



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

PR2 – Kreislaufwirtschaft für den Altenpflege- und Rentensektor Trainer Leitfaden und Methoden Toolkit

Seniors for Circular Economy
(SEN4CE)

Autoren: Johanniter-Akademie Mitteldeutschland

April 2023

Projektummer: 2021-2-AT01-KA220-ADU-000048101

Inhaltsverzeichnis

Teil I – Trainer Leitfaden.....	4
Einleitung	4
Anforderungen an das Arbeiten mit Zielgruppe der Senioren 60+	5
Altersbezogene Besonderheiten von Lernenden 60+	8
Sozio-ökonomische Besonderheiten von Senioren 60+	9
Einschätzung der Zielgruppe	9
Herangehensweisen an das Thema Kreislaufwirtschaft für Senioren.....	11
Werte	11
Einordnung des Themas	12
Metaphern	12
Sprache	13
Botschafter	13
Beispielübung zu Konsummustern und Werten.....	15
Fazit	16
Quellen.....	17
Teil II – Methoden Toolkit	18
Einführung	18
Methoden	18
Methoden zum gegenseitigen Kennenlernen.....	18
Methoden, um eine neues Thema einzuführen.....	19
Methoden, um an Themen zu arbeiten.....	21
Methoden für Feedback	29
Quellen für Methoden:.....	30
Szenarien	31
Zielgruppe: unabhängige Senioren in persönlichen Treffen außerhalb ihrer Wohnung	31
Reise durch ihr Zuhause – wie man im Alltag kreislaforientierter leben kann.	32
Ideen für Geschenke:.....	43
Ideen für einen nachhaltigeren Lebensstil:	46



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



**Co-funded by
the European Union**

Quellen:	47
Bildmaterial, welches in den Workshoops verwendet werden kann:.....	48
Zielgruppe: pflegebedürftige Senioren in Pflegeheimen	49
Reise in die Vergangenheit	49
Vorlage für eine Bedarfsanalyse (modifizieren und an Ihre Bedürfnisse und die Ihrer Gruppe anpassen).....	52
Vorlage für die Kursevaluation (bitte anpassen und adaptieren nach eigenen/Gruppen- Bedürfnissen)	55

Teil I – Trainer Leitfaden

Einleitung

Der Train-the-Trainer-Leitfaden und das Methodik-Toolkit sollen Trainer in der Erwachsenenbildung oder Personen, die in informellen und nicht-formalen Bildungskontexten mit Senioren 60+ arbeiten, unterstützen, die ihr Portfolio mit Bildungsinhalten zur Kreislaufwirtschaft erweitern möchten.

Relevante Basisinformationen über Kreislaufwirtschaft für den Unterricht mit Senioren 60+ wurden in einem E-Learning-Format zusammengestellt, um die Trainer mit ausreichendem Hintergrundwissen auszustatten, damit sie Senioren Kreislaufwirtschaft vermitteln können.

Der E-Learning-Kurs vermittelt den Trainern das nötige Grundwissen, um Senioren Kreislaufwirtschaft zu vermitteln. Der Inhalt umfasst: Der Unterschied zwischen linearer und zirkulärer Ökonomie, die Idee hinter der zirkulären Ökonomie, die für Verbraucher relevanten Aspekte der Kreislaufwirtschaft (Konsum, verantwortungsvoller Umgang mit Ressourcen, Abfallvermeidung), die psychologischen Auswirkungen der Konfrontation mit dem Zustand der Welt und wie man damit auf eine optimistische, proaktive Weise umgehen kann, die Bedeutung von Werten sowie Quellen für aktuelle Informationen.

Der E-Learning-Kurs ist auf das EQF-Niveau ausgerichtet. In der folgenden Tabelle sind die Lernergebnisse aufgeführt.

Lernergebnisse für Trainer entsprechend EQF 4

Wissen	Fähigkeiten	Verantwortung und Autonomie
Theoretisches und faktisches Wissen im breiten Kontext der Kreislaufwirtschaft aus Sicht der Verbraucher	Kenntnis und Anwendung verschiedener Lehrmethoden, um Senioren über 60 darüber zu informieren, wie sie an der Kreislaufwirtschaft teilnehmen können.	Eigenverantwortliche Auswahl der Methoden und Inhalte in Abhängigkeit von der Zielgruppe, mit der gearbeitet wird. Sich eigenverantwortlich über neue Entwicklungen im Bereich Kreislaufwirtschaft und nachhaltiges Leben informieren und diese in den Unterricht mit Senioren einbringen.

Anforderungen an das Arbeiten mit Zielgruppe der Senioren 60+

Wenn wir es mit Senioren 60+ zu tun haben, haben wir es mit zwei verschiedenen Alterskohorten zu tun, die unterschiedliche Lebenserfahrungen und damit verbundene Denkweisen haben und die unterschiedlich angesprochen werden müssen.

Diese Generationen sind:

- Schweigende Generation (geboren zwischen 1928 - 1945)
- Baby Boomer (geboren zwischen 1946 und 1969)

Die Schweigende Generation (geboren zwischen 1928 und 1946)

- Ist vor allem durch den Zweiten Weltkrieg geprägt, mit den entsprechenden Unsicherheiten und den großen Entbehrungen. Eine schweigende Generation, denn es war gefährlich, seine Meinung offen zu sagen. Aber auch eine aktive, zupackende Generation, die lernte, das Beste aus der Situation zu machen. ▶ fleißig
- Die meisten Mitglieder der Schweigenden Generation sind zwischen der Großen Depression und dem Zweiten Weltkrieg geboren und aufgewachsen. Das waren Zeiten der Entbehrungen und wirtschaftlichen Unsicherheit - ihre Eltern mussten den Gürtel enger schnallen, um ihre Familien über Wasser zu halten. ▶ sparsam
- Da sie in einer Zeit der Depression aufgewachsen sind, in der jeder Cent zählte, sind die Schweigenden unglaublich sparsam. Die Schweigenden sind dafür bekannt, die Lebensdauer ihrer Besitztümer zu maximieren und Dinge erst dann zu ersetzen, wenn sie völlig kaputt sind, um "auf ihre Kosten zu kommen". Diese Eigenschaft kann jedoch manchmal zu schädlichen Handlungen wie Horten und übermäßigem Geiz führen. ▶ bewahrend
- Der Trend, als junge Erwachsene zu heiraten, wirkte sich jedoch manchmal nachteilig für die Schweigenden aus. Aufgrund der geringeren sozialen Stigmatisierung von Scheidungen und der reformierten Heiratsgesetze ließen sich viele der Schweigenden, die jung heirateten, von ihren Ehepartnern scheiden, als dies legalisiert wurde. ▶ (möglicherweise) als Senioren allein leben

Baby Boomer (geboren zwischen 1946 und 1969)

- Sie sind die Generation mit den höchsten Geburtenraten (bis zum Pillenknick), >18 % der Bevölkerung in den meisten Ländern (siehe Abbildung 1).
- Sie erlebten sehr stark den Wirtschaftswachstum und Bildungsaufschwung mit hohen Wachstumsraten. ▶ lebten in Wohlstand.



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

- Sie waren das Herzstück der Friedens- und Umweltbewegung in den 1980er Jahren und hatten nur wenige Wirtschaftskrisen (Ölkrise) zu bewältigen. ▶ genossen Stabilität (Beruf und Familie)
- Die Boomer erlebten die Entwicklung des wissenschaftlichen und technischen Fortschritts: Verbreitung von Computern, Materialien des Weltraumzeitalters und Medien. Sie sind mehr als bereit, mehr Geld auszugeben, wenn es darum geht, das hochwertigste Produkt zu bekommen. ▶ streben nach Spitzenleistungen
- Als zweitgrößte Generation aller Zeiten mussten die Boomer von der Grundschule bis ins Erwachsenenalter um die besten Chancen konkurrieren. Ob im Bildungssystem, am Arbeitsplatz oder in der Gesellschaft im Allgemeinen, die meisten Boomer mussten mit Zähnen und Klauen kämpfen, um die Jobs zu bekommen, die sie wollten. ▶ wetteifernd
- Sie glauben oft, dass harte Arbeit jedes Problem lösen und ihnen ein besseres Leben ermöglichen kann, was zu ihrer Draufgängerhaltung und Unabhängigkeit führt. Die meisten Babyboomer nennen auch Unabhängigkeit und Selbstständigkeit als eines der wichtigsten Dinge, die sie erreichen wollen. ▶ unabhängig, geistig und körperlich aktiv
- Sie sind weniger abhängig von Smartphones als die nachfolgenden Generationen, neigen aber zum elektronischen Handel/Einkauf im Internet.

Überblick der Charakteristika der relevanten Alterskohorten (Generationen)

	Schweigende Generation	Generation Baby Boomer
Geburtszeitraum	1928 – 1945	1946 – 1964 (1969, in Abhängigkeit vom Land)
Was sie jetzt erleben	Die Mobilität nimmt ab, die Pflege durch andere nimmt zu	Ruhestand, Zeit für andere
Was ihre Jugend geprägt hat	Krieg, Armut, Hunger	Kalter Krieg, Wirtschaftsboom
Beziehung zu Arbeit und Geld	Musste mit wenig auskommen, da Beste daraus machen	Status und Karriere
Werte	Hierarchie, Autorität, Tradition	Frieden, Umwelt, antiautoritär,
Typische Produkt-Interessen	Auto	TV

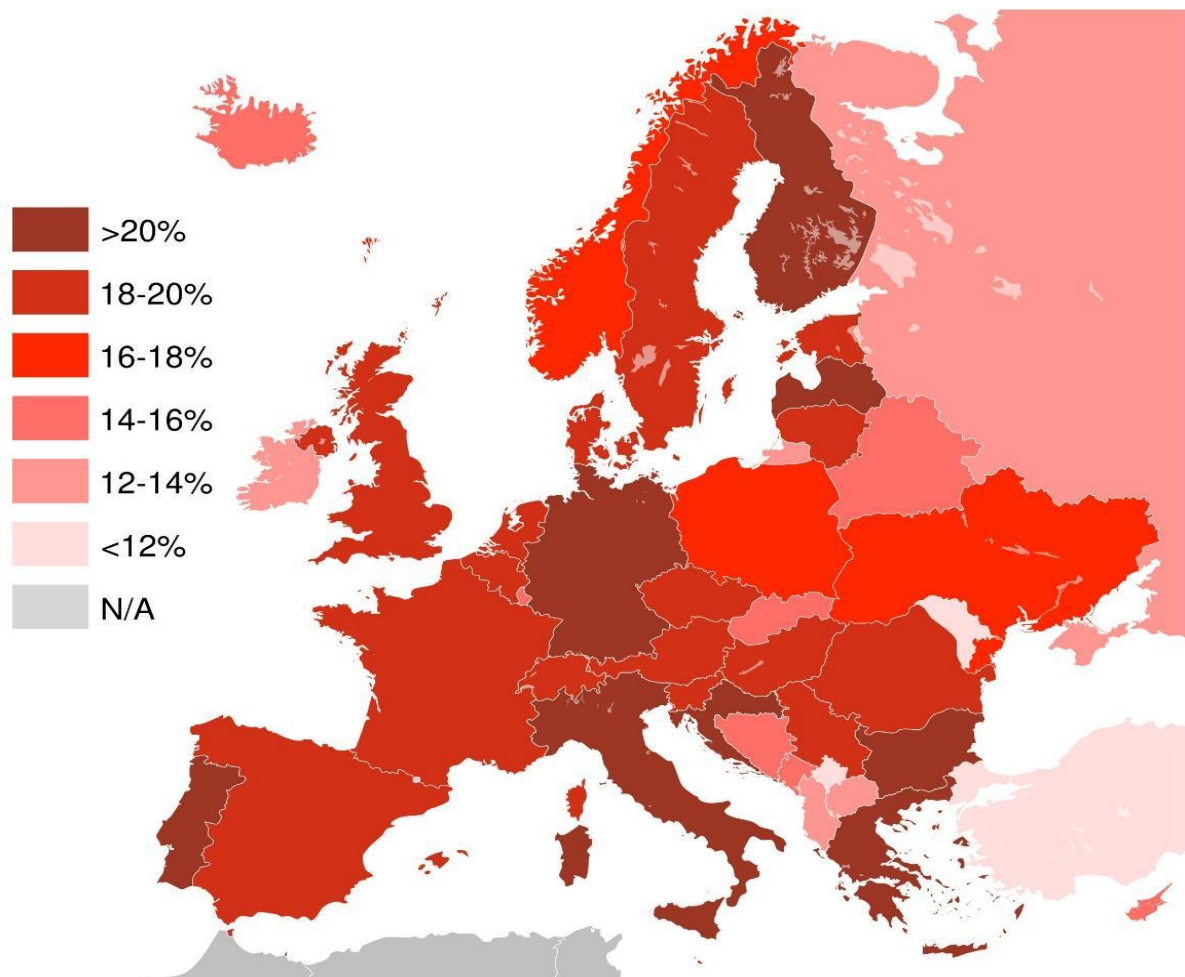


Abbildung 1: Europäische Länder nach dem Anteil der Menschen im Alter von 65+ im Jahr 2018. Quelle: Mayugo – eigene Arbeit, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=85444564>

Senioren 60+ als Lernende

Die gesellschaftlichen Herausforderungen, mit denen wir alle konfrontiert sind, erfordern den Willen zur Veränderung, Ausdauer und Mut. Fähigkeiten, die Senioren im Laufe ihres Lebens entwickeln mussten und die Sie nachempfinden können.

Wenn Sie Senioren erreichen und sie in die Kreislaufwirtschaft-Praxis einbinden wollen, müssen Sie vermeiden, sie zu bevormunden, zu belehren, ihnen ein schlechtes Gewissen einzureden, weil nicht alle von ihnen zum linearen Wirtschaftssystem beigetragen haben.

Stattdessen muss man Verbindungen zu ihren Werten, Identitäten und Lebenszielen finden, die ihnen helfen, die notwendigen Verhaltensänderungen vorzunehmen und die Bereitschaft zu schaffen, sich für eine Kreislaufwirtschaft zu engagieren. (Siehe Kapitel über die Dilts-Pyramide im E-Learning Kurs)

Verwenden Sie eine positive Sprache und versuchen Sie, Optimismus zu verbreiten. Konzentrieren Sie sich auf das was wir gemeinsam besser machen können, und wie es sich positiv auf die verschiedenen Lebensbereiche der Senioren auswirkt. Heben Sie die Vorteile von Kreislaufwirtschaft für Senioren hervor.

Machen Sie Bildung über Kreislaufwirtschaft zu einer unterhaltsamen Erfahrung, die Senioren befähigt und sich auf ihre Lebenserfahrungen, ihr Wissen und ihre Fähigkeiten bezieht.

Die Aufklärung darüber, wie man zum notwendigen Übergang zu einer Kreislaufwirtschaft beitragen kann, bietet eine Lernerfahrung, durch die Senioren ihre Lebensqualität verbessern und ihre Möglichkeiten zur Teilnahme erhöhen können. Zwei sehr wichtige Aspekte, um die Lust am Lernen zu fördern.

Die Lerninhalte sollten einen Bezug zu ihrem Lebensumfeld und ihrer Biographie haben, um das Engagement zu fördern.

Die Lernformen sollten aktivierend sein und die Bildungsbedürfnisse der Lernenden berücksichtigen (Flexibilität, vorhandene Lerngewohnheiten oder alltagsnahes Lernen). Sie sollten die Selbstbestimmung und Unabhängigkeit der Lernenden fördern. Diese Lernerfahrungen können in vielen anderen Bereichen des Lebens positiv genutzt werden.

Altersbezogene Besonderheiten von Lernenden 60+

Je älter die Senioren (stille Generation, frühe Boomer) sind, desto mehr Erfahrungen mit nachhaltigem Leben (aus wirtschaftlichen Gründen) haben sie noch aus ihrer Kindheit in Erinnerung (das Langzeitgedächtnis funktioniert bei Senioren gut).

Ermutigen Sie dazu, die Erinnerung an nachhaltige Praktiken weiterzugeben; denn sie sind nützlich für heutige und künftige Generationen und die Etablierung der Kreislaufwirtschaft ► bestärken die Senioren darin, dass sie immer noch einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung des Lebens für alle leisten können.

Je jünger (späte Boomer), desto mehr sind sie konsumorientiert und mit Technologie vertraut. Nutzen Sie dieses Interesse an Technik, um den Sen4ce-Online-Kurs zu implementieren und gemeinsam nützliche Apps einzuführen oder auszuprobieren.

Sprechen Sie auch die Online-Nutzungs-/Konsumgewohnheiten (E-Commerce) der Senioren an und arbeiten Sie mit ihnen an der emotionalen Funktion, die ihr Konsumverhalten für sie hat.

Sozio-ökonomische Besonderheiten von Senioren 60+

Obwohl Senioren den größten Teil ihres Lebens Fortschritt, Wachstum und Wohlstand erlebt haben, haben sie oft nicht genügend Geld für den Ruhestand gespart. Altersarmut ist ein Problem, mit dem viele Gesellschaften im Zuge der demografischen Entwicklung mit dem Eintritt der Boomer in den Ruhestand und ins hohe Alter konfrontiert sind.

Allerdings handelt es sich bei Senioren auch um eine sehr heterogene Gruppe, von denen einige extrem wohlhabend sind, während andere mit unzureichenden Einkommen oder Renten zu kämpfen haben.

Einkommensverhältnisse: 38 % der 55- bis 74-Jährigen geben an, dass sie über die Runden kommen, aber ihre Ausgaben anpassen müssen, um dies zu erreichen. Fünfzehn Prozent haben Schwierigkeiten, über die Runden zu kommen. (Quelle: McKinsey-Bericht, S. 46) Lebensveränderungen wie der Eintritt in den Ruhestand, der Tod eines Ehepartners oder eine Scheidung, oder die Frage, ob oder wann sie betreutes Wohnen benötigen, wirken sich ebenfalls auf den Konsum aus.

Die Sharing Economy als Teil einer Kreislaufwirtschaft kann es älteren Menschen ermöglichen, mehr als nur ihre Häuser zu monetarisieren; Vermögenswerte wie Autos, Garagen und Geräte können zusätzliche Einkommensquellen darstellen.

- ▶ Wenn Sie wissen, dass Sie mit Senioren mit niedrigem oder mittlerem Einkommen arbeiten, die sich um ihren Lebensunterhalt sorgen, können Sie den Schwerpunkt auf die Sparaspekte von Kreislaufwirtschaft legen (Beispielinheit 6).
- ▶ Wenn Sie mit Senioren arbeiten, die sich keine Sorgen um Geld machen müssen, können Sie den Schwerpunkt auf weniger und bewussteres Einkaufen/Reisen und nachhaltige Geschenke legen (Beispielinheit 5).

Einschätzung der Zielgruppe

Die Zielgruppe der Senioren ist eine zunehmend heterogene Gruppe. Daher wäre es gut, eine Vorstellung von der Gruppenzusammensetzung zu haben, um die Themen und Übungen so relevant wie möglich vorzubereiten, um das Engagement der Lernenden und die Bereitschaft zu erreichen, Kreislaufwirtschaft-Praktiken in ihrem täglichen Leben umzusetzen.

Dies kann entweder über einen Fragebogen geschehen, der nach der persönlichen Situation, der Mobilität, den Interessen und Hobbys, dem Vorwissen, der Motivation und den Erwartungen fragt, oder über eine Übung, die Bewegung im Raum beinhaltet, wie die Versammlung. Ein Fragebogen, der an die Bedürfnisse des Moderators/Trainers angepasst werden kann, befindet sich im Anhang.

Sie können auch verschiedene Spiele verwenden, um die Erwartungen oder das Vorwissen der Gruppe zu klären, um damit arbeiten zu können. Zum Beispiel mit einem Erwartungsbingo oder einem Brainstorming

Am Ende können Sie entweder Fragebögen oder Spiele wie das Fischernetz (erklärt im Abschnitt zur Methodik) verwenden, um ein Feedback von den Teilnehmenden zu erhalten.

Über die persönliche Situation (soziodemografische Merkmale, soziale Kontakte, Wohnsituation, altersbedingte Einschränkungen) können Bezüge zu Möglichkeiten eines nachhaltigen Lebensstils in konkreten Alltagssituationen hergestellt werden.

Wie mobil jemand ist, bestimmt beispielsweise, ob das Internet eher genutzt wird, um Wege zu sparen (z.B. durch Online-Shopping) oder um zu einem bestimmten Ziel zu gelangen (z.B. durch die Nutzung von Navigationsanwendungen). Auch die mögliche Nutzung von Ausflugs- oder Bewegungsangeboten hängt davon ab.

Wenn Senioren ihr Wissen erweitern wollen, hat das oft mit ihren Interessen und Hobbys zu tun. Die Teilnehmenden haben unterschiedliche Vorkenntnisse im Umgang mit (mobilen) digitalen Geräten, dem Internet und Kreislaufwirtschaft. Manche nutzen schon länger einen Tablet-PC und wollen mehr über bestimmte Anwendungen erfahren, andere halten zum ersten Mal ein mobiles Gerät in den Händen. Letztere müssen zunächst in die Bedienung der Geräte und die Anwendungsmöglichkeiten eingeführt werden. Nutzen Sie hierfür gerne den E-Learningkurs zu mobilen Anwendungen der Kreislaufwirtschaft (<https://sen4ce.eu/de/e-learning/>).

Informationen über die Vorkenntnisse, die Motivation zur Teilnahme und die Erwartungen an die Kreislaufwirtschaft-Veranstaltung helfen einzuschätzen, welche Lernziele die Interessenten verfolgen und wie hoch ihr Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten ist.

- ▶ Detaillierte Beschreibungen der Methoden siehe Methoden-Toolkit
- ▶ Siehe Einführung in die Seniorendigitalisierung für Ansätze zur Nutzung digitaler Kreislaufwirtschaft-Tools, (<https://sen4ce.eu/de/e-learning/>).

Herangehensweisen an das Thema Kreislaufwirtschaft für Senioren

Werte

Intrinsische Werte sind wichtig, denn sie motivieren unser Handeln.

Daher sollte der Moderator neben den persönlichen Vorteilen (extrinsische Motivation), die das Leben der Menschen verändern können (Geld sparen), auch intrinsische Werte ansprechen, wie die menschliche Fähigkeit, gemeinsam kreative Lösungen zu finden, verantwortungsbewusst und liebevoll zu sein und die Umwelt, die uns am Herzen liegt, und sich gegenseitig zu schützen.

Vergleich zwischen den Motivationstypen

Intrinsische Motivation	Extrinsische Motivation
Zweck der Teilnahme: Freude an dem Prozess selbst.	Zweck der Teilnahme: Nutzen aus der Teilnahme
Erlebte Emotionen: Angenehm (Vergnügen, Freiheit, Entspannung)	Erlebte Emotionen: Anspannung und Druck (soziale Anerkennung ist nicht direkt kontrollierbar)
Belohnungen: wirksame Belohnungen (Freude, Vergnügen)	Belohnungen: Soziale oder materielle Belohnungen
Bleiben eher langfristig bei einer Aufgabe	Eher bereit eine notwendige Aufgabe von geringem Interesse zu erledigen
Eigenmotivation, neue Aufgaben zu übernehmen und innovativ zu sein	Erhöht die Konformität beim sozialen Lernen
Eigenmotivation, neue Aufgaben zu übernehmen	Erhöht die Geschwindigkeit der Aufgabe

Langsamere Verhaltensänderung

Der Wegfall einer Belohnung führt zu einem Motivationsverlust

Quelle der Tabelle: <https://www.simplypsychology.org/differences-between-extrinsic-and-intrinsic-motivation.html>

Einordnung des Themas

Rahmen sind mentale Abkürzungen, die wir verwenden, um Informationen schnell zu verstehen.

- Wenn Sie die Notwendigkeit einer Kreislaufwirtschaft formulieren, sollten Sie lokale und relevante Auswirkungen und Maßnahmen, Orte und Dinge ansprechen, die für die Menschen von Bedeutung sind, z. B. die Flutgefahr in lokalen Gemeinden und die Anpassungsmaßnahmen der lokalen Behörden. Achten Sie auf ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Ernsthaftigkeit/Dringlichkeit und Hoffnung.
- Vermeiden Sie Krisen- und Katastrophendarstellungen oder Angstmache. Stattdessen können Sie an den menschlichen Erfindungsreichtum appellieren. Wenn wir einfallsreich und innovativ sind, können wir neue Wege finden, um schwierige Probleme zu bewältigen.

Metaphern

Metaphern sind eine weitere leistungsstarke mentale Abkürzung, um komplexe und abstrakte Ideen zu erfassen. Gute Metaphern verbinden etwas Konkretes, das wir verstehen, mit einem abstrakteren oder komplexeren Konzept, um uns zu helfen, es zu verstehen.

- Einige erprobte und nützliche Metaphern zur Erklärung der Probleme beim Erreichen der planetarischen Grenzen (siehe Doughnut Economy im Onlinekurs für Trainer)
- Vereinfachtes Modell der wärmespeichernden CO²-Decke, z. B.: "Wenn wir fossile Brennstoffe zur Energiegewinnung verbrennen, sammelt sich das freigesetzte Kohlendioxid in unserer Atmosphäre an und wirkt wie eine Decke, die die Wärme auf der ganzen Welt einschließt und unser Klima stört".
- Regelmäßiger CO²-Ausstoß im Vergleich zu übermäßigem CO²-Ausstoß, z. B. "Regelmäßiger CO²-Ausstoß entsteht durch normale Lebensprozesse, aber übermäßiger CO²-Ausstoß wird durch die Verbrennung fossiler Brennstoffe zur Energiegewinnung erzeugt - wir müssen den übermäßigen CO²-Ausstoß reduzieren, er ist außer Kontrolle geraten".



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

- Osteoporose der Meere, z. B. "Die Versauerung der Ozeane verändert die Chemie der Meere, was zu Osteoporose der Meere führt und die Tiere daran hindert, die schützenden Schalen zu bilden und zu erhalten, die sie zum Überleben brauchen".
- Das Herz des Klimas, z. B. "So wie das Herz das Blut zirkulieren lässt und die Körpertemperatur reguliert, reguliert der Ozean das Klimasystem der Welt, indem er die Zirkulation von Wärme und Feuchtigkeit steuert". Bekannt ist sicherlich der Amazonas Regenwald als 'Lunge der Erde'.

Sprache

- Einige Wörter sind hilfreicher als andere, wenn es um die Herausforderungen bei der Bewältigung unserer Umweltprobleme geht. Einige Beispiele: gewählter Beamter/Gemeindevorteiler anstelle von Politiker, unser Staat/Gemeinde anstelle von Regierung.
- Verwenden Sie Fakten, um notwendige Maßnahmen zu formulieren und nicht nur, um das Problem zu beschreiben.
- Stellen Sie sicher, dass die verwendeten Fakten einem produktiven Zweck dienen, d. h. zur Erklärung von Ursachen oder zum Aufzeigen von Lösungen beitragen.
- Verwenden Sie Erklärungsketten. Beginnen Sie mit der Ursache, führen Sie die Menschen durch die Auswirkungen und enden Sie mit Lösungen. Kombinieren Sie dies mit wertorientierten Botschaften darüber, warum es wichtig ist.

Botschafter

Wenn Sie Botschafter/Befürworter einbeziehen möchten, sollten Sie Folgendes berücksichtigen

- ▶ unerwartete Botschafter, die mit den Werten der Menschen übereinstimmen könnten
- ▶ generationsübergreifende Botschafter, z. B. junge Menschen oder Kinder, die mit ihren Eltern und Großeltern sprechen.

Hier sind einige Beispiele für Botschafter:

Felix Finkbeiner begann 2007 im Alter von 9 Jahren mit dem Pflanzen von Bäumen und appellierte an die Kinder der Welt, 1 Million Bäume pro Land zu pflanzen. Er hat die Organisation "Plant for the planet" gegründet.

Hier ist seine Rede vor den Vereinten Nationen von 2011 verlinkt: <https://www.youtube.com/watch?v=Sur8coFE0tU>

Ein englischer Artikel über Felix Finkbeiner: <https://news.eb.com/level2/from-one-tree-to-many/>

Hier Informationen auf Deutsch: <https://www.gruen-ist-leben.de/themen-produkte/mehr-gruene-staedte-fuer-europa/gruene-staedte-veranstaltungen/stadtplantgruen-kongress-mit-exkursionen-in-berlin/felix-finkbeiner/>

Felix Finkbeiner wurde von Prof. Wangari Maathai, Friedensnobelpreisträgerin und Begründerin der Grüngürtel-Bewegung, inspiriert. Hier ist ein englisches Video über ihr Vermächtnis: <https://youtu.be/yC9wZTJmDgA>

Lernen Sie **Jadav Payeng** kennen, besser bekannt als der Waldmann von Indien. Diesen Namen hat er sich verdient, weil er 30 Jahre seines Lebens damit verbracht hat, Bäume zu pflanzen und einen echten, von Menschenhand geschaffenen Wald von 550 Hektar Größe zu schaffen.

Hier ist ein preisgekrönter Dokumentarfilm über seine Arbeit (16 Minuten):

<https://www.youtube.com/watch?v=HkZDSqyEIdo>

Hier ein kurzes 4-minütiges Video über seine Arbeit:

<https://www.youtube.com/watch?v=U1jtd3MrFQM>

Hier zwei Artikel: <https://interestingengineering.com/science/jadav-payeng-the-man-who-planted-an-entire-forest-by-himself>

<https://rain-mag.com/lessons-from-jadav-payeng-the-man-who-planted-a-forest-by-hand/>

Auf dieser Seite werden weitere Pioniere der Kreislaufwirtschaft vorgestellt, u.a. Ellen McArthur: <https://femaleonezero.com/sustainability/circular-economy-pioneers>

Ellen McArthur, Gründerin der Ellen McArthur Foundation, Alleinseglerin. Nachdem sie 71 Tage allein auf dem Meer verbracht hatte, konfrontiert mit der gewaltigen Kraft und der überwältigenden Schönheit der Natur, begann Ellen über die Zerbrechlichkeit der Systeme nachzudenken, die wir aufgebaut haben. Ihr Boot war ihre Welt, und ihr Überleben hing ausschließlich von den wenigen Lebensmitteln, dem Treibstoff und anderen Vorräten ab, die sie mitgebracht hatte. Sie erkannte, dass es in unserer globalen Wirtschaft nicht anders ist - sie hängt vollständig von den endlichen Ressourcen ab, die wir fördern, nutzen und dann entsorgen. <https://ellenmacarthurfoundation.org/about-us/ellens-story>

Deutsche Untertitel erzeugen in englischsprachigen Youtube Videos

Automatische Übersetzungen der Untertitel für die Youtube Videos können über Einstellungen eingestellt werden. Klicken Sie dazu unter Einstellungen auf Untertitel/Englisch (automatisch erzeugt), dann gehen Sie wieder auf dieses Menü und finden die Option automatisch übersetzen. Dort können Sie dann Deutsch auswählen.

Beispielübung zu Konsummustern und Werten

Reflektieren der Konsummuster und Herausfinden, wie die damit verbundenen emotionalen und funktionalen Bedürfnisse mit Hilfe von Strategien der Kreislaufwirtschaft erfüllt werden können.

Der Konsum befriedigt sowohl funktionale als auch emotionale Bedürfnisse der Verbraucher. Was sind die funktionalen und emotionalen Bedürfnisse und Anforderungen von Produkten für Menschen?

Machen Sie ein Brainstorming, um möglichst viele Objekte zu finden, die für die Teilnehmenden sowohl eine funktionale als auch eine emotionale Bedeutung haben.

Stellen Sie das Verständnis sicher, indem Sie Beispiele nennen:

- Auto - das grundlegende funktionale Bedürfnis eines Autos ist es, von einem Ort zum anderen zu gelangen. Emotionale Bedürfnisse könnten ein Gefühl von Freiheit oder ein Auto als Statussymbol sein. Ein alternativer Kreislauf-Ansatz zur Befriedigung der Bedürfnisse: Carsharing, Autovermietung, Leasing usw.
- Bürostuhl - zu den funktionalen Bedürfnissen eines Stuhls gehören Ergonomie, Gesundheit, Komfort, Bequemlichkeit. Aus emotionaler Sicht kann ein Bürostuhl (z. B. ein Ledersessel) einen hierarchischen Status vermitteln.

Lernziele für die Teilnehmende:

- Erkennen der funktionalen Bedürfnisse von Konsummustern.
- Identifizierung unbewusster (emotionaler) Bedürfnisse, die durch Konsummuster befriedigt werden.
- Identifizieren von Alternativen zur Erfüllung dieser Bedürfnisse

Hinweise für den Trainer:

- Verstehen Sie, wie die TN das Produkt oder die Dienstleistung verwenden: Stellen Sie offene Fragen zu den Objekten, wie z. B.: Was sind die Vor-/Nachteile von...?
- Fragen Sie nach dem Warum: Stellen Sie so oft wie möglich "Warum"-Fragen wie "Können Sie mir sagen, warum Ihnen das wichtig ist?".

Fazit

Das Wissen über die Teilnehmenden ist wichtig, um den richtigen Ton zu treffen und den richtigen Fokus zu setzen, um Interesse und Engagement für eine Kreislaufwirtschaft zu erreichen.

Das Kennenlernen der Teilnehmenden kann durch verschiedene Methoden erfolgen (traditioneller Fragebogen, spielerische Versammlung) und sollte Alter, persönliche Situation, Mobilität, Interessen und Hobbys, Vorwissen, Motivation und Erwartungen berücksichtigen.

Kenntnisse über die Werte der Teilnehmenden sind ebenfalls wichtig, um einen Bezug dazu herzustellen (Dilts Pyramidenansatz). Versuchen Sie, an die übergreifenden Werte der verschiedenen Alterskohorten anzuknüpfen.

Versuchen Sie, konstruktiv und optimistisch zu bleiben, verwenden Sie eine angemessene Sprache, Formulierungen und Metaphern. Arbeiten Sie mit Botschaftern, die zeigen, dass der Einzelne etwas bewirken kann. Dies ist besonders wichtig, weil die Beschäftigung mit den Ergebnissen der linearen Wirtschaft beängstigend und deprimierend sein kann und eher zur Untätigkeit als zum Handeln führt. Daher ist es besonders hilfreich, zu zeigen, dass die Handlungen einzelner Menschen einen bedeutenden Unterschied machen können.

Wir empfehlen Ihnen, die von uns zur Verfügung gestellten Vorlagen für die Zielgruppeneinschätzung und die Kursbewertung zu verwenden. Ältere Menschen entscheiden sich mit unterschiedlichen Interessen und Motivationen für die Teilnahme an einem Trainingsprogramm. Darüber hinaus bestimmen unterschiedliche Faktoren, welche Unterstützung sie benötigen und wie sie als Adressaten konkreter Lernangebote angesprochen werden können. Zu diesen Faktoren gehören Alter, Bildungsstand und Lernerfahrung, Geschlecht, persönliche Mobilität, familiäre und soziale Kontakte sowie Hobbys. Kennen die Trainer*innen die Adressat*innen genauer, können die Inhalte des Angebots auf die Interessen und den Nutzen im Alltag abgestimmt werden. In einem nächsten Schritt kann geklärt werden, welche Trainingsformate in der jeweiligen Situation den besten Lernerfolg versprechen. Auf diese Weise können persönliche Bedürfnisse einbezogen werden, um den Lernerfolg nachhaltiger zu gestalten.

Quellen

PROTECT YOURSELF – cooperation mechanism to protect the environment Project n. 2020-1-IT02-KA204-079033

<https://www.simplypsychology.org/differences-between-extrinsic-and-intrinsic-motivation.html>

<https://www.adigiconsult.ch/glossar/generation-silent-baby-boomer-x-y-me-millennials-z-alpha/>

<http://fourhooks.com/marketing/the-generation-guide-millennials-gen-x-y-z-and-baby-boomers-art5910718593/>

McKinsey Global Sentiment Survey 2015; McKinsey Global Institute analysis

<https://english.psychologistsforfuture.org/climate-psychology/>

Teil II – Methoden Toolkit

Einführung

Im Methodik-Toolkit finden Sie:

- Ideen für verschiedene Szenarien in persönlichen Gruppentreffen
- Ideen für die Einbeziehung von E-Learning-Materialien und digitalen Tools für Kreislaufwirtschaft
- Ideen für Senioren in stationären Pflegekontexten (z.B. Empowerment, Storytelling-Cafe)
- Ideen für Senioren mit unterschiedlichen Einschränkungen, z.B. Mobilität, Sehkraft, etc.
- Evaluierungsmethoden (Fragebögen und Gruppenaktivitäten)

Dieses Toolkit soll Sie bei der Planung und Durchführung von Workshops zur Kreislaufwirtschaft für Senioren unterstützen. Es bietet Ihnen verschiedene Methoden und Szenarien je nach sozioökonomischem Hintergrund, Alter und digitaler Kompetenz.

Methoden

Die Methoden konzentrieren sich auf Aktivierung und Kommunikation, um die aktive Beteiligung und das Engagement der Senioren zu fördern.

Methoden zum gegenseitigen Kennenlernen

Versammlung

Dauer: 10 Minuten	Material: Klebeband oder Moderationskarten um ein Spektrum zu kennzeichnen.
Ziele: Die Teilnehmer lernen sich gegenseitig kennen, während gleichzeitig die thematische Einführung in die Veranstaltung stattfindet. Der Trainer erhält einen breiten Überblick über die Erwartungen, Vorkenntnisse, Erfahrungen und Interessen der Teilnehmenden.	

Durchführung:

In einem Raum, der groß genug ist, dass sich die Gruppe darin bewegen kann (stellen Sie Stühle und Möbel an die Seite, falls nötig) oder draußen, bittet der Trainer die Teilnehmenden aufzustehen. Zur Orientierung werden die Gegensätze

eines Spektrums entweder nur mit Worten oder schriftlich (Karten, Klebeband etc.) markiert. Je nach den gestellten Fragen können sich die Teilnehmenden auf dem Spektrum zwischen diesen beiden Punkten positionieren, um ihre Identifikation mit der gestellten Frage zu zeigen. Die Fragen können sich auf den Hintergrund der Teilnehmenden beziehen ("Sind Sie vor 1955 geboren?", "Haben Sie Enkelkinder?") oder/und auf Vorkenntnisse, Interessen, Erwartungen usw. ("Für wie nachhaltig halten Sie Ihren Lebensstil?", "Haben Sie schon von Kreislaufwirtschaft gehört?" usw.).

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Wenn die Leute nicht mehr so mobil sind, können Sie verschiedenfarbige Kärtchen austeilen, die Ja/Nein/Dazwischen, verschiedene Nummern darstellen, oder die Leute einfach ihre Hand heben lassen.

Methoden, um eine neues Thema einzuführen

Blitzlicht

<p>Dauer: 10 Minuten</p>	<p>Material : Wenn die Ergebnisse festgehalten werden sollen, wird eine Schreibunterlage (Tafel, großes Papier) sowie Stifte oder Kreide benötigt.</p>
<p>Ziele: Die Blitzlichtmethode eignet sich für den Austausch und die Sammlung von Ideen, Assoziationen, Erwartungen, Vorschlägen usw. Alle Teilnehmenden werden einbezogen, wobei die einzelnen Beiträge unkommentiert bleiben, wie bei einer kurzen Bestandsaufnahme.</p>	

Durchführung:

Die Teilnehmer sitzen idealerweise in einem Kreis. Der Trainer stellt eine Frage, z. B. "Was kommt Ihnen in den Sinn, wenn Sie Kreislaufwirtschaft hören?". Die Antworten können in schriftlicher Form für alle sichtbar gesammelt werden, müssen es aber nicht.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Die Methode kann auch zum Kennenlernen der Teilnehmenden oder für eine Zwischenbewertung verwendet werden. ("Wie geht es Ihnen?")

Fragebogen

Wir stellen Ihnen eine Vorlage für die Kursbewertung zur Verfügung, die Sie nach Ihren Bedürfnissen und den Vorgaben der Gruppe anpassen und verändern können. Siehe Anhang

Paradoxes Brainstorming

<p>Dauer: Ca. 15 Minuten</p>	<p>Material : Stifte und etwas zum Aufschreiben der Ergebnisse (Tafel, Whiteboard, Karten, Flipchart, was immer zur Verfügung steht).</p>
<p>Ziele: Das paradoxe Brainstorming wird eingesetzt, um Ideen und Assoziationen für den Einstieg in ein neues Thema zu sammeln. Der humorvolle Charakter der Methode regt wie ein Motor die Lernfreude und die Kreativität der Teilnehmenden an.</p>	

Durchführung:

Formulierung und Visualisierung der Fragestellung im Vorfeld.

Der erste Schritt besteht darin, Antworten auf eine Frage zu sammeln, die im Gegensatz zum eigentlichen Thema steht. Wenn zum Beispiel ein Leitfaden für die erfolgreiche Überarbeitung von Hausarbeiten entwickelt werden soll, könnte die Frage wie folgt lauten: Wie mache ich meine Hausarbeit zu einem Flop? Ein Beispiel aus dem Seniorenbereich könnte lauten: « Wie mache ich die Familienfeier anlässlich des 70sten Geburtstages zu einem Flop ? » Die Antworten des Brainstormings werden an der Tafel visualisiert. (ca. 3 Min.)

Nun werden die gesammelten Beiträge ins Gegenteil verkehrt, notiert und unter der eigentlichen Überschrift des Themas diskutiert. (ca. 7 - 9 min.)

Methoden, um an Themen zu arbeiten

Kleingruppenarbeit

<p>Dauer: In Abhängigkeit der konkreten Aufgabe ca. 30 – 45 Minuten</p>	<p>Material : Stifte und etwas zum Aufschreiben der Ergebnisse (Tafel, Whiteboard, Karten, Flipchart, was immer zur Verfügung steht).</p>
<p>Ziele: Ermöglichung einer aktiveren Beteiligung der Teilnehmenden Die Informationsverarbeitung und das selbstständige Lösen von Problemen fördern Förderung der Zusammenarbeit zwischen den Teilnehmenden</p>	

Durchführung:

- 1) Darstellung des Arbeitsauftrags: Diese sollte möglichst visualisiert werden und eindeutig und klar formuliert sein. Der Arbeitsauftrag sollte immer eine Zeitangabe enthalten und ob und wie die Ergebnisse dokumentiert werden sollen (z.B. Moderationskarten, Poster). Die Arbeit kann "gleich" (alle Teilnehmenden arbeiten am gleichen Thema) oder "arbeitsteilig" (alle Teilnehmende arbeiten an unterschiedlichen Themen) erfolgen.
- 2) Verstehen des Arbeitsauftrags: Bevor die inhaltliche Arbeit beginnt, sollte der Trainer die Teilnehmenden fragen, ob der Arbeitsauftrag klar verstanden wurde.
- 3) Vorstellung der Gruppenbildung: Erst jetzt findet die Gruppeneinteilung statt. Da dieser Schritt oft mit Bewegung und auch etwas Lärm verbunden ist, sollte auf diese Reihenfolge geachtet werden.

Unterscheiden Sie zwischen:

- (a) Zufallsgruppen: Die Arbeitsgruppen werden nach dem Zufallsprinzip zusammengestellt (wenn die Teilnehmenden sich noch nicht kennen oder die Untersuchung unterschiedlicher Perspektiven im Vordergrund steht)
- b) Wählbare Gruppen: Die TeilnehmerInnen entscheiden selbst, mit wem sie arbeiten wollen (bei Themen, die ein gewisses Maß an Vertrauen erfordern)
- c) Nachbarschaftsgruppen: Teilnehmende, die nebeneinander sitzen oder stehen, arbeiten zusammen (z.B. günstig für einen kurzen Austausch)

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

- Die Teilnehmenden haben nicht immer gute Erfahrungen mit Kleingruppenarbeit oder sind damit nicht vertraut. Deshalb sollte der

Trainer in der Lage sein, die Ziele und Vorgehensweisen zu begründen und auch transparent zu machen, wie die Ergebnisse genutzt werden sollen.

- Kleingruppenarbeit erfordert ausreichend Platz und oft auch die Bereitstellung der notwendigen Arbeitsmaterialien.

Arbeit mit Filmmaterial

<p>Dauer: In Abhängigkeit des genutzten Filmmaterials</p>	<p>Material : Mittel zur Filmvorführung (Projektor, Lautsprecher, Internetanschluss, Laptop oder ein anderes Medium)</p>
<p>Ziele: Wissenserwerb als anregende Alternative zum Vortrag oder als Teil eines fachlichen Inputs Subjektive Wahrnehmungen bewusst machen</p>	

Durchführung:

1) Der Trainer macht die folgenden Informationen transparent:

- Wozu der Film gezeigt wird
- Dauer
- Arbeitsaufträge zum Filmbeispiel

2) Der/die Trainer/in zeigt das Filmmaterial:

- Als Ganzes
- in einzelnen Abschnitten (Schritt für Schritt)
- mit oder ohne verbalen Kommentar
- Mit Zwischenstopps als Standbild, z. B. um besondere Aspekte hervorzuheben

3) Der/die Trainer/in moderiert eine Auswertung der Arbeitsaufträge z.B. im Hinblick auf Wissen und Erkenntnisse, Einstellungen und Perspektiven oder auch Wahrnehmungsübungen und Entwicklung von Handlungsoptionen.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Die Arbeit mit Filmen sollte gezielt eingesetzt werden (Ziel und Arbeitsauftrag) und nicht als "Notlösung" oder "Pausenfüller". Die gezielte Auswahl von Filmmaterial braucht Zeit und Klarheit über das Ziel der Arbeit. Oft ist es ratsam, kurze, prägnante Ausschnitte auszuwählen.

Zentral sind die technische Vorbereitung, die Prüfung einer möglichen Verdunkelung des Raumes und dass alle Teilnehmenden den Film ohne

Hindernisse sehen können. Die Bild- und Tonqualität sollte im Vorfeld geprüft werden.

Sechs Hüte Methode (nach de Bono)

Dauer: Ca. 30 Minuten	Material : Tücher, Armbänder oder anderes in verschiedenen Farben, Papier, Stifte zur Visualisierung der Ergebnisse.
Ziele: Kreatives Denken und Problemlösung anregen Neue Gedankenkombinationen entdecken Unterschiedliche Zugänge zum Thema ermöglichen	

Durchführung:

1) Die Teilnehmenden nehmen verschiedene Rollen an, die durch verschiedenfarbige Hüte oder z.B. Armbänder gekennzeichnet sind. Die Teilnehmenden erhalten verschiedene Rollen (und entsprechende Hüte) und einige Zeit, um sich in jede Rolle einzufühlen.

- weiß: analytisches Denken: Fakten, Anforderungen und wie sie erreicht werden können (objektiv)
- rot: Fokus auf Gefühle und Meinungen (subjektiv)
- schwarz: Risikobetrachtung, Probleme, Skepsis (kritisch)
- gelb: optimistisches Denken, "was wäre wenn" (spekulativ)
- grün: kreatives, assoziatives Denken (konstruktiv)
- blau: ordnend (moderierend)

Die Hüte sollen helfen/erinnern, in der jeweiligen Rolle zu bleiben.

2) Während der Diskussion der "Hüte" übernimmt die Person mit dem "blauen Hut" die Moderation, achtet darauf, dass die Rollen eingehalten werden und greift ggf. korrigierend ein. Im Verlauf der Diskussion kann der Moderator die Teilnehmenden auch auffordern, ihre "Hüte" (Rollen) zu tauschen und aus einer anderen Perspektive zu argumentieren.

3) Nach Beendigung des Rollenspiels werden die Teilnehmenden gebeten, ihre Hüte und damit ihre Rollen abzulegen und ggf. noch einmal den Platz zu wechseln (um die Rolle wirklich zu verlassen). Der Trainer moderiert nun eine Auswertungsrunde, fasst die Ergebnisse/Ideen mit den Teilnehmenden zusammen und visualisiert sie.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

- siehe "Handstandtechnik"

Handstandtechnik

<p>Dauer: Ca. 20 Minuten</p>	<p>Material : Karten, Stifte, Klebeband oder Magnete, um die Karten an der Wand oder an der Tafel zu befestigen</p>
<p>Ziele: Kreatives Denken und Problemlösung anregen Neue Gedankenkombinationen entdecken Unterschiedliche Zugänge zum Thema ermöglichen</p>	

Durchführung:

- 1) Grundgedanke: Es wird überlegt, welche Maßnahmen oder Ideen möglicherweise nicht funktionieren und man das Problem niemals lösen könnte. Eine Herausforderung wird in ihr Gegenteil formuliert, z.B. "Was muss man tun, um möglichst viel Müll zu produzieren?"
- 2) Die Teilnehmenden sammeln Ideen (ggf. auf Moderationskarten) zu dieser Frage. Sie können ermutigt werden, besonders skurrile Ideen zu entwickeln und sich auf extreme Situationen zu konzentrieren. Dies sollte vorerst in Kleingruppenarbeit geschehen.
- 3) Anschließend werden die Karten im Plenum (Großgruppe) zusammengeführt.
- 4) Die entstandenen "negativen Ideen" werden nun in ihr Gegenteil "übersetzt".
- 5) Auf der Grundlage und inspiriert durch Schritt 4 können nun weitere Ideen entwickelt und visualisiert werden.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Ideen entstehen durch Spielen und Experimentieren, selten durch Druck oder angestregtes Denken. Die Teilnehmer sollten daher immer wieder ermutigt werden, zu "spielen" und dem Prozess zu vertrauen, neugierig zu bleiben. Die einzelnen "Übungen" sollten nicht zu lang sein, sondern eher wiederholt werden, damit sich keine Ermüdung einstellt. Eine anregende Umgebung (Raumgestaltung) kann die Kreativität fördern, z. B. Blumen, bunte Kleidung, humorvolle Zitate an den Wänden usw.

Stationsarbeit

Dauer: Ca. 60 Minuten	Material : Hängt von Thema und Aufgabe ab
Ziele: Selbstständiges und selbstgesteuertes Lernen fördern Arbeit an einem größeren Themenbereich in Arbeitsteilung Unterschiedliche Materialien (haptisch) präsentieren	

Durchführung:

Schritt 1 - Die Vorbereitung des Raumes und der Stationen ist hier zentral. Die einzelnen Stationen sollten klar erkennbar und voneinander abgegrenzt sein, z. B. Material auf einem Tisch, eine Pinnwand, ein Wandplakat, mit oder bewusst ohne Stühle.

Es kann Stationen geben, an denen anregende Materialien zum jeweiligen Thema angeboten werden, z.B. Zeitschriften, Dinge zum Anfassen und Ausprobieren, ein Rätsel zum Lösen. Eine weitere mögliche Station kann eine konkrete Arbeitsaufgabe enthalten, die die Teilnehmenden bearbeiten sollen und die sie in lernanregender Gestaltung schriftlich an der Station vorfinden. Es kann auch eine so genannte "Gesprächsstation" geben, bei der entweder ein kurzes Filmbeispiel, eine Frage, eine Fallbeschreibung, ein Bild oder ähnliches die Teilnehmenden in Austausch und/oder Diskussion miteinander bringt. Es kann auch eine Station geben, an der ein Experte Informationen zu einem bestimmten Thema gibt und Fragen beantwortet. Um eine kurze Pause zu machen, kann es auch eine Art Wellness-Station geben, an der man z.B. in einem Sessel etwas malen oder entspannende Musik hören kann.

Schritt 2 - Der Kursleiter stellt den Teilnehmenden die einzelnen Stationen vor und organisiert bei Bedarf die Bildung von Kleingruppen. Nach Beendigung einer Station wechseln die Lernenden selbstständig zur nächsten Station. Es kann eine bestimmte Reihenfolge der Stationen vorgegeben werden und der Trainer kann auch den Wechsel der Stationen nach einer bestimmten Zeit ankündigen (z.B. als akustisches Signal mit einer Glocke). Die Arbeitszeit an den einzelnen Stationen sollte dann aber gleich sein. Die Arbeit an den Stationen kann in Kleingruppen oder einzeln erfolgen (in diesem Fall sollte die Anzahl der Personen an der Station begrenzt sein).

Schritt 3 - Der Trainer sollte auch planen, ob und wie die Ergebnisse festgehalten werden, ob und wie es eine Möglichkeit zur Selbstkontrolle/Lösung gibt oder ob eine Auswertung in der gesamten Gruppe in einer anschließenden Plenarsitzung stattfindet.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Die Stationenarbeit ist eine Methode, die eine genaue Planung und Vorbereitung erfordert. Da die Teilnehmenden die Stationen selbstständig durchlaufen, sollten

die Arbeitsaufträge klar und eindeutig formuliert und das Material ausgewählt und anregend gestaltet werden.

Die Hauptaufgabe des Trainers ist hier also die Vorbereitung, und während der Stationsarbeit sollte er/sie sich bewusst zurückhalten.

Experteninterview

Dauer: Ca. 30-45 Minuten	Material :
Ziele: Wissenserwerb mit großem Bezug zur realen Welt durch "echte" Menschen. Einblicke in die Praxis (anderer) Disziplinen.	

Durchführung:

- 1) Die Teilnehmenden können vor der Diskussion Fragen und Interessen formulieren und diese ggf. im Vorfeld an die Experten weitergeben. Fragen oder Themenschwerpunkte der Teilnehmenden können aber auch vor der Diskussion z.B. auf einem Flipchart gesammelt werden.
- 2) Vor der Diskussion sollte geklärt werden, ob zwischendurch Verständnisfragen gestellt werden können oder ob sich die Teilnehmenden diese zunächst notieren und dann in die Diskussion mit den Experten einsteigen sollen.
- 3) Es kann sich eine Diskussionsrunde anschließen, die vom Trainer moderiert wird.
- 4) Nach der Diskussion sollte der Trainer die Diskussion ohne die Experten nachbereiten bzw. auswerten. Dabei sollte eine geeignete Form der Visualisierung verwendet werden.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Bei besonders kontroversen Themen können auch zwei oder mehr Experten eingeladen werden. In diesem Fall würde der Trainer die Expertendiskussion moderieren.

Bei der Sammlung von Fragen sollte der Trainer die Teilnehmenden dabei unterstützen, präzise Fragen zu formulieren und Qualität vor Quantität zu setzen. Diese Methode lebt von der Fokussierung auf komplexe Themen und hilfreiche Fragen nach dem Motto "in der Kürze liegt die Würze des Lebens". Es geht um die gezielte und vertiefte Auseinandersetzung mit einem Thema. Entscheidend ist die Vorbereitung und Moderation durch den Trainer.

Neben Sachfragen können die Teilnehmenden auch dazu angeregt werden, Fragen zu Einstellungen und Haltungen zu stellen.

In der Nachbereitung geht es nicht um Wissen, sondern um Schlussfolgerungen, die Bedeutung des Themas für jeden Einzelnen und die Nachvollziehbarkeit der Argumente.

Erzählcafé

<p>Dauer: je nach Größe und Zusammensetzung der Gruppe, ca. 30 - 60 Minuten pro Sitzung.</p>	<p>Material : Wenn Ergebnisse gesichert und präsentiert werden sollen, dann großes Papier, Stifte, Kleber, Bilder usw.</p>
<p>Ziele: Die Methode des Erzählcafés im Zusammenhang mit pflegebedürftigen und älteren Menschen bedeutet einfach, Erinnerungen zu wecken und die Menschen in einer gemütlichen Atmosphäre über ihre vergangenen Erfahrungen sprechen zu lassen.</p>	

Durchführung:

- 1.) Wecken des Interesses durch Aufzeigen der Relevanz des Wissens aus der Vergangenheit in Bezug auf die Methoden und Verhaltensweisen der Kreislaufwirtschaft.
- 2.) Ermutigung zum Austausch von Erinnerungen über verschiedene Aspekte. Dies kann durch die Vorgabe eines Hauptthemas für jedes Erzählcafé geschehen (z. B. Lebensmittel, Geräte, Reparaturen usw.).
- 3.) Sicherung der Ergebnisse durch den Moderator und Vorbereitung von Bildern und visuellen Elementen für Plakate für die nächste Sitzung.
- 4.) Erstellen eines Plakats mit Anregungen « Was die Oma noch wusste.. », um jüngere Generationen anzusprechen. Die Teilnehmenden könnten auch ermutigt werden, bestimmte Methoden wie das Annähen von Knöpfen und das Stopfen von Socken zu zeigen.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Der Moderator kann aufschreiben, woran sich die Teilnehmenden erinnern, um später eine Wandzeitung oder ähnliches zu erstellen. Das Erzählcafé kann sich immer wieder auf verschiedene Aspekte von Kreislaufwirtschaft konzentrieren, wie z. B. Reparieren, Wiederverwenden, Recyceln und das Funktionieren von Dingen (Verlängerung der Produktlebensdauer), um den Schwung beizubehalten.

Think-Pair-Share

Dauer: Ca. 15 Minuten	Material :
<p>Ziele: Die Think-Pair-Share-Methode kann sowohl für die Bearbeitung komplexer als auch weniger umfangreicher Themen eingesetzt werden. Die Methode fördert insbesondere die Entwicklung des sozialen Lernens und kann zu einer besseren Wissensspeicherung beitragen.</p> <p>In der ersten Phase der Think-Pair-Share-Methode bearbeitet jeder Einzelne eine Aufgabe (Think), in der zweiten Phase folgt der Austausch mit einem Partner (Pair), und in der dritten Phase schließlich findet der Austausch in der Gruppe statt (Share).</p>	

Durchführung:

Zunächst werden die Teilnehmenden mit einer Frage konfrontiert und denken selbst darüber nach.

Dann der Austausch im Paar (mit der Person neben sich), die gegenseitige Ergänzung, die Kontrolle des eigenen Verständnisses im sicheren Kontakt mit der Nebenperson.

Erst zum Schluss der Schritt in die Öffentlichkeit der Gruppe/des Plenums, um das Gelernte vor den (wohlwollend kritischen) Augen der gesamten Lerngruppe und des Trainers zu berichten.

Exkursion/Ausflug

Dauer: Ca. 2 Stunden	Material :
<p>Ziele: Praktische Erfahrungen sammeln Ergänzung und Abwechslung Wissenserwerb mit großem Bezug zur realen Welt durch "echte" Menschen Einblicke in die Praxis (anderer) Disziplinen</p>	

Durchführung :

Die Gruppe trifft sich mit dem Trainer am vereinbarten Ort. Der Trainer erklärt noch einmal, wohin die Reise gehen wird und was sie lernen werden. Er gibt auch Anweisungen, was zu tun ist, wenn eine Person von der Gruppe getrennt wird. Der Ausflug kann zum Beispiel mit einem Besuch in einem Café enden.

Weitere didaktisch-methodische Hinweise:

Das Format setzt voraus, dass die Zielgruppe über eine ausreichende körperliche Mobilität verfügt.

Exkursionen eignen sich gut als Praxis- oder Übungseinheiten für das Thema Mobilität. So können Navigations-Apps und Online-Karten genutzt werden, um die Orientierung in neuen Umgebungen zu üben. Darüber hinaus können Apps wie Barcode- und QR-Code-Reader unterwegs an Bushaltestellen, auf Hinweistafeln oder an realen Produkten in einem Geschäft eingesetzt werden. Je nach persönlicher Mobilität der Teilnehmer und zeitlichen Ressourcen kann eine Exkursion auch als längerer Ausflug (Halb- oder Ganztage) geplant werden.

Methoden für Feedback

Fragebogen

Dauer: ca. 10 Minuten

siehe Vorlage im Anhang: Vorlage Kursevaluation

Fischernetz

<p>Dauer: Ca. 20 Minuten</p>	<p>Material : Karten und Stifte oder Kreide, Magnete oder Klebeband, um die Karten an der Tafel, dem Whiteboard oder der Wand anzubringen, bemaltes Fischernetz (je nach vorhandenem Untergrund).</p>
<p>Ziele: Ähnlich wie bei einem Fischernetz ist es die Aufgabe der Teilnehmenden, die "Fänge" oder "Schätze", die sie behalten wollen, zu identifizieren und zu "verankern", indem sie diese dokumentieren. Die Methode dient der übersichtlichen Auswertung und Sicherung der Ergebnisse im Plenum. Sie zeichnet sich durch ein hohes Maß an Offenheit und Lernerorientierung aus.</p>	

Durchführung :

- Formulierung und Visualisierung der Fragestellung.
- Visualisierung des Fischernetzes.
- Die Teilnehmenden werden in Paare oder Gruppen eingeteilt und erhalten eine Frage zur Auswertung oder Ergebnissicherung, z.B.: Was ist vom Workshop bei Ihnen hängen geblieben? Die Paare notieren die Antworten in Stichworten auf Moderationskarten. (ca. 7 Min.)



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



**Co-funded by
the European Union**

- Die Moderationskarten werden eingesammelt, der Reihe nach vorgelesen und im Fischernetz an die Tafel gehängt. Die gesammelten Antworten werden bei Bedarf kommentiert und gemeinsam besprochen. (ca. 13 - 18 Min.)

Quellen für Methoden:

https://www.starthilfe.uni-rostock.de/storages/uni-rostock/Alle_WSF/Starthilfe/Reader/Reader_-_Methoden-Koffer.pdf
<https://wb-web.de/dossiers/kursplanung.html>

Szenarien

Die folgenden Vorschläge für die Umsetzung von Bildung über Kreislaufwirtschaft in Bezug auf das Lebensumfeld von Senioren sind nicht umfassend und können je nach den Bedürfnissen der Gruppe und den Voraussetzungen und Umständen abgewandelt werden. Es liegt an den Trainern, den Inhalt, den Umfang und die Methoden auszuwählen, die sie für die Gruppe als nützlich erachten und die den von ihnen angestrebten Lernergebnissen und Zielen entsprechen.

Lernergebnisse:

Die SeniorInnen sind für das Thema Kreislaufwirtschaft sensibilisiert, können ihre eigenen Erfahrungen mit neuen Informationen verbinden und in ihrem Alltag Maßnahmen im Sinne einer nachhaltigen Kreislaufwirtschaft umsetzen.

Hinweise für den Einsatz von Methoden:

Bei Arbeitsaufträgen und Gruppenarbeiten: Geben Sie immer zuerst den Arbeitsauftrag und die dafür vorgesehene Zeit an, fragen Sie dann die Teilnehmenden, ob der Arbeitsauftrag klar ist und verstanden wurde und nehmen Sie erst dann die Gruppeneinteilung vor.

Abkürzungen:

TN – Teilnehmende

Tr – Trainer

Ppt – Powerpoint Präsentation

FC – Flipchart Papier

Dauer in Minuten – z.B. 5'

Zielgruppe: unabhängige Senioren in persönlichen Treffen außerhalb ihrer Wohnung

Sen4ce E-Learning-Kurse über Kreislaufwirtschaft und online Kreislaufwirtschaft-Tools können in die Aktivitäten einbezogen werden, wenn sie für die Teilnehmenden geeignet erscheinen .:

Die Kurse können über die Projektwebsite abgerufen werden

<https://sen4ce.eu/de/e-learning/>

Sie sind in verschiedene Module aufgebaut, die jeweils mit Szenarien zur Anwendung des Wissens abschließen.

Reise durch ihr Zuhause – wie man im Alltag kreislauforientierter leben kann

Teilnehmendenzahl: ca. 10

E1 - Aufbewahrung von Lebensmitteln

E2 - Einkaufen und Abfallvermeidung

E3 - Einkaufen in Geschäften und im Internet

E4 - Elektrizität und Wasser

E5 - Nachhaltige Geschenke für Enkelkinder

E6 - Den eigenen Fußabdruck verkleinern und dabei Geld sparen

Einheit 1 – Aufbewahrung von Lebensmitteln

Ziel	Dauer	Inhalt/Methode	Material
Die Tn haben einen Überblick über die Ziele und Vorgehensweisen in den einzelnen Modulen, können einen eigenen Zugang zum Thema formulieren und sind motiviert, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen (und ggf. die anderen Teilnehmenden kennen zu lernen).	5'	<p>Begrüßung und kurze Einführung in die Reihe "Kreislaufwirtschaft" (Ziele, Themen und Arbeitsmethoden)</p> <p><u>Input</u>: Erklärung, warum es wichtig ist, Kreislaufwirtschaft anzuwenden.</p> <p>oder</p> <p><u>Blitzlicht</u>: Was wissen Sie bereits, was kommt Ihnen in den Sinn, wenn Sie den Begriff Kreislaufwirtschaft hören?</p>	<p>Stuhlkreis oder Tische in U-Form mit Stühlen</p> <p>Ggf. Dekoration des Raumes: Bilder/Poster und/oder Zitate an den Wänden, passend zum Thema</p> <p>Flipchart-Ständer (oder Kreppband) Flipchart-Papier Stifte</p>
	15'	<p>Persönlicher Zugang zum Thema</p> <p><u>Arbeitsauftrag</u>: "Tauschen Sie sich mit Ihrem Gesprächspartner über das folgende Thema aus: Wenn Sie auf Ihr Leben zurückblicken,</p>	<p>Schriftlicher Arbeitsauftrag auf digital einem PPT oder FC-Papier.</p>



		<p>welche Beispiele fallen Ihnen ein, wo Sie Dinge wiederverwendet oder repariert haben? Wie sind Sie mit Lebensmitteln umgegangen? Erinnern Sie sich an all die Dinge, die Sie aus Kohl oder Essensresten gemacht haben? ... Für diese erste Gesprächsrunde haben Sie 15' Zeit."</p> <p><u>Methode:</u> Kleingruppenarbeit/Think-Pair-Share, Zweier-Paare, nach dem Zufallsprinzip</p>	<p>Wenn die Tn den Raum verlassen für die Gruppenarbeit: Tn macht ein Foto (Smartphone) oder der Tr hat den Arbeitsauftrag auf Zetteln für jede Arbeitsgruppe notiert.</p>
	25'	<p>Persönlicher Zugang zum Thema Der/die TrainerIn moderiert eine Plenumsrunde und bittet die Teilnehmenden, Gemeinsamkeiten aus den Kleingruppengesprächen mitzuteilen und ggf. auf einem FC-Papier zu visualisieren.</p> <p><u>Methode:</u> Plenum</p>	FC + Papier + Stifte
		Pause	
Die Tn kennen weitere Möglichkeiten, nachhaltig und im Sinne einer Kreislaufwirtschaft	20'	<p>Lebensmittel im Kühlschrank Kurzer Impuls oder Lehrvortrag (siehe auch e-learning Kurs)</p> <p><u>Diskussion:</u></p>	<p>PPT oder Arbeit mit FC</p> <p>Mini-Handout für den Fall, dass die Tn etwas mit nach</p>



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

<p>im Lebensbereich Küche zu handeln.</p> <p>Tn können diese Impulse auf ihre eigenen Erfahrungen beziehen..</p>		<p>Wie kann ich dies in meinem Haushalt tun? ... Was könnte ich "besser" machen?</p> <p>Der Trainer muss einige Ideen vorbereiten: Wie man Lebensmittel direkt im Kühlschrank lagert, um Energie zu sparen und Lebensmittelverschwendung zu vermeiden</p>	<p>Hause nehmen sollen.</p>
	15'	<p>Lebensmittel in den Kühlschrank einsortieren</p> <p>Auf einem großen Papier (ggf. FC-Papier) wird ein Kühlschrank von innen abgebildet und Lebensmittel werden auf Papier (A5-Format) dargestellt.</p> <p><u>Arbeitsauftrag:</u> "Bitte merken Sie sich die Informationen zum Einräumen der Lebensmittel in den Kühlschrank und legen Sie die Lebensmittel in die "richtigen" Fächer.</p>	<p>Vorbereitete FC- und/oder Geschenkpapierrolle</p> <p>Kreppband</p> <p>laminierte Bilder von Lebensmitteln im A5-Format</p>
	10'	<p>Zusammenfassung und Abschluss</p> <p><u>Methode:</u> Blitzlicht oder Fischernetz (Was ist hängen geblieben ? Was nehmen Sie mit nach Hause?)</p>	

Einheit 2 – Einkaufen und Abfallvermeidung

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
Die Tn wissen, wie sie Lebensmittel nachhaltiger einkaufen und Abfall vermeiden können.	30'	<p>Nachhaltiger Einkauf von Lebensmitteln – Lebensmittelherstellung und Abfallvermeidung.</p> <p>Der Trainer begrüßt die Teilnehmenden und erklärt das Ziel und den Ablauf.</p> <p>(Möglicher) Startimpuls "Arbeit mit Filmmaterial" zum Thema. - 10' Sollte in der Muttersprache oder mit Untertiteln sein, oder leicht verständlich ohne Worte.</p> <p>Impulsvortrag/Unterrichtsgespräch (20') zu Themen wie z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Woraus bestehen unsere Müllberge (z.B. ca. 13% Leichtverpackungen, Kunststoffe; ca. 17% Papier, Pappe usw.). - Regional/Saisonal einkaufen, z.B. Äpfel von hier oder aus Neuseeland? - wiederverwendbare Behälter erkennen und verwenden - Abfall vermeiden - keine Einzel- oder Mehrfachverpackungen 	<p>Projektor Laptop FC + Papier Stifte PPT</p>



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

		<ul style="list-style-type: none"> - wiederverwendbare Netze für Obst und Gemüse anstelle von Plastiktüten - Wussten Sie, dass die Fleischproduktion sehr viel Wasser verbraucht? - Trinken Sie Leitungswasser und sparen Sie Abfall, und wenn Wasser in Flaschen, dann aus Ihrer eigenen Region (Transportwege!) 	
		Pause	
<p>Die Tn können die Informationen aus dem Impulsvortrag in der Praxis wiedererkennen und ggf. nachhaltiger einkaufen.</p> <p>Die Tn können ihr eigenes Konsumverhalten reflektieren und erste Handlungsalternativen formulieren.</p>	60' bis 90'	<p>Bewusster und nachhaltiger Lebensmitteleinkauf</p> <p>Theorie und Praxis - gemeinsam einkaufen</p> <p>Die Tn gehen gemeinsam mit dem Trainer einkaufen und versuchen, das Gelernte anzuwenden.</p> <p>Ziel: Einkaufen z.B. für ein gemeinsames Frühstück</p> <p><u>Methode:</u> Exkursion und Auswertung im Plenum</p> <p>Mögliche Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Ihnen aufgefallen, als Sie mit dem Fokus "Einkaufen und Nachhaltigkeit" einkaufen waren? - Woher kommen die Produkte, die Sie kaufen? - Woran haben Sie regionales Obst und Gemüse erkannt? 	<p>Wieder-verwendbare Taschen</p> <p>Geld</p> <p>Einkaufstasche auf Rädern, wenn erforderlich</p>

		- Was würden Sie jetzt beim Einkaufen anders machen, wenn überhaupt?	
--	--	--	--

Einheit 3 – Einkaufen im Laden und im Internet

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
<p>Tn sind sich bewusst was und wo sie einkaufen.</p> <p>Tn kennen Alternativen zum Neukauf.</p>	45'	<p>Meine Einkaufsgewohnheiten und Nachhaltigkeit</p> <p>Begrüßung und Erläuterung des Ziels und der Vorgehensweise. (5')</p> <p><u>Arbeitsauftrag</u></p> <p>"Bitte tauschen Sie Ideen zu folgenden Themen aus:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wo kaufe ich z.B. Kleidung, Haushaltsgegenstände, Geschenke usw.? - Hand aufs Herz: Brauche ich immer alles, was ich kaufe und kann ich es recyceln? - Kaufe ich oder könnte ich bestimmte Produkte gebraucht kaufen oder leihen? <p>Sie haben 15 Minuten Zeit für diesen Austausch</p> <p><u>Methode</u></p> <p>2er Gruppen nach Wahl der Tn</p> <p>Plenum <u>(25')</u></p> <p>Sammeln Sie die Ergebnisse der Gespräche, visualisieren Sie sie gegebenenfalls, stellen</p>	<p>Arbeitsblatt für Gruppenarbeit</p> <p>Übersicht über alle Secondhand- und Tauschangebote in der Umgebung</p>



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

		Sie Gemeinsamkeiten und Unterschiede fest und fügen Sie Informationen hinzu, z. B. Kleidertausch und Secondhand; wo kann ich leihen und tauschen, nachhaltige Geschenkideen für Enkelkinder.	
		Pause	
<p>Die Tn sind in der Lage, den Prozess des Internet-Shoppings, die Kundenwerbung und die Rückgabeverfahren zu verstehen und Schlussfolgerungen für ihr eigenes Handeln zu ziehen.</p> <p>Die Tn kennen Alternativen zum Kauf neuer Dinge.</p>	45'	<p>Ausleihen, tauschen, reparieren</p> <p><u>Methode:</u> Gemeinsame Internetrecherche zu zweit: - Wo kann ich Dinge oder sogar Dienstleistungen in meiner Region tauschen? - Wo kann ich z.B. ein Werkzeug ausleihen (damit ich es für ein paar Anwendungen nicht kaufen muss)? Plenum: Ergänzungen: "Gut zu wissen, wenn ich im Internet einkaufe" Ergebnisse zusammentragen und visualisieren + Herausarbeiten "Was bedeutet das für mein zukünftiges Verhalten/Handeln?"</p> <p>Alternative Methode: Sechshüte-Methode oder Kopfstandtechnik zum Thema "Material wiederverwenden und reparieren"</p>	Internetfähige Computer, Tablets, Smartphones

Einheit 4 – Elektrizität und Wasser

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
Die Teilnehmer kennen Möglichkeiten oder machen sich wieder bewusst, wo und wie sie in ihrem eigenen Haushalt Strom und Wasser sparen können.	45'	<p>Elektrizität und Wasser - kostbare Güter</p> <p><u>Methode</u> : Stationsarbeit oder Experteninterview (z.B. Experten der Stadtwerke o.ä.)</p> <p>Mögliche Themen: Wassersparen: - Geschirrspüler oder Abwaschen von Hand? - Wasser aus der Wärmflasche nach Gebrauch als Gießwasser. - Was landet alles in unserem Abwasser und wie können wir es minimieren? - Zähne putzen und danach spülen ohne Becher? - ... Stromsparen: - Öfter den Stecker ziehen? Zum Beispiel: Akkus ausstecken, wenn sie aufgeladen sind. - Wäsche aufhängen - Ökostrom nutzen und damit in den Ausbau und die Entwicklung erneuerbarer Energien investieren - Auf elektrische Luftbefeuchter und Klimageräte verzichten</p>	<p>Wenn Experteninterview, Möglichkeit für Experten, eine Präsentation zu zeigen (Beamer, PC, Internetanschluss)</p> <p>Stationsarbeit: Stifte, Papier und Informationsmaterial (je nach Inhalt)</p>
		Pause	



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

<p>Die Tn werden sich des Erlebten und Gelernten bewusst.</p> <p>Die Tn können konkrete Handlungsalternativen benennen, um (noch oder wieder) nachhaltiger zu leben. (Theorie-Praxis-Transfer)</p>	<p>45'</p>	<p>Überprüfung des eigenen Wissens - Übertragung auf das tägliche Leben</p> <p><u>Methode</u> :</p> <p>Quiz oder Multiple-Choice-Fragen</p> <p>Quiz: Alle Teilnehmenden sitzen an einem Tisch und in der Mitte befindet sich eine Glocke. Der Trainer stellt eine Frage und wenn ein Teilnehmer die Antwort weiß, läutet er die Glocke und präsentiert die Antwort.</p> <p>Variante: Multiple Choice als Einzelarbeit und dann Auswertung im Plenum. Abschluss im Plenum In einer abschließenden Blitzlichtrunde fragt der Trainer die Teilnehmenden: "Was nehmen Sie aus der Diskussion des Themas mit und was würden Sie gerne umsetzen/ausprobieren?"</p>	
--	------------	---	--

Einheit 5 - Nachhaltige Geschenke für Enkelkinder

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
Tag 1			
Die Tn reflektieren über ihr Wissen über die Kreislaufwirtschaft und ihre Gewohnheiten beim Schenken. Sie lernen, wie diese Themen miteinander verbunden sind.	5'-10'	Einführung: Willkommen und kurze Einführung zum Thema "Was ist Kreislaufwirtschaft?"	Sitzkreis Material für die Eingangspräsentation. Projektor, Laptop, Präsentation
	5'	Übung: "Teilen Sie mit, was Sie schon über Nachhaltigkeit und Kreislaufwirtschaft wussten. Hat sich Ihre Wahrnehmung des Themas durch die Präsentation verändert?"	
	20'	Diskussion: "Welche Geschenke haben Sie als Kind oder junger Erwachsener erhalten? Welche Art von Geschenken machen Sie Ihren Kindern und Enkelkindern? Wie unterscheiden sich diese?"	Arbeiten in Paaren Tafel Papier Stifte Die Tn können den Raum verlassen, um in Paaren zu arbeiten. Sie sollten ihre Ergebnisse auf Papier festhalten."
	10'	Reflektion: "Was haben Geschenke mit Kreislaufwirtschaft zu tun?"	
	30'	Ideensammlung: "Sammeln Sie Ideen, welche Geschenke Sie Ihren Enkelkindern machen können, ohne viel Abfall zu produzieren oder viel Geld auszugeben. Haben Sie Ideen	Arbeit in kleinen Gruppen Tafel Papier Stifte



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

		für kleine Projekte, die Sie durchführen könnten?"	Die Tn können den Raum verlassen, um in Zweiergruppen zu arbeiten. Sie sollten ihre Ergebnisse auf Papier festhalten.
	15'	Reflexion der Ergebnisse und weitere Ideen Entscheidung: "Was wollen Sie als Gruppe am zweiten Tag machen?"	Als Gruppe
DAY 2			
Die Tn lernen, sich in kleinen Projekten auf die nachfolgenden Generationen einzulassen und Geschenke mit Sinn zu machen.	10'	Reflektion von Tag 1: "Was haben Sie beim letzten Mal gelernt?"	Als Gruppe Im Sitzkreis
		Kunsthandwerkliche Projekte - wie man sie durchführt? Herstellung von Geschenken für die Enkelkinder, Lernen, wie man selbst kreative Kunstprojekte mit Kindern durchführt	Arbeit in kleinen Gruppen Material, das für das Projekt benötigt wird (Herstellung von Reinigungsmitteln, Kosmetika, Möbeln, Heilmitteln, Kleidung, Herstellung von Papier/Notizbüchern, andere Geschenke, ...)



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

	10'	Reflektion "Wie haben Sie das Projekt wahrgenommen? Glauben Sie, dass Sie Ihr neues Wissen einbringen und die Aktivitäten mit Ihren Enkelkindern umsetzen können?"	Arbeit in Paaren
	5'	Schlussfolgerung/Ausblick « Welche Ideen wollen Sie in der Zukunft umsetzen? »	Als Gruppe im Sitzkreis

Ideen für Geschenke:

- Sprechen Sie immer zuerst mit den Eltern/Kindern darüber, was sie brauchen könnten, um zu vermeiden, dass Sie unnötige Dinge verschenken.
- Weiterverschenken eigener Wertgegenstände/Erinnerungsstücke.
- Gebrauchtes Spielzeug kaufen - Exkursion: Wo bekomme ich gebrauchtes Spielzeug? (Internetplattformen, eigenes Spielzeug, Second-Hand-Läden, .).
- Beim Kauf von neuem Spielzeug: nachhaltige Materialien, Plastik kann schlecht und schwer zu recyceln sein.
- Kauf von gebrauchten Büchern oder Bibliotheksausweis.
- Weitergabe von (praktischem) Wissen: Kindern beibringen, wie man (z. B.) ein Fahrrad repariert, oder andere nützliche Fähigkeiten aus der Erfahrung von Senioren.
- "Do it yourself"-Projekte mit den Kindern: kochen, backen, bauen, basteln, ein Baum- oder Vogelhaus, Insektenhotel bauen, eigenes Papier herstellen, eigene Kleidung nähen, kleine Experimente, gemeinsam ein kurzes Theaterstück aufführen/singen/tanzen, eigene Reinigungsmittel herstellen, eigene Kosmetika herstellen (Cremes, Badebomben, ...), Pflanzen für Bilder trocknen usw..
- Verschenken von Aktivitäten und Erlebnissen (in Absprache mit den Eltern): Theater-, Kino-, Museumsbesuche, Wanderungen/Tagesausflüge (wenn Sie noch mobil genug sind), Besuch eines Bauernhofs, Zoobesuch, Bahnfahrten, Ausflüge zu Recyclinganlagen/Abwasserwirtschaft, regionalen Bauern.
- Projekte zur Abfallvermeidung: Herstellung von Hygiene- und Schönheitsprodukten, Reinigungsmitteln und natürlichen Alternativen, Kompostierung, Herstellung von Heilmitteln und natürlichen Behandlungen, Möbel aus wiederverwendeten Materialien (z. B. Holz für ein Regal sammeln), Wiederverwendung oder Umnutzung von Kleidung,



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

Binden von persönlichen Notizbüchern, Herstellen von Papier, handgefertigte Geschenke.

- Selbstgemachte Geschenke: gestrickte oder genähte Kinderkleidung (nachhaltiges Material) - fragen Sie Eltern oder Kinder nach ihrem aktuellen Geschmack, um sicherzustellen, dass die Kleidung auch getragen wird.
- Manchmal ist es besser, Geld oder Gutscheine zu schenken - Eltern/Kinder können entscheiden, wofür sie das Geld ausgeben möchten.
- Kaufen Sie Bäume!!! Die Wiederaufforstung verloren gegangener Bäume ist für die Verhinderung der Klimakrise unerlässlich. Bäume fangen CO² aus der Atmosphäre auf und speichern den Kohlenstoff in ihren Blättern, Stämmen und Wurzeln, wodurch der im Boden gespeicherte Kohlenstoff schließlich erhöht wird. Es gibt viele Initiativen wie [Plant for the Planet](#) (verfügbar auf Englisch, Spanisch und Deutsch), die Geld sammeln, um in verschiedenen Gebieten der Welt Bäume zu pflanzen. Vielleicht gibt es eine lokale Initiative, bei der Sie Ihren Baum sogar gemeinsam besuchen können.

Einheit 6 - Reduzieren Sie Ihren Fußabdruck und sparen Sie Geld

Tipp für die Moderation: Je nach digitaler Kompetenz der Teilnehmenden können Sie im Anschluss relevante Apps (<https://sen4ce.eu/de/e-learning/>) vorstellen und gemeinsam ausprobieren.

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
Die Tn lernen ihr vorhandenes Wissen über Kreislaufwirtschaft kennen und reflektieren.	5'-10'	Vorstellung und Willkommen Kurzer Input: "Was ist Kreislaufwirtschaft?"	Als Gruppe Stuhlkreis oder an Tischen Erklärvideo zu Kreislaufwirtschaft: https://www.youtube.com/watch?v=w3FVeKuTL7k&t=30s
	5'	Übung: "Teilen Sie mit, was Sie vorher über Nachhaltigkeit und Kreislaufwirtschaft wussten. Hat sich Ihre Wahrnehmung des Themas durch das Video verändert?"	



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

Die Tn lernen die Auswirkungen ihres Lebensstils kennen. Sie lernen, wie sie ihre Auswirkungen minimieren können, um Geld zu sparen und gesünder zu leben.	20'-30'	Übung: " Wie sieht mein ökologischer Fußabdruck derzeit aus?"	https://www.footprintcalculator.org/home/de Individuelles Arbeiten Moderation unterstützt bei Fragen Nutzung von Computer oder Smartphone
	5'	Reflektion: "Hat Sie ihr Ergebnis überrascht? Wie fühlen Sie sich nun nach dem Test?"	Als Gruppe Stuhlkreis oder an Tischen
	15'	Austausch: "Wie hat sich Ihr Lebensstil im Laufe Ihres Lebens verändert? Bitte vergleichen Sie Ihre Kindheit und Jugend mit Ihrem Erwachsenenleben und Ihrem Ruhestand. Was stellen Sie fest ?"	Arbeit in 2-er Gruppen
	30'	Diskussion: " Welche Möglichkeiten gibt es für Sie, Ihren ökologischen Fußabdruck zu minimieren? Gibt es Dinge aus Ihrer Kindheit und Jugend, die reaktiviert werden können?" Hier kann der Moderator, falls der Gruppe wenig selbst einfällt einige der	Arbeit in kleinen Gruppen (max. 4 Personen) Tafel/Pinnwand/Flipchart Papier Stifte, Pins, Magnete Die Teilnehmer können den Raum verlassen, um in Gruppen zu arbeiten. Sie sollten ihre Ergebnisse auf Papier festhalten.

		nachfolgenden Beispiele anbringen oder die Tn das Quiz von OmasforFuture machen lassen.	Quiz : https://omasforfuture.de/quiz/ Computer/Tablets/Smartphones, Internetanschluss
	15'	Reflektion über die Ergebnisse <u>Evaluation:</u> "Hat Sie der Workshop motiviert etwas an ihren Gewohnheiten und alltäglichen Handlungen zu ändern?"	Als Gruppe im Stuhlkreis oder an Tischen
	5'	Fazit	

Ideen für einen nachhaltigeren Lebensstil:

Lebenssituation:

- Verkleinerung: gemeinsames Wohnen - Haus verkaufen/vermieten und eine kleinere Wohnung suchen, Mitbewohner finden (z. B. Studenten, die mit Ihnen das Haus teilen und Ihnen im Gegenzug helfen, Senioren-WG)
- Heizung - Heizung reduzieren auf max. 22°C in Wohnräumen, programmierbares Thermostat, um die Heizung leichter zu regulieren, regelmäßig Stoß- statt Kipplüften
- Energieeinsparung, Licht ausmachen, wenn man einen Raum für länger verlässt, LED Glühbirnen zulegen, Standby-Modus von Geräten vermeiden

Verkehr:

- Das eigene Auto vermieten oder verkaufen und Carsharing-Angebote nutzen
- Umsteigen auf öffentliche Verkehrsmittel
- Wenn noch möglich, das Fahrrad benutzen oder zu Fuß gehen, um Geld zu sparen und fit zu bleiben

Konsumieren:

- Denken Sie nach, bevor Sie Geld ausgeben! Brauchen Sie die Dinge wirklich?
- Technik: Reparieren statt ersetzen, nur ersetzen, wenn es beschädigt ist, beim Ersetzen in ein nachhaltiges/energiesparendes Modell oder ein recyceltes/aufbereitetes Modell investieren

- Kleidung: Kaufen Sie Second Hand, flicken Sie alte Teile, recyceln Sie alte Kleidung zu neuen Teilen, spenden Sie Kleidung für lokale Zwecke, nehmen Sie an Kleidertauschveranstaltungen teil oder organisieren selbst welche
- Plastikmüll vermeiden (unverpackte Artikel kaufen, Plastiktüten wiederverwenden, regional, saisonal und biologisch kaufen), Stoffeinkaufstaschen verwenden
- Wenn noch möglich: nutzen Sie Gemeinschafts- oder Schrebergärten für den Anbau eigener Lebensmittel
- Werfen Sie Medikamente und verschreibungspflichtige Arzneimittel nicht in den Müll oder in die Toilette. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Gemeinde, was mit ihnen geschehen soll. Apotheken nehmen manchmal alte Medikamente zurück.

Gesundheit:

- Investieren Sie in Naturkosmetik oder stellen Sie Ihre eigene Kosmetik her
- Vermeiden Sie Chemikalien in Reinigungsmitteln
- Versuchen Sie, verarbeitete Lebensmittel zu vermeiden, wann immer dies möglich ist, ernähren Sie sich saisonal, regional und möglichst pflanzlich
- Verwenden Sie eine wiederverwendbare Wasserflasche, um Abfall und gesundheitsschädliche Plastikflaschen zu vermeiden

Quellen:

<https://sdgs.un.org/partnerships/zero-waste-challenge-12-responsible-consumption-and-production>

<https://www.greenhearted.org/climate-change-primer.html>

<https://ellenmacarthurfoundation.org/topics/circular-economy-introduction/overview#:~:text=The%20circular%20economy%20is%20based,Regenerate%20nature>

<https://www.goodearthgifting.ca/post/green-gifting-circular-economy>

<https://www.epa.gov/recycle/reducing-and-reusing-basics>

<https://ellenmacarthurfoundation.org/topics/circular-economy-introduction/overview#:~:text=The%20circular%20economy%20is%20based,Regenerate%20nature>

<https://ellenmacarthurfoundation.org/resources/education-and-learning/teaching-resources>

Bildmaterial, welches in den Workshoops verwendet werden kann:

<https://www.istockphoto.com/de/vektor/vintage-fahrrad-silhouette-isoliert-fahrrad-gm505499374-83702183>

<https://stock.adobe.com/de/images/vintage-car-front-view-classic-old-red-auto/481421753>

<https://pngtree.com/so/dustbin>

<https://www.istockphoto.com/de/vektor/gl%C3%BChbirne-symbol-stock-vektor-illustration-flaches-design-gm901337994-248663981>

<https://creazilla.com/nodes/64387-light-bulb-clipart>

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A_simple_globe.png

<https://freesvg.org/colorful-natural-tree>

<https://creazilla.com/nodes/13507-autumn-fruits-clipart>

<https://creazilla.com/de/nodes/30714-naehmaschine-clipart>

<https://pixabay.com/de/vectors/k%C3%BChlschrank-k%C3%BChlung-kalt-158634/>

<http://www.freeimageslive.co.uk/taxonomy/term/15?page=8>

<https://creazilla.com/nodes/35204-milk-drink-clipart>

<https://pixabay.com/de/illustrations/butter-molkerei-milchprodukte-bar-6600552/>

<https://creazilla.com/nodes/30021-empty-refrigerator-clipart>

<https://pixabay.com/de/vectors/apfel-obst-lebensmittel-roter-apfel-5902283/>

<https://www.rawpixel.com/search/spinach?page=1&sort=curated>

<https://pixabay.com/de/vectors/gurke-lebensmittel-gr%C3%BCns-herzlich-1298731/>

<https://publicdomainvectors.org/de/kostenlose-vektorgrafiken/Saftige-Tomaten/49443.html>

<https://creazilla.com/nodes/13361-lettuce-clipart>

<https://pixabay.com/de/vectors/pfeffer-rote-paprika-gem%C3%BCse-kochen-4310065/>

<https://openclipart.org/detail/291679/carton-of-brown-eggs>

<https://pixabay.com/de/vectors/k%C3%A4se-cheezy-wurstwaren-k%C3%A4sebrett-5202701/>

<https://www.wannapik.com/vectors/83121>

<https://pixabay.com/de/vectors/fleisch-lebensmittel-rindfleisch-148789/>

Zielgruppe: pflegebedürftige Senioren in Pflegeheimen

Reise in die Vergangenheit

Die Menschen der stillen Generation/frühen Boomer lebten nicht in dem Überfluss an Gütern, den wir heute genießen. Sie mussten das meiste aus wenig machen und hielten Geräte am Laufen und schätzten sie. Sie wussten noch, wie man viele Dinge pflegt und bewahrt, wie Schuhe, Kleidung, Haushaltsgeräte. Und sie wussten, wie man das Beste aus Lebensmitteln macht und nur sehr wenig wegwirft.

Die Aktivität bezieht sich direkt auf ihre Lebenserfahrung. Sie setzt nachhaltige Handlungen und Methoden der Vergangenheit (an die man sich erinnert) mit den jüngeren Generationen in Beziehung, und zwar durch eine Wandzeitung, die die Erinnerungen der stillen Generation/frühen Boomer in Ratschlägen für die jüngeren Generationen zusammenfasst.

Ziele:

- Stimulierung des Gedächtnisses und aktive Teilnahme der Senioren an der Aktivität
- Befähigung: Senioren können einen wertvollen Beitrag leisten, indem sie ihr Wissen über nachhaltige Kreislaufpraktiken weitergeben.
- Aktivierung: Sie können ihr Wissen auf anschauliche Weise an jüngere Generationen weitergeben.

Dauer:

Die Zeitangabe ist nur ein Richtwert. Sie kann länger oder kürzer sein, abhängig von der Gruppe und ihrer Aufmerksamkeitsspanne. Die Aktivität sollte jedoch an aufeinanderfolgenden Tagen durchgeführt werden, damit die Teilnehmenden es nicht vergessen und die Erinnerung und das Engagement noch frisch sind. Es sollte nicht alles an einem Tag gemacht werden, um die Konzentrationsfähigkeit der Teilnehmenden nicht zu überfordern.

Reise in die Vergangenheit – Wie es früher war

Ziele	Dauer	Inhalt/Methode	Material
	Tag 1		
<p>Die Tn sprechen über etwas anderes als Krankheiten, Lebensmittel oder negative Aspekte ihres Lebens.</p> <p>Die Tn werden aufgefordert, sich an positive Aspekte ihres früheren Lebens zu erinnern. (Hirnstimulation)</p>	5'	<p>Eigener Zugang zum Thema</p> <p>Begrüßung und kurze Vorstellung des Themas:</p> <p>Die ältere Generation erweist sich oft als wahrer Experte für Nachhaltigkeit, denn sie hat noch erfahren, dass man ohne Einwegprodukte auskommen und kaputte Gegenstände reparieren kann. Zudem haben die Senioren durch Krieg und Lebensmittelknappheit gelernt, sparsam zu haushalten und die vorhandenen Ressourcen kreativ zu nutzen. Ziel ist es daher, dass die Jüngeren generationsübergreifend von den Erfahrungen der Älteren profitieren können.</p>	
	30-45'	<p>Wie wir es früher machten I</p> <p><u>Arbeitsauftrag:</u></p> <p>Der Moderator bittet die Teilnehmenden, Erinnerungen an nachhaltige Aspekte des Lebens in der Vergangenheit zu teilen. "Erinnern Sie sich bitte an Dinge, die Sie in der Vergangenheit getan haben, die ressourcenschonend waren und die dazu geführt haben, die Lebensdauer der von Ihnen verwendeten Produkte zu</p>	<p>FC + farbiges Papier</p> <p>Der Moderator schreibt auf, woran sich die Leute erinnern</p>



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

		verlängern. Bitte nennen und beschreiben Sie sie." <u>Methode:</u> Geschichtenerzählen, (mit offenen Fragen Erinnerungen wecken)	
	Tag 2		
Die Tn werden gestärkt, weil sie wichtige Ratschläge für jüngere Generationen haben und ihr Wissen zeigen und weitergeben können.	20-45'	Wie wir es früher machten II Der Moderator fasst zusammen, was die Tn in der letzten Sitzung gesagt haben. (Er regt an, sich weiter zu erinnern und wiederholt den Prozess, wenn die Tn weitere Ideen haben. (Siehe Tag 1). <u>Methode:</u> Geschichtenerzählen, (mit offenen Fragen Erinnerungen wecken)	FC + farbiges Papier Der Moderator schreibt auf, woran sich die Leute erinnern
	45'	Wie kann man es heute machen <u>Arbeiten mit Bildern</u> Der Moderator erklärt, dass die Gruppe mit den Methoden, die sie in den vorangegangenen Sitzungen gesammelt hat, eine Wandzeitung/Plakat erstellen wird, um das Wissen an die jüngeren Generationen weiterzugeben, und diese im Seniorenheim für Besucher aufhängen wird. Je nach den Fähigkeiten der Gruppe können sie mitgestalten oder zusehen und dem Moderator Anweisungen geben.	FC + farbiges Papier + Bilder von Objekten, Handlungen, die in der ersten Sitzung beschrieben wurden (wird vom Moderator vorbereitet)



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

Vorlage für eine Bedarfsanalyse (modifizieren und an Ihre Bedürfnisse und die Ihrer Gruppe anpassen)

Wer sind Sie?

(Persönlich Situation, Mobilität, Interessen und Hobbies)

Was ist ihr Alter?

- < 60
- 60-69
- 70-79
- 80-89
- > 90

Sind Sie ein/e

- Frau
- Mann
- Anderes
- Keine Antwort

Was ist ihr höchster Bildungsabschluss

- Akademischer Abschluss /
- Handwerksmeister / Techniker /
- Fachschulabschluss
- Berufliche Qualifikation
- Abitur/Fachhochschulreife
- Grundschul-/Sekundarschul-/Hauptschulabschluss,
- Polytechnische Oberschule
- Ohne Berufsabschluss

Mobilität

- Ich bleibe hauptsächlich zuhause
- Ich bewege mich in der näheren Umgebung zu Fuß
- Ich benutze öffentliche Verkehrsmittel
- Ich unternahme noch Fernreisen
- Ich fahre mit dem Auto
- Ich fahre Fahrrad

Altersbedingte Einschränkungen

- Sicht
- Feinmotorische Fähigkeiten
- Erinnerungsvermögen

Lebenssituation

- Privathaushalt, alleinlebend
- Privathaushalt, mehrere Personen
- Betreutes Wohnen



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

- Wohnheim
- Pflegeheim

Familie

- Kinder vorhanden und in der Nähe wohnend
- Kinder vorhanden, aber nicht in der Nähe wohnend
- Enkelkinder/Enkelkinder vorhanden und in der Nähe wohnend
- Enkelkinder/Enkelkinder vorhanden, aber nicht in der Nähe wohnend
- Andere Verwandte leben in der Nähe
- Andere Verwandte vorhanden, aber nicht vor Ort

Freunde und Bekannte

- Kaum Kontakt zu Freunden und Bekannten
- Gelegentlicher Kontakt zu Freunden und Bekannten
- Häufiger Kontakt zu Freunden und Bekannten

Vernetzung untereinander

- Ich kenne die anderen Teilnehmenden nicht
- Ich kenne einige der anderen Teilnehmenden
- Ich kenne die meisten der anderen Teilnehmenden

Letzte Lernerfahrung, was und wann: _____

Motivation für die Teilnahme: _____

Erwartungen: _____

Vorkenntnisse und Interessen

Vorkenntnisse in der Nutzung von Tablet-PC oder Smartphone

- Keine Vorkenntnisse
- Geringe Vorkenntnisse
- Gute Vorkenntnisse
- Sehr gute Vorkenntnisse

Vorkenntnisse im Umgang mit dem Internet

- Keine Vorkenntnisse
- Geringe Vorkenntnisse
- Gute Vorkenntnisse
- Sehr gute Vorkenntnisse

Vorkenntnisse über Kreislaufwirtschaft

- Keine Vorkenntnisse
- Geringe Vorkenntnisse
- Gute Vorkenntnisse
- Sehr gute Vorkenntnisse



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



**Co-funded by
the European Union**

Interesse an Themen und digitalen Anwendungen im Zusammenhang mit der Kreislaufwirtschaft

- Erörterung und Verständnis des Konzepts
- Information und Wissenserwerb
- Nachhaltige Mobilität
- Ausrichtung der täglichen Aktivitäten an Kreislauf-Prinzipien
- Aktive Teilnahme an Kreislaufwirtschaft-Initiativen
- Sonstiges
- Bitte angeben: _____

Interessen und Hobbies

- derzeit keine Interessen/Hobbies
- Ich bin an einem Thema interessiert / habe ein/mehrere Hobbies

Welches sind Ihre Interessen und Hobbies: _____

Vorlage für die Kursevaluation (bitte anpassen und adaptieren nach eigenen/Gruppen- Bedürfnissen)

Ihre Meinung

Um das Angebot zielgruppengerecht gestalten zu können, möchten wir Sie um Ihre Rückmeldung bitten. Bitte füllen Sie den kurzen Fragebogen aus.

Herzlichen Dank!

Hat es Ihnen Freude bereitet an dem Kurs/Workshop/Angebot teilzunehmen?

Ja, sehr	Ja	Teilweise	Eher nicht

Wie empfanden Sie die Gruppengröße?

Angemessen	Zu groß	Zu klein
------------	---------	----------

Wie fanden Sie den Ort?

Geeignete	Begrenzt geeignet	Ungeeignet
-----------	-------------------	------------

Wie zufrieden waren Sie mit...

	Sehr zufrieden	Im großen und ganzen zufrieden	Weniger zufrieden	Nicht zufrieden
Dem benutzten Material				
Den theoretischen Erklärungen				
Den praktischen Übungen				
Der Gruppenarbeit				



SEN4CE

Seniors for Circular Economy



Co-funded by
the European Union

Der technischen Ausstattung				
Dem Trainer/Moderator: _____				

Wie würden Sie die Qualität des Lernangebotes beurteilen?

	Sehr gut	Gut	Nicht so gut	Schlecht
Wie verständlich waren die Erklärungen des Trainers/Moderators ?				
Wie ist der Trainer auf ihre Bedürfnisse eingegangen?				

Welche Themen und Inhalte waren besonders interessant für Sie?
(Bitte antworten Sie in Stichpunkten)

-
-
-

Können Sie das Gelernte im Alltag anwenden?

Ja	Teilweise	Nein

Hatten Sie Vorkenntnisse über die angebotenen Lerninhalte?

- Die Inhalte waren mir völlig unbekannt
- Die Inhalte waren mir größtenteils unbekannt

- Die Inhalte waren mir größtenteils bekannt
- Ich war mit den Inhalten vollständig vertraut

War das Lernniveau für Ihre Vorkenntnisse angemessen?

- Das Niveau war für mich angemessen
- Ich fühlte mich eher unterfordert
- Ich fühlte mich eher überfordert
- Das kann ich nicht beurteilen

Wie gut konnten Sie dem Lehrstoff folgen?

- Ich konnte sehr gut folgen
- Ich konnte die meiste Zeit gut folgen
- Ich hatte einige Schwierigkeiten, dem Lehrstoff zu folgen
- Ich hatte große Schwierigkeiten, dem Lehrstoff zu folgen

Ich bin

- eine Frau
- ein Mann
- keine Antwort

Welcher Altersgruppe gehören Sie an ?

- unter 60 Jahren
- 60 - 64 Jahre
- 65 - 69 Jahre
- 70 - 74 Jahre
- 75 - 79 Jahre
- 80 - 84 Jahre
- 85 - 90 Jahre
- älter als 90 Jahre

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!