

DIGITAL

BOTSCHAFTERINNEN & BOTSCHAFTER

RHEINLAND-PFALZ



Handbuch



*Wir
begleiten
Sie!*

Projekträger:



Gefördert durch:



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR SOZIALES,
ARBEIT, GESUNDHEIT
UND DEMOGRAPHIE

Unterstützt von:



Landeszentrale für
Medien und Kommunikation
Rheinland-Pfalz

Über das Projekt

Nach wie vor gibt es einen hohen Anteil älterer Menschen, die bislang noch wenige bis gar keine Erfahrungen mit der digitalen Welt und smarten Technologien machen konnten und Berührungsängste gegenüber digitalen Medien haben. Das Projekt „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter für Rheinland-Pfalz“ soll genau diese Zielgruppe ansprechen und erreichen, dass in den nächsten Jahren mehr ältere Menschen digitale Medien nutzen. Dazu werden bis 2021 landesweit Ehrenamtliche ausgebildet, die Seniorinnen und Senioren bei der Teilhabe an der digitalen Welt unterstützen. Unter dem Motto „Lernen kennt kein Alter“ vermitteln sie ein positives Altersbild und holen die Menschen da ab, wo sie gerade stehen. Sie schaffen wichtige Lern- und Bildungszugänge und suchen den persönlichen Kontakt zu Menschen vor Ort. Ein Team aus Medienpädagoginnen und Medienpädagogen begleitet die Ehrenamtlichen fortlaufend mit passenden Bildungsangeboten (Digitale Stammtische, Telefonsprechstunden, Netzwerktreffen etc.) und Arbeitsmaterialien, die sie für ihre Aktivitäten nutzen können.

Projektträger ist die Stiftung Medien-Kompetenz Forum Südwest (MKFS). Das Projekt ist Teil der rheinland-pfälzischen Digitalisierungsstrategie und wird bis zum Jahr 2021 vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie Rheinland-Pfalz gefördert. Außerdem wird das Projekt durch die LMK – medienanstalt rlp unterstützt.

Über dieses Handbuch

Herzlichen Glückwunsch! Wir freuen uns sehr, dass Sie an der Ausbildung zur Digital-Botschafterin beziehungsweise zum Digital-Botschafter für Rheinland-Pfalz teilgenommen haben und aktiv dabei helfen, ältere Menschen auf ihrem Weg in die digitale Welt zu begleiten – eine Aufgabe, die wir gemeinsam mit Ihnen angehen möchten.

Das vorliegende Handbuch soll Sie weiterhin in Ihrer Tätigkeit begleiten und tatkräftig unterstützen. Mithilfe dieser Handreichung können Sie die Schulung noch einmal Revue passieren lassen und alle Inhalte kompakt zusammengefasst nachlesen. Auch die zentralen Anlaufstellen und wichtige Kontakte für Ihre Tätigkeit sind hier zu finden. Sehen Sie das Handbuch als Nachschlagewerk auf Ihrem Weg als Digital-Botschafterin und -Botschafter. Bei den einzelnen Kapiteln zur Internetnutzung älterer Menschen, Lernen im Alter oder den zahlreichen Möglichkeiten, aktiv zu werden, können Sie noch mal in Ruhe nachlesen, was Sie interessiert. Und wenn Sie doch einmal nicht fündig werden, möchten wir schon jetzt auf die Internetseite www.digibo.rlp.de hinweisen – die zentrale Anlaufstelle des Projekts.

Wir freuen uns, dass Sie sich für das attraktive Ehrenamt als Digital-Botschafterin bzw. -Botschafter in Rheinland-Pfalz entschlossen haben. Es ist schön, auf so viel Engagement zu stoßen, wenn es darum geht, ältere Menschen in die digitale Welt zu begleiten. Wir tun unser Bestes, um Sie zu unterstützen, getreu unserem Motto: Wir lassen Sie nicht im Regen stehen.

Wir möchten uns an dieser Stelle auch für Ihre zahlreichen Anregungen und den Austausch bedanken. Viele Gedanken von Teilnehmenden sind als Erfahrungen und Berichte in dieses Handbuch aufgenommen worden.

In Namen des gesamten Teams: ein herzliches Dankeschön! Wir freuen uns auf die gute Zusammenarbeit.



Inhaltsverzeichnis

1	Internetnutzung: Wie Sie und Ihre Zielgruppe digitale Medien nutzen	5
2	Lernen im Alter: Alles, was Sie wissen müssen!	15
2.1	Was heißt eigentlich „alt“?	18
2.2	Wie lernen ältere Menschen?	19
2.3	Wie motivieren Sie ältere Menschen dazu, sich mit der digitalen Welt auseinanderzusetzen?	25
2.4	Wo können Sie bei Ihrer Zielgruppe ansetzen?	27
2.5	Wie können Sie eine gute Lernumgebung gestalten und Inhalte vermitteln?	29
2.6	Wie gehen Sie mit Berührungängsten der Zielgruppe um?	31
3	Digital-Botschafterin und -Botschafter: So können Sie aktiv werden!	35
3.1	Welches Selbstverständnis haben Sie als Digital-Botschafterin und -Botschafter?	36
3.2	In welchen Bereichen können Sie aktiv werden? Eine Themensammlung	37
3.3	Welche Aktivitäten sind denkbar?	42
3.3.1	So gestaltet man einen Smartphone- oder Tablet-Treff – mit Spaß und ohne Druck lernen	43
3.3.2	Offene Sprechstunde anbieten – ein Erfahrungsbericht von Digital-Botschafterinnen und -Botschaftern aus Mainz	48
3.3.3	Hausbesuche bei Seniorinnen und Senioren	50
3.3.4	Digitale Stammtische	54
3.4	Wie halten Sie sich auf dem aktuellen Stand?	59
3.4.1	www.digibo.rlp.de – die Internetseite für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter	59
3.4.2	DigiBo-Magazin	62
3.4.3	Telefonsprechstunden	63
3.4.4	Silver Tipps – sicher online!	63
3.4.5	Digital-Kompass	64
3.5	Wen können Sie bei Fragen ansprechen?	64
	Autoren	68

Internetnutzung: Wie Sie und Ihre Zielgruppe digitale Medien nutzen

Fragt man angehende Digital-Botschafterinnen und -Botschafter, warum Digitalisierung wichtig ist und warum sie anderen Menschen den Zugang zur digitalen Welt ermöglichen wollen, dann antworten sie Folgendes:

„Weil demnächst ohne Digitales nichts mehr geht! Wenn man die digitale Welt miterleben will, muss man mit der Technik umgehen können und sich weiterbilden.“

„Über digitale Medien sind wir mit unserer Umwelt verbunden, das ist unsere Zukunft.“

„Digitalisierung erleichtert das Leben, bietet Anschluss an die moderne Welt und bietet auch bei mobiler Einschränkung Möglichkeiten, am sozialen Leben teilzunehmen.“

„Man muss mit der Zeit gehen, sonst geht man mit der Zeit!“

„Weil es Bedarf gibt und ich bereit bin zu helfen.“

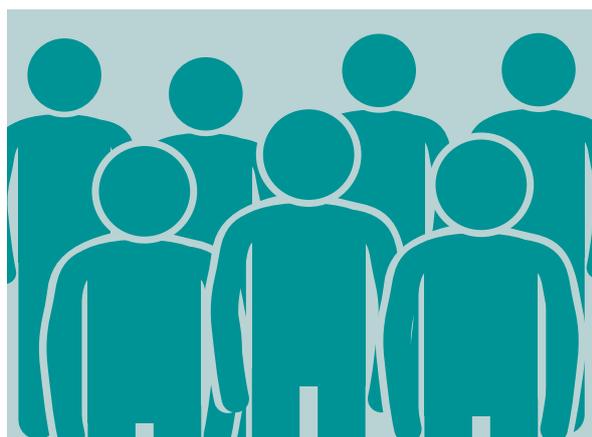
Die Digitalisierung bietet im Alter ganz neue Möglichkeiten, an der Gesellschaft teilzuhaben und die Lebensqualität sowie Selbständigkeit zu erhalten. Wenn man an die eigenen vier Wände gebunden ist, kann man trotzdem über Messenger-Dienste wie WhatsApp, Signal oder Threema mit der Familie und den Freunden in Kontakt bleiben. Wer nicht mehr schwer tragen darf, kann sich Dinge bis vor die Haustür liefern lassen, und auch Bankgeschäfte können online erledigt werden, egal ob eine Filiale noch im Ort ist oder nicht. Die drei Beispiele zeigen: Digitalisierung ist aus immer mehr alltäglichen Lebensbereichen nicht mehr wegzudenken. Dabei ersetzt Technik oftmals nicht den zwischenmenschlichen

Kontakt, sondern erweitert unsere Möglichkeiten und Handlungsräume. Wichtig ist stets, dass Digitalisierung und Vernetzung mit der Steigerung von Lebensqualität einhergehen, denn Technik sollte immer dem Menschen dienen.

Digitalisierung verändert, wie wir leben

Die Welt um uns herum verändert sich ständig, ob wir das nun wollen oder nicht. Technische Entwicklungen, wie das Internet und andere digitale Medien, sind selbstverständliche Bestandteile unserer täglichen Lebenswelt.

Ein Beispiel, das dies schön verdeutlicht, sind zwei gegenübergestellte Fotos. Auf beiden Fotos werden Menschen in der gleichen Situation gezeigt: beim Warten auf den Bus. Auf dem linken Foto sieht man allerdings, wie es war, bevor es Smartphones gab. Das rechte Bild zeigt dagegen eine typische Szene, wie man sie inzwischen an vielen Bushaltestellen beobachten kann.



Blickt man in die mediale Lebenswirklichkeit älterer Menschen, zeigen Statistiken wie die ARD/ZDF-Onlinestudie sehr deutlich, dass Smartphones, Tablets und Laptops längst zum festen Bestandteil des Medienrepertoires geworden sind. Immer mehr ältere Menschen entdecken den Nutzen und die Notwendigkeit des Internets. Wie bereits oben angedeutet, schließen immer mehr Banken ihre Filialen, Krankenkassen verlagern viele ihrer Serviceleistungen ins Netz bzw. in eine App und Behördengänge lassen sich zeitsparend online erledigen. All diese Beispiele verdeutlichen, wie wichtig die Orientierung in der digitalen Welt ist. Das Internet bietet viele Möglichkeiten, die das Leben erleichtern können. Zum Beispiel kann man durch eine App des öffentlichen Nahverkehrs schon frühzeitig erfahren, wann der nächste Bus fährt oder ob es zu Verspätungen kommt.

Das Internet ist im Alter keine Selbstverständlichkeit

Betrachtet man die tägliche Internetnutzung, dann fällt auf, dass sie mit Zunahme der Lebensjahre abnimmt. Jugendliche und Erwachsene bis 50 Jahre greifen fast zu 100 Prozent täglich auf das Internet zu, während Menschen über 70 Jahre mit 40 Prozent deutlich weniger das Internet nutzen.

täglich genutzt	Gesamtbevölkerung, in Prozent			
	2015	2016	2017	2018
Gesamt	63,10	65,1	72,2	77,0
Männer	68,3	70,5	74,1	78,2
Frauen	58,0	60,0	70,4	75,9
14–19 Jahre	93,8	91,5	97,6	97,7
20–29 Jahre	94,0	88,3	97,2	98,0
30–39 Jahre	83,9	83,4	92,4	96,1
40–49 Jahre	74,5	75,6	81,8	89,8
50–59 Jahre	56,1	62,4	66,3	74,0
60–69 Jahre	39,9	51,0	59,0	62,3
ab 70 Jahre	22,1	25,1	33,8	39,9

» **Tendenz: seit Jahren steigend**

Quelle: <http://www.ard-zdf-onlinestudie.de/onlinenutzung/internetnutzer/in-prozent>

Verglichen mit den Vorjahren zeigt sich allerdings, dass immer mehr ältere Menschen online sind und in den kommenden Jahren online sein werden. Diese Entwicklung hängt auch mit der immer größeren Verbreitung von Smartphones und Tablets zusammen.

Klein, mobil, intuitiv: Tablets und Smartphones eröffnen neue Welten

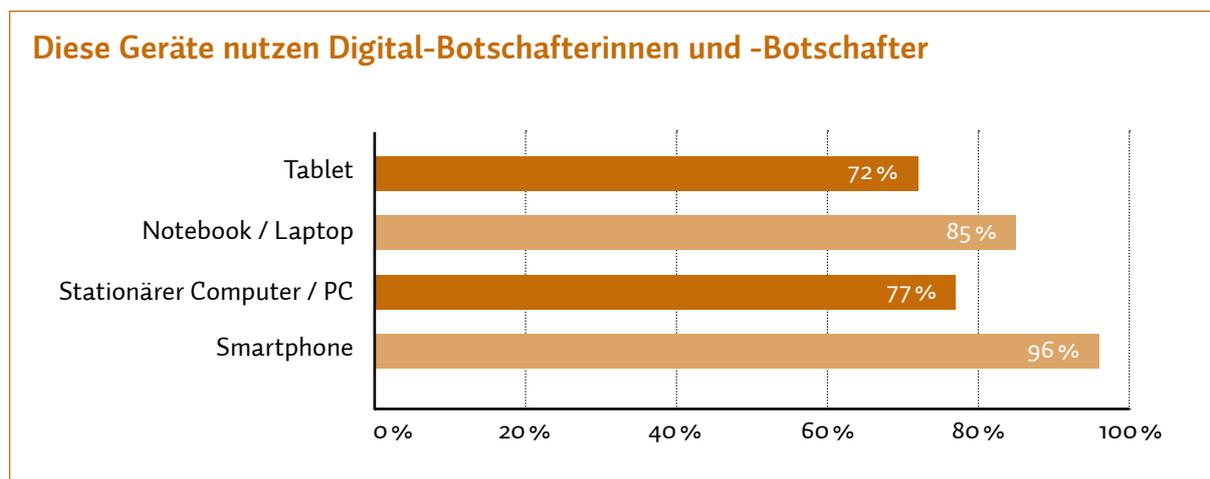
Mobile Geräte wie Smartphones und Tablets haben einen großen Vorteil: Sie lassen sich intuitiv bedienen. Durch berührungsempfindliche Touchscreens ist es möglich, gewünschte Aktionen durch einfaches und direktes Antippen auf dem Bildschirm auszuführen. Verglichen mit einem Computer, der über Maus und Tastatur gesteuert wird, oder einem Handy, das mit Tasten durch ein Menü führt, bieten Smartphones und Tablets einen sehr benutzerfreundlichen Einstieg in die digitale Welt, auch wenn man zuvor nur wenig Kontakt mit Technik hatte.

Ein weiterer Vorteil des „digitalen Schweizer Taschenmessers“ ist, dass es praktisch in jede Hosen- bzw. Handtasche passt und man durch die zunehmende mobile Internetnutzung jederzeit und überall Zugriff auf das Internet hat. Die DIVSI-Ü60-Studie zeigt, dass die Geräteausstattung nicht einfach nur zunimmt, sondern sich verändert. Die Nutzung wird immer mobiler und digitale Medien bieten bequeme Lösungen bei der Erledigung von alltäglichen Aufgaben.

Die Nutzungszahlen aus dem D21-Digital-Index unterstreichen dies: Im Jahr 2018 sind 55 Prozent der Deutschen zwischen 60 und 69 Jahren mobil, zum Beispiel mit einem Smartphone ins Internet gegangen. Bei den Über-70-Jährigen sind 24 Prozent regelmäßig mobil im Internet unterwegs.

Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sind digital überdurchschnittlich ausgestattet

Im Vergleich zu den oben dargestellten Personengruppen sind Digital-Botschafterinnen und -Botschafter überdurchschnittlich mit digitalen Medien ausgestattet. Die Auswertung der Anmeldebögen zur Ausbildung hat zeigt, dass die Ergebnisse der DIVSI-Ü60-Studie weit übertroffen werden. Die Digital-Botschafterinnen und -Botschafter besitzen zu 96 Prozent ein eigenes Smartphone, zu 72 Prozent ein Tablet, einen Computer haben 77 Prozent und 85 Prozent einen Laptop.



Nach wie vor sind viele ältere Menschen nicht im Internet

Auch wenn das größte Wachstum der Internetnutzung bei der Altersgruppe 50 plus liegt und mehr als die Hälfte aller Menschen ab 65 Jahren regelmäßig online sind, zeigt die DIVSI-Ü60-Studie, dass 94 Prozent der Offlinerinnen und Offliner 50 Jahre und älter sind. Es besteht also weiterhin Handlungsbedarf, denn die Digitalisierung lässt sich nicht aufhalten. Ohne entsprechende Erfahrungsräume wird es im Alter schwierig, mit den rasanten technischen Entwicklungen mitzuhalten. Deswegen bedarf es passender Angebote, die auf die speziellen Lernbedürfnisse, Interessen und Herausforderungen im Alter eingehen und vor allem Menschen abholen, die noch komplett offline sind.

Fehlendes Interesse, große Berührungängste und finanzielle Aspekte

Die Gründe, das Internet nicht zu nutzen, sind äußerst vielseitig. Nicht alle Offlinerinnen und Offliner haben sich bewusst gegen eine Nutzung des World Wide Webs entschieden. Neben finanziellen Aspekten und technischen Hürden führen auch fehlende Kompetenzen im Umgang mit dem Internet dazu, offline zu bleiben. Wie eine Studie des österreichischen Instituts für Strategieanalyse zeigt, ist gerade für ältere Offlinerinnen und Offliner das mangelnde Wissen über die potenziellen Einsatzmöglichkeiten des Internets das größte Hindernis. Technische Herausforderungen der Internetnutzung spielen zwar auch eine große Rolle, aber erst dann, wenn die Menschen den Nutzen und die Chancen der digitalen Medien erkennen.

TIPP

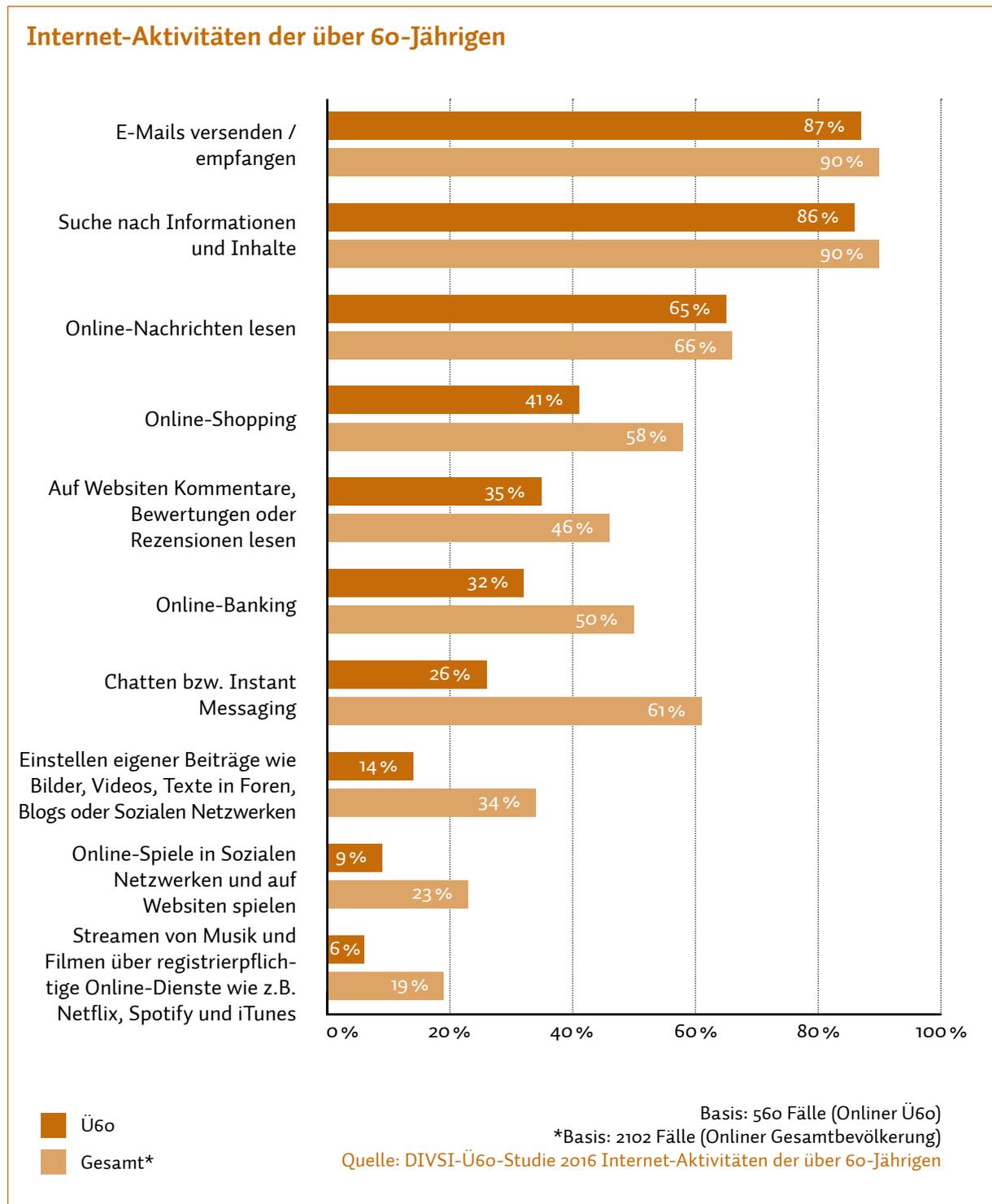


Mehr zu den Gründen, warum Menschen das Internet nicht nutzen, findet sich im Artikel „Ein Leben ohne Internet“ auf Silver Tipps:

» <https://www.silver-tipps.de/ein-leben-ohne-internet/>

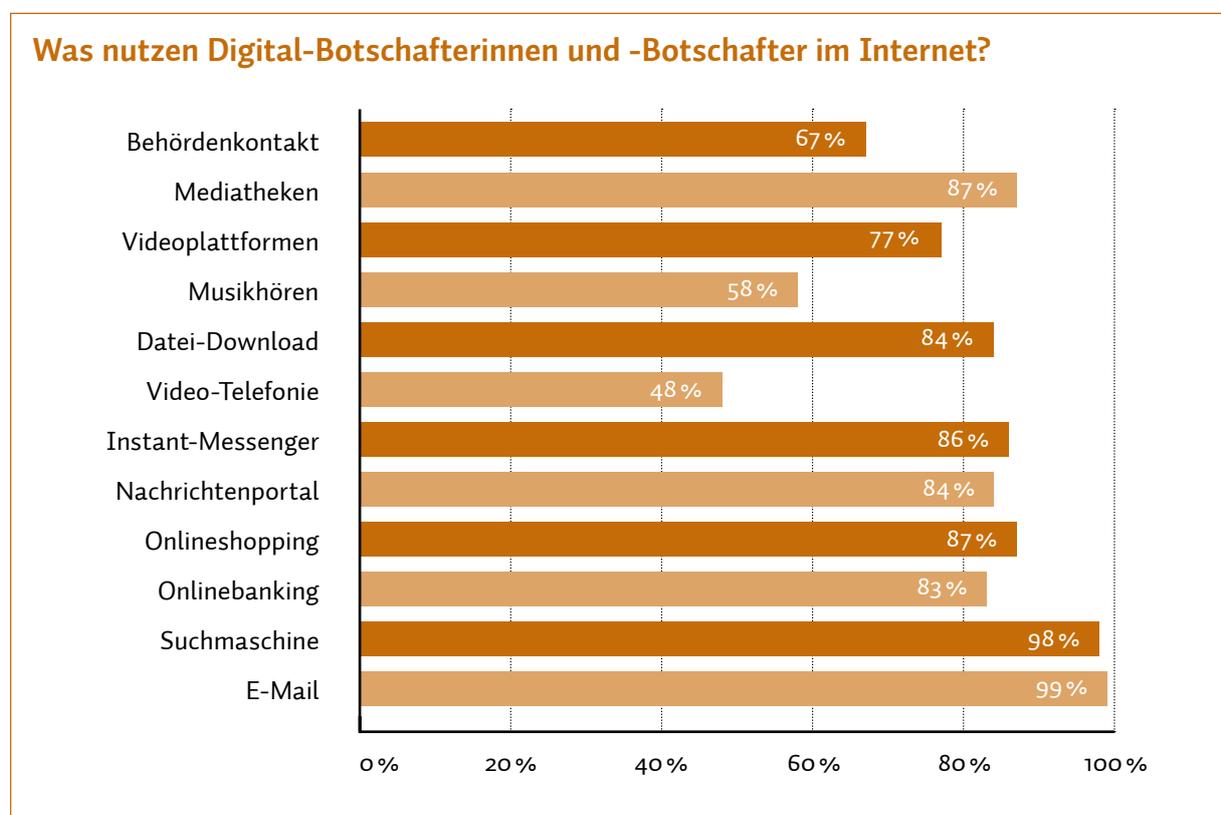
Was machen ältere Menschen im Internet?

Die DIVSI-Ü60-Studie zeigt: Hauptmotive, die für eine Nutzung sprechen, sind Kommunikation, die Suche nach Informationen und Inhalten sowie das Lesen von Onlinenachrichten. Dienste wie Onlineshopping und Onlinebanking spielen zwar noch eine eher untergeordnete Rolle, gewinnen aber zunehmend an Bedeutung.



Wie nutzen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter das Internet?

Kommunikation über E-Mail (99 Prozent) und Recherche über Suchmaschinen (98 Prozent) werden am häufigsten genutzt, dicht gefolgt von Onlineshopping (87 Prozent), Mediatheken (87 Prozent) und Messenger-Diensten wie WhatsApp, Threema und Co. (86 Prozent). 84 Prozent lesen online Nachrichten und laden regelmäßig Dateien aus dem Internet herunter. Auch Onlinebanking ist fester Bestandteil in der Onlinenutzung: 83 Prozent tätigen Bankgeschäfte online, was im Vergleich zur DIVSI-Ü60-Studie mit 32 Prozent einen deutlichen Unterschied aufzeigt. Die Auswertung zeigt deutlich: Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sind bereits sehr rege in der digitalen Welt aktiv.



Welche Apps nutzen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter?

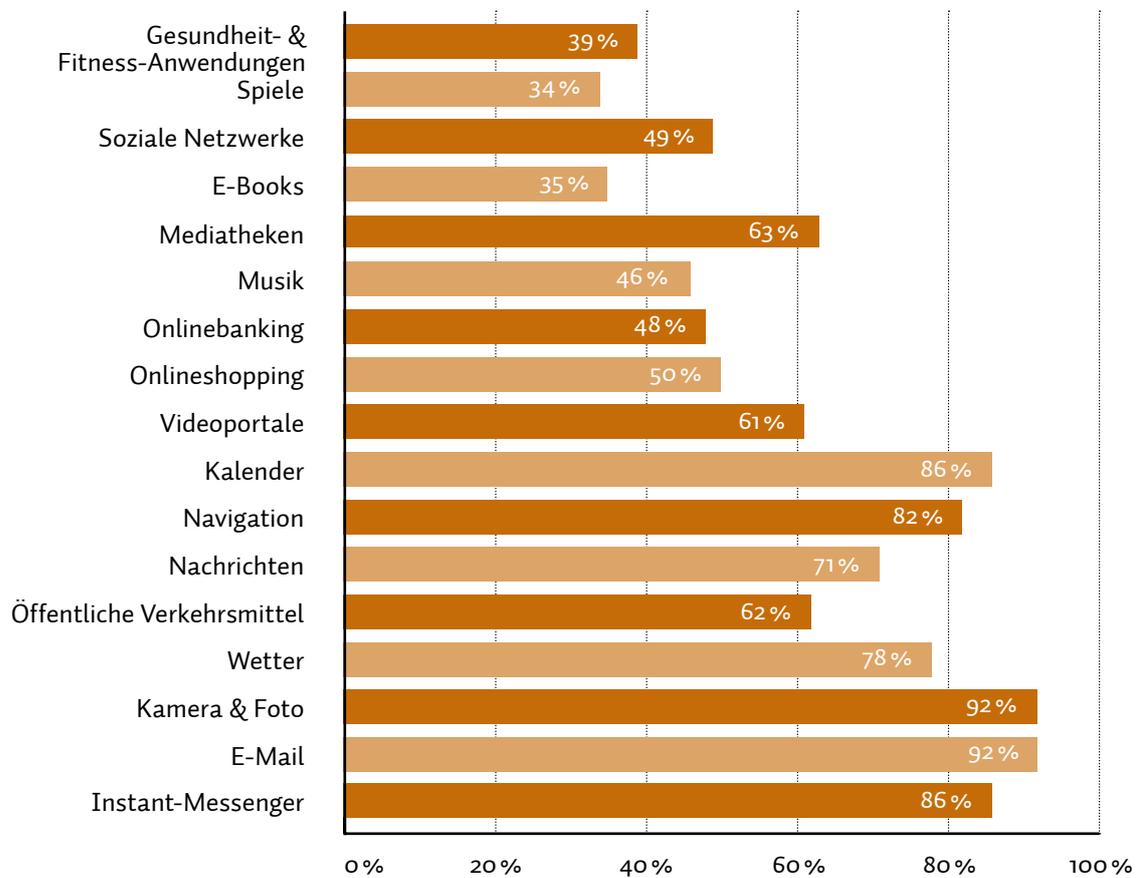
Neben der generellen Internetnutzung ist auch interessant, welche Apps Digital-Botschafterinnen und -Botschafter nutzen. So lässt sich ableiten, welche Anwendungen auch für die Zielgruppe interessant sein können.

Die genutzten Apps lassen sich in verschiedene Kategorien einteilen. Egal ob Kamera (92 Prozent), Kalender (86 Prozent), Navigation (82 Prozent), Wetterberichte (78 Prozent), öffentliche Verkehrsmittel (62 Prozent), Onlineshopping (50 Prozent) oder Onlinebanking (48 Prozent) – Apps erleichtern die Alltagsorganisation.

Zur Kommunikation nutzen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Anwendungen wie E-Mail (92 Prozent), Messenger-Dienste wie WhatsApp, Threema und Co. (86 Prozent) und soziale Netzwerke (49 Prozent) auf dem Smartphone und Tablet.

Um immer und überall die aktuellsten Nachrichten zu empfangen, laden sich 71 Prozent der Digital-Botschafterinnen und -Botschafter Nachrichten-Apps auf ihre Smartphones und Tablets. Zur Unterhaltung dienen die digitalen „Alleskönner“ natürlich auch. Es werden Mediatheken (63 Prozent), Videoportale (61 Prozent), Musikdienste (46 Prozent), E-Books (35 Prozent) und Spiele (34 Prozent) auf die Smartphones und Tablets geladen. Gesundheits-Apps nutzen 39 Prozent der Befragten.

Diese Apps nutzen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter auf dem Smartphone und Tablet



Lernen im Alter: Alles, was Sie wissen müssen!

Das Wichtigste kurz zusammengefasst

Erwachsene, und insbesondere ältere Menschen, haben mehr erlebt und mehr Erfahrungen gemacht als Kinder und Jugendliche. Sie bringen viel Vorerfahrung und Vorwissen mit, das zum Lernen sinnvoll genutzt werden kann.

TIPP



Sie sollten sich als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter immer die Lebenssituation der Lernenden verdeutlichen. Nur wenn klar ist, wie die Person lebt, welche Erfahrungen sie mitbringt und welche Biografie sie hat, lassen sich Bezüge zum Vorwissen und zum Alltag herstellen. Diese Bezüge schaffen Motivation und erhöhen den Lernerfolg.

Erwachsene hinterfragen Lerninhalte oft kritisch und haben grundsätzlich ein großes Interesse an Inhalten, die „alltagstauglich“ sind und schnell in der Praxis angewandt werden können. „Warum soll ich das lernen? Für was brauche ich das?“ – diese Fragen stehen häufig im Mittelpunkt.

TIPP



Überprüfen Sie den zu vermittelnden Lernstoff auf diesen Wunsch hin. Sie sollten möglichst oft einen Bezug zur Lebenswelt deutlich machen. Knüpfen Sie durch vertraute Beispiele an Interessen und Lebenswelt der Lernenden an.

Ältere Menschen lernen anders und sind weniger lerngewöhnt, zumindest was formellere Lernumgebungen angeht, da die schulische oder berufliche Ausbildung meist schon lange zurückliegt. Manche verbinden mit Unterrichtssituationen gar unangenehme Erfahrungen. Besonders wichtig sind Zeit sowie eine ungezwungene und offene Lernumgebung.

TIPP



Für Ihre Aktivitäten bedeutet das, mit der Zeitplanung großzügig zu sein und keinen Druck beim Lernen aufzubauen. Zu schulische oder kursähnliche Lernsituationen sollten Sie vermeiden und eine freundliche Lernumgebung schaffen. Das gemeinsame Entdecken und Lernen steht klar im Vordergrund. Denken Sie immer daran: Geduld und Wiederholungen sind das A und O beim Lernerfolg.

Motive zum Lernen sind höchst unterschiedlich: Privater oder sozialer Druck können eine Rolle spielen oder Lernende haben von sich aus den Wunsch „rauszukommen“, neue Leute kennenzulernen oder sich persönlich weiterzuentwickeln. Wenn Personen aufgrund eigener Interessen und aus eigenem Antrieb heraus Lernangebote wahrnehmen, sind die Motivation und der Lernerfolg am größten.

TIPP



Für Sie als Digital-Botschafterin oder -Botschafter ist es wichtig, Motive der Lernenden zu kennen und sich diese deutlich zu machen, damit Sie bei Ihrer Tätigkeit direkt an der Lebenswelt und den Themen Ihrer Zielgruppe anschließen können. Motive hängen unmittelbar mit der Motivation zusammen, die unerlässlich für einen guten Lernerfolg ist.



Wer sich lange nicht mehr neuen Herausforderungen gestellt hat, den kann die Sorge plagen, dass er oder sie nicht den Ansprüchen genügt. Ängste können entstehen und diese wiederum blockieren das Lernen. Neben der Angst, den, oft eigenen, Ansprüchen nicht zu genügen, spielt häufig der soziale Vergleich eine wichtige Rolle. Konkret: Man möchte vor den anderen nicht unwissend und begriffsstutzig dastehen.

TIPP



Aus diesem Grund sollten Sie mögliche Ängste der Zielgruppe kennen und entsprechend darauf reagieren. Wichtig ist es, Ängste nicht zu verharmlosen, aber auch nicht zu schüren, sondern eine positive, angstfreie Lernumgebung zu schaffen. Eine angenehme, freundliche Atmosphäre, in der gelacht werden kann, trägt besonders zum Wohlbefinden bei.

Mit zunehmendem Alter verändert sich der Körper eines Menschen. Veränderungen an den Augen, im Tastsinn oder beim Hören sind nur einige Beispiele. Möglicherweise lernen ältere Erwachsene aufgrund von zum Beispiel körperlichen Einschränkungen anders als jüngere oder haben mit individuellen Schwierigkeiten zu kämpfen.

TIPP



Für Sie als Digital-Botschafterin oder -Botschafter ist es deshalb wichtig, körperliche Veränderungen im Alter zu kennen und Ihre Lernumgebung stets daraufhin anzupassen. So kann Lernen einfacher gelingen. Im Kapitel 2.2 finden Sie Tipps für die Gestaltung einer guten Lernumgebung.

2.1 Was heißt eigentlich „alt“?

Das Alter lässt sich nur schwer an einer Zahl festmachen und wird von Person zu Person individuell wahrgenommen. Für viele Menschen beginnt die Lebensphase Alter mit dem Übergang von Beruf in den Ruhestand – eine sehr aktive Phase, oft verbunden mit vielen Potenzialen und frei gewordenen Ressourcen, insbesondere Zeit, um Neues auszuprobieren.

Die Menschen in Deutschland werden immer älter

Die Bevölkerung in Deutschland wird immer älter. Gründe hierfür sind unter anderem die bessere Gesundheitsversorgung, gesündere Ernährung und bessere medizinische Vorsorge. Ab dem Jahr 2050 ist voraussichtlich ein Drittel der Bevölkerung in Deutschland über 65 Jahre alt. Schon heute beträgt die Lebenserwartung von Männern 77 Jahre und von Frauen 82 Jahre.

„Die Tatsache, dass Menschen heute mit einem langen Leben rechnen können und das Alter als eine planbare und gestaltbare Lebensphase verstehen, ist historisch ein neues Phänomen.“

BUNDESMINISTERIUM FÜR FRAUEN, SENIOREN, FAMILIEN UND JUGEND 2012

In keiner anderen Altersgruppe hat sich in den vergangenen Jahrzehnten ein derart grundlegender Wandel vollzogen wie in der Generation 60 plus. Das Altersbild hat sich verändert. Es ist nicht mehr an Defiziten, sondern an vorhandenen Kompetenzen orientiert. Die Lebenserfahrung und das Engagement der „Alten“ ist ein großer Gewinn für die Gesellschaft.

Und wie stehen Sie zum Alter? In den Schulungen haben die Digital-Botschafterinnen und -Botschafter die zahlreichen positiven Aspekte des Alters betont. Im Fokus standen die Lebenserfahrung, die man mitbringt und an andere weitergeben kann, sowie die Freiheit, selbst zu entscheiden, was man tun und lassen möchte. Ihnen ist es wichtig, auch im Alter neugierig zu bleiben und aktiv an der Gesellschaft teilzuhaben.

TIPP



Als Digital-Botschafterin und -Botschafter steuern Sie aktiv veralteten Sprüchen wie „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“ entgegen. Sie sind Vorbilder für digitale und soziale Teilhabe. Ganz nach dem Motto „Lernen kennt kein Alter“ vermitteln Sie ein positives Altersbild und motivieren andere, Neues zu entdecken.

2.2 Wie lernen ältere Menschen?

Wie haben Sie als Kind, Jugendliche beziehungsweise Jugendlicher oder junge Erwachsene beziehungsweise junger Erwachsener gelernt? Gibt es da Unterschiede? Vermutlich stellen Sie bei genauerem Überlegen fest, dass Sie früher alles wie ein Schwamm aufgesogen haben und sich schnell an neue Situationen anpassen konnten. Im Alter nimmt diese Fähigkeit ab. Heute lernen Sie viel über Ihre Erfahrungen und knüpfen Neues an das an, was Sie bereits kennen, wissen und was für Sie von Interesse ist. Als Erwachsene lernen wir also nicht schlechter, sondern anders. Lernen hört nicht nach der Schule, der Ausbildung oder dem Berufsleben auf. Deshalb spricht man heute von lebenslangem Lernen.

*„Die Jugend ist die Zeit, die Weisheit zu lernen.
Das Alter ist die Zeit, sie auszuüben.“*

JEAN-JAQUES ROUSSEAU

Welche Faktoren wirken sich auf Lernprozesse im Alter aus?

Lernen im Alter kann von zusätzlichen Einschränkungen erschwert werden. Man altert in verschiedenen Kompetenzbereichen unterschiedlich schnell. Das Wahrnehmungssystem verändert sich und hat zur Folge, dass Hör-, Seh- und Tastsinn nachlassen. Der Körper verändert sich, ebenso wie die Psyche, das soziale Umfeld und die Gesellschaft. Um Lernen im Alter zu ermöglichen, müssen Sie Veränderungen individuell berücksichtigen.

„Lernen ist eine universell verbreitete Fähigkeit zur mittel- und langfristigen Anpassung eines Organismus an seine Umwelt.“

GERHARD ROTH

Es ist wichtig, dass Sie Ihr Gegenüber ganzheitlich in den Blick nehmen. Nur weil eine Person körperlich eingeschränkt ist und beispielsweise am Gehstock läuft, schließt das nicht aus, dass sie geistig noch topfit ist, in einem guten und abwechslungsreichen sozialen Umfeld lebt und durch ein Ehrenamt einen aktiven Beitrag zur Gesellschaft leistet. Erst alle Puzzleteile ergeben das Gesamtbild. Die unterschiedlichen Veränderungen haben Folgen für die Lehrpraxis.

Folgen für die Lehrpraxis durch körperliche Veränderungen

Durch das veränderte Wahrnehmungssystem im Alter werden beispielsweise Farben empfindlicher wahrgenommen. Die Sehkraft lässt nach. Augenerkrankungen wie grauer oder grüner Star treten auf. Das Hörvermögen lässt nach und der Tastsinn nimmt ab.

TIPP



Achten Sie auf ausreichende Beleuchtung der Räume. Ordnen Sie bei Gruppen die Tische oder Stühle so an, dass alle gut sehen. Beachten Sie die Lautstärke und Akustik und vermeiden Sie störende Nebengeräusche, zum Beispiel Beamer, offenes Fenster oder Klingeltöne. Oftmals trauen sich Personen nicht zu sagen, dass sie etwas nicht richtig sehen, verstehen oder hören. Fragen Sie also sicherheitshalber immer wieder mal nach und gehen Sie aktiv auf die Personen zu.

Wenn Sie Ihre Angebote als Digital-Botschafterin oder -Botschafter mit Materialien unterstützen möchten, achten Sie auf Lesbarkeit und gute Kontrastverhältnisse. Die Bedienung von technischen Geräten kann aufgrund körperlicher Beeinträchtigungen erschwert sein. Bieten Sie Alternativen an, um Erfolge bei den Lernenden zu unterstützen. Ein spezieller Stift kann die Eingabe an einem Smartphone oder Tablet erheblich erleichtern, ebenso wie eine zusätzliche Tastatur. Testen Sie entsprechende Bedienungshilfen am Smartphone oder Tablet, wie Sprachsteuerung, Schriftgrößen- oder Farbänderungen, haptische und akustische Rückmeldung, Lupe und vieles mehr.

TIPP



Auf www.silver-tipps.de/smarte-geraete-einfacher-bedienen/ erhalten Sie einen Überblick und Tipps rund um Bedienungshilfen am Smartphone und Tablet.

Durch Veränderungen im Bewegungsapparat, etwa durch Erkrankungen wie Arthrose oder Gicht, kann die Motorik eingeschränkt sein und die Mobilität abnehmen.

Achten Sie deshalb auf eine barrierefreie Lernumgebung und gehen Sie, wenn möglich, auch auf Personen zu und besuchen Sie diese zu Hause. Bringen Sie immer in Erfahrung, welche Einschränkungen es bei den einzelnen Personen gibt. Sie sollten dementsprechend Ihre Methoden auswählen.

Richtet sich Ihr Angebot an mehr als eine Person? Dann klären Sie beispielsweise im Vorfeld, ob man auch mal als Gruppe einen kleinen Ausflug machen kann, um die Navigation an einem Smartphone zu testen, oder ob das Angebot möglichst ohne viel Bewegung ablaufen muss.

TIPP



In unserer Materialsammlung auf www.digibo.rlp.de finden Sie verschiedene Methoden, Anregungen und Themen, die Sie bei Ihrer Arbeit unterstützen.

Folgen für die Lehrpraxis durch psychische Veränderungen

Ältere Menschen haben keine schlechtere Gedächtnisleistung als jüngere. Sie lernen anders und lernen außerhalb von Bildungseinrichtungen und Beruf in Lernumgebungen wie der Familie, dem Ehrenamt und über Medien. Fehlen Anregungen aus der eigenen Lebenswelt und dem Alltag, fällt es zunächst schwer, neue Anreize zu verarbeiten. Man kann dies mit sportlichen Übungen beziehungsweise Training vergleichen. Wer lange nicht joggen oder spazieren war, kommt schneller an seine Grenzen, verglichen mit einer Person, die sich regelmäßig bewegt. Ganz nach dem Motto: Übung macht den Meister.

Stellen Sie die Lernenden in den Mittelpunkt und versuchen Sie, biografische Bezüge herzustellen. Knüpfen Sie an die Lernbiografie der Lernenden an und fragen Sie gezielt nach Motivationen, Interessen und Hobbys. Bastelt die Person gern oder interessiert sie sich für Konzerte? Dann gehen Sie mit ihr doch einfach mal auf das Videoportal YouTube und schauen, was es dort zu dem Thema gibt. Es ist ratsam, gleich zu Beginn Interessen und Fragen der Lernenden zu sammeln und schriftlich festzuhalten. So können Sie einerseits das Angebot teilnehmerorientiert ausrichten und die Lernenden wissen andererseits, dass ihre Anliegen wahrgenommen werden, sie eine Antwort bekommen und nichts vergessen wird. So können Lernende ihre Konzentration auch auf andere Themen lenken und sind offen für neue Impulse.

TIPP

Haben Sie schon Google Earth getestet? Es eignet sich bestens, um „virtuelle Ausflüge“ mit Lernenden zu machen. So können auch Personen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, viele Plätze auf der Welt besuchen, ohne sich bewegen zu müssen. Es lassen sich damit hervorragend biografische Bezüge herstellen. Lassen Sie sich beispielsweise doch mal von der Person zeigen, wo sie früher gewohnt hat, aufgewachsen ist oder Urlaub gemacht hat. Auf www.silver-tipps.de/ausfluege-mit-google-earth-unternehmen/ erhalten Sie Tipps, wie Sie Google Earth in Ihrer Tätigkeit als Digital-Botschafterin oder -Botschafter einsetzen können.

Achten Sie auf eine klare Trennung von Übungs- und Erklärphasen. Lassen Sie den Lernenden Zeit, sich selbst auszuprobieren, und ziehen Sie sich etwas zurück. Geben Sie nicht direkt den Lösungsweg oder die Antwort vor.

„Sage es mir, und ich vergesse es; zeige es mir, und ich erinnere mich; lass es mich tun, und ich behalte es.“

KONFUZIUS

TIPP

Schritt-für-Schritt-Anleitungen können bei Anfängerinnen und Anfängern hilfreich sein und schnell zu Erfolgen führen. Auf Dauer sollte es aber Ihr Ziel sein, Zusammenhänge und Strukturen zu vermitteln. Ein Beispiel: Ändert sich durch ein Update das Aussehen der Bedienoberfläche auf dem Smartphone, kann sich die Person plötzlich nicht mehr orientieren. Erklären Sie eher, was man in einem Menü finden kann, was die Symbole bedeuten etc.

Wiederholungen sind das A und O. Seien Sie geduldig und bauen Sie keinen Zeitdruck auf. Wiederholung bedeutet auch, Gelerntes in neue Kontexte und Übungen einzubauen. Am besten so, dass die Person gar nicht merkt, dass sie am Üben ist.

Ein Beispiel: Sie haben Ihren Lernenden gezeigt, wie man mit dem Smartphone fotografieren kann. Beim nächsten Treffen kann das Fotografieren erneut zum Einsatz kommen, wenn Sie beispielsweise einen kleinen Ausflug machen, um die Navigation mit dem Smartphone zu testen. Beauftragen Sie Lernende, den Ausflug mit Fotos zu dokumentieren. So üben sie wiederholt das Fotografieren in einer alltagsbezogenen Situation. Denn wer möchte nicht mit ein paar Schnappschüssen von einer schönen Wanderung im Gepäck zurückkommen?

TIPP

Sie können Lernenden vorschlagen, sich einzelne Schritte in einer Art Lerntagebuch zu notieren. So können sie nach dem Treffen in Ruhe nachschauen, was sie gelernt haben, und es zu Hause üben.

Metaphern sind beim Erklären ein wichtiger Schlüssel zum Lernerfolg. Verwenden Sie deshalb alltagsnahe und bildhafte Beispiele, wenn Sie etwas erklären oder Materialien erstellen.

Beispiel I: Worin besteht der Unterschied zwischen dem Browsersuchfenster und dem Suchfenster der Suchmaschine? Und was gebe ich wo ein? Ein einfacher Vergleich, um die Nutzung und Funktion der jeweiligen Suche zu erklären, lautet: In der Adressleiste des Browsers geben Sie die genaue Internetadresse ein, zum Beispiel <https://www.silver-tipps.de> und landen genau auf dieser Seite. Ähnlich ist dies mit der Telefonnummer. Wenn Sie die Nummer wissen, können Sie direkt anrufen. Kennen Sie eine Internetadresse nicht, können Sie nach Begriffen suchen und erhalten als Suchergebnisse eine Auswahl an Ergebnissen zu diesem Begriff. Übertragen auf das Telefonbeispiel wäre dies mit einem Anruf bei der Auskunft vergleichbar.

Beispiel II: Was ist eine Firewall? Eine Firewall, übersetzt Brandmauer, überwacht den Datenverkehr an einer bestimmten Schnittstelle, zum Beispiel zwischen Computer und Router. Nur Anwendungen mit „Erlaubnis“ dürfen Informationen vom eigenen Netzwerk ins Internet senden. Die Firewall handelt also wie eine Art Verkehrspolizist, der den (Daten-)Verkehr regelt. Er bestimmt, wer fahren darf und wer halten muss. Ein weiteres Beispiel wäre der Vergleich mit einer Burgmauer. Durch das Burgtor werden nur Personen gelassen, die Erlaubnis haben zu passieren. Alle anderen müssen draußen bleiben.

Folgen für die Lehrpraxis durch soziale Veränderungen

Das Alter verändert nicht nur den eigenen Körper, sondern wirkt sich auch auf die Interaktion mit anderen aus. Ältere Menschen sind einerseits sozial höchst aktiv, sie sind oft eingebettet in eine große Familie, haben viele Freunde und Bekannte und engagieren sich in Vereinen ehrenamtlich. Ihnen ist der Austausch mit anderen enorm wichtig. Andererseits müssen sie sich im Alter aber auf ganz neue Situationen einstellen, wie beispielsweise auf den Verlust der Partnerin oder des Partners, den Wegzug der Familie oder die Einschränkung der Mobilität.

TIPP



Ältere Menschen betonen oft, wie wichtig es ihnen ist, mit Menschen in der gleichen Lebenssituation zusammen zu lernen. Sorgen Sie für eine lockere und offene Lernatmosphäre, in der gelacht wird und niemand Angst hat, Fragen zu stellen. Indem man von anderen erfährt, mit welchen Schwierigkeiten diese zu kämpfen haben, erkennt man, dass man mit seinen Problemen nicht alleine ist.

Ihre Aktivitäten sollten soziale Anlässe bieten und das Lernen in der Gemeinschaft fördern. Unterschätzen Sie nicht, dass Lernen vor allem über den informellen Austausch, also das Reden und durch nicht geplanten Austausch mit anderen, stattfindet. Pausen bieten eine gute Möglichkeit, in der sich die Lernenden unterhalten können. Sie können Lernenden anbieten, sich in WhatsApp- oder Threema-Gruppen oder per Mail zu verbinden, um auch nach dem Treffen in Kontakt zu bleiben.



Beachten Sie, dass in Gruppen viele individuelle Fragen auftreten können. Jede oder jeder der Teilnehmenden kommt mit unterschiedlichen Erwartungen. Spätestens ab einer Gruppengröße von sieben Personen sollten Sie sich Unterstützung von einer weiteren Digital-Botschafterin oder einem Digital-Botschafter holen. Für Entlastung kann auch das Bilden von Zweiergruppen bei Übungen sorgen. So können Erfahrenere unsichere Lernende unterstützen. Für beide Seiten bedeutet das einen Gewinn: Die Lernenden, die schneller mit Übungen fertig sind, sind nicht gelangweilt, da sie ihr Wissen weitergeben können, wovon die weniger Erfahrenen wiederum profitieren.

2.3 Wie motivieren Sie ältere Menschen dazu, sich mit der digitalen Welt auseinanderzusetzen?

Um ältere Lernende in einer Lernumgebung möglichst aktiv einzubinden, ist es unerlässlich, die Lerninhalte möglichst passend **auf die Bedürfnisse und Interessen der Person hin zu konkretisieren**. Gerade beim Lernen im höheren Lebensalter steht häufig unausgesprochen die Frage im Raum: Warum soll ich das lernen?

Lerninhalte sollten deshalb immer mit ihrer Sinnhaftigkeit auf die Lernenden hin überprüft werden. Stellen Sie Zusammenhänge zum Alltag und zur Biografie der Person her und wählen Sie möglichst praxisnahe Beispiele bei der Vermittlung von Inhalten. Beachten Sie das individuelle Lerntempo Ihrer Lernenden. Binden Sie selbst gemachte Erfahrungen ein und lassen Sie auch Erfahrungen Ihrer Lernenden zu. Der Praxisbezug ist für die **Lernmotivation** unerlässlich.

Mögliche Motive von älteren Lernenden können von dem Wunsch zur Teilhabe („Mitmachen können“), über Interesse („Lust auf Neues haben“), Kommunikation („In Kontakt bleiben“) bis zu Unterhaltung („Sich berieseln lassen“) reichen.

Unter welcher Bedingung würden Sie künftig das Internet nutzen?

TOP 5 MOTIVATOREN FÜR NUTZUNG

19

Wenn ich einen **klaren Nutzen** für mich erkennen würde

Wenn mir **jemand zeigen würde**, wie es funktioniert

12

11

Wenn die **Nutzung einfacher** wäre

Wenn ich die Fachbegriffe und Funktionen **besser verstehen** würde

9

5

Wenn ich wüsste, wie ich meine persönlichen **Daten (besser) schützen** kann

Quelle: D21 Digital-Index https://initiatived21.de/app/uploads/2019/01/d21_index2018_2019.pdf

TIPP



Versuchen Sie herauszufinden, mit welchen Motiven die Menschen zu Ihnen kommen. Bringen Sie in Erfahrung, ob sie aus eigenem Interesse bei Ihnen erscheinen oder von Dritten, etwa den Kindern oder Partnerin bzw. Partner, geschickt wurden.

„Haben Sie selbst ein Gerät gekauft oder geschenkt bekommen?“

„Was wissen Sie denn über das Internet?“

„Was würden Sie denn gerne mal im Internet tun?“

All das sind mögliche Fragen, die Sie klären sollten.

Um ältere Menschen zu motivieren, an einem Ihrer Digital-Botschafter-Angebote teilzunehmen, hilft es, die Veränderung der Lebenswelt anzusprechen und aufzuzeigen, welche Möglichkeiten die digitale Welt bietet. An dieser Stelle sei noch mal auf das Beispiel „Schließung von immer mehr Bankfilialen im ländlichen Kreis“ verwiesen. Einige Seniorinnen und Senioren, die davon betroffen sind, entgegneten, dass dies kein Problem ist, da sie einfach zur nächstmöglichen Filiale gehen können. Als Digital-Botschafterin oder -Botschafter könnten Sie beispielsweise argumentieren, dass man Onlinebanking zunächst ergänzend nutzen kann. Das schließt den Gang zur Bank ja nicht aus. Aber für den Fall, dass dies durch eine zukünftige Einschränkung der Mobilität nicht mehr möglich ist, kann man durch Onlinebanking weiterhin selbstständig Bankgeschäfte erledigen.

gen, nur eben mit dem Vorteil, dass man schon geübt hat. Wichtig ist, dabei keine Entweder-Oder-Haltung zu vertreten, sondern Bedürfnisse zu wecken und zusätzliche Alternativen aufzuzeigen.

TIPP



Einige Banken bieten eine Testversion ihres Onlinebankings an. So können Lernende unverbindlich und kostenlos Onlinebanking mit einem fiktiven Konto testen. Auf www.silver-tips.de/onlinebanking-testen/ erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Banken, die eine Testversion anbieten.

„Störungen haben Vorrang!“

RUTH COHN

Es ist nicht auszuschließen, dass auch in Gruppen mit älteren Lernenden „**schwierige Teilnehmende**“ anzutreffen sind. Beispiele hierfür sind Personen mit großem Fachwissen, die sich gerne selbst präsentieren. „Prahlerisches“ Verhalten führt oft dazu, dass andere Teilnehmende sich eingeschüchtert fühlen, in ihren Berührungspunkten bestärkt werden und sich gehemmt fühlen, sich am Lerngeschehen zu beteiligen. Solche Situationen können zu einer Störung des Lerngeschehens führen und das Weiterkommen der gesamten Gruppe hindern. Es ist empfehlenswert, die Störung zu thematisieren und Regeln beziehungsweise Positionen innerhalb des Teilnehmerkreises zu klären oder auch ein Einzelgespräch mit der betreffenden Person zu suchen. Störungen blockieren und haben aufgrund ihrer Präsenz innerhalb eines Gruppengeschehens immer Vorrang. Sie zu ignorieren schadet dem Lerngeschehen.

2.4 Wo können Sie bei Ihrer Zielgruppe ansetzen?

Zentral ist, den Lernstoff möglichst nah an der Lebenswelt der Lernenden zu verorten und Neues mit Bekanntem zu verknüpfen. Viele, vor allem ältere Lernende, zweifeln an sich selbst und haben gerade bei technischen Inhalten Angst, diese nicht mehr lernen oder verstehen zu können. Reduzieren Sie den Lernstoff auf das Wesentliche, um Lernende nicht zu überfordern. Einzelne, alltagsrelevante Beispiele sind meist sinnvoller als zu viel Theorie.

Wenn Sie sich beispielsweise dem Thema Smartphone nähern möchten, scheint die Liste an Themen und Einstellungsmöglichkeiten schier unendlich zu sein. Von A wie Apps bis Z wie Zeiteinstellung sind die Möglichkeiten riesig. Überlegen Sie gemeinsam mit den

Lernenden, was so ein Smartphone überhaupt alles kann und was sie interessiert. So finden Sie schnell heraus, was die Lernenden bereits wissen und wie Sie noch mit weiteren Funktionen und Alltagshelfern überraschen können.

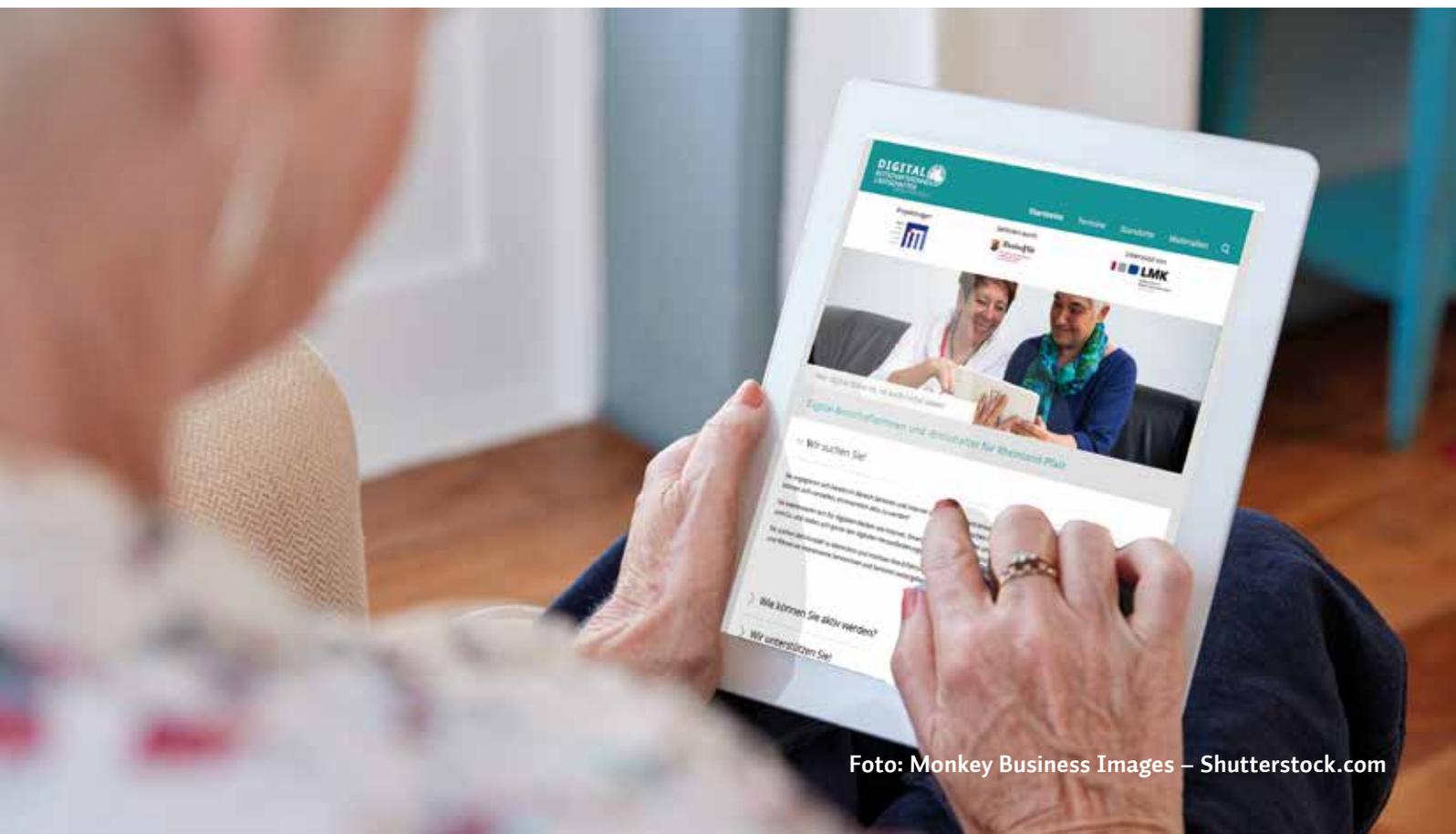
Bewährt hat sich, **Hilfemöglichkeiten** und **Anlaufstellen** aufzuzeigen, wie beispielsweise Nachschlagewerke, Internetseiten, Erklärvideos oder Freunde und Bekannte. Sonst besteht die Gefahr, dass außerhalb der angeleiteten Lernsituation nichts mehr ausprobiert wird, aus Angst, etwas falsch zu machen und damit alleine zu sein. Wenn Sie mit Ihrem Rat selbst an Ihre Grenzen stoßen, können Sie die Lernenden an andere Digital-Botschafterinnen und -Botschafter verweisen oder auf Expertinnen und Experten in der Region.

TIPP



Wenn Sie klare Lernziele vermitteln, schafft das Transparenz und Übersichtlichkeit. Es lernt sich leichter, wenn Sie Themen nicht nur theoretisch vorstellen, sondern an praktischen Beispielen ausprobieren. Wenn Sie beispielsweise das Thema Videotelefonie behandeln, sollten Sie nicht nur eine Anleitung und die Einrichtung eines Kontos vermitteln, sondern mit Lernenden vorab klären, wen sie anrufen möchten und welche Neuigkeit sie erzählen möchten. So haben Lernende ein praktisches und klares Ziel vor Augen.

Schaffen Sie für Ihre Lernenden schnelle und kleine Erfolgserlebnisse, die sie zum Weitermachen motivieren. Und nicht zuletzt: Vergessen Sie nicht zu loben.



2.5 Wie können Sie eine gute Lernumgebung gestalten und Inhalte vermitteln?

Die eine Empfehlung für die optimale Lernatmosphäre gibt es nicht! Vielmehr spielen die Lernenden, deren Biografie, deren Absichten, deren Wünsche und Bedürfnisse eine zentrale Rolle.

Eine **angstfreie Lernumgebung** und ein **freundliches Miteinander** spielen gerade in Angeboten für Gruppen eine wichtige Rolle. Ältere Menschen betonen oft, wie wichtig es ihnen ist, mit Menschen in der gleichen Lebenssituation zusammen zu lernen. Indem man von den anderen erfährt, mit welchen Schwierigkeiten diese zu kämpfen haben, erkennt man, dass man mit seinen Problemen nicht alleine ist.

„Das Beste an der Veranstaltung war zu sehen, dass ich nicht die einzige blöde Person bin.“

82-JÄHRIGER TEILNEHMER IN EINEM SILVER-SURFER-KURS

Ideale Lernräume gestalten

Der **Raum**, in dem eine Aktivität stattfindet, sollte idealerweise dem Lernen zuträglich sein. Schulische Umgebungen (Lehrperson vorne, Schulbänke etc.) können mit negativen Erfahrungen verknüpft sein und Ängste wecken. Im Idealfall sollte die Räumlichkeit verdeutlichen, dass miteinander gelernt wird. Das erreicht man zum Beispiel dadurch, dass man Tische so anordnet, dass Teilnehmende miteinander ins Gespräch kommen können und nicht alles nach vorne, frontal ausgerichtet ist. Gerade bei Treffs mit Smartphones und Tablets können Sitzgruppen an Gruppentischen sinnvoll sein. Unbedingt sollte auf barrierefreie Zugänge geachtet werden, sodass auch Menschen mit Gehbeeinträchtigungen oder Gehhilfen wie Rollatoren an Ihren Veranstaltungen teilnehmen können.

Mit zunehmendem Alter ergeben sich verschiedene Veränderungen im **körperlichen Bereich** eines Menschen. Die Sehleistung kann abnehmen, die Hörfähigkeit sich reduzieren oder der Bewegungsapparat eingeschränkt sein. Diese Veränderungen im Lernsetting zu beachten, ist für erfolgreiches Lernen im Alter unbedingt notwendig, da gerade Menschen mit eingeschränkter Wahrnehmungsfähigkeit und Mobilität mehr Konzentration aufbringen müssen, um Umweltreizen zu folgen. Die Lernleistung älterer Lernender kann dann beeinträchtigt sein, wenn mehrere Dinge gleichzeitig verrichtet werden müssen. Im Lernprozess sollte deshalb immer nur eine Aufgabenstellung bearbeitet werden. Gleichzeitiges Üben an einem Gerät mit Erklärung durch einen Lehrenden kann zu einer verringerten Aufnahmefähigkeit führen. Erklär- und Übungsphasen sollten daher klar

getrennt sein. Zudem sollte auf eine möglichst gute Bedienbarkeit von Geräten geachtet werden – auch bei Touchscreens. Vorsicht ist geboten bei zu stark **aktivierenden Methoden**, diese können aufgrund einer potenziellen Diskrepanz zum Lebensumfeld der Lernenden schnell als albern oder übertrieben wahrgenommen werden.

Pausen helfen, das Gelernte zu verarbeiten, mit anderen in Kontakt zu kommen und Entspannung zu ermöglichen. Je nach Form Ihrer Aktivität ist die zeitliche Planung natürlich unterschiedlich. Ein bis zwei Stunden sind ein gutes Zeitfenster eines Treffs. Wenn der Treff länger dauert, sollten Sie nach 45 Minuten regelmäßige Pausen einsetzen. Sie sind nicht nur wichtig, um die Konzentration aufzufrischen, sondern bieten auch Räume des Austauschs und des informellen Lernens in Gruppen. Sie sind ein wichtiges Mittel der **Strukturierung** des Lerngeschehens. Das klare und frühzeitige Kommunizieren von Pausen, zum Beispiel durch Anschrieb an einem Flipchart, schafft Struktur und hilft bei der zeitlichen Orientierung der Teilnehmenden. Das Anbieten von Getränken in der Pause kann zum Wohlfühlen beitragen. Auch das Thematisieren von räumlichen und anderen organisatorischen Besonderheiten (Toiletten, Verpflegung) dient zum Abbau von Unsicherheiten.

Wenn Sie einen Treffpunkt schaffen, in lockerer Atmosphäre, an dem man sich wohlfühlt, wo man gemeinsam Spaß und Freude hat, ist das die beste Voraussetzung für eine gute Lernumgebung. Wenn Sie dann noch Ihre Lernenden mit Abwechslung der Lernformen überraschen, verbringen Sie gewiss kurzweilige Treffen, in denen Ihnen die Aufmerksamkeit der Lernenden sicher ist.

TIPP



Wenn Sie nach Räumlichkeiten für Ihre Aktivitäten als Digital-Botschafterin oder -Botschafter suchen, können Sie uns jederzeit ansprechen. Wir helfen Ihnen gerne, passende Räume mit entsprechender Ausstattung in Ihrer Nähe zu finden. Gerne vermitteln wir auch, wenn Sie Mitstreiterinnen oder Mitstreiter suchen. Sie erreichen uns telefonisch unter: 06131/279675.

2.6 Wie gehen Sie mit Berührungsängsten der Zielgruppe um?

„Oh Gott, ich glaub, das ist viel zu hoch für mich!“

75-JÄHRIGE TEILNEHMERIN IN EINEM SILVER-SURFER-KURS

Ängste und Nervosität verursachen Selbstzweifel. Lernerfolge sinken, es können Blockaden entstehen. Mögliche Ängste können beispielsweise sein, etwas kaputt zu machen, nicht mitzukommen, weil man zu langsam oder zu alt ist. Eine weitere Angst ist, dem Anspruch nicht zu genügen, sich unangenehme Dinge eingestehen zu müssen oder die Angst davor, sich lächerlich zu machen und dumme Fragen zu stellen. Es ist entscheidend, Ängste ernst zu nehmen, diese aber nicht zu dramatisieren oder zu verstärken. Sie sollten Vermeidungsstrategien nur bedingt unterstützen und eher eine Haltung fördern, die dazu ermutigt, Neuem offen und positiv entgegenzutreten.

TIPP



Bauen Sie Ängste vor beispielsweise Bedienungsfehlern durch gezielte Übungen ab und stärken Sie das Kompetenzerleben der Teilnehmenden mit aktivem Ausprobieren. Als Vorbild für digitale Teilhabe und mit einem positiven Altersbild fördern Sie das Selbstbewusstsein der Lernenden. Und wenn Sie selbst mal etwas nicht wissen sollten und keine Antwort auf eine Frage haben, zeigen Sie eine einfache Methode: Schauen Sie zum Beispiel gemeinsam mit den Lernenden in einer Suchmaschine nach. Das zeigt Ihre offene Haltung und Möglichkeiten, wie sich die Teilnehmenden auch selbst helfen können.

Veranstalten Sie keine „Zaubershow“, indem Sie bei Problemen selbst das Gerät in die Hand nehmen und zack – es funktioniert. Lassen Sie die Lernenden selbst ihre eigenen Geräte bedienen und helfen Sie eher bei der Lösungsfindung durch Fragen. Bauen Sie Übungen in die Treffen ein, bei denen kleinschrittig zum gewünschten Ergebnis geführt wird. So erleben Lernende, dass sie es selbst lösen können und zum Ziel kommen. Nur Übung macht den Meister.

TIPP

Gerade beim Einkaufen im Internet ist die Angst vor Abzocke groß. Lassen Sie Ihre Lernenden beispielsweise die Gratis-Broschüre „Nie zu alt fürs Internet“ vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend bestellen. Sie üben so den Bestellvorgang und erhalten auch tatsächlich eine Bestellung nach Hause geliefert, die ihnen einen direkten Mehrwert beim Lernen bietet. Die Lernenden erleben somit beispielhaft einen Onlinekauf, ohne ein Risiko einzugehen. Besprechen Sie in diesem Fall Vor- und Nachteile des Onlinekaufs. Gehen Sie auf Merkmale eines seriösen Internetshops ein und weisen Sie zum Beispiel auf die Seite der Verbraucherzentralen oder Silver Tipps hin. Hier finden Sie hilfreiche Tipps, was man beim Einkaufen im Internet beachten sollte.

Weniger ist oft mehr

Reduzieren Sie komplexe Sachverhalte auf das Wesentliche. Zeigen Sie, dass Lernen im Alter kein Problem ist. Erzeugen Sie weder Erfolgsdruck noch Wettbewerb. Bleiben Sie flexibel und orientieren Sie sich an den Bedürfnissen der Lernenden. Loben Sie Ihre Gegenüber. Das ist ganz wichtig und sollte nicht unterschätzt werden. Prahlen Sie unter keinen



Umständen mit technischem Wissen. Bleiben Sie stets geduldig und ruhig, selbst wenn Sie etwas einmal, zweimal, dreimal oder viermal erklären, bis es verstanden wird. Ermutigen Sie unter dem Stichwort „voranscheitern“ und lassen Sie Lernende möglichst viel selbst ausprobieren. Denken Sie an die unterschiedlichen Lerntypen und versuchen Sie, möglichst viele Sinne anzusprechen. So bleiben Inhalte besser haften.

Gute Eselsbrücken helfen beim Lernen

Versetzen Sie sich in die Lage der Lernenden: Was hat Sie, als Sie sich das erste Mal mit dem Thema befassten, interessiert und was hat Ihnen geholfen? Wie könnte man sich dem Thema noch nähern? Für Lernen im Alter ist es wichtig, dass Sie technische Begriffe oder Prozesse mit bildhafter Sprache erklären. Überlegen Sie sich gute Eselsbrücken, um Begriffe wie Passwort, Firewall und Suchmaschine greifbar zu machen. Durch die bildhafte Beschreibung und den Bezug zur eigenen Lebenswelt erschließen sich oftmals der Zusammenhang und die Funktion besser als durch technische Beschreibungen oder reine Übersetzungen.

Beispiel: „Ein Passwort ist wie ein Schlüssel einer Schublade, zu der nur Sie Zugriff haben. Um ein sicheres Passwort zu erstellen, kann man das Bild einer Zahnbürste heranziehen:

- 1) Sie sollte möglichst viele unterschiedliche Borsten besitzen, dies entspricht im Fall des Passworts einer bunten Zusammensetzung von Zahlen, Groß- und Kleinbuchstaben und Sonderzeichen.
- 2) Sie sollte regelmäßig gewechselt werden, ca. alle 3 Monate.
- 3) Beides sollten Sie mit keiner anderen Person teilen.“

TIPP



Auf der Website www.digibo.rlp.de gibt es unter „Materialien“ eine Kategorie, die eine ganze Sammlung dieser bildhaften Vergleiche auflistet. Falls Sie Begriffe nicht finden oder selbst eine bildhafte Beschreibung wissen, freut sich das Projektteam über Anregungen. Wir ergänzen Ihre Ideen gern.

Digital-Botschafterin oder -Botschafter: So können Sie aktiv werden!

Als Digital-Botschafterin oder -Botschafter haben Sie viele Möglichkeiten, sich zu engagieren, und bestimmen selbst, wie viel Zeit Sie einbringen und was Sie machen möchten. Sie können zum Beispiel eigene Aktivitäten planen und organisieren, etwa einen Smartphone- und Tablet-Treff, oder Sie können Seniorinnen und Senioren auf Angebote in der Umgebung aufmerksam machen, wie beispielsweise Volkshochschulkurse, Studieren 60 plus oder Angebote der Verbraucherzentralen. Ob Sie Personen einzeln oder in Gruppen unterstützen, entscheiden Sie selbst. Immobiler Menschen können Sie beim Umgang mit digitalen Medien auch in ihren eigenen vier Wänden oder in Pflegeeinrichtungen aufsuchen. Bieten Sie Ihren Rat und Hilfe im Café um die Ecke an oder organisieren Sie einen Digitalen Stammtisch, in dem sich ein Experte oder eine Expertin zuschaltet, um über ein Thema zu informieren.

Eine weitere Möglichkeit ist, Sprechstunden für Interessierte anzubieten, entweder vor Ort, per Telefon oder Videokonferenz. Aber auch das Mitgestalten von Angeboten in Ihrer Umgebung, zum Beispiel in Senioren-Internet-Treffs, in Seniorencafés, bei Fachvorträgen, in Seniorenbüros, in Verbraucherzentralen oder Volkshochschulen, ist denkbar. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Mit Fragen wie „Was sind meine Stärken?“, „Wie viel Zeit kann ich investieren?“ oder „Wie und wo möchte ich aktiv werden?“ können Sie Ihr eigenes Angebot stricken und selbst entscheiden, was zu Ihnen passt. Alles kann, nichts muss.

Ziel des Projekts ist es, älteren Menschen digitale Teilhabe zu ermöglichen. Die Aufgabe einer Digital-Botschafterin oder eines Digital-Botschafters besteht darin, Menschen zu erreichen, die bislang wenige bis gar keine Erfahrungen mit der digitalen Welt und smarten Technologien machen konnten. Mit niedrigschwelligen Angeboten motivieren Sie ältere Menschen, die digitale Welt zu entdecken.

3.1 Welches Selbstverständnis haben Sie als Digital-Botschafterin oder -Botschafter?

Als Digital-Botschafterin oder -Botschafter stellen Sie sich den digitalen Herausforderungen, erkennen Chancen sowie Risiken digitaler Medien und sind Vorbilder für digitale Teilhabe. Unter dem Motto „Lernen kennt kein Alter“ vermitteln Sie ein positives Altersbild und holen die Menschen da ab, wo sie stehen. Sie schaffen wichtige Lern- und Bildungszugänge, suchen den persönlichen Kontakt zu Menschen vor Ort und helfen diesen, sich untereinander zu vernetzen.

TIPP



Glauben Sie an sich und an Ihre Lernenden: Fördern Sie Vertrauen und Selbstbewusstsein! Helfen Sie Ihren Lernenden, werden Sie aber nicht zur „Prothese“. Lernende müssen selbst aktiv werden!

Ein ganz besonderes Anliegen des Projekts ist der **Aufbau eines flächendeckenden Netzwerks** von ehrenamtlichen Botschafterinnen und Botschaftern in ganz Rheinland-Pfalz. Dazu gehört im ersten Schritt, landesweit Schulungen für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter anzubieten. In weiteren Einzelschulungen und geplanten Netzwerktreffen kommen Digital-Botschafterinnen und -Botschafter zusammen und können sich über ihre Tätigkeit austauschen.

Zusammen Gemeinschaft gestalten

Das Projekt legt besonderen Wert auf die Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern. Wichtige Anknüpfungspunkte und Unterstützung bieten bestehende Senioren-Internet-Initiativen sowie regionale Strukturen und Angebote der Medienanstalt Rheinland-Pfalz. Weitere mögliche Kooperationspartner können Wohlfahrtsverbände wie Caritas, Arbeiterwohlfahrt, Rotes Kreuz und das Diakonische Werk sein, aber auch Einrichtungen wie Seniorenzentren, Cafés, Kreis- und Volkshochschulen, Mehrgenerationenhäuser, Begegnungszentren, Kirchen, Bibliotheken und Verbandsgemeinden. Diese Anlaufstellen können Sie unterstützen, die Organisation erleichtern und helfen möglicherweise, wenn es um Räume für Ihre Öffentlichkeitsarbeit oder Wünsche für zusätzliche Fortbildungen zu digitalen Themen geht. In vielen der Einrichtungen treffen sich oftmals ältere Menschen, weshalb sie auch eine gute Anlaufstelle sind, um Hilfesuchende zu erreichen. **Planen Sie doch beispielsweise mit den Einrichtungen ein gemeinsames Angebot.**

Es soll **keine Konkurrenz zu bereits bestehenden Bildungsangeboten oder -trägern sowie gewerblichen Anbietern erzeugt werden**. Die digitale Teilhabe ist eine Aufgabe, die nur gemeinsam bewältigt werden kann. Als Digital-Botschafterin und -Botschafter weisen Sie auf Angebote hin und gehen aktiv auf andere zu. Im Gegensatz zu Kursen in Bildungseinrichtungen haben Sie als Botschafterin oder Botschafter die Freiheit, im kleinen oder großen Rahmen aktiv zu werden und somit die Personen zu erreichen, die nicht mehr an formalen Angeboten teilhaben können bzw. die von diesen Angeboten gar nichts wissen.

TIPP



Sprechen Sie uns bitte an, wenn Sie Fragen zur Gestaltung Ihrer Aktivitäten haben. Wir helfen Ihnen auch gerne weiter, wenn Sie Räume oder Technik benötigen. Sie erreichen uns unter 06131/279675 oder per Mail an: digibo@lmk-online.de.

3.2 In welchen Bereichen können Sie aktiv werden? Eine Themensammlung

Als Digital-Botschafterin oder -Botschafter gibt es viele Bereiche, in denen Sie aktiv werden können, und viele Themenfelder, die sich für Aktivitäten anbieten. Wir wollen Ihnen aus unserer bisherigen Erfahrung einige Anknüpfungspunkte aufzeigen, die für Ihre Zielgruppe interessant sein könnten und die Sie als Anregung für Ihre Angebote nutzen können.

Das soziale Umfeld

Ältere Menschen sind meist in ein großes Netzwerk aus Freunden, Familie, Verwandten und Bekannten eingebettet. Auch engagieren sich viele Seniorinnen und Senioren ehrenamtlich in Vereinen, im Quartier oder in der Nachbarschaft. Mögliche Themen, die sich für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Messenger-Dienste (WhatsApp, Threema, Signal, Telegram etc.)
- Videotelefonie (Skype, Facetime, Google Hangouts, WhatsApp etc.)
- E-Mails einrichten, senden und empfangen
- Soziale Netzwerke (Facebook, Seniorbook, Instagram etc.)
- Digitale Helfer (Terminplanung via Doodle und Co., Onlinekalender, Grußkarten etc.)

„Mein Smartphone ist mein Tor zur Welt!“

79-JÄHRIGE SMARTPHONE-NUTZERIN

Auch für ältere Menschen, die nicht mehr mobil sind und eventuell wenig Kontakt nach außen haben, bieten digitale Technologien die Möglichkeit, wieder Anschluss zu bekommen. So kann man mit Messenger-Diensten auch mit entfernt wohnenden Freunden und Verwandten wieder in Kontakt kommen. Dabei ersetzt das Smartphone oder Tablet natürlich nicht das soziale Miteinander, vielmehr dient die Technik dazu, dieses zu ergänzen oder wiederherzustellen und am Leben der anderen teilzuhaben.

Digitalisierung im Alltag

Per App Fahrkarten für Bus und Bahn kaufen, über Onlinebanking Finanzgeschäfte tätigen und den schweren Einkauf über eine Onlinebestellung direkt vor die Haustür liefern lassen: In vielen Alltagsbereichen ist die Nutzung von Internetdiensten längst selbstverständlich. Gerade für ältere Menschen sind die digitalen Möglichkeiten, den Alltag zu organisieren, mit sehr vielen Vorteilen verbunden. Wer nicht mehr aus dem Haus kann, der kann trotzdem Einkäufe erledigen. Selbiges gilt für Bankgeschäfte und auch für Behördenkontakte. Internetdienste sind zahlreich und für Ihre Aktivitäten gut nutzbar. Mögliche Themen, die sich für Sie vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Apps des öffentlichen Personennahverkehrs (DB-Navigator, Öffi – Fahrplanauskunft, regionale Verkehrsbetriebe etc.)
- Einkaufen im Internet (Bestellmöglichkeiten, Chancen, Risiken, Versandbedingungen, Zahlungsmöglichkeiten etc.)
- Digitale Alltagshelfer (Wikipedia, Duden, Übersetzungsdienste, Navigation über Google Maps oder Open Street Map, Google Earth, Wetterdienste etc.)
- Behördengänge online erledigen (Steuererklärungen, Formulare, Terminkalender, elektronische Services etc.)
- Bezahlungssysteme (Apple Pay, PayPal etc.)
- Nützliche Informationen (Öffnungszeiten, Speisekarten, Restaurants, Kinos, Veranstaltungen in der Umgebung etc.)
- Onlinereisebuchungen (Hotel, Flüge, Routenplaner im Ausland)
- Preisvergleichsportale
- Onlinebanking

Unterhaltung, Informationssuche und Freizeit

Das Internet steckt voller medialer Möglichkeiten: den verpassten Krimi vom Sonntag anschauen, die Zeitung digital auch im Urlaub lesen und sich Tipps für das eigene Hobby auf Videoportalen wie YouTube geben lassen. Auch Suchmaschinen machen viele Freizeitaktivitäten einfacher, da man schnell und bequem an Informationen kommt. Gerade mit dem Smartphone findet man schnell und vor allem mobil Hilfe auf viele Fragen. Mögliche Themen, die sich für Ihre Angebote vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Suchmaschinen (Informationen suchen/finden, Alternativen zu Google wie beispielsweise Startpage, DuckDuckGo oder bing, Suchfilter etc.)
- Onlinezeitungen und -zeitschriften (Tageszeitungen, überregionale Blätter, Nachrichten-Apps etc.)
- Mediatheken, Audiotheken und Podcasts (öffentlich-rechtliche und private Anbieter, Apps fürs Tablet und Smartphone etc.)
- Onleihe von Büchern in Bibliotheken
- Onlinespiele und Gedächtnisübungen
- Streaming-Dienste (Netflix, Amazon Prime, Spotify, Audible etc.)
- Rezepte suchen (Portale wie Chefkoch, Küchengötter etc.)
- Videoplattformen (YouTube, Vimeo etc.)
- Onlineradio (Streaming-Angebote der Öffentlich-Rechtlichen und Privaten)
- Sport-Apps
- Pinterest

„Mit einem Smartphone habe ich das Wissen der Welt in der Hosentasche!“

83-JÄHRIGER DIGITAL-BOTSCHAFTER

Gesundheit, Häuslichkeit und Pflege

Gesundheitsinformationen aus dem Netz werden immer wichtiger, denn Auskünfte zu Symptomen rund um medizinische Fragestellungen findet man auf zahlreichen Ratgeber-Webseiten oder in Foren im Internet. Auch Rezepte kann man online einlösen und sich die Medikamente bis vor die Haustür liefern lassen. Zugleich gibt es durch die weiter zunehmende Vernetzung von Geräten mittlerweile verschiedenste Möglichkeiten, zum Beispiel das eigene Zuhause mit smarten Technologien auszustatten. Mögliche Themen, die sich für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Telemedizin und Arztkontakte (technische Möglichkeiten, ärztliche Grenzen etc.)
- Online-Apotheken und Rezepte
- Smarte Gesundheitssysteme (Fitness-Apps, Schrittzähler, Wearables etc.)
- Assistenzsysteme (Ambient Assisted Living (AAL) etc.)

Auf der Webseite <https://www.silver-tipps.de/category/gesundheit> finden Sie eine Reihe von Artikeln rund um die oben genannten Themen.

Bedienung der Technik

Um smarte Endgeräte, den PC oder Laptop gut nutzen zu können, braucht man grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten. Meist lassen sich diese im beispielhaften Umgang mit einem Gerät, einer App oder dem Internet im Allgemeinen erlernen. Mögliche Themen, die sich für Ihre Angebote vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Geräteauswahl (Android, Apple etc.)
- Wischbewegungen und Bedienung des Smartphones
- WLAN (einrichten, verwalten, wechseln etc.)
- Mobiles Internet (Verträge und Prepaid, Konnektivität, Unterscheidung zu WLAN, Kosten, Verfügbarkeit etc.)
- Einrichten von Benutzerkonten
- Apps (installieren, verwalten, löschen, Berechtigungen, App- und Play-Store etc.)
- Bedienungshilfen (VoiceOver, Lupe, Farb- und Kontrasteinstellungen, alternative Tastaturen etc.)
- Fotos und Videos mit dem Smartphone oder Tablet machen
- Fotos bearbeiten (Effekte, zuschneiden, Korrekturen)
- Fotos archivieren
- Anhänge und Dateien austauschen (Mail, WeTransfer, Dropbox etc.)
- QR-Codes

- Bluetooth-Verbindungen herstellen
- Hot-Spot einrichten
- Symbole erklären (zum Beispiel Akku, Einstellungen, Kamera, WLAN, Bluetooth etc.)

Querschnittsthemen

Alle bereits beschriebenen Themen- und Handlungsfelder lassen sich nur dann sinnvoll, sicher und mit Vertrauen in die Technik nutzen, wenn generelle Fragen der Sicherheit, des Verbraucher- und Datenschutzes mitgedacht und angesprochen werden. Zudem ist es wichtig, Abzockfallen und Betrugsmaschen im Internet oder smarten Geräten zu erkennen und zu wissen, wie man damit umgeht. Mögliche Themen, die sich für Ihre Angebote vor diesem Hintergrund anbieten, sind zum Beispiel:

- Verbraucher- und Datenschutz (Verträge, Onlinebestellungen, Abzocken etc.)
- Internetkriminalität (Betrugsversuche via Phishing, Passwortklau etc.)
- Internet- und Gerätesicherheit (Bildschirm Sperren, Diebstahl-Apps, Virens Scanner, Firewalls, Verschlüsselung, Passwortsicherheit etc.)
- Digitale Routinen (Passwortwechsel, Back-ups etc.)

Sicherlich ist dieses Themenfeld das umfangreichste und am schwersten zu überschauende der bisher beschriebenen. Denn einerseits ist es beinahe unmöglich, sich hier immer auf dem aktuellsten Stand zu halten, und andererseits sind hiermit viele rechtliche Fragestellungen verbunden.

TIPP



Das Digital-Botschafter-Team bietet deshalb auf der Seite www.silver-tipps.de verschiedene Hilfestellungen an. Das Projekt arbeitet dafür eng mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz, dem Datenschutzbeauftragten des Landes und dem Landeskriminalamt zusammen. Bei Fragen rund um die oben beschriebenen Themenbereiche können Sie sich jederzeit an uns wenden. Wir helfen Ihnen gerne weiter oder vermitteln Sie an einen unserer Projektpartner.

Ergänzende Aktivitäten in der Kommune

Für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter gibt es viele Formen, wie man innerhalb einer Kommune noch aktiv werden kann. Themen sind zum Beispiel:

- Entwicklung lokaler Strukturen (Einrichtung von Freifunk, öffentlichen WLAN-Netzwerken, zum Beispiel in Seniorenzentren etc.)
- Einrichtung von Seniorentreffs mit digitalen Themen (Smartphone-Cafés, Tablet-Treffs etc.)
- Organisieren von Vorträgen (in Kooperation mit der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz, an Kreis- und Volkshochschulen, in Bibliotheken etc.)
- Netzwerkarbeit mit Vereinen
- Sprachrohr sein für ältere Menschen beim Themenfeld Digitalisierung
- Digitale Dörfer, Dorfnews und Dorffunk
- Einrichten von Nachbarschafts-Communitys wie zum Beispiel nebenan.de

Gerne helfen wir Ihnen bei Fragen rund um die genannten Themenfelder, wie zum Beispiel dem Einrichten und den rechtlichen Rahmenbedingungen eines Freifunknetzes in Ihrer Kommune.

3.3 Welche Aktivitäten sind denkbar?

Im Folgenden stellen wir Ihnen exemplarisch verschiedene Aktivitätsbeispiele vor, die Ihnen bei der Ausgestaltung Ihres Ehrenamts helfen sollen.

TIPP



Falls Sie eine Idee für ein Format haben, kontaktieren Sie uns! Wir sind ständig auf der Suche nach Ideen, um unsere Zielgruppe noch besser zu erreichen. Es ist uns wichtig zu erfahren, wenn etwas nicht funktioniert.

3.3.1 So gestaltet man einen Smartphone- oder Tablet-Treff – mit Spaß und ohne Druck lernen

Autorin: Annemarie Freudenberg

Als Digital-Botschafterin oder -Botschafter haben Sie viele Möglichkeiten, älteren Menschen zu helfen, die digitale Welt zu entdecken. Sie möchten einen Ort der Offenheit, Gemeinschaft, des Spaßes und Lernens schaffen? Dann ist ein Smartphone- oder Tablet-Treff vielleicht genau das Richtige für Sie. Hier bringen Sie ältere Menschen in einer kleinen Gruppe zusammen und zeigen ihnen niedrigschwellig sowie spielerisch den Umgang mit dem Smartphone oder Tablet. Meistens kommen Interessierte mit folgender Aussage zu dem Treff: „Ich habe ein Smartphone geschenkt bekommen, aber weiß überhaupt nicht, was man damit eigentlich machen kann.“ Andere wissen zwar, was die Geräte können, verstehen die Bedienung aber nicht und brauchen Hilfe. Die Seniorinnen und Senioren können sich mit Gleichgesinnten austauschen und merken schnell, dass sie mit ihren Problemen und Ängsten nicht alleine sind.

Niedrigschwelliges Lernen in der Gruppe mit Zeit zum Ausprobieren

Sie entdecken gemeinsam mit Ihren Treff-Besucherinnen und -Besuchern Funktionsweisen und Anwendungsmöglichkeiten von Smartphones und Tablets. Im Mittelpunkt steht der gemeinsame Austausch über Erfahrungen mit den Geräten, das niedrigschwellige Lernen in der Gruppe sowie die gegenseitige Hilfestellung. Die Teilnahme und Gestaltung des Treffs ist an möglichst wenige Bedingungen geknüpft, sodass jeder Person der Einstieg gelingt. Seniorinnen und Senioren mit verschiedenen Wissensständen in Bezug auf Smartphones und Tablets kommen zusammen und vertiefen, erneuern oder festigen ihr Wissen. Anders als in Kursen ist der Treff thematisch sehr offen gestaltet und orientiert sich stark an den jeweiligen Bedürfnissen der Teilnehmenden. Diese können ihre Fragen stellen und Vorschläge für Themen machen. Die Teilnehmenden bestimmen also die Themenausrichtung und Schwerpunktsetzung maßgeblich mit und Sie bekommen als leitende Person Anregungen für die nächsten Treffs und können sich gezielt vorbereiten.

In den ersten Treffs können Sie sich darauf einstellen, zunächst grundlegende Fragen zur Bedienung der Geräte zu klären: Wie geht das Gerät an? Wie lässt es sich bedienen? Welche Einstellungen kann ich vornehmen? Was bedeuten die Symbole eigentlich? Wenn die Teilnehmenden die absoluten Grundlagen beherrschen, können Sie sich für die Sitzungen einen thematischen Schwerpunkt überlegen, wie zum Beispiel Fotografieren mit dem Smartphone, Apps installieren, Informationen im Internet suchen etc.

In ca. 90 Minuten bekommen die Teilnehmenden einen kurzen Überblick über ein Thema, bearbeiten gemeinsam eine Aufgabe oder probieren Funktionen ihrer Geräte aus und haben Zeit, allgemeine Fragen in der Gruppe zu stellen. Im wechselseitigen Austausch können alle etwas mitnehmen. Durch die Vielzahl an Geräteherstellern und Softwareversionen gibt es auch bei Geräten mit gleichem Betriebssystem Unterschiede, sodass Sie gemeinsam mit den Seniorinnen und Senioren den richtigen Weg fürs jeweilige Gerät suchen. Somit lernt auch die Treffleiterin oder der -leiter noch etwas dazu.

Gegenseitiger Austausch und Wiederholungen haben besonderen Stellenwert

„Übungen und Wiederholungen sind das A und O.“

ANNEMARIE FREUDENBERG – LEITERIN DES MAINZER TABLET-TREFFS

Neben Übungen am eigenen Gerät ist auch die Frage- und Diskussionsrunde am Ende eines Treffens besonders wichtig. Aus häufig gestellten Fragen können sich leicht Themen für ein nächstes Treffen ableiten lassen. Außerdem zeigen die Fragen, wo Wiederholungsbedarf besteht. Das ständige Wiederholen von Abläufen sorgt für einen souveränen Umgang mit der Technik. Durch gezieltes Einüben, auch in unterschiedlichen Kontexten und praxisnahen Alltagssituationen, können Sie Unsicherheiten bei Ihren Teilnehmenden abbauen. Übungen und Wiederholungen sind das A und O, damit die Seniorinnen und Senioren auch zu Hause ihre Geräte nutzen. Nur durch häufiges Anwenden bleiben Vorgänge im Gedächtnis.

Empfehlungen zur Organisation eines Tablet- und Smartphone-Treffs

Bei der Organisation eines Smartphone- oder Tablet-Treffs ist eine Gruppengröße von vier bis maximal zehn Personen zu empfehlen. Spätestens ab sieben Personen ist es ratsam, sich eine Mitstreiterin oder einen Mitstreiter zu suchen, um dem individuellen Bedarf der Seniorinnen und Senioren gerecht werden zu können. Am besten schließen Sie sich mit einer Digital-Botschafterin oder einem Digital-Botschafter aus Ihrer Region kurz. Dabei ist es als Treffleitung weniger wichtig, schon alles zu wissen. Vielmehr geht es um die Bereitschaft, sich in neue Themen einzuarbeiten und mit den Teilnehmenden gemeinsam Dinge zu erforschen. Ein Grundlagenverständnis und -wissen zur Bedienung von Tablets und Smartphones genügt meist schon aus, um den Teilnehmenden zur Seite zu stehen. Tiefgreifende Informationen und Methoden lassen sich ergänzend in Zeitschriften oder im Internet recherchieren.

Die Räumlichkeiten Ihres Treffs sollten für Seniorinnen und Senioren gut zugänglich sein und der Gruppengröße entsprechen. An die technische Ausstattung des Raumes sind zunächst wenige Ansprüche gestellt. Hilfreich können Tafeln oder Flipcharts sein oder auch ein Beamer oder Fernseher. Hierbei kommt es ganz auf die Ausgestaltung Ihres Angebots und die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer an. **Essenziell ist allerdings ein funktionierendes WLAN, mit dem die Teilnehmenden ihre Geräte verbinden können.**

TIPP



Wer auf der Suche nach Räumlichkeiten, passender Technik und Tipps für die Gestaltung eines Tablet-Treffs ist, kann sich jederzeit an das Digital-Botschafter-Team wenden. Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Das Treffmodell zielt besonders auf Seniorinnen und Senioren ab, die im Umgang mit einem eigenen Gerät noch wenige Erfahrungen haben oder neue Dinge ausprobieren möchten. Es ist durchaus auch möglich, Interessierte mit einzubinden, die wissen möchten, ob so ein Gerät überhaupt etwas für sie ist. Hierfür bietet das Digital-Botschafter-Team die Möglichkeit, sich einen Tablet-Koffer mit Android- oder Apple-Geräten auszuleihen. Um potenzielle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu erreichen, ist es wichtig, das Angebot ansprechend zu bewerben. Neben Annoncen in Zeitungen, Amtsblättern und im Internet oder Aushängen in Seniorentreffs und bei anderen Netzwerkpartnern, ist meist ein direktes Ansprechen von Personen sehr effektiv. Bei einem bald endenden festen Kursangebot könnte man beispielsweise den Treff vorstellen, um dort die erworbenen Kenntnisse weiterhin einzuüben und thematisch am Ball zu bleiben, auch wenn der Kurs an sich nicht mehr fortgeführt wird.

So bereiten Sie einen Tablet-Treff vor

Bei der Vorbereitung eines ersten Treffens sollten Sie ein leicht zugängliches und grundlagenbasiertes Thema wählen, bei dem auch unerfahrene Besucherinnen und Besucher anknüpfen können und die Gruppe sich kennenlernen kann. Grundlegende Themen wie Anwendungsmöglichkeiten oder die Bedienung von Smartphones und Tablets bieten sich hier besonders an. Aus einem ersten Treffen ergeben sich meist weitere Themen und Fragestellungen, die sich bearbeiten lassen. Nutzen Sie wiederkehrende Themen oder Fragestellungen als Möglichkeit zur Wiederholung. Auch wenn sich das Thema wiederholt, ergeben sich meist neue Aspekte, die sich beleuchten lassen.

Haben Sie sich für ein Thema entschieden, sollten Sie die wichtigsten Informationen zum Thema zusammentragen, um einen ganz kurzen Einstieg geben zu können. Passend zu diesem Einstieg sollten Sie anschließend Praxisübungen oder Methoden wählen, die den Teilnehmenden die Möglichkeit zum Einüben geben. Die Übungen können einfache Handlungsanweisungen mit Schritt-für-Schritt-Anleitung enthalten oder Fragen und Aufgaben, die es zu lösen gilt. Dabei kommen besonders lebens- und praxisnahe Übungen gut an.

TIPP



Lassen Sie die Teilnehmenden ein Lerntagebuch anlegen. Dort können sie festhalten, was sie Neues gelernt haben, und es zu Hause noch einmal in Ruhe durchlesen.

In drei Schritten zum Tablet- und Smartphone-Treff

Ein Treffen lässt sich grob in drei Abschnitte gliedern: ein Theorieabschnitt, ein Übungsabschnitt und eine offene Frage- oder Diskussionsrunde.

Abschnitt 1: Theorie

Nach einer kurzen Begrüßung der Teilnehmenden und dem Klären von Formalitäten wie Pausen, Sanitäreinrichtungen etc. stellen Sie ein Thema vor und geben einen kurzen theoretischen Überblick. Dies kann auf unterschiedliche Art und Weise geschehen, beispielsweise durch eine Präsentation, einen ganz kurzen Vortrag oder ein Einstiegsvideo. Hierfür sollten Sie maximal 20–30 Minuten einplanen.

TIPP



Auf der Webseite www.silver-tipps.de gibt es verschiedene Videos, Bilderstreifen oder Artikel, die sich für den Einstieg eignen. Zudem stellen wir regelmäßig in der Materialsammlung auf www.digibo.rlp.de verschiedene Möglichkeiten vor, wie Sie einen Treff inhaltlich gestalten können.

Abschnitt 2: Praxisübungen

Im Anschluss an die Theorie sollen sich die Teilnehmenden praktisch mit dem Thema auseinandersetzen. Stellen Sie Übungsaufgaben oder geben Sie ihnen eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, sodass sie die jeweilige Funktion erkunden, ausprobieren und einüben können. Schritt-für-Schritt-Anleitungen sollten Sie auf lange Dauer allerdings nur bedingt einsetzen. Die Lernenden sollen die Strukturen verstehen, denn wenn sich beispielsweise die Betriebsoberfläche durch ein Update ändert, kann es sein, dass plötzlich alles anders aussieht und sie sich nicht mehr zurechtfinden. Die Lernenden sollen sich gegenseitig helfen und bekommen gegebenenfalls Hilfestellung durch Sie. Dieser Abschnitt nimmt die meiste Zeit in Anspruch und je nach Methode sollten Sie hierfür 30 bis 50 Minuten einplanen.

Abschnitt 3: offene Fragerunde

Im Anschluss an die Übungsphase sollten Sie den Lernenden die Möglichkeit geben, Fragen zu stellen, sowohl zum Thema als auch allgemein. Neben individueller Hilfestellung können Sie in dieser Runde auch die Interessen der Gruppe feststellen und Themenstellungen für folgende Treffen ermitteln. Hierfür sollten Sie circa 15 bis 20 Minuten einplanen.

Tipps für die Praxis

Zur Vorbereitung eines Treffs und auf der Suche nach Sachinformationen lohnt sich ein Blick auf die Internetseite www.silver-tipps.de. Hier finden sich Artikel, Videos, ein Glossar mit Fachbegriffen und Bilderreihen zu verschiedenen digitalen Themen.

3.3.2 Offene Sprechstunde anbieten – ein Erfahrungsbericht von Digital-Botschafterinnen und -Botschaftern aus Mainz

Spaß statt Frust mit Smartphone, Tablet, Laptop & Co. – Neustadt im Netz (NiN) als Retter bei digitalen Problemen

Autorin: Dorothea Rimbach

Als Mitglieder des Vereins Neustadt im Netz e.V. (NiN) bieten wir regelmäßig eine PC-Sprechstunde an und werden dabei mit den unterschiedlichsten Anforderungen unserer Besucherinnen und Besucher konfrontiert. So zum Beispiel mit der etwas hilflos wirkenden eleganten älteren Dame, die mit ihrem Tablet ins caritas-zentrum Delbrêl in der Mainzer Neustadt gekommen ist. Ihr Sohn hatte ihr sein abgelegtes Gerät überlassen, damit die Mutter endlich in der digitalen Welt ankommt. Nach ein paar kurzen Erklärungen saß sie dann da und wusste nicht recht, was sie mit dem Geschenk anfangen sollte. In unserer PC-Sprechstunde suchte sie Rat. Ein weiteres Beispiel ist die erfahrene Nutzerin, die viel im Internet bestellt und sich einen Virus eingefangen hat. Andere kommen mit älteren Geräten, die dringend Updates benötigen oder einfach von überflüssigen Programmen bereinigt werden müssen.

Einfache Tipps für den Umgang mit digitaler Technik

Für solche und viele andere Situationen gibt es seit 2014 die PC-Sprechstunde. Einfache Tipps zur optimalen Nutzung der Software sind gefragt, das Installieren oder Deinstallieren von Programmen, Virencheck oder die Suche nach Gründen, warum der Computer auf einmal so langsam geworden ist. Manchmal ist es eine echte Herausforderung, die Lösung für ein aktuelles Problem zu finden. Da ist viel Sachverstand nötig, oft unterstützt durch eine Recherche im Internet.

Die Vorkenntnisse der Helferinnen und Helfer von NiN sind ganz unterschiedlich. Ehrenamtliche „Profis“ sind dabei, aber auch andere, die relativ schnell an ihre Grenzen kommen. Diese Personen werden aber nicht weniger gebraucht. Denn wenn viele Hilfesuchende gleichzeitig kommen, sind natürlich Wartezeiten nicht zu vermeiden. Da ist es gut, wenn Ansprechpersonen vom Verein da sind, die schon mal die Themen, um die es geht, abfragen und auch die Wartenden untereinander ins Gespräch bringen. Schließlich hat der Besuch in der PC-Sprechstunde auch einen kommunikativen Aspekt.

Praxisnahe Sprechstunden sind ein Erfolg

Angefangen hat NiN e.V. 2003 mit einem PC-Café, das auch heute noch in den Räumen des caritas-zentrums Delbrêl wochentags geöffnet hat und neben der reinen Internetnutzung auch die Möglichkeit bietet, Bewerbungen zu schreiben oder andere Dinge zu erledigen, unterstützt von fachkundigen Ehrenamtlichen. Ziel war es am Anfang, den Bewohnerinnen und Bewohnern der Mainzer Neustadt – einem Stadtteil mit besonderem „Entwicklungsbedarf“ – den Zugang zu der damals noch recht neuen digitalen Technik zu erleichtern. Werbebeiträge unserer Sponsoren, Zuschüsse sowie Spenden ermöglichen die regelmäßige Erneuerung der Hard- und Software im PC-Café. Daneben gab es Basisschulungen, um mit dem Computer und seinen Anwendungsmöglichkeiten vertraut zu werden.

Mit der Zeit änderte sich aber unsere Klientel. Viele hatten schon Erfahrung, aber jede beziehungsweise jeder andere, bedingt durch unterschiedliche Systeme und Geräte. Deshalb war eine Schulung im Kurssystem irgendwann nicht mehr sinnvoll. So haben wir uns für die PC-Sprechstunden entschieden, die zunehmend erfolgreicher laufen, da sie sich immer mehr herumsprechen. Zurzeit fragen wir bei unseren Besucherinnen und Besuchern ab, was sie außerdem interessieren würde. Darauf aufbauend wollen wir zusätzlich Themenabende anbieten, in denen bestimmte Fragen praxisnah beantwortet werden.

Mit den anderen Initiativen, die ähnlich wie wir in unserer Nachbarschaft arbeiten, wollen wir einen Austausch starten und Möglichkeiten ausloten, wie wir uns gegenseitig unterstützen können, zum Beispiel durch einen Wissenstransfer. Mal sehen, was bei dem ersten Treffen an Ideen zusammenkommt. Wir sind gespannt.

Unterstützung suchen und mit Partnern zusammenarbeiten

Wer sich dafür interessiert, selbst digitale Hilfestellung zu bieten, braucht natürlich Fachkunde. Ebenfalls sollte man die Menschen stets ernst nehmen, ihnen zuhören und sich auf ihre Fragen einlassen. Aus unserer Sicht ist die Einbindung in eine größere Organisationseinheit – wie bei uns die Caritas – hilfreich. Wir sind zwar ein eigenständiger Verein, aber unter dem Dach der Caritas, das heißt, wir haben dort unsere festen Räume und Ansprechpartner, die uns organisatorisch unterstützen. Kontinuität ist außerdem sehr wichtig. Von Anlaufschwierigkeiten darf man sich nicht entmutigen lassen. Da wir häufig mit alten Geräten zu tun haben, die auch ohne unser Zutun irreparable Defekte entwickeln können, haben wir einen Haftungsausschluss formuliert, der uns vor eventuellen unberechtigten Regressforderungen bewahrt.

Ansonsten einfach loslegen und den Frust in Spaß verwandeln, sodass auch diejenigen, die sich schwertun, die Möglichkeiten der digitalen Welt für sich nutzen können.

3.3.3 Hausbesuche bei Seniorinnen und Senioren

Digital-Botschafterinnen und -Botschafter in aufsuchender Hilfe

Autoren: Christian Wedel und Fabian Geib

Als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter bieten Sie Ihre Hilfe in Form von Tablet-Treffs, Sprechstunden, Digitalen Stammtischen oder weiteren Formaten an. Das können Sie in Bibliotheken, Gemeinderäumen, Cafés und an anderen Orten tun. Allerdings ergibt sich immer wieder die Problematik, dass viele Menschen diese Angebote nicht aufsuchen können beziehungsweise nicht aufsuchen möchten. Das kann unterschiedliche Gründe haben: Meist ist es wegen der eingeschränkten Mobilität oder weil sie sich nicht trauen, zu einem Tablet-Treff oder ähnlichem Angebot zu gehen – aus Sorge, nicht mit anderen mithalten zu können. Deswegen kommt es nicht selten zu der Bitte, ob Sie nicht auch Menschen zu Hause besuchen könnten.

Sie haben als Digital-Botschafterin oder -Botschafter insbesondere die Möglichkeit, dort aktiv zu werden, wo Hilfe dringend benötigt wird, nämlich in den eigenen vier Wänden von Hilfesuchenden. Diese bieten einen sicheren, vertrauten Rahmen, in dem ganz gezielt auf die **Bedarfe, Fragen und Probleme der digitalen Neulinge** eingegangen werden kann.

Fragen und Überlegungen im Vorfeld

Bevor Sie eine Person zu Hause besuchen, sollten Sie mit ihr folgende Fragen klären:

- Ist vor Ort ein Internetzugang vorhanden?
- Hat die Person überhaupt schon ein internetfähiges Endgerät?
- Welche Erfahrungen und Kenntnisse hat die Person im Umgang mit digitalen Medien?

Beim ersten Besuch oder danach sollten Sie für sich folgende Fragen klären:

- Braucht die Person Unterstützung bei einem aktuellen Problem oder möchte sie fortlaufend den Umgang mit Internet, Smartphone und Co. erlernen?
- Wie viel Zeit nimmt die Hilfe in Anspruch?
- Ist die Hilfe zu Hause notwendig oder kann die Person zu einem öffentlichen Angebot kommen?
- Was trauen Sie sich technisch zu und was nicht?
- Fassen Sie das Gerät der Person an, um etwas zu zeigen, oder agieren Sie nur anleitend?

- Können Sie weitervermitteln, wenn Sie es selbst doch nicht schaffen?
- Wer außer Ihnen kann der Person noch helfen?
- Wie steht es mit Ihnen selbst? Bieten Sie eher Hilfe nach Bedarf an oder machen Sie auch regelmäßige Hausbesuche?
- Wie und wann darf Sie die Person kontaktieren?
- Stehen Sie außerhalb des Hausbesuchs für Rückfragen zur Verfügung?
- Wie können Sie eine gute Lernatmosphäre vor Ort schaffen?

Geduld, Verständnis und gute Vorbereitung

Hausbesuche benötigen einiges an Planung und dementsprechend ausreichend Zeit.

TIPP



Vor dem Besuch können Sie das Anliegen und die Interessen der Hilfesuchenden schon möglichst weit eingrenzen und sich individuelle Lösungen überlegen. Hierfür hilft zum Beispiel ein Telefonat vor dem ersten Treffen. Im internen Bereich auf der Digital-Botschafter-Website finden Sie einen Vordruck für den ersten Kontakt mit Personen, die einen Hausbesuch wünschen.

Bevor Sie loslegen, ist es hilfreich, zunächst einmal eine gute Atmosphäre zu schaffen. Plaudern Sie mit der Person über Verschiedenes, versuchen Sie ein Gespür dafür zu bekommen, wer vor Ihnen sitzt. Je nachdem, wie viel Zeit Sie mitbringen, leiten Sie dann über zum eigentlichen Thema und Grund Ihres Besuchs. Die beste Hilfe ist immer, sich anzubieten, Vorschläge zu machen und Geduld mitzubringen, denn nicht jede und jeder reagiert gleich schnell oder versteht Ihre Erklärungen oder Tipps sofort. Beim ersten Treffen sollten Sie die Interessen und Wünsche Ihres Gegenübers herausfinden. Sollte die Person keine eigenen Ideen beziehungsweise Anliegen haben, können Sie selbst Vorschläge machen. Gehen Sie möglichst kleine Schritte.

TIPP



In den Kapiteln 2.2 bis 2.6 erfahren Sie, wie ältere Menschen lernen, wo man bei der Zielgruppe ansetzen kann, wie eine gute Lernumgebung aussieht, welche Methoden Berührungspunkte abbauen und wie man Menschen motiviert, sich mit der digitalen Welt auseinanderzusetzen.

Wenn Sie eine Person fortlaufend unterstützen, bietet es sich an, einen Leitfaden für Ihre Treffen vorzubereiten. Im Fokus sollte stets das gemeinsame Ausprobieren und Üben stehen. Beide Seiten sollten sich Notizen machen. Sie sollten auch selbst die Treffen kurz dokumentieren als Hintergrund und Gedankenstütze für die eventuellen nächsten Treffen.

TIPP



Damit das Gelernte auch länger hängen bleibt, kann Ihr Gegenüber ein Lerntagebuch führen. Dann kann die hilfeschuchende Person noch einmal eigenständig nachschauen, was gelernt wurde und wie etwas funktioniert. Außerdem können sie sich offene gebliebene Fragen für das nächste Treffen notieren.

Um gut vorbereitet zu sein, empfiehlt es sich, dass Sie für mögliche Testzwecke ein eigenes Netzwerkkabel (für die Verbindung zwischen Laptop und Router, wenn kein WLAN funktioniert), das eigene Smartphone (zum Testen von WLAN-Verbindungen etc.) oder den Laptop (für Suchhilfe im Internet, Suchen von Bedienungsanleitungen etc.) mitnehmen. Bei den eigenen technischen Geräten weiß man in aller Regel, dass sie funktionieren!

Sollte die Person noch kein Internet haben, können Sie zunächst einmal die Chancen und Möglichkeiten des Internets an Ihrem eigenen Gerät zeigen, sofern Sie natürlich selbst einverstanden sind. Wenn Sie ausreichend Datenvolumen besitzen, können Sie unter Umständen auch einen Hotspot einrichten. So können Sie das Internet Ihres Smartphones teilen. Die Person kann dann besser abwägen, ob sich zukünftig ein eigener Internetanschluss lohnt.

TIPP



Als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter können Sie unseren Tablet-Koffer ausleihen. Sollte eine Person noch kein eigenes Gerät besitzen, können Sie den Koffer mit zu Ihrem Treffen nehmen. So kann die Person einfach mal ausprobieren, ohne direkt Geld in ein eigenes Gerät zu investieren.

Kennen Sie Ihre Grenzen und machen Sie diese klar!

Manche Personen möchten, dass Sie nur ein bestimmtes Problem lösen. Seien Sie hier vorsichtig. Machen Sie den Hilfesuchenden klar, dass Digital-Botschafterinnen und -Botschafter zwar ehrenamtlich aktiv, aber kein kostenloser Ersatz für professionelle Dienstleister sind. Als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sollen Sie vor allem Menschen beim Einstieg in die digitale Welt helfen und Lust auf das Themenfeld machen. Machen Sie hier auch Ihre eigenen Grenzen klar. Wenn Sie sich zutrauen, bei jemandem das Internet

beziehungsweise den Router einzurichten, ist das zwar möglich, allerdings sollte das die Ausnahme sein. Natürlich ist ein funktionierender Internetanschluss eine wichtige Voraussetzung für Ihre Tätigkeit. Für die entsprechende Einrichtung gibt es aber professionelle Dienstleister, versuchen Sie möglichst nicht, mit diesen in Konkurrenz zu treten!

Seien Sie auch insbesondere vorsichtig mit sensiblen Daten. Themen wie Onlinebanking und Passwörter sind sehr heikel. Wenn etwas passiert, sind Sie schnell die oder der Schuldige. Sie können der Person Tipps und Tricks geben, wie man Benutzerkonten anlegt, sichere Passwörter erstellt, wie man sich diese merken kann oder sicher aufbewahrt. Sie sollten aber nicht selbst Zugang zu diesen Daten haben. Agieren Sie nur anleitend und holen Sie sich bei Bedarf professionelle Unterstützung hinzu. Beim Erklären von Onlinebanking bietet sich zum Beispiel die Unterstützung durch Bankangestellte an.

Sie werden bestimmt auch mal in die Situation kommen, in der Ihnen eine Person eine Entschädigung, die über Kaffee und Kuchen hinausgeht, für Ihre Tätigkeit anbietet. **Bitte nehmen Sie nichts an! Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sind ehrenamtlich aktiv.** Die einzige Ausnahme: eine Fahrtkostenentschädigung. Alternativ kann man einen Betrag auch einem gemeinnützigen Verein oder einer guten Sache spenden.

Versicherung und Haftung

Als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter sind Sie über den Projektträger haftpflichtversichert. Um sich zusätzlich abzusichern, sollten Sie zu Beginn des **Besuchs eine Vereinbarung zwischen Ihnen als Digital-Botschafterin oder -Botschafter und der ratsuchenden Person treffen, die grob beinhaltet, was Sie als Hilfe anbieten und dass Sie nicht für eventuelle Schäden haften.**

TIPP

Eine Vorlage für den Haftungsausschluss finden Sie im internen Bereich der Digital-Botschafter-Webseite.



Viele Personen haben Angst, Angebote wie Tablet-Treffs außerhalb der vier Wände zu besuchen, da sie denken, sie können nicht mit anderen mithalten. Sollte die Person mobil sein, können Sie bei Ihren Treffen nach und nach Berührungängste abbauen, Sicherheit aufbauen und ihr Mut machen, auch solche Angebote zu nutzen. Sie können ja beim ersten Mal gemeinsam zu einem Treffen gehen.

Wenn Sie diese Ratschläge beherzigen, wird auch die aufsuchende Hilfe für Sie eine positive Erfahrung und man wird Sie mit Dankbarkeit belohnen.

3.3.4 Digitale Stammtische

Digitale Stammtische einrichten

Autor: Guido Steinke

Sie wollen sich als Digital-Botschafterin oder -Botschafter zu einem bestimmten digitalen Thema fortbilden und genauer informieren? Ihre Lernenden haben sehr spezifische Fragen, die Sie nicht beantworten können? Dann planen Sie doch mal einen Digitalen Stammtisch. Hier erhalten Sie und Ihre Lernenden Hilfe und Rat von Expertinnen und Experten zu den verschiedensten digitalen Themen.

Orte der Orientierung

Notebook, Tablet und Smartphone: Die Vielfalt der Geräte, mit denen man ins Internet gehen kann, ist kaum zu überschauen. Auch die Anzahl der Programme oder Anwendungen (Apps) wächst stündlich. Alleine fühlt man sich da schnell überfordert. Zum Glück gibt es immer mehr Orte, wo man mit seinen Fragen (und Geräten) hingehen kann. Smartphone-Sprechstunden im benachbarten Mehrgenerationenhaus, Technikfragestunden in der Kirchengemeinde oder auch einfach nur eine kleine Kaffeerunde, die gemeinsam am PC sitzt: In der Gruppe ist man immer schlauer, vor allem, wenn man seine Erfahrungen teilen kann.

Von Expertenerfahrungen profitieren

Die Internetexpertin oder den Internetexperten gibt es nicht. Viel wichtiger ist es, seine eigenen Geschichten mit diesem Medium zu teilen und daraus gemeinsam zu lernen. Jede Frage hilft weiter, auch den anderen in der Runde.

Wie kommt man an Antworten? Der Digital-Kompass hat ein Netzwerk von Expertinnen und Experten aufgebaut. Landeskriminalämter, Landesdatenschützer, Verbraucherkzentren oder Patientenberatungen, eine Vielzahl von Praktikerinnen und Praktikern sowie Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern: Bei den Digitalen Stammtischen erhalten die Teilnehmenden Antworten auf ihre Fragen rund um die digitale Welt. Das Beste: Man kann diese Expertinnen und Experten ohne großen Aufwand oder Reisekosten zu seinen Treffen einladen, (fast) überall, indem sie per Videokonferenz zu einem Treffen vor Ort hinzugeschaltet werden.

Digitale Stammtische selbst organisieren und durchführen: So geht's!

Schritt 1: Vorbereitung der Technik

Vorab sollten Sie prüfen, ob der Raum für das Treffen geeignet ist und die Technik funktioniert. Die Menschen sollen ins Gespräch kommen, daher eignet sich am besten ein größerer Tisch (oder mehrere), an dem alle sitzen und sich gegenseitig sehen können. Am Ende des Tisches sollte dann ein größerer Bildschirm oder Beamer stehen, der mit einem Laptop verbunden ist. Per Videotelefonie, zum Beispiel per Skype, wird der Experte oder die Expertin zugeschaltet. Externe Lautsprecher, Kamera und Mikrofon erleichtern das gegenseitige Verständnis. Hilfreich ist eine schnelle Internetverbindung. Sie sollten vor der Veranstaltung einen „Speedtest“ durchführen und testen, wie schnell die Internetverbindung ist.

TIPP



Einen Speedtest können Sie im Internet bei verschiedenen Anbietern machen. Geben Sie den Begriff einfach in die Suchmaschine ein und wählen Sie eins der Ergebnisse aus. Natürlich können Sie auch den Test bei mehreren Anbietern machen und die Ergebnisse vergleichen.

Bei einer Videokonferenz sollte der Download für eine flüssige Übertragung mindestens 16 Mbit/s betragen.

TIPP



Gerne können Sie im Vorfeld des Digitalen Stammtisches einen Testanruf mit dem Digital-Botschafter-Team vereinbaren, um zu überprüfen, ob alles funktioniert. Schreiben Sie uns hierzu rechtzeitig eine Mail an: digibo@lmk-online.de

Schritt 2: So kommen Sie an Expertinnen und Experten

„Die neuesten Maschen der Internet-Ganoven“, „Gesundheitsinformationen aus dem Netz“, „Digitaler Nachlass“ – die Themen sind fast unbegrenzt. Der Digital-Kompass hilft Ihnen bei der Suche nach Expertinnen und Experten. Moderiert findet die Videokonferenz an einem vorab festgelegten Termin mit einer Dauer von etwa einer Stunde statt. Sie sammeln idealerweise im Vorfeld Fragen, die Sie per Mail an die Expertin oder den Experten richten können. Während des Digitalen Stammtisches wird die Expertin oder der Experte live in die Einrichtung, wie zum Beispiel den Senioren-PC-Klub, die Volkshochschule oder ein Mehrgenerationenhaus, zugeschaltet. Außerdem können Teilnehmende von zu Hause aus mitmachen. Es besteht auch die Möglichkeit, dass sich zwei bis maximal drei Standorte zusammenschalten.

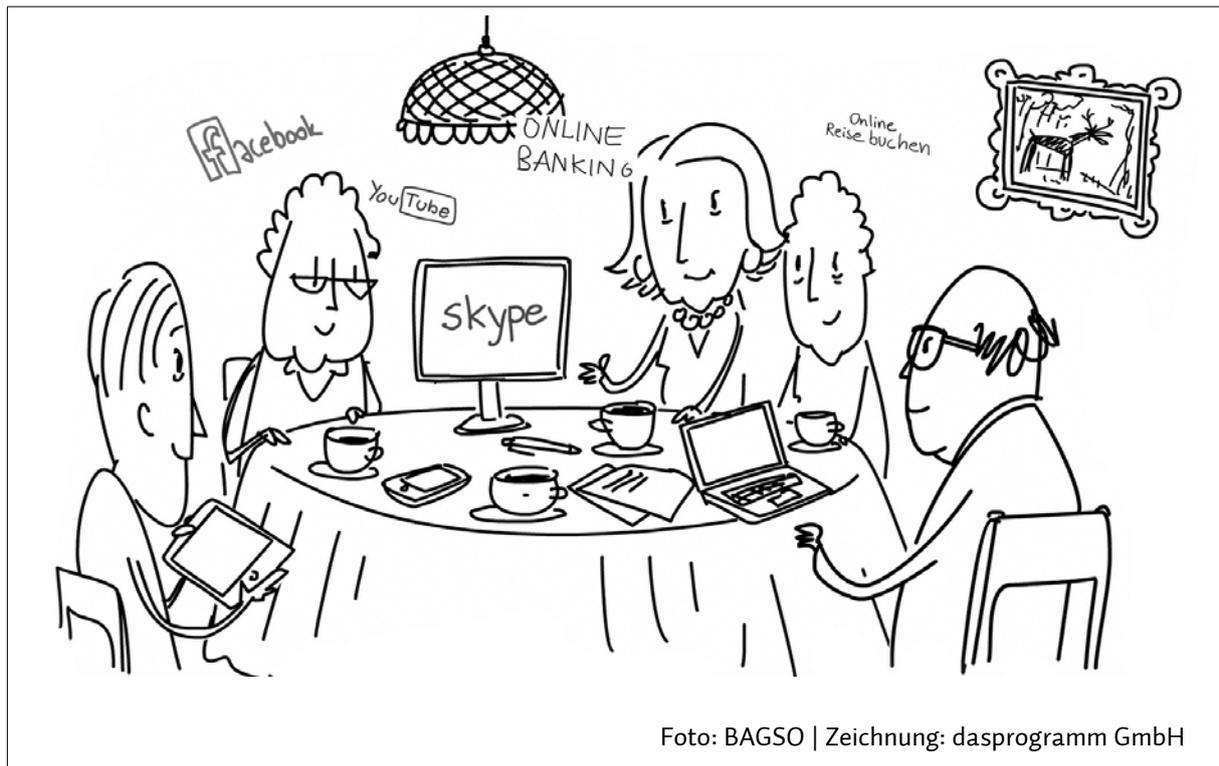
Schritt 3: Moderation vor Ort

Der Moderation vor Ort kommt eine besondere Rolle zu. Sie organisieren einen Raum, laden die Teilnehmenden ein, kümmern sich um die benötigte Technik und halten die Absprachen mit der Expertin oder dem Experten. Unterstützung bei der Absprache erhalten Sie vom Digital-Kompass.

Ungefähr eine halbe Stunde vor dem vereinbarten Termin wird mit den Teilnehmenden ein Testanruf durchgeführt, um Mikrofon, Lautsprecher und Bild zu testen.

Dann begrüßen Sie die Teilnehmenden, stellen das Thema des Digitalen Stammtisches kurz vor, holen die Expertin oder den Experten dazu und leiten nach dem Vortrag die Frageunde ein. Das kann bei etwas schwergängigen Themen auch durch eigene Fragen geschehen. Nach ca. einer Stunde beenden Sie die Videokonferenz, bedanken sich bei allen und verweisen auf weiterführende Tipps, zum Beispiel unter www.digital-kompass.de oder www.silver-tipps.de.

Meist sitzen die Menschen vor Ort noch etwas länger beisammen und sprechen über das gerade Gehörte bei Kaffee und Keksen.



Das Wesentliche in Kürze:

Räume

Ein Gruppenraum beziehungsweise Seminarraum oder ein Café, sofern Übertragungstechnik vorhanden ist, vielleicht sogar mit Kaffee und Keksen, Wasser oder Schnittchen

Technik

- LAN/WLAN
- schnelle DSL-Verbindung (mindestens 16 Mbit/s)
- Laptop
- Kamera, Lautsprecher, Mikrofon
- großer Bildschirm oder Beamer
- Installation von Videokonferenz-Software (zum Beispiel Skype, Hangout, Zoom etc.)

Ablauf

- Begrüßung/Vorstellung des Projektes durch den Moderator oder die Moderatorin
- Einführung ins Thema
- Vortrag durch Expertin oder Experten
- Fragerunde

Dauer

1,5 bis 2 Stunden, dabei eine Stunde mit der Expertin oder dem Experten, der Rest zum Austausch vor Ort

Zahl der Teilnehmenden

Idealerweise zwischen 5 und 15 Teilnehmende

Materialien

Materialien können vorher oder nachher auf der Website des Digital-Kompass bestellt werden.

TIPP

An den Standorten der MedienKompetenzNetzwerke (MKN) in Rheinland-Pfalz können für Digitale Stammtische Videokonferenzsysteme ausgeliehen werden. Diese machen es ganz einfach möglich, sich gut zu hören und zu sehen. Sprechen Sie hierfür bitte den jeweiligen Koordinator des MKN in Ihrer Region an.

Über die Digitalen Stammtische und den Digital-Kompass

Die „Digitalen Stammtische“ sind eine Veranstaltungsreihe, die im Rahmen des Digital-Kompass (www.digital-kompass.de) angeboten werden.

Sie werden von „Deutschland sicher ins Netz“ und der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) in Kooperation mit der VERBRAUCHER INITIATIVE bundesweit durchgeführt. Sie bieten Ehrenamtlichen und Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, Seniorinnen und Senioren und allen Interessierten die Möglichkeit, sich mit Expertinnen und Experten auszutauschen.

Der Digital-Kompass richtet sich an Internetlotsinnen und -lotsen, Trainerinnen und Trainer, Helferinnen und Helfer und Engagierte, die in der Seniorenarbeit aktiv sind. Er bietet zusätzlich in der Material-Fundgrube Lehrmaterialien, Broschüren, Filme, Arbeitsblätter und praktische Tipps für Treffen und Beratungen rund um die Themen Internet und digitale Medien an.



TIPP

Allgemeine Fragen zum Digital-Kompass können an Joachim Schulte (info@digital-kompass.de) oder im Speziellen zu Digitalen Stammtischen an Guido Steinke (guido.steinke@verbraucher.org) gerichtet werden.

3.4 Wie halten Sie sich auf dem aktuellen Stand?

Für Digital-Botschafterinnen oder -Botschafter gibt es verschiedene Möglichkeiten, um stets auf dem Laufenden zu bleiben. Im Folgenden möchten wir Ihnen diese vorstellen.

3.4.1 www.digibo.rlp.de – die Internetseite für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter

Sie möchten sich mit anderen Botschafterinnen und Botschaftern vernetzen, haben aber keine Kontaktdaten? Sie haben ein Angebot, wissen aber nicht, wie Sie Teilnehmerinnen und Teilnehmer erreichen und für Ihr Angebot werben können? Sie möchten zu einem Thema mehr erfahren, wissen aber nicht, wo eine Fortbildung in Ihrer Region stattfindet? Mit all diesen Fragen lassen wir Sie nicht im Regen stehen.

Sie finden unter „Termine“ Veranstaltungen, Fortbildungen, Digitale Stammtische und viele weitere Angebote in Ihrer Region. Über die Schaltfläche „Eigene Veranstaltung anmelden“ am Ende der Seite haben Sie auch die Möglichkeit, selbst eine Veranstaltung anzumelden. Unsere Redaktion prüft alle Angaben und veröffentlicht die Veranstaltung anschließend im Terminkalender. Füllen Sie hierfür bitte alle Felder aus und klicken Sie anschließend auf „Absenden“. Sie werden sehen, eine Veranstaltungsanmeldung ist ganz einfach.

The screenshot shows a web page for event registration. The header includes the logo 'DIGITAL BOTSCHAFTERINNEN & BOTSCHAFTER RHEINLAND-PFALZ' and navigation links: 'Startseite', 'Aktuelles', 'Termine', 'Standorte', 'Materialien', and a search icon. Below the header, a breadcrumb trail reads 'Sie sind hier: Startseite » Veranstaltungsanmeldung'. The main heading is 'Veranstaltungsanmeldung'. A sub-heading states: 'Hier können Sie Ihre eigene Veranstaltung für den Digitalbotschafter Terminkalender vorschlagen:'. The form contains the following fields:

- Möglicher Titel der Veranstaltung ***: Text input field.
- Startdatum ***: Date input field with a calendar icon.
- Ort ***: Text input field.
- Enddatum (optional)**: Date input field with a calendar icon.
- Art der Veranstaltung ***: Dropdown menu with the option 'Bitte wählen'.
- Uhrzeit (optional)**: Text input field.
- Name Ansprechpartner*in ***: Text input field.
- E-Mail Adresse Ansprechpartner*in ***: Text input field.
- Kurzbeschreibung ***: Large text area for a short description.

Unter „**Standorte**“ finden Sie wichtige Anlaufstellen wie die MedienKompetenzNetzwerke, PC- und Internettreffs, Veranstaltungen und andere Digital-Botschafterinnen und -Botschafter in ganz Rheinland-Pfalz. Sie können die Ergebnisse filtern, indem Sie die Häkchen bei „Standorte aktiver DigiBos“, „Standorte PC- und Internettreffs“ und „Aktuelle und kommende Veranstaltungen“ entsprechend setzen oder entfernen. Die Seite bietet die besten Voraussetzungen, um sich zu vernetzen und Kontakte zu finden. Sie können sich alle Kontakte alternativ zur Landkarte auch in Form einer Liste anzeigen lassen. Drücken Sie hierzu oberhalb der Karte auf „Liste“.

DIGITAL
BOTSCHAFTERINNEN
& BOTSCHAFTER
RHEINLAND-PFALZ

[Startseite](#) | [Aktuelles](#) | [Termine](#) | [Standorte](#) | [Materialien](#) | [Suche](#)

Was suchen Sie?

Standorte aktiver Digibos
 Standorte PC- und Internet-Treffs
 Aktuelle und kommende Veranstaltungen

[Karte](#) [Liste](#)

Unter „**Materialien**“ sammeln wir für Sie nützliche Videos, Downloads und Links, die Sie in Ihrem Ehrenamt unterstützen. Ein Beispiel ist das Lernbuch „Silver Surfer – Sicher online im Alter“. Es beinhaltet viele Informationen rund um das Thema Internet und dient als Nachschlagewerk. Auch Aufgabenblätter, Themenvorschläge und didaktisch aufbereitete Leitfäden finden Sie hier. Im „**Internen Bereich**“ finden Sie außerdem Materialien, die ausschließlich für Digital-Botschafterinnen und -Botschafter gedacht sind, wie beispielsweise Vorlagen für Visitenkarten, PowerPoint-Präsentationen und Videos zum Zurücksetzen der Projekt-Tablets.

TIPP

Sie haben Materialien und möchten diese für andere Digital-Botschafterinnen und -Botschafter zur Verfügung stellen? Sie sind bereits aktiv, können sich aber auf der Karte noch nicht finden, oder kennen ein Angebot, das noch nicht gelistet ist? Gerne helfen wir Ihnen und beantworten Ihre Anfragen. Sie erreichen uns per Telefon unter 06131/279675 oder per E-Mail unter: digibo@lmk-online.de

3.4.2 DigiBo-Magazin

Das Projektteam der Digital-Botschafterinnen und -Botschafter veröffentlicht halbjährlich ein **Magazin zu Themen rund um digitale Medien und Lernen im Alter**. Darin schreiben Expertinnen und Experten sowie Digital-Botschafterinnen und -Botschafter über ihre Erfahrungen und aktuelle technische Entwicklungen. Das Magazin wird über verschiedene Kanäle im Land verteilt, es wird beispielsweise in Bibliotheken ausliegen und ist über die Landeszentrale für politische Bildung RLP bestellbar.

Printausgaben des Magazins können bei der Landeszentrale für politische Bildung RLP bestellt werden:

Landeszentrale für politische Bildung (LpB) Rheinland-Pfalz
Am Kronberger Hof 6
55116 Mainz
06131/162970
E-Mail: lpb.zentrale@politische-bildung-rlp.de
www.politische-bildung-rlp.de

Auch auf der Webseite der Digital-Botschafterinnen und -Botschafter haben Sie die Möglichkeit, das Magazin als PDF-Datei herunterzuladen. Die Magazine befinden sich auf der Webseite unter „Materialien“.

3.4.3 Telefonsprechstunden

Jeden Freitag von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr können sich Digital-Botschafterinnen und -Botschafter in einer Telefonsprechstunde mit Fragen an das Projektteam wenden. Ihre Ansprechpartner sind Fabian Geib, Hannah Ballmann und Dr. Florian Tremmel. Sie erreichen sie unter der Telefonnummer 06131/279675.

3.4.4 Silver Tipps – sicher online!

Fundiert, verständlich und werbefrei – Silver Tipps ist das **Online-Serviceportal für die Generation 60 plus**. Sie finden hier Antworten auf verschiedene Fragen. Wie erstellen Sie ein sicheres Passwort? Was sollten Sie beim Onlinebanking beachten? Oder welche Gesundheitstipps aus dem Internet sind sinnvoll? Ältere Onliner und Onlinerinnen erhalten hier von Expertinnen und Experten konkrete Informationen, Anregungen und Tipps, die den täglichen Umgang mit Internet, Smartphone und Co. sicher machen und Berührungspunkte abbauen.

Regelmäßig steht ein Thema multimedial im Fokus. Neben Online-Artikeln, Podcasts, Videos befinden sich auch Quiz oder Linklisten auf der Website. Bei allen Themen liegt der inhaltliche Schwerpunkt auf Verbraucher- und Datenschutz.

Der **Newsletter** von Silver Tipps erscheint regelmäßig und informiert per E-Mail über das aktuelle Schwerpunktthema, greift aber auch weitere Themen aus den Bereichen Internet, Daten- oder Verbraucherschutz auf. Die Daten der Abonentinnen und Abonenten werden selbstverständlich vertraulich behandelt und weder für Werbezwecke verwendet, noch an Dritte weitergegeben. Die Anmeldung ist ganz einfach und es genügt die Angabe der E-Mail-Adresse.

Es lohnt sich auch, einen besonderen Blick auf das **Glossar** zu werfen. In diesem Wortverzeichnis finden Sie Begriffe zu Themen der digitalen Welt, über die Sie möglicherweise schon gestolpert sind. Die Begriffe sind verständlich und leicht erklärt. Vermissen Sie einen Begriff? Dann kontaktieren Sie uns einfach. Wir versuchen dann, einen entsprechenden Eintrag anzulegen.

Mehr Informationen unter:
www.silver-tipps.de



Foto: Jonas Winzer

3.4.5 Digital-Kompass

Der Digital-Kompass ist ein gemeinsames Projekt der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen und „Deutschland sicher im Netz e.V.“ und wird durch das Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz gefördert. Der Digital-Kompass bietet auf der Internetseite Materialien wie Handreichungen, Arbeitsblätter und Broschüren an. Sollten Sie darüber hinaus weitere Themen interessieren, können Sie dort auch selbst Themenwünsche äußern. Der Digital-Kompass ist außerdem die zentrale Anlaufstelle, wenn Sie sich für die Umsetzung eines **Digitalen Stammtisches** interessieren. Sie können selbst einen Stammtisch anbieten und sich vom Digital-Kompass kostenlos eine Referentin beziehungsweise einen Referenten vermitteln lassen. Auf der Seite finden Sie alle Stammtische in Ihrer Umgebung und deutschlandweit.

Mehr Infos unter: www.digital-kompass.de

3.5 Wen können Sie bei Fragen ansprechen?

Das Projektteam begleitet Sie als Digital-Botschafterinnen und -Botschafter fortlaufend mit passenden Bildungsangeboten, wie Digitale Stammtische, Telefonsprechstunden, Netzwerktreffen etc., und Arbeitsmaterialien, die Sie für Ihre Aktivitäten nutzen können. Die Botschafterinnen und Botschafter profitieren von einem landesweiten Netzwerk, in dem sie sich mit Gleichgesinnten vernetzen können, Anknüpfungspunkte in ihrer Umgebung finden und Technik ausleihen können. Als zentrale Anlaufstelle für das Projekt dient außerdem die Internetseite der Digital-Botschafterinnen und -Botschafter: www.digibo.rlp.de. Hier können sich die Digital-Botschafterinnen und -Botschafter informieren, vernetzen und austauschen.

Kontakt:

Wallstraße 11

55122 Mainz

E-Mail: digibo@lmk-online.de

Telefon: 06131/279675

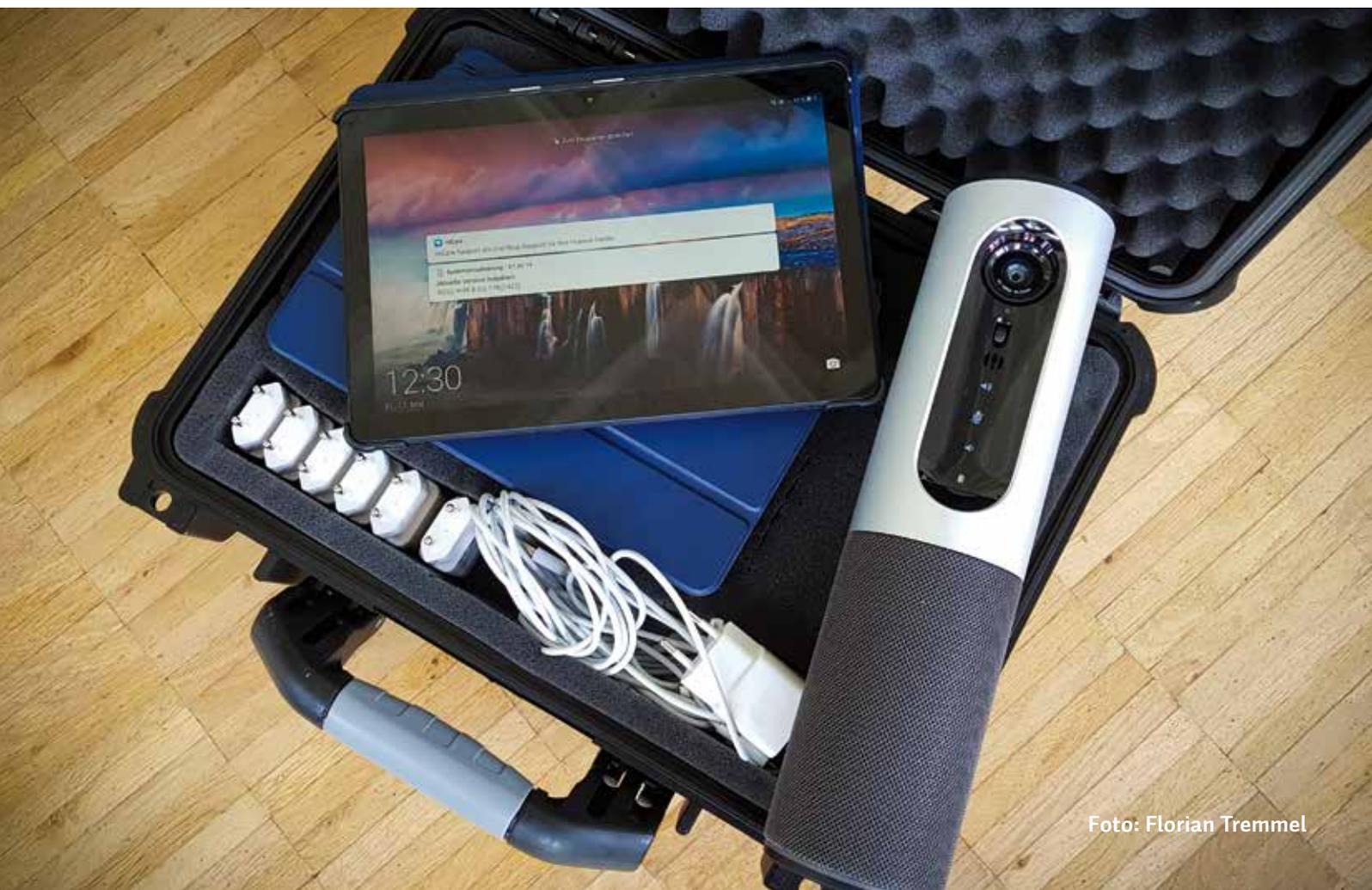
Das Digital-Botschafter-Team hilft Ihnen!

Zum Beispiel mit:

- Tablets zur Ausleihe (Android und iOS)
- Vermittlung von Digitalen Stammtischen
- Konferenzkameras zur Ausgestaltung Ihres Digitalen Stammtisches oder, um die Oberfläche eines Tablets auf einem Beamer zu zeigen.
- Räumlichkeiten für Angebote der Digital-Botschafterinnen und -Botschafter
- Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in Ihrer Region

Gerne können Sie sich auch mit den MedienKompetenzNetzwerken, kurz **MKNs**, in Verbindung setzen. Diese Netzwerke haben Kooperationen zu verschiedenen Institutionen vor Ort. MKNs finden Sie in der Südwestpfalz, in Trier, in Koblenz, in Mainz, in Speyer, in Kaiserslautern und in Ludwigshafen.

Die einzelnen MKN-Standorte bieten die Möglichkeit, sich Technik auszuleihen, und helfen bei der Organisation von Medienprojekten.



Kontaktliste zu den MKNs

MedienKompetenzNetzwerk Kaiserslautern

Ansprechpartner: Christian Wedel

Pariser Straße 23 (in den Räumen des OK-KL – Offener Kanal Kaiserslautern)

67655 Kaiserslautern

Telefon: 0631/62498375

E-Mail: wedel@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Koblenz

Ansprechpartner: Günter Bertram

Hofstraße 257 c

56077 Koblenz

Telefon: 0261/1339543

E-Mail: bertram@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Ludwigshafen

Ansprechpartner: Dr. Wolfgang Ressmann

Prinzregentenstraße 48

67063 Ludwigshafen

Telefon: 0621/524065

E-Mail: ressmann@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Mainz-Rheinhessen

Ansprechpartner: Dr. Florian Tremmel

Wallstraße 11 (Medienhaus)

55122 Mainz

Telefon: 06131/279673

E-Mail: tremmel@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk (MKN) Rheinland-Pfalz

Koordinatorin und Ansprechpartnerin: Anja Naumer

Turmstraße 10

67059 Ludwigshafen

Telefon: 0621/5202274

E-Mail: naumer@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Speyer

Ansprechpartner: Ludwig Asal
Neufferstraße 1
67346 Speyer
Telefon: 06232/290657
E-Mail: asal@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Südwestpfalz

Ansprechpartner: Joachim Wadle
Am Rathaus 9
66976 Rodalben
Telefon: 06331/1410412
E-Mail: wadle@medienanstalt-rlp.de

MedienKompetenzNetzwerk Trier

Ansprechpartner: Sebastian Lindemans
Herzogenbuscher Straße 56
54292 Trier
Telefon: 0651/9941940
E-Mail: sebastian.lindemans@ok54.de

Region Nahe/Hunsrück

Ansprechpartnerin: Kathrin Bartel
Willhelmsstraße 22
55743 Idar-Oberstein
Telefon: 01522/2577607
E-Mail: bartel@medienanstalt-rlp.de

Region Weinstraße

Ansprechpartner: Stefan Glöckler
Mahlastraße 3
76829 Landau
Telefon: 06321/5202160
E-Mail: gloeckler@medienanstalt-rlp.de

Autorinnen und Autoren

Annemarie Freudenberg studierte an der Katholischen Hochschule Mainz (KH) Soziale Arbeit und Sozialpädagogik mit dem Schwerpunkt Medienpädagogik. Sie arbeitet im Team des MedienKompetenzNetzwerks Mainz-Rheinhessen und ist Referentin für verschiedene medienpädagogische Projekte. Ein Schwerpunkt ihrer Tätigkeit liegt unter anderem auf den Projekten „Silver Tipps“ und „Silver Surfer“.

Fabian Geib ist Medienpädagoge und Erwachsenenbildner und war als Koordinator für das Projekt „Silver Tipps – sicher online!“ in der Stabsstelle Kommunikation und Presse der Johannes Gutenberg-Universität Mainz (JGU) beschäftigt. Seit 2018 ist er Projektreferent für die Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest (MKFS) und koordiniert die Projekte „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter für Rheinland-Pfalz“ und „Silver Tipps“.

Maresa Getto ist Medienpädagogin und Erwachsenenbildnerin und arbeitet als pädagogische Fachreferentin für den Bereich Digitalisierung beim Landesverband der Volkshochschulen in Rheinland-Pfalz. Außerdem gibt sie Seminare und Workshops für die Zielgruppe Silver Surfer, Erwachsene und Jugendliche und engagiert sich als Seminarbeauftragte ehrenamtlich im OK:TV Mainz. Auch sie ist ausgebildete Digital-Botschafterin und freut sich, gemeinsam mit älteren Menschen die digitale Welt zu entdecken.

Dr. Florian Tremmel arbeitet als Referent für Offene Kanäle und Medienkompetenz bei der LMK – medienanstalt rlp und ist pädagogischer Leiter des Projekts „Digital-Botschafterinnen und -Botschafter für Rheinland-Pfalz“. Zudem ist er Mitentwickler der Projekte „Silver Surfer – Sicher online im Alter“ und „Silver Tipps – sicher online!“.

Dorothea Rimbach + NiN-Team

Neustadt im Netz (NiN e.V.) setzt sich als Verein seit 16 Jahren dafür ein, dass alle in der digitalen Welt den Anschluss behalten. Die Mitglieder bieten regelmäßig eine PC-Sprechstunde an. Angefangen hat NiN e.V. 2003 mit einem PC-Café, das auch heute noch in den Räumen des caritas-zentrums Delbrêl in Mainz wochentags geöffnet hat.

Guido Steinke ist Verbraucheranwalt und Fachreferent 60+ bei der VERBRAUCHER INITIATIVE und Koordinator der Digitalen Stammtische bei www.digital-kompass.de.

Christian Wedel ist als Referent für Offene Kanäle und Medienkompetenz bei der LMK – medienanstalt rlp in Kaiserslautern tätig und arbeitet schwerpunktmäßig als Medienpädagoge im Bereich Medientechnik für TV und Online.

Impressum

Titel

Digital-Botschafterinnen und -Botschafter für Rheinland-Pfalz – Handbuch

Herausgeber

Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest (MKFS)
c/o Landeszentrale für Medien und Kommunikation Rheinland-Pfalz (LMK)
Turmstraße 10
67059 Ludwigshafen
Tel.: 0621/5202-271
Fax: 0621/5202-279
E-Mail: info@mkfs.de

Die Stiftung wird getragen von der LMK – medienanstalt rlp, der Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg (LFK) und dem Südwestrundfunk (SWR).

Redaktion

Thomas Schmid – Projektleiter und V.i.S.d.P.
Dr. Florian Tremmel
Fabian Geib
Maresa Getto

Kuratorium der Stiftung

Dr. Marc Jan Eumann, Direktor,
LMK – medienanstalt rlp
Dr. Wolfgang Kreißig, Präsident, LFK
Prof. Dr. Kai Gniffke, Intendant, SWR

Vorstand der Stiftung

Christine Poulet, SWR (Vors.)
Peter Behrens, LMK – medienanstalt rlp
Thomas Rathgeb, LFK

Lektorat und Korrektorat

Julia Gilcher – words in flow, Mainz

Gestaltung

alles mit Medien, Anke Enders

Druck

Wolf Ingelheim

Auflage

500 Stück

Bezugsadresse

Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest
c/o Landeszentrale für Medien und Kommunikation RLP
Turmstraße 10
67059 Ludwigshafen
Tel.: 0621/5202-271
E-Mail: info@mkfs.de

Die Onlineversion des DigiBo-Handbuchs finden Sie unter: www.digibo.rlp.de

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung bedarf der vorherigen Zustimmung der Stiftung MedienKompetenz Forum Südwest. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmung und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Die Verwendung dieses Werkes durch Dritte darf nicht zu absatzfördernden Zwecken geschehen. Die auszugsweise Wiedergabe für wissenschaftliche und schulische Zwecke ist mit Quellenangabe gestattet. Es wird darauf hingewiesen, dass alle Angaben trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und eine Haftung der Autorinnen und Autoren ausgeschlossen wird. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

ISBN: 9783982018652

