

# Interkulturelles Nachbarschaftsnetzwerk 55 plus, Moers Meerbeck

<https://unser-quartier.de/meerbeck55plus/>

## Beschreibung des Projekts:

Corona hat vieles verändert! Vor allem ältere Menschen sind bekanntermaßen besonders gefährdet. Infolge dieser Situation ziehen sich gerade ältere Menschen, deren soziale Kontakte häufig schon durch immer schwieriger werdende Mobilität eingeschränkt sind, noch weiter zurück. Es droht die Vereinsamung.

Um dem entgegenzuwirken, hat das Interkulturelle Nachbarschaftsnetzwerk 55plus Moers ein Konzept entwickelt, bei dem mit Hilfe technischer Möglichkeiten – in diesem Fall durch seniorengerecht eingerichtete Tablets – vereinsamte und mittellose Senioren darin unterstützt werden, ihre Lebenssituation zu verbessern und ihre ungewollte Isolation zu beenden.

Dazu wird jedem/r Senior/in kostenfrei ein Tablet mit SIM-Karte zur Verfügung gestellt. In vertretbaren Kontakten (Corona) werden diese Senioren zunächst in Einzelgesprächen mit dem Medium vertraut gemacht und in Aktivitäten eingebunden (Videokonferenzen, Telefonketten usw.). Die Senioren treffen sich 2 x je Woche in einer Videokonferenz., bilden Telefonketten, treffen sich zu gemeinsamen Spielen im Internet und führen z. B. über eine Zoom-Konferenz das Sportprogramm „Zumba-Gold“ durch.

Neben der Betreuung über Videokonferenzen werden auch persönliche Gruppentreffen durchgeführt, bei denen u. a. technische Fragen geklärt und Schulungen und auch Computerspielenachmittage durchgeführt werden.

Da den meisten beteiligten Senioren keine WLAN-Verbindung zur Verfügung steht, bekommen sie SIM-Karten für ein Jahr zur Verfügung gestellt.

Das gesamte Projekt wird von einer hauptamtlichen Mitarbeiterin mit Unterstützung von ehrenamtlichen Helfern durchgeführt. Im Team werden die Planung, Durchführung und Auswertung des Projekts verantwortlich durchgeführt.

Das Projekt ist im November 2020 angelaufen. Im Moment werden auf die oben beschriebene Weise 8 Senioren/innen betreut. In Kürze sollen weitere 15 – 20 Senioren/innen, die schon auf einer Warteliste stehen, mit Tablets ausgestattet werden. Die Alterstruktur der Teilnehmer/innen zeigt ein Alter von 70 Jahren aufwärts an. Die älteste Teilnehmerin ist 92 Jahre alt. Das hohe Alter der Teilnehmer/innen stellt für die betreuenden Personen naturgemäß eine hohe Hürde dar und bedarf besonderer Vorgehensweisen und großer Geduld.

## Chancen zeigen:

Es sollte gezeigt werden, welche Chancen das Internet bietet und wie es sinnvoll eingesetzt werden kann.

Vorrangig soll erreicht werden, dass die Senioren/innen Kontakte pflegen und neue Kontakte gewinnen. Sie sollen mit Ihren Lieben und anderen Menschen an Video-Konferenzen teilnehmen, Angebote aus dem Internet nutzen, den Umgang mit Apps, wie WhatsApp, erlernen, im Internet surfen, E-Mails schreiben, mit Freunden und der Familie telefonieren und vieles mehr!

Dazu werden Fragen, wie die nachfolgenden, geklärt:

- Was sind Apps? Und welche brauche ich?
- Was ist eigentlich ein Messenger wie z.B. WhatsApp?
- Wie kann ich mit meinen Kindern oder meinen Enkeln mit Video telefonieren?
- Wie kann ich mit meinem Tablet Informationen aus dem Internet bekommen?
- Wie kann ich mit meinem Tablet einkaufen oder etwas bestellen?
- Wie komme ich mit dem Tablet an einen Fahrschein im ÖPNV?
- Welche Möglichkeiten bietet mir ein Tablet außerdem?
- Wie kann ich am Internet-Banking teilnehmen?
- Wie schütze ich mich vor Betrügern?

## Interkulturelles Nachbarschaftsnetzwerk 55 plus, Moers Meerbeck

<https://unser-quartier.de/meerbeck55plus/>

Es sollen Tablets an die von Einsamkeit bedrohten Älteren weitergegeben werden, um Entlastungen zu schaffen und Videokommunikation zu ermöglichen. Durch die Mitwirkung des Netzwerkes 55 plus ist gewährleistet, dass die Nutzer/innen immer Ansprechpersonen und Begleitung haben. Durch das Netzwerk und speziell der Leitung des Projekts werden die Älteren geschult und begleitet, die Tablets zur Kommunikation und auch für einfache Anwendungen wie z.B. zum Gedächtnistraining, Einkäufe oder Vereinbarung von Arztterminen zu nutzen. Auch sollen die Senioren/innen geschult werden, sich Informationen aus dem Internet zu besorgen, wie z. B. das Veranstaltungsprogramm des Netzwerkes. Ein weiterer Gewinn ist, Hochaltrigen die Nutzung moderner Kommunikationstechnik nahezubringen und dadurch Möglichkeitsräume zu eröffnen, die einer Exklusion entgegenwirken können. Dies soll mithilfe der Tablets geschehen. Geplant ist, dass der Kontakt nicht nur zum Netzwerk hergestellt werden soll, sondern auch, dass neue Kontakte zwischen den Senioren/innen entstehen sollen.

### Sicherheit stärken:

Es sollte gezeigt werden, wie wichtig dem Teilnehmer Sicherheit ist und welche Vorkehrungen dieser trifft.

Immer wieder liest und hört man von Gefahren im Internet. Daten werden gestohlen, Fremde nehmen unberechtigten Zugriff auf Bankkonten und man erhält plötzlich Rechnungen für Dinge, die man gar nicht bestellt hat. Es fallen Begriffe wie Phishing, Spyware, Viren, Spam, ...

Im Hinblick auf diese negativen Aspekte stellt sich vielleicht die Frage, ob sich die Sache mit dem Internet denn überhaupt lohnt. Die gute Nachricht: Verhält man sich im Internet umsichtig, können die Gefahren leicht umschifft werden. Dazu reicht es meist aus, einige wenige Regeln zu beachten und zusätzliche Programme zu verwenden, die schädigende Elemente automatisch abwehren. Welche Regeln das sind, wird den Senior/innen nähergebracht, damit Sie die Möglichkeiten und Chancen des weltumspannenden Datennetzes angstfrei nutzen können. Natürlich fallen auch im weiteren Verlauf Begriffe, wie das sichere Einkaufen im Netz oder Online-Banking.

Ein weiterer Schwerpunkt im Bereich der Sicherheit ist es den Teilnehmer/innen den Begriff des „smarten Hauses“ nahezubringen:

- Sicherheit durch Automatisches Abschalten von Herdplatten
- Automatisches Einschalten des Lichts beim Zubettgehen oder dem Aufstehen aus dem Bett
- Notruffunktion bei außergewöhnlichem Verhalten in der Wohnung (z. B. zu langer Aufenthalt im Bad).
- ...

Dies sind nur einige wenige Punkte einer beliebig langen Liste von Themen, wie die Sicherheit der Probanden im Haus unter Zuhilfenahme des Internets gesteigert werden kann. Ein Besuch des [Fraunhofer-inHaus-Zentrum](#) in Duisburg ist dazu sehr hilfreich.

Natürlich finden alle Schulungen unter Corona-Bedingungen statt! Auch ist auf dem Tablet die Corona-App installiert sowie eine Notruffunktion.

### Erfolgreich vermitteln:

Es sollte aufgezeigt werden, wie die Teilnehmer ihr Wissen rund ums Internet weitergeben.

Von vornherein wird auf Selbständigkeit im Umgang mit dem Tablet gesetzt. So soll nicht nur der Kontakt zum Netzwerk gefördert werden, sondern auch der Kontakt unter den Teilnehmer/innen und natürlich auch zu anderen Menschen. So wird gewährleistet, dass Fragen schon im Vorfeld untereinander geklärt werden können. Es ist sogar daran gedacht, zur Betreuung von Teilnehmer/innen andere Probanden, die besonders geschickt im Umgang mit dem Tablet sind, zu beteiligen. So wird die Weitergabe des Gelernten auf eine breitere Basis gestellt. Direkte Hilfen untereinander aber auch von anderen Menschen z. B. über WhatsApp sind möglich und angedacht.

## **Interkulturelles Nachbarschaftsnetzwerk 55 plus, Moers Meerbeck**

<https://unser-quartier.de/meerbeck55plus/>

### **Weit verbreiten:**

Die Idee kann in anderen Regionen und von anderen Zielgruppen aufgegriffen und umgesetzt werden.

Da dieses Projekt u.a. durch einen Verfügungsfonds des Stadtteilbüros Moers-Meerbeck gefördert wird und das Netzwerk im Runden Tisch Seniorenarbeit, in den Gremien des ev. Kirchenkreis Moers, im Seniorenbeirat der Stadt Moers vertreten ist, wird eine Verbreitung dieser Arbeit gewährleistet. Die teilnehmenden Senioren/innen haben durch ihre Erfolgserlebnisse Ansporn, die Kenntnisse weiter zu verbreiten und die Idee zu bewerben.

Möglich sind Berichte im Seniorenbeirat oder in anderen Wohlfahrtsverbänden, sowie Seniorenheimen. Die Ergebnisse werden in schriftlicher Form hinterlegt und sollen Grundlage sein für Artikel in Fachzeitschriften und allgemeinen Zeitungen.

Die mit dem Projekt gemachten Erkenntnisse sind auf jede andere Gruppe älterer und auch jüngerer Menschen anwendbar. Dies kann der Kommunikation untereinander (z. B. ZWAR-Gruppe, Kümmerer-Gruppe im Netzwerk 55 plus, ...) aber auch der Kommunikation mit anderen Gruppen dienlich sein. Hier sollte vor allem an ältere Menschen zuhause aber auch im Seniorenheim gedacht werden aber auch die Kommunikation mit von Demenz bedrohten Menschen, die noch alleine zu Hause leben, sowie Selbsthilfegruppen, wie z. B. AA.

### **Innovativ gestalten:**

Das Projekt/der Beitrag zeichnet sich durch eine besondere Innovation aus oder ist besonders kreativ.

In erster Linie ist der Wunsch des geplanten Projekts von Einsamkeit bedrohten Menschen, die erst recht durch die Corona-Krise bedroht sind, zu helfen, den Kontakt zu anderen Menschen zu halten und damit die Gefahr der Vereinsamung zu eliminieren oder zumindest zu mildern. Mit der Bereitstellung und dem Einsatz von Tablets für diese Menschengruppe betritt das Netzwerk zumindest in Moers Neuland. Diese Innovation gilt es umzusetzen und in besonderem Maße zu betreuen. Daher wird eine Person mit einer Halbtagsstelle eingesetzt, die die Planung und Durchführung des Projekts zusammen mit ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen und Moderation der Gruppe übernimmt.

Nachfolgende Aspekte sind erkenntnisreich:

- Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein, dass Senioren ein Tablet bedienen können.
- Welche Themen bewegen die allein lebenden Senioren?
- Wie ist die Beteiligung
- Entwickelt sich auch eine Kommunikation untereinander?
- Wird durch das Projekt die Anbindung an das Netzwerk erhöht?

Alle diese besonders innovativen Fragen können erst im weiteren Verlauf des Projekts geklärt werden und sind aber auch in ähnlicher Form auf andere Gruppen und Organisationen zu übertragen.

## Interkulturelles Nachbarschaftsnetzwerk 55 plus, Moers Meerbeck

<https://unser-quartier.de/meerbeck55plus/>

### Nachhaltigkeit fördern:

Das Projekt/der Beitrag ist auf längerfristige Zusammenarbeit und nachhaltige Lernerfolge ausgelegt.

Das Projekt ist auf einen Zeitraum von 1 Jahr angelegt. Nach dem Auslaufen soll es aber noch länger nachwirken. Dies wird nachfolgend noch einmal umrissen.

- In erster Linie sollen die Teilnehmer an diesem Projekt Senioren sein, die drohen zu vereinsamen. Es soll den älteren Menschen helfen, den Kontakt zum Netzwerk und zu anderen Menschen aufzubauen und zu halten. Gerade in der momentanen Corona-Zeit besteht die sehr große Gefahr, dass die vor allem durch Corona gefährdete Bevölkerungsgruppe, die Senioren, in besonderem Maße vereinsamen. Hier erwarten wir bei den Probanden eine sehr positive dauerhafte Gegenwirkung.
- Um den Senioren/innen die Möglichkeit zu geben auch nach Ablauf weiterhin aktiv im Internet arbeiten zu können und Kontakte zu pflegen, ist daran gedacht, den Senior/innen die Tablets zu überlassen.
- Neben dem Ziel, alte Menschen aus ihrer ungewollten Vereinsamung herauszulösen und sie wieder am aktiven Leben in der Gemeinschaft zu beteiligen, verfolgt das Projekt darüber hinaus das Ziel Fakten zu sammeln und Grundlagen zu nennen, dass ein solches oder ähnliches Projekt auch in anderen Institutionen durchgeführt werden kann.
- Das Netzwerk wird getragen von der sg. Kümmerer-Gruppe. Das sind ehrenamtlich arbeitende Menschen, die von sich aus und ohne pekuniäres Interesse Arbeitsgruppen anbieten, an denen jedermann teilnehmen kann. Diese Angebote sind kostenfrei und die Idee dazu stammt von den Kümmerern selbst. Das Netzwerk greift diese Ideen auf und schafft die Möglichkeiten sie organisatorisch umzusetzen. Dem Netzwerk ist es immer wieder ein besonderes Anliegen auch neue Senioren/innen für diese Angebote zu gewinnen aber auch neue Kümmerer, die ggf. selbst eine AG leiten wollen. Hier verspricht sich das Netzwerk durch dieses Projekt einen Zulauf.
- Das Projekt soll nach dem Auslauf der Förderung auch weiterhin als ein Angebot des Netzwerkes bestehen bleiben. Auch hier kommt ggf. die Kümmerer-Gruppe wieder zum Tragen aus deren Mitte sich ein Mitglied findet, das dann die Koordination dieser Gruppe übernimmt. Vielleicht finden sich sogar ein oder mehrere Mitglieder aus dem Kreis der Teilnehmer/innen, der/die diese Arbeit unterstützt bzw. übernimmt und den Kreis der Kümmerer verstärkt.