von kultureller Bildung im Alter	5
Kulturelle Bildungsangebote für ältere Menschen gestalten	7
Bildungsangebote für Ältere bewerben und Teilnehmende gewinnen	10
Gute Beispiele aus der Praxis	11
Praxistipps im Überblick	12
Literatur / Materialien / Links	13

Einleitung



Foto: BMBSFJ

Dr. Catrin Hannken,
Abteilungsleitung Berufliche Bildung
und lebensbegleitendes Lernen im
Bundesbildungsministerium



Ob Wissen über Kunstschaffende meiner Region, zu Werken von Klassik bis Pop, oder eigenes Tun: Kulturelle Bildung eröffnet älteren Menschen neue Horizonte. Sie fördert Kreativität und lässt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen. Diese Handreichung bietet viele Empfehlungen für die Praxis, damit Engagierte altersgerechte Angebote entwickeln können. Für Ältere ein sicherer Weg zu Freude, Inspiration und bereichernde Begegnungen.

In unserer Kindheit und Jugend begegnet uns kulturelle Bildung regelmäßig. Sie ist ein wichtiger Teil der Allgemeinbildung und wird in der Schule durch Kunst- und Musikunterricht, Lektüre im Sprachunterricht oder Schülerzeitungen gefördert. Auch Tanz- und Musikschulen, Ferienfreizeiten und Museumsbesuche tragen zur kulturellen Bildung bei. Auf diese Weise wird früh ein Interesse an kulturellen Tätigkeiten und Fähigkeiten geweckt und eine Basis für kulturelle Kompetenzen geschaffen. Doch im Lauf des Lebens treten kulturelle Aktivitäten häufig wegen zunehmender Verpflichtungen und Zeitmangel in den Hintergrund. Hobbys, die man früher mit viel Freude betrieben hat, geraten aus dem Blick.

Das ist schade, denn die Bedeutung kultureller Bildung ist größer als man zunächst denkt. Warum sie wichtig ist, erläutert das Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung im Alter und inklusive Kultur (kubia): „Kulturelle Bildung umfasst den Prozess des Lernens und der Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst, seiner Umwelt und der Gesellschaft mithilfe von Kunst und Kultur. Sie findet statt, wenn Menschen sich künstlerisch oder spielerisch mit Objekten und Themen beschäftigen, wenn sie auf diesem Weg die Welt begreifen oder nach ihren Vorstellungen verändern und mitgestalten, wenn sie über ihre Wahrnehmung sprechen und mit anderen Menschen über Positionen in Verhandlung treten.“¹

Die Auseinandersetzung mit kulturellen Themen animiert uns also, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen, neue Blickwinkel einzunehmen, uns selbst zu erkennen und über unsere Situation zu reflektieren. Besonders in Phasen des Umbruchs, z. B.

am Ende des Berufslebens, können Kunst, Musik, Literatur und andere kulturelle Ausdrucksweisen helfen, sich neu zu definieren und weiterzuentwickeln.

Kulturelle Bildung ist keine rein theoretische Angelegenheit. Vielmehr sind oft der ganze Körper, die Gefühle und der Verstand beteiligt. Vermittelt wird sie in Einrichtungen wie z. B. Theatern, Opernhäusern, Museen, Musikschulen, Kulturzentren und Kulturvereinen, Bibliotheken sowie im Radio und Fernsehen. Aber nicht nur dort findet kulturelle Bildung statt, sondern auch in Altenheimen, Volkshochschulen, offenen (Senioren-)Treffs oder Mehrgenerationenhäusern. Auch das private Umfeld bietet Gelegenheit für die Beschäftigung mit Kultur – sei es beim Basteln mit den Enkelkindern, beim Lesen oder beim Surfen im Internet.

Im Alter ist kulturelle Bildung besonders wichtig, denn sie befähigt

- › zu kultureller Partizipation und damit zu gesellschaftlicher Teilhabe,
- › zu kulturbezogener Kommunikation und Rezeption von Kunst und Kultur,
- › neue Fähigkeiten zu erlernen und die eigene Persönlichkeit zu entwickeln,
- › die eigene Kreativität zu entdecken bzw. auszuleben,
- › die eigene Biografie zu erforschen und zu gestalten,
- › soziale Kontakte zu erweitern und zu vertiefen.

Aspekte von kultureller Bildung im Alter

Eigene Stärken erkennen und entwickeln

Angebote zur kulturellen Bildung können dazu beitragen, dass ältere Menschen Stärken und Fähigkeiten entdecken und entwickeln, die ihnen vielleicht noch gar nicht bewusst waren – z. B. in einer Theatergruppe, beim Töpfern oder im Fotokurs. Sich selbst als lernfähig, erfinderisch und wirksam zu erleben, fördert wiederum den Mut und die Lust, sich neuen Herausforderungen zu stellen. Kulturelle Bildung wirkt „empowernd“, stärkt das Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten und erweitert die Gestaltungsspielräume.

Persönlichen Interessen nachgehen

Angebote zur kulturellen Bildung bieten älteren Menschen die Möglichkeit, individuellen Fragen und Interessen nachzugehen bzw. Themen zu vertiefen, für die früher aufgrund beruflicher und familiärer Verpflichtungen keine Zeit war. Ältere können z. B. beim experimentellen Malen oder gemeinsamen Musizieren Lernerfahrungen machen, die frei sind von äußerem Druck. Bildung und Lernen können als etwas Schönes und Spielerisches erlebt werden, das man selbst gestalten kann.

Neue Bilder vom Alter(n), von sich und der Welt entwickeln

Kulturelle Bildung kann hilfreich sein, um Vorstellungen vom Alter(n), Rollen, Identitäten und Positionen zu hinterfragen und zu verändern. Die Auseinandersetzung mit anderen Lebensentwürfen, z. B. in einem Literaturkreis oder beim Impro-Theater, kann neue Perspektiven aufzeigen, um ein gutes Leben im Alter zu führen. Für viele ältere Menschen eröffnet die Beschäftigung mit Kultur Wege, um sich in der nachfamiliären und nachberuflichen Phase neu zu orientieren und individuelle Möglichkeiten für eine sinnvolle Lebensgestaltung zu finden. Sich gemeinsam mit anderen spielerisch und künstlerisch zu betätigen, verändert den Blick auf sich selbst, die Welt und das Alter.

Perspektiven wechseln und biografische Erfahrungen verarbeiten

Kultur, Kunst und ästhetische Erfahrungen bieten die Chance, die Welt aus neuen, ungewohnten Blickwinkeln zu betrachten und zu erkennen, dass es auf eine Frage verschiedene Antworten und für ein Problem unterschiedliche Lösungen geben kann. Kulturelle Bildung eröffnet aber auch Möglichkeiten, auf das eigene Leben zu blicken und Erfahrungen des Glücks, aber auch der Enttäuschung, der Trauer oder des Verlusts zu reflektieren – z. B. beim biografischen Schreiben oder Erstellen von Collagen. Sie unterstützt die Arbeit an der eigenen Biografie, die Gestaltung biografischer Übergänge im Alter und die Verarbeitung kritischer Lebensereignisse.

Unterschiedlichkeit und Vielfalt als Normalität erleben

In Mal- und Bildhauereikursen oder ähnlichen Angeboten zur kulturellen Bildung können ältere Menschen ihre individuellen Sichtweisen ausdrücken, sie können anderen zeigen, wie sie sich und die Welt erfahren und was sie denken. Das kreative und offene Umfeld trägt dazu bei, unterschiedliche Perspektiven, Hintergründe und kulturelle Prägungen im jeweiligen künstlerischen Medium zum Ausdruck zu bringen und zu überdenken. Dabei lassen sich nicht zuletzt Vorurteile und Stereotypen abbauen und kulturelle, generationale oder soziale Unterschiede überbrücken.

Generationendialoge anregen

Kulturelle Bildung öffnet Räume für Begegnungen und Dialoge zwischen verschiedenen Generationen. Diese sind notwendig, weil aktuelle gesellschaftliche Transformationsprozesse wie der demografische Wandel, die Verteilung von Care-Arbeit, Diversitäts- und Identitätspolitik, Reformen der Sozialsysteme oder der Klimawandel in der Öffentlichkeit auch unter dem Vorzeichen von Generationenkonflikten diskutiert werden. Gleichzeitig nehmen intergenerationelle Kontakte ab – aufgrund des demografischen Wandels und weil Familienmitglieder oft weit entfernt voneinander wohnen. Kulturelle Bildung kann, z. B.

in einem gemeinsamen Fotoprojekt mit selbstorganisierter Ausstellung, intergenerationelles Lernen zu Themen wie Generationengerechtigkeit und Nachhaltigkeit fördern.

Soziale Kontakte knüpfen

Kulturelle Bildungsangebote schaffen nicht nur Räume für Kreativität und Ausdruck, sondern auch für Begegnung und Gemeinschaft. Auf der Basis gemeinsamer Interessen wie Musik, Theater oder Kunst können neue soziale Netzwerke entstehen, insbesondere für Menschen in höherem Alter. Kulturelle Bildung unterstützt den Aufbau von Beziehungen, denn das gemeinsame kreative Tun sorgt für Gesprächsanlässe und gemeinsame Erlebnisse. Damit Freundschaften wachsen können, sind wiederholte Kontakte und kontinuierliche Begegnungen wichtig. Sinnvoll sind daher regelmäßige (statt einmalige) Kulturangebote. Sie fördern Vertrauen und sozialen Zusammenhalt. Damit wirken sie auch gegen Einsamkeit.

Kulturelles Erbe bewahren und reflektieren

Kulturelle Bildung ermöglicht älteren Menschen eine Reflexion über kulturelles Erbe, z. B. bei regelmäßigen gemeinsamen Museumsbesuchen. Sie können ihre Geschichte und Traditionen bewahren und pflegen, im Austausch mit Menschen aus anderen Generationen oder Kulturen, aber auch kritisch betrachten: Was gilt als kulturelles Erbe, und was ist davon ausgenommen? Was sollte weitergegeben werden und in welcher Form? Diese Auseinandersetzung fördert das Bewusstsein für unterschiedliche kulturelle und generationale Sichtweisen auf kulturelles Erbe und seine Weitergabe.

Gesundheit und Wohlbefinden fördern

Kulturelle Bildung wirkt sich nachweislich positiv auf die Gesundheit und das Wohlbefinden älterer Menschen aus: Kreative Aktivitäten fördern kognitive Fähigkeiten, verbessern die motorische Koordination, erhalten die geistige Beweglichkeit und senken das Risiko für Depressionen. Kulturelle Aktivitäten wirken auch gegen Einsamkeit und soziale Isolation. Sie sind daher geeignete Präventionsmaßnahmen gegen körperliche und geistige Erkrankungen im Alter.

Sichtbarkeit und Engagement unterstützen

Kulturprojekte können ältere Menschen ermutigen, auf Basis ihres umfangreichen Erfahrungswissens Vorschläge zu entwickeln und in die Gesellschaft einzubringen. Damit werden nicht nur die Kompetenzen älterer Menschen in der Öffentlichkeit sichtbar, sondern sie erfahren auch mehr Anerkennung und Resonanz. Kulturelle Bildung fördert auf diese Weise nicht zuletzt das freiwillige Engagement älterer Menschen.

Analoge und digitale Ausdrucksformen nutzen

Kulturelle Bildung ermöglicht das Kennenlernen, Erproben, Erlernen und Vertiefen kultureller Ausdrucksformen wie z. B. Kunst oder Fotografie. Diese verändern sich stetig – auch durch Digitalisierung und Künstliche Intelligenz. Angebote, bei denen ältere Menschen in digitalen Welten experimentieren, sie erkunden und mit analogen Formaten verknüpfen können, sorgen dafür, dass sie neues Wissen erwerben bzw. vorhandenes Wissen vertiefen. Kulturprojekte eignen sich aber auch, um digitale Medien und soziale Praktiken der Mediennutzung zu hinterfragen.



Kulturelle Bildungsangebote für ältere Menschen gestalten

Für alle Bildungsangebote im Alter gilt:

Ältere Menschen lernen anders als Kinder und Jugendliche. Aufgrund der normalen kognitiven Veränderungen wird es im Alter schwieriger, komplexe neue Wissensbereiche schnell zu erfassen und alte infrage zu stellen. Dafür wird es leichter, bereits vorhandenes Wissen zu vertiefen und an den eigenen Erfahrungsschatz anzuknüpfen. Sensorische Veränderungen im Alter, wie z. B. eine abnehmende Hörfähigkeit, müssen mitbedacht werden, um Lernhürden zu vermindern. Auch die Motivation älterer Menschen ist anders: Sie lernen in der Regel nicht mehr für Prüfungen oder Qualifikationen, sondern freier – nämlich das, was sie lernen wollen und worin sie einen Sinn erkennen. Gleichzeitig sind ältere Menschen geprägt durch ihre Lernbiografie, die positive, aber oft auch negative Erfahrungen mit dem Lernen umfasst. Vor diesem Hintergrund sind bei Bildungsangeboten Spaß und Geselligkeit ebenso wichtig wie ein sicherer Rahmen und eine positive Lernatmosphäre. Ältere Menschen kommen gern, wenn sie sich wohlfühlen und wertgeschätzt werden. Das Umfeld sollte so sein, dass man etwas ausprobieren kann und Fehler gemacht werden dürfen.

Viele ältere Menschen haben Bildung in Schule und Beruf vor allem als Pflicht erlebt. Lernen bedeutete oft Leistung, Anpassung und wenig Raum für eigene Interessen. Diese Erfahrungen können den Zugang zu Bildungsangeboten erschweren und verhindern, dass Menschen mit Offenheit und Freude an ihnen teilnehmen. Umso wichtiger ist es, Bildungsformate zu schaffen, die an Lebensgeschichten anknüpfen, Neugier wecken und den Alltag durch neue Impulse und Erkenntnisse bereichern. Dabei braucht es vor allem Lernangebote, die nicht an formale Bildungssituationen erinnern, sondern sich an der Lebenswirklichkeit der Menschen orientieren. Lernen im Alter geschieht oft außerhalb von Kursräumen: im Austausch mit anderen,

beim Entdecken neuer Interessen, beim Erproben neuer Rollen oder im freiwilligen Engagement. Gerade solche informellen Lernprozesse stärken das Selbstvertrauen und machen Lernen als etwas Positives erfahrbar.

Bei der Wahl der Räumlichkeiten sollte auf Barrierefreiheit geachtet werden. Ist der Ort leicht erreichbar? Gibt es ggf. eine Unterstützung bei der Anreise? Sind die Räumlichkeiten stufenlos zugänglich und ermöglichen eine Orientierung ohne fremde Hilfe? Gibt es Sitzgelegenheiten, und sind Toiletten gut erreichbar? Auch eine einladende Gestaltung der Lernumgebung trägt zum Gelingen bei: Die Teilnehmenden freuen sich über Tischdekoration und bereitgestellte Kekse, Kuchen, Kaffee oder Tee. Ausreichende Pausen bieten die Gelegenheit, zwanglos miteinander in den Austausch kommen.

Ältere Menschen sind keine homogene Gruppe. Die Gruppe der Menschen ab 65 Jahren umfasst zwei bis drei verschiedene Generationen sowie vielfältige Lebensentwürfe und Bedarfe. Einige Personengruppen, z. B. ältere Menschen mit körperlichen Einschränkungen, mit Migrationshintergrund oder mit niedrigem Einkommen, nehmen in der Regel seltener an Bildungsangeboten teil. Niedrigschwellige Zugänge und barrierefreie Räumlichkeiten sind hilfreich, um Bildungsungleichheiten zu verringern und Teilhabe zu ermöglichen.

Die Bildungsangebote sollten so konzipiert sein, dass die Ressourcen Älterer, ihre Erfahrungen und Kompetenzen gezielt genutzt und gefördert werden können. Um die positiven Effekte von Bildung hervorzuheben, sind partizipative Bildungsangebote oder Lernelemente wichtig. Die Lernenden sind dabei nicht nur konsumierende, sondern gestalten Bildungsprozesse aktiv und auf Augenhöhe mit.

Weiterführende Informationen zu den Besonderheiten des Lernens im Alter und eine praxisnahe Einführung in die Grundlagen der Geragogik bietet unsere Handreichung „Wie Bildung im Alter gelingt“.

Bedarfe berücksichtigen und an Interessen anknüpfen

Zu den wichtigsten Zielen kultureller Bildung im Alter zählt die gesellschaftliche und kulturelle Partizipation älterer Menschen. Damit sie entsprechende Angebote – unabhängig von ihren physischen, psychischen und kognitiven Voraussetzungen, ihrer Herkunft, ihrem Geschlecht, ihrer Lebenslage und ihrem Wohnort – wahrnehmen und mitgestalten können, müssen entsprechende Bedingungen geschaffen werden.

Die Bildungsangebote sollten an den Bedarfen und Interessen der älteren Menschen in der Kommune oder im Quartier anknüpfen. Es bietet sich an, zunächst die Bedarfe in Umfragen oder Gesprächen mit älteren Menschen zu recherchieren. Nicht nur das Thema, auch die Form des Angebots sollte auf Interesse stoßen. Sind Besuche kultureller Veranstaltungen gewünscht? Oder Vorträge, Workshops und Kurse zu verschiedenen Themen? Sinnvoll ist auch eine Prüfung dessen, was es vor Ort bereits gibt: Wo kann angedockt werden? Für wen fehlen Angebote?

Beispiele für kulturelle Bildungsangebote mit älteren Menschen gibt es viele:

- › ein gemeinsamer Besuch eines Kulturorts
- › gemeinsames Proben in einem generationenübergreifenden Chor
- › ein Kurs zu kreativem Schreiben im Mehrgenerationenhaus um die Ecke
- › ein internationaler Kochkurs mit anderen Menschen aus der Nachbarschaft
- › ein Online-Kurs zum Thema Digitalfotografie
- › eine Theatergruppe für Senioren und Seniorinnen
- › ein Töpferkurs in der Volkshochschule
- › eine Museumsführung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörige

Ungewohnten Austausch anregen

Kulturelle Bildung eignet sich besonders gut dazu, neue Zielgruppen zu erreichen und einen Austausch zwischen Menschen herzustellen, die verschiedenen Generationen angehören und deren kulturelle Prägen bzw. Biografien unterschiedlich sind. Die gezielte Ansprache verschiedener Gruppen kann sich lohnen. Über das gemeinsame Interesse an Kunst und Kultur kommen Menschen miteinander in Kontakt, die sonst kaum Berührungspunkte haben. Die Auseinandersetzung mit Kunst und Kultur kann den Austausch untereinander anregen, sodass Menschen mit unterschiedlichen Lebensentwürfen miteinander, voneinander und übereinander lernen und Gemeinsamkeiten entdecken. Insbesondere das gemeinsame Tun – das Gestalten und Ausprobieren – fördert Offenheit, Kreativität und gegenseitiges Verständnis.

Damit dieser Austausch gelingt, ist eine wertschätzende Haltung seitens der Kursleitung notwendig. Sie sollte den Teilnehmenden auf Augenhöhe begegnen und die Kontaktaufnahme in der Gruppe fördern. Niedrigschwellige Methoden, Kennenlernspiele und eine offene Moderation sorgen für eine angenehme Atmosphäre. Ein strukturierter Ablauf kann Orientierung geben, sollte jedoch genügend Raum für Spontaneität und Impulse aus der Gruppe lassen – denn oft entstehen gerade aus dem Ungeplanten heraus besonders spannende und bereichernde Begegnungen.



Bildungsangebote für Ältere bewerben und Teilnehmende gewinnen



Um ein Angebot zu bewerben und Teilnehmende zu gewinnen, muss zunächst überlegt werden, welche Zielgruppe angesprochen werden soll und wie und wo diese erreicht werden kann. Dabei sollten auch mögliche Bedenken älterer Menschen und innere Hürden mitbedacht werden, z. B. die folgenden:

- › Menschen trauen sich nicht, allein zu einer Veranstaltung zu gehen, bei der sie möglicherweise niemand kennen.
- › Es bestehen Unsicherheiten und Ängste bezüglich der Anforderungen eines Angebots (z. B. bei Kreativ- oder Bewegungsangeboten).
- › Es gibt die Befürchtung, sich zu blamieren oder von den anderen Teilnehmenden nicht wohlwollend empfangen und integriert zu werden.
- › Menschen machen sich Sorgen, was den Weg zu einer Veranstaltung oder die räumlichen Bedingungen betrifft.
- › Es gibt Bedenken, ob die Kleidung passend ist.
- › Es wird befürchtet, dass unerwartete Kosten entstehen.

Die Ankündigung des Angebots sollte diese Bedenken und Vorbehalte durch ausreichende Informationen auszuräumen und den Mehrwert für die Teilnehmenden deutlich benennen. Sie sollte die zentralen Fragen älterer Menschen beantworten: Um was geht es? Was erwartet mich, und was wird von mir erwartet? Wo und wann findet das Angebot statt? Wie hoch sind die Kosten? Wer ist die Ansprechperson? Wer darf teilnehmen? Gibt es Parkplätze? Ist der Ort barrierefrei? Gibt es einen Fahrdienst? Was muss ich mitbringen?

Flyer und andere Materialien sollten gut verständlich sein, ggf. in leichter Sprache, möglichst ohne englische Begriffe, in ausreichend großer Schrift und mit guten Kontrasten. Sinnvoll sind auch Bilder mit hohem Identifikationsgrad für die Zielgruppe. Vorurteile über ältere Menschen

sowie geschlechtsspezifische oder kulturelle Klischees sollten vermieden werden. Hilfreich sind positive und attraktive Bezeichnungen der Angebote: Titel wie „Kreativ im Ruhestand“ oder „Lesetreff 60plus“ wirken insbesondere auf „jüngere Ältere“ einladender als „Seniorenkurs“.

Die Bewerbung des Angebots kann über verschiedene Wege erfolgen:

- › Flyer oder Plakate an öffentlichen Orten, die von älteren Menschen regelmäßig besucht werden (z. B. Kirchen, Verwaltungsgebäude, Arztpraxen, Büchereien, öffentliche Verkehrsmittel, Supermärkte)
- › Anzeigen in lokalen Medien, Seniorenzeitschriften und -ratgebern
- › Artikel auf der eigenen Website oder den Websites der Kooperationspartner
- › Hinweise in Kirchenblättern oder Verbandszeitschriften

Schlüsselpersonen einbinden

Neben ansprechenden und verständlichen Ankündigungen und Einladungen ist die persönliche Ansprache ein wirkungsvoller und erfolgversprechender Weg, um ältere Menschen zu erreichen. Dafür sind „Schlüsselpersonen“ oder „Türöffnerinnen“ und „Türöffner“ hilfreich, also Menschen, die einen guten Kontakt zu der Zielgruppe haben und deren Vertrauen genießen, wie z. B. Familienmitglieder, Nachbarinnen und Nachbarn sowie Freundinnen und Freunde, die über Mund-zu-Mund Propaganda von den Angeboten und ihren Erfahrungen damit berichten. Auch Mitarbeitende und regelmäßige Besucherinnen und Besucher von Museen, Theatern, Bibliotheken oder Musikschulen können den Kontakt zur Zielgruppe herstellen. Geeignet sind zudem Mitarbeitende von Mehrgenerationenhäusern, Seniorentreffs oder Volkshochschulen sowie Mitglieder von Vereinen (z. B. Sport-, Kultur- und Heimatvereinen) und Religionsgemeinschaften.

Gute Beispiele aus der Praxis

Faltenrock

Die Ü60-Tanzveranstaltung „Faltenrock“ findet seit Oktober 2011 jeweils am letzten Sonntag im Monat im Hamburger Gängeviertel statt. Menschen unter 60 Jahren haben nur in Begleitung von Menschen über 60 Jahren Zutritt.

www.faltenrock-party.de

Modellprojekte in Nordrhein-Westfalen

Das Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung im Alter und inklusive Kultur (kubia) fördert mit Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen modellhafte kulturelle Bildungsprojekte mit älteren Menschen mit und ohne Einschränkungen. Die Projekte geben einen vielfältigen Überblick über Möglichkeiten kultureller Bildung. Sie sind partizipativ ausgerichtet und tragen zur kulturellen und gesellschaftlichen Teilhabe älterer Menschen und zu intergenerationellen Begegnungen bei.

www.kubia.nrw/projekte

blue OL – Kulturfestival 55+

Das „Kulturfestival 55+“ findet seit 2019 alle zwei Jahre statt. Das dreitägige Festival bietet zahlreiche Workshops zu unterschiedlichen Themen, ein vielfältiges Bühnenprogramm mit Tanz und Musik sowie Essen und Trinken. Organisiert wird die Veranstaltung vom Kulturbüro der Stadt Oldenburg in Kooperation mit dem DJH-Landesverband Unterweser-Ems und verschiedenen Förderern.

www.oldenburg.de/startseite/kultur/kulturprojekte-und-preise/kulturelle-bildung/blue-ol-kultur-55/blue-ol-kulturfestival-55.html

Bei Anruf Kultur

Das Projekt „Bei Anruf Kultur“ richtet sich an Menschen, die Museen und Ausstellungen nicht oder nur eingeschränkt besuchen können, und macht kulturelle Teilhabe auch von zu Hause aus möglich. Interessierte erleben Kulturveranstaltungen am Telefon mit: Über eine Einwahl nehmen sie an einer etwa einstündigen Live-Führung durch Ausstellungen oder Sammlungen teil. Dabei werden visuelle Eindrücke detailliert beschrieben. Die Teilnehmenden können Fragen stellen und sich im kleinen Kreis mit anderen austauschen. Weil sich bundesweit rund 100 Häuser beteiligen, ist das Programm vielfältig – es reicht von Kunst über Geschichte bis hin zu Naturwissenschaften.

<https://www.beianrufkultur.de>



Ressourcen bündeln durch Kooperationen

Kulturelle Bildungsarbeit entfaltet ihre Wirkung besonders dann, wenn sie in bestehende soziale Strukturen eingebettet ist. Durch Kooperationen mit Pflegeeinrichtungen, Seniorentreffs, Kulturvereinen oder Quartiersprojekten werden auch Menschen erreicht, die bislang wenig Zugang zu Kultur hatten. In Pflegeeinrichtungen können Kunst- und Kulturangebote zur Aktivierung, Sinnstiftung und Kommunikation beitragen – etwa durch Musik, gemeinsames Singen, biografisches Arbeiten oder kreative Ausdrucksformen. Quartiersprojekte beleben die Nachbarschaft und regen generationenübergreifende Aktivitäten an. Wichtige Partner sind zudem Volkshochschulen, Museen, Theater, Musikschulen, Mehrgenerationenhäuser und Fachverbände. Ausgebildete Personen, die Musik, Kunst und Kultur für und mit älteren Menschen anbieten, findet man auch über bundesweite Netzwerke. Kultur- oder Musikgeragoginnen und -geragogen sind z. B. über den Fachverband Kunst- und Kulturgeragogik e. V. oder die Deutschen Gesellschaft für Musikgeragogik (DGfMG) ansprechbar.

Praxistipps im Überblick

Interessen und Bedarfe ermitteln

- 💡 **Tipp:** Ältere Menschen fragen, welche kulturellen Themen sie interessieren.
- ❌ **Besser nicht:** Angebote nur nach eigenem Geschmack planen.
- ✅ **So gelingt's:** Eine Umfrage im Seniorentreff zeigt, dass sich viele gemeinsames Singen wünschen. Daraus entsteht ein generationsübergreifender Chor.

Kreative Ausdrucksformen fördern

- 💡 **Tipp:** Vielfältige künstlerische Zugänge eröffnen wie Musik, Tanz, Theater, Schreiben, Malen.
- ❌ **Besser nicht:** Kunst als „Talentfrage“ behandeln.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Museum lädt zu „Kunst ohne Vorkenntnisse“ ein. Dabei entstehen Collagen, und es gibt viele Aha-Erlebnisse.

Lebensgeschichten aufgreifen

- 💡 **Tipp:** Biografien und Erinnerungen als Ressource nutzen.
- ❌ **Besser nicht:** Vergangenheit idealisieren oder auf Einzelgeschichten reduzieren.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Kurs mit dem Titel „Mein Leben in zehn Kapiteln“ ermuntert zum Schreiben. Die Geschichten werden vorgelesen und gemeinsam besprochen.

Perspektivwechsel ermöglichen

- 💡 **Tipp:** Begegnungen zwischen Generationen und Kulturen fördern.
- ❌ **Besser nicht:** Homogene Gruppen bilden oder Diskussionen vermeiden.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Theaterprojekt bringt Ältere Menschen und Jugendliche mit und ohne Migrationsgeschichte zusammen. Sie entwickeln gemeinsam ein Stück über „Heimat“.

Teilhabe barrierefrei gestalten

- 💡 **Tipp:** Barrierearme Zugänge und klare Sprache sicherstellen.
- ❌ **Besser nicht:** Kultur nur zentral oder nur online anbieten.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Museum organisiert eine mobile Ausstellung mit Bildern und Audioguides, die in Seniorentreffs oder Pflegeeinrichtungen gezeigt wird.

Wohlbefinden und Gesundheit stärken

- 💡 **Tipp:** Kreative Aktivitäten mit Bewegung und Entspannung verbinden.
- ❌ **Besser nicht:** Kunstangebote ohne sozialen Bezug planen.
- ✅ **So gelingt's:** Eine Tanzgruppe „Bewegung zu Lieblingsliedern“ stärkt Körpergefühl und Gemeinschaft.

Engagement und Sichtbarkeit fördern

- 💡 **Tipp:** Ältere Menschen ermutigen, ihre Werke oder Projekte öffentlich zu zeigen.
- ❌ **Besser nicht:** Ergebnisse ungenutzt lassen.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Seniorenkunstprojekt organisiert eine Ausstellung im Rathaus. Das sorgt für Anerkennung und stärkt das Selbstwertgefühl.

Kooperationen und Netzwerke stärken

- 💡 **Tipp:** Kulturinstitutionen, soziale Träger und Bildungseinrichtungen vernetzen.
- ❌ **Besser nicht:** Projekte ohne strukturelle Anbindung durchführen.
- ✅ **So gelingt's:** Ein Quartiersprojekt bringt Museum, Musikschule und Pflegeheim zusammen. Daraus entsteht ein offenes „Kulturcafé 60plus“.

Literatur / Materialien / Links

Allgemein



- › Handreichung „Wie Bildung im Alter gelingt“
www.bagso.de/publikationen/themenheft/wie-bildung-im-alter-gelingt



- › Themenheft „Bildungsangebote für Ältere – Gute Beispiele aus der Praxis“
www.bagso.de/publikationen/themenheft/bildungsangebote-fuer-aeltere



- › Ratgeber „Neugierig bleiben! Bildung und Lernen im Alter“
www.bagso.de/publikationen/ratgeber/neugierig-bleiben



- › Materialsammlung der Servicestelle „Bildung und Lernen im Alter“
www.wissensdurstig.de/wissen-vermitteln/?e-filter-90bce8d-thema=kunst_musik_kultur#MaterialsammlungW

Anlaufstellen



- › Erfahrungsaustausch und Weiterqualifizierung im Bereich Kunst- und Kulturpädagogik
www.fachverband-kkg.de



- › Beratung, Weiterbildungen und Informationen zur Kulturellen Bildung mit älteren Menschen
www.kubia.nrw



- › KOM – Koordinierungsstelle für Freizeit und Kultur für ältere Menschen in München
www.komuenchen.de

Praktische Materialien



- › Themenheft „Kreativität kennt kein Alter – Kulturelle Teilhabe erwünscht“
www.whb.nrw/367-download/Heimat%20Westfalen/2025/HW_2_25_Internet.pdf



- › Kultur-Impulse – Anregungen für niedrigschwellige Kultur-Aktivitäten mit Menschen mit Demenz
www.kubia.nrw/wissen/veroeffentlichungen/kultur-impulse



- › Eine Party für alle – Das kubia-Vorgehensmodell zur strukturierten Analyse, Planung und Umsetzung von Barrierefreiheit in Kunst und Kultur
www.kubia.nrw/wissen/veroeffentlichungen/eine-party-fuer-alle



- › Leitfaden „So kann Kooperation gelingen“
<https://www.kubia.nrw/wissen/veroeffentlichungen/so-kann-kooperation-gelingen-gemeinsam-fuer-kulturelle-teilhabe-im-alter/>



- › Werkzeugkoffer Generationen-Kulturen-Vielfalt der BaS
www.generationen-kulturen-vielfalt.de/werkzeugkoffer



- › Wann sagst du „Wow“? Qualitäten Kultureller Bildung im Alter
www.kubia.nrw/wissen/fachbeitraege/wann-sagst-du-wow



- › Bewegungsförderung im Alltag älterer Menschen, Handlungsempfehlung 3, Tanzen mit älteren Menschen
www.gesundheitsamt-bw.de/fileadmin/LGA/_DocumentLibraries/SiteCollectionDocuments/03_Fachinformationen/FachpublikationenInfo_Materialien/gesundheitsfoerderung_tanzen_broschuere.pdf



- › tool-kit II Theater der Unterdrückten
www.ungleichevielfalt.at/documents/TK/toolkit_2_Theater.pdf



- › Kultur für Ältere – einfach machen!? Ein Workshop zur kulturellen Bildung im Alter
www.wissensdurstig.de/wp-content/uploads/2024/12/workshop-kultur-fur-altere-einfach-machen.pdf



wissensdurstig.de

Die Servicestelle „Bildung und Lernen im Alter“ ist ein Projekt der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.

Mehr Informationen zur Servicestelle finden Sie unter www.wissensdurstig.de

Impressum

Herausgeber



BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e. V.

Noeggerathstr. 49
53111 Bonn

0228 / 24 99 93-0

kontakt@bagso.de

www.bagso.de

facebook.com/bagso.de
instagram.com/bagso_de

Text und redaktionelle Bearbeitung:

Miriam Haller (kubia), Hanna Lena Hohmann,
Anna Krükel, Dr. Christina Münk

Lektorat: Wera Reusch

Gestaltung: Simon Störk

Bildnachweis:

Titel: Kampus Production/Pexels; S. 2: Centre for Ageing Better; S. 4: BMBFSFJ; S. 6: Mark Epstein via Centre for Ageing Better; S. 9: Centre for Ageing Better; S. 16: In-Press Photography via Centre for Ageing Better

1. Auflage, Dezember 2025

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

