

VON INNEREN BILDERN ZUR GELEBTEN SOLIDARITÄT

Wähle 1-3 Fragen aus, notiere deine spontanen Antworten und Ideen – inklusive einer konkreten Umsetzung, eines ersten Schrittes. Teile sie mit Teilnehmer*innen der Community, um gegenseitige Impulse zu entdecken.

1. Welche Bilder von Alt sein trage ich in mir und woher kommen sie?

(Familie, Medien, eigene Erfahrungen – und wie prägen sie meinen Blick auf alte Menschen und mein eigenes Älterwerden?)

2. In welchen Situationen habe ich selbst schon Altersdiskriminierung erlebt, beobachtet oder vielleicht sogar unbewusst mitgetragen?

(Was genau ist da passiert – und was hätte ich anders tun können?)

3. Was würde sich in meinem Alltag konkret verändern, wenn ich alte Menschen und mein eigenes zukünftiges Alter als Quelle von Erfahrung, Kompetenz und Lebendigkeit sehen würde?

(Benenne zumindest eine ganz praktische Veränderung)

4. Welche Ressourcen, Wünsche und Projekte habe ich für mein eigenes Altwerden – jenseits von Defizit- und Verlustbildern?

(Was möchte ich unbedingt weitergeben, lernen oder gestalten, wenn ich alt bin / älter werde?)

5. Was können wir als Gruppe / Community ganz konkret tun, damit alte Menschen bei uns sichtbar, einbezogen und respektiert sind?

(Eine Maßnahme, die sich kurzfristig umsetzen lässt, und eine, die eher langfristig ist.)

Nicht zuletzt die Frage:

6. Wie könnte heute eine wirklich solidarische, generationenübergreifende Bewegung aussehen, die nicht in Verteilungskämpfe mündet?

(Welche Ideen hast du für eine solidarische Bewegung – und spürst du eine Inspiration? Berührt diese Frage dein Herz?)