

eschichte **biblio** zu

, ist ebenso-

*Besuch mit Buch*

Vorlesen mit SeniorInnen

n wie der, der



österreichisches bibliothekswerk

chte zuhört.

# Besuch mit Buch

Herausgegeben von Elisabeth Zehetmayer & Reinhard Ehgartner,  
namentlich nicht gekennzeichnete Beiträge stammen von den Hrsg.

Österreichisches Bibliothekswerk • © 2017  
Elisabethstraße 10 • 5020 Salzburg  
biblio@biblio.at • www.biblio.at

Layout: Reinhard Ehgartner

ISBN 978-3-9504132-1-2

**Caritas**

**biblio**

Das Österreichische Bibliothekswerk wird gefördert durch das

BUNDESKANZLERAMT  ÖSTERREICH

„Faszination Vorlesen“ ist eine Publikation im Rahmen des Projekts „Buchstart : mit Büchern wachsen“ und des zugehörigen VorlesepatInnen-Projekts „Ganz Ohr!“. In Kooperation mit Caritas und MARKE Elternbildung.

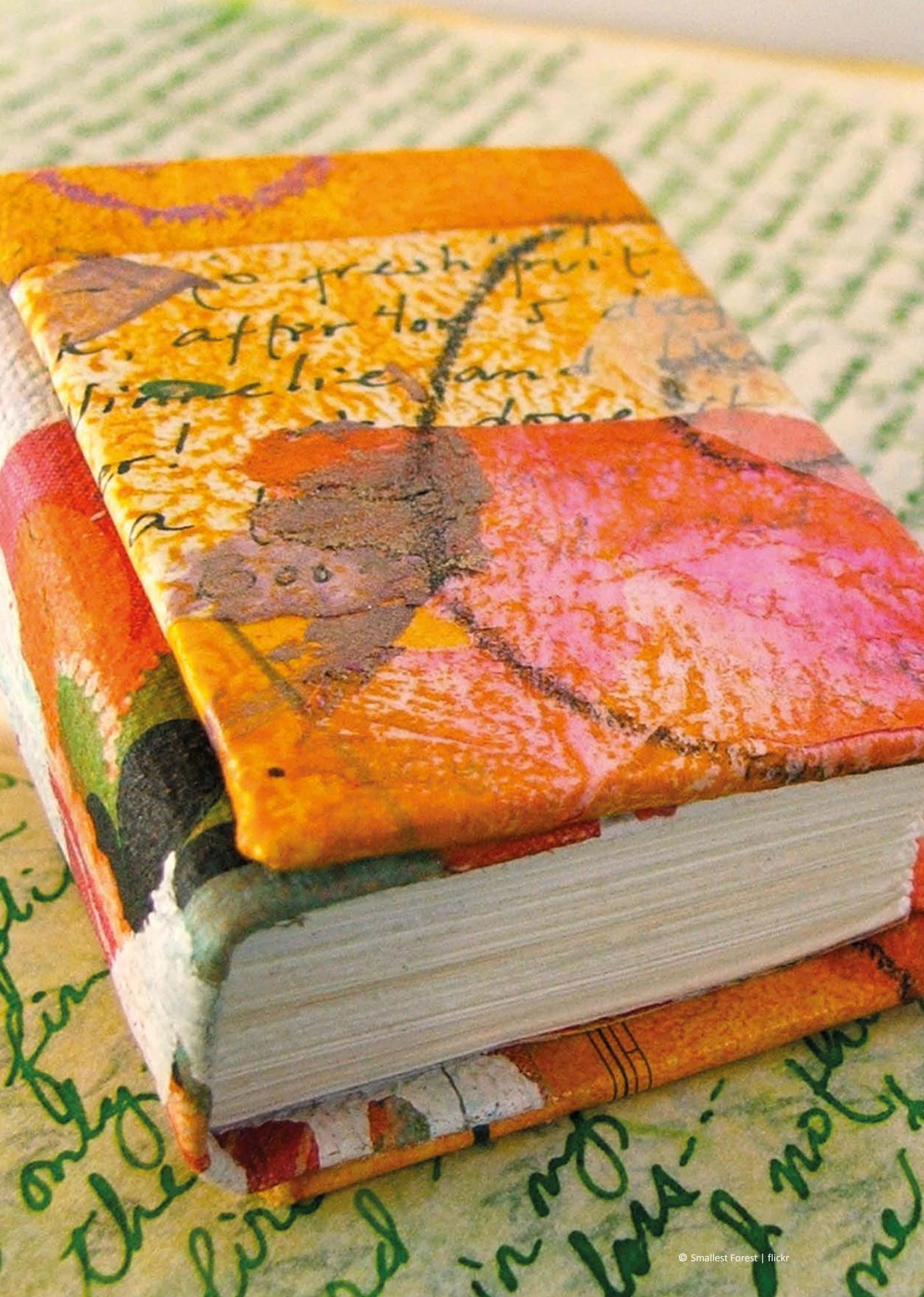
Die Entwicklung des österreichweiten VorlesepatInnenprojekts  
„Ganz Ohr!“ erfolgte mit freundlicher Unterstützung durch das



BUNDESMINISTERIUM  
FÜR ARBEIT, SOZIALES  
UND KONSUMENTENSCHUTZ

Bildmotive auf dem Umschlag (von links nach rechts):

© Marion Schnetzer | Caritas Vorarlberg • tanfacedprarieboy - (Bearb. Reinhard Ehgartner) • Athena | flickr • Linda Ranegger



to fresh fruit  
after 4 or 5 days  
like and  
I have done

the only  
live  
in my  
has  
I not  
me

# Inhalt

<b>Einstieg</b> .....	6
„Ganz Ohr!“ - Vorlesen mit Konzept • Rückblicke & Einblicke	
<b>Grundlagen</b> .....	10
Besuch mit Buch im SeniorInnenheim • Wie wird meine Tätigkeit zum Erfolg? • Der Weg zum passenden Vorlesemodell • Die richtige Geschichte zur rechten Zeit • Texte und Menschen im Gespräch • Ein bunter Strauß an Ideen • Vorlesen bewegt	
<b>Impulse</b> .....	40
Geschichten von „damals“ • Lesebiografien öffnen Lesegeschichten • Das Erzählcafé • Ein Leben in Bildern	
<b>Erfahrungsberichte</b> .....	52
Berührend, lustig, intensiv • Die Lustenauer Vorlesepatinnen und -paten • Erinnerungen werden geweckt • Vorlesen ist wie Fernsehen ohne Strom • „Frühling lässt sein blaues Band“ • 7 Tage - für Bettlägerige eine Ewigkeit • Die persönlichen Motive, Wege, Erfahrungen und Irrtümer eines Vorlesepaten, der glaubte, etwas Gutes zu tun, sei einfach	
<b>Rechtliches</b> .....	62
Lesen zwischen den Paragraphen	
<b>Anhang</b> .....	64
Buch- und Medientipps	

# Besuch mit Buch



Das Buch, das Sie mitbringen, die Geschichte, die Sie erzählen, das Gedicht, das Sie vorlesen - all das kann einen neuen Lichtblick oder Farbton in das Leben von BewohnerInnen in SeniorInnen-Einrichtungen bringen und ein Gespräch über Interessen, Anliegen oder die eigene Lebenswirklichkeit eröffnen. Wir alle brauchen Geschichten, in denen sich das Leben spiegelt und es sichtbar und deutbar macht. Bücher regen uns an, uns selbst zu befragen und immer wieder neu verstehen zu lernen.

Was auch immer Sie an Büchern und Geschichten präsentieren - das spannendste Medium sind und bleiben Sie selbst: Ein Mensch, der sich auf den Weg zu anderen Menschen macht, sich Zeit nimmt und sich für das Leben anderer Menschen interessiert.

Diese Broschüre richtet sich an VorlesepatInnen, AnbieterInnen von VorlesepatInnenausbildungen und BibliothekarInnen, die sich für das Thema Vorlesen für SeniorInnen interessieren. Mit einer Mischung aus Informationen, Impulsen und Erfahrungsberichten möchten wir Sie anregen, das Thema von verschiedenen Seiten zu betrachten und Ihre eigene Rolle in diesem Geschehen zu finden.

## „Ganz Ohr!“ - Vorlesen mit Konzept

: die Entwicklung eines erfolgreichen VorlesepatInnen-Projekts

Die Idee des Vorlesens ist so alt wie die Geschichte des Lesens. In allen Schriftkulturen haben sich im Lauf der Zeit unterschiedliche Formen und Konzepte des privaten und öffentlichen Vorlesens entwickelt. Vorgelesen wurde in Klöstern wie in Tabakfabriken, an Fürstenhöfen wie in Bürgerstuben, in Schulen wie im Freundeskreis. Das Interesse am Vorlesen ist bis heute lebendig geblieben - denn Vorlesen schafft Begegnung und fasziniert.

Während man ursprünglich davon ausgehen musste, dass die technologischen und gesellschaftlichen Umwälzungen der letzten Jahrzehnte die alte Tradition des Vorlesens weiter zurückdrängen würden, waren es drei Entwicklungen, die zur Überraschung vieler einen Gegentrend eingeleitet haben:

- Der Erfolg der Hörbücher hat zur Entwicklung einer neuen Lese- und Hörkultur beigetragen.
- Im Lauf der PISA-Debatte über unzureichende Lesekompetenzen von Kindern wurde die Bedeutung des Vorlesens erkannt.
- In einer Phase fortschreitender Individualisierung und Vereinzelung wurde auch der soziale Aspekt des Vorlesens neu entdeckt.

Hinter der aktuellen Vorlesebewegung stehen damit sehr unterschiedliche Befürworter und Verbündete.

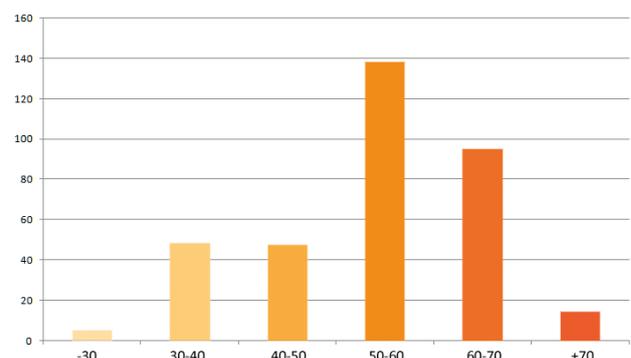
Um den erfreulichen Trend des öffentlichen Vorlesens zu stärken und die Kompetenzen auf die-

sem Gebiet zu erhöhen, hat das Österreichische Bibliothekswerk in Kooperation mit Partnern im Jahr 2013 damit begonnen, eine VorlesepatInnen-Ausbildung zu konzipieren, Materialien zu erstellen und ein österreichweites Netzwerk aufzubauen.

### Kooperationen bereichern

Grundlage waren hierbei die Konzepte, die die Caritas und Bibliotheksfachstelle der Diözese Feldkirch in Vorarlberg gemeinsam entwickelt und umgesetzt haben. In vielen Bereichen gilt das Vorarlberger Konzept als Vorbild und bleibender Orientierungspunkt, auch der Projekttitel „Ganz Ohr!“ stammt von daher.

2014 wurde ein gemeinsames Ausbildungsscurriculum erarbeitet und ein erstes Pilotprojekt in Angriff genommen. Die Reaktionen auf das neue Angebot haben alle Erwartungen weit übertroffen: In den folgenden beiden Jahren haben in über 30 Kursen mehr als 500 TeilnehmerInnen eine Ausbildung absolviert, wobei sich hinsichtlich der Altersverteilung der TeilnehmerInnen folgendes Bild ergibt:



Es zeigt sich erfreulicherweise eine große Bandbreite, die meisten TeilnehmerInnen kommen aus der Altersgruppe der 50- bis 60-Jährigen, gefolgt von den 60- bis 70-Jährigen. Der bislang jüngste Teilnehmer war 15 Jahre alt.

Waren zu Beginn der Kurse noch sehr wenige VorlesepatInnen unter 40 Jahren, so hat sich das im Lauf der Zeit verändert: Die Altersdurchmischung wird zusehends bunter und im Bereich des Vorlesens für SeniorInnen melden sich vermehrt Männer.

## Die Broschüre „Faszination Vorlesen“

Zur Unterstützung der Ausbildungskurse und als Einstieg in das Thema für alle Interessierten erschien im Jahr 2015 unsere Broschüre „Faszination Vorlesen : Geschichten und Sprache gemeinsam erleben“, die auf 116 Seiten das Thema Vorlesen aus unterschiedlichsten Perspektiven beleuchtet. Von der Geschichte des Vorlesens über Strategien und Modelle bis hin zu rechtlichen Fragen wird hier verschiedensten Aspekte nachgegangen. Impulse zum gelingenden Vorlesen mit Kindern stehen im Mittelpunkt der Darstellung.

Im Rahmen der „Ganz Ohr!“-Ausbildungskurse kommt diese Broschüre als unterstützendes Begleitmaterial zum Einsatz. Dass diese Publikation mit einer Auflage von 5.000 Exemplaren innerhalb eines Jahres vergriffen war, zeigt das große Interesse an diesem Thema.

Weiterführende Informationen finden sich unter [www.biblio.at/blog/?p=2209](http://www.biblio.at/blog/?p=2209).

## Evaluert und ausgezeichnet

Das europaweit aktive Netzwerk ELINET (European Literacy Policy Network - [www.eli-net.eu](http://www.eli-net.eu)) entwickelte Kriterien für gut funktionierende



Das „Ganz Ohr!“-Curriculum,  
Grundlage der Ausbildungslehrgänge

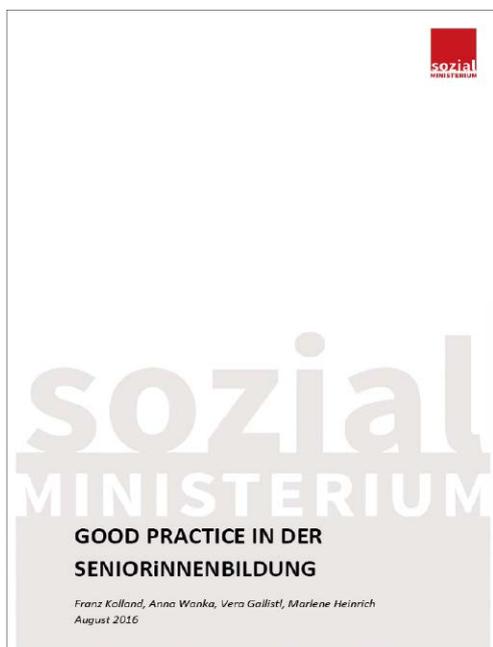


## Faszination Vorlesen

: Geschichten und Sprache gemeinsam erleben / hrsg. von Elisabeth Zehetmayer und Reinhard Ehgartner. - Salzburg : Österreichisches Bibliothekswerk, 2015. - 116 S.  
: zahlr. Ill. (farb.) ISBN 978-3-9504132-0-5



Die Präsentation des VorlesepatInnen-Projekts als „Good Practice“ in ELINET: [www.eli-net.eu](http://www.eli-net.eu)



Die Studie 2016 des Instituts für Soziologie der Universität Wien

und empfehlenswerte Leseinitiativen und hat im Zeitraum 2014 bis 2016 Hunderte von Projekten nach einem differenzierten Begutachtungssystem gesichtet und bewertet. Das Lesezentrum Steiermark hat sein „Ganz Ohr!“-Ausbildungskonzept bei ELINET eingereicht, worauf sich drei unabhängige GutachterInnen mit den Ansätzen auseinandergesetzt haben und schließlich zur Entscheidung gelangt sind, das Projekt als „Good Practice“ auszuzeichnen und damit europaweit zur Nachahmung zu empfehlen.

In einem weiteren Verfahren wurde das VorlesepatInnen-Projekt 2016 durch das Institut für Soziologie der Universität Wien evaluiert und aufgrund der Ergebnisse im April 2017 durch das BM für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz als „Good Practice“ ausgezeichnet. In der Begründung werden die intergenerationellen Zugänge hervorgehoben, weiters wird ausgeführt:

*Zudem überzeugt das Projekt in einer ersten Betrachtung aufgrund des professionellen und informativen Internetauftritts, der Betonung von intergenerationellen Bildungstätigkeiten und der Entwicklung umfassender Materialien zur Gestaltung der Lese-Einheiten in Bibliotheken.*

(Studie „Good Practice“ 2016, S. 51)

Die vorliegende Broschüre setzt diese Bemühungen fort, denn Vorlesen in SeniorInnen-Einrichtungen erfolgt in einem ganz speziellen Rahmen und erfordert Überlegungen und Achtsamkeiten ganz besonderer Art.

Für die vielfältige Unterstützung bei der Erstellung dieser Broschüre sind wir dankbar. Sie bildet keineswegs den Abschluss unserer Arbeit, sondern vielmehr den Auftakt für vertiefende Auseinandersetzung und Weiterentwicklung. Für diverse Rückmeldungen und Verbesserungsvorschläge sind wir dankbar.

# Rückblicke & Einblicke



Seit fünf Jahren sind „Ganz Ohr!“-VorlesepatInnen in Vorarlberg unterwegs zu verschiedensten Orten wie Seniorenheimen, Sozialzentren oder Büchereien, um dort Menschen zu besuchen, ihnen vorzulesen, zu erzählen und eine kurze Zeit des Tages zu begleiten. Diese Broschüre hält die Entwicklung fest und lässt die VorlesepatInnen mit ihren unterschiedlichen Zugängen und Erfahrungen in der Begegnung mit Kindern und SeniorInnen zu Wort kommen.



## Aus der Welt der VorlesepatInnen

Die Intention der HerausgeberInnen:

*Mit der Sammlung dieser berührenden Erlebnisse und Geschichten, die unsere VorlesepatInnen für uns aufgezeichnet haben, wollen wir aufzeigen, wie wertvoll, wichtig und inspirierend eine solche Tätigkeit ist; und vielleicht lassen sich dadurch auch viele weitere Menschen motivieren, Vorlesepatin oder Vorlesepat zu werden.*

Einige der hier gesammelten Texte finden Sie unter den Erfahrungsberichten am Ende dieser Broschüre.

## *Besuch mit Buch im SeniorInnenheim*

: grundsätzliche Überlegungen

*Wer eine Geschichte zu erzählen hat, ist ebensowenig einsam wie der, der einer Geschichte zuhört. Und so lange es noch jemanden gibt, der Geschichten hören will, hat es Sinn, so zu leben, dass man eine zu erzählen hat.*

Sten Nadolny: „Selim oder Die Gnade der Rede“

### Vorlesen belebt

Für jeden Menschen ungeachtet des Alters, der Herkunft oder des Geschlechts ist der Austausch von Geschichten und Erzählungen eine wesentliche Erfahrung, die eine wertvolle Grundlage für ein positives Lebensgefühl und für gegenseitiges Verständnis bildet. Geschichten halten unser Leben und unsere Gesellschaft zusammen. Bei vielen älteren Menschen kommt dieser wichtige Austausch von Geschichten und Lebenserfahrungen zu kurz. Vorlesen kann hier Türen öffnen, die Lebensgeister anregen und den Austausch untereinander verstärkt in Gang setzen.

Aktivitäten und anregende Beschäftigungen sind Grundbedürfnisse des Menschen. Die regelmäßige Aktivierung geistiger und körperlicher Fähigkeiten durch Vorlesen und Erzählen, durch das Anknüpfen an individuelle Erfahrungen und Kenntnisse von SeniorInnen sowie durch Lockerungs- und Entspannungsübungen kann eine Verbesserung der Lebensqualität und des Gesundheitszustands bewirken und die positive Lebenshaltung stärken.

Wie kaum eine andere Bildungseinrichtung sind Bibliotheken dazu prädestiniert, anhand von Geschichten und Erzählungen Begegnungen zu

initiierten, gemeinsame Gespräche zu eröffnen und wechselseitige Lernprozesse anzustoßen. Geschichten werden so zum Anlass, das eigene Leben zur Sprache zu bringen.

Wer schon als Kind gerne in die magische Welt der Bücher und Geschichten eingetaucht ist und viel gelesen hat, möchte auch in späteren Jahren nicht mehr darauf verzichten, selbst wenn das eigenständige Lesen aufgrund schwindender Sehkraft anstrengend geworden ist.

Mit fortschreitendem Alter und damit häufig verbundener eingeschränkter Mobilität steigt die Gefahr der Vereinsamung. Die Gewissheit, jemanden zu haben, der sich Zeit nimmt zum Vorlesen und für ein Gespräch, ist für die Betroffenen von großer Bedeutung. Die meisten älteren Menschen leben in einer Vorlesestunde regelrecht auf und auch Menschen mit Einschränkungen im kognitiven Bereich, wie sie z.B. bei Demenzerkrankungen auftreten, erfahren durch das Vorlesen eine Bereicherung ihres Alltags, Aufmunterung und menschliche Nähe.

### Niemand liest gern nur für sich allein

Vorleseaktivitäten in SeniorInneneinrichtungen erweitern das soziale und kulturelle Angebot:



Ausbildungslehrgang St. Pölten 2016

Das Leben der BewohnerInnen wird durch die Anwesenheit der VorlesepatInnen bunter, wärmer und lebenswerter.

Als VorlesepatInnen werden Sie Menschen begegnen, die noch recht selbständig leben und wohnen, aber auch Menschen, die auf Pflege angewiesen oder in Sprache und Erinnerungsvermögen stark eingeschränkt sind. So unterschiedlich diese Menschen auch sind - für alle kann das Vorlesen eine große Bereicherung darstellen. Freude ist ansteckend und strahlt zurück. Diese Freude der Beschenkten ist zugleich die zentrale Motivation vieler VorlesepatInnen.

### Ältere erfahren beim Vorlesen

- verstärktes Selbstwertgefühl
- Abwechslung und Freude
- ein Gefühl von Solidarität
- Aufmerksamkeit und Zuwendung
- Impulse für das Denken und das Erinnerungsvermögen
- Sprachanregung und -förderung

### Voraussetzungen für VorlesepatInnen

- Offenheit und Kontaktfreudigkeit
- Wertschätzung für ältere Menschen
- Interesse an persönlichen Lebensgeschichten
- Lesefreude und Interesse an Büchern
- Interesse an gesellschaftlichen Entwicklungen und Zeitgeschichte

### Worin liegt meine Motivation?

Viele unserer Handlungen setzen wir unbewusst und folgen dabei unausgesprochenen Antrieben und Erwartungshaltungen. In der Arbeit mit anderen Menschen übernehmen wir auch Verantwortung und sollten uns daher über die eigene Motivation Klarheit verschaffen.

- Welche positiven oder negativen Erfahrungen mit älteren Menschen habe ich bisher in meinem Leben gemacht?
- Wurde mir vorlesen? Was hat mir daran gefallen, was nicht?
- Kann ich auch mit anstrengenden Menschen gut auskommen?
- Komme ich mit Enttäuschungen zurecht, falls einmal eine Stunde weniger gut gelingt?
- Habe ich die Zeit und die Energie, solche Vorlesestunden regelmäßig anzubieten?

Tauschen Sie sich nach Möglichkeit mit anderen VorlesepatInnen über Ihre Motivation und Ihre Vorhaben aus, sammeln Sie Erfahrungen über das Leben und die Arbeit in SeniorInnen-Einrichtungen und suchen Sie den Kontakt zu KollegInnen, die bereits in solchen Einrichtungen aktiv sind.

Vielleicht ergibt sich eine Möglichkeit, einmal an einer Vorlesestunde teilzunehmen. Je mehr Sie über die Abläufe und Rahmenbedingungen Bescheid wissen, umso realistischer können Sie abschätzen, ob diese künftige Tätigkeit Ihren Vorstellungen und Erwartungen entspricht.

## Wie wird meine Tätigkeit zum Erfolg?

: wichtige Überlegungen und erste Planungsschritte

### Kontaktaufnahme mit der Einrichtung

Bei der Suche nach einem geeigneten Vorleseort können Ihnen die AnsprechpartnerInnen beim „Ganz Ohr!“-Ausbildungskurs behilflich sein.

Wenn Sie eine Einrichtung gefunden haben, die Ihnen passend erscheint und die für Sie gut erreichbar ist, nehmen Sie zuerst telefonisch oder per E-Mail Kontakt mit der Leitung auf. Schildern Sie kurz Ihr Vorhaben, vergewissern Sie sich des dortigen Interesses und vereinbaren Sie einen Termin für ein persönliches Gespräch. Erfahrungsgemäß reagieren Einrichtungen sehr unterschiedlich auf solche Anfragen und Angebote - die Palette möglicher Reaktionen reicht von begeisterter Zustimmung über anfängliche Skepsis bis zu offener Ablehnung.

Bringen Sie zum Vorstellungsgespräch einen kurzen Lebenslauf/Steckbrief mit Foto mit. Sollten Sie den VorlesepatInnenkurs bereits abgeschlossen haben, ist eine Kopie Ihres Zertifikats hilfreich und stärkt Ihre Rolle.

### Rahmenbedingungen abklären

Ganz wesentlich vor Beginn Ihrer Tätigkeit ist die detaillierte Absprache über das von Ihnen geplante oder von der Leitung gewünschte Angebot und die hierfür gegebenen bzw. benötigten Rahmenbedingungen. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, sowohl eigene Erwartungen

und Vorstellungen vorzubringen als auch die Gegebenheiten und Möglichkeiten der Einrichtung wahrzunehmen. Mit gutem Willen und Kommissbereitschaft lässt sich meist ein für beide Seiten guter Weg finden.

In der Anfangsphase geht es darum, erste Anläufe zu starten, einige Ideen auszuprobieren und Schritt für Schritt anzupassen. Immer wieder wird es wichtig sein, in gemeinsamer Absprache Änderungen und Weiterentwicklungen in der Arbeit vorzunehmen. Hierfür ist es unbedingt notwendig, in der Einrichtung einen festen und zuverlässigen Ansprechpartner zu haben, der Ihren Aktivitäten positiv gegenübersteht. Nur so ist gesichert, dass Sie einen festen Platz im Leben dieser Einrichtung finden und nicht als störender Eindringling wahrgenommen werden.

Achten Sie auf Ihre Ressourcen und gehen Sie eingangs keine Verpflichtungen ein, die Sie auf Dauer überfordern könnten. Starten Sie lieber mit einem kleinen Programm zum Austesten und erweitern Sie später Ihre Aktivitäten.

Der Austausch mit anderen Vorlesepatinnen und Vorlesepaten kann Bestätigung, Hilfestellung und Anregung für Ihre Tätigkeit liefern. Diese Kooperation mit anderen VorlesepatInnen könnte z.B. zur Bildung eines „Vorlesetandems“ führen, das abwechselnd tätig ist und sich nötigenfalls auch gegenseitig vertreten kann.



© Reinhard Ehgartner

## Das Angebot vorstellen

Für Ihre Vorstellung als VorlesepatIn und die Beschreibung Ihrer Tätigkeit in der Einrichtung bieten sich verschiedene Möglichkeiten:

- ein Info-Plakat zum Aufhängen in der SeniorInnen-Einrichtung
- ein Aushang am Schwarzen Brett - hier könnte der Steckbrief zum Einsatz kommen
- kleine Handzettel für Interessierte mit den wichtigsten Informationen
- ein Beitrag in der hausinternen Zeitschrift, soweit eine solche vorhanden ist
- eine persönliche Präsentation: Sie könnten in Absprache mit der Heimleitung die Essenszeit oder eine Veranstaltung dazu nutzen, um sich und Ihr Vorleseangebot den BewohnerInnen vorzustellen.

## Das passende Vorlesemodell finden

Je nach Ihren Vorstellungen und Zielen sowie den Gegebenheiten und dem Interesse der TeilnehmerInnen kann man unterschiedliche Vorlesekonzepte anbieten und umsetzen. Am häufigsten finden sich folgende Modelle:

- Literaturkreise
- Vorlese- und Gesprächsrunden
- Erzählcafés
- Individuelles Vorlesen (1:1-Situation)
- Vorlesen mit Ansätzen zur Biografiearbeit

Das Wesen der einzelnen Modelle mit ihren Möglichkeiten, den nötigen Voraussetzungen sowie den Vor- und Nachteilen wird im folgenden Kapitel vorgestellt.

## Vorleseräume finden und gestalten

Passend zu Ihrem gewählten Vorlesemodell gilt es, eine angenehme und anregende Umgebung zu finden. Die Bedeutung dieser Räume für das Gelingen einer Begegnung wird häufig unterschätzt - lassen Sie sich daher nicht einfach einen Raum zuweisen, sondern überlegen Sie sehr bewusst, welche Wirkung die Lage, die Größe, die Sitzgelegenheiten oder das Licht eines Raumes auf das Vorlesegeschehen hat. Was ist unveränderlich und was kann von Ihnen mit einfachen Mitteln gestaltet werden?

Auf alle Fälle ist es wichtig, dass die Gruppe in der jeweiligen Umgebung das Gefühl von ungestörter Zusammengehörigkeit entwickeln kann. Durchgangsbereiche, der Blick in bewegte Umgebung, Geruchsbelästigungen oder naheliegende Lärmquellen können eine Vorlesestunde massiv beeinträchtigen. Auch sollte der Raum ausreichend beheizt und gut zu lüften sein.

## Aufmerksamkeit schaffen

Eine gestaltete Mitte mit Fotos, Stoffen, Bildern oder Gegenständen, die mit dem Thema der jeweiligen Stunde zu tun haben, weckt das

Interesse, fokussiert die Aufmerksamkeit, bietet erste Gesprächsimpulse und wird als wohltuende Zuwendung wahrgenommen. Ein angenehmes Licht trägt wesentlich zu einer positiven und anregenden Atmosphäre bei.

Ein gut funktionierender Vorleseraum ist nach Möglichkeit beizubehalten. Wenn sich das Programm etabliert hat und wechselseitiges Vertrauen aufgebaut wurde, kann ein Ortswechsel aber durchaus für frischen Wind sorgen. Ein Treffen im Garten des SeniorInnenheims, in der Bibliothek oder im Kaminzimmer ermöglicht neue Impulse und veränderte Wahrnehmungen.

## Sitzordnung

Die gewählte (oder räumlich vorgegebene) Sitzordnung hat wesentlich Einfluss auf die Kommunikation und Interaktion während der Stunde. Sitzen die ZuhörerInnen im Halbkreis vor Ihnen, so stehen Sie und das Vorlesegeschehen im Mittelpunkt, zugleich aber können die TeilnehmerInnen bei nachfolgenden Gesprächen direkt miteinander in Blickkontakt treten und so besser kommunizieren. Ist die Gruppe größer, so könnten Sie einen höheren Stuhl wählen oder ein kleines Podest nutzen. Solche Hilfsmittel stärken Ihre Präsenz, zugleich schaffen Sie aber größere Distanz zu Ihrem Publikum.

Da bei manchen möglicherweise das Hörvermögen nachgelassen hat, sollte man diskret Augenmerk darauf legen, diese Damen und Herren näher an sich heranzuholen. Achten Sie darauf, dass zu diesen Personen guter Blickkontakt besteht, da auch dies das Zuhören wesentlich erleichtert.

Die richtige Balance von Nähe und Distanz ist immer wieder neu zu suchen, beobachten Sie da-

her bewusst, wie sich das Geschehen bei einem Wechsel in der Sitzordnung verändert und welche Form sich in ihrem Fall als beste erweist. Kommen Diskussionsbeiträge und Erfahrungsberichte immer aus einer bestimmten Ecke? Sind einige Bereiche regelmäßig aus der Diskussion ausgeschlossen? Mitunter reicht eine kleine Veränderung in der Sitzordnung, um wieder alle in das Geschehen zu integrieren.

## Bequeme Sitzplätze

Die meisten älteren TeilnehmerInnen bevorzugen Stühle mit integrierten Armlehnen, da dies für sie ein bequemerer und entspannteres Sitzen ermöglicht. Für die SeniorInnen soll es unbedingt Möglichkeiten für das Abstellen eines Wasserglases, des Kaffees, der Brillen oder Ihrer Unterlagen geben. Ein kleines Tischchen neben dem Stuhl oder ein großer Tisch, um den herum die ganze Gruppe sitzt, ist somit unerlässlich. Denken Sie auch an den benötigten Abstellplatz für Gehhilfen, Rollatoren etc.

## Veranstaltungszeit

Hilfreich ist es, wenn die Vorlesestunden immer zu den gleichen Zeiten stattfinden und so zu einem festen Bestandteil im Programm der Einrichtung werden. Natürlich müssen Sie sich an den Abläufen der Institution orientieren, aber bedenken Sie auch Ihre eigenen zeitlichen Ressourcen. Häufig werden Nachmittage gewählt, da die Vormittage mit anderen Terminen überfrachtet sind. Großer Beliebtheit erfreut sich in manchen SeniorInnenheimen neuerdings ein Abendtermin, da um diese Zeit die organisatorischen Freiräume meist größer sind und ein Tagesabschluss mit einer Geschichte sehr positiv wahrgenommen wird.

## Die Dauer der Veranstaltung

Zumeist werden die Veranstaltungen mit einer Dauer von 45 bis 60 Minuten angesetzt, was keinesfalls bedeutet, dass dies auch die Zeit des unmittelbaren Vorlesens meint. In der Regel überschreiten einzelne Vorleseabschnitte keinesfalls die Zeit von zehn Minuten. VorlesepatInnen ersetzen nicht ein Hörbuch, sondern öffnen mit ihrem Vorlesen Möglichkeiten der persönlichen Begegnung und des Gesprächs.

Beobachten Sie immer die Aufmerksamkeit und Konzentration des Publikums und überlegen Sie sich schon im Vorfeld Möglichkeiten für längere oder kürzere Textabschnitte. Bei erkennbaren Ermüdungserscheinungen sollte man für Abwechslung, Frischluft, ein Glas Wasser oder eine kleine Unterbrechung sorgen. Ist im Konzept eine Pause bereits fix eingeplant, so teilen Sie dies den ZuhörerInnen zu Beginn mit.

## Bedürfnisse erkennen

Alle Menschen sind verschieden und jede Gruppe entwickelt einen eigenen Charakter - das gilt für Menschen jeden Alters. Beobachten Sie, wie die TeilnehmerInnen auf Ihr Angebot reagieren. Wer möchte lieber zuhören, wer lieber reden? Wer wird unruhig, wer fühlt sich wohl? Um Störungen oder Gereiztheiten vorzubeugen, können Sie solche Punkte auch in der Gruppe ansprechen und diskutieren.

Manche ZuhörerInnen haben vielleicht Konzentrationsschwierigkeiten oder sind von einer mehr oder weniger fortgeschrittenen Demenzerkrankung betroffen, andere wiederum sind geistig hoch aktiv und möchten stärker gefordert werden. Gelingt es, durch eine lockere Abwechslung alle Interessen unter einen Hut zu bringen oder

muss ich mich für eine Zielgruppe entscheiden? Wen muss ich einbremsen, wen ermutigen? Wichtig ist es, diese Vielfalt, die unweigerlich zu Tage tritt, nicht zu ignorieren, sondern als Bereicherung anzunehmen und wertzuschätzen.

## Rituale geben Struktur

Ähnlich wie bei einer Theateraufführung empfiehlt es sich, wiederkehrende Abläufe zu einer Art Ritual zu formen. Vor allem der Beginn und der Schluss der Veranstaltung sollten klar markiert und sehr bewusst gesetzt werden. Eine Klangschale oder ein anderes akustisches Signal könnten diesen Rahmen setzen. Eine bestimmte Requisite (ein Stein, ein Schal, eine Leselampe etc.) oder eine veränderte Position (stehend lesen oder sich auf einen eigenen Vorlesestuhl setzen) könnte die Phase der unmittelbaren Vorlesezeit markieren. Eine vereinbarte kurze Stille nach dem Vorlesen lässt das Gehörte nachschwingen.

Ganz wesentlich ist ein guter Ausklang: Beenden Sie die Vorlesestunde nie unmittelbar nach dem Vorlesen, sondern planen Sie immer noch Zeit für das Gespräch, für Reaktionen und Fragen ein.

Ein herzlicher Händedruck, ein freundliches Lächeln und das Versprechen, bald wieder zu kommen, sorgen für einen Abschluss, bei dem sich alle wahrgenommen fühlen.

Schauen und hören Sie sich bei anderen VorlesepatInnen um und wählen Sie die Ausdrucksformen, die zu Ihnen, der Gruppe und Ihrem Vorlesekonzept am besten passen.

## Weitere sinnliche Anregungen

Mit Anschauungsmaterial, passenden Gegenständen oder Bildern können Sie die vorberei-

teten Texte mit zusätzlichen Impulsen begleiten. Wenn Sie diese Gegenstände bereits vor der Lesesituation präsentieren, geben Sie den Texten damit einen sinnlichen Bezugspunkt. Sie können solche Gegenstände aber auch noch zurückhalten und erst dann zum Einsatz bringen, wenn das auf die Vorlesesituation folgende Gespräch ins Stocken kommen sollte.

Übernehmen Sie sich zu Beginn nicht mit Ideen oder einer Überfülle an Materialien - ein, zwei Gegenstände reichen, um das Geschehen aufzulockern. Wird zuviel aufgetischt, verliert sich rasch die Konzentration und der Themenschwerpunkt entschwindet. Ist innerhalb der Gruppe bereits eine gewisse Vertrautheit entstanden und haben Sie schon Sicherheit in Ihrer Rolle gefunden, können Sie als zusätzliche Anregung auch an den Einsatz von Musik denken: Ein zum Text passendes Lied oder anderes Musikstück kann entspannend oder anregend wahrgenommen werden. Gegenüber Personen mit Hörgeräten gilt es hinsichtlich der Lautstärke und möglicher Rückkoppelungen besonders achtsam zu sein. Manche Einrichtungen verfügen bereits über eine induktive Höranlage, die den TrägerInnen von Hörgeräten eine bessere Tonqualität ermöglicht.

## Fühlen, Riechen, Schmecken

Viele unserer Erinnerungen sind schwer in Sprache zu übertragen - Gerüche und Geschmäcker, die oft unauflöslich mit bestimmten Ereignissen oder Lebenssituationen verbunden sind, zählen

hierzu. Vielleicht ergibt sich aus dem Bezug zum Text die Möglichkeit, einen Gegenstand zum Riechen, etwas zum Kosten oder ein Material zum Befühlen mitzubringen - völlig unmittelbar können dabei Erinnerungen zu Tage treten, die zu Gespräch und Austausch führen. In der SeniorInnenarbeit Tätige sind bestimmt gerne bereit, Ihnen hierzu weitere Tipps und Impulse zu liefern.

## Bewegung für Körper und Geist

Erwachsene sitzen meist zu lange in unveränderter Position und geraten damit unweigerlich in eine gewisse Trägheit des Geistes. Mit einfachen Konzentrations- und Bewegungsspielen lassen sich auftretende Lethargie und Ermüdungserscheinungen auflösen. Dabei braucht es keineswegs große Aufwendungen oder Anstrengungen.

Wie einfache Sitztänze oder Bewegungslieder aussehen und funktionieren, erläutert Stefanie Krassa in einem Beitrag auf S. 36. Entsprechende Videos finden Sie auch auf YouTube.

Die gemeinsame Suche nach Sprichwörtern, die Bezüge zu einem Text herstellen, regen das Denken an, ein Memospiel zu Gegenständen, Orten oder Namen, die in einer Geschichte vorgekommen sind, heben die Aufmerksamkeit und steigern die Motivation zu genauerem Hinhören. Alles dies sind kleine Abwechslungen, die als spielerische Herausforderung wahrgenommen werden und zugleich die Konzentration der Gruppe hochhalten.



## *Der Weg zum passenden Vorlesemodell*

: verschiedene Konzepte mit ihren Chancen und Grenzen

Lesungen in SeniorInnen-Einrichtungen werden häufig als einmalige Veranstaltung in der Adventszeit oder zu besonderen Anlässen angeboten. Solche Veranstaltungen folgen eigenen Gesetzen und werden hier nicht weiter erörtert. Vorgestellt werden im Folgenden solche Konzepte, die auf wiederkehrende Treffen ausgelegt sind und somit im engeren Aufgabengebiet von VorlesepatInnen liegen.

Je nach Zielsetzung, Gruppengröße oder Anspruch hat man die Wahl zwischen unterschiedlichen Modellen mit spezifischen Schwerpunkten und Herausforderungen. Zwischen diesen Veranstaltungstypen gibt es natürlich auch fließende Übergänge oder Möglichkeiten der Kombination.

### Literaturkreise in SeniorInnenheimen

Bei diesem Modell kommt eine relativ stabile Gruppe in regelmäßigen Abständen (z.B. einmal im Monat) zusammen, um gemeinsam über Bücher und Texte zu sprechen. In der anspruchsvollen Variante werden von den TeilnehmerInnen bis zur nächsten Zusammenkunft Texte gelesen, über die man sich dann gemeinsam austauscht.

Dieses Format setzt voraus, dass sich eine Kerngruppe dauerhaft für diese Form des Austausches interessiert und deren Leitung auch über literarische Kompetenzen verfügt. Damit bildet sich in der SeniorInneneinrichtung ein Literaturkreis, wie er auch in vielen Bibliotheken angeboten wird.

Da in diesem Modell die Meinungsvielfalt und aktive Beteiligung wichtig sind, empfiehlt sich eine Gruppengröße von sechs bis zehn Personen. Die TeilnehmerInnen sollten aktive LeserInnen sein, die bereits darin geübt sind, über Bücher und Texte zu sprechen. Ihre Kunst als VorlesepatIn besteht vor allem darin, die richtige Mischung aus der Nähe zum Buch und der thematischen Verbindung zum eigenen Leben zu finden. Verschiedene Meinungen und Zugänge müssen Platz haben und wechselseitig respektiert werden.

In der Praxis zählt dieser Veranstaltungstyp wegen seines fordernden Anspruches und der nötigen Konstanz der TeilnehmerInnen zu den eher selten gewählten Formen.

### Vorlese- und Gesprächsrunden

Auch bei diesem Modell stehen die präsentierten Texte im Mittelpunkt, es entfällt jedoch eine gemeinsame Vorablektüre, was einen gelegentlichen Wechsel unter den TeilnehmerInnen weniger störend erscheinen lässt.

Das Hauptaugenmerk liegt darin, sich in regelmäßigen Abständen zu treffen, um jeweils ein Buch, ein Thema oder einen Text in den Mittelpunkt zu stellen und ihn mit eigenen Ansichten, Lebenserfahrungen und Erinnerungen in Beziehung zu setzen.

Während bei einem Literaturkreis möglichst alle TeilnehmerInnen zu Wort kommen sollen, ist



© Linda Ranegger

hier eine Mischung aus aktiveren und zurückhaltenderen TeilnehmerInnen kein Problem, bisweilen sogar wünschenswert. Für ein wachsendes Vertrautwerden und eine vertiefende Auseinandersetzung mit lebensrelevanten Themen und Fragestellungen ist eine relativ konstante Kerngruppe, an der sich die jeweils neu Hinzugekommenen orientieren können, hilfreich, aber keine notwendige Voraussetzung.

## Erzählcafés

Bei dieser Veranstaltungsform steht der lockere Erfahrungsaustausch im Fokus. Bücher, Texte, Lieder oder Gegenstände haben die Funktion, mit thematischen Impulsen das Gespräch in Gang zu bringen. So könnten z.B. rund um ein Thema (Kindheit auf dem Land, Meine erste Reise, Wie sich unsere Stadt verändert etc.) verschiedene Textabschnitte aus Gedichten, Erzählungen oder Zeitungen vorgelesen und ein paar Bilder als Impulse aufgelegt werden, um die Erfahrungen und

Erinnerungen der TeilnehmerInnen in Austausch zu bringen.

Dieses Format wird als einladend und anregend wahrgenommen, birgt aber die Gefahr, in einer unverbindlichen Plauderei zu enden. Aufgabe der VorlesepatInnen ist es, das jeweilige Thema nicht aus den Augen zu verlieren und dem Gesprächsverlauf eine Richtung zu geben, in der neben unterhaltsamen Elementen auch Platz für ernstere Fragen bleibt.

## Individuelles Vorlesen

Sowohl mit Einzelpersonen als auch Kleingruppen (z.B. den BewohnerInnen eines Zimmers) werden individuell abgestimmte Vorlesestunden in privatem Rahmen abgehalten. Freundschaftliche Begegnung steht hier im Mittelpunkt. VorlesepatInnen berichten von sehr berührenden bisweilen aber auch belastenden Begegnungen, in denen man sich menschlich sehr nahe kommt.

## *Die richtige Geschichte zur rechten Zeit*

: die Wahl der Bücher, Themen und Texte

Häufig greifen VorlesepatInnen zu Beginn ihrer Tätigkeit auf eigene Leseerfahrungen zurück und wählen Bücher, die ihnen lieb und wichtig sind. Damit betreten sie vertrautes und sicheres Gelände und können etwas von der eigenen Lesefreude authentisch weitergeben. Um nicht ganz im subjektiven Erleben steckenzubleiben, empfiehlt es sich, auch andere Bezugsquellen und Beratungsmöglichkeiten zu nutzen, um so ein breiteres Bild über Lesestoffe und ihren besten Einsatzbereich zu gewinnen.

### Leseangebote im Einsatzgebiet

Erkundigen Sie sich gleich zu Beginn Ihrer Tätigkeit, ob die SeniorInnen-Einrichtung über eine eigene Bibliothek oder Abos von Zeitungen und Zeitschriften verfügt. Ein genauerer Blick auf diese Bestände zeigt Ihnen, ob Sie hier brauchbaren Lesestoff oder zumindest thematische Anknüpfungspunkte zu Ihren Lesestunden finden.

Gehen Sie in die Öffentlichen Bibliotheken in Ihrer Umgebung und suchen Sie das Gespräch mit den BibliothekarInnen. Gerade im persönlichen Austausch kann man sehr viel über Bücher und unterschiedliche Zugänge zu Geschichten erfahren. BibliothekarInnen werden häufiger mit solchen Fragestellungen und Anliegen konfrontiert, sind über interessante Neuerscheinungen meist gut informiert und können somit als eine Art Informationsdrehscheibe zwischen LeserInnen und VorleserInnen in unterschiedlichen Bereichen fungieren.

### Das „richtige“ Buch

Die Auswahl des passenden Lesestoffs darf und kann Ihnen niemand abnehmen. Letztlich geht es immer darum, die eigenen Vorlieben mit den möglichen Interessen der ZuhörerInnen in Einklang zu bringen und einen Text zu finden, der Anknüpfungspunkte zum Leben der TeilnehmerInnen bietet. Somit eignen sich viele Bücher als Vorlesestoff, die Frage ist vielmehr, wie man sie einsetzt und was man mit ihnen in einer konkreten Vorlesesituation macht. Im Blick auf unterschiedliche Gattungen hier einige Impulse.

### Gedichte, Reime, Balladen, Lieder

Je nachdem, ob die ZuhörerInnen die Texte schon kennen oder ob sie für sie neu sind, werden sie anders darauf reagieren. Setzen Sie auf sehr bekannte Gedichte (Klassiker, Volksgut, Schullektüre), so rufen Sie damit Erinnerungen wach. Im anschließenden Gespräch kann man auf diese Erinnerungen zurückgreifen und sie in Austausch bringen: „Wann haben Sie dieses Gedicht gehört oder gelernt? Wie haben Sie es damals empfunden? Hat sich für Sie dabei etwas verändert? Was mochten Sie an dem Gedicht, was hat Sie gestört? Können Sie noch Teile auswendig?“

Wichtig bei lyrischen Texten ist, dass man ihnen Raum und Zeit gibt. Ein Gedicht liest man nicht wie einen Zeitungsausschnitt, diese feinen Sprachgebilde brauchen Raum zum Klingen. Um ihnen die gebührende Aufmerksamkeit zu schen-

ken, hat die Lyrikerin Hilde Domin ihre Gedichte immer zweimal gelesen - Sie können das ja einmal ausprobieren.

Trauen Sie sich an das Singen von Liedern heran? Wenn Sie selbst nicht so gerne singen, können Sie die ZuhörerInnen einladen, das Ansingern oder die Führung der Gruppe zu übernehmen. Ältere Menschen verfügen häufig über ein großes Repertoire an Liedern und freuen sich, wenn sie etwas zum Gelingen der Stunde beitragen können. Auffällig ist, dass Melodien meist viel länger im Gedächtnis bleiben als Texte.

## Märchen, Sagen und Fabeln

Diese leicht zugänglichen, unterhaltsamen Textgattungen haben meist eine gute Länge zum Vorlesen. Dies bringt den Vorteil, dass man sich nicht um Kürzungen und Zusammenfassungen kümmern muss und den ZuhörerInnen eine geschlossene Handlung bieten kann.

Zeitlos in ihren Aussagen und in ihrer Faszination öffnen diese Texte breiten Raum für Diskussionen, Deutungen oder die Rückbesinnung auf Kindheitstage. Wenn Sie ältere Textfassungen verwenden, ermöglichen Sie zugleich die Wiederbegegnung mit vergangenen Sprachformen. Da solche Bücher häufig illustriert sind, haben Sie zugleich einen großen Fundus an optischen Impulsen.

Auf Seite 41ff finden Sie einen Beitrag von Brigitte Weninger, in dem sie den besonderen Wert von Sagen herausarbeitet und Möglichkeiten der Umsetzung aufzeigt.

## Zeitungen und Zeitschriften

Diese Textsorten stehen vermutlich nicht am Beginn Ihrer Vorlesetätigkeit in einer SeniorInnen-

Einrichtung. Sobald man sich besser kennt und in seinen Interessen etwas einschätzen kann, bieten Zeitschriften und Zeitungen sehr gute Möglichkeiten des Einstiegs in aktuelle Fragestellungen und Entwicklungen. Breite gesellschaftliche Entwicklungen eignen sich hier gewiss besser als Gesprächsgrundlage als politische Kontroversen, die sehr rasch zu persönlichen Auseinandersetzungen führen können. Gerade männliche Teilnehmer schätzen sachbezogene Texte.

## Biografien und biografische Romane

Viele ältere ZuhörerInnen mögen Literatur, in der das Leben interessanter Persönlichkeiten vor dem Hintergrund ihrer Zeit präsentiert wird. Das Persönliche und das Geschichtliche sind in enger Verbindung präsent und schaffen Anknüpfungspunkte, das eigene Leben mit den Geschehnissen der Zeit in Beziehung zu setzen.

Der herkömmliche Umfang dieser Bücher erlaubt nur ein ausschnittweises Vorlesen, dem zusammenfassenden Erzählen kommt somit große Bedeutung zu. Die Einbeziehung der TeilnehmerInnen und ihres Vorwissens ist naheliegend. Bewunderswerten Persönlichkeiten ist gegenüber Negativfiguren (Schreckensherrscher etc.) der Vorzug zu geben. Biografische Themen eignen sich sehr gut für eine eigene Auswahl der Gruppe: „Möchten Sie bei der nächsten Zusammenkunft lieber etwas über die Familie Mozart oder Bertha von Suttner erfahren? Oder haben Sie einen anderen Vorschlag?“

## Bilderbücher

Diese Buchgattung bietet eine Fülle an Qualitäten und Möglichkeiten, die für Vorlesestunden von Bedeutung sind: überschaubarer Umfang, dichte Form der Umsetzung, künstlerische Zugänge.

Sie müssen allerdings damit rechnen, dass manche TeilnehmerInnen gegenüber Bilderbüchern skeptisch eingestellt sind. Sie sehen darin Bücher für Kinder, die noch nicht lesen können, und bewerten sie als „kindisch“.

Wenn Sie selbst einen positiven Zugang zu diesem Medium haben, wird sich auch die Einstellung der kritischen TeilnehmerInnen rasch ändern. Der Rückgriff auf alte Bilderbücher kann das Erzählen aus der eigenen Kindheit in Gang bringen, die Präsentation neuer Bilderbücher die breite Palette an Darstellungsformen zeigen. Wenn Sie Bilderbücher einsetzen, müssen Sie sich auf alle Fälle mit der Frage beschäftigen, wie Sie der Gruppe die Bilder präsentieren können. Was bei individuellen Lesestunden und kleinen Gruppen noch mit Hochhalten oder Herumreichen geht, braucht bei größeren Gruppen andere Formen (mehrere Exemplare, Vervielfältigen, Beamer, Bildschirm, Kamishibai ...).

## Kurzgeschichten

Im Bereich der Kurzgeschichten gibt es eine Fülle anspruchsvoller Texte. Auf dem Buchmarkt zählen sie nicht zu den absatzstärksten Genres, haben beim Vorlesen aber den großen Vorteil, dass man den TeilnehmerInnen einen geschlossenen Text mit einer geschlossenen Handlung präsentieren kann.

## Anekdoten, Humoristisches

Der Wunsch nach heiterer Unterhaltung und gemeinsamen Lachen lässt viele LesepatInnen gerne in diesem Angebot suchen. Vor allem zu Beginn der Vorlesestunden, kann man noch nicht abschätzen, wie die TeilnehmerInnen auf

ernstere Themen reagieren. Hier ist humorvolle Lektüre empfehlenswert.

Präsentiert man bei der ersten Begegnung ein paar kürzere Texte verschiedener AutorInnen mit unterschiedlicher Schwierigkeit und Ernsthaftigkeit, dienen diese gleich als eine Art Stimmungsbarometer. Unterhaltung muss ja nicht auf reine Schenkelklopfer setzen, Texte von Christine Nöstlinger, Eugen Roth oder Wilhelm Busch haben hinter ihrer Komik auch ernste Themen zu bieten.

## Grundsätzliches zur Textwahl

- Lesen Sie nur etwas vor, das Sie auch selbst interessiert! Nehmen Sie nur Texte, die Sie kennen und deren Grundstimmung Sie erfasst haben.
- Geschichten, die Ältere an Kindheitserlebnisse, Begebenheiten aus der Berufszeit oder der Familie erinnern, sind gute Anknüpfungspunkte für weiterführende Gespräche.
- Lassen Sie sich von vereinzelter Kritik an Vorlesetexten nicht verunsichern und beziehen Sie diese Vorbehalte nicht auf sich. Es gibt keinen einheitlichen Leseschmack!
- Hintergrundwissen gibt Sicherheit. Holen Sie sich aus dem Internet Informationen über die AutorInnen und die Texte, z.B. auf Wikipedia, rezensionen.at, Literaturseiten etc.
- Erschließen Sie die Texte gemeinsam. Wenn es Ihnen gelingt, auf das Wissen und die Erfahrungen der ZuhörerInnen zurückzugreifen, setzen Sie damit ein wichtiges Gruppengeschehen in Gang.



## *Texte und Menschen im Gespräch*

: von der Vorlesesituation zum gemeinsamen Austausch

### Offenheit bewahren

Wie gut die jeweilige Stunde gelingt, hängt auch von vielen Faktoren ab, die Sie nicht selbst bestimmen können. Man darf sich von diesen Einflüssen nicht verunsichern lassen, weil es gerade die Lebendigkeit des Konzepts ist, die wirkliche Begegnungen ermöglicht. Stimmungen und Gefühle lassen sich nicht einschalten. Sie sollten daher auch immer bereit sein, aus der Situation heraus einen Ablauf zu ändern und ihn der jeweiligen Situation anzupassen.

Halten Sie nicht krampfhaft an einem Vorhaben fest - die Planung einer Veranstaltung ist eine Stütze und kein Korsett. Je mehr Sie über die konkrete Situation einer Gruppe und das Wesen der einzelnen TeilnehmerInnen wissen, umso besser können Sie sich darauf einstellen. Sie haben nie die Garantie, dass sich eine Veranstaltung so entwickelt, wie Sie es sich gedacht haben - aber mit einer guten Planung lässt sich auch gut improvisieren.

### Vorbereitung

Achten Sie auf die Sprache und Wortwahl des Textes. Ist alles verständlich oder braucht es vereinzelt Erklärungen? Sie können einzelne Begriffe ersetzen oder den Text auch kürzen - AutorInnen machen das bei ihren eigenen Büchern ebenso. Wichtig bei Streichungen ist jedoch, dass Sie den Erzähl- bzw. Spannungsbogen nicht verlieren.

Wenn Sie mehrere Texte gewählt haben: Lassen sich diese unter ein gemeinsames Thema oder Motto stellen? Damit schaffen Sie Bezüge zwischen den Texten und legen eine breitere Basis für die folgenden Gespräche und Diskussionen.

### Den Texten Stimme geben

Vorlesen braucht Einstimmung und Vorbereitung. Lesen Sie die Texte vorher zu Hause möglichst mehrmals laut, besonders, wenn Sie noch wenig Übung beim Vorlesen haben.

Vertrauen Sie Ihrer eigenen Persönlichkeit und Ihrer Stimme - nur authentisches Vorlesen wirkt glaubhaft. Versuchen Sie nicht, jemanden zu imitieren oder stilistische Mittel einzusetzen, die Ihnen nicht liegen!

Ihre Stimme ist Ihr wichtigstes Organ beim Vorlesen. Die besondere Betonung wichtiger Informationen macht einen Text besser verständlich für die Zuhörenden. Vor allem älteren Menschen sollte langsam, deutlich, laut und verständlich, aber keinesfalls monoton vorgelesen werden.

Ihr Vorlesestil hängt vom jeweiligen Text ab: Eine dramatische Geschichte wird anders vorgetragen als eine sachliche Alltagsbeschreibung. Emotionen sind immer auch an der Stimme und unserer Körpersprache ablesbar. Als unterhaltsame Praxisübung können Sie laut den Beipackzettel eines Medikaments einmal ängstlich,

einmal mürrisch und einmal sinnlich vorlesen. Dabei schlüpft die Stimme jeweils in eine andere Rolle und verändert ihren Ton.

Weniger erfahrenen VorleserInnen passiert es häufig, dass sie zu schnell lesen. Ein langsames Lesetempo mit ausreichenden Pausen und klarer Betonung gibt den ZuhörerInnen bessere Möglichkeiten, das Gehörte in Bilder zu übersetzen. Zudem gliedern Pausen den Text und können zugleich die Spannung erhöhen.

Achten Sie auf eine angemessene Lautstärke. Vorlesende können das selbst oft gar nicht so leicht einschätzen. Fragen Sie daher zu Beginn mehrmals nach, ob Sie auch gut verständlich bzw. nicht zu laut sind.

Unterstreichen Sie das Gelesene mit angemessener Mimik und Gestik, aber übertreiben Sie dabei nicht. Es lenkt sonst die Aufmerksamkeit der Zuhörenden mehr ab, anstatt sie zu erhöhen. Ein leichtes Charakterisieren der unterschiedlichen Figuren eines Textes durch die Tonhöhe macht das Geschehen noch plastischer.

Blickkontakt schafft Beziehung und Aufmerksamkeit. Sehr oft passiert es, dass wir nur zu einigen Menschen einer Gruppe solche Blickkontakte aufbauen oder nur in eine bestimmte Richtung schauen - lassen Sie daher Ihren Blick ganz bewusst immer wieder einmal durch die ganze Gruppe schweifen.

Bei poetischen Texten sollte man besondere Aufmerksamkeit auf die Betonung und einen rhythmischen Lesefluss legen. Um den Klang und Zauber der Sprache besser wahrnehmbar zu machen, kann man solche Texte z.B. auch ein zweites Mal lesen.

## Vorlesen im Dialog

Die vorangegangenen Hinweise zeigen bereits, dass Vorlesen nicht nur in eine Richtung geht, sondern dass viele Elemente der Kommunikation mit dem Publikum eingebaut sind - eben das unterscheidet eine Radiosendung oder ein Hörbuch von einer lebendigen Vorlesesituation.

Durch folgende Mittel und Techniken können Sie den Austausch mit dem Publikum verstärken:

### **Die Zuhörenden in den Text einbeziehen**

Manche Texte sollten ohne Unterbrechung als eine geschlossene Einheit präsentiert werden, andere wiederum eignen sich gut dazu, um zwischendurch mit dem Publikum ins Gespräch zu kommen. Diese das Gespräch suchende Form der Präsentation wird als „dialogisches Vorlesen“ bezeichnet und kann zum Beispiel Fragen zum Wesen einer Figur, zum Charakter eines Ortes oder zu möglichen Hypothesen über den weiteren Verlauf der Geschichte aufwerfen. Dabei werden automatisch die Kenntnisse und persönlichen Erfahrungen der Zuhörenden aktiviert. Die Kunst der Vorlesenden ist es, das Publikum mit einzubeziehen und dennoch den roten Faden einer Geschichte nicht zu verlieren.

Wie sehr einem das dialogische Vorlesen liegt, lässt sich ganz leicht ausprobieren, indem man mit ein paar ersten Fragen diesen interaktiven Austausch beginnt.

### **Einladung zum Mitsprechen oder Mitsingen**

Manche Texte und viele Gedichte oder Lieder sind so aufgebaut, dass wiederkehrende Textbausteine bzw. Refrains vorkommen. Fordern Sie die TeilnehmerInnen zum Mitsprechen dieser

Passagen auf, zum Beispiel mit Blick und Gesten. Mit einfachen Mitteln werden die ZuhörerInnen somit zu aktiv Beteiligten, was meist als gleichermaßen anregend wie unterhaltsam wahrgenommen wird.

Kommt von den TeilnehmerInnen dann der Wunsch, eine weitere Strophe zu singen oder ein Gedicht zu wiederholen, so haben Sie ein ganz wesentliches Ziel Ihrer Vorleseaktivitäten erreicht und Sie können Ihren Zeitplan gerne über Bord werfen. Ihre ZuhörerInnen werden Ihnen diese Flexibilität danken.

## Gesprächsführung

Alle SeniorInnen sollten sich nach Möglichkeit angesprochen fühlen und in irgendeiner Form am Gespräch beteiligen. Als VorlesepatInnen kommt Ihnen die Aufgabe zu, das Gespräch in Gang zu setzen und es auf einer angeregten und wechselseitig wertschätzenden Ebene nahe am Thema zu halten. Gut gewählte Stichworte und kleine Impulsfragen sorgen dafür, dass die Gruppe sich auszutauschen beginnt. Je besser Ihnen das gelingt, umso stärker können Sie sich inhaltlich zurücknehmen und sich auf die Aufgabe des Moderierens beschränken. Achten Sie darauf, dass die Reihenfolge der Wortmeldungen eingehalten wird, einzelne Beiträge nicht zu lang geraten oder zurückhaltendere TeilnehmerInnen ermuntert werden, sich ebenfalls zu beteiligen.

Hier einige Hinweise auf typische Herausforderungen, wie sie in jeder Vorlesestunde auftreten können.

### **Alle TeilnehmerInnen einbeziehen**

Häufig passiert es, dass TeilnehmerInnen auf eine Impulsfrage nur in Richtung der Vorlesenden antworten und andere Anwesende die

Antwort gar nicht oder schlecht hören. Ersuchen Sie dann, die Wortmeldung zu wiederholen. Sollten Sie gerade stehen, so gehen Sie dabei nicht näher an die Sprechenden heran, sonst werden Sie vielleicht beim Reden noch intimer und leiser - gehen Sie eher einen Schritt zurück, um damit zum lauterem Sprechen aufzufordern.

### **Grüppchenbildung vermeiden**

Sehr rasch kann es geschehen, dass zu einem Thema Seitengespräche zwischen einzelnen TeilnehmerInnen entstehen. Sorgen Sie dafür, dass solche Nebengespräche schnell aufgelöst werden und wieder ein gemeinsamer Austausch unter allen Anwesenden möglich wird. Soweit Sie Einfluss auf die Platzwahl haben, versuchen Sie TeilnehmerInnen, die zu solchen Einzelgesprächen neigen, bei der nächsten Zusammenkunft weiter auseinander zu setzen. Hilfreich kann es sein, selbst ganz still zu werden und die unentwegt Plaudernden nur anzusehen.

### **Langatmigkeiten eindämmen**

Manche TeilnehmerInnen tun sich schwer, einen Gedanken oder ein Erlebnis kurz und prägnant darzustellen, und neigen zu umständlichen und ausufernden Beiträgen. Da es manchmal nicht leicht ist, so einen Redefluss zu stoppen, sollte man bereits zu Beginn Hinweise in diese Richtung geben. „Damit möglichst alle zu Wort kommen können, bitte ich Sie um kurze Wortmeldungen und Berichte.“

Eine andere Form von Langatmigkeit entsteht, wenn Argumente und Geschichten häufig wiederholt werden. Bei älteren TeilnehmerInnen kann es geschehen, dass für sie zentrale Themen häufig wiederkehren. Greifen Sie behutsam ein, indem Sie, ohne jemanden direkt ins Wort zu fal-



© Monika Heinzle

Bildlegemethoden unterstützen die Arbeit, geben Struktur und regen zum Weiterdenken an.

len, einen neuen Gedanken und Impuls ins Gespräch bringen.

### Überforderungen vermeiden

Auch Zuhören kann anstrengend sein. Schon nach mehreren Minuten kann es passieren, dass die Aufmerksamkeit nachlässt. Lesen Sie daher lieber in mehreren Portionen, die jeweils nicht über fünf bis sieben Minuten hinausgehen.

Lesen Sie auch in den Gesichtern und Körperhaltungen der TeilnehmerInnen, wie es um die Konzentration steht und passen Sie Ihr Konzept der jeweiligen Situation an.

### Vorlesen und Desorientierung

Die Arbeit mit dementen SeniorInnen ist eine besondere Herausforderung. Suchen Sie zu diesem Thema bereits vorab das Gespräch mit dem Pflegepersonal und holen Sie sich Anregungen und Tipps auch bei anderen VorlesepatInnen. Mit Musik, kleinen Spielen, einfachen Denkaufgaben, Sprüchen, Reimen und Gedichten kann bisweilen eine erstaunlich gute Einbindung der Betroffenen gelingen.

Bereits in frühen Phasen der Demenz werden

Betroffene aus vielen Formen der gesellschaftlichen Teilhabe zurückgedrängt oder sogar ausgeschlossen. Vorlesen ist für desorientierte Menschen eine gute Gelegenheit, Teile ihres Erinnerungs- und Denkvermögens zu aktivieren. Während vieles aus der aktuellen Gegenwart rasch dem Vergessen anheimfällt, verfügen Erinnerungen, die weit zurückreichen, oft über besondere Beständigkeit. Dies gilt es zu nutzen.

Desorientierte Menschen nehmen ihre Umgebung anders wahr. Deshalb muss auf sie als ZuhörerInnen besonders intensiv eingegangen werden. Vorgelesene Geschichten und Märchen können z.B. mit Hilfe einer Bildlegemethode sichtbar gemacht werden und vielleicht Erinnerungen wachrufen, auf die dann eingegangen werden kann. Die Auswahl geeigneter Geschichten, die spezielle Vorlesesituation, die Umgebung und der Umgang mit unerwarteten Störungen sind hier besonders zu beachten.

### Was ist Validation?

*Ich will zeigen, dass desorientierte Menschen ein Hirn haben, dass ihr intuitives Gehirn intakt ist, dass sie weise, einzigartig und wertvoll sind. Daher verwende ich auch den Begriff Demenz nicht,*

*der ist sehr respektlos, denn das heißt so viel wie ‚ohne Geist‘ und das stimmt absolut nicht. Das Gehirn von alten und sehr alten Menschen altert eben, wie der Körper auch. Das ist Teil des Lebens und des Alterns, aber keine Krankheit. Wenn man desorientierten Menschen nur aufmerksam zuhört und sie annimmt, wie sie sind, passieren wunderbare Dinge.*

Interview mit Naomi Feil, Die Presse, 22. Nov. 2012

Validation bezeichnet eine Methode der Kommunikation, die die Amerikanerin Naomi Feil zwischen 1963 und 1980 entwickelte. Sie erleichtert es, mit desorientierten Menschen in Kontakt zu treten und zu bleiben. Diese Technik hilft Stress abzubauen, den desorientierten Menschen Würde zukommen zu lassen und ihnen Glück zu ermöglichen. Validation basiert auf einem empathischen Ansatz und einer ganzheitlichen Erfassung des Individuums. Man „schlüpft in die Schuhe“ des Desorientierten und „sieht mit seinen Augen“.

Validation bedeutet, verwirrte Menschen ohne Vorbehalte zu akzeptieren und sie nicht verändern zu wollen, sondern so wertzuschätzen, wie sie im Augenblick sind. Es handelt sich bei der Validation eher um eine Haltung und ein Bündel an Handlungsprinzipien als um ein klassisches Therapieverfahren. Empathie und Anerkennung gehören dabei zur Grundhaltung. Die bei der Validationsmethode eingesetzten verbalen und nonverbalen Kommunikationstechniken sind für Vorlesesituationen mit verwirrten alten Menschen besonders hilfreich. Empfehlenswert auf diesem Gebiet ist die Lektüre von Büchern von Naomi Feil.

Buchtipp:

#### **Validation in Anwendung und Beispielen**

: der Umgang mit verwirrten alten Menschen.

ISBN 978-3-497-02421-6

Hörbuchtipp:

#### **„Sie haben meinen Ring gestohlen!“**

: mit Validation verwirrten alten Menschen helfen.

ISBN 978-3-497-02629-6

Es gibt Geschichten, die speziell für Menschen mit Demenzerkrankungen geschrieben wurden. In der Praxis haben sich Texte bis zu einer DIN-A4-Seite bewährt. Besonders bei mittel bis schwer demenzkranken Menschen sollte das Vorlesen nicht die Gedächtnisleistung beanspruchen, sondern sie auf einer emotionalen Ebene erreichen. Durch das Aufgreifen von Themen mit biografischen Bezügen können sich die Betroffenen darin wiedererkennen. Es entstehen Gespräche und durch Vertrautes wird Sicherheit vermittelt.

### Vertrauen und Verschwiegenheit

In den Gesprächen werden auch private Dinge zur Sprache kommen. Denken Sie daran, dass der Inhalt Ihrer Zusammenkünfte vertraulich ist. In der kollegialen Beratung können Sie mit anderen darüber reden, da die MitarbeiterInnen von SeniorInnen-Einrichtungen der Verschwiegenheitspflicht unterliegen. Im Rahmen Ihrer Tätigkeit gilt das auch für Sie. Es könnte sein, dass Sie von der Hausleitung zur Unterschrift einer entsprechenden Erklärung ersucht werden.

### Weitere Hinweise & Anregungen

- Ein guter Einstieg erleichtert die Arbeit unheimlich. Überlegen Sie daher vorab, wie Sie die erste Stunde beginnen. Was erzählen Sie von sich selbst? Eine Vorstellungsrunde anhand des Bilderbuchs „Heute bin ich ...“ (Mies van Hout, Arcari Verlag 2012) funktioniert auch mit älteren Menschen sehr gut. Die TeilnehmerInnen suchen dabei eines der zuvor aufgelegten Bilder aus und sprechen bei ihrer Vorstellung über das



Gefühl, das sie mit diesem Stimmungsbild verbinden, und über ihre Erwartung an die Vorlesestunden.

- Wälzen Sie keine Probleme, sondern wählen Sie unbedingt einen positiven Titel für Ihre Veranstaltung: z.B. „Lese Freude teilen“.
- Die TeilnehmerInnen freuen sich zumeist auf die nächste Zusammenkunft. Bei Verhinderung sollten Sie daher die Einrichtung bzw. Ihre Gruppe möglichst rasch informieren, dass die Stunde diesmal entfällt.
- Sie haben eine Erkältung, einen Infekt oder ein anderes Krankheitsbild? Bitte kommen Sie damit nicht in die SeniorInneneinrichtung!
- Melden Sie sich zu Beginn Ihres Besuchs nach Möglichkeit bei Ihrer Ansprechperson vor Ort, damit sie über Ihre Anwesenheit Bescheid weiß.
- Wenn Sie in Ihrer Tätigkeit auf Probleme stoßen, suchen Sie zuerst das Gespräch mit Ihrer Kon-

taktperson und tauschen Sie sich diesbezüglich mit anderen VorlesepatInnen aus.

### Dokumentation & Materialsammlung

Führen Sie ein „Besuch mit Buch“-Tagebuch, in dem die Eckdaten (Termin, Ort, Zahl der TeilnehmerInnen, Thema) festgehalten werden.

Vermerken Sie neben den jeweiligen Planungen für die Stunde die tatsächlichen Abläufe und dokumentieren Sie auch Reaktionen/Stimmungen der Anwesenden bzw. Ihre eigenen. Gab es irgendwelche Besonderheiten? Ist eine neue Idee entstanden? Hat etwas hervorragend geklappt?

Machen Sie hin und wieder ein Foto, holen Sie aber unbedingt vorher die Zustimmung der Teilnehmenden ein und sagen Sie auch, was Sie mit diesen Bildern machen. Sind sie nur zum privaten Gebrauch oder könnten sie auch für die Publikation gedacht sein?

## Ein bunter Strauß an Ideen

: Themen - Tipps - Methoden

### Themen und Motive entwickeln

Es hat sich bewährt, Vorleseaktivitäten für SeniorInnen jeweils unter ein bestimmtes Motto zu stellen. Solche Themen entwickeln Vorstellungen, machen neugierig und helfen, einen inhaltlichen Mittelpunkt für die Gespräche zu finden. Auch in der Arbeit mit Demenzkranken sind sich solche Zugänge hilfreich.

Der Themenwahl sind praktisch keine Grenzen gesetzt - beliebt sind Bezüge zu Jahreszeiten, Festtagen, Alltagsgegenständen, Pflanzen, Lebensmitteln oder dem Wandel der Lebensformen. Hierzu einige Ideen:

#### **„Bücher gab es keine“ - Thema Lesebiografie**

Beim ersten Treffen kann man das Gespräch auf das Vorlesen und auf Bücher bringen: „Wurde bei Ihnen zu Hause gelesen bzw. vorgelesen? Wenn ja, wo und in welchen Situationen? Spielten Bücher eine Rolle im Haushalt Ihrer Eltern? Können Sie sich an Ihre Lieblingsgeschichten erinnern?“ Erfahrungsgemäß braucht es zuerst ein wenig Anlauf, dann kommen aber viele Erinnerungen an einzelne Bücher und Geschichten in der Kindheit. Dieses Thema hat den Vorteil, dass die TeilnehmerInnen selbst bestimmen können, ob sie mehr über sich oder Bücher sprechen möchten.

#### **„Das bin doch ich“ - Thema Familie**

Sie können gemeinsam alte Fotografien ansehen und darüber reden. Bringen Sie selbst ein altes Foto als Gesprächsimpuls mit. An Bildern hängen

viele Erinnerungen und Emotionen, die sich im Lauf der Zeit auch verändern können. Beim Aufgreifen dieses Themas lädt man dazu ein, diese Gefühle zur Sprache zu bringen und sie genauer zu beleuchten.

Geben Sie aber vor, dass jeweils nur ein bis zwei Bilder mitgebracht werden sollen, sonst könnte es passieren, dass große Alben auf dem Tisch liegen und man beginnt, sich wechselseitig zu überfordern.

#### **„Tannenduft im ganzen Haus“ - Thema Gerüche**

Gerüche regen die Sinne an und können weit zurückreichende Erinnerungen aktivieren. Welche Jahreszeit, welche Begebenheiten, welche Räume und Landschaften oder welche Früchte und Speisen verbinden die TeilnehmerInnen mit bestimmten Gerüchen und Düften?

Zu dieser Einheit könnten Sie Duftsackerl oder Gewürze oder andere ausgeprägt riechende Gegenstände/Lebensmittel (Zimtstangen, Orangenschalen, Kaffee, ein mit Parfum getränktes Stück Stoff oder Kräuter wie Lavendel) mitnehmen und zum Riechen und Raten verteilen. Und dann wird geschnuppert und erzählt! Dazwischen kommt auch eine Runde des Spiels „In meine Suppe gebe ich ...“ bestimmt gut an.

Das leider im Buchhandel vergriffene Buch von Heinz Janisch „Salbei & Brot. Gerüche der Kindheit“ (Austria Press, 1992) ist in vielen Bibliotheken verfügbar bzw. antiquarisch zu erwerben und enthält viele wunderbare Erinnerungen an



© Olli Henze | flickr

Kindheitsgerüche - somit ein idealer Vorlesestoff und Themeneinstieg. Wenn es um Essensgerüche geht, finden sich auch viele passende Texte im Hausbuch „Zu Tisch“ (Gerstenberg, 2013).

### „Es war einmal“ - Thema Märchen

Hier stehen Märchen und die Erinnerung an die eigene Märchenlektüre oder das Märchenerzählen in der Kindheit im Mittelpunkt. Ein Märchenquiz (Fragen zu Märchenfiguren, Namen oder Stoffen) könnte der Erinnerung auf die Sprünge helfen und das Vorwissen aktivieren. Vielleicht haben Sie Zugang zu einer alten Märchenplatte, um in diese Welt hineinzuhören? Ist man gut im Thema drinnen, könnte man sich gemeinsam an das Erfinden eines Märchens machen oder ein altes Märchen in die heutige Welt übertragen.

Märchenrätsel: Aus welchem Märchen stammt das folgende Zitat?

„Aber er hat ja gar nichts an!“  
Andersen: Des Kaisers neue Kleider

„Heinrich, der Wagen bricht!“  
Grimm: Froschkönig

„Laß dein Haar herunter!“  
Grimm: Rapunzel

„Sieben auf einen Streich!“  
Grimm: Das tapfere Schneiderlein

„Was hast du nur für große Ohren?“  
Grimm: Rotkäppchen

„Spieglein, Spieglein an der Wand ...“  
Grimm: Schneewittchen

„Heute back' ich, morgen brau' ich, übermorgen hol' ich der Königin ihr Kind.“  
Grimm: Rumpelstilzchen

„Es soll aber kein Tod sein, sondern ein hundert-jähriger tiefer Schlaf.“  
Grimm: Dornröschen

„Ich bin so satt, ich mag kein Blatt: meh! meh!“  
Grimm: Tischlein deck dich

„Kikeriki, unsere goldene Jungfrau ist wieder hie!“  
Grimm: Frau Holle

„Der Wind, der Wind, das himmlische Kind!“  
Grimm: Hänsel und Gretel

### „Mondbeglänzte Zaubernacht“ - Thema Poesie

Unter diesem Titel ist 2016 bei Reclam eine Sammlung von 50 bekannten Gedichten aus dem Zeitalter der Romantik erschienen. Wie kaum eine andere Textsorte bringen Gedichte Gedanken ins Fließen, wecken Erinnerungen und greifen Stimmungen auf.

Sie könnten mit dem Vorlesen einiger Gedichtanfänge erproben, ob die TeilnehmerInnen mit dieser literarischen Welt vertraut sind und sich Erinnerungen an den weiteren Textverlauf erhalten haben. Zeigen sich positive Reaktionen, so könnten Sie die TeilnehmerInnen auffordern, ein Gedicht, das ihnen lieb ist, zu rezitieren.

Ältere Menschen erinnern sich oft noch an Balladen und Gedichte aus ihrer Schulzeit - zumindest an einzelne Strophen. Für viele bedeutet es eine große Freude und eine Bestätigung eigener Fähigkeiten, wenn sie solche Texte in versammelter Runde vortragen können.

Ist die Gruppe in einer positiven Stimmung, so laden Sie zum spielerischen Weiterdichten ein, z.B. indem Sie eine Zeile aus einem Gedicht nehmen und die TeilnehmerInnen auffordern, eine Reimzeile hinzuzufügen.

### **„Jedes Lachen vermehrt das Glück auf Erden“ - Thema Humor**

Eine Stunde bewusst unter das Motto Lachen und Humor zu stellen, wird die TeilnehmerInnen sicher freuen. Da die Geschmäcker und Zugänge in Sachen Humor oft sehr unterschiedlich sind, empfiehlt sich zum Austesten ein buntes Programm.

Weitere Themen, die sich anbieten: Kindheit, Schulzeit, Garten und Natur, Reisen und Urlaub, Weihnachten und andere Feste, Liebe, Freundschaft, aber auch heiklere Themen wie Aufbruch und Abschied führen zu intensiven Vorlese- und Erzählsituationen. Vorsicht bei dem Thema Haustiere: Da in den meisten Heimen Haustiere nicht gestattet sind, könnte dies bei den TeilnehmerInnen auch Traurigkeit auslösen.

### Gemeinsam singen

Ein kleines Lied! Wie geht's nur an,  
Dass man so lieb es haben kann,  
Was liegt darin? Erzähle!  
Es liegt darin ein wenig Klang,  
ein wenig Wohlklang und Gesang  
und eine ganze Seele.

Marie von Ebner-Eschenbach

Musik begleitet unser Leben von Geburt an und bleibt für viele bis ins hohe Alter von großer Wichtigkeit. Wer singt, verleiht sich und seinen Gefühlen Ausdruck, gemeinsames Singen stärkt die Zusammengehörigkeit einer Gruppe.

Alte Menschen sind in einer Zeit aufgewachsen, in der Musikkonsum nicht allgegenwärtig war. CD-Spieler, MP3-Player und Smartphones gab es nicht, Schallplatten besaßen nur wenige, wichtig war vor allem das Radio. Singen hatte im Alltag einen höheren Stellenwert als heute, es begleitete Arbeit und Freizeit und umrahmte die wichtigen Stationen im Lauf eines Menschenlebens.

Singen ermöglicht gleichermaßen individuellen Ausdruck wie auch Vertiefung und Belebung von Gemeinschaft. Es wirkt dem Sprachverlust entgegen, kann Erinnerungen aktivieren, Ängste nehmen, Depressionen vorbeugen und Wohlfühl erzeugen, weil dabei Endorphine ausgeschüttet werden. Außerdem schafft Singen Gemeinschaft und tröstet bei Einsamkeit oder Traurigkeit. Lauter gute Gründe, um in jeder Vorlesestunde miteinander ein Lied zu singen.

Je nachdem, aus welchen Regionen und sozialen Umfeldern die TeilnehmerInnen kommen, wird sich auch das Liedgut unterscheiden, das ihnen vertraut und lieb ist. Bevor Sie einen großen Liedernachmittag planen, beginnen Sie am besten mit dem einen oder anderen bekannten Volkslied, das Sie in die Vorlesestunde einbauen, und tasten sich dabei an die Interessen, Kenntnisse und Sangesfreuden Ihrer TeilnehmerInnen heran. Wenn Sie auf Interesse stoßen, steht einem Austausch über Liedtexte, die Bedeutung des Musizierens im eigenen Leben und in der Familie und dem gemeinsamen Singen nichts mehr im Weg.



Mit einem Kamishibai schafft man große Aufmerksamkeit für Themen und Geschichten.

© Monika Heinzle

### Erzählen und Vorlesen mit Kamishibai

Geschichten kann man vorlesen oder erzählen, man kann sie aber auch spielerisch inszenieren. Eine relativ einfache und doch sehr wirkungsvolle Form der Präsentation, die immer mehr Anhänger findet, ist das Kamishibai - ein ursprünglich aus Japan stammendes „Papiertheater“ mit einer kleinen Holzbühne.

Bei dieser Präsentationsform begleiten Bildkarten zu Geschichten, Märchen oder Gegenständen Ihre Erzählungen, verstärken damit die Eindrücke und vertiefen das Erleben. Wie in einem kleinen Theater folgt man dem Geschehen. Durch die einfache Technik, in der Sie die Abfolge und das Tempo bestimmen, bleiben Ihnen alle Möglichkeiten der Umsetzung: Sie können dazu einen Text vorlesen und an jeder Stelle mit Ergänzungen oder Fragen unterbrechen, Sie können aber auch ganz frei erzählen und die TeilnehmerInnen in ein Gespräch einbinden.

Der Don Bosco Verlag ([www.donbosco-medien.de](http://www.donbosco-medien.de)) hat sich auf dieses Gebiet spezialisiert und hat neben den Bühnen auch eine Reihe passender

Kartensets zu verschiedenen Themen im Angebot. Das Österreichische Bibliothekswerk bietet seinen Mitgliedsbibliotheken ebenfalls beides - Bühnen wie Kartensets.

Im Abschnitt „Erfahrungsberichte“ erzählt Anita Ohneberg von ihren erfolgreichen Auftritten vor SeniorInnen mit ihrem Kamishibai.

### Biografiearbeit

*Was vor uns liegt und was hinter uns liegt, sind Kleinigkeiten im Vergleich zu dem, was in uns liegt. Und wenn wir das, was in uns liegt, nach außen in die Welt tragen, geschehen Wunder.*

Henry D. Thoreau

Unser Leben ist wie eine gefüllte Schatztruhe, in der sich eine Fülle an Kostbarkeiten, Werten, einzigartigen Lebenserfahrungen und Erinnerungen befindet. Wir sind eingeladen, diese Schatztruhe von Zeit zu Zeit zu öffnen und darüber zu staunen, wie reich wir beschenkt sind.

Natürlich zeugt unser Leben nicht nur von Sonnenseiten, von Höhenflügen und Erfolgserleb-

nissen, sondern es gibt auch Enttäuschungen, Verluste, Erfahrungen des Scheiterns und Krisen. Doch wenn wir auf unser Leben zurückblicken, dann wird uns möglicherweise bewusst, wie uns Schwierigkeiten und Krisen bisweilen reifen lassen, wie wir uns dadurch verändern, an Tiefgang gewinnen, wachsen und vielleicht sogar ein wenig weiser werden.

VorlesepatInnen haben nicht die Funktion oder Ausbildung, im engeren Sinn therapeutisch zu arbeiten und sollten die TeilnehmerInnen nicht mit Themen konfrontieren, denen sie sich intuitiv verschließen. Niemand darf sich bedrängt oder angegriffen fühlen. Nur was von den Beteiligten freiwillig und gerne eingebracht wird, dient dem offenen Austausch.

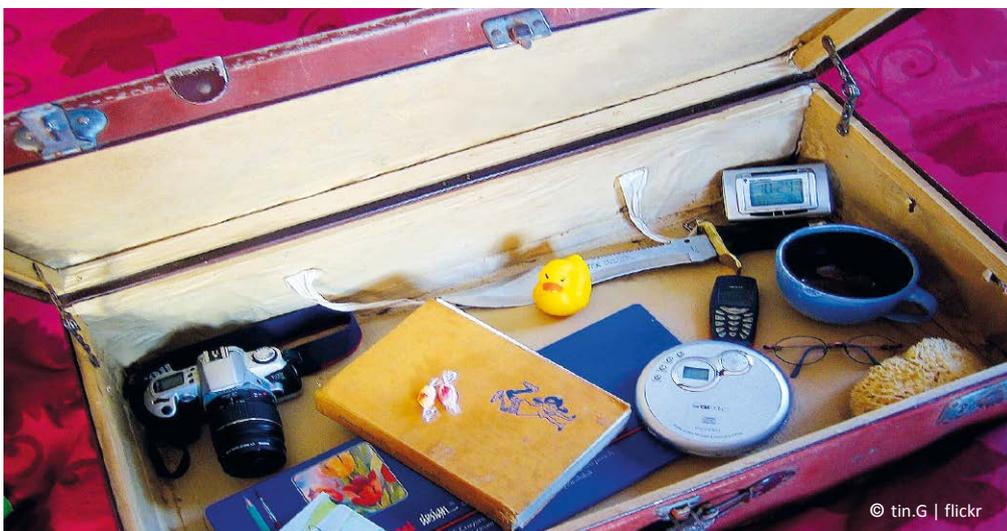
Anregende Literatur zum Thema Lebensbeschreibungen und erinnernde Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben finden Sie z.B. im Elisabeth Sandmann Verlag ([www.esverlag.de](http://www.esverlag.de)) oder in der bekannten Reihe „Damit es nicht verlorengeht“ im Böhlau Verlag ([www.boehlau-verlag.com](http://www.boehlau-verlag.com)). Indem man auf biografische oder autobiogra-

fische Literatur zurückgreift, gibt man den TeilnehmerInnen zugleich die Sprache in die Hand, das eigene Leben auszudrücken, zu betrachten und zu verstehen.

## Erzählkoffer

Verschiedenste Gegenstände, die Erinnerungen und Assoziationen wecken oder zu bestimmten Geschichten passen, können dem Vorlesen immer wieder neue Facetten verleihen und zu neuen Wahrnehmungen anregen. Steine, Federn, Muscheln, Modeschmuck, kleine Spielsachen wie Murmeln, Figürchen oder Autos, Münzen, alte Schlüssel usw. lassen sich mit Erinnerungen verknüpfen und inspirieren, neue Geschichten zu erfinden. Texte und Erzählungen bleiben damit nicht abstrakt, sondern werden von den ZuhörerInnen sinnlich verknüpft und in neue Gedankenspiele und Vorstellungen eingebunden.

Bereits die Mitnahme eines interessanten Erzählkoffers oder einer geheimnisvollen Erzähl-schachtel weckt die Neugier und das Interesse der TeilnehmerInnen.



© tin.G | flickr



## *Vorlesen bewegt*

: die Bedeutung körperlicher Tätigkeit für SeniorInnen

Dank der materiellen Gegebenheiten und einer guten medizinischen Versorgung können viele Frauen und Männer in Österreich ein hohes Alter erreichen. Um die gewünschte Lebensqualität und ein zufriedenstellendes Befinden lange erhalten zu können, ist neben geistiger Betätigung auch körperliche Bewegung wichtig.

Der voranschreitende Alterungsprozess korreliert mit physiologischen Veränderungen. Diese zeigen sich anhand verschiedener Erscheinungen wie abnehmender Ausdauer und Leistungsfähigkeit, Abbau von Muskelmasse, geringerer Knochendichte, verlangsamtem Stoffwechsel und einer Veränderung des Kreislaufs - häufig verbunden mit einem Abbau der Gedächtnisleistung.

### Die Bedeutung körperlicher Betätigung

In diesem Kontext ist neben geistiger Aktivität das Einbinden und Gestalten von Bewegungseinheiten bei den unterschiedlichsten Seniorenprogrammen empfehlenswert und wichtig. Um in das Vorleseprogramm „Ganz Ohr!“ Bewegungsübungen einfließen lassen zu können, sind einige Grundregeln zu berücksichtigen.

Bei Bewegungsaktivitäten mit älteren Menschen ist ein behutsamer Umgang zu entwickeln und zu pflegen. Mögliche Unsicherheiten oder körperlich-geistige Einschränkungen älterer TeilnehmerInnen sollten mit Fingerspitzengefühl ohne

Bevormundung oder Befehlston in einer gleichberechtigten zwischenmenschlichen Beziehung zwischen Leitenden und Teilnehmenden erfolgen. Wichtig ist, dass niemand gedrängt wird, eine Bewegungsform auszuführen, wenn man dabei Unbehagen oder Angst verspürt.

Allen muss das Recht eingeräumt werden, sich bei Bedarf enthalten oder „ausklinken“ zu dürfen. Dieser Freiraum sollte vor Beginn einer Bewegungseinheit von der leitenden Person der Gruppe entsprechend kommuniziert werden.

### Behutsamkeit im Miteinander

Durch achtsames und umsichtiges Einfühlen der Leitenden kann das passende Anforderungsniveau für die Gruppe gefunden werden. Damit ist Raum für bereichernde Erfahrungen und Freude am Bewältigen einer Bewegungsaufgabe für die Teilnehmer möglich.

Bei der Durchführung von Bewegungseinheiten ist es empfehlenswert, neben geschlossenen Bewegungsanweisungen (Beispiel: „Klatschen Sie in Ihre Hände, danach legen Sie die rechte Hand auf das linke Knie!“) auch offene Bewegungsaufgaben in das Programm einfließen zu lassen (Beispiel: „Bewegen Sie sich mit dem Tuch zur Musik frei im Raum!“).

Offene Bewegungsaufgaben fordern persönliche Initiative und kreatives Handeln der Teilnehmenden im Ablauf einer Bewegungseinheit. Die-



se unterstützt die Auseinandersetzung mit den eigenen körperlichen Möglichkeiten und vermittelt kleinere oder größere Erfolgserlebnisse beim Bewältigen einer Aufgabe. Spaß, Freude und Lachen sind wichtige Bestandteile im Tun.

Bewegungs-, Spiel- und Tanzformen sollten langsam gesteigert werden. Eventuell können diese Formen dem jeweiligen Vorlesethema angepasst werden. Empfehlenswert sind Übungen, die sich vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten sowie vom Einfachen zum Komplexen aufbauen.

Im Anschluss finden Sie einige einfache Bewegungsübungen und sonstige Aktivitäten zur Auflockerung von Vorlesestunden.

### Einstiegsvarianten

**Lockere Aufwärmübungen** des Körpers, speziell von Händen und Füßen, ausgeführt sitzend, stehend oder bewegend im Raum. Diese Übungen können auch mit Gegenständen wie kleinen Bällen, Tüchern, Greifmaterial, Spielwürfeln, Ringen oder Bändern unterstützt werden.

**Atemübung:** In alle Richtungen atmen - durch Nase einatmen, durch Mund ausatmen.

EIN - beide Handflächen (zeigen nach oben) vom Scham- bis zum Brustbein führen

AUS - Handflächen vor der Brust nach vorne schieben, bis Arme gestreckt sind

EIN - Handflächen zum Körper drehen und wieder zur Brust ziehen

AUS - Handflächen (Finger nach oben) zum Himmel strecken

EIN - Handflächen nach unten drehen, von oben zu den Schultern holen

AUS - Handflächen nach außen drehen und in Schulterhöhe nach außen schieben

EIN - Handflächen drehen und wieder zur Schulter heranziehen

AUS - Handflächen neben dem Körper nach unten drücken

Kurze Pause, danach diese Atemübung zweimal wiederholen.

### **Begrüßungslied mit Bewegung**

(Melodie nach der Tritsch-Tratsch-Polka)

Takt: 2/4, Vorspiel + 4 Takte. Den Text sprechen und sich dazu bewegen:

Halli – Hallo, jetzt san ma alle da (grüßend Hände winken, Hände offen ausbreiten).

Halli - Hallo, jetzt san ma alle froh (grüßend winken, Hände vor dem Körper überkreuzen).

Halli - Hallo, jetzt san ma alle da (winken, Hände offen auseinander breiten).

Halli - Hallo und jetzt beginnt die Show (winken, Hände offen ausbreiten, alle „einladen“).

Ein, zwei, drei, vier, fünf san da (mit den Fingern mitzählen - zweimal durchführen)

Ihr sei da - und i bin da (Kreis mit Händen vor sich ziehen, dann auf sich zeigen) zweimal.

Alles wiederholen, zum Schluss mit den Fingern bis zehn durchzählen.

**Ohrenspitzer/Denkmütze** (erhöht auditive Aufmerksamkeit, Übung aus der Kinesiologie)

Daumen und Zeigefinger fassen den oberen Rand der Ohrmuschel und rollen den Ohrrand von oben nach unten aus. Dabei werden Akupunkturpunkte an den Ohren aktiviert. Zuletzt sanft an den Ohrläppchen zupfen. Dies dreimal wiederholen.

**Aktivierungsgymnastik:** „Wann i in da Fruah aufsteh“ (Text siehe Internetquellen)

## Zwischendurch-Varianten

**Hip-Hep-Hop-Spiel** mit Ball im Kreis: Ball wird geworfen - nach rechts mit dem Kommando „Hip“, nach links mit „Hep“, gegenüber mit „Hop“.

**Spiegelbild:** Die Personen A und B stehen einander gegenüber. A gibt Bewegungen vor, B versucht diese genauso zu kopieren, danach wechseln A und B.

**Ich sitze im Grünen** - Bewegungsspiel. Sitzend

oder stehend im Kreis, der rechte Platz neben den Gruppenleitenden bleibt frei.

Spruch: „Ich sitze im Grünen und pflücke eine ...“ (Blumenname z.B. Gänseblümchen, Rose, Distel, Tulpe ...).

Alle Teilnehmenden suchen sich einen Blumenamen aus, dabei darf keine Blume zweimal vorkommen. Danach beginnt die Trainerin mit „ICH SITZE“ und rückt einen Platz nach rechts weiter. Die linke Mitspielerin rückt auf den frei gewordenen Platz mit „IM GRÜNEN“ weiter. Die nächste linke Teilnehmerin rückt mit „UND PFLÜCKE“ auf den frei gewordenen Platz nach rechts weiter. Die vierte Mitspielerin setzt sich auf den frei gewordenen Platz mit z.B. „EIN VEILCHEN“. Nun beginnt die nächste Mitspielerin wieder mit dem Spruch von vorne und setzt sich auf den rechten freien Platz. Das Spiel endet, wenn alle ihren Blumenamen sagen und ihren Platz wechseln konnten.

## **Gerade oder ungerade?**

Die Teilnehmer stehen in einem Kreis. Die Übungsleitende nennt Zahlen zwischen eins und zehn. Bei geraden Zahlen klatschen alle in die Hände, bei ungeraden Zahlen stampfen alle mit den Füßen auf. Das Spiel kann beliebig abgewandelt werden.

**Kleine Pausen** im Programm einbauen, Wasser zum Trinken anbieten.

**Zentrieren**, eine Entspannungsübung (Hook-up-Übung) aus der Kinesiologie, führt zu innerer Ruhe, baut Stress und Ängste ab, aktiviert große Teile des Neokortex.

Bequem hinsetzen, Füße überkreuzen (linkes Fußgelenk liegt über dem rechten) und ausstrecken, die Handgelenke überkreuzen, sodass

die Handflächen aneinanderliegen, die Hände falten, danach die gefalteten Hände zur Brust ziehen, sodass sie vor der Brust liegen, ruhig und langsam atmen, anschließend normale Sitzposition einnehmen, dreimal wiederholen.

## Abschlussvarianten

**Palmieren** - eine Entspannungsübung für die Augen (von engl. palm = Handfläche).

Lockere Sitzhaltung einnehmen, Handinnenflächen so lange aneinander reiben, bis sie warm sind. Mit den erwärmten Händen die Augen bedecken (nicht Augen drücken) und erst dann die Augen schließen, wenn kein Licht mehr

auf die Augen fällt. Wenn die Handflächen abgekühlt sind, die Übung wiederholen, bis eine Entspannung der Augen eintritt. Etwa dreimal wiederholen.

**Abschiedslied** „Muss i denn zum Städtele hinaus“ (sitzend oder im Kreis stehend – mit passender Bewegungskhoreografie).

**Andere Lieder**, z.B. „Hoch auf dem gelben Wagen“ angepasst an das jeweilige Thema, begleitet von einer eigenen Bewegungskhoreografie.

**Abschlussritual**, z.B. eine kleine Choreografie als gleichbleibenden Ausklang einer Stunde entwickeln.

## Quellen und Literaturverzeichnis

Sturzprophylaxe-Training, Meyer & Meyer Verlag, 2015. - 164 S. ISBN 978-3-89899-579-5 kart.

Mötzing, Gisela: Beschäftigung und Aktivitäten mit alten Menschen, 3. Aufl., Urban & Fischer, 2013. - 336 S. ISBN 978-3-43725-623-3 fest geb.

Rothmund, Paula: Treffpunkt Senioren, Fantasiervolle Ideen für Gruppennachmittage, Lambertus-Verlag, 2011. - 213 S. ISBN 978-3-7841-2002-7 kart.

Regelin, Petra/Jasper, Bettina M./Hammes, Antje: Aktiv bis 100 : hochaltrige Menschen in Bewegung bringen. Meyer & Meyer, 2013. - 252 S. ISBN 978-3-89899-794-2 kart.

Schaller, Hans-Jürgen/Wernz, Panja: Koordinationstraining für Senioren, Meyer & Meyer, 2015. 4. Aufl. - 192 S. ISBN 978-3-89899-564-1 kart.

Kerschbaum, Marie Luise: Gedächtnisstrategien - Psychomotorik-Übungen, LIMA-Lehrunterlagen 2013.

Kolb, Barbara: Gesundheitsorientierte Bewegungsformen, Psychomotorik, Bewegung für SeniorInnen, LIMA-Lehrunterlagen 2013/2014.

## Internetquellen

Text und Noten zur Aktivierungsgymnastik:  
„Wann i in da Fruah aufsteh“  
[jahrzumusik.eduhi.at/lieder/16\\_wauniindafruah.pdf](http://jahrzumusik.eduhi.at/lieder/16_wauniindafruah.pdf)

Volkslieder A-Z:  
[www.volksliedsammlung.de/volk-a-z.html](http://www.volksliedsammlung.de/volk-a-z.html)

Aktivierungs- und Bewegungsübungen:  
[mal-alt-werden.de/category/bewegung/](http://mal-alt-werden.de/category/bewegung/)



Mag.<sup>a</sup> Stefanie Krasa ist LIMA-Trainerin, zertifizierte Bewegungstrainerin und dipl. Lebensberaterin

# IMPULSE





## Geschichten von „damals“

: sagenhafte Vorlese-Stunden

Ein großer Raum mit halb zugezogenen Vorhängen und einigen Stühlen. Draußen klappert jemand mit Geschirr; es duftet warm nach Suppe und Kuchen. In wenigen Minuten soll meine Lesung beginnen. Aber im Moment ist noch kein Mensch zu sehen.

Dann wird die erste ZuhörerIn in den Raum geschoben – sie sitzt im Rollstuhl. Die zweite kommt selbstständig, wenn auch am Stock. Es erscheinen ein Herr im Anzug und mit Rollator und zwei kichernde Damen, die sich gegenseitig untergehakt haben. Eine Pflegerin öffnet auch den zweiten Türflügel und bugsiert ein Bett in den Raum. Darin liegt eine hochbetagte Frau mit sehr blasser Haut und sehr wachen Augen.

Schließlich habe ich 14 Menschen um mich. Ich begrüße jeden persönlich mit Handschlag, stelle mich vor und bitte um die Erlaubnis, für alle ein

vertrautes „DU“ verwenden zu dürfen - nicht aus Respektlosigkeit, sondern weil wir heute Nachmittag eine Gemeinschaft bilden werden. Dann eröffne ich meine erste Sagenlesung in einem Seniorenheim: *„Ich bin heute hier, um euch etwas von DAMALS zu erzählen – und um mir von euch etwas erzählen zu lassen.“*

Anschließend gehe ich mit einem verschlissenen Rufen-Sackerl herum und lege den ZuhörerInnen einen unscheinbaren, grauweißen Stein in die Hand. Zögerlich und ein wenig misstrauisch drehen sie ihn hin und her.

*„Ich verrate euch, wo dieser Stein herkommt: aus dem Kaiserbach. Früher war er vielleicht auch einmal so ein mächtiger Kaiser-Gipfel, bevor ihn der Frost und die Sonne aus dem Fels gesprengt haben. Das Wasser hat ihn dann ins Tal getragen und in tausendjähriger Arbeit rund geschliffen.“*

*Der Stein ist also noch ein kleines bisserl älter als ihr.“* Jetzt lächeln sie.

„*Wisst ihr eigentlich, wie das Kaisergebirge entstanden sein soll?*“ Kopfschütteln, nur eine Dame nickt energisch. Und ich lese die erste Sage vor. Danach fügt sich alles nahtlos ineinander.

Ich erzähle von den übermütigen Sennern im üppig blühenden Kaisertal, die am heiligen Sonntag, statt zur Messe zu gehen, mit Butterkugeln, Käselaiiben und Brotwecken Kegeln spielten und einen hungrigen Bettler den Abhang hinunterstießen. Da schickte Gottvater den Frevlern ein Unwetter, und zurück blieben nur die nackten, schroffen Felsen des Kaisergebirges, die heute noch zu sehen sind.

Gertraud - eine Hälfte des fröhlichen Damen-Duos - erzählt danach ganz spontan, wie sie „damals“ als blutjunge Melkerin gleich nach dem Krieg einen wunderbar nahrhaften Almsommer auf der Hechleit im Kaisertal verbracht hat.

Ich erzähle vom *Kopflösen Geist* am Dreibrunnen-Joch - und Fini erzählt, wie sehr sie sich „damals“ vor der menschenfressenden Habergeiß fürchtete, mit der die Mutter ihre Kinderschar erschreckte, wenn sie abends nicht ins Haus kommen wollten.

Nun ist das Eis endgültig gebrochen. Denn die Habergeiß scheint nicht das einzige Schreckgespenst der Zwanziger- und Dreißiger-Jahre gewesen sein: Da gab es offenbar auch noch die „Schwarze Gretl“, die „Betläut-Buz“, den „Gatterl-Sepp“ und den „Redenden Leuchtkopf“. Von letzterem habe ich wieder eine kurze Sage in meiner Sammlung.

In diesem unterhaltsamen Vorlesen-Erzählen-Rhythmus geht es weiter. Das Zauberwort der

Stunde lautet: DAMALS. Damals, als wir noch klein, noch jung, noch gesund gewesen sind. Damals, als die Zeiten nicht besser, sondern viel härter waren als heute. Damals, als die Kinder ebenso schwer arbeiten mussten wie die Großen. Damals, als bei vielen der Hunger Dauergast war.

Einige ZuhörerInnen wollen Begebenheiten aus ihrer Lebensgeschichte beitragen. Sie freuen sich, dass man ihnen zuhört, auch wenn ich mittlerweile eine kleine Sanduhr auf meinen Tisch gestellt und um Verständnis ersucht habe: bitte nur 3 Minuten Redezeit, damit auch die anderen noch erzählen können.

Die altvertrauten Geschichten aus dem heimischen Sagen-Schatz dienen als Tür-Öffner und Erlaubnis-Geber. Immer wieder wird das sagenhafte „Es war einmal“ mit dem selbst erlebten „Damals“ verglichen - und mitunter auch mit „Heutzutage“.

Ich bin tief berührt von dieser Gedankenfülle. Am liebsten möchte ich alle diese Geschichten aufschreiben, die genau wie die uralten Sagen ein Stück Heimat sind, aber zusammen mit den erzählenden Menschen verschwinden werden.

Als die Heimleiterin nach einer guten Stunde he reinschaut und die Jause ankündigt, sind wir noch lange nicht fertig mit Vorlesen und Erzählen. Das geht bei Kaffee und Kuchen munter weiter. Eine kroatische Pflegehelferin steuert eine schaurige Sage aus ihrer Heimat bei; Finis Tochter erzählt, dass der Großvater im Wald ein Vendiger-Mandl gesehen hat.

Und als ich beim Abschied frage, wer seinen Sagen-Stein aus dem Kaiserbach wieder ins Rupfen-Sackerl zurückwerfen will, schließen sich

vierzehn Hände fest um den kleinen Rundling: Nein, der bleibt da. Zur Erinnerung. An DAMALS.

Dies war die erste von vielen Sagen-Stunden mit SeniorInnen, in Bibliotheken, Heimen, Sozial-Einrichtungen; gemeinsam mit Hort-Kindern oder als Advent-Lesungen mit Sagen rund um Winter, Weihnacht und Raunächte.

Nicht alle Stunden verliefen so bewegend, konzentriert und störungsfrei wie die erste - das darf man nicht erwarten. Aber ich möchte allen VorleserInnen Mut machen, diese besondere Literatur-Gattung in ihr Angebot aufzunehmen.

### Denn Sagen

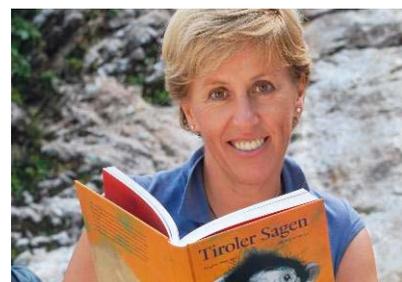
- sind kurz, spannend und in sich abgeschlossen;
- wurzeln in der Region und bilden dadurch Gemeinschaft;
- bewirken Identifikation bei den ZuhörerInnen;
- wecken in anregender Weise Erinnerungen an „früher“;
- schaffen Assoziationen mit anderen Lebenswelten;
- fordern zum eigenen Erzählen auf;

- können weiterführende Projekte initiieren (z.B. Buch- oder Video-Projekte wie „Kufsteins Geschichte und ihre Wegbegleiterinnen“, Altenheim + FH Kufstein);
- machen Lust auf weitere Vorlese-Veranstaltungen!

### Tipps für die Vorlese-Praxis:

- Ermöglichen Sie durch Bezüge zu den Jahreszeiten bzw. themenbezogene Mitbringsel einen „sinnlichen“ Einstieg in die Lesung;
- planen Sie ausreichend Zeit für „Unerwartetes“ ein;
- beschränken Sie die Erzählzeit Ihrer ZuhörerInnen auf charmante, aber unmissverständliche Weise auf wenige Minuten;
- kündigen Sie die Veranstaltung NICHT als „Sagen-Lesung“ an - das erinnert an langweiligen Schul-Lesestoff. Ein offener Titel wie „Geschichten von damals“ (samt themenbezogenem Untertitel) gibt Ihnen die Möglichkeit, auch lokale Anekdoten, Biografien o.ä. einzubeziehen ...);
- haben Sie Mut zum Improvisieren und Nicht-perfekt-Sein. Es lohnt sich!

Brigitte Weninger ist Autorin  
und Literaturvermittlerin





## Lesebiografien öffnen Lebensgeschichten

*„Nein, ich möchte noch nicht ins Bett. Ich möchte noch wissen, wie die Geschichte weitergeht!“*

In einer anderen Welt leben, die Nähe der Mutter, die Stimme des Großvaters, die Spannung, wie die Geschichte wohl ausgeht, sind Erinnerungen, die Ihnen wahrscheinlich bekannt vorkommen.

Unsere ersten Erfahrungen mit Büchern, Vorlesen, Geschichten prägen unser Leseverhalten. Wenn Sie als VorlesepatIn in ein Seniorenheim kommen, bringen Sie Ihre eigene Lesegeschichte mit und auch Ihre ZuhörerInnen haben ihre je eigene Lesebiografie. Vielleicht können Sie sich noch daran erinnern, wie Sie mit der Taschenlampe unter der Bettdecke spannende Geschichten gelesen haben, vielleicht gab es die abendliche Vorlesestunde.

Um Menschen in einem Seniorenheim, besonders auch jene, die an Demenz erkrankt sind, mit Ihrem Vorleseangebot zu erreichen, lohnt es sich, sich mit der Lesebiografie der ZuhörerInnen zu beschäftigen. Vielleicht gestalten Sie zu diesem Thema einmal eine gemeinsame Stunde mit den BewohnerInnen. Viele ältere Menschen erzählen gern, um ihr Leben zur Sprache zu bringen. Da braucht es die Menschen, die gut zuhören können.

Um gemeinsam über das Lesen ins Gespräch zu kommen, können folgende Fragestellungen hilf-

reich sein. Sie können auch zur Beschäftigung mit der eigenen Lesebiografie dienen.

### Der Platz des Lesens in meinem Leben

- Was sind meine ersten Erinnerungen, wenn ich ans Vorlesen denke?
- Welche Gefühle begleiten mich dabei?
- An welche Menschen denke ich besonders? Höre ich noch ihre Stimme? In welchem Raum befinde ich mich? Wonach riecht es?
- Welche Bücher wurden mir vorgelesen? Wie ist die Beschaffenheit der Bücher? Wie fühlen sie sich an?
- Denken Sie an die Zeit, als Sie schon selbst lesen konnten! Was waren Ihre Lieblingsbücher?
- Wann bekamen Sie neue Bücher? War der Besuch in einer Bücherei ein Fixpunkt in Ihrem Leben? Gab es bei Ihnen daheim Bücher? Waren Sie von lesenden Menschen umgeben?
- Welche Helden und Heldinnen begleiteten Sie in schwierigen Zeiten? Mit wem erlebten Sie Abenteuer im Kopf? Welche unbekanntem Genden lernten Sie kennen?
- In welchen Büchern konnten Sie Zuflucht finden, wenn der Alltag düster war?
- Haben Sie Gedichte gelesen und gelernt?

- Welches Wissen haben Sie aus Büchern erworben?
- Gab es „verbotene“ Lesestoffe?
- Erstellen Sie eine Liste der für Sie wichtigsten Bücher!

Mit diesen und ähnlichen Fragen können Sie sich in der Vorbereitung beschäftigen. Sie können damit auch eine Runde im Seniorenheim gestalten. Bringen Sie - wenn möglich - alte Bücher mit und schaffen Sie eine möglichst angenehme Vorlese-situation. Denken Sie an einen bequemen Sessel, eine Leselampe. Welcher Geruch würde denn gut dazu passen? Kommen Sie anhand der mitgebrachten Bücher mit den ZuhörerInnen ins Gespräch, wecken Sie Leseerinnerungen.

Vielleicht kann es ja für die SeniorInnen eine wichtige Ressource sein, sich daran zu erinnern, dass Bücher in Ihrem Leben schon öfters eine Stütze waren. Wenn es in der Jugendzeit eine Hilfe war, sich in die Welt der Bücher zu flüchten, kann es im Alter genauso wichtig sein, „in fremden Ländern zu träumen“. Die Beschäftigung mit der eigenen Lese-biografie kann auch der Zukunft Konturen geben und Möglichkeiten zu deren Gestaltung eröffnen.

## Bewegung mit Buch

Eine ganz andere Möglichkeit der Nutzung von Büchern kann sein, mit ihnen in Bewegung zu kommen. Das mag für viele SeniorInnen zunächst ungewöhnlich erscheinen. Weisen Sie darauf hin, dass manche Bücher sonst im Altpapiercontainer landen würden und sie so noch eine andere, sinnvolle Verwendung finden.

Bitte sprechen Sie auch vorher mit dem Betreuungspersonal, um BewohnerInnen mit manchen Bewegungen nicht zu überfordern.

Lassen Sie ein Buch einmal zum Gegenstand werden, der Sie in Bewegung bringt:

- Die typische Bewegung beim Lesen ist wohl das Umblättern. Nehmen Sie das Buch und versuchen Sie mit allen Fingern die Seiten umzublättern - mit der linken Hand, mit der rechten Hand, mit Daumen und Zeigefinger, mit Zeigefinger und kleinem Finger ...
- Klopfen Sie mit ihren Fingern über den Buchdeckel, mit dem Handrücken, mit der Handfläche!
- Stemmen Sie das Buch in die Höhe, mit beiden Armen, mit links, mit rechts ...
- Nehmen Sie das Buch in beide Hände und kreisen Sie damit - vor dem Körper, in Nasenhöhe, in Stirnhöhe ...
- Legen Sie ein Buch auf ein Knie und versuchen Sie das Bein zu heben.
- Geben Sie ein Buch im Kreis weiter.
- Lassen Sie das Buch um die eigene Körperachse kreisen.
- Legen Sie ein Buch auf den Boden und stellen Sie einen Fuß darauf. Versuchen Sie nun, das Buch mit dem Fuß möglichst weit weg zu schieben oder machen Sie kreisende Bewegungen mit dem Fuß.
- Welche Möglichkeiten finden Sie noch, um mit einem Buch in Bewegung zu kommen?

Bücher können uns immer wieder - einfach zwischendurch - einladen, in Bewegung zu kommen. Schenken Sie den SeniorInnen einen ganz neuen Blick auf einen vertrauten Alltagsgegenstand!



Beatrix Auer, M.Ed.

Geragogin und Motogeragogin, Leiterin des Fachbereichs Seniorenpastoral in der ED Wien



© Innocenzo Jimmy Ciorra

## Das Erzählcafé

: eine gesellige Runde entsteht

Die Idee ist ebenso einfach wie bestechend: Einige ältere Frauen und Männer sitzen in behaglicher und ruhiger Atmosphäre bei einer Jause zusammen und plaudern zu einem bestimmten Thema. Was liegt dabei näher, als die Gemütlichkeit eines Beisammenseins bei Kaffee und Kuchen mit Erzählungen von lebenserfahrenen und interessierten Menschen zu kombinieren?

Ein wichtiger Bestandteil des Erzählcafés ist die Moderatorin. Sie sorgt feinfühlig dafür, dass jede und jeder zu Wort kommt und niemand dazu gedrängt wird, etwas zu sagen. Im folgenden möchte ich Ihnen ein Beispiel aus meiner Praxis schildern:

Ich habe mich zu einem Thema vorbereitet und mir Stichworte notiert. Da ich mit der Gruppe schon letzte Woche das Motto für heute vereinbart habe, konnte ich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bitten, Fotos oder Gegenstände mitzubringen. Diese machen die Erzählrunde noch anschaulicher und greifbarer.

Auf dem Tisch liegen alte Fotografien - viele mit weißem gezackten Rand und in Schwarz-Weiß. Eine Dame kramt noch in ihrer Handta-

sche und befördert ganz vorsichtig eine Muschel aus einem Stoffsäckchen. Jetzt sind alle bereit und wir können die nächsten 90 Minuten in Urlaubserinnerungen an Italien ab den 1950er-Jahren schwelgen.

Ich eröffne die Runde, indem ich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich begrüße, mich für ihr Interesse und Kommen bedanke und das Thema des heutigen Erzählcafés kurz vorstelle: Eine Italienreise versprach ab den 1950-er Jahren Sonne, Strand, Bummeln und Flanieren. Orte wie Bibione, Jesolo, Lignano oder Rimini lockten mit dem Flair des italienischen Lebensgefühls. Wörter wie *gelato*, *bambini*, *ciao* oder *buon giorno* haben viele noch im Ohr und erinnern an *la dolce vita*.

Ich werde zu Beginn reihum Fragen stellen, um den Einstieg in eine angeregte Unterhaltung zu erleichtern. Waren alle in den 1950-er, -60-er oder -70-er Jahren in Italien, um dort ihren Urlaub zu verbringen? Ein Blick in die Runde signalisiert Zustimmung. Ich spreche jede Person darauf an, welchen Urlaubsort sie besucht hat. Dieser Anstoss von meiner Seite bringt den Austausch ins Rollen. So nehme ich mich vorerst zurück, da ich bemerke,

dass einige die gleichen Orte besucht haben und eine angeregte Unterhaltung in Gang kommt.

## Ein Ausgangspunkt für Begegnung

Was vermissen viele alte Menschen im Alltag, wenn sie ihre Zeit alleine verbringen? Oft sind es Austausch, Anregung und Aufmerksamkeit. Ein Erzählcafé schafft den Rahmen, um Menschen und ihre Geschichten in den Mittelpunkt zu stellen. Diese angeleiteten Runden bieten die Möglichkeit, sich einzubringen und zuzuhören. Die Besucherinnen und Besucher können sich in der Gemeinschaft über ihre Erinnerungen austauschen und gleichzeitig neue Kontakte knüpfen.

Auf diese Weise finden Begegnungen statt, die zu einem geselligen Gedankenaustausch und zu heiterem Geplauder anregen. Dies ist im Alter nicht immer selbstverständlich. Allzu oft führen Verluste von nahestehenden Personen dazu, dass Menschen plötzlich viele einsame Stunden verbringen. Jüngere Menschen zeigen manchmal kein Interesse an den Lebenserinnerungen älterer Menschen und wenig Verständnis für deren Freude am Schwelgen in Erinnerungen. Das Erzählcafé jedoch lebt davon, dass Erinnerungen ausgetauscht werden. Das Erzählen von Episoden und Anekdoten aus der Vergangenheit ist in diesem Kreis herzlich willkommen.

## Gedankliche Reise

Lassen Sie uns abschließend noch einen Blick auf unsere Runde zum Thema Italienurlaub werfen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben sehr viele Erinnerungen an Italien aufleben lassen: die Anreise zum Urlaubsort, die Ausstattung des Hotels, kulinarische Köstlichkeiten und die Besonderheiten des Strandes. Wir haben Fotos angesehen und uns über diese ausgetauscht. Die

Muschel einer Teilnehmerin hat uns daran erinnert, dass fast jede und jeder in der Gruppe wenigstens einmal in Italien morgens zum Strand gegangen ist, um diese Souvenirs zu sammeln. Alle stimmen überein: Früh am Morgen, vor dem Frühstück, war dafür die beste Zeit! Der Strand lag still und fast verlassen vor einem. Barfuß, den nassen Sand abgehend Muscheln aufklauben - daran erinnern wir uns gemeinsam. Die Zeit ist schnell verflogen und ich deute der Runde an, dass unser Erzählcafé bald seinen Ausklang finden wird. Ich blicke von Gesicht zu Gesicht und frage, ob wir mit unserer Abschlussrunde beginnen können. Nun kann jede Person noch einbringen, was ihr an der Stunde besonders gut oder vielleicht weniger gefallen hat. Dieses Ritual hat sich bewährt und gibt mir Gelegenheit, Anregungen für das nächste Treffen zu sammeln. Bleibt mir noch die schöne Aufgabe, das Thema für das nächste Zusammentreffen zu vereinbaren. Geplant ist eine Reise in die Modewelt der 1950er-Jahre: Petticoat, Caprihosen und Blue Jeans. Auch das nächste Erzählcafé verspricht spannend zu werden!

Zur Person: Mag.<sup>a</sup> phil. Gabriela Neveril bietet seit 2014 als selbstständige dipl. GerAnimations<sup>®</sup>-Trainerin Aktivierung für Seniorinnen und Seniorinnen in Wien. Bei ihrer Seniorenanimation konzentriert sie sich auf Gedächtnistraining, Biografiearbeit und Gesellschaft.



Mag. Gabriela Neveril • T. 0676 630 72 99  
gabriela.neveril@seniorenanimation.at  
www.seniorenanimation.at  
facebook: Seniorenanimation Gabriela Neveril



## Ein Leben in Bildern

Es ist Sommer. Ein kleines Mädchen im weißen Rüschenkleid steht in einem Garten und schaut lächelnd in die Kamera. Mit einer Hand hält es sich an seinem Vater fest, im anderen Arm liegt seine Puppe. Das Foto mit dem unregelmäßig gezackten Rand berührt mich sehr. Es zeigt meine Mutter, vielleicht eineinhalb Jahre nach ihrer Geburt. Der Großteil ihres Lebens liegt noch vor ihr und die Zukunft lockt verheißungsvoll. Zugleich ist diese Momentaufnahme bereits Geschichte. Im Hintergrund sieht man den Gutshof, in dem sie lebte - schon damals ein steinernes Denkmal einer längst vergangenen Zeit. Wir schreiben das Jahr 1946 und der Zweite Weltkrieg ist noch nicht lange vorbei.

Fotos wie dieses gibt es viele. Und doch hat das Bild für mich einen besonderen Wert, eben weil es auch für meine eigene Geschichte steht. Erst kürzlich blätterte ich mit meiner Mutter in alten Alben und wir beide tauchten ein in sepia-braune, weit zurückliegende Welten. Auf

gestochen scharfen Fotos sahen wir ihre Großeltern, ihre Eltern, ihre Brüder, sie selbst als Kind und später als junge Frau. Jedes Bild brachte meine Mutter zum Erzählen – darüber, wie es damals war. Welche Spiele spielte sie? Welche Kleider trug sie? Wo wohnte sie? Wie wusch und heizte man? Wie war das damals mit der Flucht nach Berlin? Das alles und noch viel mehr erfuhr ich beim gemeinsamen Betrachten der Fotografien. Ich stellte Fragen, sie antwortete und brachte immer neue Erinnerungsschätze zutage.

### Wenn Bilder erzählen

„Wenn wir Bilder lesen (...), verleihen wir ihnen vorübergehend einen narrativen Charakter“, schreibt Alberto Manguel: „Wir ergänzen das, was durch einen Rahmen begrenzt ist, um ein Vorher und ein Nachher, und dank unserer Gabe des Erzählens schenken wir dem Bild (...) ein ewiges Leben.“<sup>1</sup>



So ähnlich geschieht es beim Anschauen von Fotos: Wir betrachten sie, wir erinnern uns und wir erzählen Geschichten rund um die Bilder – für uns selbst wie für andere. Wahr müssen diese Schilderungen nicht sein und auch nicht objektiv. Im Rückblick verschwimmt schließlich so einiges. „Ob es sich immer um echte Erinnerungen handelt oder manche Erlebnisse durch das Anschauen von Fotos nur als Erinnerung erscheinen, kann ich nicht mit Sicherheit unterscheiden“, sagte meine Mutter dann bei einem unserer Gespräche, die wir über ihre Kindheit und Jugend führten. Nicht nur Bilder können also lügen, sondern auch unser Gedächtnis trügt. Von Belang ist das aber nicht. Weitaus wichtiger scheint es, dass das Erinnern als authentisch erlebt wird.

### Die Kraft der Bilder

Meine Mutter jedenfalls erzählte, inspiriert durch die visuellen Eindrücke, ihre eigene Biografie noch einmal neu. Die Fotografien markierten

dabei wie bunte Bojen die sichtbar gewordenen Ankerplätze ihres bereits gelebten Lebens. Das eigene Dasein in seiner Fülle und Vielfalt anzuschauen, entfaltet für sie ein enormes schöpferisches Potenzial.

Auch ich selbst ließ mich im Strom der Bilder treiben und machte immer wieder unerwartete Entdeckungen. Wie war meine Mutter als Kind? Welche Hoffnungen und Sehnsüchte begleiteten sie in ihrer Jugend? Gegen welche Widerstände hatte sie zu kämpfen? Was gelang ihr in ihrem Leben? Und ganz nebenbei erhielt ich einen Schnellkurs in Geschichte. Ich dachte über Mode, Technik, Bildung oder das Frausein im Laufe der Zeit ebenso nach wie über das Wesen der Fotografie.

„Bilder (...) präsentieren sich uns sofort in ihrer Gänze“<sup>2</sup>, lesen wir noch einmal von Alberto Manguel. Sie entwickeln durch ihre Unmittelbarkeit eine unglaubliche Kraft, und zwar von frühester Kindheit an. „Sehen kommt vor Sprechen“, weiß

der englische Kunstkritiker, Schriftsteller und Maler John Berger: „Kinder sehen und erkennen, bevor sie sprechen können.“<sup>3</sup> Dass Bilder ein wesentlicher Teil unserer Erinnerung sind, steht damit außer Frage. Das Betrachten von alten Fotografien fühlt sich daher ein wenig so an, als würde man eine Zeitreise machen - und als würden die im Bild eingefrorenen Momente die Vergangenheit in die Gegenwart transferieren.

## Bilder lesen und vorlesen

Bilder zu „lesen“ - oder auch sich „vorlesen“ zu lassen - bietet daher vor allem für ältere Menschen eine faszinierende Möglichkeit, Rückschau auf das eigene Leben zu halten. Ob alte Familienfotos, Filme, Illustrationen, Stadtansichten, Postkarten, Kunstreproduktionen oder Werbung: Bilder liefern ausgezeichnete Gesprächsanlässe für den (gemeinsamen) Blick zurück - in Diskussionen, Vorträgen oder Erzählcafés. „Eine einfache Methode, das erinnernde Gespräch in Gang zu bringen, ist die gemeinsame Betrachtung der Fotos von Alltagsgegenständen oder -situationen aus der Zeit, als die Senioren Jugendliche oder junge Erwachsene waren“, heißt es etwa auf der Website von Don Bosco. Der Verlag bietet Sets

mit Fotokarten zur Biografiearbeit an. Die Bilder zeigen dann beispielsweise Szenen oder Gegenstände aus Schulzeit, Familie, Haushalt oder Arbeitswelt vergangener Jahrzehnte und können für Ausstellungen ebenso verwendet werden wie für Gesprächskreise.

Bilder bereichern aber auch Vorlesesituationen. Wer sagt denn, dass man als erwachsener, als älterer, als alter Mensch keine illustrierten Texte mehr lesen (oder vorgelesen haben) will? Gerade in der Seniorenarbeit gibt es daher vielfältige Anlässe, Lesungen oder „Erzähltheater“ mit Bildern zu gestalten: Zum allseits bekannten Vorlesestoff gehören Märchen, die mittels großer Bildkarten oder über das japanische Papiertheater „Kamishibai“ visualisiert werden und auch Demenzkranken erzählt werden können. Aber selbstverständlich geht es auch umgekehrt, nämlich wenn SeniorInnen ihrerseits „Bildgeschichten“ vorlesen, diesmal für Kinder.

Auch meine Mutter weiß um die Kraft der Bilder. Eines ihrer Lieblingsfotos zeigt sie Ende der 60er-Jahre - mittlerweile als lebenslustige junge Frau und in Farbe - im Dirndl auf einem Moped. Wie schön, dass dieser Moment, zumindest auf der Fotografie, noch immer existiert!



Mag. Silke Rabus, Kunsthistorikerin und Germanistin, ist als Journalistin, Biografin, Lektorin und Vortragende im Kultur- und Literaturbereich tätig. Weitere Informationen unter [www.rabus.at](http://www.rabus.at) und [www.biografiewerkstatt.at](http://www.biografiewerkstatt.at).

<sup>1</sup> Alberto Manguel: Bilder lesen. Aus dem Engl. von Chris Hirte. Berlin: Verlag Volk & Welt 2001, S. 19.

<sup>2</sup> Alberto Manguel: Bilder lesen. Aus dem Engl. von Chris Hirte. Berlin: Verlag Volk & Welt 2001, S. 17.

<sup>3</sup> John Berger u. a.: Sehen. Das Bild der Welt in der Bilderwelt. Dt. von Axel Schenck. Rowohlt 1998, S. 7.



## *Berührend, lustig, intensiv*

: bei Zusammenkünften von VorlesepatInnen kommen Erlebnisse in Austausch

Gemeinsam die Freude am (Vor)lesen entdecken - ein Projekt der Caritas Vorarlberg und der Fachstelle Bibliotheken der Diözese Feldkirch

Seit dem Herbst 2013 bieten wir in Vorarlberg Ausbildungsmodule für das Vorlesen für SeniorInnen an. VorlesepatInnen besuchen ältere Menschen in ihrer vertrauten Umgebung im Seniorenheim oder zu Hause. Im Seniorenheim gibt es die unterschiedlichsten Modelle, wie eine gemütliche Lesestunde gestaltet werden kann. Die einen genießen das Vorlesen ganz privat in ihrem Zimmer, andere wiederum treffen sich in Gruppen, denen die VorlesepatInnen dann Sagen, Geschichten, Märchen u. v. m. vorlesen. Danach wird in der Runde diskutiert und von früher erzählt. Die Geschichte dient als Einstieg für einen regen Austausch. Diese Zeiten sind eine willkommene Abwechslung im Alltag des Heimes und werden von der Leitung und vom Pflegepersonal sehr geschätzt und unterstützt.

Für diesen Bereich haben wir die Ausbildungsmodule von „Ganz Ohr!“ um drei weitere Module ergänzt:

### „Du hast dich so verändert“

Im Seniorenheim begegnen wir vielen Menschen mit Demenz. Was heißt das für mich, mich in die „Anderswelt“ eines Demenzkranken einzulassen. Was ist Validation?

### „Vorlesen kann ich, aber was?“

Der Buchmarkt bringt jährlich Neuerscheinungen/Kurzgeschichten für ältere Menschen heraus, die vorgestellt werden. Was kann ich vorlesen, was muss ich beachten?

### „Kommunikation/Abgrenzung“

Wenn wir uns auf Menschen „einlassen“, wenn wir uns für andere „engagieren“, gibt es immer auch Erfahrungen an und mit Grenzen, meinen Grenzen und auch mit den Grenzen des anderen. Wie gehe ich damit um? Nur durch Kommunikation können Menschen in Beziehung treten und aufeinander wirken.

Die VorlesepatInnen, die bereits im Einsatz im Seniorenbereich sind, berichten fast nur von positiven Erlebnissen und sehr intensiven Begegnungen. Die Austauschtreffen mit diesen VorlesepatInnen sind sehr spannend und es ist für mich immer wieder eine große Bereicherung, von den einzelnen Erlebnissen zu hören. Sei es von der Dame mit 85, die frisch verliebt ist und deshalb nicht so viel Zeit hat, um zuzuhören, oder von der Begleitung eines 55-jährigen Mannes, der an den Rollstuhl gefesselt ist und sich wöchentlich auf den Vorlesepaten freut, der ihm die Zeitung „Die ganze Woche“ vorliest - all diese Geschichten sind sehr berührend und kommen von Herzen. Die VorlesepatInnen be-



© Caritas Vorarlberg

nötigen für dieses Amt viel Einfühlungsvermögen, Geduld und dazu eine große Portion Humor. Wie beim Vorlesen mit Kleinkindern gibt es auch bei den SeniorInnen große Augen, Spannung, Freude und Interesse an der Geschichte. Mit dem Vorlesen der Tageszeitung können sie am Alltag - den News aus ihrer Gemeinde - wieder teilnehmen.

Die andere Seite ist die Präsenz der Endlichkeit im Seniorenheim. Mit der Begleitung einzelner Personen entstehen Beziehungen, die oft mit dem Tod der betreuten Person enden. Manche VorlesepatInnen benötigen dann eine kleine Auszeit, bevor sie wieder neu starten. Viele sehen das erfüllte Leben der betreuten Person und freuen sich darüber, dass sie in den Alltag der Menschen in ihrer Abschiedsphase noch ein wenig Freude bringen konnten.

In der letzten Zeit melden sich viel mehr VorlesepatInnen für den Seniorenbereich. Das Schöne daran ist, dass sich hier Personen unterschiedlichen Alters melden, und vor allem auch Männer haben das Vorlesen entdeckt.

Da die Schulungen so aufgebaut sind, dass alle Module besucht werden können, haben die VorlesepatInnen auch die Möglichkeit, sowohl das Vorlesen mit Kindern als auch mit SeniorInnen auszuprobieren und sich dann zu entscheiden.



Eva Corn  
Kordinatorin VorlesepatInnen „Ganz Ohr!“



## *Die Lustenauer Vorlesepatinnen und -paten*

: ein vielseitiges Vorlesekonzept für die ganze Gemeinde

Offiziell begann alles im Dezember 2012 mit einer Ausschreibung des Projekts „Ganz Ohr!“.

„Ganz Ohr in Lustenau - Projekt LesepatInnen“ ist ein gemeinsames Projekt der Pfarrcaritas Vorarlberg, dem Katholischen Bildungswerk/Fachstelle Bibliotheken, der Landesbüchereistelle, dem Bibliotheksverband Vorarlberg und der Marktgemeinde Lustenau.

Die meisten von uns Lustenauer LesepatInnen starteten mit einem dreiteiligen Workshop, der jeweils an einem Samstagvormittag im Jänner, Februar und März 2013 stattfand und von der Pfarrcaritas Vorarlberg unter der Leitung und Koordination von Eva Corn und ihren Mitarbeiterinnen durchgeführt wurde.

Den von Haus aus begeisterte Vorleserinnen und Vorleser mit viel Erfahrung aus dem familiären Umfeld - fast alle Lustenauer LesepatInnen sind auch höchst engagierte Omas und Opas - gaben die Workshops zusätzlich interessante Anstöße

und Hilfestellungen bezüglich neuerer Kinderliteratur, Einsatz von Materialien und Präsentationstechniken. Außerdem lernten wir uns dadurch kennen und begannen einen regen Erfahrungsaustausch. Rund zwölf Lesepatinnen und zwei Lesepaten gehörten zum ersten Lustenauer-LesepatInnen-Team, im Laufe der Jahre gab es natürlich Ab- und Zugänge, aber das Geschlechterverhältnis und die Anzahl der aktiven Mitglieder sind in etwa gleich geblieben.

Unser „Zuhause“ finden wir bei Peter Ladstätter in der Bücherei Lustenau. Sie ist unser Dreh- und Angelpunkt, unsere Anlauf- und Koordinationsstelle und Veranstaltungsort.

Hier gab es dann auch die ersten Vorlesestunden sowie die internen Austauschtreffen. Mittlerweile finden die regelmäßigen und angeregten Austauschtreffen oft im privaten Rahmen statt, wobei wir von der jeweiligen Lesepatinnen-Gastgeberin meistens auch kulinarisch verwöhnt werden.

Das regelmäßige Vorlesen am Donnerstag in der Bücherei Lustenau von 16 bis 17 Uhr, wenn möglich immer am 2. und 4. Donnerstag des Monats (außer in den Ferien), ist nach wie vor fixer Bestandteil und Herzstück unserer Einsätze. Dabei sind jeweils vier LesepatInnen zu einem vorher bestimmten Vorlesethema im Einsatz. Die Anzahl der Kinder schwankt, meist sind es 15 bis 20 Kinder im Alter von drei bis acht Jahren.

Besondere „Vorlese-Highlights“ sind für alle Beteiligten unsere „Außeneinsätze“. So lesen wir in den Schulferien im Rahmen von „School is out“, dem Ferienprogramm der Gemeinde Lustenau, immer wieder gerne auf der großen Wiese des Spielplatzes Wiesenrain vor und gestalten sehr unterschiedliche Erlebnismittage für Kinder inklusive Geschichtenerzählen und Vorlesen.

Dabei wandern wir mit Kindern im Ried, wobei es viel zu entdecken und zu hören gibt. Wir gestalten einen Märchennachmittag am Alten Rhein, lesen bei der Eröffnung eines Spielplatzes in einem Planwagen oder bei Anfrage und Bedarf im Judo-Club oder beim Museum Rheinbähnle. Die Ideen gehen uns nicht aus, die Umsetzung ist nicht immer einfach und ab und zu macht uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung.

Auch am Blauen Platz in Lustenau waren die Lustenauer LesepatInnen schon öfter im Einsatz und einzeln findet man uns regelmäßig in Schulen, Spielgruppen und auch - im kleineren Ausmaß - in Seniorenhäusern.

Nach einem erfolgreichen „Zauber-Nachmittag“ im „Café W\*ort“ mit Hexengeschichten, Zaubereien und Basteleien für 15 Kinder planen wir im Sommer einen ähnlichen Nachmittag in einem verwilderten Zaubergarten. Auch in der Bücherei soll gezaubert werden und eine Detektivnacht mit spannenden Geschichten und Aufgaben steht auf unserer Planungsliste.

Wir LesepatInnen lesen nicht nur sehr gerne und mit Begeisterung vor, wir hören auch zu und freuen uns über Bemerkungen und Kommentare unserer jungen und älteren ZuhörerInnen. Wir lernen voneinander und beschenken uns gegenseitig. Unser größter Lohn sind neugierige und begeisterte Menschen, die die wunderbare Welt der Bücher ein Stück mit uns entdecken - und alte Menschen, die ein Stück gelöster und heiterer sind, wenn wir wieder gehen.

*Dagmar Bayer-Bösch*  
Koordination LesepatInnen Lustenau  
[bibliothek.lustenau.at/de/lesepatinnen](http://bibliothek.lustenau.at/de/lesepatinnen)



MARKTGEMEINDE LUSTENAU

SERVICE > LESEPATINNEN

## GANZ OHR: FREUDE AM VORLESEN UND LESEN ENTDECKEN



Sie lesen gerne vor und möchten diese Freude gerne mit Kindern teilen. Sie mögen Bücher und das Lesen gehört zu Ihrer Leidenschaft. Das trifft auf Sie zu? Wenn Sie gerne Zeit schenken sowie einen wertvollen Beitrag in unserer Gemeinde leisten wollen, dann kann das Projekt „Lesepaten“ für Sie richtig sein.

## Erinnerungen werden geweckt

*„Es ist nicht nur für die Bewohner eine Abwechslung, sondern auch für mich eine schöne und oft berührende Aufgabe.“*

Als ich in der Zeitung von der Ausbildung zur Lesepatin las, fühlte ich mich sofort angesprochen. Da ich seit meiner Pensionierung über genügend Zeit verfüge, wollte ich einen Teil davon sinnvoll und sozial gestalten. Somit konnte ich mein Hobby wunderbar einbringen.

Von Anfang an – seit mehr als einem Jahr – lese ich im Sozialzentrum IAP (Integrierte Altenpflege) in Ludesch. Die Pflege meiner Eltern hat mir beim Umgang mit alten und zum Teil dementen Menschen geholfen. Dank der Vorbereitung durch die Beschäftigungstherapeutin wurde ich von Anfang an willkommen geheißen.

Die Auswahl der Lektüre fiel mir anfangs schwer. Ich begann mit Sagen, die ich nach den Her-

kunftsarten der HörerInnen aussuchte, las vom Lawinenunglück in Blons und lese derzeit von der Schwabengängerin aus Schnifis.

Mit diesen Geschichten und Erzählungen werden Erinnerungen geweckt und oft eigene Lebensgeschichten erzählt. Die SeniorInnen mögen es ganz besonders, wenn sie mir alte Mundartausdrücke oder in Vergessenheit geratene Begebenheiten erklären können. Ich freue mich jede Woche, wenn ich bereits am Vorlesetisch erwartet werde. Es ist nicht nur für die Bewohner eine Abwechslung, sondern auch für mich eine schöne und oft berührende Aufgabe.

Angelika Baumann



## *Vorlesen ist wie Fernsehen ohne Strom*

*Im Sozialzentrum Weidach und im Altenwohnheim Höchst werden mit demenzkranken SeniorInnen neue Wege beschritten. Lesepatin Anita Ohneberg schwört auf Kamishibai. Das ist eine besondere Art der Erzählkunst, stammt aus dem Japanischen und bedeutet so viel wie „Papiertheater“.*

Es gibt nichts Langweiligeres als monoton vorgelesene Geschichten. Ich versuche, das Vorlesen zu einer aktiven Sache werden zu lassen. Es werden dabei möglichst viele Sinne angesprochen. Deshalb gehört ein Koffer voller Requisiten, die die ZuhörerInnen an früher erinnern, zu meiner Standardausrüstung. Zwischenrufe, ein Lachen oder ein spontanes Klatschen zeigen, ob die ZuhörerInnen die Geschichte auch erfasst haben. Durch Fragen zu persönlichen Erfahrungen aus ähnlichen Situationen werden die SeniorInnen auch direkt mit einbezogen. Fingerspitzengefühl ist dabei gefragt, spontanen Gefühlsreaktionen sollte validierend begegnet werden.

Ein geschützter Raum und ein immer wiederkehrendes Begrüßungs- und Verabschiedungsritual sorgen für Wohlbefinden, Geborgenheit und Vertrautheit. Die Gruppe wächst dabei zusammen und stärkt ihre sozialen Kompetenzen. Man begrüßt sich untereinander - "bist auch wieder da" - und erkundigt sich nach dem Wohlbefinden der anderen. Es ist berührend, die strahlenden Augen und die „verstehende“ Mimik zu sehen, und der Applaus am Ende der Vorlesestunde ist das schönste Honorar. Auch die Bemerkungen der anwesenden BegleiterInnen (Verwandte oder Heimpersonal) - „So kenne ich Frau X. gar

nicht, sie spricht ja“ - zeugen von der Wichtigkeit des professionellen Vorlesens. Oft bittet man mich dann um Tipps und die freudigen Rückmeldungen bestärken mich in meinem Tun.

Als Nebenprodukt der Vorlesestunden entstanden selbstgemalte Märchen-Bildkarten für das Kamishibai. Diese Arbeiten der Malgruppe wurden anschließend als Bücher gebunden und fanden beim heiminternen Adventsmärkte reißenden Absatz. Die Angehörigen hatten Tränen in den Augen und die HerstellerInnen platzten fast vor Stolz.

Wenn ich nicht mit dem Kamishibai unterwegs bin, habe ich meinen etwa 80-jährigen Geschichten- und Requisitenkoffer dabei, und schon das Zur-Schau-Stellen des geschlossenen Koffers sorgt für Gesprächsstoff. Vorlesen im Altersheim beugt der Sprachlosigkeit vor und ist daher die beste Krankheitsprophylaxe, denn wer sich mitteilen kann, kann auch seine Wünsche und Bedürfnisse äußern.

Ich jedenfalls verlasse immer reich beschenkt das Heim und freue mich auf die nächste Vorlesestunde.

*Anita Ohneberg*

## „Frühling lässt sein blaues Band“

: die bleibende Freude an Gedichten

Ich besuche seit dreieinhalb Jahren regelmäßig, einmal in der Woche, die nunmehr 92-jährige Cousine meines Mannes, die nicht weit am Ende der Straße wohnt. Sie freut sich immer sehr, wenn ich komme, selbst wenn sie meinen Namen nicht immer weiß oder wo ich „hingehöre“.

Gern hätte ich ihr vorgelesen, doch ihr Kurzzeitgedächtnis und die Kürze ihrer Konzentrationsfähigkeit lassen es nicht zu. Am Anfang meiner Besuche versuchte ich es mit Zeitungsartikeln und auch mit Bilderbüchern, die ich „zufällig“ dabei hatte. Sie schaute zwar höflich darauf und begann eine Unterhaltung, schob aber bald den Artikel oder das Buch zur Seite.

Jetzt bringe ich ihr immer ein selbstgestaltetes Blatt Papier mit einem Gedicht und passenden Fotos darauf mit. Darüber freut sie sich jedes Mal sehr - vor allem auch, dass sie es behalten kann, dass es ihr gehört. Manche Gedichte, wie „Frühling lässt sein blaues Band“, kennt sie aus-

wendig und spricht sie ganz begeistert mit. Ich lese es ihr vor und dann liest sie es immer wieder mir vor. Wenn sie das Blatt zur Seite gelegt hat, entdeckt sie es manchmal auch wieder neu.

Auch an den Fotos erfreut sie sich und fragt mehrmals nach, wo und wer sie gemacht hat. Ganz besonders freut sie sich, wenn sie die Widmung mit ihrem eigenen Namen - „für ... von ...“ - auf der Seite findet.

Als sie in einer Phase war, wo es ihr nicht gut ging und sie am liebsten sterben wollte, tröstete sie ein Gebetstext und sie las eine Zeile, die sie besonders ansprach, immer und immer wieder. Oft küsst sie mich nach dem Lesen aus Dankbarkeit die Hand, was mir ein bisschen peinlich ist. Trotzdem freut und berührt es mich immer wieder tief, wie ihr die wenigen Worte mit ein paar schönen Bildern wohl tun und ihre Seele berühren.

Dagmar Bayer-Bösch



© ÖB Lustenau



## 7 Tage - für Bettlägerige eine Ewigkeit

: vom Vorlesen, Warten und Erwartetwerden

Sie war müde, ist später eingeschlafen, hat dann leise geschnarcht und als ich nach einer halben Stunde Vorlesen aufbrechen wollte, ist sie aufgewacht



und wollte mehr aus den VN, den Vorarlberger Nachrichten, hören. Mein erster Vorlesetermin im Seniorenheim, Zimmer 33. In sieben Tagen werde ich sie wieder besuchen. Für eine Bettlägerige eine „Ewigkeit“.

Diesmal treffe ich sie im kleinen Aufenthaltszimmer, es geht ihr besser. Sie ist munter. Ihr Wunsch nun, aus einem Roman von einem bekannten Heimatdichter zu hören. Bis Seite 26 lese ich, die Kurrentschrift auf braunem Papier strengt beim Lesen an.

Beim nächsten Besuch im Seniorenheim, wieder im kleinen Aufenthaltsraum, sind noch zwei Bewohner am Tisch. Einer im Rollstuhl, gespannte Gesichter, aufmerksam hören sie zu. Für sie eine erfreuliche Abwechslung zum Fernseh-Alltag. Nach einer Stunde bringen zwei „Zivis“ auf Rollwagen das Essen. Besteck klappert, es ist Mittag, Zeit für mich zu gehen.

Meine nächsten Besuche mache ich am Nachmittag, zwischen ihrem Mittagsschläfchen und dem Abendessen. Wir sind ungestört in ihrem Zimmer. Im Aufenthaltsraum war doch ziemlicher Umtrieb, mit störenden Geräuschen, die beim Lesen und Zuhören zu sehr ablenkten.

Im Oktober hat meine Vorlesetätigkeit begonnen und das Jahr neigt sich dem Ende zu. Meiner Seniorin geht es nun gesundheitlich immer schlechter. Oft kann sie nur mit Mühe dem Erzählten folgen, ist müde. Die wöchentlichen Besuche halte ich ein. Lerne so nach und nach ihr früheres Umfeld, als sie noch zu Hause und rüstig war, kennen. Im neuen Jahr blieb uns nur noch wenig Zeit, die Bücher, die sie noch hören wollte, fertig zu lesen.

Heute, nach einer längeren Pause, habe ich meinen ehrenamtlichen Dienst wieder aufgenommen. Im selben Seniorenheim, einen Stock höher, bei einer Bewohnerin, die ich heute zum zweiten Mal besuche. Sie liebt Krimis. Wir haben einen passenden gefunden, der in der Region um den Bodensee spielt.

Das Pflegepersonal ist sehr nett. Es gibt mir ein gutes Gefühl des gegenseitigen Vertrauens, das ich für meine Arbeit brauche.

Meine Tätigkeit als Lesebote habe ich über die Aktion „Ganz Ohr!“ der Caritas Vorarlberg begonnen, wo ich auch ausgebildet wurde und Unterstützung, Weiterbildung und Begleitung bekomme.

Ernst Tschernjak

## *Die persönlichen Motive, Wege, Erfahrungen und Irrtümer eines Vorlesepaten, der glaubte, etwas Gutes zu tun, sei einfach.*

Schenke eine Stunde Zeit, tu etwas Gutes. Das war meine Motivation. Ob es hieß „Werden Sie Lesepate“ oder „Lesepaten gesucht“, weiß ich nicht mehr. Ich glaubte, die Voraussetzungen dafür zu haben. Eine sonore Stimme wurde mir bestätigt, ich lese gerne, im Rahmen eines Theaterprojektes habe ich mich mit Demenz befasst, kannte das Seniorenheim in der Nachbargemeinde und daheim war ein neues in Planung. Die Voraussetzungen für den „besten“ Lesepaten waren damit geschaffen. Für einen hochmotivierten „Weltverbesserer, Gutmenschen und Anfänger“ waren aber auch alle möglichen Fallen und Stolpersteine gelegt.

Vor allem rechnete ich nicht mit den „Alten“. Aber dazu später.

So nahm ich, guten Mutes, das Prospektmaterial der Caritas mit nach Hause und deponierte schriftlich bei der angeführten Adresse, dass ich bereit bin als Lesepate.

Nach ca. zwei Wochen bekam ich einen Anruf, die zuständige Kollegin würde sich melden, wenn die Ausbildung beginnt.

Lange Zeit hörte ich nichts mehr. Der Bedarf an wirklich guten Lesepaten schien gering zu sein. So meine Annahme. Es zog sich. Eines Tages kam dann doch noch die Einladung zur Lesepatenausbildung, welche in vier verschiedenen thematischen Blöcken stattgefunden hat. (Dazu gäbe es einiges zu berichten.) Leider lagen die Ausbildungsblöcke zeitlich sehr weit auseinander, was nicht unbedingt förderlich war.

Nun gut, eines Tages war es soweit. Ich bin ein „ausgebildeter“ Lesepate mit Stempel und Siegel. Aber ohne Zuhörer.

Also habe ich im benachbarten Seniorenheim (HDG = Haus der Generationen) wissen lassen, dass ich als Lesepate zur Verfügung stehe.

„Gut, das freut uns sehr, aber wir haben schon Lesepatinnen (warum heißt es dann Lesepaten?) bei uns am Haus.“ Ich wurde informiert, dass Lesepaten nicht zum Personal gehören und sich irgendwie selbst im Hause zu organisieren haben. Daraufhin wurde ich an zwei freundliche Damen weitergereicht, welche die ehrenamtliche Mitarbeit koordinieren. „Ja, es gibt da vielleicht die Möglichkeit in der Gruppe ‚Betreutes Wohnen‘, wenn ... Diese Mitbewohner sind aber sehr rüstig und lesen auch noch selbst.“

Kurzum, die Gruppe musste zuerst befragt werden, ob sie einen Lesepaten wünscht oder nicht.

Nach ungefähr zwei Wochen wurde ich zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. Um einen Tisch saß eine Gruppe älterer Damen und Herren, denen ich meine Beweggründe und Biografie dar- und offenlegen durfte, währenddessen die Begutachtung dieses „Eindringlings“ (ich) ringsum stattfand. Dass ich langsam, laut und deutlich reden sollte, hat mir niemand gesagt. Nervosität, Schweißhände, Unsicherheit meinerseits, Neugierde, Souveränität und Gelassenheit auf der anderen Seite. Ich kam mir vor wie bei einer Prüfung. Was es ja auch war. Die Stimmung lockerte sich erst, nachdem bei-



derseitig gemeinsam Bekanntes und Erinnerungen an früher eingeflossen waren.

Die „Begutachtung“ ist offensichtlich zu meinen Gunsten verlaufen, denn ich wurde eingeladen für einen Leseabend. Wie in der Ausbildung gelernt, habe ich mich vorbereitet. Lesestoff gesichtet, alte Kalender und Kurzgeschichten gesucht und gelesen. Glaubte ich doch, was mir gefällt, gefällt auch den anderen.

Mit einem Stoß von Büchern und Geschichten kam ich, armer Tor, zu dieser ersten Lesestunde. Es wurde eine Lehrstunde für mich.

Kurz, um sich besser kennenzulernen, um zu spüren, was diese lieben Menschen von mir erwarten, um zu akzeptieren, dass der eine oder andere nicht immer da ist, um meine Lautstärke und Lesegeschwindigkeit anzupassen, um gegenseitig Vertrauen aufzubauen, um sich miteinander auf den Abend zu freuen (die gemeinsame Stunde ist immer von halb sieben bis halb acht), brauchten wir drei Abende.

Heute ist es so, dass ich eine Geschichte vorlese, meistens Sagen. Sie mögen das, dann wird erzählt und oft um eine halbe Stunde überzogen. Am Schluss bekomme ich sogar einen Eierlikör.

Das nächste Mal werde ich die Gruppe fragen, ob sie sich auch so wohl fühlt wie ich.

Vielleicht ergibt sich auch die Gelegenheit, einem einzelnen Menschen vorzulesen. In der Gruppe ist jeder Einzelne geschützt durch den anderen. Ich glaube, einem einzelnen Menschen vorzulesen, erfordert noch mehr Nähe und Vertrauen.

Gemeinsam haben wir eine Lösung gefunden, die mir Freiraum lässt und der Gruppe nicht das Gefühl der Verpflichtung gibt.

Diesen Frauen und Männern vorlesen zu dürfen, bedeutet Freude zu machen und den Alltag für kurze Zeit zu unterbrechen.

Hansjörg Ellensohn

## *Lesen zwischen den Paragraphen*

: rechtliche Aspekte rund um das Thema Vorlesen

Unser Leben und unsere Arbeit stehen in vielfältigen rechtlichen Bezügen und auch in Ihrer Funktion als VorlesepatIn bewegen Sie sich in einem rechtlichen Rahmen, in dem Sie sich gut zurechtfinden sollen.

Einige wichtige rechtliche Aspekte werden im Folgenden kurz dargestellt, grundsätzlich aber gilt: Erkundigen Sie sich zu Beginn Ihrer Tätigkeit bei der zuständigen Heimleitung detailliert über das richtige Verhalten in der jeweiligen Einrichtung und über Vorschriften, die es einzuhalten gilt:

- Wie reagiere ich, wenn z.B. jemandem in der Gruppe schlecht wird? Wer ist zu verständigen, wo befindet sich ein Notrufschalter?
- Was mache ich, wenn TeilnehmerInnen die Veranstaltung frühzeitig verlassen möchten?
- Welche Räume/Bereiche sind für mich zugänglich, welche nicht?
- Was darf ich gestalterisch verändern, was nicht?
- Worauf ist ev. bei einzelnen BewohnerInnen besonders zu achten?
- Wie reagiert man auf kleine Zuwendungen oder Geschenke?
- Welche für mich wichtigen Punkte finden sich in der Hausordnung?

### Urheberrecht

Wie der Name schon sagt, betreffen diese Bestimmungen die Rechte der UrheberInnen - das sind alle Personen, die ein selbständiges Werk geschaffen haben. Das kann ein Buch, ein Musikstück, ein Bild usw. sein. Die UrheberInnen haben das Recht, über das Werk frei zu verfügen und es wirtschaftlich zu nützen.

Im Klartext heißt das, wenn jemand anderer deren Werk verwendet, muss diese Person dafür bezahlen bzw. die UrheberInnen um Erlaubnis bitten. Dies gilt bis 70 Jahre nach dem Tod des Urhebers bzw. der Urheberin.

In den meisten Fällen sind für die Einhebung der Tantiemen die Verwertungsgesellschaften (wie z.B. die AKM - [www.akm.at](http://www.akm.at)) zuständig. Oft müssen aber die UrheberInnen oder die RechteinhaberInnen direkt gefragt werden, ob ihre Werke verwertet, z.B. kopiert oder öffentlich aufgeführt, werden dürfen.

Öffentlich ist eine Darbietung, die für jedermann zugänglich ist, aber auch eine Veranstaltung für einen geschlossenen Personenkreis ohne persönliche oder verwandtschaftliche Beziehungen. Auf die Zahl der Anwesenden kommt es nicht an. Ein Vorlesenachmittag in einer Senioreneinrichtung ist deshalb öffentlich.

Das Vorlesen von fremden Texten ist nur dann nicht vergütungspflichtig, wenn die VorleserInnen kein Honorar bekommen und keine Eintrittsgelder verlangt werden. Dasselbe gilt auch für das öffentliche Abspielen von Hörbüchern und Musik-CDs.

Ohne Genehmigung der RechteinhaberInnen dürfen auch Filme nicht öffentlich aufgeführt werden. Hier ist es bisweilen besonders schwierig zu erfahren, wer die RechteinhaberInnen sind. Sollten Sie vorhaben, als visuelle Begleitung zum Vorlesen einen Film auf DVD zu zeigen, müssten Sie das mit der Senioreneinrichtung, in der Sie vorlesen, abklären.

## Aufsichtspflicht

Dieser für Bibliotheken wichtige Aspekt gilt in erster Linie für die Arbeit mit Kindern und wird in der Broschüre „Faszination Vorlesen“ breiter ausgeführt. Gegenüber ZuhörerInnen aller Altersgruppen gilt jedoch die Verpflichtung, mögliche Verletzungsgefahren auszuschließen und daher auf mögliche Barrieren oder rutschige Böden zu achten bzw. auf gefährliches Bastelwerkzeug, komplizierte Körperübungen etc. zu verzichten. Wenn Sie unsicher sind, ob eine Aktivität vielleicht mit Problemen verbunden sein

könnte, fragen Sie vorsichtshalber beim Fachpersonal der jeweiligen Einrichtung nach.

## Fotografieren/Filmen

Wenn Sie Ihre ZuhörerInnen fotografieren möchten, müssen Sie auf jeden Fall deren Einwilligung einholen, besonders dann, wenn Sie die Fotos im Internet (Facebook, Homepage) veröffentlichen wollen. Wird Personen vorgelesen, die eingeschränkt geschäftsfähig sind, müssen Sie die Erlaubnis sowohl bei den Betroffenen als auch den zuständigen SachwalterInnen einholen.

## Verschwiegenheitspflicht

Ein wichtiger Punkt, den Sie als LesepatInnen beachten müssen, ist Ihre Pflicht zur Verschwiegenheit. Es dürfen keinesfalls Informationen aus dem persönlichen oder familiären Umfeld der ZuhörerInnen an die Öffentlichkeit getragen werden. Dies gilt auch für LesepatInnen in Schulen.

## Leumundszeugnis

In manchen Einrichtungen wird für die LesepatInnen eine Strafregisterbescheinigung (Leumundszeugnis) verlangt. Wenn das gewünscht ist, betrachten Sie das nicht als Zeichen des Misstrauens, sondern auch als Ihren eigenen Schutz.

Dr.<sup>in</sup> Elisabeth Mayer ist Bibliothekarin, Mitarbeiterin in der bibliothekarischen Ausbildung und Juristin.

Das von ihr verfasste Skriptum zum rechtlichen Rahmen der Bibliotheksarbeit behandelt auf etwa 30 Seiten praxisnahe Fragestellungen:

[www.biblio.at/service/skripten.html](http://www.biblio.at/service/skripten.html)



## Vorlesebücher für SeniorInnen

### **Benary-Isbert, Margot: Vom Glück der reifen Jahre**

: Erzählungen / Margot Benary-Isbert. - Frankfurt/M. : Knecht, 2006. - 126 S. ISBN 978-3-7820-0895-2 kart.

*Acht Erzählungen über alte Menschen, die auf gute Art und Weise mit dem Alter fertig werden. (Großdruck)*

### **Berg, Ursula: Zum Altwerden ist immer noch Zeit**

: Kurzgeschichten für Senioren / Ursula Berg. - Freiburg i. Br. : Herder, 2016. - 191 S. ISBN 978-3-451-31228-1 fest geb.

*Berührende Geschichten aus der Lebenswelt des Alters.*

### **Dankbarkeit erhebt die Seele**

: 140 Geschichten zum Vorlesen für Gottesdienst und Seniorenarbeit / Willi Hoffsümmer (Hg.). - erw. und veränd. Neuausg. - Ostfildern : Schwabenverl., 2013. - 199 S. ISBN 978-3-7966-1617-4 fest geb.

*Vielfältig einsetzbare Kurzgeschichten.*

### **Der ewige Brunnen**

: ein Hausbuch deutscher Dichtung / gesammelt und hrsg. von Ludwig Reiners. Mit Titelvignetten von Andreas Brylka. - München : C. H. Beck, 2014. - ISBN 978-3-406-67640-6 fest geb.

*Der ewige Brunnen ist die berühmteste Sammlung deutscher Gedichte - 1600 Texte aus acht Jahrhunderten.*

### **Unser Haushalt / Unsere Kinderspiele / Unser erstes Auto**

*Eine Reihe aus dem Wartberg-Verlag, jeweils ca. 64 S. [www.wartberg-verlag.de/unsere-bestseller.html](http://www.wartberg-verlag.de/unsere-bestseller.html) Ideale Fotobandreihe zum Wecken von Erinnerungen.*

### **Spiel mir eine alte Melodie**

: die schönsten alten Schlager und Volkslieder im Großdruck / hrsg. von Alfons Scheirle - Stuttgart : Reclam Philipp, 2013. - 127 S. - (Singen kennt kein Alter) ISBN 978-3-1501-0920-5

*Das Liederbuch im Großdruck enthält die schönsten Volkslieder und bekanntesten Schlager der Zwanziger- bis Fünfziger-Jahre.*

### **Winkler, Susann: Bitte 3x täglich lachen**

Humorvolle Geschichten und Gedichte für die Seniorenarbeit. - Hannover: Schlütersche, 2014. 216 S. ISBN 978-3-89993-325-3 kart.

*Eine kleine Sammlung heiterer Texte mit einer bunten Mischung aus den Bereichen Jahreszeiten, Alltägliches, Kurioses und Festlichkeiten.*

### **Winkler, Susann: Biographiearbeit**

: Ratespaß mit Senioren. 2 Bände im Set. - Hannover: Schlütersche, 2016. 144 S. ISBN 978-3-89993-378-9 Spiralbindung

*Rätselrunden zu bestimmten Themen als unkompliziertes und effektives Werkzeug in der Biografiearbeit: kognitive Fähigkeiten werden trainiert, soziale Kontakte vertieft und das Gefühl der Wertschätzung gestärkt.*

### **Zeit ist der Mantel nur**

: ein Vorlesebuch für ältere Menschen / Martin Achtnich [Hrsg.]. - 2., veränd. Aufl. - Lahr : Kaufmann, 2012. - 368 S. ISBN 978-3-7806-3098-8 fest geb.

*Zwölf Kapitel zu Themen des Lebens wie „Wege, die sich kreuzen“, „Alt und Jung“, „Woran das Herz hängt“, „Glauben und Zweifeln“ etc. laden ein, gemeinsam ins Gespräch zu kommen.*

## Literatur für Jung und Alt

### **Damm, Antje: Alle Zeit der Welt**

: Anlässe um miteinander über Zeit zu sprechen - Frankfurt a. M. : Moritz-Verl., 2015. ISBN 978-3-89565-183-0 fest geb.

*Mit Fragen und Bildern Gespräche in Gang setzen.*

### **Damm, Antje: Der Besuch**

/ Antje Damm. - Frankfurt a. M. : Moritz-Verl., 2015. - 32 S. ISBN 978-3-89565-295-0 fest geb.

*Eine herzerwärmende Begegnung der Generationen, auch als Buchkartenset für das Kamishibai beim Österreichischen Bibliothekswerk erhältlich.*

### **Das große Liederbuch**

/ gesammelt von Anne Diekmann, mit 156 bunten Bildern von Tomi Ungerer. - 25. Aufl. - Zürich : Diogenes, 1975. - 240 S. : zahlr. Ill. ISBN 978-3-25700-947-7 fest geb.

*Ein großes Hausbuch für Kinder und Erwachsene.*

### **Erlkönig von Johann Wolfgang von Goethe**

/ mit Bildern von Sabine Wilharm. - Berlin : Kindermann, 2013. - 24 S. (Poesie für Kinder) ISBN 978-3-934029-48-4 fest geb.

*Der wohl bekannteste „Vater-Kind-Ritt“ der Literatur. Ausdrucksstarke und traumschöne Illustrationen beleben Goethes beliebte Ballade neu.*

### **Hout, Mies van: Heute bin ich ... ???**

/ Mies van Hout. - Baar : Aracari-Verl., 2012. - 48 S. ISBN 978-3-905945-30-0 fest geb.

*Eine Reise durch die Welt der Gefühle. Empfindungen werden benannt und besser verstanden.*

### **Schnick Schnack Schabernack**

: das Hausbuch der Reime und Lieder für die Aller kleinsten / mit Bildern von Gerda Raidt. - Hildesheim : Gerstenberg, 2008. -

143 S. ISBN 978-3-8369-5198-2 fest geb.

*Reime und Lieder, die auch gut in der Arbeit mit Demenzzkranken eingesetzt werden können.*

## Zu Tisch!

: das Hausbuch vom Essen und Trinken / hrsg. von Birgit Lockheimer. Mit Bildern von Sonja Bougaeva. - Hildesheim : Gerstenberg, 2013. - 141 S. : zahlr. Ill. ISBN 978-3-8369-2696-6 fest geb.

*In diesem einladenden Hausbuch dreht sich alles ums Essen und Trinken. Literarische Leckerbissen für jeden Geschmack vom Kinderreim, Nonsensgedicht und Märchen über Kurzgeschichten bis zum Romanauszug. Texte von Josef Guggenmos, James Krüss, Christine Nöstlinger, Joachim Ringelnatz, Jürg Schubiger, Toon Tellegen, Theodor Fontane, Robert Gernhardt, Axel Hacke, Thomas Mann und Uwe Timm.*

## Wunderdinge

: Weltliteratur für Kinder / ill. von Lisbeth Zwerger. Mit einem Vorw. von Willy Puchner. - Zürich : NordSüd, 2014. - 170 S. : zahlr. Ill. (farb.) ISBN 978-3-314-10226-4 fest geb.

*Ein Sammelband mit Texten der Weltliteratur und großartigen Illustrationen: Der kleine Häwelmann (Th. Storm); Der Nussknacker (E.T.A. Hoffmann); Das Gespenst von Canterville (O. Wilde) u.a.*

## Für desorientierte Menschen

### Abeln, Reinhard: Bibelgeschichten

: 5-Minuten-Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz / Reinhard Abeln. - Mühlheim an der Ruhr : Verlag an der Ruhr, 2016. - 128 S. : Ill. ISBN 978-3-8346-3177-0 fest geb.

*Ideal einsetzbar bei der Betreuung von Menschen mit Demenz in der Heim- oder Tagespflege. Die Geschichten bieten die Möglichkeit, mit den Demenzerkrankten ins Gespräch zu kommen und sie religiös zu begleiten.*

### Bartoli y Eckert, Petra: Humoristische Anekdoten

: 5-Minuten-Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz / Petra Bartoli y Eckert. - Mühlheim an der Ruhr : Verlag an der Ruhr, 2013. - 125 S. : Ill. ISBN 978-3-8346-2345-4 fest geb.

*18 kurze und leicht verständliche Vorlesegeschichten für Menschen mit Demenz, Altersdemenz oder Alzheimer.*

### Eiring, Ulrike: Aktivieren mit Sprichwörtern, Liedern und Musik

: Praxismodelle für die Begleitung hochbetagter und demenzkranker Menschen / Ulrike Eiring. - Mainz : Schott, 2013. - 96 S. : Ill. + 1 CD ISBN 978-3-7957-0835-1 kart.

*Aktivierung von hochbetagten und demenzkranken Menschen durch Sprichwörter und Musik. Die CD bietet zahlreiche Lieder zum Zuhören und Mitsingen.*

### Gedichte fürs Gedächtnis

: zum Inwendig-Lernen und Auswendig-Sagen. / ausgew. und komment. von Ulla Hahn. Nachw. von Klaus von Dohnanyi. - Stuttgart : DVA, 1999. - 302 S. ISBN 978-3-421-05147-9 fest geb.

*Lieder, Balladen, Gedankenlyrik und Meditationen. Höhepunkte deutscher Dichtung neben vergessenen Kostbarkeiten.*

### Hermanns, Karin: Kaffeeklatsch und Sonntagsbraten

: Vorlesegeschichten, Gedichte und Lieder zum Jahreskreis für Menschen mit Demenz / Karin Hermanns. - Lahr : Kaufmann [u.a.], 2014. - 128 S. : Ill. ISBN 978-3-7806-3149-7 fest geb.

*Neue Vorlesegeschichten, bekannte Lieder und Gedichte und viele Tipps fürs richtige Vorlesen.*

### Jasper, Bettina M.; Willig, Simone: Musik bewegt

: mit Evergreens Herz und Hirn aktivieren. - Hannover: Vincentz Network, 2016. - 132 S. ISBN 978-3-86630-456-7 kart.

*Musik ist wunderbar geeignet, Körper und Geist zu trainieren und hebt die Stimmung. Schlager bringen viele alte Menschen ins Schwärmen und Erinnerungen an frühere Zeiten.*

### Lambrecht, Elisabeth: Jule-Geschichten

: wie die heute alten Menschen ihre Kindheit erlebten. Hannover: Vincentz Network, 2011. - 168 S. ISBN: 978-3-87870-489-8 kart.

*Ideale Einstiege in den Dialog der Bewohner mit den Pflegenden.*

### Linus, Paul: Unverhofft kommt ...

: die schönsten Sprichwort-Geschichten zum Lachen und Schmunzeln. SingLiesel, 2016. - 80 S. ISBN 978-3-94436-034-8 kart.

*1-Minute-Geschichten für Menschen mit Demenz.*

### Strätling, Ulrike: Als die Kaffeemühle streikte

: Geschichten zum Vorlesen für Demenzzranke. - 11. Aufl. : Brunnen-Verl., 2016. - 125 S. ISBN 978-3-7655-4123-0 kart.

*In einfachen Sätzen sind Uhrzeiten, Jahreszeiten, Farben, Wochentage und vieles mehr in ein lustiges Erlebnis gepackt.*

## Broschüren und Zeitschriften:

### Bacher, Herta: Rückschau statt Rückzug

: ein Skriptum für die bibliothekarische Praxis im Rahmen des Projekts „LebensSpuren: Begegnung der Generationen“

*Die Bedeutung biografischer Arbeit, Literaturtipps, Texte und Übungen. Beim Österreichischen Bibliothekswerk erhältlich.*

### „Ach!“- Weltliteratur für Kinder und Jugendliche

Beziehbar über die STUBE für € 5,50 unter [www.stube.at](http://www.stube.at). In dieser Broschüre finden sich auch ideale Literaturtipps zum Vorlesen mit SeniorInnen.

## Schwerpunktheft „Vergiss mein nicht“

Eine Ausgabe der Fachzeitschrift BiblioTheke, die unterschiedliche Beiträge zum Thema Alter enthält. Downloadbar unter:

[www.borromaeusverein.de/fileadmin/user\\_upload/Publikationen/BiblioTheke/Bibliotheke\\_4\\_16-09-15\\_gesamt.pdf](http://www.borromaeusverein.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/BiblioTheke/Bibliotheke_4_16-09-15_gesamt.pdf)

## Weiterführende Fachliteratur

### Amon, Ingrid: Die Macht der Stimme

: Persönlichkeit durch Klang, Volumen und Dynamik ; [mit Audio-CD] / Ingrid Amon. - München : Redline, 2016. - 272 S. : Ill. + 1 CD ISBN 978-3-868-81614-3 kart.

*Rhetorikklassiker über die Grundlagen und Trainingsmethoden moderner Stimm- und Sprechtechnik.*

### Feil, Naomi: Validation in Anwendung und Beispielen

: der Umgang mit verwirrten alten Menschen / Naomi Feil ; Vicki de Klerk-Rubin. - 7., aktualis. und erw. Aufl. - München : Reinhardt, 2013. - 310 S. - (Reinhardts Gerontologische Reihe; 17) ISBN 978-3-497-02421-6 kart.

*Eine überaus empfehlenswerte Lektüre für alle, die verwirrte alte Menschen umsorgen und pflegen.*

### Griesbeck, Josef: Die 50 besten Spiele für Seniorengruppen

München: DonBosco, 2016. - 80 S. - (Don Bosco MiniSpielothek) ISBN 978-3-76981-848-2 kart.

*Spiele für die Seniorenarbeit: Die heiteren und leicht durchzuführenden Spiele regen logisches Denken an, fördern Konzentration, Wahrnehmung und Motorik und beflügeln das Gespräch.*

### Hense, Margarita: Das Erzählcafé

: Themen und Ideen für lebendiges Erinnern und Gedächtnistraining mit Senioren / Margarita Hense. Unter Mitarbeit von Gisela Buschmeier. - 1. Aufl. - München : Don Bosco, 2016. - 159 S. : Ill. ISBN 978-3-7698-2238-0 kart.

*2 ausgearbeitete Modelle für Erzählcafés sowie wertvolle Ratschläge zur Durchführung und Hinweise zur Bedeutung des biografischen Erzählens für Senioren.*

### Kappner, Stefan: Schreibend erzählen

: Biographiearbeit mit Senioren und Demenzkranken. - Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr, 2015. - 168 S. ISBN 978-3-8346-2579-3 fest geb.

*Praxismaterial mit 50 Kopiervorlagen als Ausgangspunkte für biografisches Schreiben.*

### Kern, Vera: Sitzen, tanzen, kein Problem

: 2x7 Bewegungslieder und Sitztänze. - Neukirchen: Neukirchener Aussaat, 2016. - 46 S. ISBN 978-3-761-55647-4 kart.

*Bewegung ist gesund und macht Spaß - auch wenn man*

*nicht mehr zu den Jüngsten zählt! Die Spiele und Tänze in diesem Buch sind perfekt auf ältere Menschen zugeschnitten und damit ideales Material für Seniorengruppen.*

### Klingenberg, Hubert: Biografiearbeit in der Pflege

: Anlässe - Übungen - Impulse / Hubert Klingenberg. - München : Don Bosco, 2015. - 78 S. : Ill. (farb.) - (Praxis Biografiearbeit) ISBN 978-3-7698-2198-7 kart.

*Rückwärts schauen, vorwärts leben: leicht zu lernende Übungen aus der Biografiearbeit für haupt- und ehrenamtliche Pflegekräfte, Besuchsdienste und Angehörige.*

### Kulzer, Gudrun: Bibliothek der dritten Lebensphase

: Angebote für die Zielgruppe der Älteren / Gudrun Kulzer. - Berlin : De Gruyter, 2013. - 74 S. : Ill. ISBN 978-3-11-026952-9 kart.

*Mit diesem Buch können Bibliotheken jeder Größenordnung ihr Angebot für diese wichtige Zielgruppe mithilfe von praktischen Tipps analysieren, neue Kooperationspartner finden und Veranstaltungen konkret anhand von Beispielen planen.*

### Kusch, Rita: Neue Schatztruhe für die Seniorenarbeit

: Impulse, Materialien und Gesprächsanstöße / Rita Kusch. - Gütersloh : Gütersloher Verl.-Haus, 2016. - 224 S. : Ill. + CD-ROM ISBN 978-3-579-06207-5 kart.

*20 thematische Einheiten, die sich am Erlebnis- und Erfahrungsschatz der älteren Menschen orientieren und deren Lebenserfahrung wertschätzen.*

### Paillon, Monika: Mit Sprache erinnern

: kommunikative Spiele mit dementen Menschen / Monika Paillon. - München : Reinhardt, 2008. - 142 S. : Ill. - (Reinhardts Gerontologische Reihe ; 42) ISBN 978-3-497-02036-2 kart.

*In 20 praxiserprobten Themenkreisen zeigt die Autorin, wie man mit Wörtern Erinnerungen weckt, Vertrauen aufbaut, fördert und fordert. Sprichwörter und Redewendungen ergänzt sie mit Vorschlägen zu Bewegungsübungen, Innen- und Außenaktivitäten und gemeinsamem Singen.*

### Rothmund, Paula: Treffpunkt Senioren

: fantasievolle Ideen für Gruppennachmittage / Paula Rothmund. - Freiburg i. Br. : Lambertus-Verl., 2011. - 213 S. : Ill. ISBN 978-3-7841-2002-7 kart.

*Ein Buch mit vielen Materialien für die praktische Biografie- und Erinnerungsarbeit. Der Hauptteil sind die Erzählblätter zu verschiedenen Themen, die als Kopievorlagen genutzt werden können.*

### Ruhe, Hans Georg: Methoden der Biografiearbeit

: Lebensspuren entdecken und verstehen. - Weinheim: Juventa, 2012 - 152 S. (Edition Sozial) ISBN 978-3-779-92084-7 kart.

*Verschiedene Methoden der Biografiearbeit zur Stärkung des Erinnerungsvermögens und der Kommunikationsfähigkeit.*



**Bibliotheksfachstelle der Diözese Eisenstadt**

Bernhard Dobrowsky  
7001 Eisenstadt, St. Rochusstraße 21  
T +43/2682/777-321 bernhard.dobrowsky@martinus.at

**Medienstelle - Fachstelle Bibliotheken - Katholische Kirche Vorarlberg**

Mag.<sup>a</sup> Eva-Maria Hesche  
6800 Feldkirch, Bahnhofstraße 13  
T +43/5522/3485-140 medienstelle@kath-kirche-vorarlberg.at

**Fachstelle für Bibliotheken der Diözese Gurk**

Dr.<sup>in</sup> Birgit Leitner  
9020 Klagenfurt, Mariannengasse 2  
T +46 463/57770-1050 birgit.leitner@kath-kirche-kaernten.at

**Diözesanes Bibliotheksreferat Innsbruck**

Monika Heinzle  
6020 Innsbruck, Riedgasse 9  
T +43/512/2230-4405 monika.heinzle@dibk.at

**Bibliotheksfachstelle der Diözese Linz**

Mag. Christian Dandl  
4021 Linz, Kapuzinerstraße 84  
T +43/732/7610-3283 biblio@dioezese-linz.at

**Referat für Bibliotheken und Leseförderung der Erzdiözese Salzburg**

Dr.<sup>in</sup> Christina Repolust  
5020 Salzburg, Gaisbergstraße 7  
T +43/0662/8047-2068 christina.repolust@seelsorge.kirchen.net

**Bibliotheksfachstelle der Diözese St. Pölten**

Gerlinde Falkensteiner  
3101 St. Pölten, Klostersgasse 15-17  
T +43/2742/324-3309 bibliothek.pa.stpoelten@kirche.at

**Kirchliches Bibliothekswerk der Erzdiözese Wien**

Mag. Gerhard Sarman  
1010 Wien, Seilerstätte 8  
T +43/1/5134256 office@kibi.at

wahrgenommen durch:

**LESEZENTRUM Steiermark**

Dr. Wolfgang Moser  
8020 Graz, Eggenberger Allee 15a  
T +43/316/685357-0 office@lesezentrum.at

Wer eine Ge

**Buchstart**

: mit Büchern wachsen

erzählen hat,

wenig einsam



einer Geschi