

## Mit „SPACE“ Europa gemeinsam entdecken und Kompetenzen entwickeln



Abbildung 1 Logo des SPACE Projekts

Das Projekt „SPACE“ (Seniors Perceive A Common Europe) verfolgte das Ziel, Lehrkräften der Erwachsenenbildung mit Ressourcen auszustatten, die die Entwicklung von Schlüsselkompetenzen, nachhaltigem Denken, eine europäische Identität und ein Bewusstsein für das kulturelle Erbe Älterer unterstützen. Ein umfangreicher Fundus an frei nachnutzbaren Materialien liegt nur vor.

Damit die Nachnutzung bestmöglich gelingt, finden sich auf der [Webseite des Projekts](#) verschiedene Materialien. Dazu zählen ein Handbuch, ein Empowerment-Kurs, eine digitale Plattform mit 100 Exponaten und digitale Trails mit den Highlights aus den 100 Exponaten.

### Handbuch für Lehrkräfte



Abbildung 3 Best practice Beispiele, die aus der Lebenswelt kommen und in diese integriert werden können. Nachmachen und andere Kulturen kennenlernen!

**Umsetzungsideen  
Ernährung  
Brezel-Workshop**

Das [Handbuch](#) möchte „Lehrkräften in der europäischen Erwachsenenbildung innovative und gebrauchsfertige Leitlinien an die Hand zu geben, wie sie eine gemeinsame europäische Identität, Schlüsselkompetenzen, nachhaltiges Denken und ein Bewusstsein für das kulturelle Erbe bei Seniorinnen und Senioren entwickeln können, indem sie ihre lebensnahen Erfahrungen und ihr

Wissen über Ernährung, Gesundheit, Haushaltsführung, selbstbestimmtes Verbraucherverhalten und Umweltverhalten nutzen“ (S. 3). Zu jedem der fünf



Abbildung 2 Wozu kann ich Ringelblumensalbe für meine Gesundheit einsetzen und wie stelle ich diese her? SPACE gibt Antworten

**Umsetzungsideen  
Gesundheit  
Workshop zur Herstellung von  
Ringelblumensalbe**

Themenbereiche werden drei Teile tiefer erörtert: 1. Der Lernrahmen, der sehr anschaulich zeigt, wie die jeweiligen Kompetenzen ausgeprägt sein sollten und wie sich kompetentes Handeln in dem jeweiligen Thema zeigt, 2. Best practice Beispiele aus Europa mit



Dieses Material steht unter der [Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de) Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

fünf lebensnahen Beispielen und Ideen und 3. Umsetzungsideen für Einrichtungen der Erwachsenenbildung, die zeigen, wie Workshops mit älteren Menschen umgesetzt werden können.

## Der Empowerment Kurs als Einstieg

Der [Empowerment-Kurs](#) zeigt die Gestaltung eines blended-learning Angebots. Dabei wird auf die Besonderheiten der Kursgestaltung für Ältere (Lernzielfestlegung, Methodenwahl, Technologienutzung, Bewertung etc.) ebenso eingegangen wie auf passende Methoden (wie Peer-Learning, Flipped Classroom, Problemorientierung, Gamification) und die didaktische Gestaltung (positive Lernumgebung, Methodenvielfalt, Praxisbezug usf.) – stets mit einem Augenmerk auf die Zielgruppe älterer Teilnehmender. Kurskonzepte für die einzelnen Treffen sind beigefügt, die sehr gut zur Orientierung dienen. Die daran anschließenden Unterrichtskonzepte stellen so etwas wie die didaktische Feinplanung vor. Sie bieten Lehrenden die Möglichkeit, sofort mit dem Kurs zu starten. Adaptionen an eigene Themen oder Lehr- und Lernpräferenzen sind natürlich möglich.



### Empowerment-Kurs - Session 1 Ernährung Unterrichtsplan

Foto: Sascha | Pixabay

#### Beginn

*(Optional: abhängig davon, ob die Teilnehmenden zuvor andere thematische Empowerment-Kurse besucht haben.)*

#### Begrüßung durch Trainer

- Begrüßen Sie die Teilnehmenden und stellen Sie sich vor
- Skizzieren Sie kurz die Ziele und den Plan für die Session

#### Dokumente zum Datenschutz

- Stellen Sie sicher, dass die Teilnehmenden alle erforderlichen GDPR-Formulare (General Data Protection Regulation) ausfüllen, um die Datenschutzbestimmungen einzuhalten

#### Präsentation der SPACE-Projektidee und der Aktivitäten

- Einführung in das SPACE-Projekt und seine Ziele
- Heben Sie hervor, wie das Projekt Senioren durch Wissen und praktische Fertigkeiten im Bereich der Ernährung befähigen will

#### Fragebogen zur Selbsteinschätzung zum Thema Ernährung

- Verteilen Sie einen Fragebogen zur Selbsteinschätzung, um das aktuelle Wissen und die Gewohnheiten der Teilnehmenden in Bezug auf Ernährung zu

Abbildung 4 Ausschnitt aus einem Unterrichtsplan des SPACE Projekts

## Die digitale Ausstellung

Die [digitale Ausstellung](#) enthält 100 Exponate. Dabei handelt es sich um die Ergebnisse der Teilnehmenden, die zu den Themen Ernährung, Gesundheit, Haushaltsführung, Selbstbestimmtes Verbraucherverhalten und Umweltverhalten aus Perspektive ihrer Kultur und ihrer Biografie Erfahrungen zusammentragen und vorstellen.



[Dieses Material steht unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de)

### Digitale Ausstellungen



ERNÄHRUNG



GESUNDHEIT



HAUSHALTSFÜHRUNG

SELBSTBESTIMMTES  
VERBRAUCHER-  
VERHALTEN

UMWELTVERHALTEN

Abbildung 5 Screenshot der digitalen Ausstellung des Projekts SPACE

Dass die Ergebnisse nicht nur die jeweilige Kultur und die eigene Biografie der Teilnehmenden spiegeln, sondern auch informativ und einladen sind, zeigen die hinterlegten Beispiele. Klickt man auf einzelne Exponate, findet sich zum einen eine Kurzübersicht zum Exponat. Eine herunterladbare pdf gibt tiefergehende Auskunft zum Exponat. Beispiel: Das Trockenbrot im Salento – Frisa. Man erfährt in der Präsentation die Ursprünge des Brotes, die Frisa als Essen der Seeleute und nicht zuletzt die Zubereitung.



## Was ist Frisa?

Eine Frisa ist ein typisches Brot aus dem Salento. Es wird aus Weizenmehl, Wasser, Hefe und Salz hergestellt. Der Teig wird im Ofen halb durchgebacken, dann mit einem Bindfaden in zwei Hälften geteilt, so dass die eine Oberfläche glatt und die andere unregelmäßig ist, und dann ganz durchgebacken.



Abbildung 6 Rezept zur Herstellung



## Die digitalen Trails

Sogenannte [Digitale Trails](#) runden das Angebot ab. Es gibt nationale Trails, die eine Reise durch die Länder Italien, Schweden, Deutschland, Spanien und Bulgarien anhand der digitalen Exponate der Teilnehmenden erlauben. Mittels QR-Code kommen Interessierte gleich zu den jeweiligen digitalen Exponaten, um sich tiefergehend damit zu informieren.



Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden. Projektiv: 2022-1-DE02-KA220-ADU-00008807



Kofinanziert von der Europäischen Union

Abbildung 7 Der Deutschland-Trail

Oder man begibt sich auf einen europäischen Trail und erfährt so, wie andere Kulturen mit Themen wie Ernährung, Gesundheit etc. umgehen. Zu jedem Land findet sich so ein Exponat, dass erkundet werden kann.



Dieses Material steht unter der [Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de) Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

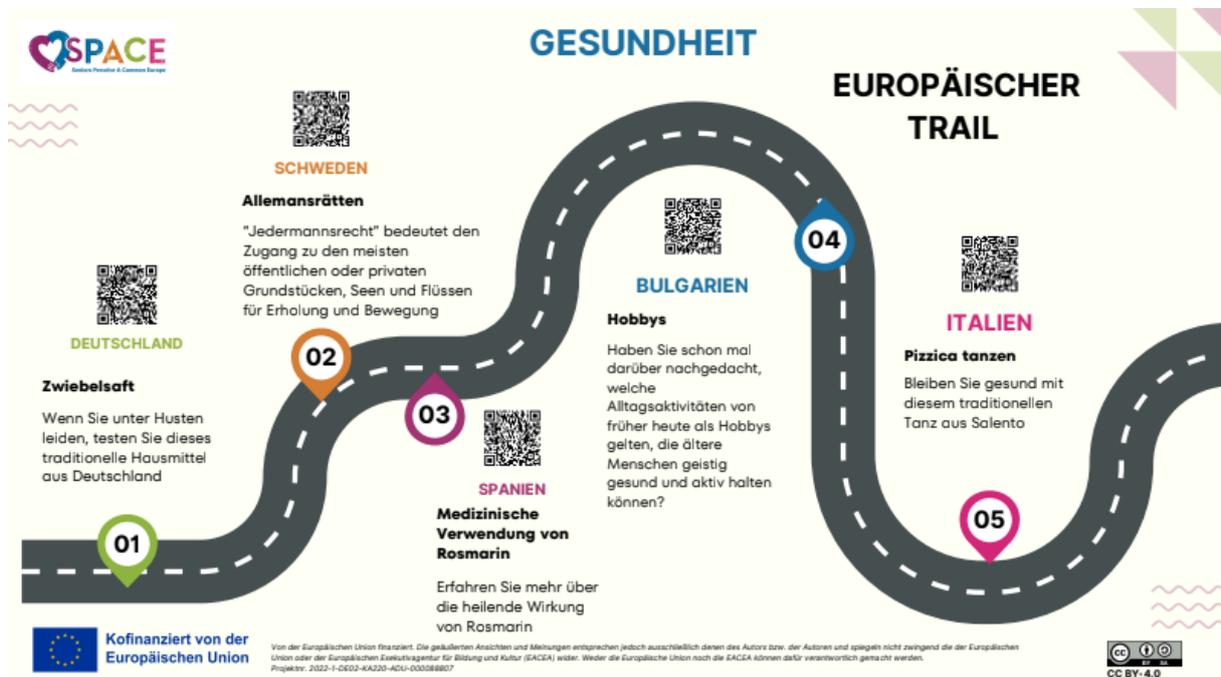


Abbildung 8 Ein europäischer Trail

## Fazit

Insgesamt überzeugt das Projektergebnis durch seine fundierten Informationsangebote für Lehrende, die praxisnahe Aufbereitung der Gestaltungshinweise für das Kursgeschehen aber auch die Einordnung in Kompetenzrahmen und eine europäische Perspektive auf die Bedeutung der Lebenskompetenzen für Bürger in Europa. Darüber hinaus füllen die Ergebnisse der Teilnehmenden Senior\*innen die Inhalte mit Leben und laden zum Nachahmen und Weiterführen ein.

Die Ergebnisse des Projekts sind offen lizenziert (CC BY-SA 4.0) und können somit rechtssicher nachgenutzt werden.

## Infos zum Projekt

URL zum Projekt: <https://thespaceproject.eu/>

Das Projekt wurde von der VHS im Landkreis Cham e.V. Koordiniert und von der Europäischen Union finanziert (Project Number: 2022-1-DE02-KA220-ADU-000088807).

„Mit ‚SPACE‘ Europa gemeinsam entdecken“ von Lars Kilian für wb-web (2025), [CC BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



Dieses Material steht unter der [Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>