ERDING begeistert
Eine Sonderinformation der Stadtverwaltung
Ausgabe 02/2025

Digital im Alter!

HAUS DER BEGEGNUNG



Auch Virtual Reality-Brillen sind im Alter vielfach einsetzbar.

Liebe Bürgerinnen und Bürger,
Deutschland habe die Digitalisierung „verschlafen“, hört man in diesen Tagen oft und meint damit in erster Linie zwei Probleme: Erstens, dass öffentliche Verwaltungen viel weniger Dienstleistungen auf elektronischem Weg anbieten als sie könnten. Oder, dass zweitens immer noch Gegenden in diesem Land vom Internet abgeschnitten sind, weil sie über keine oder nicht ausreichend leistungsfähige Leitungen verfügen. Während sich Experten die Köpfe heiß reden, wer nun schuld ist an diesen Missständen, lässt sich aus meiner Sicht ganz klar sagen, wer die technischen Umwälzungen in unserer Gesellschaft sicher nicht verpasst hat: Menschen der älteren Generation nämlich.

Obwohl hin und wieder (manchmal auch zurecht) zu hören ist, Seniorinnen und Senioren würden schwer benachteiligt, wenn Serviceleistungen wie Bankfilialen geschlossen werden, ist meine Wahrnehmung eine andere. Ältere Menschen bedienen Smartphones oder Tablets genauso geübt wie jüngere, der Umgang mit den gängigen Messengerdiensten bedeutet ein absolutes Muss, um zu erfahren, wo sich Freunde und Bekannte gerade befinden, oder um Treffen mit ihnen vereinbaren zu können.

Aus gutem Grund also zählen die Digitalisierung und ihre Möglichkeiten seit langem zu den wesentlichen Fragen im Haus der Begegnung, dem Treffpunkt der Stadt für ihre älteren Bürgerinnen und Bürger - allerdings in einem ganz anderen Kontext als üblich. Während das Thema sonst in der Regel in einem Atemzug mit Begriffen wie Effizienz genannt wird, geht es im Haus der Begegnung darum, Menschen die Angst vor der Technik zu nehmen, sie im Umgang damit zu schulen und Hilfestellung bei Problemen zu geben. (Lesen Sie dazu bitte das Interview auf der Rückseite!)

Eine wichtige Rolle spielen in dem Zusammenhang die sich stark verändernden Familienstrukturen. Aus vielen Gründen leben Menschen heute im Alter zunehmend allein. Natürlich können Tablet und Handy persönliche Bindungen nicht ersetzten, aber Defizite zumindest abmildern. Der Kontakt zu den Kindern oder Enkeln ist dabei nur ein Aspekt von vielen. Andere Punkte sind die schnelle Hilfe in Notfällen, die Versorgung mit Lebensmitteln oder Medikamenten bei gesundheitlichen Problemen sowie die Dokumentation von Gesundheitsdaten, zum Beispiel bei Diabetes. Der technische Fortschritt ermöglicht hier viel exaktere Behandlungen als früher.

Sie sehen: Die Digitalisierung erfasst alle Lebensbereiche und ähnelt in ihren Auswirkungen wohl nur der Industrialisierung im 19. Jahrhundert. Welche Folgen dabei die rasante Verbreitung künstlicher Intelligenz hat, lässt sich noch gar nicht abschätzen. Wie bisher wird das Haus der Begegnung seine Besucherinnen und Besucher dabei begleiten, Unterstützung bieten und über die Chancen informieren. Denn diese für Erding beispielgebende Einrichtung lässt niemanden zurück.

Max Gotz, Oberbürgermeister



Helga Obermaier (rechts) und die Kaffeerunde am Montagvormittag.

Kontakte pflegen

Allem technischen Fortschritt zum Trotz bleiben persönliche Kontakte das zentrale Anliegen im Haus der Begegnung, um ältere Menschen vor Einsamkeit zu bewahren oder sie davon zu befreien.

Neben dem umfangreichen Veranstaltungsangebot findet in der Einrichtung Am Rätschenbach 12 jeden Montag von 9 bis 13 Uhr der Aktiv-Treff für Seniorinnen und Senioren unter dem Motto „Warum den Montagvormittag allein zu Haus verbringen?“ statt. Dabei haben alle Teilnehmer die Gelegenheit, alte Kontakte zu pflegen und neue zu knüpfen. Zusammenfinden sollen so Personen mit gleichen Interessen; möglich ist aber auch, entspannt die Tageszeitung zu lesen. Für Getränke und Gebäck ist gesorgt.

Außerdem beinhalten die Veranstaltungen regelmäßig Vorträge zu aktuellen Themen oder Lesungen in Kooperation mit verschiedenen Sozialverbänden.
Die Teilnahme ist kostenlos, mit keiner Mitgliedschaft verbunden und auch in unregelmäßigen Abständen möglich.

INTERVIEW MIT HOLGER LEHMBERG

„Mit Geduld und klaren Erklärungen lernen viele Senioren gern Neues“

Wohl wenige Menschen in Erding können so gut den Umgang von älteren Menschen mit digitalen Geräten einschätzen wie Holger Lehmberg. Denn jeden Dienstag von 10 bis 11 Uhr bietet er im Haus der Begegnung „Holgers Handysprechstunde“ an und erklärt Seniorinnen und Senioren die richtige Bedienung von Smartphones. Er weist auf die (schier unendlichen) technischen Möglichkeiten hin, hilft aber auch bei Fragen und Problemen. In erster Linie nutzen ältere Menschen ihr Handy zur Kommunikation, sagt er im Interview.



Holger Lehmberg

Herr Lehmberg, was sind die häufigsten Probleme an Handy oder Tablet, bei denen Sie Senioren helfen?

Holger Lehmberg: Am häufigsten geht es um ganz praktische Dinge: Vergessene Passwörter, besonders für E-Mail, Online-Banking oder App-Store. Oft ist auch der Speicher voll, weil Familie oder Freunde ständig Fotos oder Videos schicken. Dann hakt es mit Updates oder mit dem WLAN, dem Drucker. Und manchmal sind es ganz kleine Bedienungsprobleme – ein Symbol ist zum Beispiel verschwunden oder etwas wurde aus Versehen verstellt. Für Senioren sind das oft große Hürden.

Wofür nutzen Senioren ihr Handy am meisten?

Holger Lehmberg: Am beliebtesten ist eindeutig die Kommunikation. Sie telefonieren viel, schreiben über WhatsApp und freuen sich über Fotos oder Sprachnachrichten von den Kindern oder Enkeln. Viele machen auch selbst Bilder – vom Garten, von Familienfeiern oder auf Reisen. Manche hören Radio oder informieren sich über Nachrichten-Apps. Insgesamt nutzen sie ihr Handy aber meistens, um in Kontakt zu bleiben, weniger zum Spielen.

Wie aufgeschlossen stehen ältere Menschen der Digitalisierung generell gegenüber?

Holger Lehmberg: Das ist komplett unterschiedlich. Ich habe Extreme in beide Richtungen – es reicht letztlich vom Super-User bis zum Totalverweigerer. Viele sind neugierig, aufgeschlossen und wollen unbedingt mitmachen, weil sie merken, dass die Kinder und Enkel sich sonst immer mehr entfernen. Eine 75-jährige Kundin von mir hat zum Beispiel einen eigenen KI-Avatar und ihre eigene KI-Stimme, weil sie über Facebook ihre Produkte verkauft. Andere sind zurückhaltend, meist aus Angst, dass sie etwas löschen könnten oder haben überhaupt kein Smartphone.

Was gibt dann den Ausschlag, sich doch damit zu beschäftigen?

Holger Lehmberg: Die meisten sind pragmatisch, wenn sie erkennen, dass es ihr Leben erleichtert oder bereichert. Wer zum Beispiel bei WhatsApp die Nachricht als Text aufspricht anstatt lange zu tippen, ist schnell überzeugt. Mit Geduld und klaren Erklärungen lernen viele Senioren gern Neues, sie brauchen aber einfach mehr Zeit und das Gefühl der Sicherheit, dass sie nichts kaputt machen können. Dennoch mache ich die Erfahrung: „Wer rastet, der rostet.“ Und das betrifft insbesondere Senioren.

Gibt es Bereiche im Leben von Senioren, in denen die Digitalisierung große Vorteile bringen würde, an die heute aber (fast) noch niemand denkt?

Holger Lehmberg: Ganz schwierige Frage. Wer das wüsste, hat ein richtig gutes Geschäftsmodell und sollte sofort eine Firma gründen (lacht). Mir fallen da vielleicht Fitness-Apps speziell für Senioren ein, mit denen sie täglich motiviert werden, gegebenenfalls eine zusätzliche Anzahl an Extra-Schritten zu laufen, um ihre Gesundheit zu toppen. Auch digitale Behördengänge wären eine Erleichterung, gerade wenn die Oberfläche seniorenfreundlich gestaltet wäre. Smarte Technik im Haushalt, etwa Lampen oder Heizungen per Klick oder Sprache zu steuern, kann den Alltag sicherer machen – aber neu ist das sicher nicht, denn vieles gibt es bereits. Spannend fände ich auch Plattformen für digitale Nachbarschaftshilfe, wo man mit wenigen Klicks jemanden fürs Einkaufen oder kleine Reparaturen findet. Vieles gibt es schon in Ansätzen, aber noch nicht konsequent für ältere Menschen gedacht.

Interview: Christian Wanninger



Eine andere Haushaltshilfe ist dieser Saugroboter.



Die Vorteile der neuen Technik überzeugen auch Senioren.



Der technische Fortschritt bringt Senioren ohne Zweifel Hilfe - wie dieses Gerät zum Fensterputzen, obwohl es hier die Scheibe einer Tür reinigt.

Kontakt

Die wöchentliche Beratung im Haus der Begegnung ist für Interessierte kostenlos. Direkt erreicht man Holger Lehmberg unter www.computerhilfe-senioren.de oder info@computerhilfe-senioren.de.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Stadt Erding
Landshuter Str. 1, 85435 Erding
www.erding.de

Redaktion/Text:
Christian Wanninger

Grafik:
www.hoermannsdorfer.net
Hörmannsdorfer Mediendesign

Bildmaterial:
Stadt Erding, Freepik

Druck:
Kasdorf & Mayr Druck GmbH

Druckauflage: 14.500

Literatur-Club sucht größeres Publikum



Eine Erfolgsgeschichte der besonderen Art bildet der **Literatur-Club** im Haus der Begegnung. Was als Workshop „Lebendiges Vorlesen“ begann, hat sich zu einem festen Kreis entwickelt, der regelmäßig Lesungen zu bestimmten Autoren oder Themen erarbeitet und sie mit großem Publikumserfolg vorstellt. Daher „sucht der Literatur-Club weitere Auftrittsmöglichkeiten“, sagt die Seniorenbeauftragte Silke Hörold-Ries, damals die Initiatorin des Kreises.

Zur Auswahl stehen Veranstaltungen über

- Wilhelm Busch
- Kurt Tucholsky
- Karl Valentin
- Bürokratie
- Lena Christ
- Rotkäppchen-Variationen
- Frühlings-Lesung
- Weihnachts-Lesung

Geleitet wird die Gruppe von dem Schauspieler und Autor **Klaus Schiermann**, der den Mitgliedern wie Christine Fredrich, Elfi Friedrich, Magdalena Koschek, Irene Dütsch, Helga Obermaier, Rudi Püchner und Ludwig Kirmair im Workshop Kenntnisse in Atem-, Stimm- und Sprechtechnik sowie Mimik und Körpersprache vermittelte. Doch eigentlich geht es dem Kopf der Gruppe um ganz andere Dinge: „Vorlesen schafft Nähe. In der Fantasie des Publikums entstehen lebendige Bilder. Figuren, Charaktere werden lebendig und fesseln die Zuhörerinnen und Zuhörer.“
Der Literatur-Club liest kostenlos, Buchungen sind über das Haus der Begegnung und Silke Hörold-Ries möglich.

Ansprechpartnerin für Senioren



Silke Hörold-Ries, Seniorenbeauftragte

Die Seniorenbeauftragte der Stadtverwaltung, Silke Hörold-Ries, ist täglich im Haus der Begegnung, Am Rätschenbach 12, zu erreichen. Außer der Organisation des umfangreichen Veranstaltungsprogramms zählt zu ihren Aufgaben, den Seniorinnen und Senioren der Stadt

- als Ansprechpartnerin zu dienen,
- Kontakte zu zuständigen Stellen, Ämtern, Vereinen und Verbänden herzustellen,
- Anfragen und Anträge zu bearbeiten sowie
- soziale Verbände und Einrichtungen zu unterstützen.

Interessierte wenden sich unter der Telefon-Nummer **08122/408-108** oder der E-Mail **seniorenberatung@erding.de** an die Seniorenbeauftragte.