



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Digitale Kompetenzen \_für ältere Menschen

Forum Seniorenarbeit NRW | Frühjahrsakademie 2019

Digitale Ideen für Sozialraum und Nachbarschaft – in der Arbeit  
für und mit älteren Menschen

Barbara Lippa und Stephan Seiffert



# Agenda

- Vorstellungsrunde
  - Stiftung Digitale Chancen
  - Projekt „Digital mobil im Alter“
- Angebote zur Förderung von digitalen Kompetenzen älterer Menschen planen und gestalten – Leitfaden „Digitale Kompetenzen für ältere Menschen“
  - Senioren als Zielgruppe
  - 10 Grundsätze
  - Bedarfe erkennen
  - Nutzen formulieren
  - Inhalte festlegen
  - Formate auswählen
  - Günstige Rahmenbedingungen schaffen
- Hands-on: Wir planen ein Unterstützungsangebot



# Vorstellungsrunde

## Stiftung Digitale Chancen

#digitalen Graben verringern

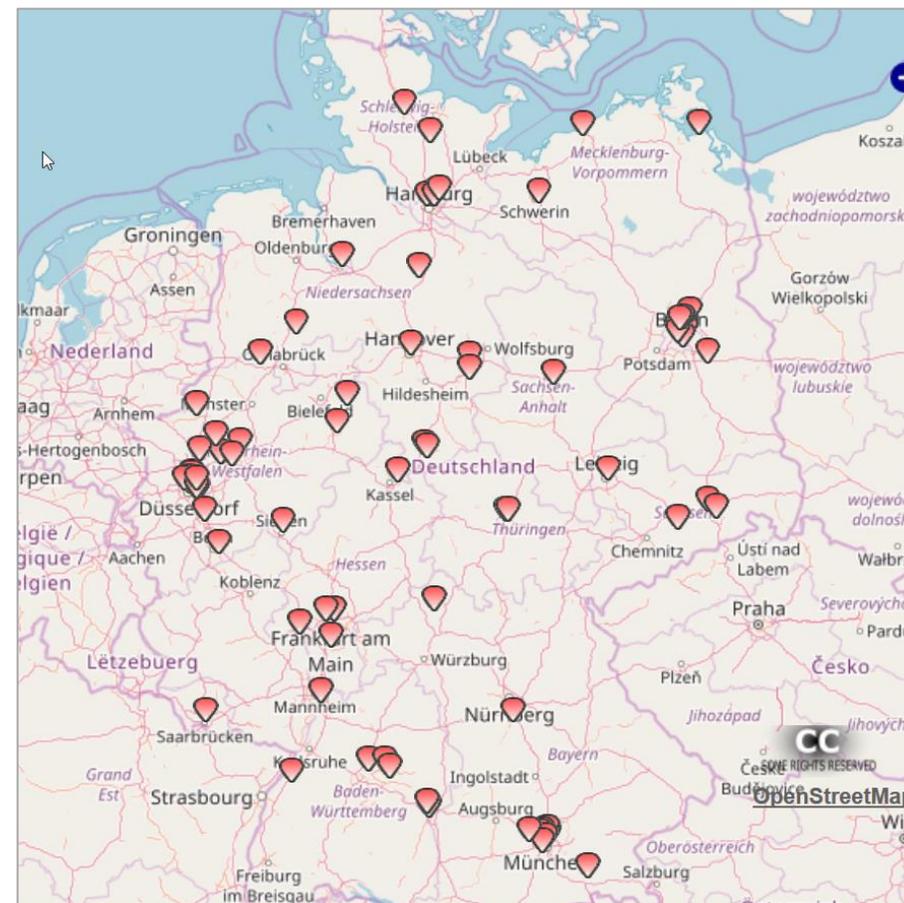
#Digitale Kompetenz fördern

#gesellschaftliche Teilhabe sichern



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Projekt „Digital mobil im Alter“





# Nutzungsmöglichkeiten

Wofür kann ich ein Tablet einsetzen und was nutzt es mir?

# Lesen



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





# Lesen – eine ganze Bibliothek





# Lesen – Aktualität und Auswahl





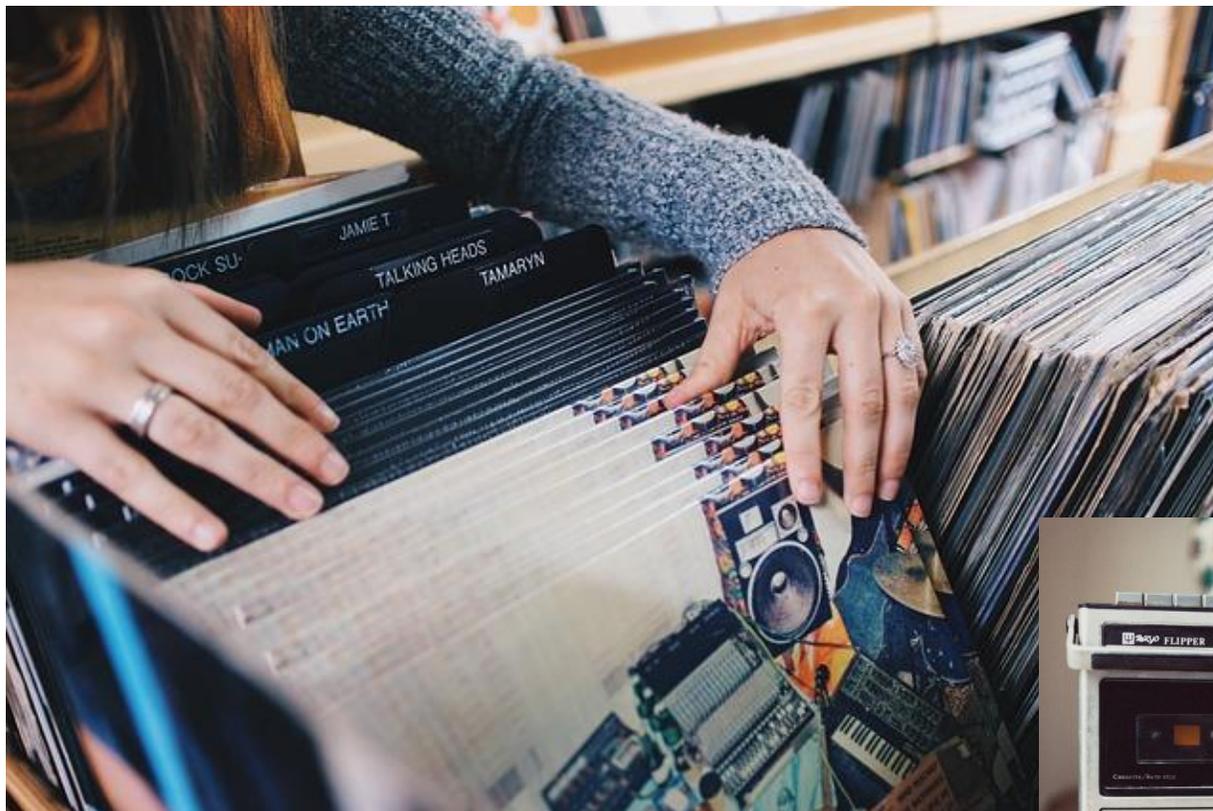
DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Schreiben





# Musik hören



# Musik machen



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





# Fotografieren



# Filme ansehen



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER



# Filme drehen



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





# Spielen





DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Die schlaue Begleitung für unterwegs





# Orientierungshilfe

Wo bin ich?





# Navigationsgerät

Wie komme ich nach ...?





# Umgebung erkunden

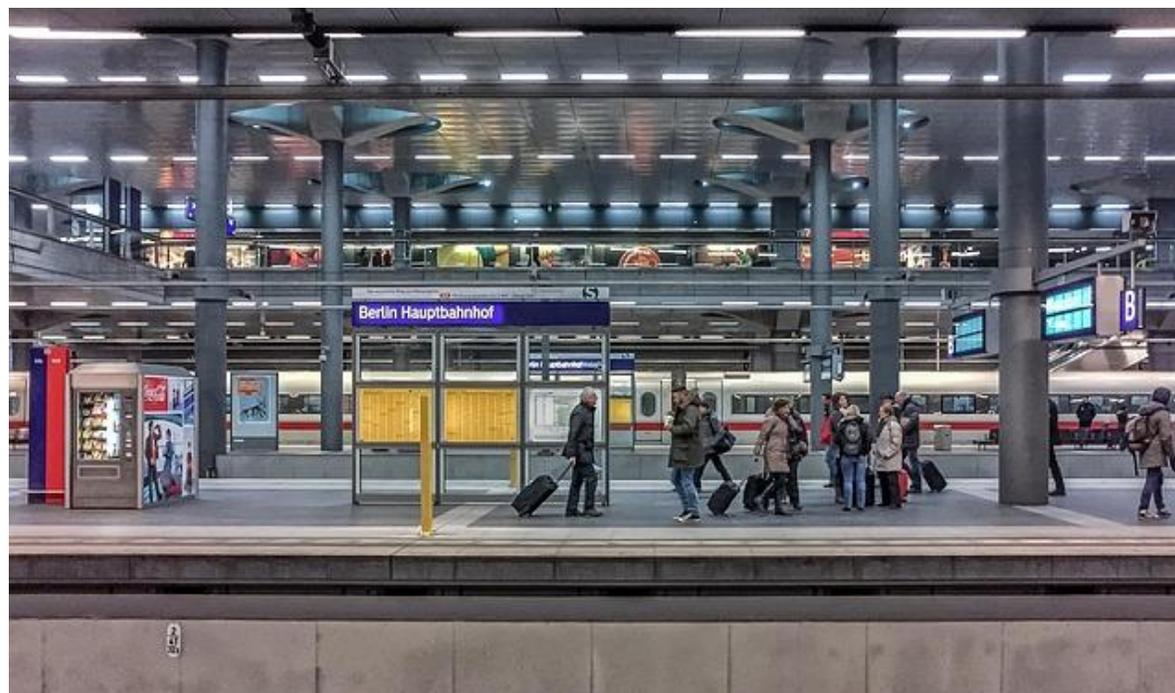
Wo gibt es Was in meiner Nähe?





# Auskunft

**Von Wo und Wann bringt mich Was (Bus, Bahn etc.) nach ...**



# Reisebüro



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Leitfaden\_ Digitale Kompetenzen für ältere Menschen

- Szenarien für die Förderung von Kompetenzen und Selbstvertrauen im Umgang mit digitalen Medien
- Handreichungen und Arbeitsmaterialien
  - Tabelle zur Bedarfserhebung
  - Entscheidungsschema
  - Materialhinweise





# Senioren als Zielgruppe von Lernangeboten

- Vielfalt der Lebenslagen
- Verschiedene Dimensionen des Alter(n)s
- Selbstwirksamkeit
- Sozialraumbezug und Quartiersnähe
- Türöffner



# 10 Grundsätze

- (1) Lernerfahrung und -motivation vorab klären**
- (2) Ermutigung als Ziel
- (3) Möglichst homogene (Klein-) Gruppen
- (4) Kursinhalte an Alltagsnutzen orientieren**
- (5) Die Komplexität schrittweise erhöhen**
- (6) Schriftliches Begleitmaterial
- (7) Probleme besprechen und Lösungen üben**
- (8) Hausaufgaben, Hilfe und Üben
- (9) Unterstützungsangebote und Nachsorge**
- (10) Angebote sollten nicht nur gut gemeint, sondern auch gut gemacht sein



## Bedarfe erkennen

- Persönliche Situation
- Mobilität
- Interessen und Hobbys
- Vorkenntnisse
- Motivation

Digitale Kompetenzen für ältere Menschen 3.1

### Tabelle zur Bedarfserhebung

Persönliche Situation, Mobilität, Interessen und Hobbies

<b>Alter in Jahren</b>					
<input type="radio"/> <60	<input type="radio"/> 60-69	<input type="radio"/> 70-79	<input type="radio"/> 80-89	<input type="radio"/> >90	
<b>Geschlecht</b>					
<input type="radio"/> Frau		<input type="radio"/> Mann	<input type="radio"/> Sonstiges		
<b>Bildungsstand</b>					
<input type="radio"/> akademischer Abschluss / Meister-/Techniker- / Fachschulabschluss	<input type="radio"/> Berufsqualifizierender Abschluss und/oder das Abitur/Fachhochschulreife	<input type="radio"/> Volks-/Haupt-/Realschulabschluss, Polytechnische Oberschule ohne beruflichen Abschluss			
<b>Mobilität</b>					
<input type="radio"/> bleibe überwiegend zu Hause	<input type="radio"/> bewege mich zu Fuß in der näheren Umgebung	<input type="radio"/> benutze Öffentlichen Nahverkehr	<input type="radio"/> mache Fernreisen	<input type="radio"/> fahre mit dem Auto	<input type="radio"/> fahre mit dem Fahrrad
<b>Altersbedingte Einschränkungen</b>					
<input type="radio"/> Sehen		<input type="radio"/> Feinmotorik	<input type="radio"/> Merkfähigkeit		
<b>Wohnsituation</b>					
<input type="radio"/> Privathaushalt, allein		<input type="radio"/> Privathaushalt, mehrere Personen	<input type="radio"/> Betreutes Wohnen, Wohnheim	<input type="radio"/> Pflegeheim	
<b>Familie</b>					
<input type="radio"/> Kinder vorhanden und wohnen in der Nähe	<input type="radio"/> Kinder vorhanden, aber nicht vor Ort	<input type="radio"/> Enkel/Urnenkel vorhanden und wohnen in der Nähe	<input type="radio"/> Enkel/Urnenkel vorhanden, aber nicht vor Ort	<input type="radio"/> weitere Verwandte wohnen in der Nähe	<input type="radio"/> weitere Verwandte vorhanden, aber nicht vor Ort
<b>Freunde und Bekannte</b>					
<input type="radio"/> kaum Kontakt zu Freunden und Bekannten		<input type="radio"/> gelegentlicher Kontakt zu Freunden und Bekannten	<input type="radio"/> häufiger Kontakt zu Freunden und Bekannten		
<b>Vernetzung untereinander</b>					
<input type="radio"/> ich kenne die anderen Teilnehmenden nicht		<input type="radio"/> ich kenne einige der anderen Teilnehmenden	<input type="radio"/> ich kenne die meisten der anderen Teilnehmenden		

Letzte Lernerfahrung – was und wann:  
\_\_\_\_\_

Motivation für die Teilnahme:  
\_\_\_\_\_

Erwartungen an das Angebot:  
\_\_\_\_\_

Digitale Kompetenzen für ältere Menschen 3.1

### Vorkenntnisse und Interessen

<b>Vorkenntnisse Tablet-PC oder Smartphone</b>							
<input type="radio"/> keine Vorkenntnisse		<input type="radio"/> geringe Vorkenntnisse		<input type="radio"/> gute Vorkenntnisse		<input type="radio"/> sehr gute Vorkenntnisse	
<b>Vorkenntnisse Internet</b>							
<input type="radio"/> keine Vorkenntnisse		<input type="radio"/> geringe Vorkenntnisse		<input type="radio"/> gute Vorkenntnisse		<input type="radio"/> sehr gute Vorkenntnisse	
<b>Vorkenntnisse zu Themen und Anwendungen vorhanden***</b>							
<input type="radio"/> Kommunikation	<input type="radio"/> Information und Wissen	<input type="radio"/> Spiele	<input type="radio"/> Unterhaltung	<input type="radio"/> Mobilität	<input type="radio"/> Online-Transaktionen	<input type="radio"/> Fotografieren	<input type="radio"/> Alltagsorganisation
<b>Interesse an Themen und Anwendungen***</b>							
<input type="radio"/> Kommunikation	<input type="radio"/> Information und Wissen	<input type="radio"/> Spiele	<input type="radio"/> Unterhaltung	<input type="radio"/> Mobilität	<input type="radio"/> Online-Transaktionen	<input type="radio"/> Fotografieren	<input type="radio"/> Alltagsorganisation
<b>Interessen und Hobbies</b>							
<input type="radio"/> zurzeit keine Interessen/Hobbies				<input type="radio"/> bin an einem speziellen Thema interessiert / habe ein Hobby			

Hobbies und Interessen:  
\_\_\_\_\_

---

**\*\*\* Themen und zugehörige Anwendungen**

**Kommunikation:** E-Mail, Video-Telefonie mit Skype, Instant Messaging mit WhatsApp

**Information und Wissen:** Suchmaschinen, Wikipedia, Themenportale, YouTube, Onlineangebote von Zeitungen und Zeitschriften, TV und Radio

**Spiele:** Onlinespiele, Spiele-Apps

**Unterhaltung:** Onlinespiele, Mediatheken, Radio und Musik-Apps, Video-on-Demand

**Mobilität:** Fahrpläne- und Fahrzeiten, Online-Karten, Routenplanung und Navigation

**Online-Transaktionen:** Onlineshops und Bezahlmöglichkeiten, Onlinebanking

**Fotografieren:** Kamera und Galerie, Foto-Apps, Flickr, Instagram

**Alltagsorganisation:** Kalender, Adressbuch, Merklisten, Einkaufslisten



# Persönlicher Nutzen

- Informiert sein
- Wissen erweitern
- In Kontakt bleiben mit Freunden und Angehörigen
- Mobil bleiben (physisch und geistig)
- Orientierung behalten
- Sich Wege ersparen
- Länger selbstständig bleiben
- Etwas kreativ erschaffen, sich ausdrücken

<https://www.youtube.com/watch?v=EiBBqqSeLvw>



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# DigitalMobil\_

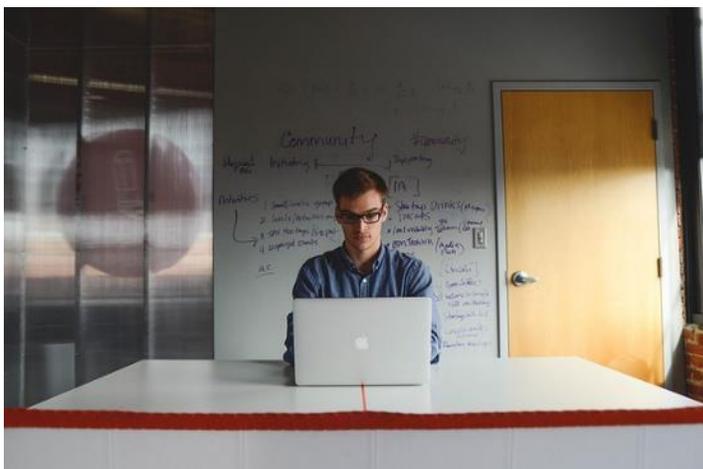
im Alter

*Telefonica*

.stiftung  
digitale-chancen



# Mobile Geräte





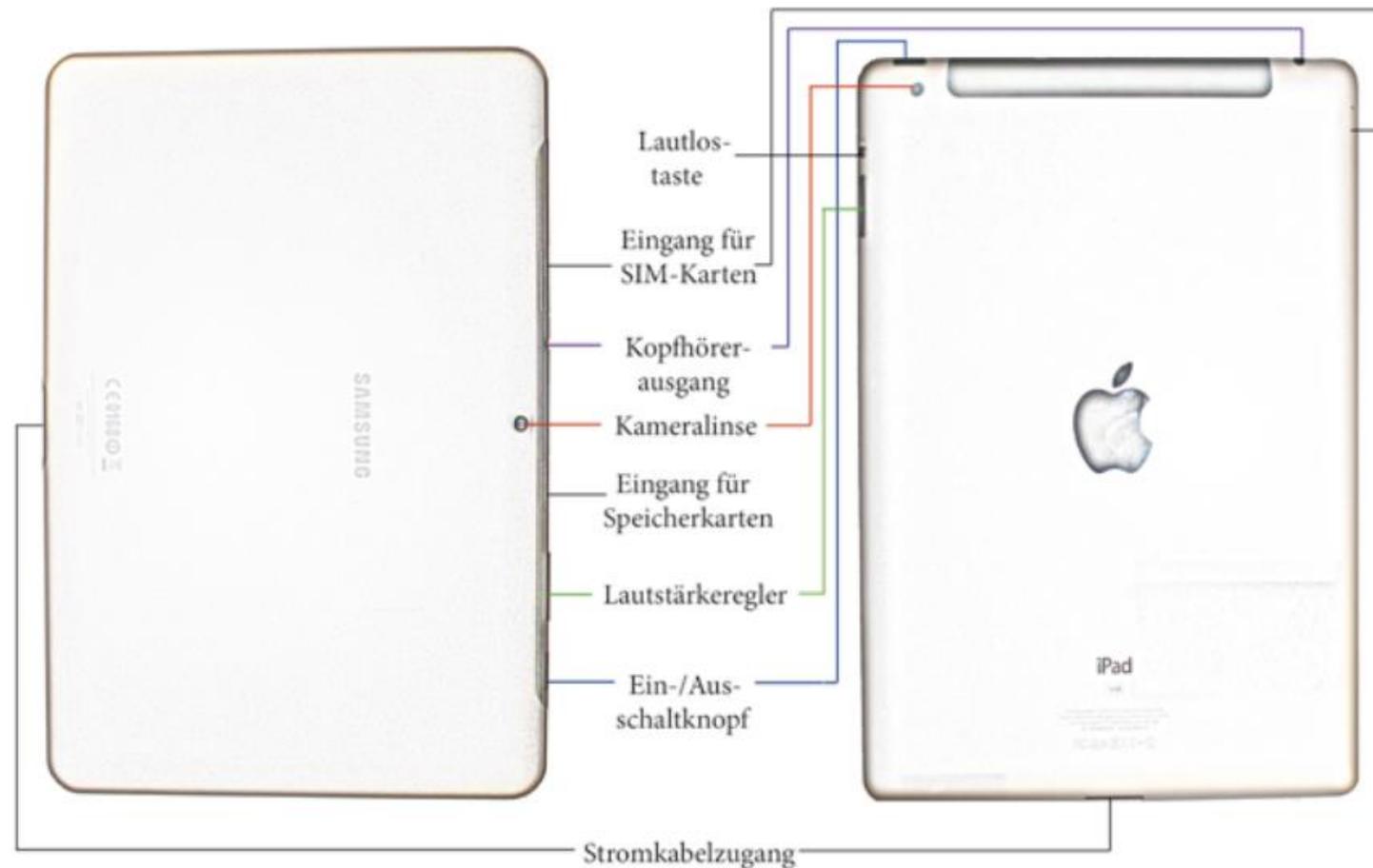
# Tablets für den Einstieg

- Eingabestift
- Hülle zum Schutz und zum Hinstellen





# Knöpfe und Anschlüsse



# Bedienung



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





# Bedienung



Tippen



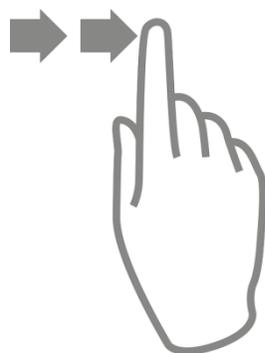
Tippen und Halten



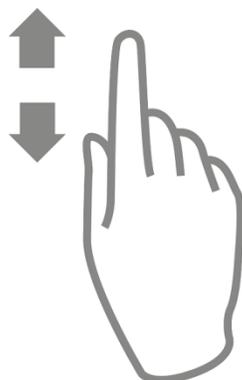
2 Finger Tippen



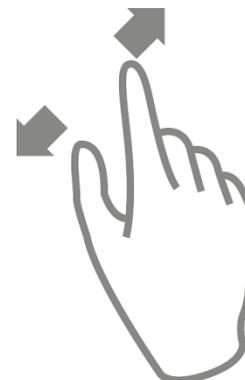
Tippen und Ziehen



Wischen



Ziehen / ‚Scrollen‘



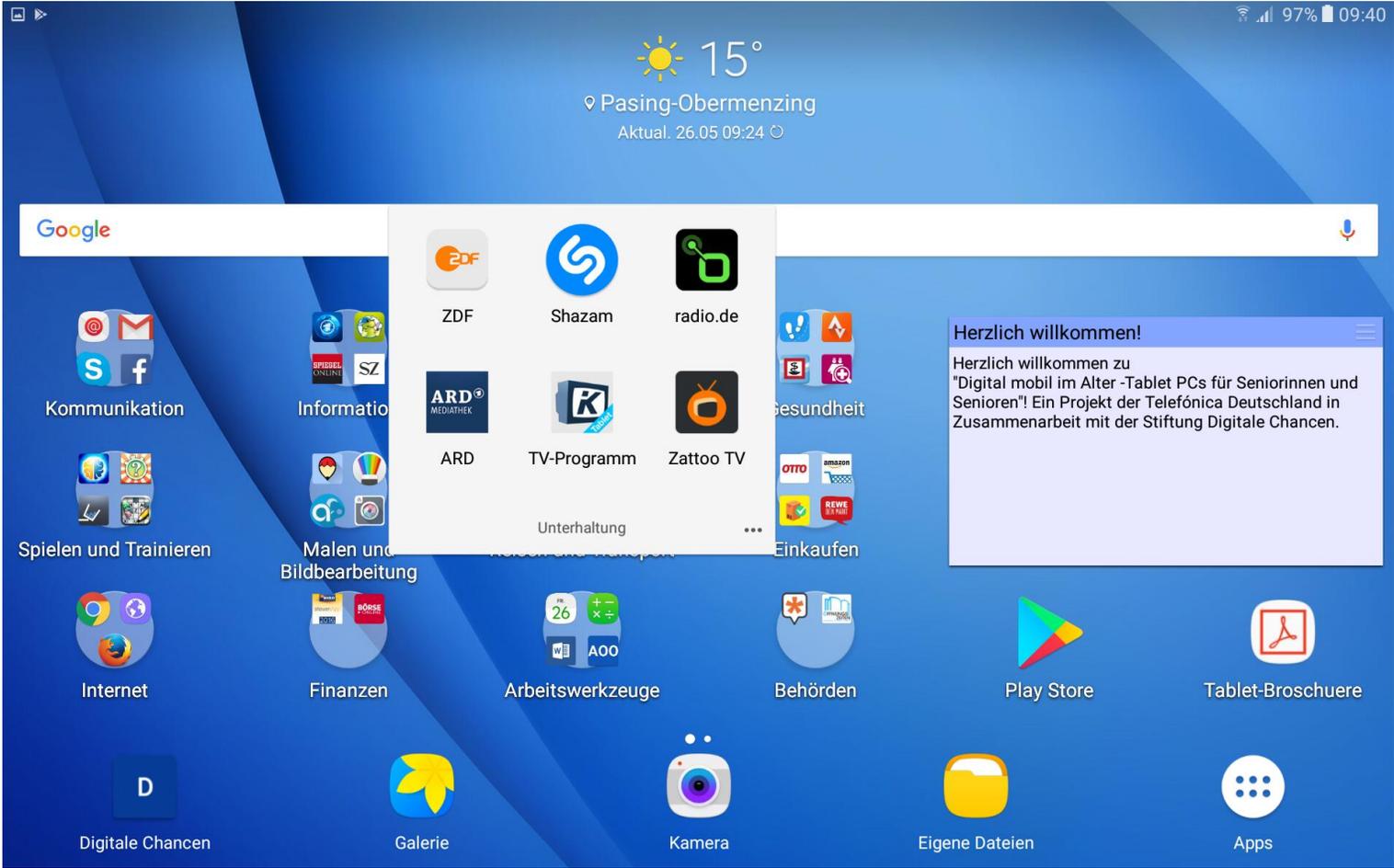
Spreizen



Zusammenziehen



# Startbildschirm: Ordner, Widgets und Apps





# Apps





# App-Stores



# Kosten für Apps



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER





DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

Pause



# Kommunikation

## Inhalte

- Möglichkeiten, die digitale Medien bieten, um mit Personen, Organisationen und Behörden zu kommunizieren

## Nutzen

- In Kontakt bleiben mit Familie, Freunden und Bekannten



**Threema.**



WORDPRESS



# Information und Wissen

## Inhalte

- Möglichkeiten, Wissen und Informationen im Internet aufzufinden, zu selektieren und zu bewerten
- Aktuell: Filterblasen, Fake News

## Nutzen

- Wissen erweitern
- Informiert bleiben



CHEFKOCH.DE



SZ



# Mobilität

## Inhalte

- Tools und Anwendungen, die helfen, die physische Mobilität im Alltag zu erhalten

## Nutzen

- Physische Mobilität erhalten/steigern
- Orientierung behalten





# Spiele

## Inhalte

- Spiele, die man offline oder online mit sich selbst oder anderen spielen kann

## Nutzen

- Unterhaltung und Zeitvertreib
- Geistige Mobilität erhalten/steigern





DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Unterhaltung

## Inhalte

- Medienangebote, die vorrangig der Unterhaltung dienen

## Nutzen

- Unterhaltung und Zeitvertreib
- Wissen erweitern





# Fotografieren

## Inhalte

- Fotos (und Videos) aufnehmen, bearbeiten und teilen

## Nutzen

- Wissen erweitern
- In Kontakt bleiben
- Geistige Mobilität erhalten/steigern





# Alltagsorganisation

## Inhalte

- Digitale Tools und Funktionen, die helfen, den Alltag zu organisieren
- Aktuell: Sprachassistenten

## Nutzen

- Länger selbstständig bleiben





DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

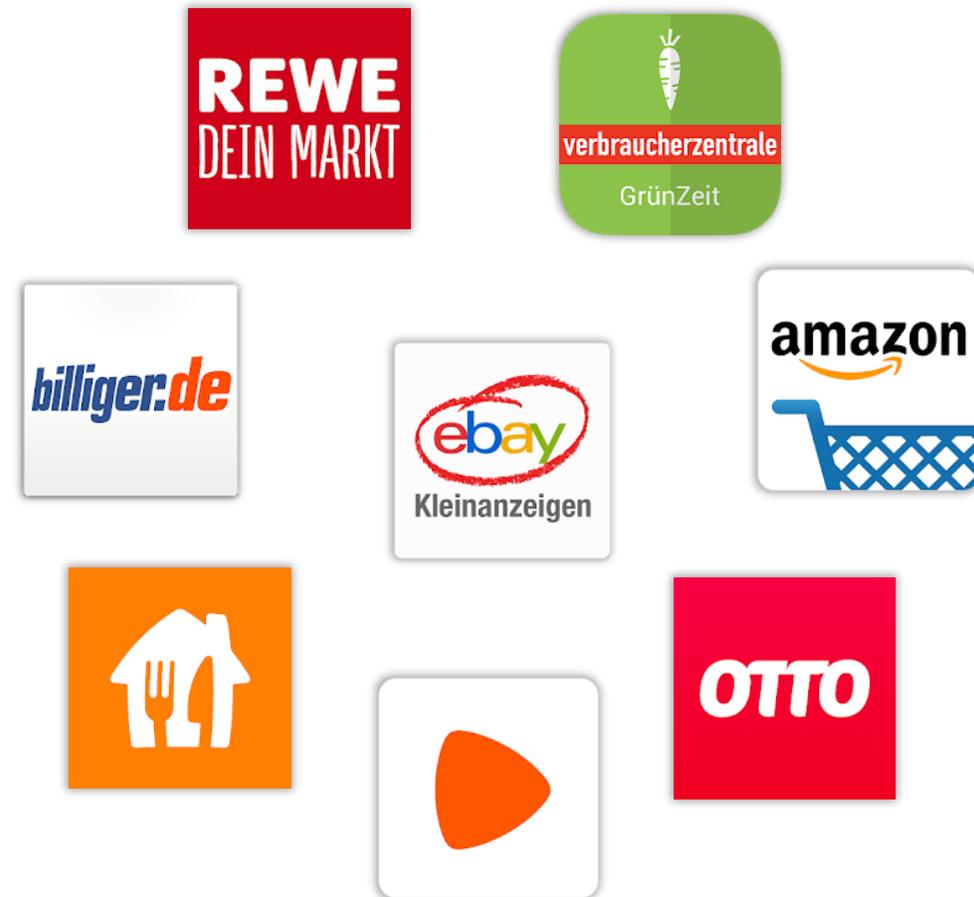
# Online-Transaktionen

## Inhalte

- Online-Einkauf und Online-Banking

## Nutzen

- Lauferei ersparen
- Länger selbstständig bleiben





# Sicherheit

- Benutzerkonten
- Passwörter
- Zahlungsarten
- Nutzungsdaten
- Persönliche Daten





# Anonymität – persönliche Daten





# Lernformate

Klassisch-formell	Halbformell	Offen
<ul style="list-style-type: none"><li>• Klassische Lehrer/Schüler-Situation</li><li>• Fest definierte Laufzeit</li><li>• Feste Teilnehmergruppe</li><li>• Themen stehen im Vorfeld fest</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ergänzung zu klassischen Lernsettings</li><li>• Trainer*in als Lernbegleitung</li><li>• Peer-Lernen</li><li>• Feste Teilnehmergruppe</li><li>• Themen werden durch Lernende vorgegeben</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ergänzung zu klassischen Lernsettings</li><li>• Leicht zugänglich</li><li>• Auf Dauer angelegt</li><li>• Wechselnde Themen</li><li>• Wechselnde Teilnehmer</li></ul>
Schnupperkurs	Tutorium/Übung	Lerncafé
Gruppenkurs/Training	Stammtisch	Sprechstunde
Exkursion	Computerlerngruppe	Telefonische Beratung
	Coaching	
	Hausbesuch	



# Raum

- Größe + Verfügbarkeit
- Sitzgelegenheiten +  
Tische (Anordnung)
- Ambiente und Atmosphäre





# Raum

- Größe + Verfügbarkeit
- Sitzgelegenheiten +  
Tische (Anordnung)
- Ambiente und Atmosphäre





# Technische Ausstattung

- WLAN
- TV / Beamer+Leinwand
- Drucker
- Demonstrations- und Leihgeräte





# Aufgabe

## Planen Sie ein Lernangebot zur Vermittlung digitaler Kompetenzen!

- Entwickeln Sie zunächst eine „*Persona*“
- Erstellen Sie für die Persona ein Lern-Szenario (Kombination von mind. zwei Themenmodulen)
- Werden Sie so konkret wie möglich: Welche Apps würden Sie dabei vorstellen / einsetzen? Welches Format würden Sie dafür wählen?



# Themen und Szenarien

## NUTZEN

Wissen erweitern  
und  
informiert bleiben

## INHALT

Information u. Wissen

Möglichkeiten,  
Wissen und Informationen  
im Internet  
aufzufinden,  
zu selektieren und  
zu bewerten

## APPS

Information u. Wissen



CHEFKOCH.DE



Deutschlandfunk

SZ

W



## FORMAT

Gruppenkurs

### Lernziele:

- Informationen und Überblick zu vorher festgelegten Inhalten und Anwendungen
- Kenntnisse und Fertigkeiten erwerben durch Demonstration und Übung

**Teilnehmerzahl:** max. 10 Personen

### Rahmen:

regelmäßig, bis 2x 60 Minuten mit Pause(n)

**fester Ort**



# Persona

Persona (fiktiv)

Name:



Hintergrund zur Person (sozio-demografische Merkmale)

- Alter
- Geschlecht
- wohnhaft in
- geboren in
- (ehem.) Beruf ...

Persönliche Situation

- Wie ist die Wohnsituation?
- Wie sind die familiären Verhältnisse?
- Wie ist die Persona vernetzt (soziales Umfeld, Freunde, Bekannte)?
- Gibt es altersbedingte Einschränkungen (Sehen, Feinmotorik, Merkfähigkeit)?
- Gibt es regelmäßige Termine, die sie wahrnimmt?

Vorkenntnisse und Lernerfahrungen

- Welche Vorerfahrungen bringt die Persona mit (z.B. Einsatz von Computer im Beruf oder zuhause, Internet)?
- Welche Anwendungen / Apps nutzt sie regelmäßig / hat sie schon mal genutzt?
- Welche Lernerfahrungen bringt sie mit (Teilnahme an anderen Kursen)?

Hobbies, Interessen, Gewohnheiten

- Was macht die Persona aus?
- Wie gestaltet sie ihre Freizeit?
- Wofür interessiert sie sich?

Motivation, Erwartungen, Ziele

- Was begeistert die Persona?
- Was will sie erreichen?
- Welche Probleme will sie lösen?
- Was ist der Persona im Leben wichtig?

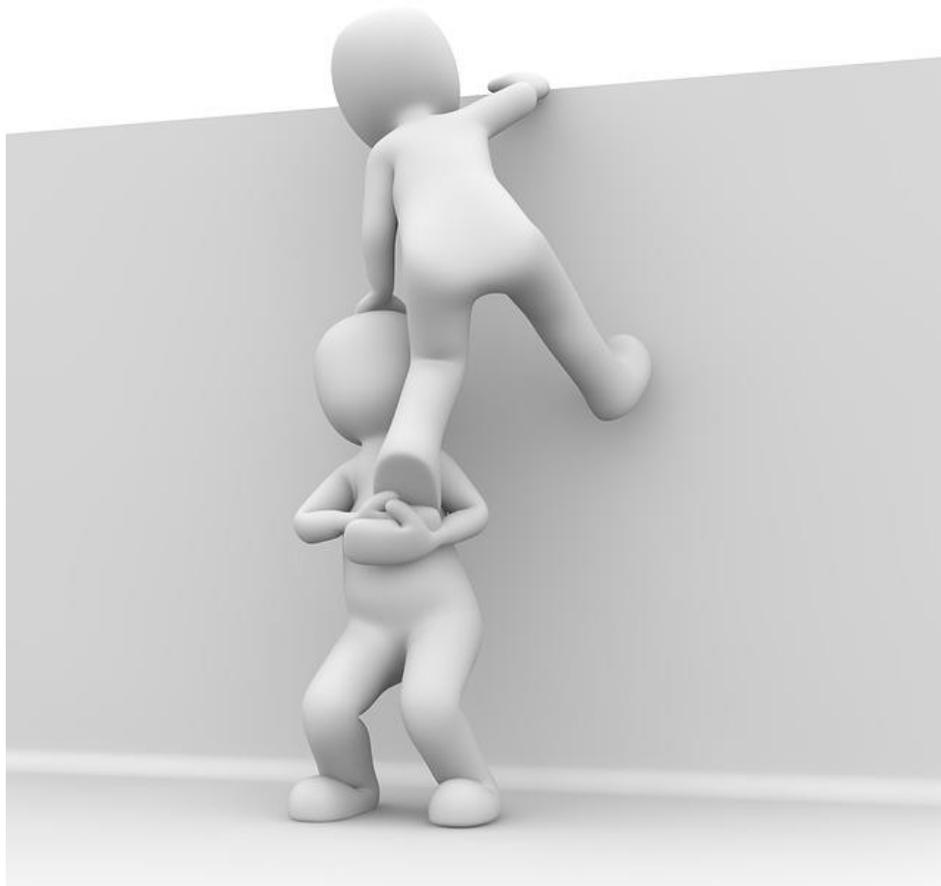
Ängste und Herausforderungen

- Welche Ängste und Vorbehalte hat die Persona?
- Was fällt ihr schwer?



DIGITAL MOBIL  
IM ALTER

# Vielen Dank und viel Erfolg!



Webseite:

<https://digital-mobil-im-alter.de>

Kontakt:

Barbara Lippa und Stephan Seiffert

[team@digital-mobil-im-alter.de](mailto:team@digital-mobil-im-alter.de)