

Frühjahrsakademie, 17. März 2021

# Qualifizierung und Coaching älterer Menschen in der Wissensweitergabe digitaler Themen in ihren Sozialräumen

Projekt ‚Train the Trainer – Qualifizierung digitaler  
Themenchampions für ältere Menschen in NRW‘

Kirsten Kemna, ZWAR e. V.

Edeltraut Krause, DRK Herne und Wanne-Eickel e. V.

# Themen und Ablauf des Workshop

<b>14.00 Uhr</b>	<b>Begrüßung und Einführung</b>
14.15 Uhr	1. Block: Das Projekt Train the Trainer
14.40 Uhr	Gemeinsames Arbeiten im Padlet
15.00 Uhr	2. Block: Erfahrungen ZWAR Eickel/Röhlinghausen

- Jeder Block enthält ein Zeitfenster für Rückfragen

# 1. Block: Das Projekt 'Train the Trainer'

# Zum Projekt ‚Train the Trainer‘

- Pilotprojekt von November 2019 bis Dezember 2020
- Fördermittelgeber war die Staatskanzlei NRW
- Projektpartner und -durchführende: Verbraucherinitiative e.V. (Bundesverband) und ZWAR e.V.

## Ziel

- Förderung der digitalen Medienkompetenz älterer Menschen durch die Qualifizierung von Themenchampions in den Sozialräumen
- 45 Themenchampions qualifiziert (RB Arnsberg und Düsseldorf)

# Zum Projekt ‚Train the Trainer‘

Aufgrund der Corona-Pandemie:

Reguläre Online Sprechstunde und Online Sprechstunde für Frauen (jeweils einmal wöchentlich)

# Zum Projekt ‚Train the Trainer‘

## Digitale Themen

- Messenger Dienste
- Videokonferenztools
- eigene Website einrichten
- Bedienkompetenz Endgeräte
- Router Einstellungen
- Online Banking
- Navigationssysteme
- Gesundheitsinformationen im Netz ...
- Durchführung von eigenen Veranstaltungen zur Wissensweitergabe in den Sozialräumen

# Wissensweitergabe

Coaching zur Rolle des/der Lehrenden  
(in der eigenen ZWAR-Gruppe)

- Ängste nehmen („so gut kann ich das nicht“)
  - Jede\*r kann etwas beitragen
  - Befürchtungen und Chancen besprechen
  - Gemeinsames Lernen und Erfahrungsaustausch!
- 
- Ablauftechniken
  - Veranstaltungsmanagement

# Peer-Group Learning

- ZWAR-Gruppen der Regierungsbezirk Arnsberg und Düsseldorf
- Ansatz der Lebens- und Erfahrungswelt
- Gleiches Setting bzgl. des Sozialraums
- Niedrigschwellig und Abbau von Hemmungen durch Vertrauensverhältnis
- Kennen ihre Gruppen am besten! (Zielgruppe, Techniken und Methoden des Learning, Aktivitäten)
- Diversität innerhalb der Gruppen nimmt zu
  - Interessensgruppenbildung möglich
- Förderung der digitalen Medienkompetenz im Sozialraum, bestehende Angebote werden wahrgenommen
- Neue Vernetzungsstruktur und Austausch zwischen den ZWAR-Gruppen durch Wissensweitergabe

# Produkte

- Wegweiser
- Infoblätter
- Video ‚Sicheres Smartphone‘
- Umfangreiche Sammlung an vorhandenen Infomaterialien/Links für die Themenchampions

Netzwerk an eigenen Referent\*innen

- Themenchampions innerhalb der ZWAR-Gruppen

Selbstorganisation der Themenchampions

- z.B. PC-Gruppe, Kaffee digital
- Selbstständig entwickelte Erklärvideos
- Vor-Ort Betreuung bei Software- und Hardware-Problemen

# Wie geht's weiter?

Projekt wird auf NRW „ausgerollt“

- ZWAR Gruppen in allen Regierungsbezirken in NRW können teilnehmen
- Fördermittelgeber:  
Staatskanzlei NRW und Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz NRW
- Förderdauer:  
März 2021 bis Dezember 2022

# Wie geht's weiter?

## Fortführung und Ausweitung der Online Sprechstunde

- Frauen
- Berufstätige
- [Menschen mit Migrationshintergrund]

## Ausdifferenzierung der digitalen Themen

- Für „Anfänger“
  - „Fortgeschrittene“
  - „Profis“
- 
- Qualifizierungen und Coaching vor Ort
  - Weitere Infoblätter und Videos

# Gemeinsames Arbeiten im Padlet

# Fragen



- Welche **digitalen Themen** sind für die Gruppe der älteren Menschen relevant?

Wie können...

- ... „Offliner“ noch besser, gezielter, niedrigschwelliger angesprochen werden
  - Frauen
  - Menschen mit Behinderung
  - Menschen mit Migrationshintergrund
- ... die **Informationen** (Multiplikator\*innen-Infos, Materialsammlungen, Veranstaltungen usw.) gezielter bei den Zielgruppen ankommen?
- ... wir im Quartier **„Räume zum Ausprobieren“** schaffen?

# Fragen



- **Vor- und Nachteile einer Ausdifferenzierung** der Angebote für Teilnehmende und Hauptamtliche?
- Wie kann eine Einbindung/Nutzung des **DigitalCheck.NRW** erfolgen?
  - ist dies als sinnvoll anzusehen?

# Arbeiten mit dem Padlet

- <https://padlet.com/kkemna/arhwbkc6xzeexyz>
- Fragen als Posts eingefügt; weitere Posts und Kommentare können hinzugefügt werden
- Bewertung von Posts und Kommentaren möglich
- Zusammenfassung der Posts und Kommentare durch die Moderatorinnen

2. Block:

Erfahrungen ZWAR

Eickel/Röhlinghausen

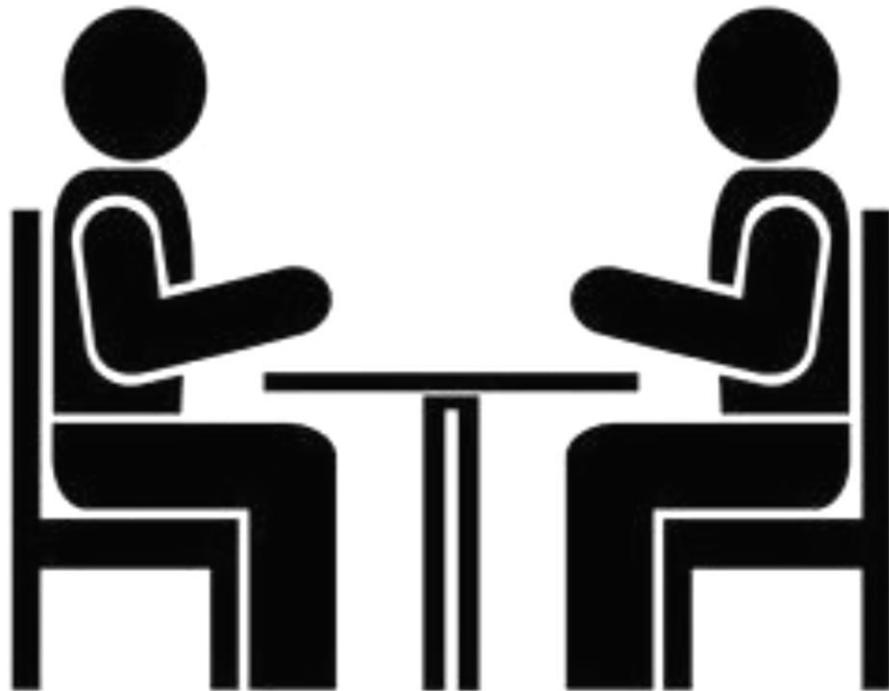


# ZWAR

ZWISCHEN ARBEIT

UND RUHESTAND

Netzwerk Eickel/Röhlinghausen



## SO HAT ALLES ANGEFANGEN

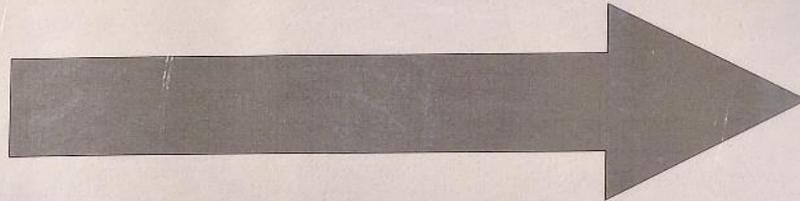
IN EINER UNSERER REDAKTIONSSITZUNGEN VOM QUARTIER RÖHLINGHAUSEN HABEN WIR ZWAR ENTDECKT.

SO EIN NETZWERK AUF DER SUCHE NACH GESELLSCHAFT WÄRE FÜR HERNE AUCH EINE GUTE SACHE.

## INITIIERUNG DES ZWAR- NETZWERKES

- INITIIERT HABEN DIE GRÜNDUNG DES NETZWERKS DIE WOHLFAHRTSVERBÄNDE DEUTSCHES ROTES KREUZ HERNE UND WANNE-EICKEL E.V. UND AWO WESTLICHES WESTFALEN E.V..
- BEIDE VERBÄNDE SIND IM RAHMEN IHRER QUARTIERSARBEIT IN DEN GENANNTEN QUARTIEREN AKTIV.
- UNTERSTÜTZUNG ERFUHR DIE INITIATIVE DURCH DIE STADT HERNE UND DIE ZWAR-PROGRAMMSTELLE IN DORTMUND.

**ZWAR**  
ZWISCHEN ARBEIT UND RUHESTAND



**Netzwerkgründung**

- 
- IN EICKEL UND RÖHLINGHAUSEN GING DAS ZWAR-  
NETZWERK AM 14. MÄRZ 2018 AN DEN START. ALLE  
BÜRGER AUS DEN BEIDEN QUARTIEREN ZWISCHEN 55  
UND 65 JAHREN HABEN EINE EINLADUNG FÜR DEN  
AUFTAKTABEND ZUM MITMACHEN VOM  
OBERBÜRGERMEISTER DR. FRANK DUDDA ERHALTEN.

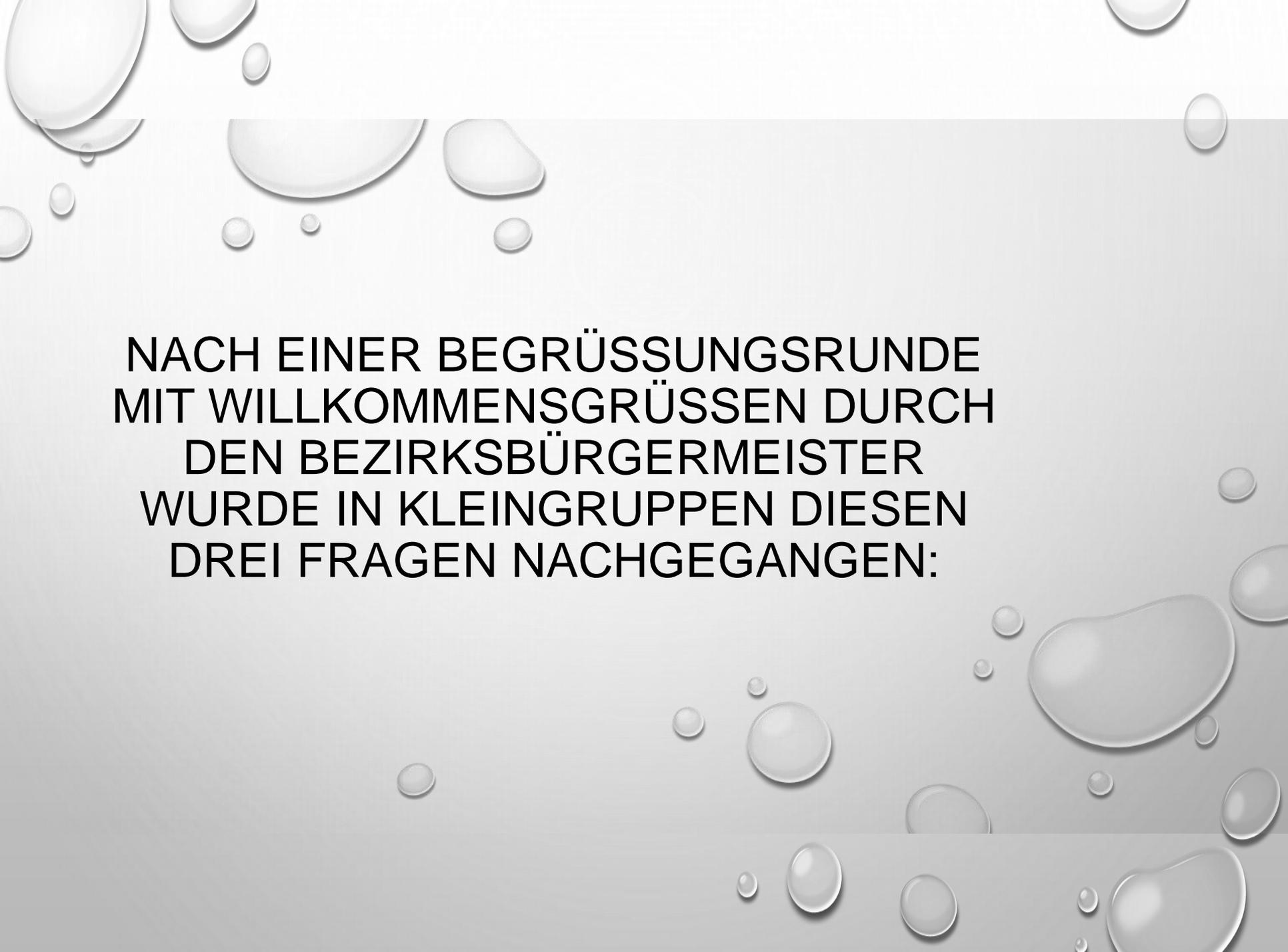
## AUFTAKT VERANSTALTUNG



# DAS NETZWERK WIRD GEGRÜNDET

- ÜBER 130 BESUCHER SIND DER EINLADUNG GEFOLGT, UM AM MITTWOCHABEND IN DER HANSTILKOWSKI-SCHULE EIN NETZWERK FÜR EICKEL UND RÖHLINGHAUSEN MIT DEM NAMEN ZWAR ZU GRÜNDEN.





**NACH EINER BEGRÜSSUNGSRUNDE  
MIT WILLKOMMENSGRÜSSEN DURCH  
DEN BEZIRKSBÜRGERMEISTER  
WURDE IN KLEINGRUPPEN DIESEN  
DREI FRAGEN NACHGEGANGEN:**

1. Was hat sich seit dem Eintritt  
in den Ruhestand bzw. seit  
Beendigung der Familienphase  
geändert?

Welche Erwartungen habe ich an  
den Ruhestand?

2. Welche Träume, Wünsche,  
Ideen sind auf der Strecke  
geblieben?

3. Was möchte ich gemeinsam  
mit anderen in der Gruppe  
tun?

- 
- DA SPRUDELTEN DIE IDEEN NUR SO:
  - SINGEN, KARTEN SPIELEN, MALEN , KOCHEN, TANZEN
  - UND...UND...UND, SCHACH, MODELLEISENBAHN
  - ODER EINFACH NUR MITEINANDER “KLÖNEN”!
  - DIE VORSCHLÄGE WOLLTEN FAST KEIN ENDE NEHMEN.

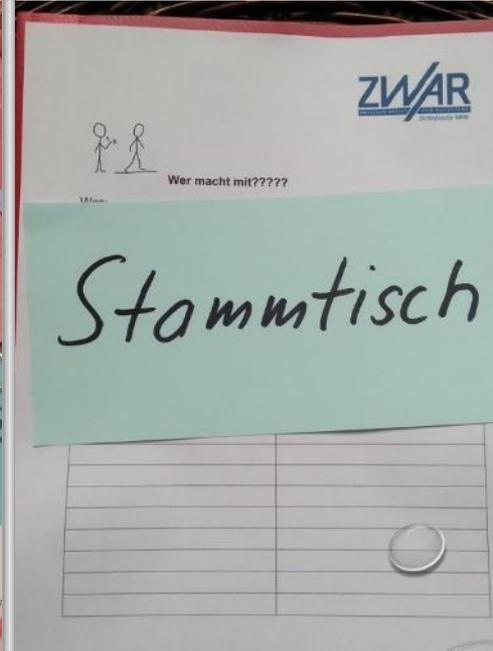
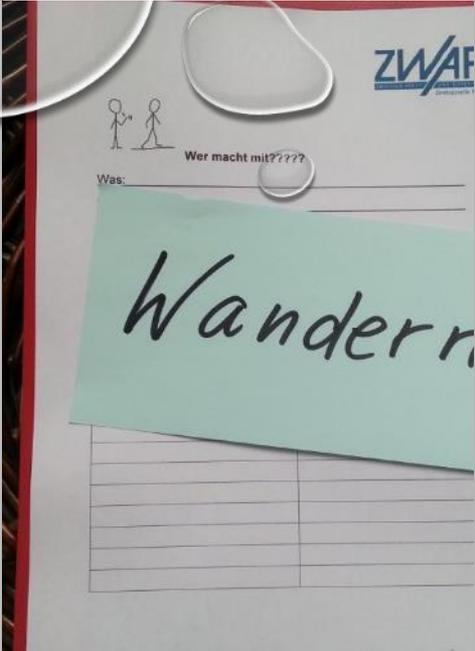
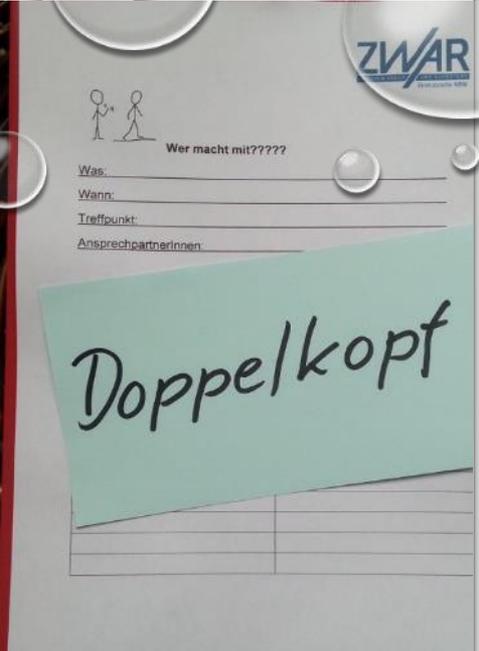
EINE BESUCHERIN BRACHTE ES SO AUF DEN PUNKT

- *aktiv sein um gesund zu bleiben.*
- 

- 
- BASISGRUPPEN – TREFFEN FÜR EICKEL UND RÖHLINGHAUSEN.
  - ALLE 14 TAGE
  - HIER WURDE GEPLANT UND DIE INTERESSEN GESTALTET

WIE GING ES  
DANN WEITER?





WER MACHT MIT?



ES WURDEN  
T-SHIRTS  
ANGESCHAFFT

**Vielseitig und bunt ...**



**Ein Netzwerk für Menschen ab 55  
jetzt auch in Eickel und Röhlinghausen**

ZWAR-Netzwerke sind keine Vereine, sie sind überparteilich  
und konfessionell ungebunden

**Hier treffen sich Menschen, die ihre Freizeit gemeinsam  
und selbstbestimmt gestalten**

Alle 14 Tage treffen wir uns zum Basisgruppentreffen  
**Mittwochs um 18.30 Uhr**  
im DRK Altenhilfzentrum, Bergmannstr.20 in Röhlinghausen

*Wegen Corona finden zur Zeit keine Basisgruppentreffen statt*

derzeit gibt es folgende 12 Gruppen

<b>Radfahren</b>	<b>Wandern</b>
<b>Umweltschutz</b>	<b>Gesellschaftsspiele</b>
<b>Skat</b>	<b>Doppelkopf</b>
<b>Kochen</b>	<b>Stammtisch</b>
<b>Nordic Walking</b>	<b>Klöngruppe</b>
<b>Fotogruppe</b>	<b>Themengruppe</b>

Hier finden Sie unsere Termine  
<https://unser-quartier.de/roehlinghausen/>

bei Fragen:  
Edeltraut Krause ☎ 02325 75562 ✉ edeltraut.krause@gmx.de  
Reinhard Schöngarth ☎ 02325 6434253 ✉ r-schoengarth@mail.de

**EIN FLYER MUSSTE  
AUCH HER...**

## DERZEIT GIBT ES 12 GRUPPEN

Umwelt-  
schutz

Wandern

Radfahren

Kochen

Nordic  
Walking

Gesell-  
schafts-  
spiele

## DERZEIT GIBT ES 12 GRUPPEN

Fotogruppe

Doppelkopf

Skat

Stammtisch

Klöngruppe

Themengruppe



**ZWAR-Netzwerk Herne feiert Geburtstag**

Vor einem Jahr wurde das ZWAR-Netzwerk Herne Eickel/Röhlinghausen gegründet. Insgesamt 40 Mitglieder haben diesen Geburtstag gemeinsam im Volkshaus Röhlinghausen gefeiert. Das ZWAR-Netzwerk beschäftigt sich mit der Zeit „Zwischen Arbeit und Ruhestand“.

**ZWAR-Netzwerk ein voller Erfolg**

Zwischen Arbeit und Ruhestand: Ein Jahr nach der Gründung ziehen Initiatoren und Teilnehmer eine positive Bilanz. Kritik an der Landesregierung

„Wir laden weitere Bürger ein, bei ZWAR mitzumachen.“

Das ZWAR-Netzwerk hat im vergangenen Jahr einen großen Erfolg gefeiert. Ein Jahr nach der Gründung ziehen die Initiatoren und Teilnehmer eine positive Bilanz. Die Teilnehmer sind sehr zufrieden mit der Arbeit des Netzwerks und sehen es als eine wichtige Ergänzung zum bestehenden Angebot an. Die Initiatoren sind stolz auf die vielen Aktivitäten und die Unterstützung der Teilnehmer. Sie laden weitere Bürger ein, bei ZWAR mitzumachen.

Die Teilnehmer sind sehr zufrieden mit der Arbeit des Netzwerks und sehen es als eine wichtige Ergänzung zum bestehenden Angebot an. Die Initiatoren sind stolz auf die vielen Aktivitäten und die Unterstützung der Teilnehmer. Sie laden weitere Bürger ein, bei ZWAR mitzumachen.



„Es haben sich intensive menschliche Kontakte entwickelt.“

**ZWAR-Gruppen auf Tour mit Oldtimer-Traktor**



Die ZWAR-Gruppen Herne Eickel und Röhlinghausen der Initiative ZWAR zwischen 6. und 8. Oktober 2012 haben mit dem hochherbeutenden Traktor einen Ausflug zum Volkshaus Herne unternommen. Der rote Traktor war eine ergreifende Erinnerung und eine tolle Gelegenheit, die ZWAR-Gruppen zu treffen. Die Teilnehmer waren sehr glücklich und haben sich sehr gut unterhalten.

**NICHT ZU VERGESSEN DIE ÖFFENTLICHKEITSARBEIT**



### ZWAR-Gruppe radelt für guten Zweck

Die ZWAR-Gruppe der Radfahrer vom ZWAR-Netzwerk Herne Eickel und Röhlinghausen hat sich getroffen, um an der 11. Benefiz-Fahrradtour für das Lukas-Hospiz Herne teilzunehmen. Zusammen ist die gesamte Gruppe 1080 Kilometer gefahren. Zur Vorbereitung haben sie sich neue T-Shirts bestellt. FOTO: EDELTRAUT KRAUSE



### Mittsommernacht gefeiert

und 30 Besucher des Netzwerkes Zwar („Zwischen Arbeit und Ruhestand“) in den Quartieren Eickel und Röhlinghausen haben in die Mittsommernacht hineingefeiert, die kürzeste Nacht des Jahres. Der Herbergarten des DRK-Altenhilfezentrums an der Bergmannstraße mit einer Holzlaube und einem Blätterdach aus Weinranken war für die Gäste ein perfekter Platz zum gemütlichen Beisammensitzen.



### Erste-Hilfe-Kurs für ZWAR-Gruppe

Die Basisgruppen Herne Eickel und Röhlinghausen der Initiative ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand) haben in einem praxisnahen Erste-Hilfe-Lehrgang gelernt, wie sie mit einfachsten Handgriffen Menschenleben retten können. Im Vordergrund standen praktische Übungen, um im Notfall im Haushalt, in der Freizeit oder im Beruf richtig helfen zu können. FOTO: ZWAR-GRUPPE

# UNSER NETZWERK WURDE IN HERNE PRÄSENT



FOTO: ZWAR-NETZWERK

## Auf zum Baldeneysee

**14 Teilnehmer** des Zwar-Netzwerkes Eickel/Röhlinghausen haben sich an der Künstlerzeche Unser Fritz getroffen und sind mit der Weißen Flotte Baldeney vom Anleger Rhein-Herne-Kanal zum Baldeneysee gefahren. Bei bestem Wetter, genossen die Frauen und Männer das besondere Erlebnis auf dem Wasser, heißt es.



FOTO: FRIEDTRAUIT KRAUSE/ZWAR

## Zwar trifft Islamische Gemeinde

Das ZWAR-Netzwerk Eickel/Röhlinghausen hat mit 14 Netzwerkerinnen und Netzwerkern die Islamische Gemeinde in Röhlinghausen besucht. Es war ein fröhlicher Empfang und der stellvertretende Imam Tuncay Nazik (l.) stellte das umfangreiche Engagement der Gemeinde vor, ein durchaus beachtliches Weiterbildungsprogramm hieß es. Viele Fragen wurden beantwortet und bei einem leckeren Buffet endete dieser sehr informative Abend – so lautete das gemeinsame Fazit.

# AKTIVITÄTEN IN DEN PRESSEBEITRÄGEN

# UND UNSERE TOP-VERANSTALTUNGEN



## GARTENARBEIT IM DRK- THERAPIEGARTEN

FRÜHJAHRSPUTZ UND DIE BEWOHNER  
UND BESUCHER FREUEN SICH



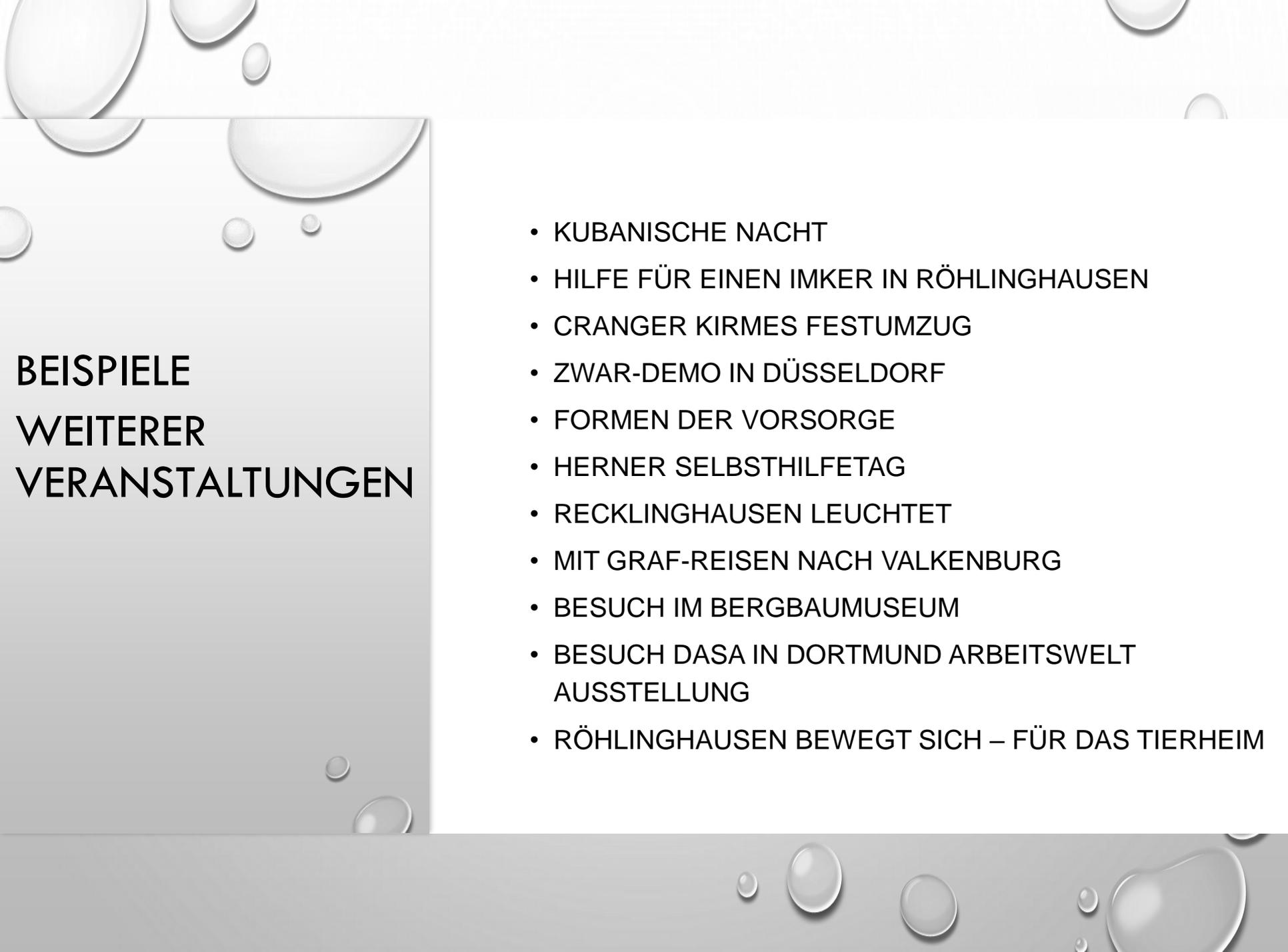
## TAG DER NACHBARN

DAS ZWAR-NETZWERK VERSCHENKT  
BLUMEN FÜR DIE BEVÖLKERUNG ZUM  
ZEICHEN DER WERTSCHÄTZUNG



## WÜNSCHEBAUM UND GESCHENKE

FÜR DIE HEIMBEWOHNER ZU  
WEIHNACHTEN



# BEISPIELE WEITERER VERANSTALTUNGEN

- KUBANISCHE NACHT
- HILFE FÜR EINEN IMKER IN RÖHLINGHAUSEN
- CRANGER KIRMES FESTUMZUG
- ZWAR-DEMO IN DÜSSELDORF
- FORMEN DER VORSORGE
- HERNER SELBSTHILFETAG
- RECKLINGHAUSEN LEUCHTET
- MIT GRAF-REISEN NACH VALKENBURG
- BESUCH IM BERGBAUMUSEUM
- BESUCH DASA IN DORTMUND ARBEITSWELT  
AUSSTELLUNG
- RÖHLINGHAUSEN BEWEGT SICH – FÜR DAS TIERHEIM



DAS ZWAR-  
NETZWERK WURDE  
SELBSTHILFEGRUPPE

GEMEINSAM EIGENE  
WEGE GEHEN



GEMEINSAM EIGENE WEGE  
GEHEN

DIE FAHRRADGRUPPE  
FÄHRT NACH HOLLAND

4 TAGE IN  
SINT MAARTENZEE

# Und heute? Ein Jahr mit Corona



WIR TELEFONIEREN  
MITEINANDER



WIR SCHREIBEN EINE  
E-MAIL



WIR SCHREIBEN  
WHATS-APP



UND SIND IM GRUPPEN-CHAT DIGITAL  
UNTERWEGS

# IM NETZWERK DIGITAL UNTERWEGS



WÄHREND DER CORONA KRISE HAT SICH IN DEN GRUPPEN VIELES VERÄNDERT. ALLE VERANSTALTUNGEN MUSSTEN ABGESAGT WERDEN.



ANDERERSEITS ENTSTAND AN VIELEN STELLEN ETWAS NEUES.



SO ENTWICKELTE SICH IN UNSEREM NETZWERK AUCH DER WUNSCH, DIGITALE UNTERHALTUNGSFORMATE ZU NUTZEN.  
WIR HABEN GELERNT MIT VIEL



GEGENSEITIGER UNTERSTÜTZUNG VIDEOMEETINGS ZU PLANEN UND DURCHZUFÜHREN.

# BASISGRUPPE DIGITAL

VIELE  
THEMEN;  
VIELE  
IDEEN

## JEDE WOCHE DIGITALES TREFFEN ZUM AUSTAUSCH

- WIE GEHT ES EUCH?
- NEUIGKEITEN
- WISSENSWERTES
- ZEITUNGSARTIKEL
- STADTGESCHEHEN
- WELCHE HOBBYS HAST DU?
- BUCHEMPFEHLUNGEN
- WER KANN HELFEN? MEIN COMPUTER „SPINNT“
- LIEBLINGSGERICHTE
- DAS NEUESTE VON “TRAIN THE TRAINER”

# FOTOGRUPPE DIGITAL

## ALLE 4 WOCHEN

- WIR FOTOGRAFIEREN AUCH DIGITAL
- TECHNIK WIRD ERKLÄRT

*„ Nur wer seine Kamera kennt und die Bedienung beherrscht, macht gute Bilder ohne Rätselraten und unnötigen Zeitverlust.“*

## UNSER PROGRAMM

- NACHTAUFNAHMEN
- GEGENLICHTAUFNAHMEN
- BEWEGUNGSUNSCHÄRFE (NACHZIEHER)
- SPIEGELUNGEN

IM VIDEOCHAT WERDEN DIE BILDER ANGESCHAUT...  
IM GROSSFORMAT

# THEMENGRUPPE DIGITAL

## ALLE 4 WOCHEN

NACH EINER ZUVOR FESTGELEGTEN THEMENREIHENFOLGE

*„Unser Alter ist nicht zwangsläufig abhängig von der Anzahl der Erdumrundungen, die wir mit diesem blauen Planeten um die Sonne gemacht haben, sondern vom Verlust oder der Bewahrung des Interesses an geistigen Herausforderungen und Anregungen.“*

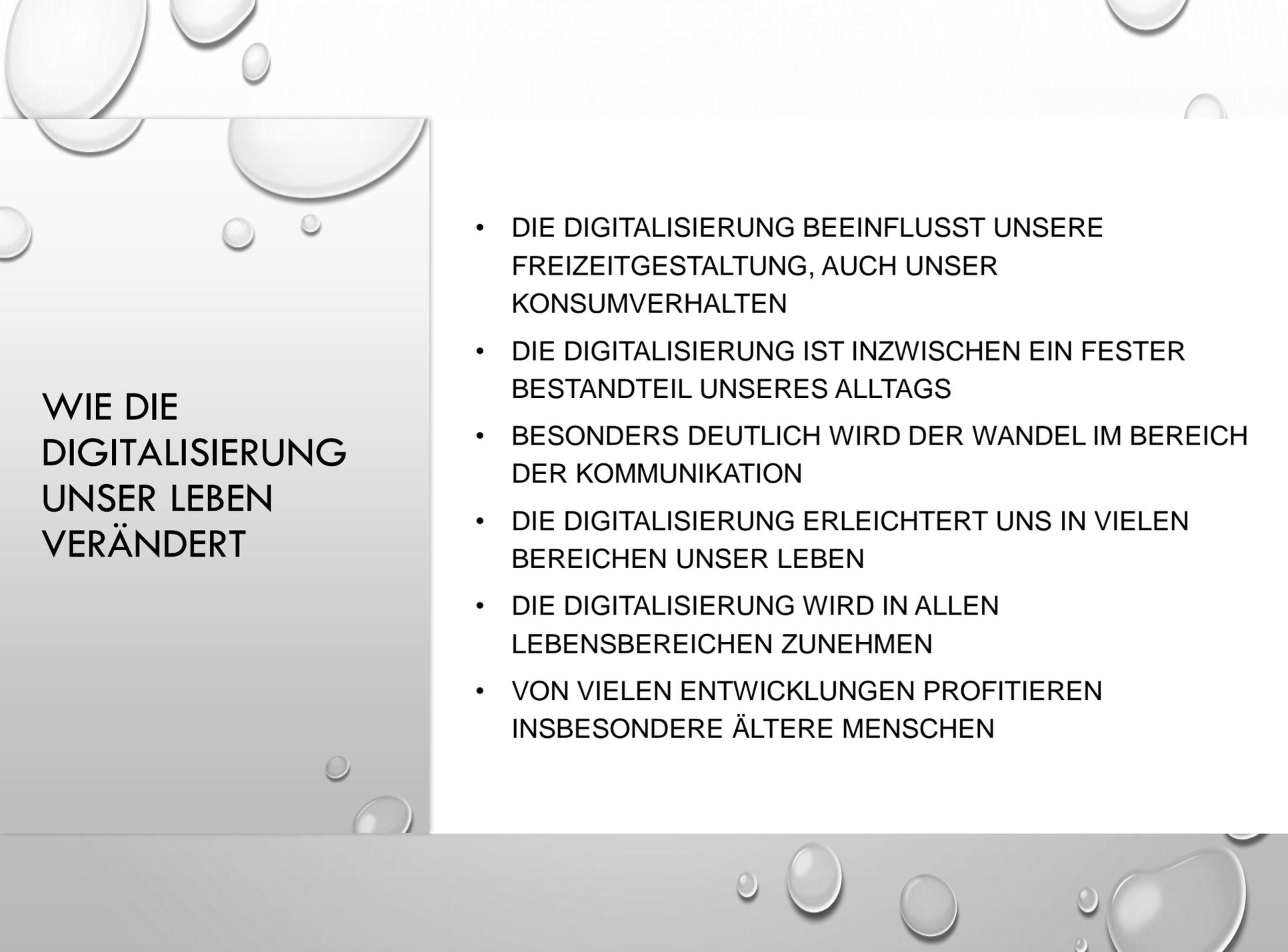
## UNSERE THEMEN

- FREUNDSCHAFT
- LEBENSERFAHRUNG
- WAS VERSTEHEN WIR UNTER MORAL?
- KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

ZUM EINSTIEG IN DAS THEMA FINDET IMMER EINE  
ANMODERATION STATT

## UNSER NETZWERK IM DIGITALEN WANDEL

- WIR SEHEN UNS IM VIDEOCHAT UND KÖNNEN MITEINANDER REDEN UND DAS GEFÜHL DER EINSAMKEIT VERGEHT
- DIE TEILHABE AM ALLTAGSGESCHEHEN DER ANDEREN GEHT NICHT VERLOREN
- WIR FÜHLEN UNS SICHER IM UMGANG MIT DEM INTERNET
- WIR KÖNNEN PROBLEME UND LÖSUNGEN GEMEINSAM BETRACHTEN
- IN EINEM VIDEOCHAT DEN EIGENEN BILDSCHIRM TEILEN DOKUMENTE FREIGEBEN UND GEMEINSAM INTERAGIEREN, DAS FUNKTIONIERT VISUELL UNTERSTÜTZT BESSER ALS LEDIGLICH ÜBER TON



## WIE DIE DIGITALISIERUNG UNSER LEBEN VERÄNDERT

- DIE DIGITALISIERUNG BEEINFLUSST UNSERE FREIZEITGESTALTUNG, AUCH UNSER KONSUMVERHALTEN
- DIE DIGITALISIERUNG IST INZWISCHEN EIN FESTER BESTANDTEIL UNSERES ALLTAGS
- BESONDERS DEUTLICH WIRD DER WANDEL IM BEREICH DER KOMMUNIKATION
- DIE DIGITALISIERUNG ERLEICHTERT UNS IN VIELEN BEREICHEN UNSER LEBEN
- DIE DIGITALISIERUNG WIRD IN ALLEN LEBENSBEREICHEN ZUNEHMEN
- VON VIELEN ENTWICKLUNGEN PROFITIEREN INSBESONDERE ÄLTERE MENSCHEN

EIN ZITAT...

## WISSENSWEITERGABE

*„WENN WIR NICHT BEREIT SIND ZU  
LERNEN,  
KANN UNS NIEMAND HELFEN.  
WENN WIR ENTSCHLOSSEN SIND ZU  
LERNEN,  
KANN UNS NIEMAND AUFHALTEN“.*



**VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT**

[BESUCHEN SIE ZWAR EICKEL/RÖHLINGHAUSEN AUF UNSER QUARTIER RÖHLINGHAUSEN](#)