



KULTUR-APOTHEKE

Förderung für Gemeinschaft, Kunst und Kultur

TÄTIGKEITS-KONZEPT



KULTUR-APOTHEKE | Förderung für Gemeinschaft, Kunst und Kultur | Untere Hauptgasse 31 | 3600 Thun
| Tel. 079 454 01 05 | Tel. 079 337 66 66 | info@Kultur-Apotheke.ch |
www.Kultur-Apotheke.ch

INHALTSVERZEICHNIS

Tätigkeits-Konzept	0
1 Einleitung	2
2 Wer sind wir	2
3 Rahmenbedingungen der Kultur-Apotheke	3
4 Theoretische Hintergrund - Werthaltung und daraus resultierende Arbeitsprinzipien.....	3
4.1 Sozialraumorientierung.....	3
4.2 Empowerment	4
4.3 Geragogik	4
5 Zielgruppen	5
5.1 Primäre Zielgruppe: Ältere Menschen (60+)	5
5.2 Sekundäre Zielgruppe: Menschen, die Angebote anbieten oder unterstützen möchten	5
6 Ziele	5
6.1 Förderung der Integration.....	5
6.2 Förderung sozialer Beziehungen.....	6
6.3 Förderung der Mitwirkung.....	6
6.4 Förderung der Teilhabe	6
6.5 Förderung von Selbstbestimmung und Voraussetzungen für Sinn und ein gelingendes Leben.....	7
6.6 Beitrag zum Wert für die Gesellschaft.....	7
7 Öffentlichkeitsarbeit.....	8
7.1 Online-Präsenz und soziale Medien.....	8
7.2 Schaufenster und Veranstaltungsübersicht.....	8
7.3 Aushänge vor Ort	8
7.4 WhatsApp-Gruppen	8
7.5 Eröffnungsapéro zur Gründungsfeier	8
8 Kooperation und Netzwerke	9
9 Evaluierung und Nachhaltigkeit.....	9
9.1 Evaluierung der Angebote.....	9
9.2 Nachhaltigkeit der Kultur-Apotheke.....	10
9.3 Zukunftssicherung durch Netzwerkbildung und Weiterentwicklung	10
11 Schlusswort.....	11
12 Quellenverzeichnis	12
13 Beispiele von bestehenden Angeboten und Projekten.....	13

1 EINLEITUNG

Mit der allgemeinen demografischen Entwicklung zeigt sich auch in der Stadt Thun eine zunehmende Alterung der Bevölkerung, was auch in den Prognosen der Stadt Thun in ihrem Altersleitbild klar ersichtlich wird.

„Die steigende Zahl älterer Menschen bringt neue Herausforderungen mit sich, insbesondere im Bereich sozialer Teilhabe, Einsamkeit und einer sinnvollen Alltagsgestaltung. Viele Menschen bleiben heute länger bei guter Gesundheit und damit verlängert sich auch die Möglichkeit der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Auf der anderen Seite nimmt das Risiko der ungewollten sozialen Isolation im höheren Alter mit grösserer geografischer Distanz zur Familie und mit zunehmender Individualisierung zu.“

Quelle: Altersleitbild Stadt Thun.

Die Bevölkerungsstatistik vom 31.12.2024 der Stadt Thun zeigt, dass nahezu ein Drittel der Einwohner*innen über 60 Jahre alt sind.

Einwohnerinnen und Einwohner nach Altersgruppen

0 - 19	8'184	18.33 %
20 - 39	10'538	23.60 %
40 - 59	11'384	25.50 %
60 - 79	10'951	24.52 %
80 +	3'599	8.05%

Quelle: <https://www.thun.ch/wohnen>

Die Kultur-Apotheke greift genau diese Themen auf und bietet eine niederschwellige, gemeinschaftsfördernde Lösung für Menschen nach der Pensionierung, insbesondere für finanziell schwächer gestellte Personen, die von Armut oder Ausgrenzung betroffen oder gefährdet sind.

Das oberste Ziel ist die Teilhabe aller Menschen an unserer Gesellschaft zu ermöglichen, und zwar unabhängig von ihrer Herkunft, ihrer Konfession, ihrer Gesundheit, der sozialen Schicht und den finanziellen Möglichkeiten.

Dabei hat sich der Verein Kultur-Apotheke der Förderung von Gemeinschaft, Kunst und Kultur verschrieben. Ihr Ziel ist es, einen inklusiven Begegnungsort zu schaffen, der insbesondere älteren Menschen nach der Pensionierung einen Raum bietet, sich wertgeschätzt zu fühlen, neue Kontakte zu knüpfen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen

Ein weiterer Punkt, wo die Kultur-Apotheke Unterstützung bieten kann, ist die niederschwellige Vermittlung von weiterführenden Beratungs- und Unterstützungsangeboten. In der Stadt Thun gibt es diverse Angebote für die Zielgruppe im 3. und 4. Lebensabschnitt (60+, resp. 80+) wie zum Beispiel die Pro Senectute Berner Oberland, die reformierte Kirchgemeinde Thun, das SRK Bern-Oberland und auch vielfältige Angebote für Freiwilligenarbeit (Zytbörse, UND Generationentandem etc). Hinzu kommen diverse Angebote für betagte Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen; z.B. die Altersheime, Spitex-Organisationen, Alzheimer Beratungsstelle, u.a. Die Vernetzung und Zusammenarbeit mit diesen Angeboten ist ein weiterer Schwerpunkt der Kultur-Apotheke.

2 WER SIND WIR

Die *Kultur-Apotheke* befindet sich in einem prächtigen 130 Jahre alten Gebäude, das tief in der Geschichte von Thun verwurzelt ist. Ursprünglich als Hotel „Zum Wilden Mann“ eröffnet und später 100 Jahre lang Sitz der Berntorapotheke, verbindet das Haus seine historische Bedeutung mit einem neuen Zweck. Teile des Gebäudes wurden aus den Steinen des alten Berntors errichtet, und bis heute dient es als markantes Wahrzeichen und Eingangstor zur Altstadt von Thun.

Mit der Gründung der *Kultur-Apotheke* werden diese beiden historischen Nutzungen auf besondere Weise zusammengeführt. Das Haus ist nun nicht mehr nur für das körperliche Wohl verantwortlich, sondern

bietet einen offenen Ort der Entfaltung, der Entwicklung und des Austauschs. Es ist ein Raum, der Menschen verbindet und ihnen neue Perspektiven eröffnet. Diese Weiterentwicklung des Gebäudes ist eine würdige Fortsetzung seiner Geschichte und verleiht dem Haus eine zeitgemässe und inspirierende Bestimmung.

3 RAHMENBEDINGUNGEN DER KULTUR-APOTHEKE

Die Konzeption beschreibt die Rechtsform, die Finanzierungsgrundlagen, sowie die personelle Struktur und die zugrundeliegenden Werte und Wissensbestände.

Der als juristische Person selbständige und unabhängige Verein *Kultur-Apotheke* ist auf der Grundlage der Sozialen Arbeit hervorgegangen. Der Verein arbeitet auf gemeinnütziger und karitativer Basis und ist nicht gewinnorientiert.

Der *Kultur-Apotheke* stehen im ehrwürdigen Haus an der unteren Hauptgasse 31, 3600 Thun, der Gewölbekeller und im Parterre das Ladenlokal der ehemaligen Berntorapotheke mit ergänzender Infrastruktur unentgeltlich zur Verfügung. Im Weiteren setzt die Kultur-Apotheke auf eine diversifizierte Finanzierung durch Mitgliedsbeiträge, Spenden, Fördergelder und Erlöse aus Veranstaltungen, um eine stabile Grundlage zu schaffen. Gleichzeitig wird darauf geachtet, die Angebote weiterhin niederschwellig und kostengünstig zu gestalten.

Die *Kultur-Apotheke* orientiert sich am Altersleitbild der Stadt Thun, welches unter anderem die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben und die soziale Einbeziehung und Wertschätzung als wichtige Handlungsfelder beschreibt.

Ebenfalls orientiert sich die Kultur-Apotheke entlang den Werten wie sie die International Federation of Social Workers (IFSW) definiert als **„eine Tätigkeit, die sich an den Prinzipien sozialer Gerechtigkeit, Menschenrechte, kollektiver Verantwortung und kultureller Vielfalt orientiert.“**

Das Kernteam setzt sich aus einer Sozialarbeiterin MSc, einem Unternehmer und einer Juristin Mlaw zusammen. Alle arbeiten unentgeltlich. Ergänzend werden Interessierte und Fachpersonen beigezogen.

4 THEORETISCHE HINTERGRUND - WERTEHALTUNG UND DARAUSS RESULTIERENDE ARBEITSPRINZIPIEN

Die Verantwortlichen und aktiv Tätigen der Kultur-Apotheke arbeiten mit folgenden theoretischen Grundlagen:

4.1 SOZIALRAUMORIENTIERUNG

Einerseits bietet das Fachkonzept der Sozialraumorientierung (Fürst / Hinte 2017) mit den dort genannten Prinzipien als Grundlage für eine Identität im Feld Sozialer Arbeit.

Konkret geht es in der Sozialraumorientierung darum, unter tätiger Mitwirkung der betroffenen Menschen Lebenswelten zu gestalten und Arrangements zu kreieren, die dazu beitragen, dass Menschen auch in prekären Lebenssituationen zurechtkommen. Dabei sind folgende Prinzipien von Bedeutung:

Ausgangspunkt jeglicher Arbeit sind der Wille / die Interessen der leistungsberechtigten Menschen (in Abgrenzung zu Wünschen oder naiv definierten Bedarfen).

Aktivierende Arbeit hat grundsätzlich Vorrang vor betreuender Tätigkeit.

Bei der Gestaltung einer Hilfe spielen personale und sozialräumliche Ressourcen eine wesentliche Rolle.

Aktivitäten sind immer zielgruppen- und bereichsübergreifend angelegt

Vernetzung und Integration der verschiedenen sozialen Dienste sind Grundlage für funktionierende Einzelhilfen.

Fürst, Roland, Hinte Wolfgang. Sozialraumorientierung

4.2 EMPOWERMENT

Alles handeln basiert auf dem Empowerment, was bedeutet, dass **Menschen Macht und Kontrolle über ihr eigenes Leben haben**. Menschen bekommen die Unterstützung, die sie brauchen und die für sie richtig ist. Empowerment bedeutet, dass Menschen gleichberechtigte Bürger sind. Empowerment Prozesse sind Aneignungsprozesse; dies kann lebensweltlich bedeuten:

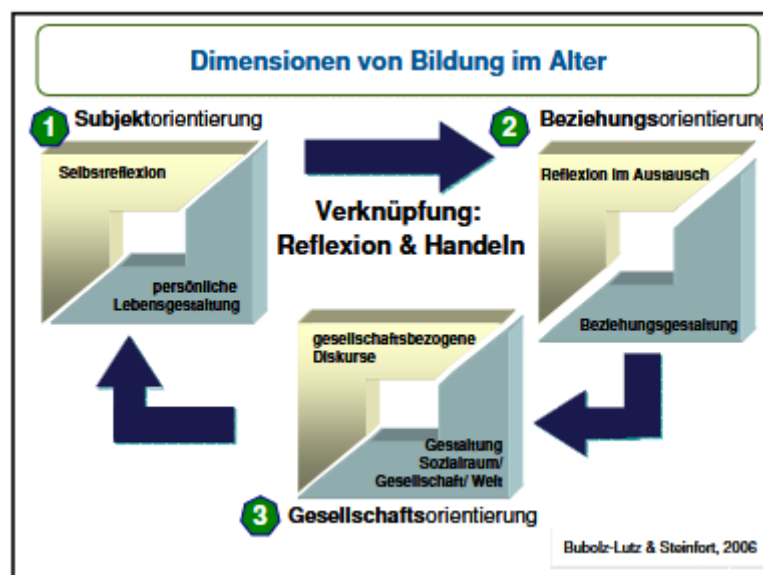
- Würdebehauptung, Autonomie / Selbstbestimmung
- inneren und äusseren Räumen, „behaust“ sein, im Raum
- Zeit
- sozialen Beziehungen
- Ressourcen
- Teilhabe in allen Bereichen
- Macht (personaler, institutioneller und gesellschaftspolitischer Macht)
- Sinn und gelingendem Leben

Prof. Dr. Beate Blank Folie 19

4.3 GERAGOGIK

Entsprechend der fokussierten Zielgruppe soll die Umsetzung der Angebote auf der Grundlage der Geragogik erfolgen. Die Geragogik oder auch Alterspädagogik entstand aus der Pädagogik und der Gerontologie und befasst sich mit Bildungsfragen und Bildungshilfen für ältere Menschen. Die Grundlage der Geragogik ist das Konzept des lebenslangen Lernens. Sie kann als ein „*Prozess des Lernens im Alter vor dem Hintergrund der persönlichen Lebensgeschichte und der gesellschaftlichen Entwicklungen unter Einbezug der Entwicklung von Handlungskompetenz*“ (Bubolz-Lutz, 2015, S. 114) verstanden werden.

Lernen ist ein grundlegender Lebensprozess, der lebenslang andauert. Es ist ein biografischer und lebensweltlicher Prozess, welcher jeweils situativ an bestimmte Kontexte gebunden ist und sowohl in formalen als auch nicht-formalen und informellen Lernkontexten stattfinden kann. Die reflexiven Bestimmungsmerkmale werden im geragogischen Begriffsverständnis als „Bildung“ bezeichnet (vgl. Bubolz-Lutz, 2022, S. 24-25).



5 ZIELGRUPPEN

5.1 PRIMÄRE ZIELGRUPPE: ÄLTERE MENSCHEN (60+)

Die *Kultur-Apotheke* richtet sich vorwiegend an ältere Menschen ab 60 Jahren, die nach ihrer Pensionierung eine neue Lebensphase gestalten und Anschlussmöglichkeiten finden möchten. Mit dem Ende des Arbeitsalltags verlieren viele Menschen nicht nur eine tägliche Struktur, sondern oft auch einen wichtigen Teil ihres sozialen Netzwerks. Dieser Übergang stellt eine Herausforderung dar, da es darum geht, die eigene Rolle in der Gesellschaft neu zu definieren und die Zeit mit sinnstiftenden Aktivitäten zu füllen.

Die *Kultur-Apotheke* bietet diesen Menschen einen offenen und wertschätzenden Raum, in dem sie sich aktiv einbringen, neue Kontakte knüpfen und persönliche Interessen weiterentwickeln können. Durch generationenübergreifende und kulturelle Angebote wird nicht nur die soziale Teilhabe gefördert, sondern auch das Prinzip des lebenslangen Lernens gestärkt, das den Übergang in diesen neuen Lebensabschnitt erleichtert.

5.2 SEKUNDÄRE ZIELGRUPPE: MENSCHEN, DIE ANGEBOTE ANBIETEN ODER UNTERSTÜTZEN MÖCHTEN

Die *Kultur-Apotheke* richtet sich auch an Personen, die selbst Angebote initiieren oder unterstützen möchten. Dies können sowohl ältere als auch jüngere Menschen sein, die sich ehrenamtlich engagieren, Veranstaltungen leiten oder ihre eigenen Fähigkeiten und Interessen einbringen wollen.

Hierzu zählen:

- Jüngere Personen, die sich aktiv beteiligen und beispielsweise Angebote für ältere Menschen leiten, sei es durch die Führung eines Sprachentisches, die Durchführung von Kreativ-Workshops oder die Unterstützung im digitalen Bereich.
- Personen, die generationenübergreifende Angebote ermöglichen, beispielsweise durch Programme für junge Mütter mit Kindern, bei denen ältere Menschen eine unterstützende Rolle übernehmen können.
- Fachpersonen oder Ehrenamtliche, die ihr Wissen oder ihre Erfahrungen in die *Kultur-Apotheke* einbringen und so das Angebot bereichern.
- Menschen, die durch ihre Mithilfe oder Mitgestaltung zur Gemeinschaft beitragen wollen, sei es durch organisatorische Unterstützung, Moderation von Gruppen oder die Betreuung bestimmter Aktivitäten.

Die *Kultur-Apotheke* versteht sich als ein Ort des aktiven Miteinanders, an dem Menschen unabhängig von Alter oder Hintergrund gemeinsam gestalten, lernen und wachsen können. Sie schafft somit nicht nur eine Plattform für ältere Menschen, sondern auch für all jene, die dazu beitragen möchten, eine lebendige, generationenübergreifende Gemeinschaft zu fördern.

6 ZIELE

Die Wirkungsziele und daraus die Handlungsziele der Kultur-Apotheke sind:

6.1 FÖRDERUNG DER INTEGRATION

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* fördert die Integration älterer Menschen in die Gesellschaft, indem sie ihnen einen offenen, wertschätzenden Begegnungsort bietet, an dem sie sich aktiv einbringen und Teil einer Gemeinschaft sein können. Der geragogische Ansatz des lebenslangen Lernens unterstützt diesen Prozess, indem er älteren Menschen die Möglichkeit gibt, neue Fähigkeiten zu erwerben und sich aktiv weiterzuentwickeln.

HANDLUNGSZIELE:

- Schaffung eines niederschweligen, offenen Treffpunkts ohne Verpflichtungen oder Zugangshürden.
- Gestaltung von generationenübergreifenden Angeboten, die den Austausch zwischen älteren und jüngeren Menschen fördern.
- Angebote zur **Weiterentwicklung persönlicher und sozialer Kompetenzen**, um eine selbstbestimmte Integration in die Gesellschaft zu ermöglichen.
- Vernetzung mit bestehenden sozialen und kulturellen Institutionen, um Brücken zu anderen Angeboten zu bauen.

6.2 FÖRDERUNG SOZIALER BEZIEHUNGEN

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* stärkt soziale Beziehungen, indem sie Gelegenheiten für Begegnung, Austausch und gemeinsame Aktivitäten schafft, die Isolation und Einsamkeit entgegenwirken. Der geragogische Ansatz betont dabei, dass soziale Interaktion auch eine Form des Lernens ist – sei es durch den sprachlichen, kulturellen oder persönlichen Austausch.

HANDLUNGSZIELE:

- Etablierung von regelmässigen Sprachentischen, kreativen Workshops und Gesprächsrunden, die sowohl der sozialen Vernetzung als auch dem kognitiven Lernen dienen.
- Förderung von Gruppenaktivitäten wie gemeinsames Musizieren, Kunstprojekte oder Literaturtreffen, die nicht nur Beziehungen stärken, sondern auch das **kulturelle und intellektuelle Wachstum** unterstützen.
- Nutzung digitaler Kanäle (z. B. WhatsApp-Gruppen), um den Austausch zwischen den Teilnehmenden auch ausserhalb der physischen Treffen zu ermöglichen und die digitale Kompetenz älterer Menschen zu fördern.

6.3 FÖRDERUNG DER MITWIRKUNG

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* ermöglicht es älteren Menschen, aktiv mitzugestalten, eigene Ideen einzubringen und an Entscheidungsprozessen teilzunehmen. Durch den geragogischen Ansatz wird die Erfahrung der älteren Generation wertgeschätzt, indem sie ihre Kenntnisse weitergeben und gleichzeitig neue Fertigkeiten erwerben können.

HANDLUNGSZIELE:

- Einrichtung eines offenen Ideenaustauschs, bei dem Teilnehmende neue Angebote und Formate vorschlagen können.
- Förderung von selbstorganisierten Gruppen, in denen ältere Menschen eigenverantwortlich Aktivitäten planen und umsetzen können, um ihre **Selbstwirksamkeit und Entscheidungsfähigkeit** zu stärken.
- Möglichkeit zur ehrenamtlichen Mitarbeit im Verein und Betreuung von Veranstaltungen, wodurch ältere Menschen aktiv bleiben und soziale sowie organisatorische Fähigkeiten weiterentwickeln können.

6.4 FÖRDERUNG DER TEILHABE

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* schafft für ältere Menschen die Möglichkeit, am gesellschaftlichen Leben aktiv teilzunehmen und sich als wertvolle Mitglieder der Gemeinschaft zu erleben. Teilhabe wird nicht nur als soziale Präsenz verstanden, sondern auch als ein aktiver Lernprozess, bei dem ältere Menschen sich neue Rollen, Aufgaben und Perspektiven erschliessen.

HANDLUNGSZIELE:

- Durchführung öffentlicher Veranstaltungen, die es älteren Menschen ermöglichen, ihre Fähigkeiten und Talente zu zeigen.
- Schaffung einer Plattform für Ausstellungen, Vorträge oder kulturelle Beiträge durch die Teilnehmenden, um Wissen und Lebenserfahrungen weiterzugeben.
- Förderung von generationenübergreifenden Projekten, bei denen ältere Menschen ihre Erfahrungen teilen und gleichzeitig von jungen Menschen neue Impulse erhalten, beispielsweise im Bereich **digitale Medienkompetenz oder neue kreative Ausdrucksformen**.
- Abbau finanzieller Barrieren durch kostenlose oder symbolisch günstige Angebote, um allen eine gleichberechtigte Teilhabe zu ermöglichen.

6.5 FÖRDERUNG VON SELBSTBESTIMMUNG UND VORAUSSETZUNGEN FÜR SINN UND EIN GELINGENDES LEBEN

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* unterstützt ältere Menschen dabei, ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu erkennen, ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln und ein sinnstiftendes, selbstbestimmtes Leben zu führen. Der geragogische Ansatz betont, dass Menschen bis ins hohe Alter Lernende bleiben und durch neue Erfahrungen ihre persönliche Identität weiterentwickeln können.

HANDLUNGSZIELE:

- Angebote zur persönlichen Entwicklung, wie kreative Workshops oder Vortragsreihen zu verschiedenen Lebensthemen, um neue Interessen zu entdecken und vorhandene Fähigkeiten zu vertiefen.
- Förderung von **Lernprozessen in verschiedenen Bereichen**, sei es durch Kunst, Sprachen, Musik oder andere Bildungsangebote, die kognitive und emotionale Entwicklung unterstützen.
- Schaffung eines Raums, in dem sich ältere Menschen aktiv einbringen, ihr Wissen weitergeben und durch gegenseitiges Lernen inspiriert werden.
- Unterstützung der individuellen Lebensgestaltung durch Programme, die dabei helfen, neue Rollen und Perspektiven im Alter zu entwickeln.

6.6 BEITRAG ZUM WERT FÜR DIE GESELLSCHAFT

WIRKUNGSZIEL:

Die *Kultur-Apotheke* trägt dazu bei, das Potenzial älterer Menschen sichtbar zu machen und sie als aktive, wertvolle Mitglieder der Gesellschaft zu stärken. Der geragogische Ansatz unterstreicht, dass der Beitrag älterer Menschen nicht nur durch ihre Vergangenheit bestimmt wird, sondern auch durch ihre gegenwärtige und zukünftige Fähigkeit, zu lernen, zu gestalten und Wissen weiterzugeben.

HANDLUNGSZIELE:

- Öffentlichkeitsarbeit, um die gesellschaftliche Wahrnehmung älterer Menschen positiv zu beeinflussen und ihr Potenzial sichtbar zu machen.
- **Kooperation mit sozialen und kulturellen Institutionen**, um das Wissen und die Fähigkeiten der Teilnehmenden aktiv in gesellschaftliche Prozesse einzubringen.
- Förderung generationenübergreifender Aktivitäten, die den Austausch zwischen Jung und Alt stärken und zeigen, dass ältere Menschen wertvolle Impulsgeberinnen und Impulsgeber für die gesamte Gesellschaft sind.

- **Stärkung des individuellen und kollektiven Selbstwertgefühls**, indem ältere Menschen in verschiedenen Rollen aktiv werden und als Mentorinnen, kreative Köpfe oder soziale Gestalterinnen wahrgenommen werden.

7 ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Die Öffentlichkeitsarbeit der *Kultur-Apotheke* verfolgt das Ziel, die Möglichkeiten und Aktivitäten des Vereins sichtbar zu machen und den Zugang für alle Interessierten so einfach wie möglich zu gestalten. Durch eine professionelle Strategie werden unterschiedliche Kanäle genutzt, um sowohl online als auch vor Ort eine breite Bekanntheit zu erreichen.

7.1 ONLINE-PRÄSENZ UND SOZIALE MEDIEN

Mit Hilfe professioneller Unterstützung wurde ein ansprechender Internetauftritt für die *Kultur-Apotheke* entwickelt. Zusätzlich ist der Verein auf Instagram und Facebook vertreten, um Aktualitäten und Veranstaltungen regelmässig und übersichtlich zu kommunizieren. Diese Plattformen fördern nicht nur die Bekanntheit der *Kultur-Apotheke* über die Stadtgrenzen hinaus, sondern erleichtern auch den Zugang für Interessierte, die sich online über die Programme informieren möchten. Die klare und strukturierte Gestaltung der Inhalte sorgt dafür, dass die verschiedenen Angebote leicht verständlich und gut auffindbar sind.

7.2 SCHAUFENSTER UND VERANSTALTUNGSÜBERSICHT

Vor Ort wird die Niederschwelligkeit der *Kultur-Apotheke* durch eine grosse Veranstaltungstafel im Schaufenster unterstützt. Diese zeigt stets die aktuellen Tätigkeiten und ermöglicht es Menschen, die während eines Stadtbesuchs vorbeigehen, sich spontan zu informieren. Dieses visuelle Aushängeschild macht die *Kultur-Apotheke* für alle sichtbar und fördert den direkten Zugang.

7.3 AUSHÄNGE VOR ORT

Ergänzend gibt es Aushänge an den Eingangstüren der *Kultur-Apotheke*, die stets die aktuellsten Informationen zeigen, darunter Hinweise zu Ferienzeiten, besonderen Veranstaltungen oder aussergewöhnlichen Tätigkeiten. Diese lokale Präsenz ermöglicht es der Nachbarschaft und allen Besuchenden, auch ohne digitale Medien auf dem Laufenden zu bleiben.

7.4 WHATSAPP-GRUPPEN

Ein wichtiger Bestandteil der internen Vernetzung und Kommunikation sind die WhatsApp-Gruppen, die für die verschiedenen Veranstaltungen und Tätigkeiten der *Kultur-Apotheke* eingerichtet werden. Diese Gruppen dienen dazu, Informationen unkompliziert weiterzugeben, Fragen zu klären und den Austausch zwischen den Teilnehmenden zu fördern.

Durch die WhatsApp-Gruppen wird nicht nur der organisatorische Ablauf erleichtert, sondern auch die Vernetzung der Teilnehmenden gestärkt. Sie tragen dazu bei, die Gemeinschaft über die eigentlichen Veranstaltungen hinaus lebendig zu halten und ermöglichen einen flexiblen, niederschweligen Austausch.

7.5 ERÖFFNUNGSPÉRO ZUR GRÜNDUNGSFEIER

Sobald die Gründung und Anerkennung des gemeinnützigen Vereins abgeschlossen ist, wird ein grosses Eröffnungspéro veranstaltet. Dieses Fest soll nicht nur den offiziellen Startschuss für die *Kultur-Apotheke* markieren, sondern auch die Vernetzung und Bekanntheit des Vereins stärken. Eingeladen werden Pressevertreterinnen und -vertreter, Behördenmitglieder, bereits vernetzte Anbieter, die Nachbarschaft sowie alle, die bisher in der *Kultur-Apotheke* mitgewirkt, Aktivitäten besucht oder ausgestellt haben.

Das Eröffnungspéro wird von einem kulturellen Programm umrahmt: Eine Laienmusikerin sorgt für die musikalische Begleitung, während Bilder von Künstlerinnen und Künstlern aus den letzten 100 Jahren, die aus der Region Thun stammen, in den historischen Räumlichkeiten des 130 Jahre alten Gebäudes

ausgestellt werden. Diese Kombination aus Kunst und Musik spiegelt die Werte der *Kultur-Apotheke* wider und schafft eine einladende Atmosphäre, die den Beginn eines erfolgreichen Kapitels für den Verein einläutet.

8 KOOPERATION UND NETZWERKE

Die *Kultur-Apotheke* strebt aktive Kooperationen und den Aufbau eines starken Netzwerks an, um ihre Wirkung zu maximieren und die Bedürfnisse ihrer Zielgruppen noch besser zu erfüllen. Ein zentraler Fokus liegt dabei auf der Zusammenarbeit mit der Fachstelle Gesundheitsförderung der Stadtverwaltung, der Pro Senectute sowie anderen bereits bestehenden Vereinen und Angeboten, die sich konkret an ältere Menschen richten.

Unser Ziel ist es, Synergien zu erkennen und zu nutzen, um gemeinsam grössere Reichweiten und Wirksamkeit zu erzielen. Gleichzeitig möchten wir durch eine enge Abstimmung Doppelspurigkeiten vermeiden und sicherstellen, dass die Angebote sich sinnvoll ergänzen.

Durch unsere **niederschwellige Zugänglichkeit** kann die *Kultur-Apotheke* auch **eine Brücke** zu anderen Anbietern sein und Menschen, die Hemmungen haben, formelle Angebote wahrzunehmen, den Zugang zu weiteren Unterstützungs- und Bildungsangeboten erleichtern.

Diese Rolle als Vermittler und Unterstützer trägt dazu bei, dass neben einem wachsenden Netzwerk auch dauerhafte und fruchtbare Kooperationen entstehen. Wir sind davon überzeugt, dass ein enger Austausch zwischen verschiedenen Organisationen, Vereinen und Institutionen nicht nur die Qualität der Angebote verbessert, sondern auch die gesellschaftliche Wahrnehmung und Akzeptanz von älteren Menschen stärkt.

Langfristig möchten wir durch diese Zusammenarbeit eine dynamische Plattform schaffen, die sich stetig weiterentwickelt und flexibel auf die Bedürfnisse der Gemeinschaft reagiert. Dabei bleibt die *Kultur-Apotheke* nicht nur ein eigenständiger Begegnungsort, sondern ein aktiver Teil eines breiteren Netzwerks, das durch gemeinsame Werte und Ziele verbunden ist.

9 EVALUIERUNG UND NACHHALTIGKEIT

Die *Kultur-Apotheke* legt grossen Wert auf eine kontinuierliche **Evaluierung** ihrer Angebote und eine nachhaltige Entwicklung, um langfristig eine hohe Qualität und Relevanz sicherzustellen. Dabei stehen zwei zentrale Ziele im Fokus:

Die regelmässige Anpassung der Angebote an die Bedürfnisse der Zielgruppen

Die langfristige Sicherstellung der finanziellen, sozialen und ökologischen Nachhaltigkeit.

9.1 EVALUIERUNG DER ANGEBOTE

Um sicherzustellen, dass die Angebote der *Kultur-Apotheke* den Bedürfnissen der Teilnehmenden entsprechen, werden verschiedene Evaluationsmethoden eingesetzt:

- **Direktes Feedback der Teilnehmenden:** Durch informelle Gespräche und gezielte Befragungen wird regelmässig erfasst, welche Angebote besonders geschätzt werden und wo Anpassungen oder neue Ideen gewünscht sind.
- **Erfahrungen der Leitenden und Ehrenamtlichen:** Diejenigen, die Angebote leiten oder betreuen, haben wertvolle Einblicke in die Bedürfnisse der Teilnehmenden. Ihre Rückmeldungen werden aktiv in die Weiterentwicklung des Programms einbezogen.
- **Austausch mit Kooperationspartnern:** Externe Partner, wie die Stadtverwaltung, soziale Organisationen oder andere Vereine, können durch ihre Perspektive zur Verbesserung und Weiterentwicklung beitragen.

- Beobachtung der Teilnehmezahlen und Engagements: Die regelmässige Analyse, welche Angebote besonders nachgefragt werden und wo sich Trends entwickeln, hilft dabei, die Ressourcen sinnvoll einzusetzen.

Diese Erkenntnisse fliessen direkt in die Anpassung bestehender Programme und die Entwicklung neuer Formate ein. Die *Kultur-Apotheke* bleibt dadurch **dynamisch und flexibel**, um den Bedürfnissen ihrer Zielgruppe gerecht zu werden.

9.2 NACHHALTIGKEIT DER KULTUR-APOTHEKE

Nachhaltigkeit wird in der *Kultur-Apotheke* auf mehreren Ebenen verfolgt:

Soziale Nachhaltigkeit

Die *Kultur-Apotheke* fördert soziale Nachhaltigkeit, indem sie langfristig einen **Ort der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung** schafft. Die Angebote stärken nicht nur die persönliche Entwicklung der Teilnehmenden, sondern auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

- **Stärkung der Gemeinschaft:** Die Angebote sind so gestaltet, dass sie generationenübergreifend und integrativ wirken.
- **Selbstwirksamkeit und aktive Teilhabe:** Menschen sollen nicht nur Angebote konsumieren, sondern selbst aktiv mitwirken und Verantwortung übernehmen können.
- **Niederschwelligkeit als nachhaltiges Prinzip:** Die Kultur-Apotheke bleibt ein offener, unkomplizierter Ort ohne verpflichtende Mitgliedschaften oder finanzielle Hürden.

Finanzielle Nachhaltigkeit

Um langfristig bestehen zu können, setzt die *Kultur-Apotheke* auf eine **breite finanzielle Basis**:

- Diversifizierte Einnahmequellen, darunter Fördergelder, Spenden, Kooperationen und symbolische Beiträge für bestimmte Angebote.
- Effiziente Nutzung der vorhandenen Ressourcen, um laufende Kosten so niedrig wie möglich zu halten.
- Langfristige Partnerschaften, die die Finanzierung sichern und den Fortbestand der Kultur-Apotheke gewährleisten.

Ökologische Nachhaltigkeit

Auch wenn der Hauptfokus auf sozialen und kulturellen Aspekten liegt, achtet die *Kultur-Apotheke* darauf, ihre Arbeit möglichst ressourcenschonend zu gestalten:

- Verwendung nachhaltiger Materialien, beispielsweise bei kreativen Workshops.
- Vermeidung von Verschwendung, insbesondere durch bewussten Umgang mit Verbrauchsmaterialien.
- Förderung umweltfreundlicher Mobilität, indem die zentrale Lage genutzt wird und möglichst auf kurze Wege geachtet wird.

9.3 ZUKUNFTSSICHERUNG DURCH NETZWERKBILDUNG UND WEITERENTWICKLUNG

Um die langfristige Wirkung der *Kultur-Apotheke* sicherzustellen, setzt sie auf den Aufbau und die Pflege eines starken Netzwerks:

- **Enge Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung, sozialen Organisationen und anderen Vereinen**, um Synergien zu schaffen und Ressourcen gemeinsam zu nutzen.

- Entwicklung neuer generationenübergreifender Programme, um die Zielgruppen weiter auszubauen.
- Regelmässige Reflexion und Weiterentwicklung des Konzepts, um flexibel auf gesellschaftliche Veränderungen und neue Herausforderungen zu reagieren.

11 SCHLUSSWORT

Die *Kultur-Apotheke* ist mehr als nur ein Verein – sie ist ein Ort der Begegnung, des Lernens und der Kreativität. Dieses Konzept zeigt, wie es möglich ist, Menschen aller Generationen zusammenzubringen, Isolation zu überwinden und individuelle sowie gemeinschaftliche Potenziale zu entfalten. Mit einem niederschweligen Zugang, vielfältigen Möglichkeiten und einem starken Netzwerk wird die *Kultur-Apotheke* zu einem Leuchtturm für Inklusion, kulturellen Austausch und lebenslanges Lernen.

Unser Ziel ist es, nicht nur Möglichkeiten zu schaffen, sondern einen nachhaltigen Beitrag zu einer Gesellschaft zu leisten, die von Respekt, Zusammenhalt und gegenseitiger Wertschätzung geprägt ist. Dieses Konzept ist der erste Schritt auf einem Weg, der stets offen für Weiterentwicklung und neue Impulse bleibt – für eine Kultur des Miteinanders, die in Thun ihren Anfang findet und weit darüber hinauswirkt.

12 QUELLENVERZEICHNIS

Blank, B. Prof. Dr. (2014). Empowerment und Teilhabe in der sozialen Arbeit. In Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungslosenhilfe.V. Verfügbar unter https://www.bagw.de/fileadmin/bagw/media/Doc/TGD/TGD_14_Frauentagung_Blank.pdf (zugegriffen am 10.02.2025).

Bubholz-Lutz, E. (2013). *Theorie und Praxis der Geragogik – Zum aktuellen Stand der Entwicklungen [PDF]*. Verfügbar unter https://www.uni-frankfurt.de/47277828/Folien_Geragogik-Bubolz_Lutz.pdf (zugegriffen am 01.02.2025)

Bubolz-Lutz, E. (2015). *Geragogik*, In S. Jordan & M. Schlüter (Hsg.), Lexikon Pädagogik. Hundert Grundbegriffe (S. 114 – 116). Reclam.

Bubolz-Lutz, E. (2022): "Begleitung" als Basiskonzept und praxis der Geragogik - Zur Bedeutsamkeit von Lernmotivationen und dem Prinzip der Wechselseitigkeit. In: Schramek, R./ Steinfurt-Diedenhofen, J./ Kricheldorf (Hrsg.): Diversität der Altersbildung. Geragogische Handlungsfelder, Konzepte und Settings. Kohlhammer, Stuttgart, S. 9-39

Stadt Thun

<https://www.thun.ch/wohnen> (Zugriff 10.02.2025)

Altersleitbild der Stadt Thun, Direktion Sicherheit und Soziales der Stadt Thun, 2014.

https://www.thun.ch/_docn/3943420/Altersleitbild.pdf (Zugriff 10.02.2025)

Fürst, R., Hinte W., (2017): Sozialraumorientierung: Ein Handbuch zu fachlichen, institutionellen und finanziellen Aspekten. Facultas Wien

Herriger, N. (2024): Empowerment in der Sozialen Arbeit – Eine Einführung. 7., erweiterte und aktualisierte Auflage. Kohlhammer, Stuttgart

Schmälzle, U. Fr.: (2009). Menschen, die sich halten – Netzte, die sie tragen. LIT Verlag Münster

13 BEISPIELE VON BESTEHENDEN ANGEBOTEN UND PROJEKTEN

Die *Kultur-Apotheke* bietet ein breites Spektrum an Tätigkeiten und Programmen, die auf **Gemeinschaft, Kunst, Kultur und Bildung** ausgerichtet sind. Unsere Angebote schaffen nicht nur Raum für kreative und soziale Entfaltung, sondern fördern auch den generationenübergreifenden Austausch und das Prinzip des lebenslangen Lernens.

SPRACHENTISCHE UND BILDUNG

Wöchentliche Sprachentische in verschiedenen Sprachen, wie Spanisch und Englisch, bieten Raum für gemeinsames Lernen und den Austausch in einer unterstützenden Atmosphäre. Sie sind nicht nur ein Ort des Spracherwerbs, sondern auch eine Plattform für intergenerationelle Begegnungen und gelebtes Empowerment.

Merkmale der Sprachentische:

- Die Teilnehmenden vertiefen ihre Sprachkenntnisse durch aktive Kommunikation in einer praxisnahen Umgebung.
- Das Lernen erfolgt in einer lockeren und wertschätzenden Atmosphäre, die Bildung und Gemeinschaft verbindet.
- Nach einer Stunde intensiver Sprachpraxis folgt ein informeller Austausch bei Kaffee, Tee und Kuchen, wo persönliche Geschichten geteilt, Erfahrungen ausgetauscht und der soziale Zusammenhalt gestärkt werden.
- Über WhatsApp-Gruppen können Teilnehmende Fragen stellen und sich zwischen den Treffen weiter vernetzen.

Besonders bemerkenswert ist, dass die Sprachentische auch eine Brücke zwischen Generationen schlagen:

Der **Spanisch-Tisch** wird von einer jungen Mutter aus Südamerika geleitet, die sich jede Woche auf den Sprachentisch freut. Für sie bedeutet dieser Austausch nicht nur, ihre Sprache weiterzugeben, sondern auch, ältere Menschen kennenzulernen und von ihren Lebenserfahrungen zu profitieren. Ihre beiden Kinder kann sie mitbringen – sie werden von der Gruppe herzlich integriert und sind eine Bereicherung für die Gemeinschaft.

Der **Englisch-Tisch** wird von einer ukrainischen Frau geleitet, die in Kiew als Universitätsdozentin tätig war. Durch den Sprachentisch hat sie eine sinnstiftende Aufgabe gefunden, fühlt sich wertgeschätzt und kann neue Kontakte knüpfen. Besonders berührend ist die Verbindung zwischen ihrer vierjährigen Tochter und einem älteren Teilnehmer. Dieser nimmt weniger wegen der Sprache teil – sein Englisch ist bereits gut – sondern vielmehr, um eine Art Ersatz-Grossvaterrolle zu erleben.

Diese Sprachentische sind ein lebendiges Beispiel für die **Verbindung von Bildung, sozialer Interaktion und lebenslangem Lernen**, die zentral für die Philosophie der *Kultur-Apotheke* ist. Sie zeigen, wie durch Geragogik und Empowerment generationenübergreifende Begegnungen geschaffen werden, die für alle Beteiligten bereichernd sind.

KOCHPLAUSCH – GEMEINSAM KOCHEN, GENIESSEN UND GEMEINSCHAFT ERLEBEN

Aufgrund zahlreicher Rückmeldungen von Teilnehmenden der *Kultur-Apotheke* sowie aus der Bevölkerung wurde versuchsweise das Projekt **Kochplausch** ins Leben gerufen – mit grossem Erfolg. Die Resonanz war so positiv, dass das gemeinsame Kochen nun regelmässig stattfindet: jeden letzten Samstagnachmittag bis in den frühen Abend.

Ablauf des Kochplauschs:

- Jeden Monat übernehmen zwei Teilnehmende gemeinsam die Planung des Menüs, beispielsweise ein Eintopfgericht.
- Diese beiden gehen eigenständig einkaufen und beginnen um 15:00 Uhr mit dem Kochen.
- Währenddessen trifft die restliche Gruppe ein. Die anderen decken den Tisch, helfen, wenn nötig, und tauschen sich aus.
- Gemeinsam wird gegessen, sich ausgetauscht und anschliessend wird die Küche wieder in Ordnung gebracht.
- Eine WhatsApp-Gruppe ermöglicht es den Teilnehmenden, sich auch zwischen den Treffen auszutauschen.

Ein Angebot gegen Einsamkeit und für neue Freundschaften

Derzeit nehmen vier Männer und fünf Frauen am Kochplausch teil – darunter acht alleinlebende Personen. Schon nach kurzer Zeit hat sich eine herzliche Gemeinschaft gebildet. Besonders die Zweiergruppen, die gemeinsam das Menü planen und einkaufen, haben enge Verbindungen aufgebaut und treffen sich inzwischen auch ausserhalb des Kochplauschs auf einen Kaffee.

Ein besonders schöner Aspekt: Die Teilnehmenden finanzieren die Einkäufe selbst – nicht aus Notwendigkeit, sondern aus Stolz und dem Gefühl, Freunde zum Essen einzuladen. Viele berichten, dass gerade die **Wochenenden oft von Einsamkeit geprägt sind**, und dass es eine grosse Freude ist, gemeinsam zu kochen, zu essen und neue soziale Kontakte zu knüpfen.

Der **Kochplausch** ist somit weit mehr als nur ein gemeinsames Kochen – er ist ein Ort des Miteinanders, der sozialen Vernetzung und des gelebten Empowerments.

FÖRDERUNG UND VERNETZUNG VON KUNSTSCHAFFENDEN

Die *Kultur-Apotheke* bietet **Künstlerinnen und Künstlern** eine Plattform, um ihre Werke sichtbar zu machen und sich mit anderen Kunstschaaffenden zu vernetzen.

Kunstförderung in der Kultur-Apotheke

- Ausstellungsfläche in den grossen Schaufenstern für Malerei, Fotografie, Töpferei und andere kreative Ausdrucksformen.
- Vernetzung und Austausch unter Kunstschaaffenden, um gegenseitige Inspiration und Unterstützung zu fördern.
- Möglichkeit, Werke einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen, insbesondere für jene, die keine klassischen Galerien nutzen können.

Diese Initiative hilft Kunstschaaffenden, **aus einem oft isolierten kreativen Schaffensprozess herauszutreten** und Teil einer offenen Gemeinschaft von Gleichgesinnten zu werden.

MUSIK UND LITERATUR

Die *Kultur-Apotheke* bietet Raum für kulturelle Veranstaltungen, die Musik, Literatur und Erzählkunst vereinen und damit die Vielfalt und Kreativität der Gemeinschaft stärken.

Kulturelle Angebote – Raum für Kreativität, Austausch und Gemeinschaft

Aufgrund von Anfragen aus der Bevölkerung wurden verschiedene **kulturelle Angebote** als mögliche neue Veranstaltungen in die *Kultur-Apotheke* aufgenommen. Allerdings verzögert sich die Umsetzung aufgrund begrenzter personeller Ressourcen.

Im Sinne des **Empowerments** werden interessierte Personen aktiv in die Organisation eingebunden, so dass sie – mit Unterstützung der *Kultur-Apotheke* – möglichst eigenständig „ihre“ Veranstaltung realisieren können. Dies stärkt nicht nur das Engagement und die Eigenverantwortung der Beteiligten, sondern eröffnet auch **neue Möglichkeiten der Vernetzung mit anderen Anbietern** und Initiativen in der Region.

Geplante kulturelle Angebote:

- **Musikveranstaltungen und Konzerte** von Amateurmusikerinnen und -musikern in unserem historischen Gewölbekeller.
- **Lesungen und Vorträge**, bei denen Menschen ihre Gedanken, Geschichten und Erlebnisse teilen können.
- **Bilderschauen und Erzählkunst**, die Erfahrungen und Erinnerungen lebendig machen und ein Gemeinschaftsgefühl fördern.

Diese kulturellen Veranstaltungen sollen **einen Raum für intergenerationellen Austausch schaffen**, die Vielfalt und Kreativität der Gemeinschaft stärken und neue soziale Verbindungen ermöglichen. Die *Kultur-Apotheke* bleibt offen für Ideen und engagierte Menschen, die aktiv mitgestalten möchten.

GENERATIONENÜBERGREIFENDE WORKSHOPS UND TREFFPUNKTE

Ein besonderes Anliegen der *Kultur-Apotheke* ist die **Förderung des Austauschs zwischen den Generationen**. Dazu gehören gezielt organisierte Workshops und Treffpunkte, die Menschen unterschiedlichen Alters zusammenbringen.

Beispiele für generationenübergreifende Angebote:

- **Workshops für junge Mütter**, bei denen ihre Kleinkinder während der Veranstaltung von freiwilligen älteren Menschen betreut werden. Dies ermöglicht jungen Eltern, sich aktiv einzubringen, während ältere Menschen eine sinnstiftende Rolle übernehmen.
- **Monatliche Treffpunkte für junge Eltern**, die den Austausch zwischen Familien und älteren Menschen fördern und damit soziale Netzwerke über Altersgrenzen hinweg stärken.

Diese Initiativen ermöglichen es älteren Menschen, sich als **wertvolle Ressource für die Gesellschaft** zu erleben, während junge Familien von deren Erfahrung und Unterstützung profitieren können.