

»2 NACH 11«

Die digitale Plauderstunde für ältere Menschen

Dörte Foede und Hajo Witter

In der Hochzeit der Corona-Pandemie 2022 befürchteten wir in unserer Fachstelle, dass uns die Kontakte zu den Gästen unserer Kurse, Seminare und Impulsreihen verloren gehen könnten. Wir suchten deshalb nach einem Angebot, welches die Frauen und Männer aus den ganz unterschiedlichen Gruppen während der Pandemie zusammenführen und halten kann.

Da es im Vorwege schon einige Kurse für ältere Menschen zur Teilnahme an Zoom-Konferenzen bei uns gegeben hatte, war schnell die Idee eines digitalen Treffpunktes geboren. Um die neue Idee gut bewerben zu können, suchten wir nach einem originellen Titel für die zukünftige Veranstaltung. Angeregt durch die Talk-Show „3 nach 9“, kamen wir auf den Namen „2 nach 11“: Zwei Moderatoren laden mittwochs, zwei Minuten nach 11 Uhr zum Plaudern am Bildschirm ein.

Anfang Dezember 2022 gingen wir erstmals sozusagen „auf Sendung“ und waren hoch erfreut, gleich 20 Teilnehmende begrüßen zu können. Inzwischen ist die Pandemie abgeklungen und der normale Alltag im Leben unserer Zielgruppe „Menschen ab „60 plus“ zurückgekehrt. Zu unserer Überraschung läuft unser digitales Angebot noch immer, und wir haben einen treuen Teilnehmer*innenkreis. Wir erklären uns dies mit den vielen positiven Rückmeldungen, die wir im Laufe der letzten Jahre zu hören bekommen haben. Vielfach wurde gesagt, dass die digitale Runde eine wunderbare Kontaktmöglichkeit ist, wenn man z.B. körperlich nicht mehr mobil oder krank ist. Aber auch wer einen Angehörigen zu Hause pflegt oder durch Seh- und Hörbehinderungen beeinträchtigt ist, kann soziale Kontakte durch unser digitales Angebot pflegen und gute Gespräche führen.

Damit es zu den guten Gesprächen kommen kann, bereiten wir jede digitale Plauderstunde gründlich vor. Jedes Mal steht ein Thema im Mittelpunkt, welches anhand eines bestimmten Ablaufrasters bearbeitet wird. Der Ablauf beginnt immer mit einer Vorstellungsrunde und 5 sogenannten Aufwärmfragen, die nur durch Handheben mit ja oder nein beantwortet werden können. Diese Fragen führen jedes Mal auf leichte Art zu unserem eigentlichen Thema hin, welches nun weiter vertieft wird. Methodisch orientieren wir uns bei der gesamten Ausgestaltung der Themen an den Prinzipien und Methoden der Biografiearbeit. Unser Anliegen ist, die Gäste mit den Themen persönlich in Verbindung zu setzen und sie ins Erzählen zu bringen. Dabei erweisen sich gut vorbereitete Fragen als besonders hilfreich, um die Gruppe durch ein Thema zu führen. Ergänzend zu den vielen Fragen bereiten wir immer



auch einen kleinen Info-Teil vor, um durch Sachinformationen, Bilder oder kurze Videos das Besprochene abzurunden.

Die Orientierung an der Biografiearbeit sorgt für eine Gesprächsatmosphäre, die von Wertschätzung, gegenseitigem Interesse und Vertrautheit geprägt ist. Zum Ende einer jeden Gesprächsrunde geben wir den Gästen noch ein „gutes Wort für den Tag“ mit.

„2 nach 11“ findet in der dunklen Jahreszeit 14-tägig statt und sonst etwa einmal im Monat. Wer daran teilnehmen möchte, muss sich anmelden, um in die Einladungsliste aufgenommen zu werden. Wenige Tage vor dem Veranstaltungstermin erhalten dann alle Personen in unserer Liste per Mail eine Einladung mit dem Zoom-Link zum Einwählen. Wir öffnen den Zoom-Raum übrigens schon immer 30 Minuten vor Beginn. Damit ist ein lockeres Ankommen und auch die Behebung von kleineren technischen Problemen, die es immer mal bei Zoom-Konferenzen geben kann, möglich.



Fotos: © Lichtlebe, Hamburg-Volksdorf

Dörte Foede und Hajo Witter sind Referent*innen in der Fachstelle Leben im Alter im Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreis Hamburg-Ost.