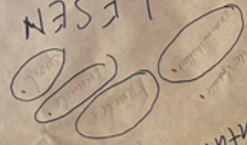


Emotionale Gesundheit

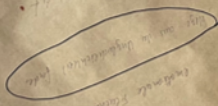
LESEN



Spontanität

Reisen
Essen
Sport
Soziale

Abwechslung



Beschäftigung finden

Soziale Kontakte pflegen
+ mal raus kommen

Bedürfnisbefriedigung

Glück durch körperliche, soziale,
psychische Gesundheit

SICH NICHT HÄNGEN,
WENN ES EINMAL LIEGT
GUT GEMACHT

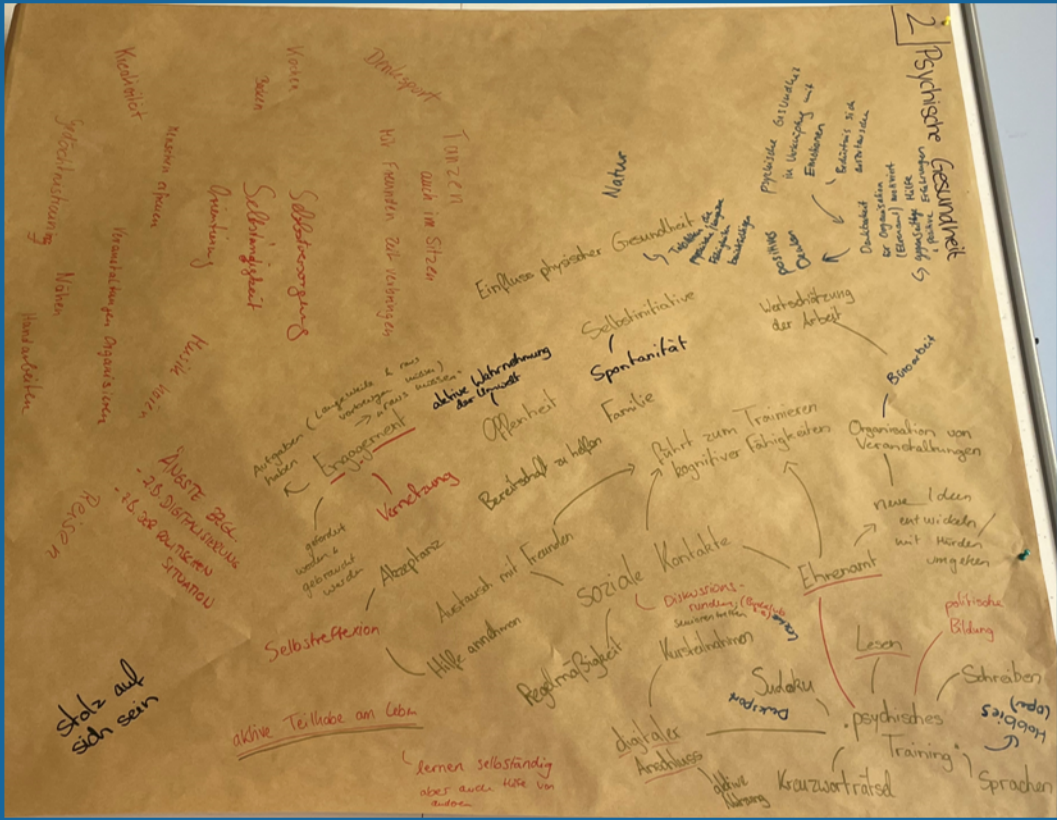
Wach / Träumen
Gedanken / Hoffen
Hören / Sehen

WIE WIELE KREISE
UMFASST MAN SICH
(Gemeinschaften etc.)

soziale Anerkennung
geteilt werden

Nutzung von sozialen Netzwerken/
Weswegen, um in Kontakt zu bleiben
↳ Sorge um Freunde / Bekannte, die sich
länger nicht melden

2 Psychische Gesundheit



4 Soziale Gesundheit

unser Mensch
ist mit sich selbst
verbunden
als

enge Bindungen

Freundschaften
Vergleiche & die

Beurteilung von
+ Teilhabe an zentralen
Aktivitäten

gemeinsam gelebter Sport
(z.B. Radfahren)

Notwendigkeit
Mobilität

! Abschied
von der
Welt
! Abschied
von der
Welt
! Abschied
von der
Welt

ENGAGEMENT

FEHLERDE FAMILIEN
BILDUNG FÖRDERN

ENGAGEMENT
(Kommunikation etc.)

SICH SELBST
KOMMEN
AUFZUFINDEN

Rituale &
Regelmäßigkeiten

Schwierigkeiten,
neue Kontakte
zu knüpfen,
die zu Wieder-
sehen führen
→ Eigeninitiative
erfordert

Initiative in
der Nachbar-
schaft auch
von jungen Men-
schen

mangelndes Interesse
+ gegenseitiges
Fragen
→ Isolation
+ Konfrontation

Quartiersarbeit

Krankheit kann soziales

schneller Wohn-
wechsel - keine
konstante Nach-
barschaft

Kirchengemeinde

Toilettenzugang
erhöht Hygienefähigkeit

FREIZEITAKTIVITÄTEN
NOTWENDIG

FAMILIE
HAT FHT

FEHLERDE FAMILIEN
BILDUNG FÖRDERN

3. Alkohol
 » Neutransport in
 durch Lipidtransport
 » 2. & durch Verdauung
 4. Obstholthione aspartate
 positive aspartate
 fäulnis
 aspartate,

Rituale Tradition

Festivitäten

gutes Wohnverhältnis
nette Nachbarn

Ehemant

ärztliche Versorgung in der Nähe
 Ehrenamt
 gutes Wohnumfeld
 nette Nachbarn
 Rituale
 Balance zwischen
 Inkulturation + Entspannung

Zugang zu
 öffentlichen
 Infrastruktur
 durch
 Entschärfung
 der
 Belastung von Verkehrsnetzen + Aufgaben
 (Gefahr)

Festivitäten

Senior-Tagsmessen
Ausfahrten
Fest

Austausch
+ Gespräche

Familie

Mobilität + Ziel

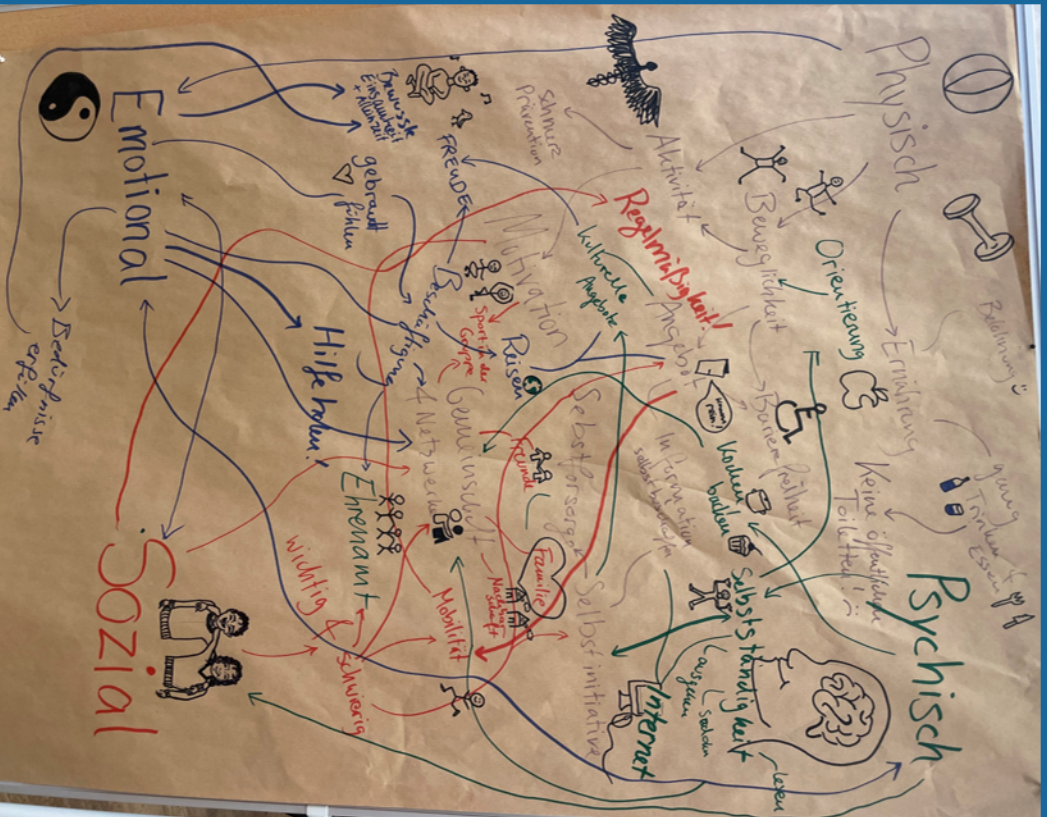
Handwritten notes on a diagram:

- Top: Mobilität
- Left: Soziale Teilhabe für Rollstuhlfahrer (U-Bahn gut)
- Right: Wohnen in der Nachbarschaft + gegenseitige Unterstützung
- Bottom: Soziale Gesundheit
- Bottom Left: Tradition + Rituale
- Bottom Left (circled): 4

4 Soziale Gesundheit

initial Monoculture

11 Tür und Angel Gespräche
Lybaleland
Lyzwangles



Physisch:

- Beweglichkeit
- Aktivität
- ohne Schmerzen leben
- Ernährung
 - Energiefreiheit
 - Mobilität
- Anagabe
 - Informieren
- Selbstinitiative!
- Hartnäckigkeit
- & Selbstdisziplin

Emotional:

- Beschäftigungen
- gebraucht fühlen
- Bedürfnisse erfüllen
- Physisch, Psychisch & sozial
- Bewusste Einsamkeit & Alleinzeit

Gewissensmkeiten!

Mobilität & Beweglichkeit
Anschluss & Teilhabe
Motivation (auch gegenwärtig)
Selbstinitiative
Regelmäßigkeit
Selbstständigkeit
Gruppenaktivität
Kontak
Offenheit & Spontaneität
Abwechslung

Psychisch:

- selbstständigkeit
- im Kopf oft bleiben
 - kulturelle Angebote
- Gemeinschaft
- Selbstinitiative
- Orientierung

Sozial:

- wichtig & schwierig
- Mobilität
- Netzwerke
- Motivation
- Angebote

Familie ≠ "Klassische" Familie

GENEPI SAKÉ
KIVALE +
TRADITIONEN
FREUND* INDIEN
SAND FAMILIE

Kalpatite zu
Knochen + Glukose
PREG + Thallie
geht nicht (Knochen
kommen)

BE SUKHE

GUTE GESPRACHE
UNTERSTÜTZENDE GERÄTE

WENN MAN SELBST REAKT IST,
MÖCHTE MAN DIE SACHE NICHT BEWERTEN.

Unperschlede
Zusammen 5000 + 6000

Heime
anders aufbauen!
↳ verallt. für
Demokratie

Dinge alleine machen
als „Ergatz“ → Chatschigizkae

Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen

Eigenständigkeit (Familie weit weg)

Freunde = Familie

veg)
↓
Verhalten durch
soziale Medien (com)
(digital)
Verlas
Wissen

Verlässlichkeit in
Krisensituationen / Krankheits-
fällen

Wichtigkeit von Wohlfamilie

Mit Familie
reisen

Aufklärung!!!
↳ Patientenverfügungen
etc.
↳ Informieren!!

Familien
Unterstützung
auf
Organisation

Freunde
+
Nachbarschaft
= Familie
&
Sozialer Kapital

Einsamkeit ohne Familie
Vermissen der Familie

Familie durch Ältere & kleine Mitglieder zusammen gehalten

3 Familie/Verwandtschaft

SCHUL WARE WIEDER NEUE
UNIVERSITÄT ZUSAMMEN
JUNGE + ALT
KOLLABORATION
NEUE ERGÄNZE IN DER

kleine intersegmente
Trennwasser fallen teilweise
ab → lassen die
segmente
atmen

Verandouweprozess
In 30 Sekunden ablesen
Tiefen

Wiederholungs-
mit Stellplätzen

wenig einander treffen
by nicht wenige Toleranz

Technische Wille
L. Koppelt Dieder

diff. Nachbarschaft in der Convent-Zeit
L. schon mehr Gränze erreicht zu haben

wonig Offenheit
neuer jünger Leute

WhatsApp Gruppe
Sicherheit

fallende Gespräche
Wahlkreises führt zu
kleiner Kaufkraftminder.

Here again the handwriting

Separative Fürsorge

Walden 2000
Walden 2000

Oblique black & white
Chlorite

Einmale
und Wärmegrad
Me

Mobilis et vagans
sed hinc inde
per totam terram Scythia

2014-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37-38-39-40-41-42-43-44-45-46-47-48-49-50-51-52-53-54-55-56-57-58-59-60-61-62-63-64-65-66-67-68-69-70-71-72-73-74-75-76-77-78-79-80-81-82-83-84-85-86-87-88-89-90-91-92-93-94-95-96-97-98-99-100-101-102-103-104-105-106-107-108-109-110-111-112-113-114-115-116-117-118-119-120-121-122-123-124-125-126-127-128-129-130-131-132-133-134-135-136-137-138-139-140-141-142-143-144-145-146-147-148-149-150-151-152-153-154-155-156-157-158-159-160-161-162-163-164-165-166-167-168-169-170-171-172-173-174-175-176-177-178-179-180-181-182-183-184-185-186-187-188-189-190-191-192-193-194-195-196-197-198-199-200-201-202-203-204-205-206-207-208-209-210-211-212-213-214-215-216-217-218-219-220-221-222-223-224-225-226-227-228-229-230-231-232-233-234-235-236-237-238-239-240-241-242-243-244-245-246-247-248-249-250-251-252-253-254-255-256-257-258-259-260-261-262-263-264-265-266-267-268-269-270-271-272-273-274-275-276-277-278-279-280-281-282-283-284-285-286-287-288-289-290-291-292-293-294-295-296-297-298-299-300-301-302-303-304-305-306-307-308-309-310-311-312-313-314-315-316-317-318-319-320-321-322-323-324-325-326-327-328-329-330-331-332-333-334-335-336-337-338-339-340-341-342-343-344-345-346-347-348-349-350-351-352-353-354-355-356-357-358-359-360-361-362-363-364-365-366-367-368-369-370-371-372-373-374-375-376-377-378-379-380-381-382-383-384-385-386-387-388-389-390-391-392-393-394-395-396-397-398-399-400-401-402-403-404-405-406-407-408-409-410-411-412-413-414-415-416-417-418-419-420-421-422-423-424-425-426-427-428-429-430-431-432-433-434-435-436-437-438-439-440-441-442-443-444-445-446-447-448-449-450-451-452-453-454-455-456-457-458-459-460-461-462-463-464-465-466-467-468-469-470-471-472-473-474-475-476-477-478-479-480-481-482-483-484-485-486-487-488-489-490-491-492-493-494-495-496-497-498-499-500-501-502-503-504-505-506-507-508-509-510-511-512-513-514-515-516-517-518-519-520-521-522-523-524-525-526-527-528-529-530-531-532-533-534-535-536-537-538-539-540-541-542-543-544-545-546-547-548-549-550-551-552-553-554-555-556-557-558-559-560-561-562-563-564-565-566-567-568-569-570-571-572-573-574-575-576-577-578-579-580-581-582-583-584-585-586-587-588-589-590-591-592-593-594-595-596-597-598-599-600-601-602-603-604-605-606-607-608-609-610-611-612-613-614-615-616-617-618-619-620-621-622-623-624-625-626-627-628-629-630-631-632-633-634-635-636-637-638-639-640-641-642-643-644-645-646-647-648-649-650-651-652-653-654-655-656-657-658-659-660-661-662-663-664-665-666-667-668-669-670-671-672-673-674-675-676-677-678-679-680-681-682-683-684-685-686-687-688-689-690-691-692-693-694-695-696-697-698-699-700-701-702-703-704-705-706-707-708-709-710-711-712-713-714-715-716-717-718-719-720-721-722-723-724-725-726-727-728-729-730-731-732-733-734-735-736-737-738-739-740-741-742-743-744-745-746-747-748-749-750-751-752-753-754-755-756-757-758-759-760-761-762-763-764-765-766-767-768-769-770-771-772-773-774-775-776-777-778-779-780-781-782-783-784-785-786-787-788-789-790-791-792-793-794-795-796-797-798-799-800-801-802-803-804-805-806-807-808-809-810-811-812-813-814-815-816-817-818-819-820-821-822-823-824-825-826-827-828-829-830-831-832-833-834-835-836-837-838-839-840-841-842-843-844-845-846-847-848-849-850-851-852-853-854-855-856-857-858-859-860-861-862-863-864-865-866-867-868-869-870-871-872-873-874-875-876-877-878-879-880-881-882-883-884-885-886-887-888-889-890-891-892-893-894-895-896-897-898-899-900-901-902-903-904-905-906-907-908-909-910-911-912-913-914-915-916-917-918-919-920-921-922-923-924-925-926-927-928-929-930-931-932-933-934-935-936-937-938-939-940-941-942-943-944-945-946-947-948-949-950-951-952-953-954-955-956-957-958-959-960-961-962-963-964-965-966-967-968-969-970-971-972-973-974-975-976-977-978-979-980-981-982-983-984-985-986-987-988-989-990-991-992-993-994-995-996-997-998-999-1000-1001-1002-1003-1004-1005-1006-1007-1008-1009-1010-1011-1012-1013-1014-1015-1016-1017-1018-1019-1020-1021-1022-1023-1024-1025-1026-1027-1028-1029-1030-1031-1032-1033-1034-1035-1036-1037-1038-1039-1040-1041-1042-1043-1044-1045-1

4 Nachbarschaft

PO 23 given
Spirally in section
Pinnate like
by the ordinary?

Stadt Hamburg

O. flammula (Roth) S. & A. for your identification
Stems, lvs & fr. will make a very pleasant

Nach dem Frühstück
 in der
 Kasse
 1. 10.00
 2. 10.00
 3. 10.00
 4. 10.00
 5. 10.00
 6. 10.00
 7. 10.00
 8. 10.00
 9. 10.00
 10. 10.00
 11. 10.00
 12. 10.00
 13. 10.00
 14. 10.00
 15. 10.00
 16. 10.00
 17. 10.00
 18. 10.00
 19. 10.00
 20. 10.00
 21. 10.00
 22. 10.00
 23. 10.00
 24. 10.00
 25. 10.00
 26. 10.00
 27. 10.00
 28. 10.00
 29. 10.00
 30. 10.00
 31. 10.00
 32. 10.00
 33. 10.00
 34. 10.00
 35. 10.00
 36. 10.00
 37. 10.00
 38. 10.00
 39. 10.00
 40. 10.00
 41. 10.00
 42. 10.00
 43. 10.00
 44. 10.00
 45. 10.00
 46. 10.00
 47. 10.00
 48. 10.00
 49. 10.00
 50. 10.00
 51. 10.00
 52. 10.00
 53. 10.00
 54. 10.00
 55. 10.00
 56. 10.00
 57. 10.00
 58. 10.00
 59. 10.00
 60. 10.00
 61. 10.00
 62. 10.00
 63. 10.00
 64. 10.00
 65. 10.00
 66. 10.00
 67. 10.00
 68. 10.00
 69. 10.00
 70. 10.00
 71. 10.00
 72. 10.00
 73. 10.00
 74. 10.00
 75. 10.00
 76. 10.00
 77. 10.00
 78. 10.00
 79. 10.00
 80. 10.00
 81. 10.00
 82. 10.00
 83. 10.00
 84. 10.00
 85. 10.00
 86. 10.00
 87. 10.00
 88. 10.00
 89. 10.00
 90. 10.00
 91. 10.00
 92. 10.00
 93. 10.00
 94. 10.00
 95. 10.00
 96. 10.00
 97. 10.00
 98. 10.00
 99. 10.00
 100. 10.00

Sieh
 Parks auch
 Bsp. KILIAN WUNDERLICH
 Stadt soll die
 Stadtkinder beschäftigen
 → durch Europa
 → eine Gleichheit der Erwachsenen
 → auch Gleichheit der Kinder
 Platte hat eine
 Verpflichtung an
 die Kinder

Handwritten notes on a map of the Berlin Wall area:

- Top left: "Haupt Post" (Main Post)
- Top center: "ACTIVE CITY STRASSE" (Active City Street)
- Top right: "SPEICHT ALLE IN" (Stores all in) and "SPEICHT BEWAHRE WERKE?" (Stores preserve works?)
- Center: "T. H. H. T." (The House of the Teacher)
- Bottom left: "WANDEN BEWAHRT" (Walls preserved)
- Bottom center: "T. H. H. T." (The House of the Teacher)
- Bottom right: "G. H. H. T." (The House of the Teacher)

1. Beziehungen mit Menschen
 2. Arten und
 3. Lebensbedingungen

Öffentliche Toiletten

TRUST-
RATION!

TRUST
RATION

[illegible]

Sie leben auf
in den Parks und Gärten
↳ bunte Blumen
↳ saubere grüne
Mauern

Angebot R.
Hilfsfonds
L. Himmels
Gemeinde

Gemeinde
für die
Dienstleistungen

Handwritten notes on the back of the card:

Quartenscarbett
Aufsteigend gerichtet
Hauwurz (ab. 4 m)
unter 80 ft)

Organisationskompetenzen
'kostenloser' Fahrdienst
Taxis teilweise notwendig
Diskriminierung von Senior:innen mit Behinderungen

Taxis teilweise notwendig (Diskussionierung von Senior:innen mit Betreuungspersonen)
Anforderungen
generell günstige

generell günstiger
Angebot (50% Rabatt) → nach
(Zugang zu bestimmten Angeboten,
Verbesserung)

↳ Altersarmut Risiko

nach
 Nachfrage
 Markt
 Angebots,
 Risiko
 wachsende
 INFORMATION
 über
 Kostenfaktoren
 Angebote

Informationsmöglichkeiten
(Medien; Zeitung?
digital, Flyer?)

Ansätze
in öffentlichen
Orten } wichtig, dass
es analog
ist

→ Querschnittsarbeit

Nachbarschafts-
Verbindungen
- Offenklaide
Wohnzone
als Austauschort,
Störung des
Einzelhandels
(Nachhaltigkeit
Thema)

Busse $\rightarrow$ Einstieg (mit Rollator)

unisex
sollte unipolar
werden
Reinigung (in
muss
Einnahme
werden
Begründungen
6. Gleichheits
Ordnung

Toiletten
↕
sollen sich eigentlich
aggressiv betragen
esperanto

→ verschiedene
Zuständigkeiten
(Zentrale
Zuständigkeiten
kann den Lagen)

Wasserspende
→ Klimawandel:
höherer Bodast

„scheinbar“

→ barmherzig
Zugänge → Lokale, generell
Ausgabe

Thema: Verkehr

zu Lösung { digital
Ticketmaschine/
digitaler
Ticket F

positiv
brunste...
Seniorinnen
Tidst
geheim

Wunsch nach mehr
Aufmerksamkeit &
Bewusstsein





Nachbarschaft

↳ unweitelbares Umfeld
→ Einzelhaushalt als Knotenpunkt

Sicherheit

einfahe Zugänglichkeit
Informationsquellen
Umgebung

räumliche

technische
Unterstützung
Gemeinschaft
Bewusstsein
Anpassung

Begegnung
Treffpunkte

What's app
Einsamkeit

Wahrnehmung
Gegenseitigkeit
Einbeziehung
Partizipation
Kommunikation

Kommunikation
Unterstützung
Einbeziehung

Organisation

Unterstützung
Einbeziehung

Familie
Wahlfamilie!



Kommunikation
Stadthaus
Wieder

Hamburgers

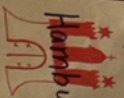
Hausbesuch
auch für Menschen

Kommunikation
Sauberkeit

Erreichbarkeit
von Behinderten

Öffentliche
Toiletten

Stadt Hamburg



Angebote
Parks
Partysport

Mobilität

Fußweg, Radweg
Park & essen
gegründet

Inklusivität
Sport für alle
Futurstraße

Nachbarschaft:

- Einkäufe
- Wohnungszugang
- Gegenseitige Förderung
- Rücksideitnahme
- Mobilität versorgen
- Nachbarschaft
- Generationenübergreifend
- Angebote
- Soziale Angebote
- Technische Unterstützung
- Sicherheit
- Nachbarschaftshilfe
- Kontakte

Gemeinsamkeiten!

- Rücksideit & Forum
- Inklusivität
- Infrastruktur
- Generationenübergreifend
- Angebote
- Soziales, kulturelles Angebot
- Mobilität
- Barrierefreiheit!

Familie:

- = 1st Wahlfamilie!
- Besuche
- gemeinsame Traditionen & Rituale
- Belastungsopfer
- Eigenständigkeit
- Tiefgründige Gespräche
- Kommunikation (auch über schwierige Themen)
- Unterstützung
- Aufklärung
- Patientenerfahrung!
- etc.

Stadt Hamburg:

- öffentliche Toiletten!
- Parks & Parksport
- Trinkwasser spenden
- Sport für Alle (unter Anleitung / organisiert)
- Bus / Transportsystem → Barrierefreiheit!
- für Senior:innen
- günstige Angebote + Seniorenrabatt
- günstigerer wieder Staatlich
- Krankenkassen → FGS & Radwege: frei, eben & geradlinig
- Mobilität! → FGS & Radwege: frei, eben & geradlinig

↳ "Selbstbestimmt"
↳ Website für Patientenerfahrung & Versorgungswahlrecht