



# GenerationenKoffer

4 Themen – 8 Aktionen



GenerationenKoffer  
für die Pilotphase

Durchgeführt von:



**kosmos b**  
Bildung, Begegnung, Beteiligung.  
ehemals BildungsCent e.V.



**LABCONCEPTS**  
think context

In Zusammenarbeit mit:





## Inhaltsverzeichnis

<b>Nachhaltiges Zusammenleben</b> .....	<b>5</b>
<i>Nachhaltiges Zusammenleben (Wissensimpuls)</i> .....	<b>6</b>
<i>Zukunfts-Film: Was siehst du, was sehe ich – was sehen wir?</i> .....	<b>10</b>
<i>„Flick’s dir schön!“ – Gemeinsam reparieren, was uns wichtig ist.</i> .....	<b>16</b>
<b>Künstliche Intelligenz (KI) / Digitalisierung</b> .....	<b>23</b>
<i>Künstliche Intelligenz (KI) / Digitalisierung (Wissensimpuls)</i> .....	<b>24</b>
<i>KI, Ich &amp; unsere Kommune – Gemeinsam entdecken, staunen, verstehen.</i> .....	<b>28</b>
<b>Einsamkeit</b> .....	<b>37</b>
<i>Einsamkeit (Wissensimpuls)</i> .....	<b>38</b>
<i>Teilen verbindet! – Gemeinsam gegen Einsamkeit in der Nachbarschaft.</i> .....	<b>42</b>
<i>„Ruf mal wieder: Bingo!“ – Ein Abend für Gemeinschaft.</i> .....	<b>48</b>
<b>Teilhabe</b> .....	<b>55</b>
<i>Teilhabe (Wissensimpuls)</i> .....	<b>56</b>
<i>Ehrenamts-Speeddating – Engagement verbindet Generationen</i> .....	<b>60</b>
<i>Bauen, träumen, verwandeln: Mit LEGO® Serious Play® Zukunftsräume gestalten</i> .....	<b>66</b>
<b>Impressum</b> .....	<b>72</b>



## Der **GenerationenKoffer**

Für das gesellschaftliche Zusammenleben ist es wichtig, dass die Generationen miteinander sprechen und nicht nur übereinander: Wie soll das Leben in Zukunft für alle aussehen? Was muss sich ändern, damit sich alle wohlfühlen? Was braucht es, um sich zugehörig zu fühlen? Welche Veränderungen machen Mut, welche verunsichern?

Alt und Jung miteinander ins Gespräch zu bringen, ist aber nicht immer leicht und stellt manchmal eine Herausforderung dar.

Um Begegnungsorte zu stärken und Formate zu entwickeln, die sowohl ältere als auch jüngere Menschen ansprechen, haben wir vom *GenerationenCampus* in Zusammenarbeit mit labconcepts und der Bundeszentrale für politische Bildung (bpb) den *GenerationenKoffer* entwickelt.

Ziel des *GenerationenKoffers* ist es, Alt und Jung in den Austausch zu bringen. Der *GenerationenKoffer* unterstützt dabei, generationenverbindende Projekte umzusetzen und ist so ausgestattet, dass er für Kommunen und kommunale Verantwortungsträger\*innen den Bedarf an praxisnahen, niedrighschwelligen und spielerischen Materialien und Methoden für Gesprächs- und Begegnungsformate deckt.

In der vorliegenden Broschüre stellen wir euch jeweils zwei Aktionsideen zu folgenden Themen vor:

- Nachhaltiges Zusammenleben
- Künstliche Intelligenz (KI) und Digitalisierung
- Einsamkeit
- Teilhabe

Ihr findet zu jedem Thema einen **Wissensimpuls** mit weiterführenden Infos, eine **Übersicht und Anleitung zur Aktion** sowie den **Hinweis zu den beiliegenden Materialien** im *GenerationenKoffer*. Einige der Aktionen verweisen auch auf ein **Good-Practice-Beispiel** aus anderen Kommunen. Alle Aktionen enthalten Impulse dazu, wie ihr die **Aktion zu eurer eigenen Idee** macht und **wie es weiter gehen kann**.

Die Wissensimpulse wurden von Dr. Johannes Müller-Salo, wissenschaftlichem Mitarbeiter am Institut für Philosophie der Leibniz-Universität Hannover, verfasst, mit dem wir auch an anderer Stelle im *GenerationenCampus* bereits zusammenarbeiten.

Einige Materialien zum Herunterladen findet ihr auch online unter:  
<https://generationen-campus.org/materialien>.



Wir wünschen viel Spaß beim Blättern, Ausprobieren und Aktivwerden  
in eurer Kommune.

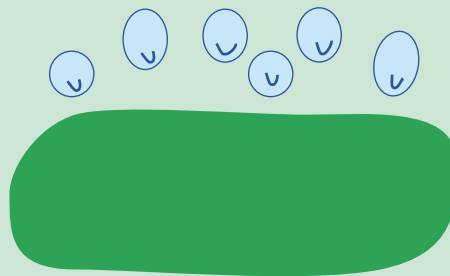
Das Team vom *GenerationenCampus*





GenerationenKoffer

## Nachhaltiges Zusammenleben



### Aktion 1:

Zukunfts-Film: Was siehst du, was  
sehe ich – was sehen wir?

### Aktion 2:

„Flick’s dir schön!“ – Gemeinsam reparieren,  
was uns wichtig ist

# Nachhaltiges Zusammenleben

## Zwei Daten zum Einstieg

### • 24. Juli 2025: Earth Overshoot Day

Der „Welterschöpfungstag“ markiert den Tag, an dem die Menschheit die Ressourcen verbraucht hat, die unser Planet im Laufe eines Jahres neu bilden kann. 2000 war die Grenze am 23. September erreicht.

### • 2,8 Grad Erderhitzung

Auf diesen Wert steuert die Welt nach einem aktuellen Bericht des Umweltprogramms der Vereinten Nationen vom November 2025 zu. Mehr Infos gibt es etwa hier: <https://www.scinexx.de/news/geowissen/klima-wir-steuern-auf-28-grad-erwaermung-zu/>.



## Ein Denkanstoß

„Warum sollte ich etwas für die Nachwelt tun – was hat die Nachwelt jemals für mich getan?“  
(der Philosoph Jan Narveson)

## Worum geht es?

Lebe heute so, dass genug für morgen – und für alle anderen – bleibt! Auf diese Faustformel lässt sich die Idee der Nachhaltigkeit bringen. Eine Gesellschaft lebt nachhaltig, wenn sie Ressourcen so nutzt und verbraucht, dass auch andere Gesellschaften und zukünftige Generationen ein gutes und würdevolles Leben führen können.

Nachhaltigkeit umfasst drei zentrale Aspekte, die Ökologie, das Soziale und die Wirtschaft. Gut sichtbar wird dies in den von den *Vereinten Nationen (UN)* beschlossenen *17 Zielen für nachhaltige Entwicklung (Sustainable Development Goals, SDGs)*: Hierzu gehören soziale Ziele – Menschen sollen nicht mehr hungern oder in Armut leben müssen –, ökologische Leitideen – das Klima soll ebenso wie das Leben auf dem Land und im Meer geschützt werden – und ökonomische Entwicklungen – Energie und Wasser sollen sauber sein, Innovationen sollen gelingen und menschenwürdiges Arbeiten ermöglichen.

Die nachhaltige Zukunft ist zugleich sozial gerecht, umweltfreundlich und wirtschaftlich erfolgreich. Das bedeutet auch: Die verschiedenen Ziele müssen zusammen verwirklicht werden und dürfen nicht gegeneinander ausgespielt werden. Dass es bei Nachhaltigkeit gerade auch um die Frage geht, wie die Generationen zusammenleben, liegt auf der Hand. So lautet auch die berühmteste aller Nachhaltigkeitsdefinitionen, die Definition der sogenannten *UNO-Brundtland-Kommission*: „Nachhaltig ist eine Entwicklung, die die Bedürfnisse der Gegenwart befriedigt, ohne die Fähigkeit zukünftiger Generationen zu gefährden, ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen.“

## Wer mehr lesen will

- Infos und spannende Grafiken (und sogar ein Spiel für Kinder!) rund um die *17 Ziele für nachhaltige Entwicklung* finden sich auf den deutschen Infoseiten der Vereinten Nationen: <https://unric.org/de/17ziele/>.



- „Nachhaltigkeit einfach erklärt!“ So lautet der Website-Titel der Hilfsorganisation PLAN – und hält, was er verspricht: <https://www.plan.de/nachhaltigkeit-einfach-erklaert.html>.



- Wer lieber Gedrucktes lesen möchte: Iris Pufé führt in ihrem Buch *Nachhaltigkeit* (utb Verlag 2017) gut verständlich in verschiedenen Konzepten von Nachhaltigkeit und die großen politischen Fragen ein.

## Was macht nachhaltiges Zusammenleben mit unserem Alltag?

Schon vor Jahrzehnten schrieb der deutsche Dichter Erich Fried: „Wer will, dass die Welt so bleibt wie sie ist, der will nicht, dass sie bleibt.“ Treffender lässt sich die Größe der Herausforderungen kaum beschreiben: Unsere Gesellschaft lebt noch immer in vielen Hinsichten nicht nachhaltig. Wenn das Klima und die Vielfalt der Natur geschützt und soziale Ungerechtigkeiten

bekämpft werden sollen, müssen wir unser Zusammenleben grundlegend ändern – und das gerade auch im Alltag: Bei Nachhaltigkeit geht es am Ende immer auch um die Frage, wie wir wohnen, wie wir uns täglich bewegen, was wir essen und mit wem wir unsere Kommune und ihre Infrastrukturen teilen.

Das ist auch einer der Gründe, warum es beim Thema Nachhaltigkeit schnell krachen kann: Nachhaltigkeit verlangt, über Fragen öffentlich zu diskutieren, die viele als Privatsache verstehen. Schnell fühlen sich Menschen hier bevormundet und belehrt. Und selbst dann, wenn sie es wollen, fällt vielen eine Umstellung auf nachhaltigere alltägliche Lebensweisen oft schwer: Wir Menschen sind Gewohnheitstiere und machen die Dinge gern weiter so, wie wir sie schon immer gemacht haben. Daraus folgt vor allem eins: Wir sollten uns, gerade auch zwischen den Generationen, nicht in wechselseitigen Vorwürfen und Schuldgefühlen aufreiben. Wir sollten vielmehr dafür arbeiten, dass die großen Weichen richtig gestellt werden.

Weil Nachhaltigkeit alle Lebensbereiche berührt, stellt sie auch Kommunen vor große Herausforderungen – und das quer durch alle Themenfelder und Einrichtungen hindurch. Es geht nicht nur um grünere Kommunen, die auf Extremwetterereignisse vorbereitet sind. Es geht ebenso auch um öffentlichen Raum, in dem sich alle gern aufhalten, um eine Verkehrsinfrastruktur, in der alle gut unterwegs sein können, und um ein soziales Netz, das alle auffängt.

Vor allem aber gilt: Nachhaltigkeit ist nicht nur eine enorme Herausforderung, sondern auch eine große Chance! Die Umstellung zu

nachhaltigeren Lebensformen fördert die Gesundheit, schafft Raum für neue kreative Technologien und Geschäftsideen, macht unsere Kommunen lebenswerter und stärkt den Zusammenhalt. Und außerdem: Nachhaltigkeit ist keine Frage des „ganz oder gar nicht“: Jeder kleine Schritt in die richtige Richtung ist ein wichtiger und hilfreicher Schritt.

### Auf die Ohren

- Im Podcast *fairquatscht* diskutiert Marisa Becker mit Gästen darüber, wie nachhaltiges Zusammenleben konkret im Alltag gelingen kann, von der Babywindel über das Heizen bis hin zur Flächenentsiegelung: <https://fairquatscht-der-nachhaltigkeits-podcast-49.blogs.julephosting.de/>.



- Im Podcast *Kommune bewegt Welt* geht es speziell um die Frage, was Kommunen tun können, um Nachhaltigkeit und Klimaschutz für alle voranzubringen – und wie sie dabei weltweit voneinander lernen können: <https://kommune-bewegt-welt.podigee.io/>.



### Zwei Hingucker

- *Nachhaltigkeit – in vier Minuten erklärt?* Das schafft das Team von *explainity* in seinem Video: <https://www.youtube.com/watch?v=RcNKHQb8Qlc>.



- Das 11. Ziel der *17 Ziele für nachhaltige Entwicklung* beschäftigt sich explizit mit Städten und Gemeinden. Wie dieses Ziel erreicht werden kann, wird in diesem Video der *Medienbildung Magdeburg* anschaulich beschrieben: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_L-JWS0\\_AZ8](https://www.youtube.com/watch?v=_L-JWS0_AZ8).



### So kann es gehen!

Der Autor Christoph Schulz hat in den letzten Jahren im *mvg-Verlag* mehrere Bücher veröffentlicht, die zeigen: Wir alle können Nachhaltigkeit – und das im Alltag. Er zeigt auf, wo wir ganz konkret und ohne allzu großen Aufwand einen Unterschied machen können. In *Nachhaltig leben – die Challenge (2020)* präsentiert Schulz zusammen mit der Grafikerin Carolina Graf 70 kreative Ideen für einen nachhaltigen Alltag. Sie können gut im Team umgesetzt und gemeistert werden – warum nicht auch als generationenverbindendes Projekt in deiner Kommune?

*Johannes Müller-Salo, Leibniz Universität Hannover*



## Weiterführende Links



Praxisbeispiele SDGs in Kommunen:

<https://sdg-portal.de/de/sdg-maßnahmen/praxisbeispiele>



Bundeszentrale für politische Bildung,

Video *Milena Glimbovski zu nachhaltigem Leben*:

<https://www.bpb.de/mediathek/video/340717/nachhaltig-leben/>



anstiftung, *Reparieren*:

<https://anstiftung.pageflow.io/reparieren#16354>



Sukuma arts e.V., *Stories of Change*, Kurzfilme:

<https://stories-of-change.org/>



# Zukunfts-Film: Was siehst du, was sehe ich – was sehen wir?

Bei eurem **generationenverbindenden Filmabend** dreht sich alles um das Thema **nachhaltiges Zusammenleben**. Jung und Alt kommen zusammen, um inspirierende Filme zu schauen, gemeinsam zu essen und ins Gespräch zu kommen. Ob spannende Dokumentationen, berührende Geschichten oder kreative Ideen: Im Austausch über den Film entstehen neue Perspektiven, Verständnis füreinander und vielleicht auch erste Ideen, wie nachhaltiges Zusammenleben im Alltag gelingen kann.

### Worum geht ´s?

- **Blickwinkel teilen & verstehen:** Ein Film öffnet neue Perspektiven. Ihr könnt sehen, wie andere Menschen denken, fühlen und handeln und so besser verstehen, was sie bewegt.
- **Gemeinsam und voneinander lernen:** Jede\*r bringt eigene Erfahrungen und Gedanken mit. Im Austausch nach dem Film könnt ihr voneinander lernen und neue Sichtweisen entdecken.
- **Nachhaltigkeit leben:** Ihr zeigt, dass Nachhaltigkeit nicht nur Umweltschutz bedeutet, sondern auch soziale Verantwortung, Miteinander und bewusstes Erleben.
- **Impulse setzen:** Der Film kann der Anfang sein für gemeinsames Nachdenken, kleine Veränderungen im Alltag oder neue Projekte in eurer Kommune.

### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- **Thema & Film wählen:** Fragt in eurer Gruppe oder Kommune, welche Nachhaltigkeitsthemen interessieren und stimmt gemeinsam ab, welchen Film ihr zeigen wollt.
- **Austausch gestalten:** Plant Zeit für Gespräche nach dem Film beim gemeinsamen Essen, in kleinen Runden oder mit kurzen Impulsfragen ein.
- **Lokalen Bezug schaffen:** Knüpft an Initiativen oder Ideen aus eurer Kommune an, die zeigen, wie nachhaltiges Zusammenleben vor Ort gelingen kann.
- **Zielgruppe mitdenken:** Fragt junge und alte Menschen nach ihren Bedürfnissen und Wünschen für die Veranstaltung.
- **Expert\*innen einplanen:** Gibt es in eurer Kommune Expert\*innen zum Thema nachhaltiges Zusammenleben? Ladet Menschen mit verschiedenen Perspektiven oder aus verschiedenen Generationen zum Gespräch ein.
- **Wissen teilen:** Organisiert einen Infotisch zum Thema nachhaltiges Zusammenleben mit Büchern, Flyern und Links zu lokalen Initiativen (zum Beispiel Transition Town, Foodsharing, NABU).

## So könnt ihr die Aktion planen und durchführen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Sucht einen passenden Ort oder Raum für euren Filmabend. Soll es eine kleine oder große Veranstaltung werden?
- Wenn der Raum nicht zufällig schon ein Kinosaal ist, braucht ihr eine Leinwand und einen Beamer oder eine andere Möglichkeit, den Film abzuspielen. Ein guter Filmabend braucht außerdem immer Snacks und Getränke! Vielleicht auch eine Pause?
- Das Wichtigste ist natürlich der Film. Hier ein Vorschlag für einen generationenverbindenden Film zum Thema nachhaltiges Zusammenleben:

#### TOMORROW – Die Welt ist voller Lösungen

Der Dokumentarfilm „TOMORROW – Die Welt ist voller Lösungen“ zeigt, wie zwei Filmemacher\*innen in zehn Länder reisen, um Projekte und Menschen kennenzulernen, die nachhaltige, ökologische, wirtschaftliche und demokratische Lösungen umsetzen.

- Ihr findet hier Infos und Kontaktdaten, wenn ihr den Film bei euch zeigen wollt: <https://www.tomorrow-derfilm.de/wo-zu-sehen.html>
- Damit der Filmabend auch zu Gesprächsanlässen führt, braucht der Abend eine Moderation: Sowohl am Anfang als auch im Anschluss an den Film. Findet sich hier jemand?



2.

### Beginnt mit der Akquise

- Wo erreicht ihr die Menschen in eurer Kommune am besten? Zum Beispiel auf Social Media, per E-Mail, mit Postern und Aushängen, über Kontakte zu Umweltinitiativen, Schulen oder Senior\*innenbeiräten etc.
- Gestaltet eine ansprechende Einladung und macht auf die Aktion mit Postern und Flyern aufmerksam! Teasert das Thema des Films so an, dass sowohl junge als auch alte Menschen neugierig werden.
- Macht deutlich: Es geht nicht nur darum, gemeinsam einen Film zu schauen, sondern auch darum, über wichtige Themen zu sprechen!
- Überlegt euch, wie ihr die Anmeldungen sammelt, zum Beispiel mit einer formlosen Anmeldung per E-Mail oder Telefon, damit ihr einschätzen könnt, wie viele Menschen am Filmabend teilnehmen.

3.

### Treff Vorbereitungen für euren Filmabend

- Damit alles rund läuft: Organisiert eine oder mehrere Person(en), die für einen reibungslosen Ablauf der Technik verantwortlich sind und früh genug prüfen, ob alles funktioniert.
- Bereitet den Raum für die entsprechende Anzahl der Personen vor. Braucht es Plätze für Rollstühle? Müssen bestimmte Personen besonders weit vorne sitzen?
- Legt für den Einstieg **Demokratiedeckel** mit Fragen aus oder sucht passende Fragen zu dem Film aus, die ihr den Teilnehmenden mitgibt. Wie wäre es mit einem Aufstellungsspiel zu Klima- und Nachhaltigkeitsthesen? Nutzt dafür die Anleitung **Ein soziometrisches Aufstellungsspiel: Was denkst du denn darüber?**.
- Ein wichtiger Bestandteil des Abends ist der Austausch im Anschluss an den Film. Falls es eine Pause gibt: Gibt es eine Pinnwand, auf der erste Gedanken zum Film aufgeschrieben werden können?
- Nutzt die **Vorlage mit den Fragen nach dem Film**. Lasst die Teilnehmenden ihre Antworten zunächst in gemischten Teams aus einer jüngeren und einer älteren Person besprechen, bevor eine Diskussion in großer Runde startet.
- Auch das **SDG-Kartenset** aus dem *GenerationenKoffer* könnt ihr nutzen, um Themen aus dem Film einzuordnen.
- Für das echte Kinogefühl findet ihr eine **Ticketrolle** in den Materialien.

4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Nach dem Filmabend könnt ihr Feedback einholen. Was hat den Teilnehmenden gut gefallen, was kann besser laufen?
- Wollt ihr während der Veranstaltung Fotos (mit Einverständniserklärung!) machen? Diese könnt ihr für Beiträge auf Social Media verwenden oder einen Bericht eurer Veranstaltung in der Lokalzeitung. Haltet dafür auch Zitate und Ideen der Teilnehmenden fest.



#### Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:

- Achtet darauf, eure Veranstaltung möglichst barrierearm zu gestalten. Das beinhaltet zum Beispiel die Anmeldung über verschiedene Kanäle, Zugänge zum Veranstaltungsort und den Toiletten sowie Möglichkeiten zum Pause machen.
- Hier findet ihr heraus, ob ihr einen Film vergütungsfrei zeigen dürft oder ob ihr die Veranstaltung bei der GEMA anmelden müsst: [https://www.gesetze-im-internet.de/urhg/\\_52.html](https://www.gesetze-im-internet.de/urhg/_52.html)
- Falls ihr eure Filmvorführung bei der GEMA anmelden müsst, findet auf der folgenden Website den passenden Tarif: <https://www.gema.de/portal/app/tarifrechner/tariffinder/veranstaltung/>

## Materialien

### SDG-Kartenset

Das Kartenset kann nach dem Film ein Gesprächsaufhänger sein: Welche Nachhaltigkeitsziele wurden im Film thematisiert? Was hat euch besonders beeindruckt?



### Demokratiedeckel

Inspirierende Fragen auf den Demokratiedeckeln machen den Gesprächseinstieg leicht. Verwendet sie zum Auslegen im Raum, als Icebreaker-Methode nach einer Pause oder für Einstiegsfragen.



### Ticketrolle

Verteilt die Tickets am Einlass. So schafft ihr ein echtes Kinogefühl und die Teilnehmenden haben ein kleines Andenken an den Abend, welches sie mit nach Hause nehmen können.



### Vorlage Fragen nach dem Film

Fragen unterstützen die Teilnehmenden dabei, den Film zu reflektieren. Eine Kopiervorlage liegt im *GenerationenKoffer*. Auf der Website des *GenerationenCampus* kann das Dokument auch heruntergeladen werden: <https://generationen-campus.org/materialien/>



### Weitere Materialien für die Umsetzung

- Beamer und Leinwand
- Pinnwand oder Flipchart und Stifte, um in der Pause erste Gedanken festzuhalten
- Weitere generationenverbindende Filme zum Thema nachhaltiges Zusammenleben: *Wall-E* (2008), *Der Junge, der den Wind einfing* (2019), *Unsere große kleine Farm* (2019), *Micha denkt groß* (2024)



### Die Klimakämpfer

Ideen zur Rettung des Weltklimas: Das Buch stellt Projekte aus der ganzen Welt vor – zum Beispiel aus Australien, Irak, Papua-Neuguinea und Deutschland – und es gibt Anregungen, wie ihr selbst das Klima retten könnt.



Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*. <https://generationen-campus.org/materialien/>

## So könnte es weiter gehen

- Veranstaltet einen **regelmäßigen Filmabend**, zu dem die Teilnehmenden Filmvorschläge einreichen können. Auch in die Planung könnt ihr die jungen und alten Menschen mit einbeziehen und sie nach ihren Wünschen fragen.
- Der Film *Tomorrow – Die Welt ist voller Lösungen* motiviert **selbst aktiv zu werden**. Holt von den Teilnehmenden Feedback ein: Welche Aktionen würden sie gerne gemeinsam planen und durchführen? Eine Müllsammelaktion, ein Besuch auf einem Bio-Bauernhof oder einen Kuchenbasar, dessen Spenden an den NABU gehen?

### Filmabende in der Kommune Troisdorf

Regelmäßige Filmabende unter dem Veranstaltungstitel *“The Week” – Filme verbinden* finden in der Kommune Troisdorf statt.

*„Ein Miteinander der Generationen ist uns wichtig, weil der Klimaschutz nur gelingen kann, wenn Erfahrungen, Perspektiven und Energien aller Altersgruppen zusammenkommen. Wir wollen den Dialog fördern und konkrete, generationenverbindende Projekte anstoßen. [...] Persönliche Perspektiven, Erfahrungen und Ideen können nach jedem Film geteilt werden.“*



Mehr Infos über das Projekt findet ihr auf der Website des *Generationen-Campus*: <https://generationen-campus.org/projekt/the-week/>



## „Flick's dir schön!“ – Gemeinsam reparieren, was uns wichtig ist

Bei eurem **Upcycling- und Reparier-Treffen** ladet ihr Jung und Alt ein, gemeinsam kreativ zu werden und alte Gegenstände wieder nutzbar zu machen. Ob Kleidung, Möbel, Elektrogeräte oder Alltagsgegenstände: Zusammen reparieren, tüfteln und verschönern macht Spaß und stärkt das Miteinander.

Das Thema **nachhaltiges Zusammenleben** steht dabei im Mittelpunkt: Durch Reparieren und Wiederverwenden spart ihr Ressourcen, schützt die Umwelt und schafft gleichzeitig Begegnungen. Ihr zeigt: Nachhaltigkeit bedeutet nicht nur Verzicht, sondern auch Kreativität, Gemeinschaft und Teilhabe.

### Worum geht's?

- **Nachhaltigkeit fördern:** Ihr setzt ein praktisches Zeichen gegen eine Wegwerfgesellschaft.
- **Gemeinschaft erleben:** Zusammen an einem Tisch entstehen Gespräche und Kontakte.
- **Generationen verbinden:** Jung und Alt teilen ihr Wissen. Die einen bringen Technik-Know-how mit, die anderen Näherfahrung oder neue Ideen.
- **Teilhabe ermöglichen:** Jede\*r kann mitmachen, egal ob mit Reparaturkenntnissen oder einfach mit Neugier und Freude.

### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- Bietet **Themen-Workshops** an, z. B. „**Fahrräder & E-Scooter reparieren**“, um Bremsen einzustellen, den Schlauch zu wechseln, das Licht zu reparieren, den Scooter zu verschönern oder „**Kleidungs-Upcycling**“, um die alte Jeans mit Stickereien zu verschönern oder aus alten Stoffen Scrunchies oder Taschen zu entwerfen.
- Könnt ihr **lokale Handwerker\*innen, Schneider\*innen oder Hobby-Tüftler\*innen** einbinden – Idealerweise Menschen aus verschiedenen Generationen?
- Stellt eine „**Suche-Biete-Wand**“ auf, an der Zettel hinterlassen werden können: „**Ich biete ...**“ (einen Nähtrick, Hilfe beim Stricken, Werkzeug, Erfahrung, eine helfende Hand) und „**Ich suche ...**“ (Unterstützung beim Schrauben, Ideen fürs Upcycling, jemanden zum Mitmachen). Die Zettel könnt ihr farblich markieren, etwa gelb für Beiträge von Älteren und blau für Ideen von Jüngeren, so wird das Miteinander sofort sichtbar.

# So könnt ihr die Aktion planen und durchführen

1.

## Organisiert ein Planungstreffen

- Überlegt euch, welchen Fokus die Aktion haben soll: Wollt ihr alte Kleidung aufwerten, Fahrräder reparieren, Alltagsgegenstände fixen oder ein Treffen planen, an dem all diese Dinge zusammen passieren können?
- Wen könnt ihr als Mitstreiter\*innen gewinnen, zum Beispiel Senior\*innengruppen, Jugendclubs, bereits bestehende Repair-Initiativen, lokale Handwerksbetriebe?
- Klärt gemeinsam den Ort und das Datum der Aktion.
- Welche Materialien benötigt ihr? Braucht ihr zum Beispiel Budget für Werkzeuge und andere Materialien oder finden sich genügend Engagierte, die die Materialien beitragen können?

2.

## Beginnt mit der Akquise

- Gestaltet eine ansprechende Einladung und sprecht bewusst verschiedene Altersgruppen an. Nutzt Aushänge in Schulen, Jugendtreffs, Senior\*innentreffs, Werkstätten, Vereinen und Supermärkten. Achtet darauf, Orte zu wählen, an denen die Aktion für Ältere und für Jüngere sichtbar wird. Sucht Orte auf, an denen Menschen mit handwerklichem Geschick arbeiten und Interesse daran haben, ihr Können zu teilen.

3.

## Treff Vorbereitungen für euer Upcycling- und Reparatur-Treffen

- Plant eine Begrüßung: Wollt ihr die Idee von „nachhaltiges Zusammenleben“ kurz vorstellen? Soll es eine\*n Moderator\*in geben, die\*der die Teilnehmenden willkommen heißt und erklärt, wie der Nachmittag abläuft?
- Schafft eine lockere Atmosphäre, in der sich alle kennenlernen können: Wie wäre es mit dem **Kennenlern-Bingo**? Auch Gesprächskarten als Eisbrecher sind eine gute Idee. Legt Karten mit „3-Minuten-Fragen“ aus:
  - „Welche Reparatur hast du zuletzt gemacht?“
  - „Was würdest du gern lernen?“
  - „Welches alte Ding würdest du retten?“
  - „Was findest du nachhaltig – damals/heute?“
- Bereitet Namensschilder vor, damit alle sich ansprechen können. Vielleicht haben die Schilder einen kleinen Zusatz wie: „Kann nähen“, „Mag Fahrradtechnik“, „Neugierig auf neue Tricks“, damit der Austausch leichter startet.

- Besorgt, falls nötig Werkzeug, Nähmaschinen, Ersatzteile oder Bastelmaterial. Gibt es Bücher oder Anleitungen, die ihr unterstützend auslegen könntet, wie das Buch **Ändern. Reparieren. Verschönern.** aus dem *Generationenkoffer*?
- Richtet Arbeitsstationen ein, zum Beispiel eine Ecke fürs Nähen, eine fürs Schrauben, eine fürs kreative Basteln. Prüft die Arbeitsplätze: Ist alles sicher und gut vorbereitet? Plant Tandem-Tische: Setzt Jung und Alt bewusst an gemeinsame Werkplätze.
- Gestaltet den Raum einladend: Wollt ihr fertige Upcycling-Beispiele als Inspiration ausstellen? Stellt Beispiele aus, die sowohl „traditionelle“ als auch „moderne“ Reparaturtechniken zeigen. Das regt Gespräche zwischen Generationen an. Sorgt für Getränke und kleine Snacks. Gemeinsame Pausen stärken den Austausch.

4.

#### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Fragt am Ende: „Was nehmt ihr heute mit und was möchtet ihr vielleicht bald selbst reparieren?“
- Macht Fotos (Fotos der Beteiligten mit Einverständniserklärung!) für das Gemeindeblatt, Social Media oder die Lokalpresse. Nutzt die Öffentlichkeitsarbeit, um klar zu sagen: Nachhaltigkeit beginnt im Kleinen – und gemeinsam macht sie Spaß.

#### Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:

- Kommuniziert klar, was die Teilnehmenden von der Aktion zu erwarten haben: Wird z. B. gemeinsam repariert oder können kaputte Gegenstände abgegeben werden?
- Plant ihr ein regelmäßiges Repair-Café, benötigt ihr langfristige Betreuung für die Aktion. Wer kann das übernehmen?
- Diese Aktion benötigt viele Ressourcen: Woher bekommt ihr eine Nähmaschine, Werkzeuge und weitere Materialien, die für Reparatur und Upcycling nötig sind? Wer kann euch mit Know-how unterstützen?
- Achtet bei der Planung und Durchführung darauf, eure Veranstaltung möglichst barrierearm zu gestalten. Das beinhaltet zum Beispiel die Anmeldung über verschiedene Kanäle, Zugänge zum Veranstaltungsort und den Toiletten und Möglichkeiten zum Pause machen.

## Materialien



### **Ändern. Reparieren. Verschönern.**

In dem Buch findet ihr Anleitungen zum Reparieren und Verschönern von Kleidung.

### **Reifenflick-Set**

Mit dem Set könnt ihr kaputte Fahrradreifen wieder flicken.



### **Weitere Materialien für die Umsetzung**

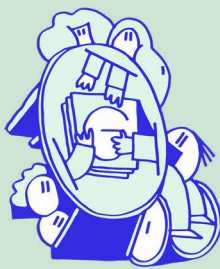
- Werkzeug (Schraubenzieher, Zangen, Hammer etc.)
- Nähmaschine, Garn, Stoffreste
- Ersatzteile für Fahrräder, Elektrogeräte oder Möbel
- Bastelmaterialien für kreatives Upcycling
- Flipchart oder Pinnwand für Ideen und Tipps



Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *Generationen-Koffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*:  
<https://generationen-campus.org/materialien/>

## *So könnte es weitergehen*

- Organisiert **regelmäßige** oder **thematische Repair-Cafés** oder **Upcycling-Workshops**.
- Startet eine **Materialbörse** oder einen **Tauschschrank**, an dem Menschen Dinge abgeben oder finden können.
- Organisiert einen Kleidertausch oder eine Spieletauschbörse. Daran haben alle Generationen Spaß.

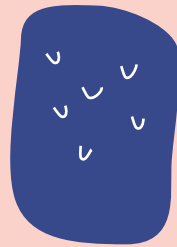






GenerationenKoffer

## Künstliche Intelligenz (KI) / Digitalisierung



### Aktion 1:

KI, Ich & unsere Kommune  
– Gemeinsam entdecken,  
staunen, verstehen

### Aktion 2:

...



## Künstliche Intelligenz und Digitalisierung

### Zwei Fakten zum Einstieg

- **71 Millionen**

So viele Menschen nutzen nach Angaben des Statistischen Bundesamtes 2025 in Deutschland regelmäßig ein Smartphone. <https://de.statista.com/themen/6137/smartphone-nutzung-in-deutschland/>.



- **Weniger als ein Drittel**

So wenige einkommensschwache Menschen (32%) besitzen digitale Basis-kompetenzen. Die Kompetenzunterschiede sind auch je nach Generation, Geschlecht und Bildungsstand in der Gesellschaft insgesamt erheblich, so die aktuelle Studie „Digital Skills Gap 2025“. [https://initiated21.de/uploads/03\\_Studien-Publikationen/Digital-Skills-Gap-2025/D21\\_DigitalSkillsGap\\_2025\\_final.pdf](https://initiated21.de/uploads/03_Studien-Publikationen/Digital-Skills-Gap-2025/D21_DigitalSkillsGap_2025_final.pdf)



### Ein Denkanstoß

*„Der Computer ist das bemerkenswerteste Werkzeug, das wir je erfunden haben. Er ist so wie ein Fahrrad für unseren Geist.“*

(Apple-Gründer Steve Jobs, bereits 1990 im Dokumentarfilm *Memory and Imagination*)

### Worum geht es?

Digitalisierung und Künstliche Intelligenz (KI) befeuern die vermutlich größte Revolution unserer Zeit. Die Digitalisierung ändert alles: wie wir leben, wie wir arbeiten, wie wir mit anderen Menschen in Kontakt treten, wie wir uns informieren und wie wir einen eigenen Blick auf unsere Welt und Gesellschaft entwickeln. In den letzten Jahren entwickelt sich direkt anwendbare, „generative“ KI in hohem Tempo und mit offenem Ausgang: *Generative KI* kriecht aus Vorhandenem Neues, etwa Texte, Bilder und Musik. Damit kommt es auf zwei Dinge an: Erstens, was ist vorhanden, was wird genutzt? Zweitens, was genau macht die KI damit – und wer kann dies kontrollieren oder überhaupt verstehen? Mit dem Siegeszug der KI sind in den letzten Jahren auch ihre Probleme überdeutlich sichtbar geworden: Hinter den großen KI-Modellen stehen kaum kontrollierte Unternehmen mit handfesten ökonomischen Interessen. In großem Stil eignen sich KI-Unternehmen kreative Werke anderer Menschen an, um ihre Modelle zu trainieren. Bezahlen tun sie dafür nicht, Autor\*innen oder Musiker\*innen gehen leer aus. Im Zeitalter der KI fällt es immer leichter, manipulative Bilder und Videos zu schaffen und so die Unterschiede zwischen Wahrheit und Lüge zu verwischen. Und schließlich verschärft die KI einen Trend, der die Digitalisierung seit ihren Anfängen begleitet: Wir können online alles finden, was wir wollen, werden dabei aber dank lernfähiger Algorithmen immer



weniger mit dem konfrontiert, was anders ist und uns nicht gefällt. Alle können sich so vor-schnell in ihrer Meinung bestätigt sehen und kommen mit anderen Perspektiven und vor allem den Menschen, die diese Perspektiven haben, nicht in Berührung.

### Wer mehr lesen will

- Wie steht es aktuell um die digitale Teilhabe in Deutschland? Eine große Studie von 2025 im Auftrag der Initiative „Digital für alle“ präsentiert spannende Einblicke mit vielen Grafiken und Beispielen: <https://www.bitkom.org/Studienberichte/2025/Digitale-Teilhabe>.



- Wer lieber Gedrucktes lesen möchte: In einem aktuellen Essay beschäftigt sich der KI-Theoretiker Rainer Mühlhoff mit den Auswirkungen der KI auf unsere Gesellschaften und insbesondere auf die demokratische Politik: *Künstliche Intelligenz und der neue Faschismus*, Reclam Verlag 2025.

### Was machen Digitalisierung und KI mit unserem Alltag?

Die Chancen und Möglichkeiten, die Digitalisierung und KI bieten, erleben wir im Alltag überall: Digitale Behördenangebote ersparen uns Gänge auf das Amt. Wir können bequem zuhause im Sessel Flüge buchen, Tische reservieren und über den kostenlosen Videoanruf mit den Liebsten in Australien

oder Alaska telefonieren. Dank KI-Assistenzsystemen werden medizinische Diagnosen zuverlässiger. Und KI-Anwendungen ersparen uns lange Recherchen im Netz: Wir stellen einfach der KI die Frage, sie recherchiert und präsentiert uns strukturiert Ergebnisse. Sehr bald aber erleben wir im Alltag auch, wie Digitalisierung und KI Teilhabe verwehren, Menschen ausschließen oder in die Irre führen können: Wer digital dabei sein will, braucht Infrastrukturen – Endgeräte und Zugang zu einem stabilen Netz – und Fähigkeiten: Nicht alle können ein Smartphone bedienen und die Benutzung neuer Anwendungen und Formate rasch erlernen. Noch schwerer fällt es, die Zuverlässigkeit KI-basierter Systeme als Nutzer\*in zu erkennen: Wann ist die KI zuverlässig, wann halluziniert sie oder verbreitet glatte Falschbehauptungen?

In diesen Problemen zeigt sich, wie Digitalisierung und KI die Entwicklung einer digitalen Zweiklassengesellschaft befördern können. Gerade hier sind die Kommunen gefragt: Welche Angebote lassen sich vor Ort organisieren, um allen Menschen digitale Teilhabe zu ermöglichen? Wo gibt es kostenlosen Zugang zum Netz, wo erhalten Menschen Unterstützung, wenn sie ihre digitalen Kompetenzen erweitern und trainieren möchten? Und, vor allem: Wie können digitale Angebote überzeugend mit analogen Möglichkeiten verbunden werden? Schließlich wollen wir uns ja nach wie vor, live und in Farbe, in unserer Kommune begegnen!



## Auf die Ohren

- Wie wirkt sich Digitalisierung auf unseren Alltag aus? Welche Chancen und Risiken birgt sie, wenn es um soziale Teilhabe geht? Das sind die Themen des Podcasts *Ö1 Digital Leben* des österreichischen Rundfunks. Die einzelnen Episoden sind kurz – ideal zum Hören für die kleine Pause! <https://sound.orf.at/podcast/oe1/oe1-digitalleben>.



- Wie verändert KI die Gesellschaft? Der Deutschlandfunk-Podcast *KI verstehen* geht dieser großen Frage wöchentlich nach – und das quer durch alle Lebensbereiche hindurch: <https://www.deutschlandfunk.de/ki-verstehen-102.html>.



## Zwei Hingucker

- In einer NDR-Doku wird sehr anschaulich davon erzählt, wie sich Digitalisierung auf die Chancen zur sozialen Teilhabe verschiedener Generationen auswirkt: [https://www.youtube.com/watch?v=RFqnitz\\_3a1](https://www.youtube.com/watch?v=RFqnitz_3a1).



- Was ist eigentlich KI? Das Team von *explainity* erläutert das klar verständlich und in weniger als 4 Minuten: <https://www.youtube.com/watch?v=fT69SLK2m9I>.



## So kann es gehen!

Wie kann digitale Teilhabe von Menschen verschiedener Generationen auf kommunaler Ebene gezielt gestärkt werden? Good-Practice-Beispiele finden sich etwa auf der Seite des *Digital.Pakt.Alter*: Hier werden die Kommunen vorgestellt, die als Siegerinnen im Wettbewerb *Kommunal.Digital.Genial* für ihre ganz konkreten Strategien zur Stärkung digitaler Teilhabe ausgezeichnet worden sind: <https://www.digitalpakt-alter.de/digitalpakt-alter/unsere-wettbewerbe/kommunenwettbewerb-2025/gewinner/>.





## Weiterführende Links



KI-Campus, kostenlose Lernplattform zu KI,  
zum Beispiel Kurs *Grundlagen zu KI in der Demokratie*:  
<https://ki-campus.org/lernangebote/kurse/ai4democracy-grundlagen-zu-ki-der-demokratie>



Civic Data Lab, Lernangebot *Civic Data Academy*:  
<https://civic-data.de/lernen/>



Bundeszentrale für politische Bildung,  
Podcast *Werkstatt-Gespräch, KI und Extremismus*:  
<https://www.bpb.de/mediathek/podcasts/werkstatt-gespraech/548699/ki-und-extremismus-mit-josephine-schmitt-und-rainer-rehak/>



Hotel Matze, Podcast *Wie nutzen wir KI richtig?*:  
<https://hotelmatze.podigee.io/471-gregor-schmalzried>

### KI, Ich & unsere Kommune – Gemeinsam entdecken, staunen, verstehen

Bei eurer Aktion „KI, Ich & unsere Kommune“ setzen sich jüngere und ältere Menschen gemeinsam und spielerisch mit dem Thema Künstliche Intelligenz (KI) und Digitalisierung auseinander. Es geht um Begegnung, Austausch und gemeinsames Ausprobieren: durch verschiedene Stationen, an denen mit KI ein eigener Song für eurer Kommune entsteht, erste Prompts ausprobiert oder kleine Kreativ-Experimente gemacht werden. Was kann eine KI heute schon? Und welche Sorgen oder Hoffnungen verbinden wir damit? Quasi ein spielerischer Begegnungsabend rund um Künstliche Intelligenz, Gefühle und Zukunftsfragen.

Ihr schafft einen niedrigschwelligen Rahmen, in dem Neugier und Kreativität Platz haben. Denn **Digitalisierung und KI** betrifft uns alle und gemeinsam fällt es leichter, das Unbekannte zu verstehen.

#### Worum geht's?

- **Ängste und Vorbehalte abbauen:** Ihr gebt Raum für Sorgen, Fragen und ehrliche Gespräche.
- **Neugier wecken:** KI kann spielerisch und nicht nur technisch erlebt werden.
- **Verständnis fördern:** Menschen sollen erleben, dass Digitalisierung gestaltet werden kann.
- **Generationen verbinden:** Jung erklärt Alt (und umgekehrt!) ... so entsteht ein gegenseitiges Lernen auf Augenhöhe.
- **Teilhabe stärken:** Alle fühlen sich unabhängig von Vorwissen oder Alter mitgenommen.

#### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- Soll es bei eurer Idee ein **gemeinsames Ziel** geben? Wie wäre es damit, ein Bild zu generieren: So sieht unsere Kommune 2050 aus!
- Wollt ihr die Aktion an einem **neutralen Ort** wie einem Café, einer Bücherei oder einem Nachbarschaftszentrum durchführen?
- Gewinnt interessierte Menschen, Schüler\*innen oder Studierende als **KI-Guides**, die kleine Aufgaben anleiten.



## So könnt ihr die Aktion planen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Wen könnt ihr als Mitstreiter\*innen gewinnen, zum Beispiel Jugendzentren, Schulen, Volkshochschulen oder die Bibliothek?  
Wo findet ihr Menschen, die bestimmtes Know-how im Bereich KI und Digitalisierung mitbringen? Wer kann eine kurze Einführung in KI geben, z. B. jemand mit Medienkompetenz oder einfach eine erfahrene Person aus dem Team? Achtet dabei auf eine offene, nicht-technische Sprache und eine angenehme Atmosphäre – kein Fachvortrag!
- Klärt gemeinsam Datum und Räumlichkeiten. Bedenkt dabei, dass der Ort WLAN haben sollte und für die technische Ausstattung mit Laptops oder Tablets geeignet sein muss.

2.

### Beginnt mit der Akquise

- Nutzt Aushänge, Social Media oder Gemeindeblätter, um einzuladen.
- Sprecht gezielt Menschen an, die neugierig, aber unsicher sind: „KI – was ist das eigentlich?“ Nutzt einen offenen Einladungston: „Bringt eure Fragen, Sorgen und Neugier mit. Wir entdecken gemeinsam!“
- Betont: Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Jede\*r ist willkommen, ob skeptisch, interessiert oder einfach neugierig.

3.

### Treff Vorbereitung für euren „KI, Ich & unsere Kommune“-Abend

- Erklärt zu Beginn: „Heute geht’s ums gemeinsames Entdecken, nicht ums Belehren.“ „Jede Frage ist willkommen!“ Sorgt für eine freundliche Moderation, die Gesprächsimpulse gibt und Unsicherheiten auffängt.
- Überlegt euch eine Einstiegsfrage, die alle Teilnehmenden abholt: „Was fällt mir als erstes zu KI und Digitalisierung ein?“  
Ihr könnt auch ein Aufstellungsspiel machen. Dabei kommen jüngere und ältere Teilnehmende ins Gespräch. Alle Teilnehmenden stellen sich je nach Ja- oder Nein-Antwort auf eine der beiden Seiten des Raums. Aussagen könnten sein:
  - „Ich nutze KI viel im Alltag.“
  - „Die Digitalisierung überfordert mich zum Teil.“
  - „Ich vermisse die analoge Zeit.“
  - „KI ist ein Gewinn für unsere Gesellschaft!“

Nutzt hierfür die Anleitung **Ein soziometrisches Aufstellungsspiel: Was denkst du denn darüber?**

- Bereitet Namensschilder vor und sorgt für Getränke und Snacks. Eine gemütliche Atmosphäre hilft beim Austausch.



- **Bereitet für das Ausprobieren von digitalen Tools mehrere Stationen vor.** Besonders spannend wird es, wenn Jung und Alt zusammen ausprobieren, sich gegenseitig helfen und voneinander lernen. Mögliche Stationen können sein:
  - **Textstation: „Frag die KI ...“**

Jede Generation stellt der KI eine Frage, zum Beispiel: „Wie wird KI meinen Beruf verändern?“, „Wie kann ich KI im Alltag sicher nutzen?“, „Was ist das Lustigste, was du kannst?“ Danach vergleichen Jung und Alt: Fühlt sich die Antwort hilfreich an? Überraschend?
  - **Kreativstation: Wie fühlt sich KI an?**

Gestaltet ein Plakat, auf dem Jung und Alt ihre Gefühle zu KI ausdrücken: Malt Symbole oder kleine Bilder (z. B. Herz, Fragezeichen, Blitz). Schreibt kurze Sätze dazu: „Das macht mir Angst ...“, „Das finde ich spannend ...“, „So könnte KI unser Miteinander verändern ...“.
  - **Musikstation: Zukunfts-Song „Meine Kommune 2050“**

Wählt ein KI-Musiktool aus. Gebt Stichworte zu eurer Kommune 2050 ein und entscheidet euch für einen Musikstil. Die KI macht daraus einen Song. Wie klingt das?
  - **Bildstation: Unsere Kommune 2050 gestalten**

Probiert eine einfache Bild-KI aus: Gebt Stichworte ein, z. B. „grüne Plätze“ und „generationenfreundlich“ und lasst die KI ein Zukunftsbild eurer Kommune 2050 erstellen. Was gefällt den Jüngeren? Was den Älteren? Was fehlt noch für ein gutes Miteinander?
  - **Gegenwartsstation: Wo kann KI heute helfen und was brauche ich dafür?**

Sammelt auf Post-its, wie KI euch im Alltag unterstützen kann. Hilfreiche Fragen könnten sein:  
*Wo kann KI das Miteinander stärken?*  
*Wo kann KI Prozesse vereinfachen?*  
*Was braucht es, um KI sicher zu nutzen?*  
*Wie kann ich KI-Ergebnisse prüfen?*
- Bereitet eine kleine Feedbackwand vor:  
„Mein Aha-Moment zu KI war ...“.
- Prüft Technik und WLAN – funktioniert alles stabil?



4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Fragt am Ende: „Wie habt ihr euch heute mit KI gefühlt?“
- Sammelt Zitate oder Eindrücke für eure Öffentlichkeitsarbeit (mit Zustimmung der Beteiligten).
- Macht Fotos der Stationen.

### Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:

- Achtet bei der Planung und Durchführung darauf, eure Veranstaltung möglichst barrierearm zu gestalten. Das beinhaltet zum Beispiel die Anmeldung über verschiedene Kanäle, Zugänge zum Veranstaltungsort und den Toiletten und Möglichkeiten zum Pause machen.
- Der Workshop richtet sich an Personen mit wenig, aber unterschiedlichem Vorwissen. Achtet deshalb auf Niedrigschwelligkeit und bietet unterschiedliche Schwierigkeitsstufen an den Stationen an.
- Sprecht Jung und Alt gezielt an und setzt Anreize: Was können sie für den Alltag mitnehmen?

## Materialien

### Schokoroboter und Deepfakes

Der Comic, für den rund 200 Schüler\*innen befragt worden sind, wurde gemeinsam mit Wissenschaftler\*innen entwickelt. Hier könnt ihr ihn herunterladen: <https://schokofakes.ai>



### fluter zum Thema Daten

Im *fluter* Magazin dreht sich alles um die Fragen: Was sind Daten? Wo werden sie überall gesammelt und wem nutzen sie?



### Zeitdauer-Uhr

Mit der großen Zeitdauer-Uhr können Zeitspannen einfach und anschaulich eingestellt werden. Bei Gruppenarbeiten oder Ähnlichem behalten so alle Beteiligten einen guten Überblick über die verbleibende Zeit.

### Weitere Materialien für die Umsetzung

- Tablets, Laptops oder Smartphones
- WLAN-Zugang
- Plakate für die Kreativstation, Stifte, Pinnwand



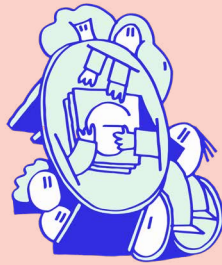
Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*.

<https://generationen-campus.org/materialien/>



## So könnte es weitergehen

- Organisiert eine **Ausstellung**, zum Beispiel im Rathaus. Stellt dort die Ergebnisse eurer generationenverbindenden Aktion aus, die mit Hilfe von KI erstellten Bilder oder das beste Lied über die Zukunft eurer Kommune.
- Organisiert **regelmäßige (digitale) Begegnungstreffen**, z. B. „Kaffee & KI – Austausch zu neuen Themen“ oder entwickelt eine kleine Ideenwerkstatt, in der Jung und Alt digitale Themen gemeinsam erkunden.
- Startet ein **generationenübergreifendes „Digital-Team“**, das gemeinsam Neues ausprobiert.





Aktionsidee: ...

Hier folgt eine weitere schöne Idee,  
die noch in der Entwurfsphase ist ...



1.

2.

3.

4.





GenerationenKoffer

## Einsamkeit



### **Aktion 1:**

Teilen verbindet! – Gemeinsam gegen  
Einsamkeit in der Nachbarschaft

### **Aktion 2:**

„Ruf mal wieder: Bingo!“ – Ein Abend  
für Gemeinschaft

# Einsamkeit

## Zwei Fakten zum Einstieg

- **Wer einsam ist, stirbt früher.**

Bereits 2015 haben Forschungen gezeigt, dass Einsamkeit das Leben ähnlich stark verkürzen kann wie das Rauchen.

Ein Bericht über die Studie findet sich etwa hier: <https://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/einsame-menschen-sterben-frueher-a-1172927.html>.



- **12,2 Millionen**

So viele Menschen (16 %) ab zehn Jahren fühlen sich in Deutschland nach Ergebnissen des *Sozialberichts 2024* der Bundeszentrale für politische Bildung (bpb) häufig einsam. Hier ist der Bericht: <https://www.bpb.de/kurz-knapp/zahlen-und-fakten/sozialbericht-2024/553245/einsamkeit/>.



## Ein Denkanstoß

*„Einsamkeit entsteht nicht dadurch, dass man keine Menschen um sich hat, sondern dadurch, dass man ihnen die Dinge, die einem wichtig erscheinen, nicht mitteilen kann.“*  
(der berühmte Psychologe Carl Gustav Jung)

## Worum geht es?

Die einen müssen immerzu unter Leuten sein, kennen Hinz und Kunz und sind mit der ganzen Siedlung befreundet – und die anderen genießen die Stille und vertragen andere Menschen nur wohldosiert. So verschieden sind die Menschen – also alles kein Problem? So einfach ist es leider nicht. Denn immer häufiger leiden Menschen unter dem Alleinsein: Zum Problem wird Einsamkeit dort, wo sie nicht frei gewählt ist, sondern wo Menschen gegen ihren Willen auf soziale Kontakte verzichten müssen. Vereinsamung ist nicht nur ein privates Problem, sondern vielfach durch soziale Strukturen bedingt: Traditionelle Gemeinschaften, etwa in der nahe beieinander wohnenden Familie und in Vereinen, lösen sich vielerorts auf. Menschen sind mobiler – und diese Ungebundenheit hat ihren Preis. Die Digitalisierung tut ihr Übriges. Zwar sind Menschen in herausfordernden Lagen, etwa chronisch kranke oder arbeitslose Menschen, besonders häufig von Einsamkeit betroffen. Doch längst ist unfreiwilliges Alleinsein zu einem gesamtgesellschaftlichen Problem geworden, das nicht zuletzt alle Generationen betrifft, alte Menschen ebenso wie Jugendliche. Die Politik erkennt langsam, dass großer Handlungsbedarf besteht: So haben etwa Großbritannien (2018) und Japan (2021) erste Regierungspositionen geschaffen, die sich explizit um das Thema kümmern. Und auch die Bundesregierung hat 2023 eine Strategie gegen Einsamkeit vorgelegt.



## Wer mehr lesen will

- Dass Einsamkeit eine drängende soziale Frage und kein rein privates Problem ist, erläutern Claudia Neu und Berthold Vogel in einem Beitrag in der Zeitschrift *Aus Politik und Zeitgeschichte der Bundeszentrale für politische Bildung*: <https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/einsamkeit-2024/557849/einsamkeit-als-soziale-frage/>.



- Umfassend informiert das *Kompetenznetzwerk Einsamkeit* auf seiner Website über Forschungen zum Thema: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/einsamkeit>.



- Wer lieber Gedrucktes lesen möchte: In seinem Buch *Einsamkeit. Die unerkannte Krankheit* (2019) geht der Psychiater Manfred Spitzer umfassend und gut lesbar den Auswirkungen von Einsamkeit auf Gesundheit, Psyche und Wohlbefinden nach.

## Was macht Einsamkeit mit unserem Alltag?

Einsamkeit wirkt sich nicht nur negativ auf die Gesundheit aus, sondern macht sich im Alltag überall bemerkbar. So kann das Alleinsein etwa alltägliche Routinen untergraben: Wenn ich niemanden habe, mit der\*dem ich meinen Alltag koordinieren muss, kann mein Alltag schnell seine feste Form verlieren. Hinzu kommt, dass mit wachsender Einsamkeit ein Teufelskreislauf entstehen kann: Wer sich einsam fühlt, neigt dazu, öffentliche Orte und Begegnungen mit anderen Menschen zu meiden – und wird so nur noch einsamer. Spätestens hier sind die Kommunen gefragt: Denn Einsamkeit kann nur vor Ort bekämpft werden – durch öffentliche Plätze, die niederschwellig zugänglich sind, wie auch durch Angebote, die Menschen einladen und zum Mitmachen anregen!

## Auf die Ohren

- Um die sozialen Kontexte des Alleinseins und die Folgen von Einsamkeit für die Demokratie geht es im Podcast *Einsam, und jetzt?* der Bundeszentrale für politische Bildung: <https://www.bpb.de/mediathek/podcasts/einsam-und-jetzt/>.



- Gerade Kommunen sind im Kampf gegen die Einsamkeit gefragt. Wie Quartiere und Nachbarschaften so gestaltet werden können, dass sie dem Alleinsein entgegenwirken, wird in einer Folge des Podcast der *Hamburger Stadtentwicklungsgesellschaft*



diskutiert: <https://www.iba-hamburg.de/de/mediathek/podcasts/einsamkeit-welchen-beitrag-kann-die-stadtplanung-leisten>.



## Zwei Hingucker

- Kurz und bündig: In einer Minute benennt dieses Video der *Körper Stiftung* fünf Strategien, mit denen Kommunen der Einsamkeit im Alter entgegenwirken können. Das Video eignet sich gut als Ausgangspunkt einer Bestandsaufnahme: Was haben wir schon, was ist in Planung, was könnten wir noch tun? <https://www.youtube.com/watch?v=nXEUx20mmJI>.



- Warum speziell auch junge Menschen von Einsamkeit betroffen sind und was dagegen unternommen werden kann, ist Thema einer Episode von *MrWissen2go*, einer Reihe des öffentlich-rechtlichen Medienangebots Funk: <https://www.youtube.com/watch?v=J85ul0MkOyc>.



## So kann es gehen!

Die schon angesprochene Website des *Kompetenznetzwerks Einsamkeit* stellt eine Vielzahl an Vereinen, Projekten, Angeboten bis hin zu digitalen Apps vor, die konkrete Strategien gegen Einsamkeit entwickeln und umsetzen: <https://kompetenznetz-einsamkeit.de/angebote>.

Hier gilt es: Durchklicken und sich inspirieren lassen!





## Weiterführende Links



Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ): *Modellprojekte gegen Einsamkeit*:  
<https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/themen/engagement-und-gesellschaft/allianz-gegen-einsamkeit/modellprojekte-gegen-einsamkeit-228616>



Das Progressive Zentrum, Broschüre *Methodenkoffer gegen Einsamkeit*:  
<https://www.progressives-zentrum.org/publication/methodenkoffer-gegen-einsamkeit/>

## Teilen verbindet! – Gemeinsam gegen Einsamkeit in der Nachbarschaft

Bei eurer „Teilen verbindet“-Aktion ladet ihr eure Nachbarschaft dazu ein, Dinge miteinander zu teilen und so ganz einfach neue Kontakte zu knüpfen. Ob Bohrmaschine, Fahrradpumpe, Luftmatratze, Backform oder Spiele – oft haben wir Dinge, die andere brauchen könnten. Mit kleinen Stickern an Briefkästen oder Türen zeigt ihr: Hier wird geteilt!

Das Thema **Einsamkeit** steht dabei im Mittelpunkt: Ihr schafft Begegnungen im Alltag, senkt Hemmschwellen und bringt Menschen miteinander ins Gespräch. Denn manchmal ist der erste Schritt gegen Einsamkeit ganz einfach: Ein geliehener Schraubenschlüssel, eine geteilte Pumpe oder ein nettes Gespräch an der Haustür.

### **Worum geht's?**

- **Einsamkeit überwinden:** Ihr schafft neue Begegnungen zwischen Jung und Alt direkt in der Nachbarschaft.
- **Gemeinschaft fördern:** Teilen wird zum Anlass für Gespräche und Hilfsbereitschaft.
- **Nachbarschaft stärken:** Ihr zeigt, dass man sich aufeinander verlassen kann.
- **Nachhaltig handeln:** Teilen spart Ressourcen und bringt Generationen zusammen.

### **Macht die Aktion zu eurer Aktion**

- Wollt ihr eigene **Sticker oder Karten** gestalten oder zum Beispiel den fertigen Stickerbogen von der Organisation Pumpipumpe als Grundlage nutzen, mit denen Nachbar\*innen sichtbar machen können, was sie verleihen? Wie wäre es mit Stickern für Kindersachen, einen Beamer für Filmabende, Sportgeräte wie ein Federballset oder die Campingausrüstung, die nicht so oft gebraucht wird? Überlegt, was auch gezielt junge Menschen in die Aktion mit einbeziehen könnte.
- Verbreitet auch den **sozialen Gedanken** als Tauschangebot. Macht mit den Stickern sichtbar: „Ich kann beim Einkaufen helfen“, „Ich backe gerne einen Kuchen für dich“, „Ich bin offen für ein Gespräch“. Oder „Ich suche jemanden, der mir beim Einkaufen hilft.“, „Ich suche jemanden, der mir sein Lieblingskuchen-Rezept zeigt.“
- Könnt ihr **lokale Partner\*innen** gewinnen zum Beispiel Stadtteilbüros, Nachbarschaftstreffs oder Hausgemeinschaften?
- Wollt ihr die Aktion mit einem **kleinen Nachbarschaftsfest** oder **Kaffee-Treff** verbinden, um ins Gespräch zu kommen?

## So könnt ihr die Aktion planen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Ein kleines Team aus Engagierten zum Starten der Aktion wäre toll: Wen könnt ihr als Mitstreiter\*innen gewinnen: Nachbarschaftsgruppen, Jugendclubs, Senior\*innen, Vereine, Wohnungsgenossenschaften?
- Klärt gemeinsam: Wie wollt ihr die Idee umsetzen: Mit Stickern, Flyern, Türanhängern oder einer (digitalen) Karte im Viertel?
- Prüft, ob ihr Materialien wie Sticker, Flyer oder Druckvorlagen selbst gestalten oder zum Beispiel über Pumpipumpe bestellen wollt. Ein Beispiel für einen **Stickerbogen von Pumpipumpe** liegt bei.
- Überlegt schon, wie ihr den Start begleitet: Wollt ihr eine gemeinsame Verteilaktion mit den Stickern oder kleine Nachbarschafts-Treffen organisieren, um für die Aktion zu werben?

2.

### Beginnt mit der Akquise

- Wo macht ihr in eurer Kommune am besten auf die Aktion aufmerksam? Gestaltet ein Plakat, werft Flyer in Briefkästen, schaltet eine Anzeige im Gemeindeblatt, der Lokalzeitung und auf Social Media. Wenn ihr für die Aktion einen gemeinsamen Start plant, teil direkt Ort und Zeit des Treffens mit!
- Überlegt euch lustige Aufhänger für die Akquise, wie zum Beispiel:
  - Teilst du schon oder hortest du noch?
  - Wie viel Kuchenformen braucht ein Mensch?
  - Weniger Keller, mehr Miteinander!
  - Mach dein Regal sozial!
  - ...
- Sprecht Nachbar\*innen direkt an: im Treppenhaus, im Supermarkt, auf der Straße und macht sie auf die Aktion aufmerksam.
- Kommt mit Menschen ins Gespräch: „Was teilt ihr gerne?“, „Was würdet ihr euch wünschen, mal ausleihen zu können?“ Fragt alte und junge Menschen und Familien, was sie gerne tauschen würden.
- Achtet darauf, dass eure Kommunikation inklusiv ist – klar, freundlich und niedrigschwellig.

3.

### Trefft Vorbereitungen für eure „Teilen verbindet“-Aktion

- Bildet Teams aus Engagierten für die einzelnen Arbeitsschritte, zum Beispiel für die Entwicklung der „Teilen verbindet“-Sticker, die Verteilung und die Bewerbung des Fests. So könnt ihr die unterschiedlichen Perspektiven der Generationen zusammenbringen und die Verantwortung ist auf mehrere Schultern verteilt.
- Gestaltet oder bestellt Sticker mit passenden Symbolen. Achtet darauf, dass auf den ersten Blick zu erkennen ist, dass die Sticker Teil eurer Aktion sind.
- Bereitet kleine Infokarten oder Briefe vor, die erklären, wie die Aktion funktioniert.
- Egal ob der Start der Aktion ein kleines Fest ist oder ihr direkt damit beginnt, die Sticker zu verteilen: Überlegt, wo ihr diese am besten verteilt! Bei **Stadtfesten, Wochenmärkten** oder **direkt an Haustüren? An einem Infotisch** oder bei einer **Aktion vor dem Gemeindehaus?**
- Plant eine Person oder Gruppe ein, die für Rückfragen ansprechbar ist und auch Sticker auf Nachfrage vergeben kann. Gebt den Kontakt der Person auf den Flyern, Plakaten etc. an.
- Nutzt Social Media oder Aushänge, um zu zeigen, wo schon Sticker kleben. Das motiviert andere, ebenfalls mitzumachen.

4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Fragt nach einigen Wochen nach: „Hat das Teilen bei euch Gespräche ausgelöst?“
- Sammelt Rückmeldungen: Welche Gegenstände werden am häufigsten geteilt, was funktioniert gut?
- Macht Fotos der Sticker oder Fotos der Begegnungen (mit Einverständniserklärung!) für Gemeindeblatt, Website oder Presse.

#### Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion folgendes mit:

- Wollt ihr auf den Flyern auch Regeln zum Ausleihen mit aufnehmen? Besprecht gemeinsam: Was passiert, wenn ein Gegenstand nicht mehr oder kaputt zurückgegeben wird?
- Jedes Quartier ist anders: Welche Anpassungen könnt ihr vornehmen, damit die Sticker zum Verleihen in eurer Kommune auch wirklich ankommen?
- Einsamkeit ist immer noch ein Tabu-Thema für viele Menschen. Verzichtet deshalb auf eine offensichtliche Bewerbung über das Thema Einsamkeit und konzentriert euch auf die Bewerbung der Sticker-Aktion.

## Materialien



### Pumpipumpe-Sticker

Die Sticker zeigen Symbole für Gegenstände, die ausgeteilt werden können, zum Beispiel eine Backform, eine Lichterkette oder Stühle für eine Feier. Mehr von den Pumpipumpe-Stickern könnt ihr hier bestellen: <https://pumpipumpe.ch/stickerbogen/>



### Zeitschrift *Aus Politik und Zeitgeschichte, Einsamkeit*

In der Zeitschrift der Bundeszentrale für politische Bildung findet ihr Hintergrundinfos zum Thema Einsamkeit. Besonders interessant sind die Artikel *Was hilft gegen Einsamkeit?*, *Vier Initiativen im Gespräch über Erfahrungen, Erfolge und politische Rahmenbedingungen* und *Einsamkeit und Stadtentwicklung: Neue Anforderungen an lebendige Quartiere*.



### Zeitdauer-Uhr

Mit der großen Zeitdauer-Uhr können Zeitspannen einfach und anschaulich eingestellt werden. Bei Gruppenarbeiten oder Ähnlichem behalten so alle Beteiligten einen guten Überblick über die verbleibende Zeit.

### Weitere Materialien für die Umsetzung

- Infokarten oder Flyer zur Erklärung der Aktion
- Pinnwand oder eine digitale Karte, auf der sichtbar wird, wo teilnehmende Haushalte liegen



Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*.

<https://generationen-campus.org/materialien/>

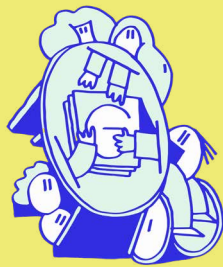
## So könnte es weitergehen

- Kombiniert die Idee mit einem **offenen Treffpunkt**, an dem man Dinge abholen, abgeben oder plaudern kann.
- Startet eine **digitale Karte** oder **Messenger-Gruppe** für eure Nachbarschaft, um das Teilen zu erleichtern.
- **Verbindet die Aktion langfristig mit anderen Themen** wie Nachhaltigkeit, Nachbarschaftshilfe oder Tauschmärkte für Spiele oder andere Dinge.

### **„Teilen verbindet“-Aktionen bei anderen**

Auf der Website von *Pumpipumpe* findest du unter dem Punkt „Pumpipumpe Community“ spannende Social Media Beiträge, die auch zeigen, wie andere die Aktion bereits umsetzen:  
<https://pumpipumpe.ch/community/>





## „Ruf mal wieder: Bingo!“ – Ein Abend für Gemeinschaft

Bei eurem **Bingo-Spieleabend** ladet ihr Menschen der jüngeren und älteren Generation ein, um miteinander zu spielen und ins Gespräch zu kommen. Bingo ist leicht verständlich, braucht keine Vorkenntnisse und sorgt schnell für gute Stimmung. Ihr schafft damit einen niedrighschwelligen Rahmen, in dem Menschen ins Gespräch kommen, lachen und gemeinsam Zeit verbringen können.

Das Thema **Einsamkeit** steht dabei im Mittelpunkt: Viele Menschen, ob jung oder alt, fühlen sich oft oder manchmal einsam. Mit eurem Bingo-Spieleabend setzt ihr ein Zeichen: Niemand muss alleine bleiben, Gemeinschaft tut gut.

### Worum geht's?

- **Einsamkeit überwinden:** Ihr schafft Räume, in denen Menschen zusammenfinden.
- **Gemeinschaft stärken:** Bingo bringt Menschen leicht ins Gespräch. Auch jene, die sonst eher zurückhaltend sind.
- **Generationen verbinden:** Jung und Alt spielen Seite an Seite.
- **Niedrighschwellige Beteiligung ermöglichen:** Jede\*r kann sofort ohne Vorbereitung oder Vorerfahrung mitmachen.

### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- Organisiert **Preise** aus eurer Kommune wie Gutscheine für lokale Läden oder anderes: So motiviert ihr zum Mitmachen und macht gleichzeitig auf kleine Geschäfte aufmerksam!
- Wollt ihr eine **Gesprächsecke** einbauen, in der sich Menschen zwischendurch austauschen können?
- Kombiniert den Bingo-Abend mit einer **Kennenlernrunde** mit dem **Spiel Erzählt euch mehr!** oder unserem **Kennenlern-Bingo**. So wird direkt am Anfang das Eis gebrochen und Gespräche zwischen den Teilnehmenden können leichter entstehen.

## So könnt ihr die Aktion planen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Wen könnt ihr als Mitstreiter\*innen gewinnen: Senior\*innengruppen, Jugendclubs, Nachbarschaftsinitiativen? Bildet bestenfalls Teams für die einzelnen Arbeitsschritte. So fließen unterschiedliche Perspektiven, Ideen und Fähigkeiten zusammen, die Verantwortung wird auf mehrere Schultern verteilt und alle sind von Anfang an aktiv in die Aktion eingebunden.
- Klärt gemeinsam, wann und wo der Bingo-Abend stattfinden kann. Bedenkt dabei, dass der Raum barrierearm ist und auch Tag und Uhrzeit sowohl für ältere als auch junge Menschen ansprechend ist. Gibt es einen öffentlichen Raum in der Kommune, der passt oder hat vielleicht ein Lokal in der Kommune Lust, den Abend mitzugestalten? Getränke gäbe es dann gleich vor Ort!
- Besprecht, welche Materialien ihr neben den **Bingo-Karten** auf jeden Fall benötigt, z. B. ausreichend Stifte, Getränke etc. Falls ihr kein Budget für eine Bingo-Trommel habt, gibt es auch viele andere Ideen, die Zahlen auszulosen: per App oder per Zettel ziehen.
- Ein Bingo-Abend wird vor allem dann lustig, wenn die Moderation selbst Spaß am Spiel hat. Legt jemanden fest, der\*die sich hierfür begeistert und durch den Abend führt!

2.

### Beginnt mit der Akquise

- Sprecht gezielt Menschen an, die sonst vielleicht allein bleiben: Senior\*innen, Zugezogene, Alleinerziehende, Studierende ...
- Gestaltet eine ansprechende Einladung sowie Poster und Flyer. Nutzt Aushänge in Supermärkten, Senior\*innenheimen, Schulen und sozialen Treffpunkten und überlegt: Wie und wo erreicht ihr Menschen in eurer Kommune am besten? Nutzt hierfür auch die **Tipps zur Ansprache junger Menschen**.
- Überlegt euch, wie ihr die Anmeldungen sammelt: Zum Beispiel eine formlose Anmeldung per E-Mail und Telefon für alle Interessierten, damit ihr einschätzen könnt, wie viele Menschen am Spieleabend teilnehmen? Denkt daran, hierauf auf der Einladung hinzuweisen!

3.

### Treff Vorbereitungen für euren Bingo-Spieleabend

- Egal, ob ihr euch für die klassische Bingo-Trommel oder die Auslosung per App entschieden habt, denkt daran, dass am Ende alle die Zahlen gut lesen oder hören können. Braucht es ein Mikro?
- Richtet die Sitzordnung so aus, dass Begegnungen möglich sind: runde Tische oder kleinere Gruppen sind passend für den Abend. Ggf. startet ihr den Abend auch mit einem Zuordnungsspiel oder es wird ausgelost, wer wo sitzt, so mischen sich die Menschen gleich durch.
- Organisiert kleine Preise, die die Teilnehmenden gewinnen können. Fragt in eurer Kommune Geschäfte an, was sie beisteuern könnten!
- Falls euer Bingo-Abend nicht ohnehin in einem Lokal oder Ähnlichem stattfindet, sorgt für Getränke und kleine Snacks.
- Habt ihr die Moderation festgelegt? Leitet gekonnt in den Abend ein: Nicht alle sind mit den Bingo-Regeln vertraut. Erklärt das Spiel einfach und verständlich, sodass alle es verstehen!

4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Macht Fotos (Fotos der Beteiligten mit Einverständniserklärung!) für Gemeindeblatt, Social Media oder die Lokalpresse. Haltet eventuell auch Zitate der Teilnehmenden fest.
- Holt am Ende des Spieleabends in einer Reflexionsrunde Feedback von den Teilnehmenden ein: Was hat ihnen gut gefallen? Was kam zu kurz? Was wünschen sie sich für einen nächsten Spieleabend? Ihr könntet das Feedback auch anonym auf Zetteln beim Rausgehen einsammeln.



#### • Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:

- Findet einen guten Einstieg in den Abend. Nutzt dazu zum Beispiel das **Spiel Erzählt euch mehr!** oder das **Kennenlern-Bingo**.
- Generationen-Teams: Statt dass jede\*r für sich spielt, bilden jeweils eine jüngere und eine ältere Person ein Team. So wird gemeinsam gefeiert, wenn jemand „Bingo!“ ruft. Überlegt euch eine spaßige Methode, für die Zuteilung wie: Jede Person erhält eine Karte und sucht das passende Gegenstück (zum Beispiel Sonne-Mond, Salz-Pfeffer). Wer zusammenpasst, ist ein Team. Weitere Ideen zur Gruppeneinteilung findet ihr hier: <https://www.methodenkartei.uni-oldenburg.de/methode/gruppeneinteilung/>
- Einsamkeit ist immer noch ein Tabu-Thema. Verzichtet deshalb auf eine offensichtliche Bewerbung über das Thema Einsamkeit und konzentriert euch auf den Spieleabend.



## Materialien



### Spiel *Erzählt euch mehr!*

Das Spiel enthält Karten mit Fragen und Gesprächsimpulsen, mit denen sich die Teilnehmenden besser kennenlernen können. Auch als kurze Icebreaker können die Fragen genutzt werden.



### Bingo-Karten für Senior\*innen

Mit diesen Bingo-Karten haben alle Spaß.



### *fluter* zum Thema Spiele

In der *fluter* Zeitschrift geht es rund um Spiele, Videospiele und das Spielen in der ganzen Welt.



### Zeitdauer-Uhr

Mit der großen Zeitdauer-Uhr können Zeitspannen einfach und anschaulich eingestellt werden. Bei Gruppenarbeiten oder Ähnlichem behalten so alle Beteiligten einen guten Überblick über die verbleibende Zeit.

### Weitere Materialien für die Umsetzung

- Bingo-Trommel oder App
- Mikrofon



Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*.

<https://generationen-campus.org/materialien/>

## So könnte es weitergehen

- Organisiert **regelmäßige Bingo-Abende!** Wie wäre es mit einmal im Monat?
- Wie wäre es vielleicht mit einem **Musik-Bingo**: statt Zahlen werden Songs angespielt – wer sie erkennt, kreuzt sie an.
- Startet weitere **Spiele- oder Themenabende**, die unterschiedliche Zielgruppen ansprechen. Eine Liste mit Spielen mit dem Generationenspiel-Siegel findet ihr auf der Website des Vereins Spielecafé der Generationen – Jung und Alt spielt e.V.: <https://www.jungundaltspielt.de/category/generationenspiel-siegel/>
- Entwickelt ein **Mitbring-Format**: Jede\*r bringt sein\* ihr Lieblingsspiel und teilt es mit anderen. Bringt euch zum Beispiel gegenseitig eure Lieblingsspiele bei.
- Gibt es einen geeigneten Treffpunkt in eurer Kommune für einen **Spieleschrank**, an dem sich Menschen auch außerhalb von Veranstaltungen begegnen können?



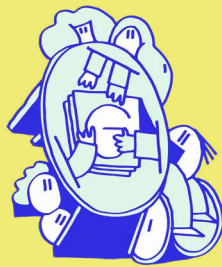
## Ein Bingo-Nachmittag in der Kommune Herdecke

Die Kommune Herdecke aus Nordrhein-Westfalen hat bereits einen Bingo-Nachmittag umgesetzt.

*„Ein niedrigschwelliges Spieleangebot soll alle Generationen im gemeinsamen Spaß verbinden. Es soll ein Gemeinschaftsgefühl entstehen. Gastgeber des ersten Bingo-Nachmittages waren Kinder: Sie luden in ‚ihre‘ Kindereinrichtung ein. Der nächste Bingo-Nachmittag soll in einem Seniorentreff stattfinden.“*

Infos über das Projekt findet ihr auf der Website des *GenerationenCampus*: <https://generationen-campus.org/projekt/bingo-fuer-alle/>









GenerationenKoffer

## Teilhabe



### Aktion 1:

Ehrenamts-Speeddating – Engagement verbindet Generationen

### Aktion 2:

Bauen, träumen, verwandeln:  
Mit LEGO® Serious Play® Zukunftsräume gestalten



## Soziale Teilhabe

### Zwei Daten zum Einstieg

- **Mehr als eine Million**

So viele Kinder sind in Deutschland dem „Bericht zur Lage der Kinder in Deutschland 2025“ von UNICEF zufolge depriviert: Sie müssen auf die Befriedigung alltäglicher Bedürfnisse verzichten und sind von sozialer Teilhabe ausgeschlossen: <https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/presse/-/unicef-bericht-zur-lage-der-kinder-in-deutschland-2025/385504>.



- **54,94 €**

Dies ist der monatliche Betrag, der 2025 in der Berechnung des Bürgergelds beim Regelbedarf für Alleinstehende für Freizeit und Kultur und damit für Aktivitäten vorgesehen ist, die für die kulturelle und soziale Teilhabe von Menschen zentral sind.

### Ein Denkanstoß

„Der Mensch ist von Natur aus ein Gemeinschaftswesen.“ (der antike griechische Philosoph Aristoteles, 4. Jahrhundert v. Chr.)

## Worum geht es?

Menschen sind dazu gemacht, in Gemeinschaft mit anderen Menschen zu leben. Dieser Gedanke begegnet uns in der Literatur und der Philosophie von der Antike bis zur Gegenwart immer wieder: Für ein gutes Leben, so formuliert es etwa die Theoretikerin Martha Nussbaum, müssen Menschen enge und vielfältige soziale Beziehungen entwickeln, mit anderen Menschen arbeiten, handeln, leben, lachen und spielen können.

Um jedoch in Gemeinschaft mit anderen Menschen leben zu können, benötigen wir viele Dinge. Genau darum geht es bei sozialer Teilhabe und Inklusion: Wir benötigen Orte, an denen wir mit anderen zusammen sein können. Diese Orte dürfen uns nicht verschlossen sein – etwa, weil wir den Zutritt zu ihnen nicht bezahlen oder weil wir sie aufgrund körperlicher Beeinträchtigungen nicht erreichen können.

Wir brauchen Zeit, die wir frei gestalten können. Und wir brauchen die Möglichkeit zur Mitsprache – in der Nachbarschaft ebenso wie in der Politik –, um Gemeinschaft mit anderen aktiv gestalten zu können.

Soziale Teilhabe ist kein Luxus und kein nice to have, sondern ein durch Grundrechte geschützter Anspruch: So hat das Bundesverfassungsgericht in einem wegweisenden Urteil im Jahre 2010 festgestellt, dass jeder Mensch aufgrund seiner konstitutionell geschützten Menschenwürde einen Anspruch auf die Dinge hat, die „für ein Mindestmaß an Teilhabe am gesellschaftlichen, kulturellen und politischen Leben unerlässlich sind“:

[https://www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Entscheidungen/DE/2010/02/Is20100209\\_1bvl000109.html](https://www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Entscheidungen/DE/2010/02/Is20100209_1bvl000109.html).





## Wer mehr lesen will

- Wie kann umfassende Teilhabe gelingen – und wie kann die Teilhabe verschiedenster gesellschaftlicher Gruppen gezielt gefördert werden? Damit befassen sich die Beiträge in *Teilhabe für alle?!* (herausgegeben von Elke Diehl). Das Buch ist online frei verfügbar: [https://www.bpb.de/system/files/dokument\\_pdf/10155\\_Teilhabe\\_fuer\\_alle\\_ba\\_171019.pdf](https://www.bpb.de/system/files/dokument_pdf/10155_Teilhabe_fuer_alle_ba_171019.pdf).



- Warum hängen soziale Teilhabe und gesellschaftlicher Zusammenhalt eng zusammen? Warum ist beides Voraussetzung einer resilienten und lebendigen Demokratie? Den Fragen widmen sich die Essays der Ausgabe 42/2025 der Zeitschrift *Aus Politik und Zeitgeschichte*: <https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/gesellschaftlicher-zusammenhalt-2025/>.



- Wer lieber Gedrucktes lesen möchte: Der von Christiane Nakao, Sonja Preissing und Katrin Sen herausgegebene Band *Generationenübergreifende Ansätze in der Sozialen Arbeit* (Verlag Beltz Juventa, 2025) stellt Strategien vor, wie die soziale Teilhabe einzelner Generationen gestärkt werden und wie Teilhabe generationenübergreifend durch Projekte gefördert werden können.

## Was macht Teilhabe mit unserem Alltag?

Wir merken in unserem Alltag sehr schnell, wo wir an Aktivitäten teilhaben können und wo uns der Zugang verschlossen ist. Gerade mit Blick auf ein gelungenes Miteinander der Generationen ist hier vor Ort in der Kommune und in der täglichen Praxis viel zu tun: Jugendlichen fehlt es oft in ihrer Kommune an Orten, an denen sie willkommen sind: Für die Cafés reicht das knappe Taschengeld nicht, an öffentlichen Plätzen oder Haltestellen werden sie schnell als laut, chaotisch und störend wahrgenommen. Kinder und Jugendliche sind schnell von kommunaler politischer Teilhabe ausgeschlossen, wenn sie sich über kein Gremium wie etwa einen Jugendbeirat einbringen können. Umgekehrt droht gerade älteren Menschen der Verlust sozialer Teilhabe, wenn immer mehr Angebote in den digitalen Raum verlagert werden und ihnen die Unterstützung fehlt, ihre digitalen Fähigkeiten zu entwickeln.

Wer Teilhabe verwirklichen will, kann an vielen Stellen ansetzen, bei einer einladenden Gestaltung des öffentlichen Raumes ebenso wie bei Formaten direkter Bürger\*innenbeteiligung in der städtischen Politik oder bei einem breiten Kursangebot der Volkshochschulen. Hier können die großen Themen dieses *GenerationenKoffers* auch verbunden werden. So gilt etwa: Wo – analoge wie digitale – Teilhabe ermöglicht wird, wird Einsamkeit bekämpft!



## Auf die Ohren

Eine Sammlung von Podcasts, die sich mit Inklusion, Beteiligung und Teilhabe beschäftigen und immer wieder in die kommunale Praxis, auf Beispiele und Projekte schauen, findet sich auf der Website des Bremer Vereins *Inklusion Nord e. V.*: <https://inklusionnord.de/die-wichtigsten-podcasts-rund-um-inklusion-und-partizipation/>.



## Zwei Hingucker

- Was ist Teilhabe? Peter Wißmann gibt eine Antwort in einem Video des *KuKuK-TV – selbst ein Teilhabeprojekt! – des Demenz Support Stuttgart*: [https://www.youtube.com/watch?v=nleSEE\\_AFOg](https://www.youtube.com/watch?v=nleSEE_AFOg).



- Wie gefährdet Armut Teilhabe – und was lässt sich dagegen tun? Eindrücke aus Berlin vermittelt diese ZDF-Reportage: <https://www.zdf.de/video/reportagen/leben-ist-mehr-104/fuer-starke-kinder-film-von-nathalie-suthor-100>.



## So kann es gehen!

Für alle, die auf der Suche nach Anregungen für die Praxis sind, lohnt ein Stöbern im Ideenfinder des *Bundesprogramms Zusammenhalt durch Teilhabe*: Dort werden Projekte aus ganz Deutschland vorgestellt, die in der Kommune vor Ort und in Anknüpfung an bestehende Strukturen – vom Schützenverein über den Senioren- oder Jugendbeirat bis hin zur freiwilligen Feuerwehr – Teilhabe kreativ neu denken und aktiv fördern: <https://www.zusammenhalt-durch-teilhabe.de/projekte/145527/ideenfinder>.





## Weiterführende Links



Stiftung Mercator, *Wirkungsvolle Begegnungsformate Irgendwo, Irgendwann und Irgendwie?*:  
<https://www.stiftung-mercator.de/de/publikationen/leitfaden-fuer-begegnungsprojekte/>



Deutschlandfunk, *Inklusion im Alltag*:  
<https://www.deutschlandfunk.de/inklusion-deutschland-behinderung-barrierefreiheit-handicap-102.html>



open Transfer, Magazin *Patenschaften*:  
<https://opentransfer.de/magazin-patenschaften/>



Bundeszentrale für politische Bildung,  
*Workshop Selbstwirksamkeit*:  
<https://www.bpb.de/lernen/angebote/wahl-o-mat-im-unterricht/514160/was-ist-mir-wichtig-und-was-kann-ich-bewirken/>



### Ehrenamts-Speeddating – Engagement verbindet Generationen

Bei eurem **Ehrenamts-Speeddating** bringt ihr interessierte Bürger\*innen mit lokalen Vereinen, Initiativen und Organisationen zusammen. In kurzen Gesprächsrunden lernen sich beide Seiten kennen: Menschen, die sich engagieren möchten, erfahren, welche Möglichkeiten es in eurer Kommune gibt, und Organisationen können ihre Arbeit vorstellen.

Euer Speeddating steht dabei ganz im Zeichen der **Teilhabe**: Jede\*r soll eine passende Möglichkeit finden, sich einzubringen, mitzumachen und die Gemeinschaft aktiv mitzugestalten.

#### Worum geht's?

- **Teilhabe fördern:** Ihr eröffnet jüngeren und älteren Menschen den Zugang zu Engagement und Mitgestaltung.
- **Generationen verbinden:** Ihr bringt Jugendliche und ältere Menschen ins Gespräch.
- **Einstieg ins Ehrenamt erleichtern:** Der erste Schritt ist oft der schwerste: Durch das Speeddating finden sich schnell passende Einsatzmöglichkeiten für alle.
- **Organisationen stärken:** Vereine und Initiativen aus eurer Kommune lernen Interessierte kennen.
- **Netzwerke knüpfen:** Durch euer Ehrenamts-Speeddating entstehen auch neue Kooperationen und Ideen.

#### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- Setzt einen **bestimmten Fokus**: zum Beispiel Inklusion, Integration, Umwelt, Kultur, Sport, Soziales oder Nachbarschaftshilfe. Überlegt, welches Thema die jüngere und ältere Generation besonders anspricht.
- Ergänzt das Speeddating durch ein **Rahmenprogramm**: Musik von einer Jugendband, eine Ausstellung oder ein Flohmarkt für den guten Zweck. Wie könntet ihr den Tag für alle zu einem Erlebnis machen?
- **Motivationswand**: Stellt zum Beispiel eine Pinnwand mit Aussagen zum Ergänzen auf: „Darum möchte ich mich engagieren“, „Diese Stärke bringe ich mit“, „Das würde ich gern mal ausprobieren“. So entsteht ein Gefühl der Verbundenheit zwischen den Generationen.
- **Mitmach-Station „Kleine gute Taten“**: Ein Tisch mit kleinen, sofort machbaren Aktionen: eine Danke-Karte schreiben, ein Kompliment schenken oder eine Idee für Nachbarschaftshilfe formulieren.



## So könnt ihr die Aktion planen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Welche ehrenamtlichen Bereiche werden in euren Kommunen vertreten? Sprecht gemeinnützige Organisationen, Schulen, Senior\*innengruppen und anderweitige Initiativen an und erzählt ihnen von eurem Vorhaben.
- Holt euch Inspiration für eure Aktion aus dem Arbeitsbuch: **Mehr erreichen. Mit Beteiligung.** Hier findet ihr Vorschläge für mehr kommunale Beteiligung.
- Bildet Teams für die einzelnen Arbeitsschritte. So fließen unterschiedliche Perspektiven, Ideen und Fähigkeiten zusammen und die Verantwortung wird auf mehrere Schultern verteilt.
- Wenn ihr genügend Mitstreiter\*innen gefunden habt, stimmt gemeinsam Ort und Datum der Aktion ab.
- Plant gemeinsam mit den Vertreter\*innen der verschiedenen Ehrenämter, ob sie bereits Anmeldebögen mitbringen oder Infomaterial vorbereiten können. Gibt es Bilder oder ein Video, das geteilt werden kann?
- Achtet bei der Planung auf Barrierefreiheit (räumlich, sprachlich, organisatorisch), um Teilhabe für alle zu ermöglichen.
- Die Aktion funktioniert am besten, wenn ihr eine Moderation festlegt, die das Speeddating anmoderiert und die Zeit im Blick behält.

2.

### Beginnt mit der Akquise

- Gestaltet eine ansprechende Einladung, verteilt Flyer und hängt Plakate auf, die die jüngeren und älteren Menschen aus eurer Kommune auf die Aktion aufmerksam machen. Mit welchen Themen erreicht ihr junge Menschen? Welche Möglichkeiten von Engagement sind für ältere Menschen spannend?
- Nutzt Schulen, Hochschulen, Senior\*inneneinrichtungen und lokale Netzwerke, um Interessierte einzuladen. Betont in eurer Öffentlichkeitsarbeit die Möglichkeit der Mitgestaltung und Stärkung eurer Kommune.
- Für die Planung ist es hilfreich, wenn ihr nach einer formlosen Anmeldung per E-Mail oder Telefon verlangt. So wisst ihr, mit wie vielen Personen ihr rechnen könnt.



3.

### Trefft Vorbereitungen für euer Ehrenamts-Speeddating

- Wählt ein kurzes Einstiegsthema oder eine Mini-Übung, damit Jung und Alt direkt miteinander ins Gespräch kommen. Ihr könnt auch einen Mini-Workshop machen, zum Beispiel:
  1. **„Erste Schritte im Verein – früher/heute“**: Kurzer Vergleich: Wie lief der Einstieg ins Ehrenamt früher? Wie heute?
  2. **„Ehrenamts-Notfallkoffer gemeinsam packen“**: Teams mischen: Was gehört rein? (Kontakte, Checkliste, Tools, Snacks, Humor ...?)
  3. **„Der perfekte Aushang“**: Teams aus Jung und Alt gestalten gemeinsam einen Aushang für ein fiktives Projekt.
  4. **„Ehrenamts-Rollen entdecken“**: Mit Karten wie „Organisieren“, „Zuhören“, „Anpacken“, „Moderieren“, „Trösten“, „Planen“ ordnen sich alle zu: Welche Rolle passt zu wem? Die Methode ist ideal, um Stärken sichtbar zu machen und herauszufinden.
- Stellt Tische in Reihen oder Kreisform im Speeddating-Format auf. Es ist sinnvoll, dass das Speeddating nicht 1:1 stattfindet, sondern sich immer mehrere Personen mit einem Ehrenamt paaren. Das schafft eine lockere Atmosphäre für alle Beteiligten.
- Überlegt, wie das Speeddating konkret ablaufen könnte: Gibt es Fragen, die sich beide Seiten gegenseitig stellen und die an jedem Tisch zur Orientierung ausliegen? Wie viel Zeit hat jede Runde?
- Fragen und Gedankenimpulse zur Orientierung könnten sein:
  - Was motiviert mich?
  - Das wünsche ich mir vom Ehrenamt!
  - Welche Aufgaben machen mir besonders Freude?
  - Das brauche ich, um mich wohlfühlen!
- Organisiert Snacks und Getränke als Begegnungsangebot zwischen den Runden oder in der Pause.

4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Wollt ihr während der Veranstaltung Fotos (mit Einverständnis-erklärung!) machen? Diese könnt ihr für Beiträge auf Social Media oder für einen Bericht eurer Veranstaltung in der Lokalzeitung verwenden.
- Haltet den Kontakt zu den Organisationen: Verschickt E-Mails, in denen ihr euch bedankt.
- Dokumentiert die Zahl der Gespräche und Vermittlungen.



### Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:

- Damit sich alle angesprochen fühlen: Führt die Moderation mit einem Team aus einer jüngeren und einer älteren Person durch.
- Um junge Menschen anzusprechen, deckt die Themenvielfalt des Ehrenamts ab (politisches Engagement, Arbeiten mit Tieren, soziales Ehrenamt) und achtet auf eine ansprechende Akquise! Hier können euch die **Tipps zur Ansprache junger Menschen** unterstützen.

## Materialien



### **Arbeitsbuch Kommunale Beteiligung der Initiative offene Gesellschaft**

Das Arbeitsbuch beinhaltet hilfreiche Informationen rund um die Frage: „Wie erreichen wir neue Zielgruppen?“ und gibt Vorschläge für eine bessere Beteiligungskultur.

### **Demokratiedeckel**

Inspirierende Fragen auf den Demokratiedeckeln machen den Gesprächseinstieg leicht. Verwendet sie zum Auslegen im Raum, als Icebreaker nach einer Pause oder für Einstiegsfragen.



### **Weitere Materialien für die Umsetzung**

- Namensschilder, Stifte, Notizzettel
- Stoppuhr
- Übersicht zu Vereinen und Engagementmöglichkeiten in eurer Kommune



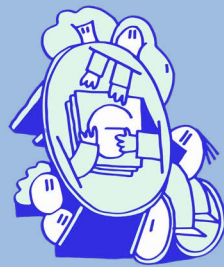
Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*.

<https://generationen-campus.org/materialien/>



## *So könnte es weitergehen*

- Eine Möglichkeit, die Aktion in eurer Kommune langfristig zu verankern, wäre es, eine **Ehrenamtsbörse** oder Plattform einzurichten, auf der freie Engagement-Möglichkeiten dauerhaft sichtbar sind. Nutzt bereits bestehende Angebote wie nebenan.de
- Etabliert ein regelmäßiges **Ehrenamts-Speeddating**, zum Beispiel jährlich oder halbjährlich.
- **Running Speeddating**: Veranstaltet ein Running Speeddating, das so funktioniert wie ein Running Dinner. Alle Teilnehmenden fahren oder laufen – statt von einem Wohnzimmer zum nächsten – zu verschiedenen Stationen, zum Beispiel Büros von Organisationen oder Vereinshäusern. An jeder Station stellt sich eine andere Organisation vor. Bei Essen und Getränken kommen alle ins Gespräch.





## Bauen, träumen, verwandeln: Mit LEGO® Serious Play® Zukunftsräume gestalten

Bei eurem **LEGO® Serious Play®-Workshop** ladet ihr Menschen verschiedener Generationen ein, gemeinsam kreativ zu werden und Zukunftsideen mit LEGO® -Steinen sichtbar zu machen. In diesem Format wird nicht einfach nur gebaut: Die LEGO®-Modelle dienen als Sprache, um Gedanken, Wünsche und Visionen auszudrücken. Ziel ist es herauszufinden, welche Bedarfe die Menschen in eurer Kommune haben und was das Zusammenleben verbessern könnte.

Das Thema **Teilhabe und Zukunftsgestaltung** steht im Mittelpunkt: Jede\*r kann mitmachen, unabhängig von Alter, Sprache oder Vorerfahrung. Ihr schafft einen offenen Raum, in dem Ideen wachsen, gegenseitiges Verständnis entsteht und neue Perspektiven sichtbar werden.

Wie genau ihr das **LEGO® Serious Play® Starter Set** einsetzt, erfahrt ihr in unserer **Anleitung** hier: <https://generationen-campus.org/materialien>



### Worum geht's?

- **Teilhabe fördern:** Ihr gebt älteren und jüngeren Menschen eine Stimme und jede\*r kann eigene Ideen einbringen.
- **Zukunft gemeinsam gestalten:** Ihr entwickelt gemeinsam eine generationenverbindende Vision für eure Kommune.
- **Kreativität und Kommunikation stärken:** Bauen und Erzählen hilft, komplexe Gedanken spielerisch zu teilen.
- **Gemeinsames Verständnis schaffen:** Modelle machen sichtbar, was Menschen bewegt.

### Macht die Aktion zu eurer Aktion

- Konzentriert euch auf ein **bestimmtes Thema**, zum Beispiel „Wie wollen wir in unserer Kommune leben?“ oder „Zukunft der Mobilität“.
- Bezieht **lokale Themen** ein, die eure Kommune besonders betreffen. Was beschäftigt die Menschen in eurer Kommune?
- Gibt es **Herausforderungen** in eurer Kommune, die vor allem jüngere und ältere Menschen betreffen? Wie könnt ihr sicherstellen, dass jüngere und ältere Stimmen gleichwertig gehört werden?
- Wie möchtet ihr die **Ergebnisse** präsentieren? Zum Beispiel als Ausstellung, Fotodokumentation oder als kurzer Film-Clip, sodass alle Menschen eurer Kommune sehen, welche Ideen im Workshop entstanden sind?



## So könnt ihr die Aktion planen

1.

### Organisiert ein Planungstreffen

- Wen könnt ihr als Mitstreiter\*innen gewinnen – Jugendgruppen, Senior\*innenrat, Stadtverwaltung, Vereine, Schulen? Braucht es für euren Workshop je eine Person aus einem Bereich für den besten Austausch und die Sichtbarkeit von unterschiedlichen Bedürfnissen und Perspektiven?
- Prüft, ob jemand in eurem Netzwerk bereits Erfahrung mit *LEGO® Serious Play®* hat und eine kurze Einführung geben kann. Ansonsten nehmt euch Zeit, um euch selbst einzuarbeiten. Für den Workshop ist es wichtig, dass ihr als Team die Methode verstanden habt, um gut durch den Prozess zu leiten.
- Mit dem **LEGO® Serious Play® Starter Set** aus dem *GenerationenKoffer* macht ihr euch gleich mit den vorhandenen Bausteinen vertraut.
- Klärt gemeinsam Ort und Datum, an dem der Workshop stattfinden kann. Vielleicht habt ihr schon eine grobe Vorstellung davon, mit wie vielen Personen der Workshop stattfinden wird. Achtet darauf, dass der Raum genug Platz für große Tische hat.

2.

### Beginnt mit der Akquise

- Gestaltet eine ansprechende Einladung: Nutzt Fotos von *LEGO®-Steinen*, farbenfrohes Design und einen passenden Slogan wie „Baut euch Zukunft!“
- Sprecht gezielt Menschen an, die Lust auf kreatives Denken und gemeinsames Gestalten haben. Nutzt Aushänge in Schulen, Bibliotheken, Senior\*innentreffs und öffentlichen Einrichtungen.
- Überlegt euch, wie ihr die Anmeldungen sammelt (z. B. Anmeldung per E-Mail), damit ihr genug Materialien vorbereiten könnt und ggf. weitere *Lego® Serious Play® Sets* besorgen könnt. Legt eventuell eine maximale Personenanzahl fest, wenn ihr die Aktion in einem kleinen Rahmen ausprobieren wollt.

3.

### Treff vorbereitungen für euren *LEGO® Serious Play®-Workshop*

- Bereitet ein klares Thema oder eine Leitfrage vor, zum Beispiel:
  - Baut, wie ein Ort aussehen würde, an dem man gern ankommt oder wartet, wie eine Bushaltestelle oder Fahrradstation.
  - Baut, was „gute Nachbarschaft“ für euch bedeutet.
  - Baut, wie ein „Ort der Begegnung“ für Jung und Alt aussehen könnte, an dem sich alle wohlfühlen.



- Plant eine Moderation ein: Eine Person sollte den Prozess anleiten (z. B. Warm-up, Bauphasen, Reflexion).
- Richtet den Raum mit Gruppentischen in entsprechender Größe ein. Überlegt, ob ihr Tandems oder Tischgruppen so zusammensetzt, dass verschiedene Generationen miteinander ins Gespräch kommen.
- Bereitet Namensschilder vor, damit sich alle direkt ansprechen können und stellt Getränke und kleine Snacks bereit. Pausen fördern Gespräche.
- Überlegt, wie ihr die Ergebnisse dokumentieren wollt: Fotos, Stichpunkte oder eine Ideenwand?

4.

### Feedback, Fotos und Öffentlichkeitsarbeit

- Fragt am Ende: „Wie hat euch das gemeinsame Bauen geholfen, über Zukunft und Zusammenleben nachzudenken?“ oder „Was habt ihr heute von Menschen einer anderen Generation gelernt?“
- Lasst die Teilnehmenden ein *LEGO®-Element* auswählen, das symbolisiert, was sie aus dem Workshop mitnehmen.
- Macht Fotos der Modelle und der Gruppe (mit Zustimmung der Beteiligten!) für Social Media oder Gemeindeblatt.
- Nutzt Öffentlichkeitsarbeit, um zu zeigen: Teilhabe kann spielerisch, kreativ und wirkungsvoll sein!



#### **Bedenkt bei der Planung und Durchführung eurer Aktion Folgendes mit:**

- Dem *GenerationenKoffer* liegt nur ein *LEGO® Serious Play® Starter Set* bei. Ein Set ist auf eine Person ausgelegt. Kennt ihr Menschen, die euch für den Workshop LEGO ausleihen würden? Weitere *LEGO® Serious Play® Starter Sets* könnt ihr hier bestellen: <https://www.lego.com/de-de/product/starter-kit-2000414>
- Der Workshop ist ein erster Schritt. Überlegt gemeinsam:
  - Was passiert mit den Ergebnissen?
  - Wie geht es weiter? Was sind die nächsten Schritte?
  - Plant ihr einen Folgetermin oder einen zweiten Workshop?
- Achtet bei der Planung und Durchführung darauf, eure Veranstaltung möglichst barrierearm zu gestalten. Das beinhaltet zum Beispiel die Anmeldung über verschiedene Kanäle, Zugänge zum Veranstaltungsort und den Toiletten und Möglichkeiten zum Pause machen.



## Materialien



### **LEGO® Serious Play® Starter Set**

Das Set enthält 234 Teile und ermöglicht kreatives Denken und das Lösen von Problemen. Ein Set ist auf eine Person ausgelegt.

### **Zeitdauer-Uhr**

Mit der großen Zeitdauer-Uhr können Zeitspannen einfach und anschaulich eingestellt werden. Bei Gruppenarbeiten oder Ähnlichem behalten so alle Beteiligten einen guten Überblick über die verbleibende Zeit.



### **Schätzspiel Bürger\*innen Budget zum Ausdrucken**

Über das Schätzspiel könnt ihr ins Gespräch kommen, wie viel einzelne bauliche Änderungen in einer Kommune kosten. Wenn das Thema eures Workshops auf konkrete physische Veränderungen in der Kommune ausgelegt ist, eignet sich das Spiel besonders gut, um die Erwartungen der Teilnehmenden realistisch zu halten. Ihr könnt das Spiel hier herunterladen: <https://demokratiebruecken.de/spielraum/dein-schaetzspiel/>



### **Weitere Materialien für die Umsetzung**

- Große Tische
- Moderationsmaterial (Flipchart, Karten, Stifte)



Hilfreiche Dokumente, die euch bei der Umsetzung unterstützen, wie zum Beispiel das Kennenlern-Bingo, Tipps zur Ansprache junger Menschen oder Hinweise zur Moderation findet ihr im *GenerationenKoffer* und immer auch auf der Website des *GenerationenCampus*.

<https://generationen-campus.org/materialien/>



## *So könnte es weitergehen*

- **Patenschaften für Mikro-Projekte** können helfen, Modellideen direkt in kleine Aktionen zu überführen. Ein Tandem aus Jung und Alt übernimmt gemeinsam eine Aufgabe, zum Beispiel eine Sitzbank verschönern, einen Schattenplatz gestalten oder ein kleines Nachbarschaftsevent zu organisieren.
- Die **Einladung an lokale Entscheidungsträger\*innen** ist ein weiterer Schritt. Präsentiert ausgewählte Modelle Menschen wie Bürgermeister\*innen, Ortsbeirat\*innen, Mitarbeitenden aus der Verwaltung oder Stadtentwicklung. Wenn Jung und Alt gemeinsam präsentieren, erhöht das die Sichtbarkeit und Wirkung der Ideen.
- Ein **Mini-Umsetzungsfonds** kann schnelle Erfolge ermöglichen. Mit einem kleinen Budget wie „100 € für eure Idee“ lassen sich einfache Maßnahmen sofort umsetzen, zum Beispiel bepflanzte Kübel, eine zusätzliche Sitzgelegenheit oder eine kleine Spielekiste. Das stärkt die Eigeninitiative und schafft unmittelbar sichtbare Ergebnisse.



## Impressum

### Herausgegeben von

kosmos b e.V. – Bildung. Begegnung. Beteiligung.  
(ehemals BildungsCent e.V.)  
Oranienstraße 183  
10999 Berlin  
Telefon +49 30 610 81 44 80  
info@kosmos-b.de

### Gestaltung und Grafiken

Christiane John, *kosmos b e.V.*;  
Grafik *GenerationenKoffer*: Kai Gläser, *Kalagrafik*

### Konzeption und Redaktion

Basia Braun, Corinna Schmid, Bianca Neumann

### Texte Wissensimpulse

Johannes Müller-Salo, *Leibniz Universität Hannover*

### Bildnachweis

Fotos der Materialien: Elena Tietze, *kosmos b e.V.*

### Stand

2025

### 1. Auflage

50 Exemplare

Durchgeführt von:



In Zusammenarbeit mit:





