

# Vom Reden, Zuhören und Zusammen- machen im Veedel

Oft fängt alles ganz unscheinbar an. Zwei Menschen treffen sich am Kiosk, beim Bäcker oder am Stammtisch. Einer sagt: „Weißte, wat mir aufgefallen is?“ Und schon ist sie da, die Grundlage jedes Dialogs: das Interesse füreinander. Nicht groß, nicht laut, aber ehrlich.

In unseren Veedeln passiert das täglich. Ob am Gartenzaun, bei der Seniorenkaffeerunde oder im Bürgerzentrum – Köln lebt vom Sprech. Vom Mitreden, Mitlachen, Mitmachen. Und genau da beginnt unser Thema dieser Ausgabe: Im Dialog.

Wenn ich mir die letzten Jahre anschau, denke ich oft: Reden war noch nie so wichtig – und zugleich so schwer. Alle reden, aber immer weniger hören wirklich zu. Viele verwechseln „Dialog“ mit „Diskussion“ und die mit „Ich sag dir mal, wie’s richtig geht“. Der Dialog hat es nicht leicht. In Talkshows wird oft übereinander statt miteinander gesprochen, in den sozialen Medien

wird schneller geschimpft als gefragt. Ich bin manchmal erschrocken, wie sehr die Lautstärke über die Substanz regiert.

Dabei geht es im Gespräch ja nicht ums Gewinnen, sondern ums Verstehen. Ein echtes Gespräch ist fast wie ein Tanz: Mal führt der eine, mal die andere. Und wenn es gut läuft, gehen beide mit einem neuen Gefühl auseinander. Umso wertvoller werden Orte, wo man sich noch wirklich zuhört. Denn durchs Reden klärt sich vieles. Manchmal reicht ein ehrlicher Satz, um eine Mauer zu kippen. Oder auch ein Lachen. Und genau das ist Dialog: Brücken statt Barrikaden.

## Zwischen Theorie und kölscher Praxis / Zwischen Foucault und dem Veedel

In einem Uni-Seminar habe ich mich mal intensiver mit Michel Foucault beschäftigt – einem französischen Denker, der viel über Macht, Wissen und Beziehungen geschrieben hat. Das klingt erst mal weit weg vom Büdchen-Alltag, ich weiß. Aber Foucault meinte sinngemäß: „Überall, wo Menschen in Beziehung treten, entsteht auch Macht.“ Für Foucault ist Macht nichts, was jemand einfach „besitzt“, sondern sie steckt in Beziehungen, also überall dort, wo Menschen aufeinandertreffen, reden, entscheiden, zuhören oder

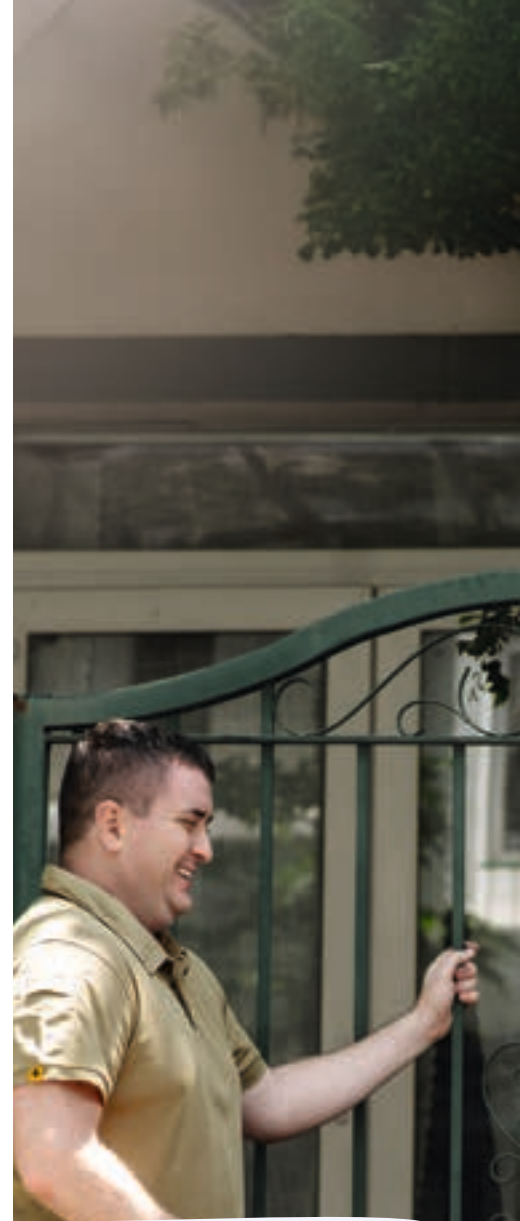


eben nicht zuhören. Wir beeinflussen einander, lassen uns überzeugen oder bleiben bei unserer Meinung. Genau da liegt auch die Chance: Wenn Dialog gelingt, wird Macht geteilt, Verantwortung verteilt und Vertrauen aufgebaut. Wer den Alltag im Kleinen ernst nimmt – diescheinbar „harmlosen“ Gespräche, Blicke und Entscheidungen –, der versteht besser, wie sehr gerade diese Momente unsere Gemeinschaft formen. Ich habe das damals theoretisch verstanden. Heute, bei Kölsch Hätz, sehe ich es praktisch: Immer wenn Menschen miteinander reden, beeinflussen sie sich auch gegenseitig. Da wird entschieden, wem man zuhört, welche Idee hängen bleibt, wer was in Bewegung bringt. Und wenn Dialog gut läuft, dann ist das keine Machtausübung, sondern Macht-Teilen. Wir erleben das ständig. Wenn sich Nachbar-

schaftshilfen mit sozialen Trägern zusammensetzen, wenn Bezirksvertreter\*innen, Ehrenamtliche und Einrichtungen gemeinsam überlegen, wie man Senior\*innen besser erreicht – dann ist das Foucault live im Veedel: Beziehung wird zur Bewegung.

### Zwischen Vereinstisch und Alltag

Wenn ich bei einem Sommerfest, einem Netzwerktreffen oder einer Redaktionssitzung von Kölsch Hätz sitze, merke ich diese typisch kölsche Mischung aus Herz und Ordnung. Da sitzt die Ehrenamtliche, die seit 20 Jahren dabei ist, neben dem neuen Praktikanten – und beide kommen ganz selbstverständlich ins Gespräch. Da werden Ideen geboren, verworfen, verbessert. Und am Ende kommt etwas dabei raus – oft sogar mehr, als man vorher erwar-



### Kamishibai – mit kleinen Geschichten Großes bewegen



Wie kann man nachbarschaftliches Engagement und Ehrenamt nachhaltig fördern? Diese Frage stellten sich 2024 bei einem Kooperationstreffen Mitarbeitende von Kölsch Hätz und des Familienzentrums Sülz-Klettenberg. Schnell wurde man sich einig, dass es sehr sinnvoll ist, schon bei den Jüngsten für Offenheit und Hilfsbereitschaft zu werben. Gesucht wurde daher nach einer Projektidee, die sich gut in Kitas umsetzen lässt. Der Vorschlag, mit einem „Kamishibai“ (kami = Papier, shibai = Theater) zu arbeiten, konnte überzeugen, denn durch den Einsatz des traditionellen japanischen Erzähltheaters sind gerade Vorschulkinder gut zu erreichen. Mit Hilfe von Bildkarten, die nacheinander in einen Holzrahmen gesteckt werden, können kurze Geschichten anschaulich und altersgemäß erzählt werden.

Mit der Geschichte „Der Besuch“ von Antje Damm begann das Projekt. Es geht in dieser Geschichte um eine ältere Dame, die zurückgezogen und einsam lebt. Als sie ihre Tür

für den bunten Papierflieger eines lebensfrohen Kindes öffnen muss, kehrten Farbe und Fröhlichkeit in ihr Leben zurück. Angeregt durch die Darstellung im Bildtheater, konnten die Vorschulkinder über ihre eigenen Erlebnisse mit älteren Familienmitgliedern oder Nachbar\*innen berichten. Ehrenamtliche von Kölsch Hätz schilderten im weiteren Gespräch, wie sie versuchen, über persönliche Begegnungen in der Nachbarschaft Gemeinschaft und Lebensfreude zu vermitteln.

Die Kinder erfahren im Rahmen dieses Projektes, dass jede\*r etwas tun kann, um einsamen Menschen zu helfen. Durch eine kreative Mal- und Bastelphase wird das Kooperationsprojekt mit Kölsch Hätz abgeschlossen. Die Kinder dürfen Turnbeutel selbst gestalten und als Erinnerung an dieses gemeinschaftliche Erlebnis mit nach Hause nehmen. So kann die Geschichte rund um die einsame Nachbarin und den bunten Papierflieger auch im Schulalltag in ihren Köpfen bleiben. [SL / MBVB](#) —



## Ein Buddy



Damit unsere Begleitung auch dann weitergeht, wenn Situationen komplexer werden, arbeiten wir mit dem Team von „Ein Buddy für Schwerstkranke und Zugehörige“ zusammen. Diese Partnerschaft ergänzt unsere Arbeit bei Kölsch Hätz sinnvoll um ein weiteres kostenfreies Angebot, damit Menschen auch in besonders herausfordernden Lebensphasen gut aufgefangen sind.

Die Buddys begleiten Menschen mit schweren, lebensverkürzenden Erkrankungen und ihre nahen Zugehörigen oft schon ab der Diagnose, in einer Zeit, in der Betroffene und Familien schnell an ihre Grenzen kommen. Eine Angehörige beschreibt diese Phase so: „Man ist einfach überfordert ... Am schlimmsten fand ich, dass man sich so allein gelassen

fühlte.“ Genau hier setzen die Buddys an. Sie hören zu, geben Orientierung im Gesundheitssystem, begleiten zu Terminen und unterstützen bei organisatorischen oder bürokratischen Fragen. So schließen sie eine wichtige Lücke zwischen persönlicher Begleitung und dem bestehenden System aus medizinischer und sozialer Versorgung, genau dort, wo zusätzliche Unterstützung gebraucht wird. [to](#) —



Weitere Infos: [www.buddy-koeln.de](http://www.buddy-koeln.de)



tet hat. Das ist das Geheimnis des Miteinanders: Wer miteinander spricht, baut Vertrauen auf. Kein Projekt, keine Initiative trägt lange, wenn da nicht Menschen reden, zuhören, verknüpfen. Gerade in Zeiten, in denen Bürokratie und digitale Distanz größer werden, ist das persönliche Gespräch unbezahlbar. Ich erinnere mich an ein Treffen im Bürgerzentrum, da ging es um die Zusammenarbeit verschiedener Gruppen. Erst wurde heftig diskutiert – jeder hatte seine Sicht, keiner wollte so richtig nachgeben. Biseine ältere Dame irgendwann sagte: „Kinners, wenn jeder weiß, wat er will, aber keiner weiß, wat der andere braucht, dann wird dat nix.“ Stille. Dann Lächeln. Und plötzlich ging's weiter, ehrlicher, leichter. So fängt echter Dialog an.

### Zuhören – die leise Kunst

„Im Dialog“ bedeutet eben nicht nur reden. Es bedeutet vor allem: zuhören. Und das ist gar nicht so einfach. Zuhören kostet Zeit, Aufmerksamkeit und Geduld. Aber es lohnt sich jedes Mal. Ich

erlebe das oft, wenn ich mit älteren Menschen spreche, die sich über Besuch freuen. Da öffnet sich mit einem Satz eine ganze Lebensgeschichte. Und man merkt, wie viel Wärme und Erfahrung in solchen Gesprächen steckt. Zuhören ist kein passives Warten – es ist echtes Teilnehmen. Foucault hätte wohl gesagt: Wer zuhört, teilt Macht, weil er Raum gibt. Ich würde sagen: Zuhören ist Menschsein. Kölsch Hätz als Netz aus Gesprächen. Unsere Arbeit bei Kölsch Hätz funktioniert nur, weil wir ständig im Dialog sind – mit anderen Organisationen, mit der Stadtverwaltung, mit Seniorenetzwerken, mit Freiwilligenagenturen, Kirchengemeinden, Nachbar\*innen. Nur so funktioniert Nachbarschaftshilfe. Da ruft jemand an, weil die ältere Dame von gegenüber Unterstützung braucht – und schon kommt eine ganze Kette in Gang: Ein Ehrenamtlicher fragt, wann es passt, jemand aus dem Koordinationsteam schaut, ob noch mehr gebraucht wird, und beim nächsten Vernetzungstreffen tauscht man sich über Erfahrungen aus.



## Radeln ohne Alter

Ich treffe meinen ehemaligen Kollegen Klaus, der nun seit einigen Monaten im Ruhestand ist, auf einen Kaffee. Er weiß, dass ich mich bei Kölsch Hätz engagiere, und jetzt überlegen wir gemeinsam, ob dies auch für ihn passen würde.

**Klaus:** Vor allem würde ich gerne Ältere und Hilfsbedürftige unterstützen. Ich weiß noch nicht wie, aber am liebsten würde ich dabei etwas an der frischen Luft machen.

**Sybille:** Das Projekt „Radeln ohne Alter“ könnte dann vielleicht gut zu Dir passen. Kölsch Hätz ist in den Stadtteilen Deutz / Poll eine Kooperation mit dieser Initiative eingegangen und ich weiß, dass dort immer Ehrenamtliche gesucht werden, die mit Senioren Rikschafahrten unternehmen.

**Klaus:** Das klingt interessant, aber ich bin noch nie Rikscha gefahren und ich bin unsicher, ob ich noch fit genug dafür bin.

**Sybille:** Ich weiß, dass man zunächst ein kleines Training absolviert, bevor man als „Pilot\*in“ die ersten Fahrten übernimmt. Außerdem ist die Rikscha wie ein E-Bike ausgestattet, so dass es nicht zu anstrengend wird.

**Klaus:** Wie lang sind die Fahrten, und wie oft muss man sich dafür Zeit nehmen?

**Sybille:** Eine Fahrt dauert ca. eine Stunde, und meistens übernimmt man zwei Fahrten hintereinander. Die Koordination der Einsätze übernimmt Frau Diessner von Kölsch Hätz. Du kannst selber entscheiden, wie oft Du dabei sein möchtest.

**Klaus:** Das passt gut, aber eigentlich wollte ich schon mehr, als einfach nur Fahrer zu sein.

**Sybille:** Das Wichtigste bei den Fahrten ist die Begegnung mit den Gästen. Es geht vor allem darum, ein gemeinsames schönes Erlebnis in dieser Zeit zu haben, miteinander ins Gespräch zu kommen. Deshalb melden sich regelmäßig Bewohner\*innen zweier Seniorenheime, um mit der Rikscha an einen Ort zu fahren, der ihnen besonders am Herzen liegt, z. B. der Kölner Dom, der Rheinpark oder ein anderer Ort, mit dem sie persönliche Erinnerungen verbinden.

**Klaus:** Könnte sich denn auch meine 85 jährige Schwiegermutter privat zu einer Fahrt anmelden?

**Sybille:** Natürlich. Man meldet sich hierfür einfach telefonisch bei Frau Diessner. Sie wird für Dich auch den Kontakt zu dem „Kapitän“ der Fahrer\*innengruppe, Ralf Üdelhoven, herstellen. Denn die Fahrer\*innen sind als ehrenamtliche Gruppe ebenfalls aktiv und organisieren gemeinsame Begegnungen. Du wirst sehen, die Kooperation mit „Radeln ohne Alter“ ist ein rundum tolles Projekt! [SL](#) —



Für weitere Infos wenden Sie sich an: **Pia Diessner**

[☎ 0178 / 960 9304](tel:01789609304)

[✉ pia.diessner@caritas-koeln.de](mailto:pia.diessner@caritas-koeln.de)



Worte werden zu Wegen, Gespräche zu Ergebnissen. Das alles ist kein Zufall. Es ist das gelebte Prinzip unseres Veedels: Menschen, die miteinander schwade, finden auch zusammen.

### Vom Wort zur Tat

„Kooperation statt Konkurrenz“ – das sagt sich leicht, aber es braucht Mut und ein bisschen Vertrauen. In den letzten Jahren haben wir bei Kölsch Hätz erlebt, wie aus kleinen Absprachen große Partnerschaften wurden. An einem Heiligabend im Bürgerzentrum Nippes, im Altenberger Hof. Unter dem Motto

„Weihnachten für alle“ wurde dort ein Brunch angeboten – für alle, die Zeit und Lust hatten zu kommen, egal ob alleine oder mit Familie. Engagierte Bürger\*innen, Kirche, Seniorennetzwerk, soziale Einrichtungen und das Bürgerzentrum selbst haben das gemeinsam auf die Beine gestellt. Da saßen Menschen nebeneinander, die sich vorher kaum kannten, teilten Brötchen, Geschichten und ein paar Stunden Gemeinschaft. Für mich ist das ein wunderbares Bild für Dialog: Da, wo Türen offen stehen, Tische gedeckt sind und Fragen gestellt werden, „Setz dich



dazu“, „Wie geht et dir?“, da entsteht Nähe. Aus so einem Vormittag nimmt jede\*r etwas mit nach Hause: nicht nur ein volles Herz, sondern oft auch neue Kontakte und die Gewissheit, nicht allein zu sein.

### Zwischen Freiheit, Vertrauen und kölscher Menschlichkeit

Foucault sieht den Dialog als Raum zwischen Macht und Freiheit. Klingt hochtrabend, aber letztlich meint er: Im Gespräch entscheidet sich, ob wir Mauern oder Brücken bauen. Ich mag das Bild. Denn in Köln ist dieses Gleichgewicht eigentlich Alltag. Hier darf jede\*r ihre\* seine Meinung haben, aber man bleibt im Gespräch. Wir sind ein bisschen stur, ja, aber selten verschlossen. Und manchmal, wenn man denkt, „jetzt isses verfahren“, dann kommt doch noch einer

um die Ecke und sagt: „Komm, mer schwade drüber.“ Das ist für mich das kölsche Grundgesetz des Dialogs: nicht immer einig, aber immer im Gespräch.

### Ein Ausblick – warum Reden Zukunft schafft

Wenn wir Köln und unsere Veedel gut in die Zukunft führen wollen, brauchen wir genau das: eine Kultur des Zuhörens, Mitredens und Mitfühlens. Denn die großen Aufgaben – Einsamkeit, Integration, Nachhaltigkeit, der Wandel in unseren Stadtteilen – lassen sich nicht von einzelnen Schultern tragen. Aber wenn wir miteinander reden, wenn Nachbar\*in, Verein, Verwaltung, Kirche, Ehrenamt und Quartiersteam sich austauschen, dann entsteht etwas, das kein Plan vorschreiben kann: Vertrauen. Und aus Vertrauen entsteht Zu-

kunft. Ich stelle mir Köln manchmal wie einen großen runden Tisch vor. Jede\*r bringt was mit: Humor, Erfahrung, Herzblut, Ideen. Nicht alles passt sofort zusammen, klar. Aber wenn wir reden und zuhören, wird aus all den Stimmen ein Chor. Kein perfekt gestimmter natürlich, aber ein lebendiger, fröhlicher, herzlicher. Und das, finde ich, ist die schönste Musik, die diese Stadt zu bieten hat. Vielleicht ist es genau das, was man in Köln nie vergessen darf: Am Ende hilft Reden. Und wenn es nicht hilft, dann war es wenigstens ein gutes Gespräch. Darum mein Wunsch – als Nachbarin, als Engagierte, als Kölsche: Bleiben wir im Dialog. Denn nur wer spricht und zuhört, bleibt verbunden – mit seinem Veedel, mit seiner Stadt, mit dem Leben. **mv** —



### Ein Rikschabericht

Ich darf mich kurz vorstellen: Mein Name ist Ralf, fast 60 Jahre alt, ein Düxer Urgestein, und meine Leidenschaft ist der Rennsport. Als meine Mutter älter wurde und an den Rollator gebunden war, konnte sie nur noch kleine Runden in Deutz gehen. Dann sah ich im Deutzer Bürgerzentrum die zündende Idee, älteren Menschen mit einer Rikscha wieder „die weite Welt“ zu zeigen. Ich machte einen Pilotenschein (so heißt die Fahrerlaubnis) und konnte meine Mutter bis zum Schluss Anfang 2025 unvergessliche Stunden im Rheinpark und den Poller Wiesen schenken. Einmal auf den tollen Geschmack gekommen, erweiterte ich die Fahrten für ältere Damen und Herren in Deutz und Poll sowie mit anderen Pilot\*innen die Fahrten in den Altenheimen Deutz und Poll. Mit der Rikscha ermöglichen wir den älteren und behinderten Menschen auch die Teilnahme an karnevalistischen Umzügen, CSD, Demos usw.. Was ist der Tolle Geschmack beim Rikschafahren? Ältere Menschen mit relativ geringem Zeitaufwand die riesige Freude zu schenken, endlich

wieder rauszukommen und für eine Stunde „eine andere Welt“ zu sehen. Man erkennt die Freude in dem fast ständigen Lächeln im Gesicht, dem Winken von anderen Leuten und Kindern, bis hin nach dem Ende der Fahrt, manchmal auch ein Tränchen fließt. All das motiviert mich zum Weitermachen, und ich bin stolz, in einem tollen Team der Ehrenamtlichen von „Radeln ohne Alter“ (RoA) und Kölsch Hätz mitwirken zu dürfen. Nach einer gewissen Zeit hat man mich zum Kapitän (so heißt derjenige, der die organisatorischen Aufgaben übernimmt und zusätzlich Rikscha fährt) gemacht. Ich bin jetzt der Ansprechpartner für RoA, Kölsch Hätz, Bürgerzentrum und natürlich für die älteren Menschen. Gemeinsam mit dem gesamten tollen Team führen wir ein Sommerfest und ein vorweihnachtliches Beisammensein bei mir im Garten durch. Mein größter Wunsch wäre es, dass ich diese tolle Tätigkeit so lange betreiben kann, bis ich selbst mal mit der Rikscha gefahren werden darf. **rü** —