

SNU-JOURNAL

Ausgabe 1

Informationsblatt des Seniorennetzes Uttenreuth

April 2004

Inhalt

Seite-1

Editorial

Seite-2

Über uns –
SeniorenNetz-Uttenreuth

•

Tutoren-Zuspruch

Seite-3

FrauenNetz-Uttenreuth

•

Arbeitskreis Multimedia

Seite-4

Alte Schule –
Neues Lernen

Seite-5

Aktuell:
Bericht von der
4. Fachtagung
des Bayerischen
SeniorenNetz-
Forum (BSNF)

Seite-8

SNU-Kursprogramm
2. Semester 2004

•

Impressum

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten gerade die erste Ausgabe des SNU-Journals in den Händen. Dieses Informationsblatt soll Sie über bemerkenswerte Ereignisse und Aktivitäten des SeniorenNetz-Uttenreuth informieren.

Seit Herbst 2002 bietet das SeniorenNetz der älteren Generation die Möglichkeit, sich mit dem Personal-Computer vertraut zu machen und zu lernen, mit diesem Gerät neue Formen der Information und Kommunikation zu erschließen.

Der Computer ist längst ein Mittelpunkt und eine Schaltzentrale unserer Informations- und Wissensgesellschaft geworden. Aus dem schlichten Rechner und der elektronischen Schreibmaschine von einst sind multimediale Talente für unzählige Anwendungen geworden, die zu beherrschen zugleich immer unübersichtlicher und komplizierter geworden ist. Viele ältere Menschen gehen dieser Technik daher misstrauisch aus dem Wege oder wagen sich nicht an sie heran; gerade einmal 2,6% der „Generation 60 Plus“ nimmt die Herausforderung an und nutzt das Internet.

Es besteht jedoch überhaupt kein Grund zurückzustehen und damit auf neue Erfahrungswelten und den Anschluss an die sich ständig weiter entwickelnde Informationstechnik zu verzichten. Das SeniorenNetz-Uttenreuth hilft Ihnen bei den ersten Schritten und bietet Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene an. Wir helfen Ihnen bei Ihren ersten Versuchen im Umgang mit der elektronischen Post (e-mail) oder bei Ihren Ausflügen im weltweiten, virtuellen Netz (Internet). Wir zeigen Ihnen, wie man Videos oder Fotos mit Hilfe des Computers am Fernseher anschauen oder digitale Bilder mit Hilfe von Spezialprogrammen verbessern und gestalten kann. Zum letzteren Thema hat sich bereits seit Ende letzten Jahres ein eigener Arbeitskreis gebildet, und für Computernovizinnen, die einmal ganz unter sich bleiben wollen, unbehelligt von den besserwissenden Männern, besteht seit kurzem eine FrauenNetz-Gruppe. Auf den folgenden Seiten können Sie sich ausführlich über unsere Kursangebote und das SeniorenNetz-Uttenreuth informieren.

Gerne möchte ich an dieser Stelle die Gelegenheit wahrnehmen, allen Helfern und aktiven Mitarbeitern zu danken, die sich ehrenamtlich für den Aufbau des SNU eingesetzt haben, und ohne deren unermüdlichen Einsatz eine so positive Entwicklung nicht möglich gewesen wäre. Ungezählte Arbeitsstunden mussten investiert werden, um unseren Unterrichtsraum herzurichten, die Geräte auf den neuesten Stand zu bringen und zu vernetzen, Programme aufzuspielen und vieles mehr. Das Kursprogramm muss dreimal im Jahr neu aufgelegt und den Erfordernissen angepasst, Tutoren gewonnen und unser Anliegen in der Öffentlichkeit dargestellt werden. Eine umfangreiche Aufgabe, für die wir ständig neue Mitarbeiter suchen. Jede Seniorin und jeder Senior, die mit Hand anlegen wollen, sind uns stets willkommen.

Ein besonderer Dank gilt der Gemeinde Uttenreuth, die den Ausbau des Dachgeschosses in der Alten Schule einschließlich Elektroinstallation übernommen hat und die Senioren-Initiative mit Wohlwollen begleitet.

Viele neue Anregungen beim Lesen wünscht Ihnen

Ihr

Wolf Grüner

Über Uns – SeniorenNetz-Uttenreuth

Das Projekt SeniorenNetz-Uttenreuth hat das Ziel, einem möglichst breiten Personenkreis mit Hilfe einer Gruppe computereffahrener Senioren Wege in die Multimedialandschaft zu erschließen.

Viele Seniorinnen nutzen schon heute begeistert die unbegrenzten Möglichkeiten, die Computer und Internet ihnen bieten. Auch Sie können ab sofort teilhaben an neuen Perspektiven, die sich daraus ergeben. Erschließen Sie sich neue Wege der Information und Kommunikation weltweit.

Die neu gewonnenen Fähigkeiten können Sie mit uns gemeinsam in Interessengruppen erweitern.

Was wollen wir?

- Berührungängste mit dem Computer abbauen
- den Einstieg in die Welt der neuen Medien erleichtern
- das Bild vom Alter aufbessern
- unsere Fähigkeiten bei gemeinnützigen und sozialen Aufgaben zur Geltung bringen

Wen möchten wir erreichen?

- Seniorinnen und Senioren aller Altersstufen auch ganz ohne Computer-Kenntnisse
- Menschen, die für Neues aufgeschlossen sind

Was gewinnen Sie?

- neue Perspektiven der Kommunikation und Information
- Erfolgserlebnisse und Freude
- neue Möglichkeiten für Ihre Hobbys
- ein neues Fenster zur Welt
- neue Kontakte und Geselligkeit
- Schritt halten mit der Zeit und geistig fit bleiben

Wo finden Sie

das „Internet-Café“ Uttenreuth?

Unser Domizil befindet sich in der Esperstraße 18 A, 91080 Uttenreuth, gleich neben der evangelischen Kirche.

Kostenlose Parkmöglichkeiten stehen in ausreichender Zahl zur Verfügung, Zufahrt unmittelbar neben dem Gasthaus „Zum Schloßla“.

Kontakte:

Telefon: 09131-996830 (nur während der Öffnungszeiten des Internet-Cafés, siehe unten) sowie per E-Mail: seniorennetz-uttenreuth@t-online.de

Weitere Informationen erhalten Sie persönlich oder telefonisch im „Internet-Café“ während der Öffnungszeiten, montags bis freitags von 14–16 Uhr, oder auch im Internet unter: www.seniorennetz-erlangen.de. Dort finden Sie einen Link (Weiterleitungshinweis) zum SeniorenNetz-Uttenreuth.

Basis unserer Arbeit sind die ehrenamtlichen Mitarbeiter und unsere Fördermitglieder. Eine Fördermitgliedschaft kann für 49,- Euro jährlich (Ehepaare 75,- Euro) durch eine Spende an das Bayerische Rote Kreuz erworben werden und bietet zahlreiche Vorteile. So sind das Surfen im Internet und die Beratung bei Computerfragen kostenlos. Außerdem werden 25% Ermäßigung auf die Kursgebühren gewährt.

Für Kursteilnehmer stehen während der Kursdauer die Computer im „Internet-Café“ für Übungen auch nachmittags kostenlos zur Verfügung.



Das Leitungsteam des SNU: (v.l.n.r.) Dr.W.Grüner, Armin Orthwein, Albert Kreutzer und Waltraut Dreyer.

Übrigens: Wir suchen auch Seniorinnen und Senioren, die bereits über fortgeschrittene Computerkenntnisse verfügen und mithelfen können bei der Betreuung des Geräteparks, bei der Softwareaktualisierung und Entwicklung neuer Kursangebote etc. ...

Es gibt sehr viel zu tun und viele Möglichkeiten, das eigene Wissen und fachliche Kompetenz einzubringen und zu vermitteln.

Machen Sie mit!

Tutoren-Zuspruch

Auch im Alter ist nicht aller Anfang so schwer, wie man denkt; und was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmer mehr – gilt nicht mehr!

Zwei Senioren-Damen und elf Senioren-Herren kümmern sich als Tutoren darum, dass auch Seniorinnen oder Senioren mit dem Computer umgehen können. Mit wenigen Ausnahmen machen die Tutoren diese Aufgabe zum ersten Mal, und es macht einfach Spaß, mit Gleichaltrigen oder sogar Älteren den gar nicht so geheimnisvollen Computer zu ergründen. Da war selbst unser bisher ältester Kursteilnehmer mit 80 Jahren voll dabei; und wie er es geschafft hat!

Es stellt sich immer wieder heraus, dass auch die Seniorinnen und Senioren nicht zum „alten Eisen“ gehören und ohne weiteres lernen, die moderne Technik zu meistern. Da erweist sich so manches Vorurteil –man sei dafür zu alt – als falsch. Dass man dabei nicht ganz so schnell ist wie die Jungen, ist dabei wirklich halb so schlimm. Mit etwas Humor und locker ohne jeden Leistungsdruck kommt man aber auch dem Computer auf die Schliche.

Für viele Kursteilnehmer ist es – weil im täglichen Leben anders – nicht immer leicht zu verstehen, dass der Computer nur das macht, was man ihm befiehlt. Da kommt schon mal ein Seufzer aus der hinteren Ecke: Kann man Männern nicht einen Computer einpflanzen? Unter den Kursteilnehmern laufen die Damen den Herren den Rang ab. Und schon hat sich ein FrauenNetz im SNU gebildet. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee erzählt man sich unter Frauen die eigenen Erfahrungen mit dem „verflixten“ Computer und lässt sich zeigen, was man schon immer gern gewusst hätte und was der eigene Mann einem nicht beibringen kann, weil man ja sonst am Computer etwas verstellen könnte. Dabei erzählen die Tutoren immer wieder, dass man nichts oder fast nichts am Computer kaputt machen kann, was man nicht wieder hinkriegt.

Hans Sommer

Was ist ein Tutor?

Manch einer verbindet mit diesem Begriff vielleicht die Vorstellung von Nachhilfe, die oft Schüler in Anspruch nehmen oder Studenten, denen man einen Tutor (einen Berater, einen Lehrer) zur Seite stellt. Unsere Tutoren sind Gleiche unter Gleichen, die ihr Wissen den Kursteilnehmern zur Verfügung stellen und mit ihnen gemeinsam die Kursziele erarbeiten, ohne drängelnden Zwang, aber mit viel Verständnis für die Fragen des Einzelnen. Das Lernen soll schließlich fit machen für viel Spaß im Umgang mit der Computertechnik.

FrauenNetz-Uttenreuth



Sechs Frauen trafen sich am 15. Januar 2004 zum ersten Mal im Internet-Café des SNU im Esperstraße 18 A (alte Schule) in Uttenreuth. Es sollte eine Idee umgesetzt werden, die aus dem Kreis der Mitarbeiter des SNU kam: Frauen soll die Möglichkeit angeboten werden, an einem Nachmittag im Monat beim Üben und Entdecken am PC Gleichgesinnte zu finden, ganz unter sich zu sein und sich gegenseitig zu helfen.

Inzwischen trafen wir uns dreimal, immer am dritten Donnerstag des Monats von 14 bis 16 Uhr. Die Beteiligung lag zwischen vier und sechs Damen. Es sei gleich vorweg gesagt: Wir sind kein geschlossener Club von Stammbesuchern – jede Frau, die Fördermitglied oder Besucher eines Kurses ist (Oder auch mal die Kaffeekasse des SNU ein wenig füttert ...), ist herzlich eingeladen. Vom Niveau am PC sind wir unterschiedlich, aber das schadet nicht, da wir uns gegenseitig helfen können.

„FrauenNetz“ möchte ich in einem zweifachen Sinne verstanden wissen: Wir tummeln uns im Internet, und wir wollen uns gegenseitig ein Netzwerk bieten.

Beim ersten Treffen haben wir uns bei einer Tasse Kaffee zusammengesetzt und nach einer Vorstellungsrunde reichlich Ideen und Wünsche für die Themen dieser Donnerstag-Nachmittage zusammengestellt. Aus dieser langen Liste haben wir bisher „abgearbeitet“:

- Im Internet auf den Seiten der Stadt Erlangen und der Gemeinde Uttenreuth die Angebote im „e-government“ zu entdecken – Ausleihe von Büchern aus den Büchereien vorzubereiten (abholen muss man sie aber doch noch zu Fuß ...).
- Anlegen von Ordnern – sich eine sinnvolle Ordner-Hierarchie einrichten – Speichern, Speichern unter ...
- Entwurf eines Osterbriefes mit Einfügen eines Bildes und eines Schriftzuges mit WordArt.

Noch ist unsere Vergangenheit sehr kurz; ich bin jedoch sicher, dass eine spannende und umfangreiche Zukunft vor uns liegt. Und das sind unsere nächsten Termine:

15. April, 27. Mai, 17. Juni und 15. Juli
(danach ist Sommerpause bis in den September hinein)

Ich freue mich über jede Dame, die den Weg über die gemütlichen zwei Holztreppe in der Esperstraße 18A bis in das SNU-Domizil unter dem Dach findet.

An dieser Stelle geht mein ganz herzlicher Dank an Frau Warko, die seit gut einem Jahr das FrauenNetzCafé im Seniorennetz Erlangen betreut und die mir beim Start unserer Initiative sehr geholfen hat.

Hannelore Bogerts

Arbeitskreis Multimedia

Im Gegensatz zum „FrauenNetz“ ist der AKM eine gemischte Arbeitsgruppe mit derzeit 12 Teilnehmern, davon drei Damen, die sich derzeit einmal im Monat treffen. Mehr als 16 Mitglieder sollte die Gruppe auch nicht umfassen, weil darüber hinaus erfahrungsgemäß die Kommunikation doch sehr erschwert wird.

Für wen ist der Arbeitskreis gedacht? Wir wollen Foto- und Videografen ansprechen, die sich den Herausforderungen des digitalen Fortschritts stellen und gemeinsam die Neuerungen und manchmal auch Tücken der fotografischen und filmischen Arbeit mit ihren multimedialen Zusammenhängen kennenlernen und meistern wollen.

Die Grundlagen fotografischen und filmischen Gestaltens haben sich nicht geändert. Wer mit der Kamera erfolgreich sein will, muss die Regeln kennen, die damals wie heute gelten. Das gilt insbesondere für die Gestaltungspraxis, das Wissen um die Grundlagen der Bildkomposition, der Linienführung, der Farbenlehre, der Lichtmessung und vieles mehr. Da unterscheiden sich analoge und digitale Welten kaum.

Nach wie vor hat die gute alte Spiegelreflexkamera mit den einlegbaren Filmpatronen ihre eigene Berechtigung und ist in der professionellen Fotografie und vor allem beim Film weiterhin tonangebend. Aber die digitale Technik schreitet immer schneller voran, so dass sie in absehbarer Zeit die analogen Medien vollends ablösen dürfte.

Die Beschäftigung mit den digitalen Medien ist eine Zeit des Umdenkens und Hinzulernens. Haben wir früher unse-

re Fotos in der Dunkelkammer bearbeitet und die Ergebnisse in Alben abgeheftet, so erledigen wir das heute am Computer. Die gute alte Diaschau samt Projektor wurden durch eine „Slide-Show“ ersetzt, die jetzt ein „Beamer“ auf die Leinwand wirft. Dem Filmamateur ergeht es nicht viel besser. Einstmals schnitt er seine Filme mit der Schere und klebte die einzelnen Streifen einfach mit Filmkitt wieder zusammen, bis ein richtiger Film daraus wurde. Video heute ist ohne Computer, Beamer und hochgezüchtete Anwenderprogramme gar nicht mehr denkbar. Bilder und Videos werden auf CD gebrannt und auf CD- oder DVD-Playern wieder abgespielt. Es entsteht eine multimediale Kette von technischen Abhängigkeiten und Erfordernissen, die ein andauerndes Lernen und Praktizieren erforderlich macht, um sich in dieser digitalen Welt zurechtzufinden. Aus alledem wird vielleicht deutlich, warum wir unserem Arbeitskreis den Beinamen Multimedia verliehen haben, obwohl unser Hauptanliegen natürlich die Fotografie und das Videofilmen bleiben wird.

In den zurückliegenden Monaten haben wir uns insbesondere mit der digitalenameratechnik und der Bildbearbeitung befasst und werden diese Themen in Zukunft noch vertiefen. Die Umwandlung analoger Fotoaufnahmen in digitale Bilder und ihre Abspeicherung mit Hilfe des Computers war ein weiteres wichtiges Thema. Unzählige Dia oder Negativ-alben schmoren in den Archiven und können auf diese Weise zu neuem Leben erweckt und wieder einem Publikum zugänglich gemacht werden.

Unser besonderes Augenmerk gilt der Thematik der Speichermedien, also den Aufnahmechips, die in der digitalen Kamera den analogen Patronenfilm abgelöst haben. Ihre Aufnahmekapazitäten sind beschränkt, und obwohl sie immer wieder gelöscht und neu verwendet werden können, ist ihre Beschaffung nicht billig. Wenn man hier Kosten sparen will, sind mobile Zwischenspeicher erforderlich. Wieder ein Thema für sich ...

Natürlich nehmen wir uns auch Zeit für die fotografische- und filmische Praxis. Geplant sind gemeinsame Exkursionen. Als Jahresaufgabe haben wir uns die Gestaltung eines Fotokalenders über Uttenreuth vorgenommen, die das Geschehen im Verlaufe eines Jahres verbildlichen soll. Wer interessiert ist und aktiv mitarbeiten möchte, sollte zu uns finden. Möglichkeiten dazu bestehen im Rahmen der neuen Kurseinschreibung am 20. April im Internet-Café Uttenreuth. Vier Plätze sind derzeit noch frei.

rc.

Alte Schule – Neues Lernen

Einige von denen, die man so zielstrebig in das ehemalige Schulgebäude einziehen sieht, könnten sehr wohl als Grundschüler noch die Schulbänke in der Esperstraße 18A gedrückt haben, denn zur Fertigstellung der neuen Grundschule schrieb man das Jahr 1964 – gerade mal 40 Jahre her! Bis dahin trotteten über 50 Jahrgänge mit mehr oder minder großer Begeisterung den Weg hinauf zu den Schulgebäuden, um sich ab 1911 in einer sauberlich formierten Dreiklassen-Gesellschaft vom Sandsteinhaus bis in das obere Geschoss der Schule buchstäblich hochzuarbeiten. Nach drei Jahren Unterklasse im Sandsteinhaus, weiteren 2 Jahren als Mittelklassler im Untergeschoss wurde die Oberklasse über eine heute echt historisch knarrende Holztreppe erreicht.

Und heute? Heute ist das Ziel die oberste Klasse – nämlich die noch oberhalb des Obergeschosses – wo man sich mit Dingen beschäftigen kann, die vor einem halben Jahrhundert noch jenseits des Vorstellungsvermögens lagen.

Es gilt hier den Umgang mit dem Kommunikationsmittel zu lernen, das in seinen vielfältigen Formen das gesellschaftliche Umfeld jedes Einzelnen in rasch wachsenden Maße bestimmt: der persönliche Computer, kurz PC genannt, der aus einer Ansammlung von sperrigen Einzelkisten zum Laptop in Aktentaschenformat und von dort zum Notebook (Notizbuch) geschrumpft ist. Dessen Ablager – die Palmtops (liegt auf der Handfläche) und Pocket-PC (soll in die Tasche passen) – können zwar ohne einen PC nicht so richtig existieren, aber bandeln schon fröhlich mit den fast allgegenwärtigen Mobiltelefonen an – und das immer häufiger ohne Kabel, knabbern gemeinsam den Markt der Digitalkameras an und dienen als Anzeigeräte für satellitengestützte Navigationssysteme im Auto oder bei Wanderungen abseits ausgetretener Pfade.

In kleinen Gruppen – für jeden ist ein PC-Platz vorhanden – wird die Nutzung des PC erlernt, werden Briefe und Notizen erstellt, elektronische Post (e-mail) versandt und die immensen Möglichkeiten zur Informationsbeschaffung aus dem Internet angezapft. So können auch diejenigen, die während ihres Berufslebens nicht oder kaum mit solchen Geräten in Berührung gekommen sind, Kompetenzen erwerben, sich in einer komplex vernetzten Informationswelt zurechtzufinden.

Wolf Grüner



„Einrücken“ der Kursteilnehmer in die Alte Schule – zum Neuen Lernen ...



Einer unser Kursteilnehmer befindet sich auf diesem Erinnerungsfoto, das vor 46 Jahren vor der Alten Schule aufgenommen wurde. Damals ahnte er noch nicht, dass er als Senior noch einmal in dieses Gebäude einziehen würde. Schule heute heißt Lernen bis zum letzten Atemzug ...

Bericht von der 4. Fachtagung des BSNF in Regensburg

Die 4. Fachtagung des „Bayerischen SeniorenNetzForum“, des Dachverbandes bayerischer Senioren-Netz-Initiativen (im folgenden BSNF), fand in diesem Jahr am 25./26. März in Regensburg statt und verzeichnete 110 Teilnehmer, die aus ganz Bayern angereist waren. Naturgemäß stellten die Oberpfälzer das größte Kontingent, aber dann folgten auch schon die Mittelfranken; besonders augenfällig die starke Präsenz des Senioren Netz-Erlangen sowie weiterer Besuchergruppen aus Ansbach, Forchheim und Nürnberg, um nur einige zu nennen.

Wie bei früheren Anlässen auch wurde die Fachtagung unterstützt durch das bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung und koordiniert von der Projektgruppe FIM-Neues Lernen, an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, vorbildlich betreut von Projektleiter Marcel Plechaty, der übrigens auch für die Gründung des Seniorennetzes Uttenreuth einen entscheidenden Anstoß gegeben hat.

Sinn der Fachtagungen ist es, dem zunehmenden Diskussionsbedarf zum Thema der Computer- und Internetnutzung durch Seniorinnen und Senioren und der daraus entstehenden gleichberechtigten Teilhabe älterer Mitbürger an der Informationsgesellschaft eine Plattform zu geben, das gegenseitige Kennenlernen bayerischer Senioren-Netz-Initiativen zu fördern, einen kontinuierlichen Informationsaustausch und wechselseitige Unterstützung bei der Gründung und dem Aufbau von Seniorennetzen anzuregen und zu unterstützen. Für solche Zielvorgaben bot die Regensburger Veranstaltung in den historischen Gemäuern des alten Salzstadelns einen großartigen Rahmen für Kontaktaufnahmen und Erfahrungsaustausch.

Für die Fachtagung konnte die Projektleitung namhafte Referenten auf dem Gebiet der Altersforschung gewinnen, so Prof. Dr. Dr.h.c. Ursula Lehr, Bonn, Bundesministerin a.D., und Dr. Heidrun Mollenkopf vom Deutschen Zentrum für Altersforschung an der Universität Heidelberg. Bereits an dieser Gewichtung ist absehbar, welche Bedeutung der altersmäßigen Entwicklung unserer Gesellschaft zugemessen wird. Nach Vorhersagen des Statistischen Bundesamtes wird die Anzahl älterer Menschen ab 60 Jahren in den

nächsten fünf Jahrzehnten von gegenwärtig 19 Millionen auf ca. 25 Millionen zunehmen. Da die Bevölkerungszahl (aufgrund der rückläufigen Bevölkerung im Familiengründungsalter und bei anhaltend niedrigen Geburtenraten) insgesamt von 82 auf 70 Millionen sinken wird, bedeutet dies eine merkliche Zunahme des Anteils älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung. Es ist anzunehmen, dass in 50 Jahren rund 36 Prozent der Bevölkerung 60 Jahre und älter ist. Vor diesem Hintergrund wird deutlich, wie dringend die Integration älterer Menschen in einer sich rasant weiter entwickelnden Informations- und Kommunikationsgesellschaft ist.

Lernend altern – Altern lernen

Frau Prof. Lehr machte dann in ihrem Vortrag immer wieder klar, wie wichtig es ist, dass die ältere Generation von den Entwicklungen nicht abgekoppelt wird, sondern sich in ihr selber erkennt und bewusst ihren Platz einnimmt in einer „Gesellschaft des langen Lebens.“ Tatsächlich ist ja die größte Leistung der Menschheit die Erhöhung des Durchschnittslebensalters. Das ist kein Problem, sondern eine Chance. Es kommt darauf an, das Beste aus den gewonnenen Jahren zu machen, Ja zu sagen zum Älterwerden, kompetent und gesund zu altern, sich dem rapiden technischen Fortschritt zu stellen und den Anschluss an die sich immer schneller verändernden Strukturen nicht zu verlieren.



Prof. Ursula Lehr bei ihrem Referat: Lernend altern – Altern lernen

Übten frühere Generationen von Älteren die Rolle des Ratgebers aus, so sehen sie sich heute immer mehr in der Rolle von Ratsuchenden. Die Regale der Bücherei-

en und Buchhandlungen sind voll mit Ratgebern für Ältere. Die Abhängigkeiten steigen und damit einher geht der Verlust von Kompetenz und Lebensbejahung. Dem kann nur durch lebenslanges Lernen gegengesteuert werden. Und das bedeutet – Bildung bis zum letzten Atemzug!



Interessierter Zuhörer: Ein „Senior“ der nächsten Generation.

Doch es muss noch ein weiterer Faktor hinzukommen: die Verpflichtung zu einem gesunden Älterwerden. Körperliches, seelisch-geistiges und soziales Wohlbefinden sind enorm wichtig. Wer Körper und Geist nicht nutzt, altert früher und Krankheiten nehmen zu. Bewegungsarmut erzeugt Bewegungsunlust. Geistige Funktionen, die nicht gebraucht werden, verkümmern.

Die Referentin beschwört die Zuhörer geradezu, die Herausforderung lebenslangen Lernens anzunehmen, den geistig-seelischen Bereich zu aktivieren, nach Bildungsangeboten zu greifen und u.a. durch Reisen neue Anregungen zu gewinnen. Lebenslanges Lernen bedeutet Förderung der geistigen Fähigkeiten, Kompetenzerhaltung und -stärkung, soziale Integration und Vorbeugung von Isolation und Einsamkeit. Darum: „Fange nie an aufzuhören – und höre nie auf anzufangen!“

Internet und neue Technologien – das Medienverhalten älterer Menschen

Die Bedeutung der neuen Medien rückte Referentin Dr. Heidrun Mollenkopf in den Mittelpunkt ihres Vortrages und ergänzte damit die Ausführungen von Prof. Ursula Lehr. Sie machte deutlich, wie sehr technische Neuerungen stets das Verhalten der Menschen stark beeinflusst und zu neuen Formen des Verhaltens und Zusammenlebens geführt haben. So haben Auto, Schiffe und Flugzeuge dazu beigetragen, Grenzen zwischen nah und fern verschwinden zu lassen. Heute verkürzen Telefon, Fernsehen und andere Medien, die in jedem Haushalt vorhanden sind,

die Entfernungen noch weiter. Immer größere Bedeutung gewinnt das Internet. Wir sind zugleich zuhause und treten gleichzeitig mit Personen in Verbindung, die ganz woanders sind. Sprache, Video, Fax und Audio ersetzen die Individualkommunikation. Hier sind allerdings nicht nur positive Momente zu sehen, sondern auch Einschränkungen zu machen. Dennoch ist der Trend klar ersichtlich: Über die Medien verwandeln wir uns immer mehr zu einer Informations- und Wissensgesellschaft.

Die Inanspruchnahme der neuen Medien wird überwiegend durch das Fernsehen angeführt. Es erfüllt in erster Linie das Informationsbedürfnis gerade der Älteren. Die Reichweite von Zeitschriften, Büchern und Tonträgern ist eher geringer. Neuere, über das Internet vermittelte Kommunikationsformen, wie E-Mail, Chat, E-Learning, Online-Banking etc. spielen nur eine untergeordnete Rolle. Der Anteil der Generation 50 plus ist in allen Ländern deutlich unterrepräsentiert. In Deutschland nutzen 26% der über 50jährigen das Internet, dann fällt die Treppe schnell weiter ab, und von der Generation 60 plus sind gerade einmal 2,6% online. Nur in den USA fällt diese Kurve nicht ganz so krass aus wie in Europa. Diese Untersuchungsergebnisse drücken aus, dass es in unserer Gesellschaft nicht mehr ohne technischen Fortschritt geht, aber ein Großteil der Menschen bleibt hiervon ausgeschlossen.



Dr. Heidrun Mollenkopf hält ihr Referat über das Medienverhalten älterer Menschen.

Die Gründe für diese negative Entwicklung sind unterschiedlich. Viele Menschen erkennen keinen Mehr- und Nutzwert, keinen Sinn, sich mit den neuen Medien zu beschäftigen. Es gibt starke emotionale (Ängste, Vorbehalte, Lernen lohnt sich nicht mehr) und auch ökonomische Barrieren (Kosten). Eine Rolle spielt auch die große Bildungskluft. Aber auch bei Menschen mit Abitur und Hochschulabschluss fällt die Nutzung der neu-

en Medien ab der Generation 60 plus deutlich ab. Es ist daher dringend notwendig, dass Ältere nicht durch das digitale Netz fallen und ihnen durch leicht zugängliche Nutzungsmöglichkeiten und Bedienungsfreundlichkeit, langlebige Software und Förderungsmaßnahmen Hilfen angeboten werden. Aber es gibt noch zu wenige Projekte, das gilt insbesondere für Frauen.

Technik des Internets – Im Dschungel der Möglichkeiten

Das dritte Referat der Vortragsreihe bestritt Dipl.-Soziologin Ute Kempf vom „Kompetenzzentrum Frauen in Informationsgesellschaft und Technologie“, Bielefeld. Dabei traten technische Grundlagen und Sicherheitsaspekte in den Vordergrund, die hier aus Platzgründen nicht ausführlicher behandelt werden können. Aber Server, Scriptsprachen und Internetsicherheit werden uns künftig immer wieder beschäftigen. Der Vortrag vermittelte sehr anschaulich, dass Internettechnologien zwar vielfältig, aber nicht undurchschaubar sind. Die kritische Mitarbeit der Anwender bei der Nutzung des Internets ist aber eine wichtige Voraussetzung, denn wie im richtigen Leben bergen auch die virtuellen Welten ihre eigenen Mängel und Gefahren, und insbesondere muss davor gewarnt werden zu glauben, dass es trotz komplizierter Verschlüsselungsmethoden keine 100%ige Sicherheit im Internet geben könne.

Für die bessere Orientierung und zum „Nachschlagen“ im Dschungel des Internets empfiehlt Frau Kempf eine Reihe von Internet-Adressen, die hier gerne weitergegeben werden: www.50plus-ans-netz.de; www.kompetenzz.de; www.netlexikon.akademie.de; www.logosec.de; www.hbci.de; www.waretest.de; www.dialerschutz.de; www.bsi.de.

Ältere Menschen in der Informationsgesellschaft

Die abschließende Podiumsdiskussion zu diesem Thema leitete Dipl.-Kaufrau Monika Prött, Hannover. Kommunikanten: Staatssekretär Jürgen W. Heike (Bayerisches Ministerium für Arbeit und Soziales), Prof. Ursula Lehr und Dipl.-Psychologe Paul Held, FIM-Neues Lernen, Erlangen.

In seiner Grußadresse wies Staatssekretär Heike auf die Bedeutung der Teilhabe der Senioren an der Medienkompetenz in der Informationsgesellschaft hin.



Staatssekretär Jürgen W. Heike: Wir werden nicht nach dem Gießkannenprinzip fördern, aber Unterstützung geben für Projekte, die sich organisch entwickeln.

Allein in Bayern gibt es mittlerweile rund 50 Seniorencomputer-Initiativen, 14 weitere sind im BSNF zusammengefasst. Der daraus resultierende Gewinn an Information und Kommunikationsmöglichkeiten für die Älteren ist beträchtlich. Es muss aber darum gehen, auch die Generation 60plus ans Netz zu bringen, ohne dabei Zwang auszuüben, sondern durch Motivation. Die positiven Aspekte müssen in den Vordergrund gerückt werden. Bayern wird dabei nicht mit dem Füllhorn auftreten können, aber Unterstützung geben für Projekte, die sich organisch entwickeln.

Paul Held, FIM-Neues Lernen, zeigte auf, dass bei allen Bemühungen nie die Technik im Vordergrund stehen darf, sondern es geht darum zu vermitteln, den persönlichen Nutzen im Umgang mit der Technik zu erkennen und zu erleben. Sehr wichtig sind dabei die dezentralen Ansätze vor Ort und die Arbeit der vielen Ehrenamtlichen, die als Multiplikatoren wertvolle Arbeit leisten, ohne die moderne Seniorenarbeit gar nicht möglich wäre.



Pausengespräche: Referentin Dipl.-Soz. Ute Kempf („Technik des Internets“) und Projektleiter Senioren, Marcel Plechaty, FIM-Neues Lernen, Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg.

Es gab hinreichend Gelegenheit für das Auditorium, sich an der Diskussion zu beteiligen und Vorschläge einzubringen. Vielfach wurde gefordert, das technische Instrumentarium seniorengerechter anzubieten. Warum kann es keine Computer und Anwendungsprogramme geben, die mehr auf die Bedürfnisse der Senioren und auch der behinderten Senioren zugeschnitten sind? Hier ist noch viel Forschungsarbeit zu leisten, die bisher nur in Ansätzen vorliegt. Die Universitätsinstitute haben die Aufgabe, auf diesem Gebiet eng mit der Wirtschaft zu kooperieren und Anstöße zu geben. Auch die Politik kann und wird sich solchen Gesichtspunkten nicht verschließen, wie Staatssekretär Heike ausdrücklich versicherte.



Dipl.-Psych. Paul Held, Berater des Projektteams Senioren, FIM-Neues Lernen, das sich um das SeniorenNetzwerk in Bayern bleibende Verdienste erworben hat.

Das Resümee der 4. Fachtagung ist klar: Die Gesellschaft scheint begriffen zu haben, daß man ältere Menschen nicht nur zu verwalten und zu versorgen hat. Die Politik hat lange gebraucht, um diese Einsicht zu verinnerlichen und auch volkswirtschaftlich zu bewerten. Keine Gemeinde, die es sich heute noch leisten kann, keinen eigenen Beauftragten für die Seniorenarbeit aufzubieten. Gesellschaft kann nur funktionieren, wenn alle Bevölkerungsteile an den Errungenschaften von Fortschritt und Bewusstseinsveränderung teilhaben können, und zwar als gleichberechtigte Partner. Es wäre falsch, das Potential der Senioren allein der Wirtschaft zu überlassen, den Agenturen für Seniorenmarketing, den Wohnungsbaugesellschaften oder den Hörakustikern, die alle auch auf dieser Fachtagung präsent waren. Durch ihre Reversschildchen oder Foyerstände waren sie in der Menge der Teilnehmer nicht zu übersehen. Aber die Senioren haben es natürlich selber in der Hand, sich nicht unter Wert zu verkaufen und ihre Seele widerstandslos dem Mammon zu überant-



Zum Abschluss der Fachtagung entspann sich eine lebhafte Podiumsdiskussion (von l.n.r. Dipl.Psych. Paul Held, Prof. Ursula Lehr, Staatssekretär Jürgen W. Heike und Dipl.-Kaufrau Monika Prött, Moderatorin), in die auch das Auditorium eingebunden wurde.



Im Vortragssaal des historischen Alten Salzstadels trafen sich 110 Seniorinnen und Senioren aus ganz Bayern zum Stelldichein des BSNF in Regensburg. Vertreter fast aller Netz-Gruppierungen, Delegierte von Volkshochschulen und Seniorenbeauftragte der Städte und Gemeinden folgten den Ausführungen der Referenten mit großem Interesse und nutzten die Gelegenheit zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

worten. Die vielen Gesprächsgruppen, die sich in den Pausen und bei informellen Zusammenkünften bildeten, und die engagiert diskutierten Themen lassen jedoch die Aussage zu, dass Seniorenarbeit die große Chance hat, sich eigenbewusst und zukunftsgerichtet zu entfalten. Die Erkenntnisse und Folgerungen aus der Regensburger Fachtagung werden sicherlich

in den verschiedenen Netzgruppen fortwirken und ihre Arbeit befruchten.

Der Dank des Chronisten gebührt den Veranstaltern, insbesondere FIM-Neues Lernen, Erlangen, die von Anfang ihrer Tätigkeit Meilensteine gesetzt haben und hoffentlich die positiven Entwicklungen auch zukünftig weiter vorantreiben werden.

rc.

Kursprogramm SNU – April bis Juli 2004

U 1.1 Computerkurs für Einsteiger

Mo, Mi 9 – 12 Uhr
26.04., 28.04., 03.05., 05.05.,
10.05., 12.05.
Hans Plattner

U 1.2 Computerkurs für Einsteiger

Di, Do 9 – 12 Uhr
27.04., 29.04., 04.05., 06.05.,
11.05., 13.05.
Waltraut Dreyer

U 1.3 Computerkurs für Einsteiger

Mo, Mi / Di, Do 9 – 12 Uhr
17.05., 19.05., 24.05., 26.05.,
01.06., 03.06.
Helmut Philipp

U 2.1 Computerkurs für Fortgeschrittene

Di 9 – 12 Uhr
15.06., 22.06., 29.06., 06.07.,
13.07., 20.07.
Erich Eckert

Entgelt U 1.1 – U 1.3, U 2.1: 99,- E /
FM* 74,25 E

U 3 Internet für Einsteiger

Mi 9 – 12 Uhr
12.07., 14.07.
Helmut Philipp
Entgelt: 33,- E / FM* 24,75 E

U 4 Das Internet

Mo 9 – 12 Uhr
19.07., 26.07.,
Armin Orthwein
Entgelt: 33,- E / FM* 24,75 E

U 6 E-Mail Grundkurs (Outlook Express, Outlook)

Do 9.30 – 11.30 Uhr
01.07., 08.07.
Albert Kreutzer
Entgelt: 22,- E / FM* 16,50 E

U 7 Online Shopping mit „ebay“

Do 16.30 – 18.30 Uhr, 06.05.

Dietmar Fey

Entgelt: 11,- E / FM* 8,25 E

U 8 Home Banking

Mi 16.30 – 18.30 Uhr
23.06.
Reimund Derfuß
Entgelt: 11,- E / FM* 8,25 E

U 9 Mit „Excel“ arbeiten

Mo, Mi, Do 16.30 – 18.30 Uhr
24.05., 26.05., 27.05.
Heinrich Henke
Entgelt: 33,- E / FM* 24,75 E

U 10 Mit „Word“ arbeiten

Fr 9 – 12 Uhr
14.05., 21.05.
Hans Sommer
Entgelt: 33,- E / FM* 24,75 E

U 11 Bildbearbeitung

Di 9.30 – 11.30 Uhr
25.05.
Klaus Mayer
Entgelt: 11,- E / FM* 8,25 E

U 14 Mit „PowerPoint“ arbeiten

Mo 9 – 12 Uhr
28.06., 05.07.
Monika Roemer-Girbig
Entgelt: 33,- E / FM* 24,75 E

U 12 Systempflege

Mi 16.30 – 18.30 Uhr
02.06.
Dr. Wolf Grüner
Entgelt: 11,- E / FM* 8,25 E

U 13 Sicherheit im Internet

(Hoaxe, Viren und Trojaner)
Do 16.30 – 18.30 Uhr
13.05.
Dietmar Fey
Entgelt: 11,- E / FM* 8,25 E

U 15 „Superhirn“

Mi, Mo, Mi 9.30 – 11.00 Uhr
16.06., 21.06., 23.06.
Helmut Barthelmes
Entgelt: 24,75, E / FM* 18,50 E

(Änderungen vorbehalten)

Kurs-Einschreibung:

Dienstag, 20.04.04 von 14 bis 17 Uhr im
„Internet-Café“ Uttenreuth, Esperstraße
18 A, Telefon: 09131-996830. E-Mail:
seniorennetz-uttenreuth@t-online.de
(nach dem 20.04.04 jeden Freitag im In-
ternet-Café von 14 bis 16 Uhr bei Armin
Orthwein, soweit noch freie Plätze vor-
handen).

Ausführliche Informationen finden Sie in
unserem Flyer (Handzettel), der für Sie im
Internet Café bzw. in vielen Geschäften
und Banken zum Mitnehmen ausliegt,
oder im Internet unter:

www.seniorennetz-erlangen.de

Neu	Neu	Neu	Neu
-----	-----	-----	-----

Sowohl der Ende 2003 gegründete
Arbeitskreis „Multimedia“ als auch das
Anfang 2004 gestartete Projekt „Frauen-
Netz“ erfreuen sich regen Zuspruchs.

Das „FrauenNetz“ bietet interessierten
Frauen einen eigenen Arbeitskreis, wo die
erworbenen Kenntnisse in lockerer Form
weiter vertieft werden können.

Der Arbeitskreis Multimedia ist in erster
Linie eine Plattform für Digital-Fotografen
und Videofilmer. Er eignet sich vor allem
für Interessenten mit fotografischen und
filmischen Vorkenntnissen.

Der „Superhirn-Kurs“ (U 15) wird
erstmalig angeboten. Dabei geht es um
ein Kopftraining, das versucht, durch sys-
tematische Gehirnübungen körperliche
und geistige Fitness zu erreichen. Das Trai-
ning macht viel Spaß, bringt neue Er-
kenntnisse und schöne Gruppenerlebnis-
se – und das ganz ohne „Pauken und
Schulstress“.

*) FM = Fördermitglieder

Zur Fördermitgliedschaft siehe bitte
auch Seite 2.

Impressum
SNU-Journal
Herausgegeben vom
SeniorenNetz-Uttenreuth
Esperstr. 18 A,
91080 Uttenreuth
Verantwortlich:

SNU-Leitungsteam: Dr. Wolf Grüner
(Sprecher), Waltraut Dreyer,
Albert Kreutzer, Armin Orthwein
Redaktion: Rudolf Carstens