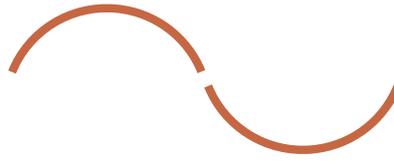


bridge
the gap



Gemeinsam die
soziale und digitale
Teilhabe älterer
Menschen stärken



Training
Kit



Über diese Veröffentlichung

Das Training Kit ist ein intellektueller Output des Erasmus+ Projekts Bridge the Gap!. Es stellt ein überarbeitetes Curriculum sowie Instrumente und Methoden vor, die sich bei den Pilotschulungen der Projektpartner in Österreich, Italien, Deutschland, Litauen und den Niederlanden als hilfreich erwiesen haben. Das Training Kit wurde entwickelt, um Erwachsenenbildner*innen, Sozialarbeiter*innen sowie Haupt- und Ehrenamtliche in Organisationen, die für oder mit älteren Menschen arbeiten, bei der Durchführung von Schulungen, die Wissen über altersfreundliche Lebenswelten mit digitalen Fähigkeiten kombinieren, zu unterstützen. Das Training Kit ist auf Niederländisch, Englisch, Deutsch, Italienisch und Litauisch in gedruckter und digitaler Form verfügbar. Letztere kann von der Projektwebsite heruntergeladen werden.

<https://bridgethegap-project.eu/>

Veröffentlicht von: Bridge the Gap! - Konsortium

Layout: Poezija.lt

Fotos: Projektpartner, Freepik.com, Depositphotos, Voglhuber (Seiten: 8, 43 und 44)

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung tragen alleine die Verfasser*innen; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union

Partner und Kontakt

ISIS Institut für Soziale Infrastruktur
Frankfurt, Deutschland
Europäische Koordinierung
Jana Eckert
eckert@isis-sozialforschung.de
www.isis-sozialforschung.de



Institut für Soziale Infrastruktur
Sozialforschung, Sozialplanung, Politikberatung

queraum. kultur- und sozialforschung
Wien, Österreich
Susanne Dobner, Anita Rappauer
dobner@queraum.org
rappauer@queraum.org
www.queraum.org



queraum.
kultur- und sozialforschung

Lunaria
Associazione di Promozione Sociale e Impresa Sociale
Rom, Italien
andreis@lunaria.org
www.lunaria.org



Asociacija Senjorų Inicijatyvų Centras (Zentrum für
Senioreninitiativen, SIC)
Kaunas, Litauen
Edita Satiene
e.satiene@gmail.com
www.senjoru-centras.lt

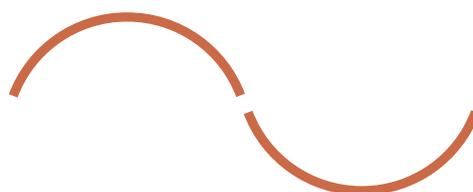


AFEdemy, age-friendly environments academy in
Europe BV
Gouda, Niederlande
Willeke van Staalduinen,
Loes Hulsebosch
willeke@afedemy.eu
hulsebosch@hm-advies.nl
www.afedemy.eu



Inhalt

Über das Training Kit	4
Das Bridge the Gap! Projekt	5
Kontext und Ziele der Schulung	6
Das Schulungskonzept und das Curriculum	7
Erprobung und Überarbeitung des Curriculums	12
Potenzielle Teilnehmende ansprechen und akquirieren	12
Lerninhalte und Übungen	13
Bewertung und Reflexion	13
Altersfreundliche Lebenswelten.....	28
Übungen, die Wissen über altersfreundliche Lebenswelten und digitale Fähigkeiten kombinieren	30
Beispiele für lokale Initiativen, die in der Testphase entwickelt wurden.....	43
Zusammenfassung	47
Anhang 1. Vorlagen	49
Anhang 2. Auf sich und die Ergebnisse aufmerksam machen	55
Bibliographie	58



Über das Training Kit

Das Training Kit kann verwendet werden, um Schulungsangebote zum Thema smarte, gesundheitsfördernde und altersfreundliche Lebenswelten anzubieten sowie um grundlegende und fortgeschrittene digitale Fähigkeiten mit einem Fokus auf altersfreundliche Umgebungen zu vermitteln.

Dieses Training Kit ist das Ergebnis der Forschungs- und Entwicklungsarbeit und der Pilot-schulungen, die von den Bridge the Gap! Projektpartnern in Österreich, Italien, Deutschland, Litauen und den Niederlanden durchgeführt wurden. Das Bridge the Gap! Training Kit basiert auf den Erfahrungen, die im Rahmen des Schulungsprozesses gesammelt wurden. Die Schulungen zielen darauf ab, ältere Menschen dabei zu unterstützen und darin zu schulen, ihr Umfeld mit Hilfe digitaler Werkzeuge zu erkunden, zu analysieren und zu gestalten. Das Training Kit wurde entwickelt, um Schulungsleiter*innen (z. B. Erwachsenenbildner*innen, Sozialarbeiter*innen sowie Mitarbeiter*innen in Organisationen, die mit und für ältere Menschen arbeiten) dabei zu unterstützen, Bridge the Gap! Schulungen durchzuführen oder einzelne Methoden und Materialien im Rahmen ihrer Schulungsangebote zu nutzen.

Das Bridge the Gap! Training Kit beinhaltet:

- Informationen über das Projekt Bridge the Gap!
- den Hintergrund und die Ziele der Schulung
- das Trainingskonzept und die Kursbeschreibung
- Grundlegende Informationen über altersfreundliche Lebenswelten
- Schulungsmethoden und -materialien, die Peer-to-Peer-Lernen, Teamarbeit und gegenseitige Unterstützung fördern
- Methoden zur Reflexion und Bewertung
- Vorlagen für ein Einladungsschreiben sowie zur Konzeptentwicklung eines lokalen Projekts und einen Fragebogen zur Evaluation der Schulung
- Werkzeuge für die Präsentation der Ergebnisse von Projektgruppen
- Ideen für öffentliche Abschlussveranstaltungen

Bildungseinrichtungen, -koordinator*innen und Schulungsleitungen können das Training Kit zur Vorbereitung und Durchführung von Schulungen zum Thema smarte, gesundheitsfördernde und altersfreundliche Lebenswelten sowie zur Vermittlung grundlegender und fortgeschrittener digitaler Kompetenzen mit dem Schwerpunkt auf altersfreundliche Lebenswelten nutzen. Die im Bridge the Gap! Training Kit vorgestellten Methoden und Werkzeuge können im Rahmen lokaler Aktivitäten eingesetzt oder in langfristige Bildungsprogramme integriert werden.

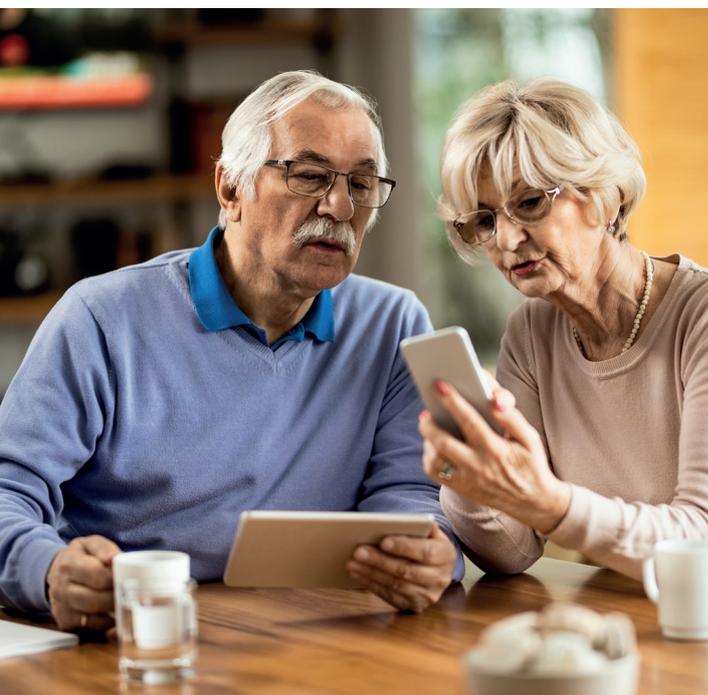
Für das Selbstständige Lernen von zuhause sowie als weitere Ressource für Materialien und Übungen für Erwachsenenbilder*innen wird im September 2022 ein digitales Training auf der Bridge the Gap! Webseite zur Verfügung gestellt, welches unter anderem einige der in diesem Training Kit enthaltenen Vorlagen und Materialien als Download zur Verfügung stellt.



Das Bridge the Gap! Projekt

Viele ältere Menschen – vorausgesetzt, sie werden bedarfsgerecht angeleitet und unterstützt – sind sehr an altersfreundlichen Lebenswelten und einer aktiven Beteiligung an der Gestaltung ihres Umfeldes interessiert.

Die Vision von Bridge the Gap! ist es, altersfreundliche Lebenswelten zu schaffen und die soziale und digitale Teilhabe älterer Menschen zu stärken, indem sie geschult und befähigt werden, ihr Viertel, ihren Bezirk oder ihren Stadtteil mit Hilfe digitaler Werkzeuge zu analysieren und (neu) zu gestalten. Eines der Erkenntnisse, die die Projektpartner in den früheren Erasmus+ Projekten „Mobility Scouts“ und „Age-Friendly Environments Activists“ gewonnen haben, war, dass viele ältere Menschen – vorausgesetzt, sie werden bedarfsgerecht angeleitet und unterstützt – sehr an altersfreundlichen Lebenswelten und einer aktiven Beteiligung an der Gestaltung ihres Umfeldes interessiert sind, insbesondere durch die Entwicklung und Umsetzung ihrer eigenen Ideen und Projekte. Es hat sich aber auch herausgestellt, dass manche ältere Menschen sich wünschen, ihre digitalen Kompetenzen auszubauen, um ihre Ideen umzusetzen und sich Gehör zu verschaffen können.



Die Hauptziele des Bridge the Gap! Projektes sind:

- Das Bewusstsein für die Bedeutung altersfreundlicher Lebenswelten und die politische, soziale und digitale Teilhabe älterer Bürger*innen zu schärfen und andere dazu zu inspirieren, sich für diese Themen einzusetzen.
- Ältere Menschen darin zu schulen, zu befähigen und zu unterstützen, für ihre Wohngegend aktiv zu werden, indem sie ihre Ideen und Initiativen für altersfreundliche Lebenswelten einbringen und die digitalen Werkzeuge beherrschen, die sie zur Umsetzung ihrer Ideen und Projekte brauchen.
- Sinnvolle, unterstützende, innovative und leicht zugängliche Schulungs-/Lernformate und -materialien zu entwickeln, die für andere relevant sind (Anbieter von Erwachsenenbildung, Schulungsleiter*innen usw.).
- Die Sichtweise auf das Alter hinsichtlich der politischen, sozialen und digitalen Teilhabe zu verändern.
- Nachhaltige Ergebnisse zu entwickeln und diese zu verbreiten sowie starke Netzwerke für altersfreundliche Lebenswelten, um die politische, soziale und digitale Teilhabe älterer Bürger*innen zu fördern.

Die Forschungs- und Entwicklungsarbeit, die im Rahmen des Projektes durchgeführt wurde, umfasste die folgenden Arbeitsschritte:

- die Durchführung einer Sekundäranalyse und von Interviews mit Expert*innen, Praktiker*innen, Interessenvertreter*innen und älteren Menschen, um den aktuellen Stand der Digitalisierung in Zeiten des demografischen Wandels zu untersuchen und um Ansätze einzubeziehen, die altersfreundliche Lebenswelten und die digitale Teilhabe älterer Menschen fördern;
- die Entwicklung einer **Kurzinfo**, die über den Ansatz und die Aktivitäten des Bridge the Gap! Projektes sowie über die Themen Alter und soziale Teilhabe im digitalen Zeitalter informiert. Darüber hinaus werden Projekte und Initiativen zur Schaffung altersfreundlicher Lebenswelten mit Hilfe digitaler Werkzeuge in Europa als inspirierende Praxisbeispiele vorgestellt;
- die Entwicklung des **Trainingskonzeptes und Curriculums**, das die Themen altersfreundliche Lebenswelten und digitale Kompetenz innovativ kombiniert, und dessen Erprobung mit 79 Teilnehmenden im Alter von 60-95 Jahren in Österreich, Deutschland, Italien, Litauen und den Niederlanden.
- Die Entwicklung des digitalen Bridge the Gap! Trainings

Kontext und Ziele der Schulung

Smarte Technik kann älteren Menschen dabei helfen, ein diskriminierungsfreies Leben in Würde, Autonomie und Selbstbestimmung zu führen.

Digitalisierung und Demografie

Die Digitalisierung und der demografische Wandel sind zwei elementare Trends, die nicht nur bei Entscheidungsträger*innen, Arbeitsmarktexpert*innen oder Bildungsanbieter*innen, sondern auch bei europäischen Bürger*innen Ängste und Hoffnungen wecken. Digitale Technik – und ihre Kombination mit anderen Technologien – können dazu beitragen, eine Vielzahl von Herausforderungen älterer Menschen zu bewältigen. So können z. B. smarte Sensoren und ähnliche Geräte, wie elektronische Armbänder, eingesetzt werden, um das Verhalten und die Gesundheit älterer Menschen besser einschätzen zu können. Technische Hilfsmittel und Roboter können sie bei der Verrichtung alltäglicher und hauswirtschaftlicher Tätigkeiten unterstützen und die Abhängigkeit von anderen Menschen verringern. Diese und andere Arten von Technik können älteren Menschen dabei helfen, ein diskriminierungsfreies Leben in Würde, Autonomie und Selbstbestimmung zu führen – mit anderen Worten: ein Leben, das ihre Menschenrechte wahrht.

Die ältere Generation ist weder mit moderner Technik aufgewachsen, noch hat sie diese während ihrer prägenden Jahre in Schule, Ausbildung und Beruf genutzt. Außerdem haben viele ältere Menschen immer noch einen ungleichen Zugang zu Informations- und Kommunikationstechnik (IKT) und verfügen nicht immer über ausreichende Kompetenzen, so dass sie Gefahr laufen, von der vollen Teilhabe an der Gesellschaft ausgeschlossen zu werden. Denn die soziale Teilhabe umfasst zunehmend auch die digitale Teilhabe, da die Digitalisierung fast alle Bereiche unserer Gesellschaft verändert. Sie erfordert neue Kenntnisse und Fähigkeiten, um vollständig an der Gesellschaft teilhaben zu können. Der Zugang zu digitaler Technik und die umfängliche Nutzung von Online-Diensten haben den Status von sozialen Rechten (digitalen Rechten) erlangt. Es ist daher sehr wichtig, die digitale Kluft

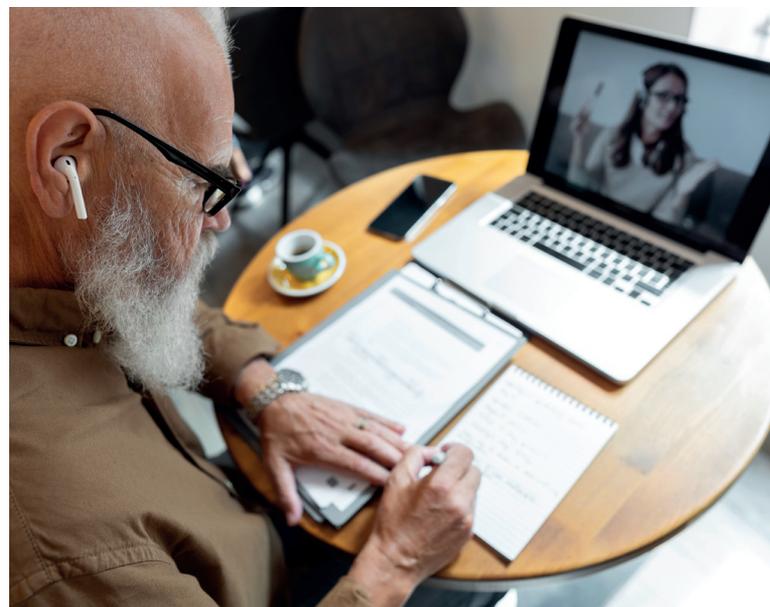
zu verringern, die bestimmte Gruppen (z. B. ältere Menschen) von denen trennt, die vollen Zugang zur digitalen Welt haben. Die COVID-Pandemie, die zu weltweiten Einschränkungen und Begrenzungen führte, hat die Bedeutung und die Vorteile einer digitalen Gesellschaft noch einmal verdeutlicht

Smarte, gesundheitsfördernde, altersfreundliche Lebenswelten

Der Alterungsprozess spiegelt sich in der geistigen und körperlichen Verfassung älterer Menschen wider. In vielen Gemeinden erfordert er eine Veränderung des Lebensumfelds. Ein altersfreundliches Umfeld (AFE) bezieht sich im Allgemeinen auf eine Gemeinschaft, in der ältere Menschen wertgeschätzt und respektiert werden. Sie werden sowohl bei grundlegenden täglichen Aktivitäten wie Fortbewegung und Einkaufen als auch bei der Inanspruchnahme aller Arten von öffentlichen und privaten Dienstleistungen einbezogen und unterstützt. Altern bei guter Gesundheit, soziale Inklusion und aktive Teilhabe können durch eine bessere Einbeziehung von Informations- und Kommunikationstechnik (IKT) in das Gesundheitswesen und die bauliche und soziale Umwelt, d. h. durch die Schaffung sogenannter smarter, gesundheitsfördernder, altersfreundlicher Lebenswelten (SHAFE), erreicht werden.

Ziele der Schulung

Das Ziel der Bridge the Gap! Schulung ist es, ältere Menschen mit dem Wissen, den Fähigkeiten und den Kompetenzen auszustatten, die sie



für die soziale und digitale Teilhabe an der modernen Gesellschaft benötigen, und sie dabei zu unterstützen, altersfreundliche Initiativen unter Verwendung einer Reihe von digitalen Werkzeugen in verschiedenen lokalen Kontexten mitzugestalten und zu fördern.

Das Schulungskonzept und das Curriculum

Flexible Schulungsformate, kreative und bedarfsgerechte Methoden und ein personenzentrierter Ansatz fördern den Lernprozess von Erwachsenen.

Die Grundsätze des Schulungskonzeptes von Bridge the Gap! sind:

A. Anpassung an die Bedürfnisse und das Vorwissen der Lernenden und Berücksichtigung ihres Lernstils

Das Trainingskonzept der Bridge the Gap! Schulungen basiert auf der Erkenntnis, dass flexible Schulungsformate, kreative und bedarfsgerechte Methoden und ein personenzentrierter Ansatz den Lernprozess von Erwachsenen fördern. Es ist wichtig, das Niveau der digitalen Kenntnisse und Fähigkeiten der Lernenden mit den ihnen zur Verfügung stehenden digitalen Werkzeugen abzustimmen. Um eine personenzentrierte Schulung zu gewährleisten, kann es ratsam sein, die Vorerfahrungen, die Fähigkeiten sowie das Selbstvertrauen, die Motivation und die Einstellung der Lernenden zu IKT zu Beginn der Schulung zu beurteilen.

Nach der 1984 veröffentlichten Theorie des erfahrungsbasierten Lernens von David Kolb umfasst das Lernen im Wesentlichen vier Phasen: konkrete Erfahrung, reflexives Beobachten, abstraktes Konzeptualisieren und aktives Erleben (Kurt, 2020). Diese vier Phasen des Lernprozesses können auch als vier Lernstile betrachtet werden. Jede*r Lernende bevorzugt einen dieser Stile. Die Schulungsleitung sollte daher auf verschiedene Formate zurückgreifen und zwischen diesen abwechseln, sodass die individuellen Lernstile der Teilnehmenden (Handelnde, Beobachtende, Denkende und Entscheider*innen) berücksichtigt werden. Konkret bedeutet dies,

- a variety of talking about,
- eine Vielzahl von Themen zu besprechen,
- Gelerntes praktisch anzuwenden,
- Dingen auf den Grund zu gehen,
- gemeinsam über Möglichkeiten zu sprechen,
- zu recherchieren,
- etwas Neues zu präsentieren,
- zu üben und anschließend zu diskutieren,
- Einzel- und Gruppenübungen durchzuführen,
- alleine nachzudenken und sich gegenseitig zu inspirieren.

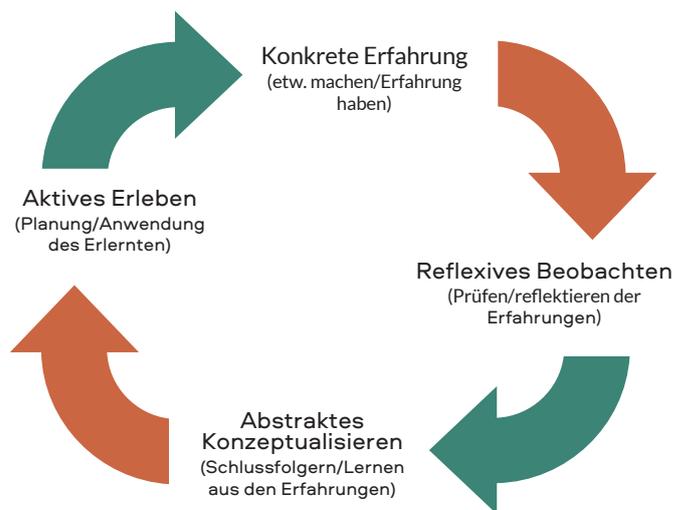


Abb. 1 Der Zyklus des erfahrungsbasierten Lernens

B. Ältere Menschen als Lernende und als Expert*innen.

Ältere Menschen werden als Expert*innen für ihre Lebenswelten und unterschiedliche Themengebiete ernst genommen. Auch diejenigen unter ihnen, die neu in der digitalen Welt sind, verfügen über Fähigkeiten und Wissen aus ihrem früheren Berufsleben sowie über Lebenserfahrung. Diese können als Grundlage für die Gründung von Nachbarschaftsinitiativen dienen. In Bezug auf digitale Technik sind sie Lernende, aber in ihren Gemeinschaften und für ihre Gegend sind sie Expert*innen. Die Schulungsleitung erleichtert lediglich die Verknüpfung von Vorwissen mit neuen Fähigkeiten, um die Mitgestaltung lokaler Projekte durch den Beitrag der Teilnehmenden zu fördern.

Lokale Projekte können kaum von einer einzelnen Person umgesetzt werden. Positive Veränderungen können durch die Vernetzung und Zusammenarbeit zwischen älteren Bürger*innen und öffentlichen

oder privaten Einrichtungen sowie relevanten Akteur*innen erreicht werden. Ältere Menschen werden als Expert*innen für die Situation angesehen, die sie verbessern wollen.



C. „WARUM tun Sie, was Sie tun?“ – Das Modell des Goldenen Kreises von Simon Sinek (2020):

Unser Schulungskonzept sieht vor, nach dem Goldenen Kreis von Simon Sinek zu arbeiten, der mit der Identifizierung des Ziels oder der Ziele beginnt, dann die Situation analysiert und schließlich herausfindet, was getan werden muss, um das Ziel zu erreichen.

Es ist wichtig, das Lernen zu strukturieren und mit der **intrinsischen Motivation** zu beginnen. Das Modell des Goldenen Kreises betont, von innen nach außen zu denken, zu handeln und zu kommunizieren, um die Hintergründe von Handlungen zu ergründen. Das Modell besteht aus drei Kreisen. Im Zentrum steht das „Warum“, gefolgt vom „Wie“ und ganz außen dem „Was“. Menschen wissen und erzählen oftmals, WAS sie tun und WIE sie es tun, finden es aber häufig schwierig zu erklären, WARUM sie es tun. Jedenfalls ergeben sich die wirklich spannenden Einsichten, wenn man in der Mitte, mit dem WARUM, beginnt.

Die Umsetzung des Modells in der Bridge the Gap! Schulung wird im Folgenden erläutert

WARUM

a) Warum bieten wir diese Schulung an?

Um ältere Menschen dazu zu ermutigen, sich mit Hilfe digitaler Werkzeuge in ihrem Stadtteil (bzw. Viertel, Bezirk o. Ä.) einzubringen.

b) Warum ist soziale Teilhabe im höheren Alter wichtig?

Teilhabe ist mit sozialen, geistigen und körperlichen Vorteilen für die Gesundheit verbunden.

c) Warum sollten ältere Menschen gegenüber moderner Technik offen sein?

Informations- und Kommunikationstechnik kann dabei unterstützen, in Verbindung zu bleiben, bietet Sicherheit und Komfort und fördert ein autonomes und unabhängiges Leben im Alter.

d) Warum sollten sich ältere Menschen aktiv an der Gestaltung ihres Wohnviertels beteiligen?

Aktives Engagement gibt dem Leben einen Sinn, schafft ein Gefühl der Zugehörigkeit, Akzeptanz und Anerkennung und hilft, positive Veränderungen zu erreichen.

Wenn diese Fragen geklärt sind, sind das Ziel und das erwartete Ergebnis der Schulung klarer.

WIE

a) Wie können wir die soziale Teilhabe älterer Menschen im digitalen Zeitalter unterstützen?

Indem wir ihnen helfen, offen für moderne Technik zu sein und diese zu nutzen und indem wir auf das Konzept der smarten, gesundheitsfördernden, altersfreundlichen Lebenswelten aufmerksam machen.

b) Wie ist die Situation in Ihrer Stadt oder Ihrem Viertel?

Die Situation kann durch Beobachtung beurteilt werden.

c) Wie sind die Dinge organisiert?

Analyse der Verfügbarkeit, Zugänglichkeit und Qualität von Dienstleistungen, Informationen, Unterstützung usw.

d) Wie kann man mit Hilfe von digitalen Werkzeugen dazu beitragen, die Situation zu verbessern?

Indem Fakten gesammelt und dokumentiert werden, z. B. anhand von Fotos- und Videoaufnahmen, Befragung von Menschen, Recherche auf der kommunalen Website und öffentliche und kommerzielle digitale Services getestet werden.

Anschließend kann eine Karte mit Stärken, Netzwerken, Unterstützung und Barrieren erstellt werden. Durch die Beantwortung der Frage, wie die Dinge derzeit organisiert sind, ergibt sich ein gutes Bild dessen, welche Möglichkeiten beispielsweise innerhalb des Netzwerks, der Verwaltung oder anderswo liegen.

WAS

a) Was wäre die ideale Situation?

Das angestrebte Ziel wird beschrieben.

b) Was wird benötigt, um die Situation zu verbessern?

Personelle, materielle und zeitliche Ressourcen, Medien und Werkzeuge werden analysiert.

c) Was muss getan werden, um das gewünschte Ergebnis (das Ziel) zu erreichen?

Wissen bündeln und konkrete Maßnahmen planen (oder durchführen).



Abb. 2 Modell des Goldenen Kreises

Eckpunkte der Bridge the Gap! Schulungsreihe

Beschreibung	In dem Kurs geht es darum, das Konzept altersfreundlicher Lebenswelten und das Potenzial digitaler Technik hinsichtlich alltäglicher Aktivitäten zu erkunden und die Abhängigkeit älterer Menschen von anderen Personen zu verringern. Die Teilnehmenden lernen, digitale Werkzeuge einzusetzen, um ihr persönliches Leben zu verbessern sowie zu positiven Veränderungen in ihrem Wohnviertel beizutragen.
Zielgruppe	Menschen, die 60 Jahre oder älter sind.
Ziele der Schulung	<ul style="list-style-type: none"> • Stärkung der sozialen und digitalen Teilhabe älterer Menschen durch die Verbesserung ihrer digitalen Fähigkeiten und ihrer Fähigkeit, digitale Technik als Werkzeug entsprechend ihrer individuellen Bedürfnisse und Interessen zu nutzen; • Ältere Lernende bei der Verbesserung ihrer digitalen Kompetenzen zu unterstützen und sie gleichzeitig zu ermutigen, sich aktiv in ihre Nachbarschaft einzubringen; • Den Lernenden unterschiedliche Möglichkeiten, die mit IKT einhergehen, aufzuzeigen und sie dabei zu unterstützen, Technik in verschiedenen Kontexten zu nutzen, selbstsicherer zu werden und zu erkunden, wie Technologien ihnen helfen können, unabhängig zu sein und am Gemeinschaftsleben teilzunehmen.
Lernziele	<p>Die Schulung trägt dazu bei, dass die Teilnehmenden in der Lage sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten (AFE) und die acht AFE-Bereiche zu verstehen; • digitale Werkzeuge zu benutzen, um sich selbstständig mit altersfreundlichen Themen auseinanderzusetzen; • digitale Anwendungen zu identifizieren und zu nutzen, um unterschiedliche alltägliche Bedürfnisse zu erfüllen (Kommunikation, Mobilität, Einkaufen, Gesundheitsüberwachung, technische Hilfsmittel); • eigene Ideen für Initiativen und Projekte zu entwickeln und umsetzen, um ihr Wohnviertel, ihren Stadtteil oder ihren Bezirk altersfreundlicher zu gestalten (für fortgeschrittene Lernende).

Bewertung und Evaluation	Informelle Bewertungsmethoden, wie z. B. Selbstreflexionsübungen mit Leitfragen, Gruppenübungen und interaktive Werkzeuge können eingesetzt werden.
Zeitplan	Die Schulung besteht aus 6 etwa drei-stündigen Workshops, die sich aus thematischen Einheiten, praktischen Einheiten und Aufgaben zum selbstständigen Lernen zusammensetzen und im Abstand von 2-3 Wochen stattfinden.
Ressourcen	Zusätzlich zu den Inhalten, Werkzeugen und Methoden, die in diesem Schulungspaket beschrieben werden, können die Schulungsleiter*innen auf eine Reihe bestehender Online-Ressourcen zurückgreifen, wie z.B. Video-Tutorials, Online-Schulungen und Handbücher (beispielsweise die Zusammenstellung von Materialien des DigitalKompasses).

Empfehlungen zu Inhalten und Durchführung der Schulung

Die Schulungsreihe wurde auf der Grundlage der wichtigsten Erkenntnisse aus Recherchearbeit und den Interviews mit Expert*innen und älteren Erwachsenen über die Bedürfnisse der Zielgruppe und das Schulungsformat entwickelt, die in den [national research reports](#) (nur in Englisch verfügbar) vorgestellt werden. Im Folgenden werden die wichtigsten Erkenntnisse dargelegt:

- **Menschen haben unterschiedliche Bedürfnisse, Erwartungen und Vorlieben in Bezug auf Informations- und Kommunikationstechnik (IKT).** Viele ältere Menschen wissen, wie wichtig es ist, über digitale Fähigkeiten zu verfügen, damit sie im vollen Maße an der Gesellschaft teilhaben können. Manche wollen über soziale Netzwerke, Messenger-Apps oder Videokonferenzen mit Freund*innen, Familie usw. in Verbindung bleiben. Einige wollen etwas über Werkzeuge lernen, die ihnen alltägliche Aufgaben erleichtern, wie z. B. Online-Shopping, Bankgeschäfte, Terminvereinbarungen, elektronische Dokumente usw. Andere wollen lernen, mit digitalen Werkzeugen kreativ tätig zu werden, wie z. B. Fotos zu bearbeiten, Fotoeffekte zu nutzen oder eigene Designs zu erstellen. Manche wollen lernen, Smartphones und Messenger zu benutzen, um Freund*innen zu finden und mit ihnen zu kommunizieren. Fortge-

schrittenere Lernende wollen Informationen über ihre Hobbys und die Verwendung bestimmter digitaler Werkzeuge finden.

- **Ältere Menschen sollten in der Lage sein, Technik in verschiedenen Kontexten zu verstehen.** Dies fördert das Selbstvertrauen derjenigen, die eher unsicher sind, und kann sie neugierig darauf machen, zu erkunden, wie Technik sie dabei unterstützen kann, sich in das Gemeinschaftsleben einzubringen. Außerdem ist es wichtig, älteren Menschen vielfältige Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie für eine altersfreundliche Lebenswelt aktiv werden können. So sollten die Teilnehmenden nicht nur in die Lage versetzt werden, ihre eigenen Ideen für Initiativen und Projekte zu verfolgen, sondern auch, in die Rolle von Fürsprecher*innen für andere Senior*innen oder Expert*innen zu schlüpfen (z. B. dafür, wie benutzerfreundlich digitale Services/Werkzeuge für ältere Menschen sind).

- **Aufbau von Vertrauen und Freude an der Nutzung von IKT durch schrittweise Anleitung, individuelle Unterstützung während der Schulung und feste Anlaufstellen für weitere Unterstützung im Anschluss an die Schulung.** Abneigungen oder Ängste in Bezug auf IKT-Nutzung sollten stets ernst genommen werden. Durch die Auswahl von digitalen Werkzeugen, die für den Alltag älterer Menschen nützlich sind und ihre Autonomie unterstützen, durch den Verweis auf bewährte Praktiken in ähnlichen Kontexten und durch die Schaffung eines niedrigschwelligen Schulungsangebotes mit freundlicher Lernatmosphäre, in der die Teilnehmenden sich ge-

gegenseitig austauschen, zusammenarbeiten und Kontakte knüpfen können, können diese Hürden überwunden werden.

Tipps:

Schulungsinhalte – zeigen Sie die Vielfalt der Einsatzmöglichkeiten digitaler Werkzeuge für unterschiedlichste Bedürfnisse

- Fotos mit dem Smartphone machen und weiterleiten (Fotos von altersfreundlichen Lebenswelten in der eigenen Umgebung oder von Orten, die verbessert werden sollten);
- Mit Hilfe von Telekommunikationsmitteln mit Familie, Freund*innen und anderen Teilnehmenden in Verbindung bleiben;
- Sprachaufnahme: Befragung anderer Bewohner*innen darüber, wie sie ihr Viertel sehen (Was gefällt ihnen am besten? Was könnte ihrer Meinung nach verbessert werden?);
- Produktion von (kurzen) Videoclips über bestimmte Situationen/Vorfälle in der Wohngegend oder (problematische) Situationen für ältere Fußgänger*innen beim Überqueren der Straße;
- Hochladen von Audiodateien auf eine Plattform oder Erstellen eines Podcasts;
- Allgemeine digitale Kompetenzen als Teil des eigenen Lebensumfelds älterer Menschen, z. B. zu Hause, unterwegs, zur Kommunikation mit der Verwaltung sowie im Bereich Pflege und Gesundheit;
- Bewusstseinsbildung für eigene Themen, z.B. durch das Erstellen eines Blogs;
- Nutzen Sie Praxisbeispiele, die in der **Kurzinfo** vorgestellt werden, oder von den Teilnehmenden aus ihren eigenen Vierteln/Lebenswelten vorgestellt werden, als Lernmaterial.

Organisation der Schulung:

- Ort: Überprüfen Sie die Erreichbarkeit des Veranstaltungsortes, Kosten und Atmosphäre;
- Uhrzeit: nicht zu früh am Morgen und nicht am Abend; berücksichtigen Sie jahreszeitbedingte Barrieren;
- Abstände zwischen den Übungseinheiten: nicht zu lang;
- Größe der Gruppen: Viele ältere Menschen bevorzugen persönliche Schulungen, eine Gruppengröße von maximal 5-8 Personen ist angemessen;

- Stellen Sie die Gruppen bzgl. digitaler Kompetenzen und Vorkenntnisse so homogen wie möglich zusammen;
- Arbeiten Sie mit praktischen Übungen und geben Sie Hausaufgaben;
- Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre und räumen Sie den Teilnehmenden Zeit ein, um Ideen auszutauschen und die von externen oder internen Referent*innen (auch von anderen Teilnehmenden) erhaltenen Informationen zu verarbeiten.

Durchführung der Schulung:

- Vermitteln Sie das (die) Ziel(e) der Schulung und wie diese erreicht werden sollen möglichst deutlich;
- Bleiben Sie stets geduldig;
- Es ist hilfreich, flexibel zu bleiben und sich nach den Bedürfnissen und Wünschen der Gruppe zu richten;
- Achten Sie darauf, eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen und Spaß an und mit digitalen Werkzeugen zu vermitteln;
- Beginnen Sie mit den Grundlagen digitaler Fähigkeiten (sofern dies den Vorkenntnissen angemessen ist);
- Stellen Sie die Vorteile digitaler Anwendungen anschaulich dar (vorzugsweise von anderen Teilnehmenden oder anderen Personen in ähnlichem Alter wie die Teilnehmenden);
- Denken Sie daran, digitale Fertigkeiten Schritt für Schritt zu vermitteln: beschreiben Sie bspw. das Betätigen der ENTER-Taste;
- Stellen Sie Lernmaterial (auch) in gedruckter Form zur Verfügung.



Erprobung und Überarbeitung des Curriculums

Die Bridge the Gap! Schulung wurde in Workshops mit acht Gruppen älterer Personen in Österreich, Deutschland, Italien, Litauen und den Niederlanden modellhaft getestet. Zu den Schulungsaktivitäten gehörten:

- thematische Sitzungen und Beiträge externer Referent*innen, u. a. über die Konzepte altersfreundlicher Lebenswelten (AFE), smarterer, gesundheitsfördernder, altersfreundlicher Lebenswelten (SHAFE) und über die große Vielfalt digitaler Mittel sowie ihrer Nutzung im Rahmen der Bridge the Gap! Schulung;
- praktische Sitzungen, in denen inspirierende Beispiele diskutiert und IKT in Workshops ausprobiert wurden;
- Exkursionen zu „Erfahrungsorten“ für Technik (z. B. iZi Home in Den Haag), angeleitete gemeinsame Teilnahme an altersfreundlichen Initiativen oder Initiierung eigener altersfreundlicher Projekte;

- Hausaufgaben, die es den Teilnehmenden ermöglichen, die Inputs und das neue Wissen anzuwenden und ihre eigenen Lernerfahrungen zu machen, die in den folgenden Treffen reflektiert wurden.

Die Workshops zur Erprobung des Schulungskonzeptes in den Projektpartnerländern fanden von August 2021 bis Januar 2022 statt. Die Workshops wurden an verschiedenen Orten abgehalten: In Bibliotheken, Sozial- oder Gemeindezentren oder in den Räumlichkeiten der Partnerorganisationen.

Die Anzahl der Teilnehmenden an den Workshops war wie folgt:

- Österreich: 10 (62-70 Jahre)
 - Deutschland: 10 (bis 79 Jahre)
 - Italien: 23 (71-95 Jahre)
 - Litauen: 12 (60-80+ Jahre)
 - Die Niederlande: 24 (64-85 Jahre)
- Insgesamt 79 Teilnehmende.

Fast zwei Drittel waren Frauen (74%), die Hälfte der Teilnehmenden hatte in der jüngeren Vergangenheit bereits einen oder mehrere Kurse besucht.

Potenzielle Teilnehmende ansprechen und akquirieren

Ältere Menschen sind keine homogene Gruppe.

Zur Vorbereitung auf die Workshops unternahmen die Partner verschiedene Aktivitäten, wie z. B. die Organisation von Informationsveranstaltungen, die Zusammenarbeit mit bestehenden lokalen Kooperationspartnern oder die Kontaktaufnahme zu neuen (potenziellen) lokalen Partnern oder Akteur*innen. Die wichtigsten Ansprechpartner*innen bei der Vorbereitung der Testphase waren die kommunale Verwaltung, Seniorenbeiräte und aktive Bürgergruppen (Deutschland, Österreich), Bibliotheken (Deutschland, Litauen, Niederlande), lokale Sozialzentren für Senior*innen (Italien) sowie ein Nachbarschaftshilfe-Verein (Deutschland).

Die Zielgruppe dieses Projektes ist keine homogene Gruppe, was sich auch darin zeigt, wie unterschiedlich die Level der digitalen Kompetenzen in den höheren Altersgruppen verteilt sind und wie unterschiedlich stark ältere Menschen von der digitalen Kluft betroffen sind. Der Bridge the Gap! Kurs wurde als niedrigschwelliges Lernangebot konzipiert, damit ältere Menschen, die von der digitalen Kluft betroffen sind, uneingeschränkt an der Gesellschaft teilhaben können (weitere Informationen zur digitalen Kluft, ihren Folgen und Vorteilen von IKT-Nutzung finden Sie in der Bridge the Gap! [Kurzinformatio](#)).

Potenzielle Teilnehmende, die nicht mit ausreichendem Wissen über die Nutzung von digitalen Geräten, Internetzugang ausgestattet sind und eine geringe digitale Kompetenz aufweisen, können am besten dort erreicht werden, wo sie häufig anzutreffen sind. Dazu gehören Kirchen und kirchliche Organisationen, Sozialämter sowie Interessen- oder andere Seniorengruppen, z. B. von Wohlfahrtsorganisationen. Am besten erreicht werden potenzielle Teilnehmende durch persönliche Ansprache und eine klare Vermittlung des-

sen, welche Möglichkeiten die Teilnahme an der Schulung bietet und wie die Teilnahme an der Bridge the Gap! Schulung der digitalen Kluft entgegenwirken kann. Unabhängig von ihren digitalen Kenntnissen können diese Teilnehmenden wertvolles Wissen zur Verbesserung der Lebenswelt aller Generationen beitragen.

Die Informationen über die Schulung sollten frühzeitig verbreitet werden. Zu diesem Zweck können Informationsveranstaltungen, persönliche Treffen, Newsletter und Einladungsschreiben genutzt werden (eine Vorlage für eine Einladung

befindet sich in Anhang 1). Potenzielle Kursteilnehmende können auch über die Netzwerke lokaler Partner und Akteur*innen angesprochen werden. Beispiele für die Maßnahmen und Mittel, die von den Projektpartnern eingesetzt wurden, finden sich im **News-Bereich der Projektwebsite** (in Englisch).

Das zuvor entwickelte, vorläufige **Schulungskonzept**, sowie die darin enthaltenen Methoden und Inhalte wurden nach der Testphase überarbeitet und ergänzt und werden in den folgenden Abschnitten vorgestellt.

Lerninhalte und Übungen

Die Bridge the Gap! Schulung befasst sich mit zwei Hauptthemen, nämlich altersfreundlichen Lebenswelten und Informations- und Kommunikationstechnik. Zwei weitere unterstützende Aspekte sind die Bewertung (als Lernprozess) und die Entwicklung bzw. Mitwirkung an einem lokalen Projekt (einschließlich der Entwicklung von Ideen, der Erstellung eines Aktionsplans oder der Umsetzung von Maßnahmen für positive Veränderungen im Viertel, Stadtteil bzw. Bezirk). Diese Themen werden mittels einer Vielzahl von Übungen behandelt, um die gewünschten Lernergebnisse zu erreichen.

In den folgenden Abschnitten werden die Themen der Schulung sowie Beispiele für Lernaktivitäten, Methoden und Materialien vorgestellt.



Abb. 3 Illustration des Bridge the Gap! Schulungskonzeptes

Bewertung und Reflexion

Bei non-formalen Bildungsangeboten sollten Aktivitäten zur Bewertung so einfach wie möglich sein.

In diesem Abschnitt werden die Bewertungs- und Reflexionsaktivitäten beschrieben, die zu Beginn und am Ende der Bridge the Gap! Schulung eingesetzt werden können.

Bewertung und Reflexion sind wesentliche Bestandteile des Lernprozesses. Es wurden mehrere Methoden zur Selbsteinschätzung und Selbstreflexion entwickelt und in den Pi-

lotschulungen angewandt, um ein klares Bild davon zu bekommen, was die Lernenden zur Schulung mitbringen und was sie aus der Schulung mitnehmen. Durch die Erhebung der Ausgangssituation der Lernenden zu Beginn der Schulung konnten die Schulungen an ihre individuellen Bedürfnisse und an ihr Vorwissen angepasst werden. Bei non-formalen Bildungsangeboten sollte die Aktivitäten zur Bewertung so einfach wie möglich sein und eine schnelle Auswertung der Ergebnisse ermöglichen. Spielerische Methoden wurden von vielen älteren Menschen und Schulungsleiter*innen, die ihre Ideen und ihr Fachwissen in die Entwicklung dieses Kurses eingebracht haben, sehr empfohlen.

Bewertung zu Beginn der Schulung

Die Beurteilung des IST-Zustandes gibt einen Überblick über das Vorwissen, die Erfahrung bzw. das Niveau der Kompetenzen beugt Missverständnissen vor und hilft dabei, die Inhalte mit den individuellen Lernbedürfnissen der Teilnehmenden abzustimmen. Das im Rahmen des Erasmus+-Projekts Improving Guidance and Counselling in Adult Learning, IGCAL (AFEdemy et al., 2021) entwickelte **Handbuch** (in Englisch verfügbar) enthält nützliche Instrumente zur Erfassung von Lernvoraussetzungen erwachsener Lernender, wie z. B. die Berücksichtigung früherer Lernleistungen, das Rollenverständnis als Lernender, die Fähigkeit, unabhängige Entscheidungen zu treffen und Bewertungen vorzunehmen, das Selbstwertgefühl und die Selbstwirksamkeit erwachsener Lernender, die Fähigkeit zur Selbstregulation, die Motivation und der sozioökonomische Hintergrund.

In Bezug auf die digitalen Kompetenzen ist die Einschätzung der Erfahrung, des Selbstvertrauens und der Motivation zu Beginn der Schulung entscheidend damit beurteilt werden kann:

- auf welchem Vorwissen die Schulung aufbauen kann;
- wie viel individuelle Unterstützung benötigt wird;
- zu welchem Grad die Teilnehmenden Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten haben;
- wie es um die Motivation zur Teilnahme sowie zum Ausbau digitaler Kompetenzen bestellt ist und
- von welchem Lerntempo der Teilnehmenden ausgegangen werden kann.

Die Übungen zur Bewertung können auch das Interesse der Lernenden an dem wecken, was sie in den Workshops erwartet. Im Bridge the Gap! Pilotschulungen wurden die Ergebnisse der Vorabbewertung genutzt, um die Schulung an die Erwartungen und Interessen der Lernenden anzupassen, auch indem zusätzliche Themen aufgenommen wurden, die für die gesamte Gruppe oder einzelne Personen interessant waren.



Beispiele für Methoden zur Bewertung digitaler Fähigkeiten

Warum sollte man digitale Fähigkeiten erlernen und verbessern?

Die digitale Kluft wird anhand der effektiven Nutzung von Technik gemessen, die wiederum von Fähigkeiten, wahrgenommenen Vorteilen und entsprechender Motivation bestimmt wird. Ältere Menschen können unterschiedliche Motivationen haben, aber die allgemeinen treibenden Motive sind:

wahrgenommener Nutzen der Technik (persönlicher Nutzen), Aufwandserwartung (Einschätzung der Schwierigkeit der Techniknutzung), Abhängigkeit von sozialen Normen. Das im Folgenden vorgestellte Instrument soll den Lernenden helfen, ihre Lernmotivation besser zu verstehen, ihre Motivation zur weiteren Teilnahme an der Schulung erhöhen und bietet ihnen die Möglichkeit mitzubestimmen, welche Inhalte behandelt werden. Anhand der Ergebnisse dieser Übung können die Schulungsleiter*innen entscheiden, worauf sie bei der Durchführung der Schulung den Schwerpunkt legen: Instrumentalität, persönliches Wachstum oder sozio-emotionale Bedürfnisse der Lernenden.

Bewertung der Lernmotivation

Ziele	Diese Übung zielt darauf ab, die Erwartungen der Teilnehmenden und ihre Einstellung zum Lernen vor dem Kurs zu bewerten. Die gleiche Bewertung kann am Ende des Kurses vorgenommen werden, um zu überprüfen, ob die Erwartungen der Teilnehmenden erfüllt wurden.
Vorbereitung	Der/die Schulungsleiter*in druckt die Aussagen (siehe unten) für jede*n Teilnehmer*in aus. Alternativ können die Aussagen auch auf ein Whiteboard oder ein Flipchart geschrieben werden. Bereiten Sie in diesem Fall für jeden Teilnehmenden 10 Mal fünf Klebepunkte vor, auf denen die Zahlen 1 bis 5 stehen.
Umsetzung	Die ausgedruckten Blätter werden an die Teilnehmenden verteilt, damit sie die Aussagen einzeln bewerten können, indem sie die Zahl ankreuzen, die angibt, wie sehr die jeweilige Aussage auf sie zutrifft. Die Schulungsleitung berechnet anschließend die für jede Aussage vergebenen Punkte und bespricht die Ergebnisse mit der Gruppe. Alternativ werden die Klebepunkte an die Teilnehmenden verteilt (jede*r erhält 10 Mal fünf Klebepunkte, auf denen 1 bis 5 steht). Sie werden gebeten, neben jede Aussage einen Punkt mit der entsprechenden Zahl zu kleben. Die Gesamtpunktzahl jeder Aussage wird berechnet und die vorherrschenden Erwartungen werden diskutiert.
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Flipchart/Whiteboard ● Stift zum Schreiben auf dem Flipchart/Whiteboard ● Klebepunkte
Tipps & Tricks	Es ist sinnvoll sein, wenn die Schulungsleitung erklärt, dass diese Übung darauf abzielt, die Schulung an die Erwartungen und Bedürfnisse der Teilnehmenden anzupassen..

Es gibt viele Gründe für die Teilnahme an einer Schulung und für Lernen und Weiterbildung im Allgemeinen. Welche Gründe sind Ihnen persönlich wichtig?

Sie sehen nun verschiedene Aussagen über das Lernen. Sie können die Aussagen auf einer

Skala von 1 bis 5 bewerten und angeben, inwieweit jede Aussage auf Sie zutrifft: 1 = Trifft überhaupt nicht auf mich zu, 2 = Trifft eher nicht auf mich zu, 3 = Weder noch, 4 = Trifft eher auf mich zu und 5 = Trifft voll und ganz auf mich zu. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch.

1. Ich möchte für den Alltag nützliche Fähigkeiten erwerben	1 2 3 4 5
2. Ich möchte Fähigkeiten erwerben, die mir in Zukunft nutzen werden	1 2 3 4 5
3. Ich möchte Fähigkeiten erwerben, die für meine (ehrenamtliche) Arbeit wichtig sind	1 2 3 4 5
4. Lernen hilft mir, mich selbst zu verwirklichen und mich persönlich weiterzuentwickeln	1 2 3 4 5
5. Lernen stärkt mein Selbstwertgefühl	1 2 3 4 5
6. Lernen bringt mir neue Inspiration/Anregung	1 2 3 4 5
7. Lernen lenkt mich von anderen Problemen ab	1 2 3 4 5
8. Ich kann im Kurs soziale Kontakte knüpfen und interessante Menschen treffen	1 2 3 4 5
9. Meine Freund*innen/Bekannten besuchen denselben Kurs	1 2 3 4 5
10. Ich möchte den Erwartungen meiner Freund*innen/Familie gerecht werden	1 2 3 4 5

Bewertung der digitalen Fähigkeiten und Erfahrungen

Die unten beschriebene Übung kann sowohl als Bewertungs- als auch als Lernmethode eingesetzt werden. Das primäre Ziel ist es, die Erfahrungen der Lernenden im Umgang mit digitalen Geräten und den dazugehörigen Anwendungen zu bewerten und die Schulung ent-

sprechend zu gestalten. Das sekundäre Ziel ist es, die Teilnehmenden, vor allem diejenigen mit geringeren digitalen Kenntnissen, über die Vielfalt der IKT-Nutzung und deren Nutzen für den Alltag zu informieren. Die Teilnehmenden können auch die Möglichkeit bekommen, anzugeben, über welche Werkzeuge und Anwendungen sie etwas lernen möchten. Die Aktivität soll auch das Interesse an den Lerninhalten wecken.

Ziele	Den Wissensstand der Teilnehmenden ermitteln, um sie individuell zu unterstützen und festzustellen, auf welchen Vorerfahrungen die Schulung aufbauen kann.
Vorbereitung	<p>Entsprechend der folgenden Liste werden die Themen und die Geräte/Anwendungen, die mit jedem Thema verbunden sind, auf verschiedenfarbige Karten geschrieben und an eine Pinnwand geheftet (alternativ können sie auch auf ein Flipchart oder ein Whiteboard geschrieben oder geklebt werden) (siehe Abbildung unten):</p> <p>Geräte Smartphone Computer/Laptop Tablet</p> <p>Kommunikation Videokonferenzen (z. B. Skype, Zoom) E-Mail Messenger (z. B. WhatsApp) Soziale Netzwerke (z. B. Facebook, Twitter)</p> <p>Information und Wissen Suchmaschinen Informationen über Waren oder Dienstleistungen Wikipedia YouTube Online-Zeitungen und -Magazine Online-Schulung Apps zum Sprachenlernen</p> <p>Mobilität Online-Fahrplan für Züge und Busse Routenplanung und Navigation (z. B. Google Maps) Reiseplanung/-buchung</p> <p>Finanzen und Einkäufe Online-Shopping Online-Banking</p> <p>Fotografie / Video Smartphone-Kamera und Galerie Fotobuch erstellen Software zum Bearbeiten von Fotos Foto-Apps (z. B. Snapchat, Instagram)</p>

	<p>Alltägliche Organisation Kalender, Adressbuch, Listen erstellen Textverarbeitungs-/Tabellenkalkulationssoftware (z.B. MS Word, Excel) Digitale öffentliche Dienste (z. B. elektronische Steuererklärung, Arztbesuch)</p>
<p>Umsetzung</p>	<p>Die Klebepunkte werden an die Teilnehmenden ausgeteilt (jede*r bekommt eine andere Farbe); die Anzahl sollte mindestens der Anzahl der Anwendungen an der Tafel entsprechen. Die Teilnehmenden werden gebeten, mit den Klebepunkten die Geräte/Anwendungen zu markieren, mit denen sie bereits Erfahrungen gesammelt haben.</p> <p>Die Schulungsleitung erläutert jede Anwendung kurz und bittet die Teilnehmenden mitzuteilen, wenn es Unklarheiten bezüglich der Bedeutung gibt. Die Teilnehmenden können auch Vorschläge für zusätzliche Anwendungen machen, falls etwas auf der Pinnwand fehlt, dass sie als wichtig erachten. Die Schulungsleitung schreibt diese Anwendungen auf zusätzliche Karten und heftet diese ebenfalls an die Pinnwand.</p> <p>Nachdem die Teilnehmenden die Anwendungen markiert haben, mit denen sie bereits Erfahrung haben, fasst die Schulungsleitung die Ergebnisse mit der Gruppe zusammen und macht ein Foto von den Ergebnissen.</p> <p>Später analysiert die Schulungsleitung die Verteilung der Klebepunkte auf den Geräten/Anwendungen und fasst Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Teilnehmenden zusammen (Anwendungen und Bereiche, in denen die Teilnehmenden mit besonders viel oder wenig Erfahrung aufweisen, Unterschiede zwischen den Teilnehmenden usw.).</p>
<p>Benötigtes Material</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pinnwand (Flipchart oder Whiteboard) ● Stift zum Schreiben auf dem Whiteboard oder auf Karten ● Karten in verschiedenen Farben ● 35 Klebepunkte pro Person (eine Farbe pro Person, ein Klebepunkt pro Gerät/Anwendung)
<p>Tipps & Tricks</p>	<p>Die Schulungsleitung erklärt den Zweck dieser Methode und verweist auf den modularen Charakter der Schulung sowie die Berücksichtigung individueller Bedürfnisse und Interessen. Sie stellt sicher, dass jede*r die Bedeutung der Anwendungen versteht. Es ist wichtig, klar zu kommunizieren, dass die Teilnehmenden sich nicht als Expert*innen betrachten müssen, um diese zu markieren. Es reicht aus, mit ihnen vertraut zu sein und zu wissen, wofür sie verwendet werden.</p> <p>Die Schulungsleitung sollte eine freundliche und offene Atmosphäre schaffen und darauf hinweisen, dass es völlig in Ordnung ist, nur wenige Anwendungen zu markieren.</p> <p>Die Aktivität lässt sich am besten mit einer geringen Teilnehmendenzahl durchführen. Bei größeren Gruppen können zwei Bewertungsaktivitäten gleichzeitig durchgeführt werden und die Teilnehmenden anschließend die jeweils andere Übung durchführen und nicht warten müssen, bis sie ihre Klebepunkte kleben können. Bei einer größeren Gruppe bietet es sich auch an, eine schriftliche Liste zu erstellen, auf der die Teilnehmenden ihren Erfahrungsstand mit IKT selbst einschätzen.</p> <p>Es sollte darauf geachtet werden, dass die Klebepunkte ausreichend groß sind.</p>

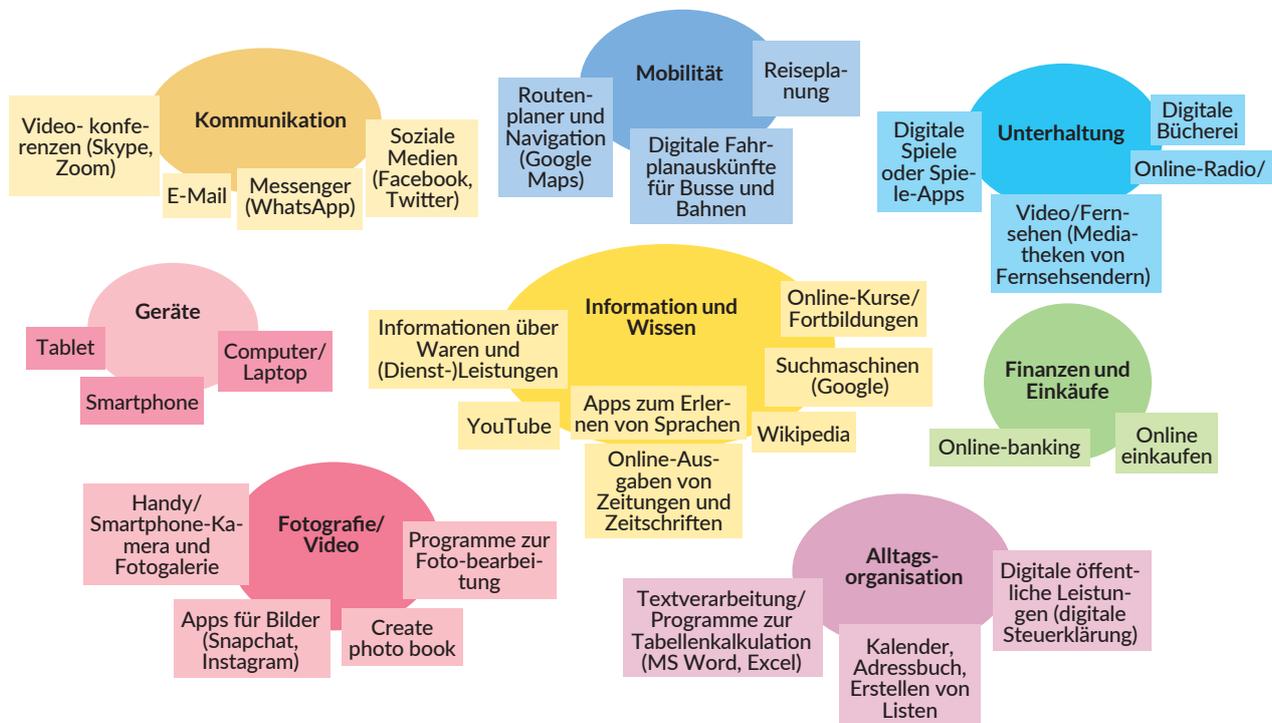


Abb. 4 Übung zur Bewertung von IKT-Kenntnissen und Erfahrungen



Die Ergebnisse der Schulung in Deutschland (siehe Bild oben) zeigen, dass alle Teilnehmenden des ersten Workshops ein Smartphone benutzen. 80 % sind mit der Bedienung eines Computers oder Laptops vertraut, schreiben E-Mails, nutzen Suchmaschinen und machen Fotos mit ihrem Smartphone.

Die im Folgenden beschriebene Methode zur Selbsteinschätzung der Teilnehmenden, wie sicher sie im Umgang mit digitalen Werkzeugen, Anwendungen und Medien sind, eignet sich, um sowohl die Lernenden als auch die zu erwartende Gruppendynamik besser einschätzen zu können.

Selbsteinschätzung der Fähigkeiten/des Selbstvertrauens

Es ist völlig in Ordnung, sich unsicher im Umgang mit Technik zu fühlen oder Unterstützung zu benötigen.

Ziele	Selbsteinschätzung des Selbstvertrauens der Teilnehmenden im Umgang mit digitaler Technik, um abzuschätzen, wie viel Unterstützung bei der Nutzung digitaler Werkzeuge benötigt wird. Zusätzlich zu den digitalen Fähigkeiten kann diese Übung auch genutzt werden, um zu erheben, inwieweit den Teilnehmenden das Konzept altersfreundlicher Lebenswelten bereits geläufig ist. Die Bewertung kann zu Beginn und am Ende der Übung eingesetzt werden, die Weiterentwicklung der Teilnehmenden innerhalb der Schulung einzuschätzen.
Vorbereitung	Der/die Schulungsleiter*in bereitet Karten mit den folgenden Aussagen vor: <i>Ich benötige überhaupt keine Unterstützung bei der Nutzung digitaler Technik / Ich benötige häufig Unterstützung bei der Nutzung digitaler Technik.</i> <i>Das Ausprobieren neuer digitaler Anwendungen fällt mir leicht / Das Ausprobieren neuer digitaler Anwendungen ist sehr schwierig für mich</i> <i>Die Nutzung digitaler Geräte fällt mir sehr leicht / Die Nutzung digitaler Geräte finde ich sehr schwierig.</i> <i>Ich bin mit dem Konzept der altersfreundlichen Umgebungen vertraut / Ich habe noch nie etwas von altersfreundlichen Umgebungen gehört.</i> Die Aussagen werden an die Pinnwand gepinnt und bilden die beiden Enden von 4 Kontinua (links und rechts, verbunden mit einer Linie, siehe Abb. 5).
Umsetzung	Die Klebepunkte werden an die Teilnehmenden ausgeteilt (jede Person erhält 4 Punkte in der gleichen Farbe). Die Teilnehmenden werden gebeten, einen Punkt auf jede Skala zu setzen und sich so intuitiv einzuordnen. Sie werden außerdem aufgefordert, Kommentare auf Karten/Haftzettel zu schreiben und diese an die Pinnwand zu heften. Der/die Schulungsleiter*in bespricht dann die Ergebnisse mit der Gruppe.
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Pinnwand (alternativ Flipchart, Whiteboard etc.) ● Stift zum Beschreiben der Karten (oder des Flipcharts etc.) ● Karten in verschiedenen Farben ● 4 Klebepunkte pro Person (eine Farbe pro Person)
Tipps & Tricks	Die Schulungsleitung sollte darauf hinweisen, dass diese Übung auch dazu dient, den Inhalt bestmöglich an die Bedürfnisse der Teilnehmenden anzupassen und darauf hinweisen, dass es völlig in Ordnung ist, sich unsicher im Umgang mit digitaler Technik zu fühlen oder Unterstützung zu benötigen. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Klebepunkte ausreichend groß sind.

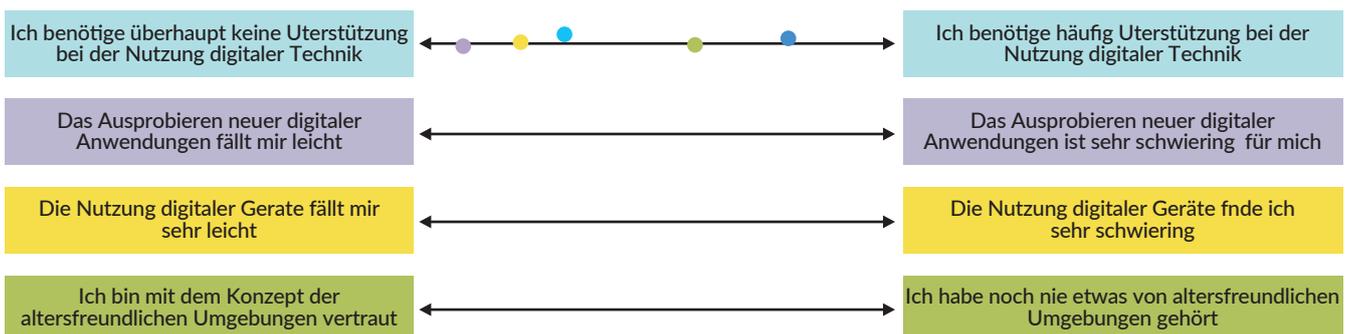
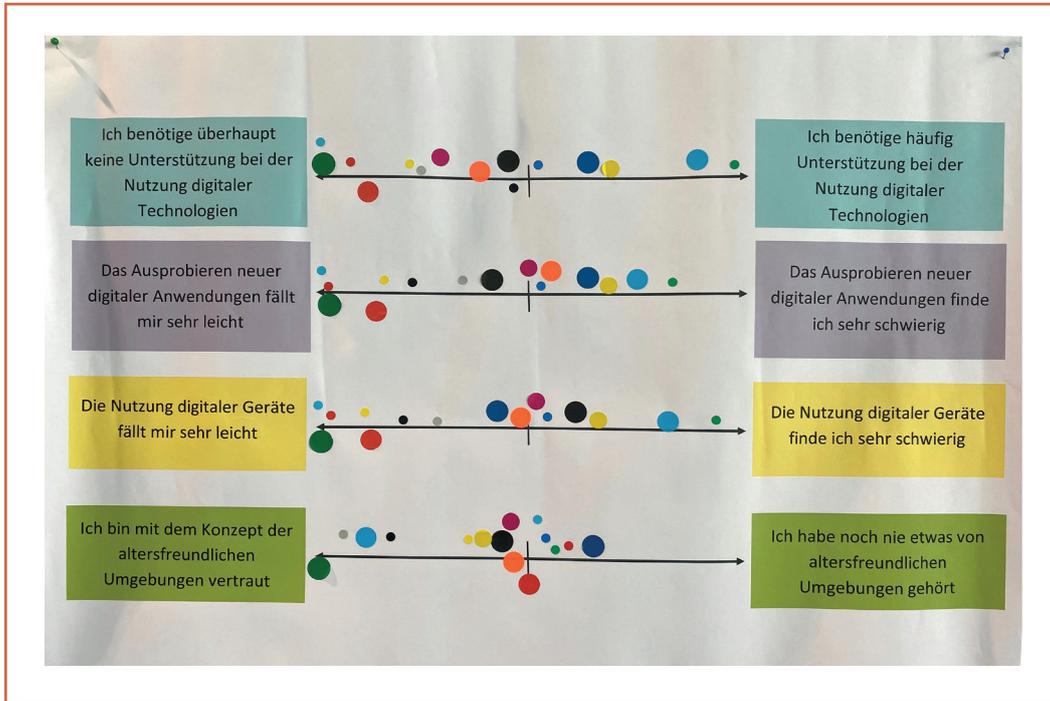


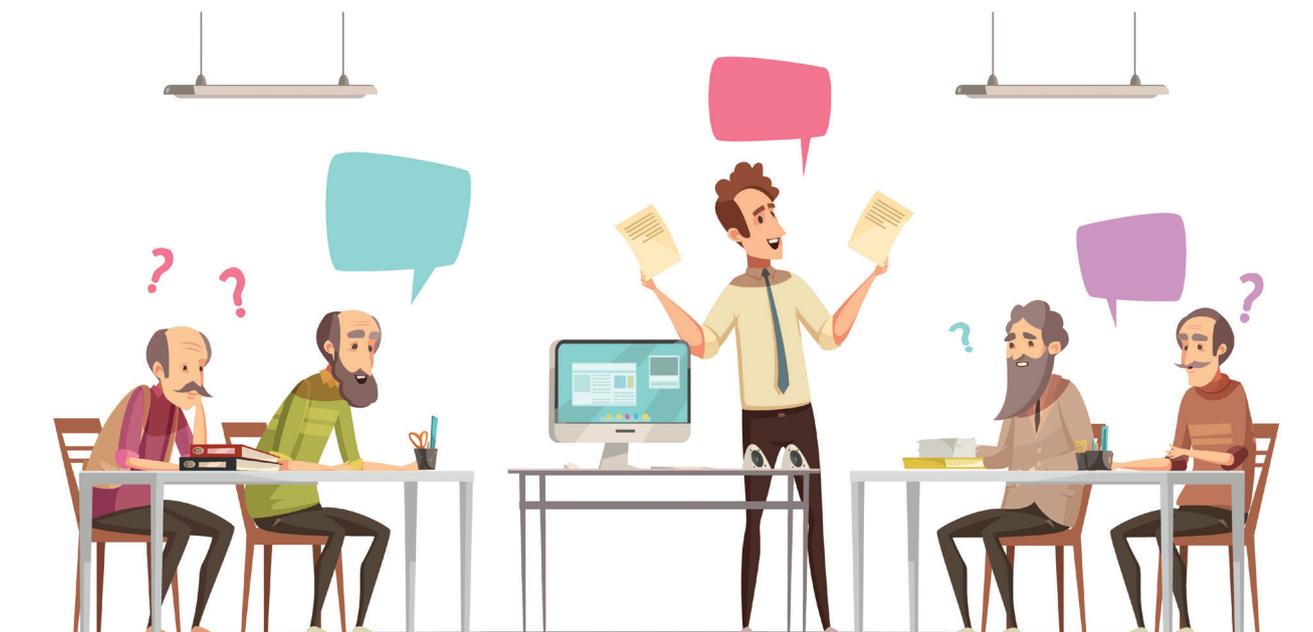
Abb. 5 Übung zur Bewertung von Fähigkeiten und des Selbstvertrauens



Es gibt eine Reihe von Vorurteilen und Klischees über ältere Menschen und IKT.

Es gibt eine Reihe von Vorurteilen und Klischees über ältere Menschen und IKT. Ältere Menschen sind sehr unterschiedlich und es gibt auch unter ihnen viele Technikbegeisterte und solche, die mit digitalen Mitteln sehr souverän umgehen. Ältere Menschen haben jedoch seltener einen intuitiven Zugang zu neuer Technik

und lehnen diese verhältnismäßig häufiger ab als jüngere Menschen. Sich mit neuer digitaler Technik auseinanderzusetzen und den Umgang damit zu üben, ist eine Voraussetzung für eine positive Einstellung. Es ist wichtig, Informationen über die Haltung der Teilnehmenden gegenüber digitalen Werkzeugen zu erhalten, insbesondere hinsichtlich negativer Einstellungen und Ängsten, und während der Schulung angemessen mit diesen umzugehen, um eine positivere Einstellung zur IKT-Nutzung zu bewirken.



Einstellung gegenüber IKT

Ziele	<p>Diese Übung zielt darauf ab, die Einstellung der Teilnehmenden zu Informations- und Kommunikationstechnik (IKT) vor der Schulung einzuordnen. Anhand der Bewertung der Aussagen kann die Schulungsleitung feststellen, ob in der Gruppe eine positive oder negative Einstellung zum Erlernen digitaler Fähigkeiten vorherrscht. Diese Übung kann am Ende des Kurses wiederholt werden, um zu überprüfen, ob sich die negativen Einstellungen (falls vorhanden) geändert haben.</p>
Vorbereitung	<p>Die Aussagen werden auf Karten oder direkt auf das Whiteboard/Flipchart geschrieben.</p> <p>Zwei Sätze von Klebepunkten (rot und grün) werden daneben platziert.</p>
Umsetzung	<p>Die Teilnehmenden lesen die Aussagen und kleben dann entweder einen grünen Punkt (trifft auf mich zu) oder einen roten Punkt (trifft nicht auf mich zu) neben jede Aussage.</p> <p>Zum Schluss werden die Punkte ausgezählt und das Ergebnis in der Gruppe besprochen.</p>
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Flipchart/whiteboard ● Pinnwand/Flipchart/Whiteboard ● Stift zum Schreiben auf der Karte/Tafel ● Klebepunkte (rot und grün)
Tipps & Tricks	<p>Die Schulungsleitung analysiert Aussagen entsprechend der Bereiche, in die sie gruppiert sind (Erwartung von Schwierigkeiten, Angst vor Misserfolg, wahrgenommene Bedrohung durch IKT, Nutzung von IKT für sozial-emotionale Bedürfnisse oder für instrumentelle Bedürfnisse) und berücksichtigt die Einstellungen der Teilnehmenden während der Schulung.</p>

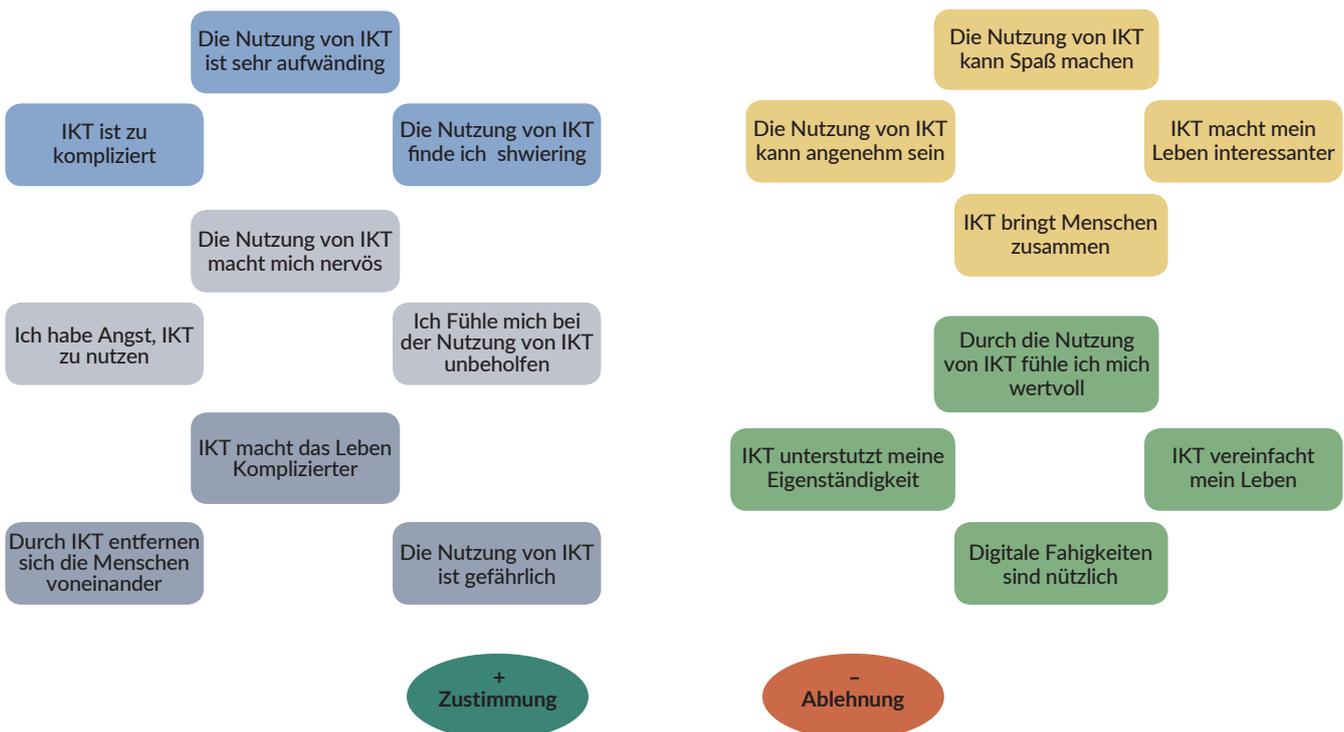


Abb. 6 Übung zur Bewertung der Einstellung gegenüber IKT

Übungen zur abschließenden Bewertung

Eine abschließende Bewertung ist sowohl für die Teilnehmenden als auch für die Schulungsleiter*innen wichtig. Für Erstere bietet sie die Möglichkeit, über die Themen eines Workshops oder der gesamten Schulungsreihe nachzudenken, und sie zeigt auf, in welche Richtung es gegebenenfalls weitergehen kann und worauf man sich als Nächstes konzentrieren sollte. Für die Schulungsleitung kann die abschließende Evaluation die Eignung des Schulungskonzeptes und der verwandten Methoden sowie, welche Inhal-

te gut vermittelt wurden und welche, nicht aufzeigen. Die Methoden zur Post-Evaluation können in Form einer Selbstreflexion am Ende der Schulung eingesetzt werden, damit das Feedback und die Anforderungen der Teilnehmenden berücksichtigt und in zukünftige Umsetzungen und Entwicklungen der Schulung einbezogen werden können.

Aus den folgenden Methoden zur Bewertung durch die Teilnehmenden kann im Rahmen von Bridge the Gap! Schulungen ausgewählt werden.

Selbstreflexion für einzelne Teilnehmende und/oder Projektgruppen

Ziele	Diese Übung soll die Teilnehmenden dazu anregen, über die bisherigen Fortschritte und die zukünftigen Schritte und Aktionen der Gruppe nachzudenken.
Benötigtes Material	Flipchart/Karten, die an eine Pinnwand geheftet werden; Arbeitsblätter und kleine Blätter für jede Gruppe.
Vorbereitung	Der/die Schulungsleiter*in bereitet die Leitfragen auf einem Flipchart (oder Karten, die er/sie an die Pinnwand heftet) sowie Arbeitsblätter mit den Leitfragen und Karten für die wichtigsten Diskussionspunkte vor, die an die Gruppe bzw. Projektgruppen ausgeteilt werden.
Umsetzung	<p>Die einzelnen Gruppen diskutieren und reflektieren ca. 30 Minuten lang über ihre Fortschritte und ihre Arbeit. Anschließend kommt die gesamte Gruppe im Plenum zusammen und tauscht sich über die wichtigsten Diskussionspunkte aus, wobei der Schwerpunkt auf den geplanten zukünftigen Schritten und Aktivitäten liegt.</p> <p>Die vier Leitfragen lauten (diese können an den jeweiligen Kontext angepasst werden):</p> <p><i>Was wurde bisher getan und wie ist der Status Quo?</i></p> <p><i>Auf welche Hürden und Hindernisse sind Sie gestoßen und wie haben Sie sie gemeistert?</i></p> <p><i>Was sind die nächsten Schritte und Aktionen, die Sie unternehmen möchten?</i></p> <p><i>Was wünschen Sie sich für die Zukunft ihres Projektes (wenn vorhanden)/Was würden Sie in Zukunft gerne noch lernen?</i></p>
Benötigtes Material	Flipchart/Karten mit Leitfragen; Stifte und kleine Blätter für jede Gruppe.
Tipps & Tricks	Diese Übung kann nach jeder Lerneinheit durchgeführt werden, um die Teilnehmenden durch ihren Lernprozess zu begleiten. Sie können ihre Fortschritte individuell reflektieren und sollten ermutigt werden, ihre spezifischen Probleme beim Lernen mitzuteilen, damit auf diese individuell eingegangen werden kann.

Die Fischernetz-Übung

Ziele	Diese Übung soll die Teilnehmenden dazu ermutigen, die wichtigsten Themen und Aspekte, die sich während der Schulung herauskristallisiert haben, zu benennen und sich darüber auszutauschen.
Vorbereitung	Zeichnen Sie einen Teich und ein Fischernetz auf jeweils ein großes Blatt Papier. Schneiden Sie Formen von Fischen und/oder anderen Dingen aus, die sich in einem Teich befinden könnten.
Umsetzung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bitten Sie die Teilnehmenden auf den Fischformen zu notieren, inwiefern sie von der Teilnahme am Kurs profitiert haben (was landet im Netz; was nehmen Sie mit?). 2. Die Teilnehmenden kleben ihre Fische im Anschluss auf das Fischernetz. 3. Anschließend werden sie gebeten, auf die anderen Formen alles zu schreiben, was ihnen an der Schulung nicht gefallen hat und was sie lieber zurücklassen möchten. Die Teilnehmenden können diese auf den Bereich des Teiches kleben. 4. Das Feedback der Teilnehmenden wird in der Gruppe besprochen und diskutiert.
Benötigtes Material	Ein Flipchart, zwei große Blätter Papier, einige ausgeschnittene Formen von Fischen und/oder anderen Dingen, die sich in einem Teich befinden könnten.
Tips & Tricks	Das persönliche Feedback, ob positiv oder negativ, sollte nicht kommentiert werden.

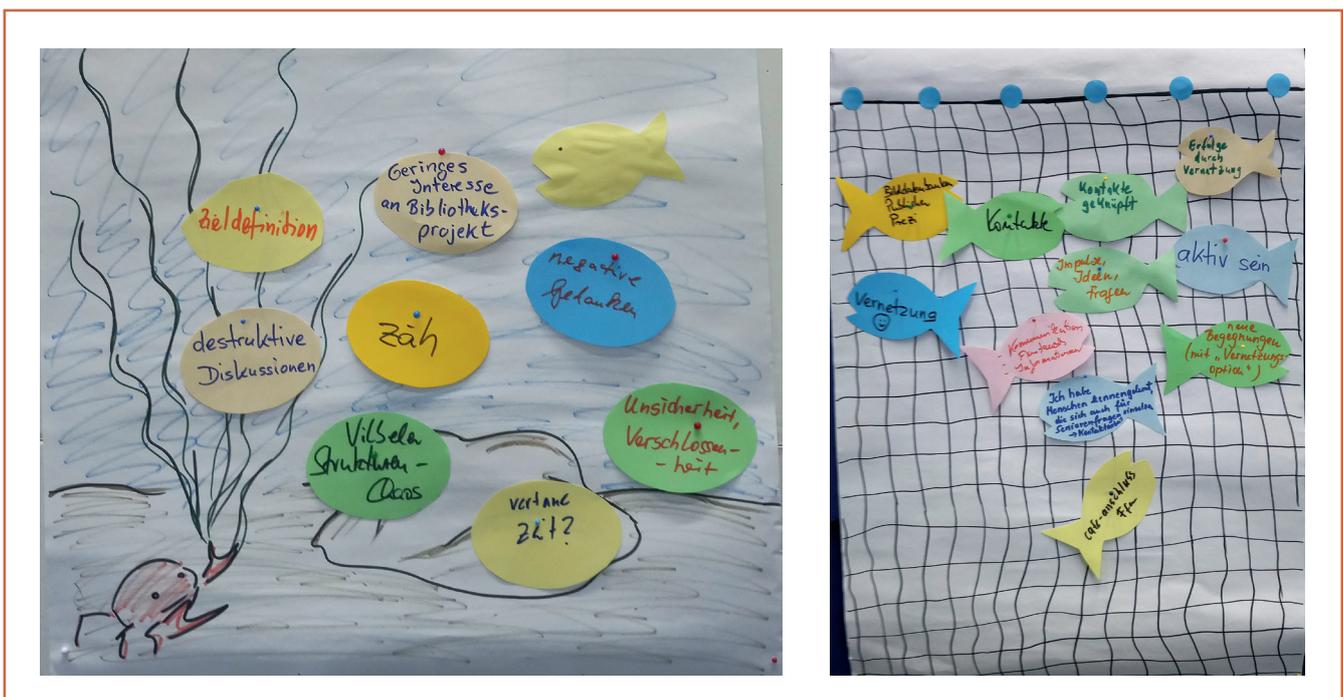


Abb. 7 Die Evaluations-Methode "Fischernetz"

Bullseye-Methode

Ziele	Die Teilnehmenden werden dazu ermutigt, die Schulung auf intuitive und spielerische Weise zu bewerten. Auf diese Weise wird die Evaluation verschiedener Aspekte der Schulung durch die Teilnehmenden unmittelbar visualisiert.
Vorbereitung	Die Zielscheibe (siehe Abb. 8) wird auf die Tafel oder das Flipchart gezeichnet. Bewertet werden können z. B. die Moderation der Schulung, die Atmosphäre, die angewandten Methoden und die Inhalte.
Umsetzung	Jede Person erhält vier Klebepunkte. Die Schulungsleitung erklärt die Bullseye-Methode und erläutert kurz die Bedeutung der Kategorien. Die Teilnehmenden werden gebeten, intuitiv einen Klebepunkt für jede Kategorie zu setzen: Die Mitte steht für "sehr zufrieden", während der äußere Ring für "sehr unzufrieden" steht. Die Teilnehmenden können auch Bemerkungen auf Haftzettel schreiben und diese an die jeweilige Kategorie heften. Die Ergebnisse werden gemeinsam besprochen und mit einem Foto dokumentiert.
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Flipchart, Tafel oder Pinnwand ● Stifte (zum Beschreiben der Tafel und der Zettel) ● Klebepunkte (4 pro Teilnehmer*in) ● Haftzettel/Karten

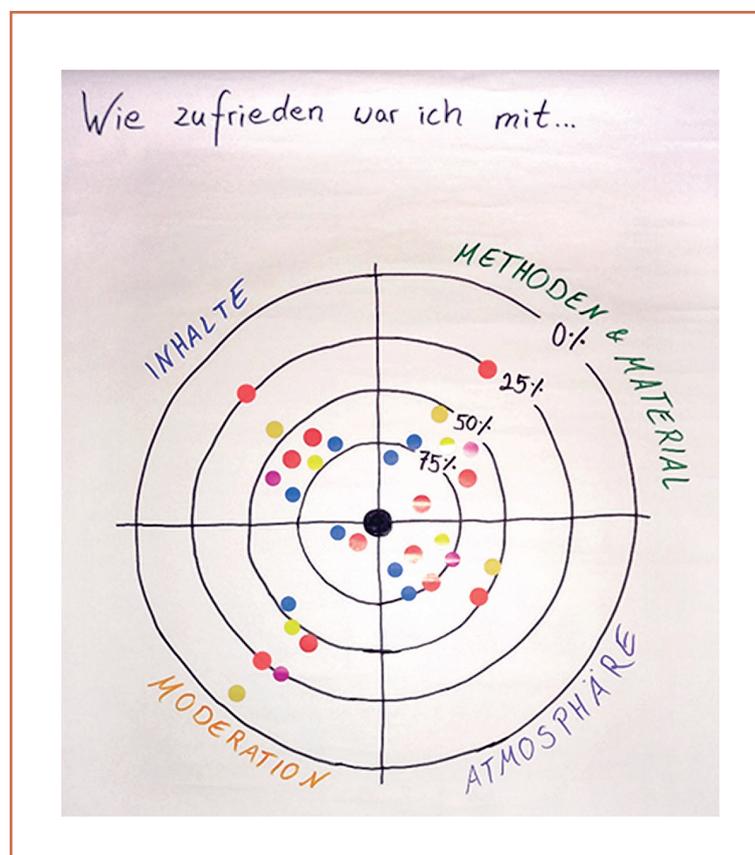


Abb. 8 Feedback-Methode "Bullseye"

Die Blume

Ziele	<p>Die Blumenmethode ist eine Evaluationsmethode, die mit der Visualisierung dessen arbeitet, was die Teilnehmenden nach der Schulung empfinden. Dabei wird eine Abbildung oder Zeichnung einer Blume verwendet. Die Blume steht dabei metaphorisch für die gelungene Umsetzung einer Schulung und die Zufriedenheit der Teilnehmenden: Eine Blume kann wachsen oder verwelken. Eine Blume muss in einen guten Boden gepflanzt werden, gegossen und gepflegt werden. Ansonsten wird sie verwelken. Viele Blumen ergeben einen schönen Blumenstrauß.</p>
Benötigtes Material	<p>Visualisierung einer Blume.</p>
Umsetzung	<p>Der/Die Schulungsleiter*in führt die Teilnehmenden durch die Visualisierung (siehe Abb. 9) und bittet sie, die Bilder, die dadurch erzeugt werden, mit der Schulung in Verbindung zu bringen. Die Teilnehmenden werden gebeten, sich die Blume anzuschauen und dann die Fragen zunächst für sich selbst zu beantworten:</p> <p><i>Haben Sie genügend Nahrung erhalten?</i></p> <p><i>Haben Sie neue Einsichten gewonnen?</i></p> <p><i>Welche Aspekte der Schulung waren besonders hilfreich?</i></p> <p><i>Wie war der/die* Gärtner*in?</i></p> <p><i>War er/sie hilfreich, inspirierend?</i></p> <p><i>Haben Sie Tipps und Anregungen bekommen?</i></p> <p><i>Was werden Sie nach der Schulung mit dem Gelernten machen?</i></p> <p><i>Die Teilnehmenden schreiben ihre Eindrücke auf und geben der Schulungsleitung anschließend Tipps und Anregungen.</i></p>
Tipps & Tricks	<p>Optional: Die Schulungsleitung schenkt den Teilnehmenden Blumen oder Blumensträuße als Dankeschön.</p>

Evaluationsblume



- *Gießen, denn niemand weiß, was kommen wird!
- *Lassen Sie die Blume wachsen und denken Sie darüber nach!
- *Lassen Sie die Blume aufblühen!
- *Lassen Sie sie verwelken...
- *Lassen Sie alle Blumen blühen...
- *Was denken andere darüber ...
- *.....

Abb. 9 Evaluationsmethode „Blume“

Abschließende Bewertung der Schulungsreihe

Ziele	Individuelle Selbstreflexion der Lernenden hinsichtlich der Lernerfahrung und der Ergebnisse der Schulung.
Benötigtes Material	Flipchart und Handouts mit Leitfragen.
Vorbereitung	Die Schulungsleitung bereitet die Leitfragen auf dem Flipchart sowie auf Handouts vor, die an jede Person ausgeteilt werden.
Umsetzung	<p>Am Ende der Bridge the Gap! Schulungsreihe reflektieren die Teilnehmenden ihre Erfahrungen und ihren Lernprozess. Sie denken 15-20 Minuten lang alleine über die Fragen nach. Danach treffen sie sich wieder im Plenum. Wer seine Erkenntnisse mitteilen möchte, ist eingeladen, sie mit der Gruppe zu teilen. Die Schulungsleitung kann den Schwerpunkt auf bestimmte Aspekte legen, z. B. auf die wichtigsten Erkenntnisse oder Empfehlungen für jene, die sich engagieren wollen.</p> <p>Die Leitfragen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warum ist eine Schulung wie Bridge the Gap! Ihrer Meinung nach wichtig? • Was waren die wichtigsten Lernerfahrungen, die Sie während Ihrer Teilnahme an dem Kurs gemacht haben? <p>Wenn die Teilnehmenden zu altersfreundlichen Initiativen beigetragen haben oder eigene lokale Projekte umgesetzt wurden:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welchen Beitrag haben Sie bei der Umsetzung der Initiative/des Projekts geleistet? • Was waren die größten Erfolge bei der Umsetzung Ihres Projektes/ Arbeit an der Initiative? • Was waren die größten Probleme, die aufgetreten sind? Wurden Lösungen gefunden und wenn ja, welche? • Was hat Sie bei der Umsetzung Ihres Projektes / Arbeit an der Initiative am meisten überrascht? • Welche Empfehlungen würden Sie Menschen geben, die sich ebenfalls für eine altersfreundliche Umgebung engagieren möchten?
Tipps & Tricks	Zusätzlich zu dieser Selbstreflexion kann der/die Schulungsleiter*in die Teilnehmenden bitten, Zeit für das Ausfüllen eines Feedbackbogens einzuplanen und die Organisation der Schulung, die Inhalte, die verwandten Methoden, die Ergebnisse und ihr persönliches Engagement zu bewerten (die Vorlage für den Evaluationsbogen finden Sie in Anhang 1).

Am Ende der Pilotschulungen wurden die Teilnehmenden gebeten, den oben erwähnten Evaluationsbogen (Anhang 1) auszufüllen. Die Bewertungen sind in drei Bereiche eingeteilt: Organisation der Schulung, Inhalte und Methoden sowie Ergebnisse und Engagement. Wie aus dem folgenden Diagramm hervorgeht, war die Zufriedenheit der Teilnehmenden mit der Probeschulung und den unterschiedlichen Aspekten in den am Bridge the Gap! Projekt beteiligten Ländern insgesamt hoch.

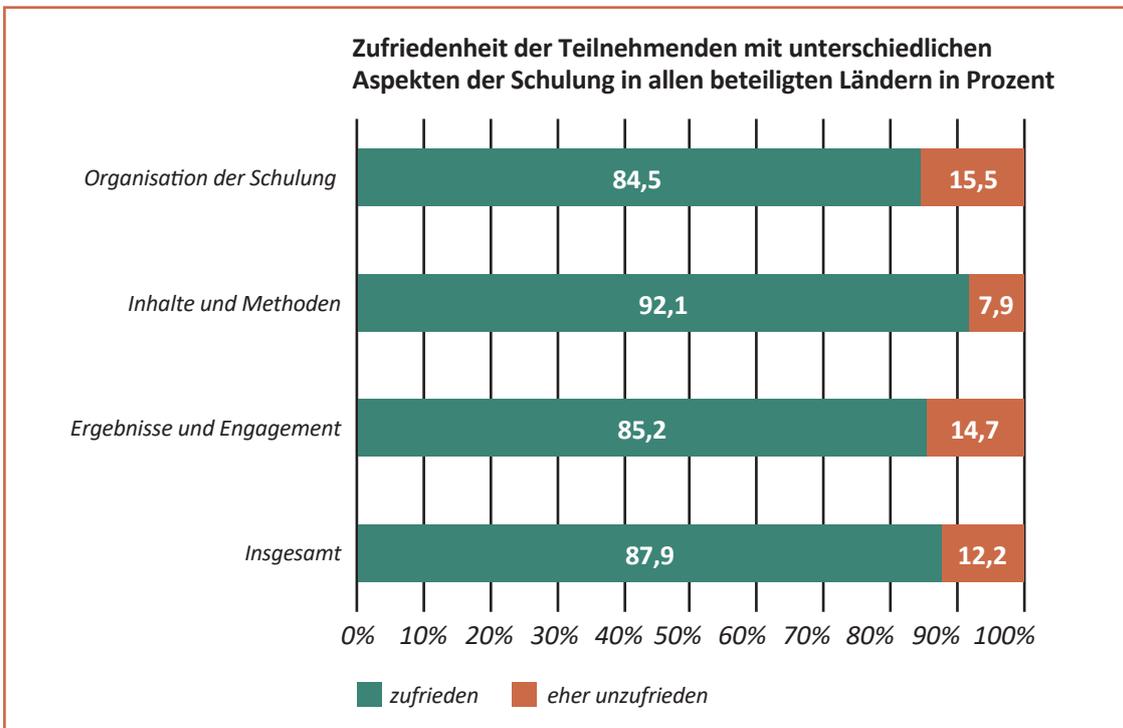


Abb. 10 Bewertung der Schulungen nach Bereichen für alle Projektländer

Selbstreflexion für Schulungsleiter*innen

Die Bridge the Gap! Schulung ist sowohl inhaltlich als auch methodisch sehr flexibel.

Selbstreflexion ist in der Erwachsenenbildung nicht nur für die Lernenden, sondern auch für Schulungsleiter*innen äußerst wichtig. Für letztere ist die Reflexion eine Möglichkeit, besser auf die Bedürfnisse der Lernenden einzugehen und auf der Grundlage des Feedbacks der Lernenden und der eigenen Erfahrungen neue Erkenntnisse zur Verbesserung der Vermittlungsfähigkeiten zu gewinnen. Die Bridge the Gap! Schulung ist sowohl inhaltlich als auch methodisch sehr flexibel, und die Schulungsleitung vermittelt den Prozess des Bewusstwerdens und des Handelns der Teilnehmenden, indem Wissen und Fähigkeiten gemeinsam erarbeitet werden. Daher wird den Schulungsleiter*innen eines solchen Kurses empfohlen, nach jeder Lerneinheit/jedem Workshop über ihre Moderation und Erfahrung zu reflektieren.

Leitfragen für Schulungsleiter*innen, die den Reflexionsprozess nach einem Workshop/einer Schulungseinheit unterstützen und anleiten.

Wie fühle ich mich nach dem Workshop?

Was geht mir durch den Kopf? Haben diese Gedanken und Gefühle etwas mit der Gruppe und der gerade beendeten Schulungseinheit zu tun?

*Wie würde ich meine Beziehung zur Gruppe beschreiben? Spüre ich Veränderungen in der Beziehung und wie war meine Rolle als Leiter*in bisher?*

Gab es eine Interaktion oder eine besondere Atmosphäre, die meine Aufmerksamkeit erregt hat?

Welche (neuen) Themen sind aufgekommen, die weiter diskutiert werden sollten?

Welche Themen haben besondere Aufmerksamkeit erregt und was hat besonderes Interesse in der Gruppe geweckt?

Welche Methoden haben gut funktioniert und welche nicht?

Welche Mittel/welches Wissen brauche ich, um diese Themen beim nächsten Treffen zu vertiefen?

Wo finde ich Expertenwissen zu einem Thema/einer Frage?

Wie kann ich die Gruppendynamik unterstützen oder dieser entgegenwirken?

Altersfreundliche Lebenswelten

Altersfreundlichen Lebenswelten fördern die Teilhabe und die Gesundheit während der gesamten Lebensspanne, auch im höheren Alter.

In diesem Abschnitt werden die Konzepte der altersfreundlichen Lebenswelten (AFE) und der smarten, gesundheitsfördernden, altersfreundlichen Lebenswelten (SHAFE) sowie die Aktivitäten vorgestellt, die in unseren Pilotschulungen eingesetzt wurden, um das Bewusstsein und das Wissen über dieses für ältere Menschen wichtige Thema zu fördern. Einige der Übungen, die zur Vermittlung dieser Themen eingesetzt werden können, beinhalten den Einsatz von digitalen Geräten und Anwendungen.

Das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten ist aus dem 2007 gestarteten Programm der Weltgesundheitsorganisation (WHO) für altersfreundliche Städte hervorgegangen. Heute haben sich über 1100 Städte und Gemeinden dem Globalen Netzwerk altersfreundlicher

Städte und Gemeinden (GNAFCC) der WHO angeschlossen, um ihr räumliches und soziales Umfeld zu verbessern und bessere Orte für das Älterwerden zu schaffen. Ein altersfreundliches Umfeld bezieht sich im Allgemeinen auf eine Gemeinschaft, in der ältere Menschen geschätzt und respektiert werden. Sie werden sowohl bei grundlegenden täglichen Aktivitäten wie Fortbewegung und Einkaufen als auch bei der Inanspruchnahme aller Arten von öffentlichen und privaten Dienstleistungen einbezogen und unterstützt. Die WHO definiert eine altersfreundliche Stadt oder Gemeinde als "eine Stadt, in der politische Maßnahmen, Dienstleistungen und Strukturen im Zusammenhang mit dem physischen und sozialen Umfeld so gestaltet sind, dass sie ältere Menschen unterstützen und in die Lage versetzen, aktiv zu altern, d.h. in Sicherheit zu leben, sich einer guten Gesundheit zu erfreuen und weiterhin voll an der Gesellschaft teilzunehmen." (WHO, 2007)

Laut dem Programm für altersfreundliche Lebenswelten sollten sich Städte und Gemein-

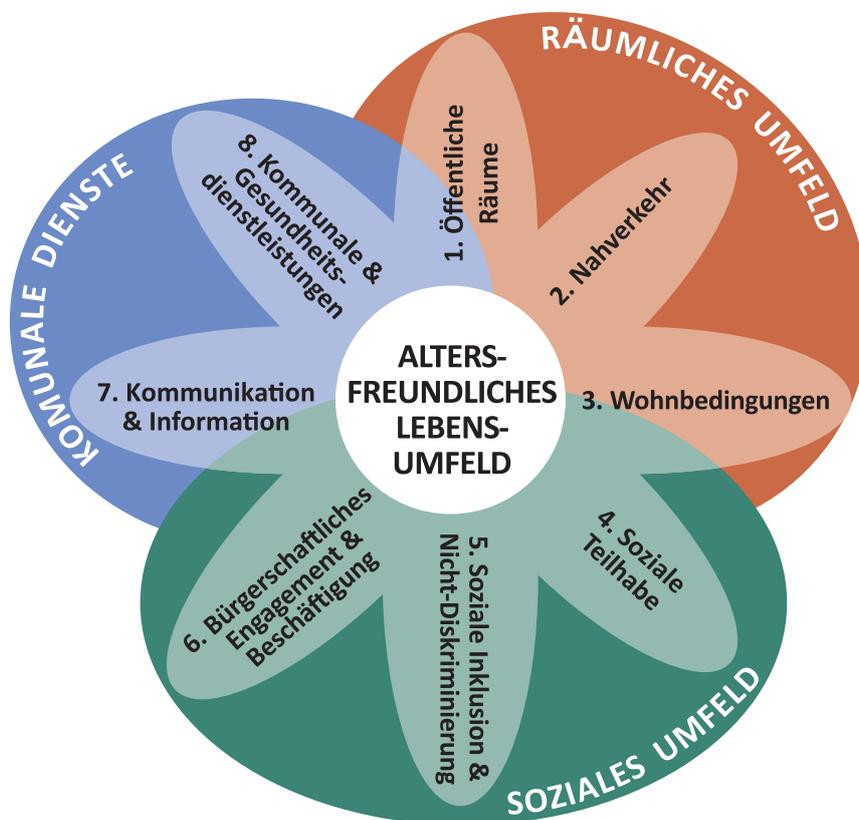


Abb. 11 Acht Bereiche des altersfreundlichen Lebensumfeldes (WHO/Europa, 2018)

den auf acht Hauptbereiche konzentrieren, um dieses Ziel zu erreichen: öffentliche Räume, Verkehr und Mobilität, Wohnen, soziale Teilhabe, Soziale Inklusion und Nicht-Diskriminierung, Bürgerschaftliches Engagement und Beschäftigung, Kommunikation und Information sowie kommunale Dienste und Gesundheitsdienstleistungen. Diese acht Bereiche lassen sich in drei Gruppen von unterstützenden lokalen Umgebungen zusammenfassen: physische Umgebungen, soziale Umgebungen und kommunale Dienstleistungen. Diese Bereiche fördern die Teilhabe und die Gesundheit während der gesamten Lebensspanne, auch im höheren Alter.

Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie in den Veröffentlichungen mehrerer früherer Erasmus+ Projekte: [Sensibilisierungshandbuch für Organisationen, Vereine und Kommunen](#) (Mobility Scouts 2018), [The Compendium of Good Practices of Advocacy for Age-Friendly Environments](#) (in Englisch verfügbar), [Age-friendly Environments Erfahrungshandbuch](#) (AFE Activists, 2019/2020) sowie die [Kurzinfo](#) und das [Schulungskonzept und Curriculum](#), die auf der Bridge the Gap! Projektwebsite im Abschnitt [Ressources](#) in den Sprachen der am Projekt beteiligten Länder verfügbar sind.

Fortgeschritten - Smarte, gesundheitsfördernde, altersfreundliche Lebenswelten

Gesundes Altern, soziale Inklusion und aktive Teilhabe lassen sich durch eine bessere Abstimmung der Informations- und Kommunikationstechnik (IKT) mit dem Gesundheitswesen und der baulichen und sozialen Umwelt erreichen, d.h. durch die Schaffung sogenannter smarter, gesundheitsfördernden und altersfreundlichen Lebenswelten (SHAFE). Diese Abstimmung muss sich auf die Verbesserung der nutzerzentrierten Gestaltung der wichtigsten Konzeptbereiche konzentrieren, die mit Menschen (z. B. Bürgerschaft, lebenslanges Lernen, soziale Interaktion in Bezug auf ihre funktionalen Fähigkeiten) und Orten (wie Häuser, bauliche Umwelt, Gemeinschaftsräume und Außenanlagen) verbunden sind. 2017 entwickelten Carina Dantas (Portugal) und Willeke van Staalduinen (Niederlande)

das SHAFE-Konzept mit dem Wunsch, SHAFE in ganz Europa einzuführen und einen Beitrag für glücklichere und gesündere Menschen überall zu leisten. Diese Idee nahm Gestalt an und entwickelte sich zu einer soliden Bewegung. Derzeit gibt es ein Stakeholder-Netzwerk mit über 170 Partnerorganisationen und rund 300 Stakeholdern (SHAFE, 2020).

Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie im [Compendium of good practices in the creation of smart, healthy and age-friendly environments](#) (HANDS-ON SHAFE, 2020, in Englisch verfügbar), das im Rahmen des Projekts [Hands on SHAFE](#) entwickelt wurde, sowie im [Schulungskonzept und Curriculum](#), das auf der Website des Bridge the Gap! Projekts unter der Rubrik [Ressources](#) verfügbar ist.

Übungen, die Wissen über altersfreundliche Lebenswelten und digitale Fähigkeiten kombinieren

Die in diesem Abschnitt beschriebenen Methoden zeigen eine Vielzahl von Möglichkeiten auf, die Lernenden mit altersfreundlichen Lebenswelten vertraut zu machen. Für Gruppen, die noch nicht mit dem Konzept vertraut sind, ist

die Einführung in die acht Bereiche einer altersfreundlichen Lebenswelt, mit Hilfe der im Folgenden beschriebenen Übung, ein guter Einstieg in das Thema.

Die acht Bereiche einer altersfreundlichen Lebenswelt

Ziele	Einführung in das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelt und Vertiefung der Kenntnisse über die AFE-Bereiche
Vorbereitung	Die „AFE-Blume“ (siehe Abb. 11) wird an die Pinnwand gepinnt (alternativ auf eine Tafel gemalt), gedruckte Handouts mit einer Liste der acht Bereiche werden vorbereitet.
Umsetzung	<p>Wenn die Teilnehmenden noch nicht mit dem AFE-Konzept vertraut sind, sollte es zu Beginn eingeführt werden. Die AFE-Bereiche werden erklärt und sind für alle Teilnehmenden in Form einer Blume sichtbar. Jede Person (oder Kleingruppe) erhält 8 rechteckige Karten (eine Karte pro Bereich) und ein Handout mit einer Liste der AFE-Bereiche. Sie werden gebeten, für jeden Bereich ein Beispiel zu finden:</p> <p><i>Wo können Sie die Bereiche in ihrem sozialen oder physischen Umfeld finden?</i></p> <p><i>Was kommt Ihnen spontan in den Sinn?</i></p> <p><i>Dies können positive Aspekte sein, aber auch Hürden oder Ideen, was verbessert werden sollte</i></p> <p><i>Finden Sie für jeden Bereich ein Beispiel und schreiben Sie es auf eine der Karten.</i></p> <p>Jeder Teilnehmende bzw. eine Person aus jeder Gruppe präsentiert die Ergebnisse im Plenum und pinnt (oder schreibt) die Beispiele neben die Blume.</p>
Reflexion	Der/die Schulungsleiter*in fasst die Ergebnisse zusammen.
Benötigtes Material	<p>Pinnwand, Karten (1 rund, 8 oval, 8 rechteckige pro Gruppe), Stifte, Handouts</p> <p>Alternativ auch ein Flipchart, eine Tafel, ein Smartboard</p>

Tipps & Tricks

Bei größeren Gruppen ist es sinnvoll, diese Übung in Kleingruppen von 3 Teilnehmenden durchzuführen. Die Schulungsleitung sollte von Gruppe zu Gruppe gehen und Fragen klären, die während der Gruppenarbeit auftauchen.

Die Aufgabe kann auch eingegrenzt werden (z. B. können nur bestimmte Bereiche, die für die Teilnehmenden am wichtigsten sind, sowie Ideen für Verbesserungen diesbezüglich besprochen werden). Die Teilnehmenden können auch aufgefordert werden, über digitale Mittel nachzudenken, von denen Menschen in jedem AFE-Bereich profitieren können.

Die Handouts können auch eine Beschreibung des AFE-Konzepts enthalten.

Quelle

Die „AFE-Blume“ kann beispielsweise hier gefunden werden: [Age-friendly environments in Europe: Indicators, monitoring and assessments \(WHO, 2017\)](#)



Anhand von guten Praxisbeispielen können die Teilnehmenden das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten besser verstehen. Diese können im Rahmen der folgenden Übung erkundet werden.

Entdecke altersfreundliche Initiativen mit der „Jigsaw-Strategie“

Ziele	Die Lernenden erhalten einen Einblick in altersfreundliche Initiativen, die IKT als Werkzeuge einsetzen oder digitale Kompetenzen fördern. Die Teilnehmenden tauschen sich aus und lernen voneinander. Sie erhalten Inspiration für Ideen für Initiativen, die in ihrem Kontext umgesetzt werden könnten.
Vorbereitung	Bereiten Sie Informationsblätter mit Beschreibungen guter Praxisbeispiele vor (ein Beispiel pro Blatt für jede Gruppe).
Umsetzung	Die Teilnehmenden werden in Gruppen von 3-4 Personen eingeteilt. Jeder Gruppe wird ein Praxisbeispiel zugewiesen, für das diese im Rahmen dieser Übung „Experten“ werden. Jedes Gruppenmitglied erhält das Informationsblatt zu diesem Praxisbeispiel, liest es und diskutiert mit den anderen Gruppenmitgliedern. Nach der ersten Austauschrunde werden die Teilnehmenden in neue Gruppen eingeteilt, die, wenn möglich, jeweils eine Person aus jeder „Expertengruppe“ enthalten. Die Teilnehmenden tauschen Informationen über die in den vorherigen Gruppen besprochenen Projekte aus und diskutieren sie.
Reflexion	Die Aspekte, die die Teilnehmenden an den jeweiligen Projekten am interessantesten finden, werden auf ein Flipchart geschrieben und gemeinsam diskutiert. Während der Diskussion können die Teilnehmenden auch ihre eigenen Ideen zur Verbesserung ihrer Nachbarschaft einbringen.
Hausaufgaben	„Erstellen Sie eine Liste mit altersfreundlichen Initiativen, die in Ihrem Viertel/Stadtteil/Bezirk mithilfe digitaler Werkzeuge umgesetzt werden können.“
Benötigtes Material	Informationsblätter, Flipcharts, Stifte und Marker
Tipps & Tricks	Nutzen Sie die Aktivität, um gemeinsames Lernen, Teamarbeit und gegenseitige Unterstützung zu fördern.
Quellen	Mehr Informationen über die Jigsaw-Methode: Jigsaw (STRATEGIES, 2022) Einige Beispiele für gute Praktiken finden Sie in folgenden Materialien: Bridge the Gap! Kurzinfo Bridge the Gap! Schulungskonzept und Curriculum Hands on SHAFE Compendium Compendium of Good Practices of Advocacy in Age-Friendly Environments

Die Bereiche altersfreundlicher Lebenswelten können in einer Sitzung allgemein analysiert oder im Detail behandelt werden. Bei der Vertiefung der Bereiche, sollte sich jede Sitzung auf einem AFE-Bereich konzentrieren. So können die Teilnehmenden die jeweiligen AFE-Themen nach und nach vertiefen und gleichzeitig den Umgang mit digitalen Werkzeugen verbessern. Die folgende Methode kann genutzt werden, um mithilfe einer Internetrecherche mehr über einen ausgewählten Bereich zu erfahren.

Suche nach Informationen über altersfreundliche Lebenswelten im Internet

Lassen Sie die Teilnehmenden selbst recherchieren.

Ziele	Vertiefung des Wissens über altersfreundliche Lebenswelten mithilfe einer Internetrecherche und der Diktierfunktion.
Vorbereitung	<p>Bereiten Sie Handouts und/oder bereiten Sie das Equipment vor, um mittels Beamer oder am Bildschirm zu demonstrieren, wie man mit Hilfe von Schlüsselwörtern, Zeichensetzung usw. nach Inhalten im Internet sucht.</p> <p>Bereiten Sie entsprechendes ebenfalls vor, um zu zeigen, wie man Sprachbefehle für die Internetsuche verwendet, anstatt zu tippen. Erstellen Sie eine Liste mit den acht Bereichen einer altersfreundlichen Lebenswelt.</p>
Umsetzung	<ol style="list-style-type: none">1. Beginnen Sie ein Gespräch mit den Teilnehmenden über den für sie relevanten AFE-Bereich. Bitten Sie sie, 10 Minuten lang auf ihren Geräten nach weiteren Informationen zu suchen. Nach der individuellen Suche präsentieren die Teilnehmenden die Ergebnisse, die sie gefunden haben. Notieren Sie die Schlüsselwörter der Suchergebnisse an der Tafel/am Flipchart.2. Initiieren Sie einen Austausch im Plenum über die Herausforderungen, die für ältere Menschen in diesem Bereich auftreten können. Berücksichtigen Sie dabei die finanzielle Situation, das Bildungsniveau sowie die Unterschiede zwischen dem Leben in der Stadt und auf dem Land. Bitten Sie die Teilnehmenden, im Internet nachzuschauen, was man tun kann, um diesen Herausforderungen zu begegnen. Nach der individuellen Suche präsentieren die Teilnehmenden die Ergebnisse, die sie gefunden haben. Notieren Sie die Schlüsselwörter der Suchergebnisse an der Tafel/am Flipchart.3. Besprechen Sie mit den Teilnehmenden deren Erfahrungen bei der Nutzung der Suchmaschinen und was sie über das Thema und die Internetrecherche gelernt haben.
Benötigtes Material	<p>Eigene Geräte, z. B. Smartphone, Tablet, Laptop (mit mobilem Internet oder kostenlosem WLAN-Zugang).</p> <p>Beamer mit einem Computer, der mit dem Internet verbunden ist, Leinwand, Flipchart.</p>
Tipps & Tricks	<ul style="list-style-type: none">• Lassen Sie die Teilnehmenden selbst arbeiten und greifen Sie möglichst wenig ein. Am besten, Sie lassen Ihre Hände während der Übung hinter Ihrem Rücken.• Beantworten Sie Fragen, die während der Suche auftauchen können. z. B. was Cookies sind und wie sie akzeptiert oder abgelehnt werden können, was die Cloud ist, was Portale sind usw.

- Wenn Sie die Frage einer/s Teilnehmenden nicht sofort beantworten können, weil diese spezifische IT-Kenntnisse voraussetzt (z. B. bei Problemen mit dem Gerät), können Sie gemeinsam im Internet nach einer Antwort suchen.
- Teilnehmende, die aufgrund von Analphabetismus oder Einschränkungen des Tastsinnes nicht oder nur bedingt in der Lage sind, zu tippen, werden angeleitet, die Mikrofonfunktion ihres Geräts oder der App zu nutzen und werden ggf. darin geschult, sich die Texte vorlesen zu lassen.

Die folgende Übung kann als Hausaufgabe für Gruppen mit fortgeschrittenen digitalen Kenntnissen verwendet werden oder während des Workshops in Kombination mit einer Lerneinheit zum Fotografieren mit dem Smartphone durchgeführt werden.

Meine Nachbarschaft durch eine „altersfreundliche Brille“ betrachten

Ziele	Die Teilnehmenden werden dazu ermutigt, ihr Viertel, ihren Stadtteil bzw. Bezirk neu zu entdecken und Fotos von vorhandenen oder fehlenden altersfreundlichen Merkmalen zu machen.
Vorbereitung	<p>Bereiten Sie Handouts und/oder das Equipment vor, um mittels Beamer oder am Bildschirm zu demonstrieren, wie man mit einem Smartphone oder Tablet Fotos macht, sie teilt und hochlädt (für Gruppen mit einem eher niedrigen Level digitaler Kenntnissen).</p> <p>Bereiten Sie im Voraus einen Ordner, z.B. in OneDrive, für die Freigabe von Bildern vor.</p>
Umsetzung	<p>Laden Sie die Teilnehmenden ein, hinauszugehen und Beispiele für „Altersfreundlichkeit“ in ihrer Nachbarschaft zu fotografieren. Das können Beispiele für bestimmte Praktiken und/oder Merkmale sein, die (noch) fehlen, wie die Verfügbarkeit von Bänken, öffentlichen Toiletten, hohen oder abgeflachten Bordsteinen usw. Die Gruppe verlässt den Schulungsraum und verbringt 30 Minuten draußen, um durch das Viertel zu gehen und Fotos zu machen (3-5 Beispiele).</p> <p>Nach der Rückkehr in den Schulungsraum üben Sie das Teilen der Fotos mit Smartphone-Apps. Sehen Sie sich die Fotos auf dem Bildschirm (oder mittels Beamer) an und diskutieren die Beispiele, die die Teilnehmenden aufgenommen haben, im Plenum.</p> <p>Leitfragen für die Diskussion können sein:</p> <p><i>Welchem Bereich ist dieses Beispiel zuzuordnen?</i></p> <p><i>Ist das ein gutes Beispiel oder fehlt hier etwas?</i></p> <p><i>Was kann getan werden, um die Situation zu verbessern?</i></p>
Benötigtes Material	Smartphone und/oder Tablet (mit mobilem Internet oder kostenlosem WLAN-Zugang), Beamer mit Internetanschluss, Leinwand.

Tipps & Tricks

Die Themen, die für die Teilnehmenden von besonderem Interesse sind, können in den folgenden Schulungseinheiten weiter vertieft werden.

Die Übung kann während des Workshops durchgeführt oder als Hausaufgabe aufgegeben werden. In diesem Fall werden die Bilder, die die Teilnehmenden gemacht haben, im nächsten Workshop besprochen.

Entwicklung von Initiativen für eine altersfreundliche Lebenswelt

Ältere Menschen können am meisten profitieren, wenn sie sich selbst aktiv daran beteiligen, ihre Umgebung gemäß ihren Bedürfnissen und Vorlieben zu verändern.

Wenn die Lernenden das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelt besser verstehen, können sie sich auf die Bereiche konzentrieren, die

für sie individuell oder als Gruppe am wichtigsten sind. Ältere Menschen können am meisten profitieren, wenn sie sich selbst aktiv daran beteiligen, ihre Umgebung gemäß ihren Bedürfnissen und Vorlieben zu verändern. Die im Folgenden beschriebenen Lernaktivitäten unterstützen die Lernenden bei der Entwicklung und Durchführung von altersfreundlichen Nachbarschaftsinitiativen mit Hilfe digitaler Werkzeuge.

Wie geht es mir? Was ist mir wichtig?

Ziele	Die Teilnehmenden werden bei der Ideensammlung unterstützt und verschaffen sich einen Überblick darüber, was sie in ihrem Leben und in ihrem Umfeld für wichtig erachten und was sie ändern wollen.
Vorbereitung	Bereiten Sie eine Tafel, ein Poster oder eine Folie mit den Bereichen altersfreundlicher Umgebungen vor (siehe Abbildung 12).
Umsetzung	<ol style="list-style-type: none">1. Diskutieren Sie die Bereiche mit den Teilnehmenden anhand des untenstehenden Schemas. Schauen Sie sich Informationen im Internet (z.B. auf YouTube) an.2. Die Teilnehmenden schreiben anschließend auf einen grünen Haftzettel, in welchem Bereich es in dem eigenen Viertel gut läuft, und auf einen gelben Zettel, in welchem Bereich Verbesserungsbedarf besteht.3. Die Zettel werden zu den entsprechenden Bereichen auf das Poster geklebt.4. Suchen Sie nach gemeinsamen Interessengebieten, an denen die Teilnehmenden während der Schulung weiterarbeiten möchten.5. Besprechen Sie die Ergebnisse mit den Teilnehmenden.
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none">● Beamer und ein Computer, der mit dem Internet verbunden ist.● Tafel, Poster oder Folie mit den Bereichen altersfreundlicher Lebenswelten

- Gelbe und grüne Haftzettel
- Stifte
- Eigene Geräte (mit mobilem Internet oder kostenlosem WLAN-Zugang)

Tipps & Tricks

Geben Sie Hausaufgaben auf, damit sich die Teilnehmenden mit Hilfe digitaler Werkzeuge weiter informieren.

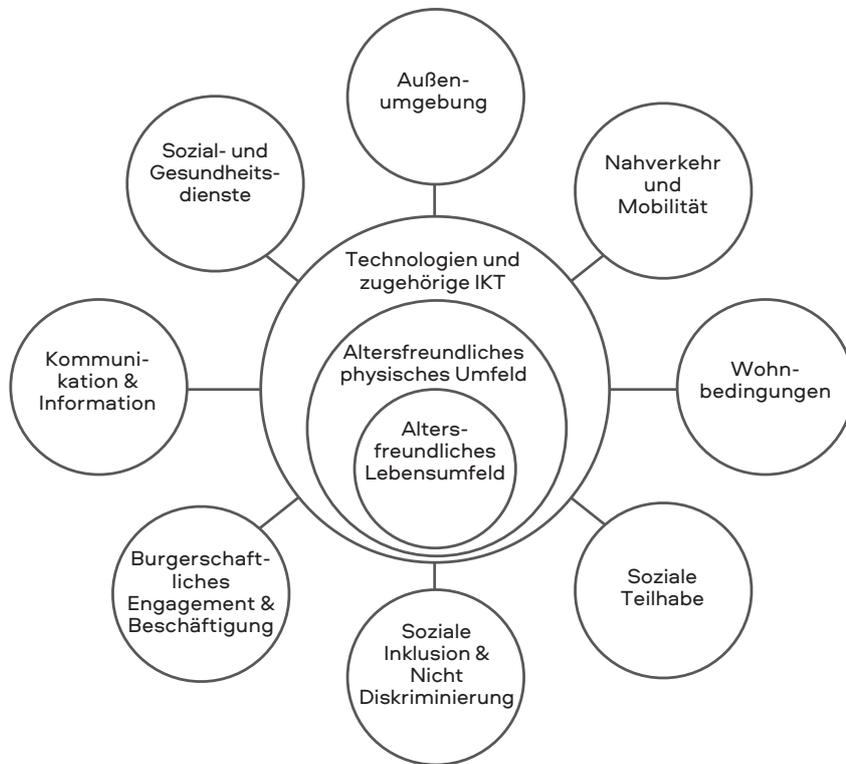


Abb. 12 AFE-Reflexionsmethode

Digital mit der Kommune kommunizieren

Ziele	Die Teilnehmenden werden mit der Website ihrer Stadt bzw. Gemeinde vertraut gemacht und nutzen diese, um ihre Vorhaben voranzubringen.
Vorbereitung	Bereiten sie ein Beispiel vor und üben Sie dieses im Vorfeld.
Umsetzung	<p>Die Schulungsleitung öffnet die Website der Stadt bzw. Gemeinde, schlägt auf Vorschlag der Teilnehmenden etwas nach und demonstriert so die Struktur der Website.</p> <p>Die Teilnehmenden suchen mit ihrem eigenen Gerät auf der Website der Gemeinde nach etwas, das zu der zuvor festgelegten Fallstudie oder dem Thema passt, welches während der Schulung bearbeitet wird. Das kann die Suche nach Informationen oder Aktivitäten sein, wie auf einen Flächennutzungsplan zu reagieren, Anregungen zu geben, sich zu einer Informationsveranstaltung anzumelden, die Entsorgung von illegal abgeladenem Müll in die Wege zu leiten usw. Die Teilnehmenden helfen sich gegenseitig, indem sie in Zweiergruppen arbeiten. Die Schulungsleitung hilft, wenn nötig.</p>

Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Beamer und ein Computer, der mit dem Internet verbunden ist. ● Eigene Geräte (mit mobilem Internet oder kostenlosem WLAN-Zugang).
Tipps & Tricks	<p>Diskussion anhand der Leitfragen:</p> <p><i>War die Suche einfach oder schwierig? – War sie erfolgreich?</i></p> <p><i>Wo sind Sie nicht mehr weitergekommen?</i></p> <p><i>Haben Sie Anregungen für die Verwaltung, wie sie ihre Dienstleistungen und Aktivitäten verbessern kann?</i></p> <p><i>Wie können Sie diese Anregungen auf digitalem Weg übermitteln?</i></p>

Stimmen aus der Nachbarschaft sammeln

Ziele	Die Teilnehmenden werden ermutigt, mit Hilfe digitaler Mittel Erfahrungen und Ideen anderer (älterer) Bewohner*innen in ihrem Viertel zu sammeln.
Vorbereitung	Bereiten Sie Handouts und/oder Materialien vor, um zu zeigen, wie man mit einem Smartphone eine Audioaufnahme macht.
Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ● Bitten Sie die Teilnehmenden, an altersfreundliche Merkmale zu denken, die für sie wichtig sind, und sich darauf vorzubereiten, darüber zu sprechen. ● Teilen Sie die Gruppe in Paare auf und bitten Sie sie, eine Sprachaufnahme zu machen. ● Die Paare suchen sich einen Platz im Schulungsraum oder gehen nach draußen und befragen sich gegenseitig zu dem gewählten Thema. ● Nachdem jedes Paar 1-2 Audios aufgenommen hat, kommt die gesamte Gruppe nach ca. 20 Minuten wieder zusammen, um ihre Erfahrungen auszutauschen.
Hausaufgaben	<p>Die Teilnehmenden werden gebeten, 1-3 Passant*innen oder Bekannte mit einem Sprachaufnahmegerät (z. B. Smartphone, Tablet oder Diktiergerät) zu interviewen. Ihre Erfahrungen und Ergebnisse werden beim nächsten Workshop mit der Gruppe besprochen.</p> <p>Das Gespräch kann z. B. mit der Frage beginnen: "Wenn es eine Sache gibt, die Sie in Ihrem Viertel ändern würden, welche wäre das?"</p>
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> ● Beamer und ein Computer, der mit dem Internet verbunden ist. ● Eigene Geräte (mit mobilem Internet oder kostenlosem WLAN-Zugang).

60-Plus-Check: Wie altersfreundlich ist Ihre Nachbarschaft?

Ziele	Die Teilnehmenden überprüfen und bewerten ein Viertel, eine Nachbarschaft bzw. einen Bezirk im Rahmen eines „Spaziergangs“ hinsichtlich altersfreundlicher Merkmale (z.B. Verfügbarkeit von öffentlichen Sitzgelegenheiten und Zustand der Gehwege) in Zusammenarbeit mit Vertreter*innen der Kommune und ggf. weiteren älteren Menschen.
--------------	---

Vorbereitung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bestimmen Sie das Gebiet und die zu überprüfenden altersfreundlichen Eigenschaften. 2. Bereiten Sie eine Checkliste vor, die während des Spaziergangs ausgefüllt wird. 3. Planen Sie den zeitlichen Ablauf der eigentlichen Aktivität. 4. Falls der Spaziergang öffentlich sein soll, dann sollten Sie rechtzeitig daran denken, ihn zu bewerben.
Umsetzung	<p>Um altersfreundliche und verbesserungswürdige Bereiche zu dokumentieren, werden die Teilnehmenden zu einem Gruppenspaziergang in dem ausgewählten Stadtteil bzw. Bezirk eingeladen. Während des Spaziergangs müssen sie eine Checkliste ausfüllen und auch Fotos mit Smartphones und/oder Tablets machen.</p> <p>Sobald ein Datum und ein Ort für den Spaziergang festgelegt sind, kann die Aktivität exklusiv für die Gruppe organisiert oder für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht und z.B. in der lokalen Zeitung beworben werden. Nach der Begehung werden alle ausgefüllten Checklisten eingesammelt und die Ergebnisse, die durch Fotos illustriert werden, von den Teilnehmenden in einem kurzen Bericht zusammengefasst.</p> <p>Die Ergebnisse und Verbesserungsvorschläge können beim nächsten Treffen weiter diskutiert und/oder an die Interessengruppen geschickt werden. Leitfragen zum Nachdenken:</p> <p><i>Wie bewerten Sie die Altersfreundlichkeit der Gegend nach dem Spaziergang?</i></p> <p><i>Wie könnten Sie bzw. die Gruppe mit den lokalen Behörden kommunizieren und Verbesserungsvorschläge weiterverfolgen?</i></p>
Benötigtes Material	<ul style="list-style-type: none"> • (Gedruckte) Fragebögen oder Checklisten • Bleistifte und Klemmbretter • Tablets (falls verfügbar)
Tipps & Tricks	<p>Inspirationen und Beispiele für Checklisten zu altersfreundlichen Lebenswelten finden Sie unter:</p> <p>https://www.gov.mb.ca/seniors/afmb/docs/checklist_english.pdf (in Englisch)</p> <p>Das Land Nordrhein-Westfalen hat ebenfalls eine Checkliste veröffentlicht: http://docplayer.org/27164381-Who-age-friendly-cities-kernpunkte-einer-altersfreundlichen-stadt-eine-checkliste.html</p> <p>Ein kurzer Artikel in der Lokalzeitung kann helfen, die Veranstaltung bekannt zu machen und anschließend über die Ergebnisse zu berichten.</p>
Quelle	<p>Die Ergebnisse des 60+ Checks in Hietzing (Wien) können Sie hier herunterladen: https://mobilitäts-scouts.at/?p=2354</p>

Ziel der folgenden Übung ist es, nützliche digitale Werkzeuge zu identifizieren und den Teilnehmenden die Entwicklung des Konzepts für ihr Projekt zu erleichtern.

Lokale AFE-Projekte: Konzept und Struktur

Ziele	(Fortgeschrittene) Lernende entwickeln eigene Ideen für altersfreundliche Initiativen sowie ein Konzept für deren Umsetzung. Ein weiteres Ziel ist es, zukünftige Lerneinheiten über digitale Werkzeuge zu planen.
Vorbereitung	Drucken Sie das Arbeitsblatt zur Konzeptentwicklung in einem Format aus, das bequemes Arbeiten ermöglicht (DIN A3).
Umsetzung	<p>Die Teilnehmenden erhalten ein Arbeitsblatt mit Fragen, die sie diskutieren sollen (siehe Vorlage in Anhang 1), und entwickeln anhand eines ersten Brainstormings in Kleingruppen ein vorläufiges Konzept, in dem sie festhalten, was sie wie erreichen wollen. Anschließend werden die Konzepte kurz vorgestellt und im Plenum diskutiert. Als Hausaufgabe entwickeln die Teilnehmenden ihre Konzepte in ihren Arbeitsgruppen weiter und arbeiten eine Struktur aus. Sie tragen ihre Notizen in die ausgedruckte oder digitale Version des Arbeitsblatts ein.</p> <p>Die Schulungsleitung legt einen Termin fest, bis zu dem jede Arbeitsgruppe mitteilen soll, welche digitalen Werkzeuge sie nutzen möchte und was sie dafür braucht (Hardware, Software, Wissen). Entsprechend wird der Inhalt der folgenden Lerneinheit vorbereitet und geprüft, ob die benötigte Hard- und Software zur Verfügung gestellt werden kann.</p>
Benötigtes Material	Arbeitsblatt Konzeptentwicklung (Vorlage in Anhang 1), gedruckte Versionen und in elektronischer Form (diese können Sie ab Oktober 2022 auf der Bridge the Gap! Website runterladen).

Wenn die Teilnehmenden ihre eigenen Projekte durchführen, sollten sie dabei unterstützt werden, digitale Werkzeuge zu identifizieren und zu nutzen, die ihnen bei der Umsetzung ihrer Projekte behilflich sind. Lerneinheiten zu bestimmten digitalen Anwendungen können entsprechend der Wünsche und Bedarfe der Lernenden für zukünftige Schulungstermine geplant werden. Um herauszufinden, wo ein Lernbedarf besteht und auch, um weitere Anregungen zu geben, können Sie die Teilnehmenden bitten, das folgende Arbeitsblatt auszufüllen.

Liste digitaler Werkzeuge

Bitte kreuzen Sie an, welche digitalen Werkzeuge Sie bei Ihrem Vorhaben unterstützen könnten.	Wie könnten Sie diese einsetzen?	Was würden Sie hierfür gerne lernen?
Suchmaschinen (z. B. Google, Ecosia)		
E-Mails		
Soziale Medien		
Messenger (z. B. WhatsApp)		
MS Word		
MS Publisher		
MS PowerPoint		
MS Excel		
Prezi Present (bewegte Präsentationen)		
Videokonferenzen		
Digitale Fotografie		
Online-Umfrage-Anwendung		
Fotobearbeitungs-Software		

Zusätzliche Übungen zur Förderung der digitalen Kompetenzen

Welche digitalen Werkzeuge, Geräte und Anwendungen, in der Schulung behandelt oder genutzt werden, hängt vom Niveau der digitalen Kompetenzen der Teilnehmenden sowie von ihren Bedürfnissen und Interessen ab. Die Gruppen, die an der Testphase des Bridge the Gap! Projekts teilgenommen haben, waren diesbezüglich sehr unterschiedlich und die Vorerfahrungen der Teilnehmenden reichten vom Telefonieren mit dem Smartphone über die Nutzung von Microsoft Publisher oder das Schreiben von Blogbeiträgen bis hin zur Organisation von Online-Meetings (mit Zoom).

Mobiles Internet (oder WLAN mit Gastzugang) wurde in den Schulungen häufig genutzt, insbesondere um Informationen mittels Suchmaschinen zu suchen. Die Teilnehmenden erhielten ausführliche Erklärungen zu Browsern, Cookies, QR-Codes, Cloud, Internetanbietern

und den großen Tech-Unternehmen wie Apple, Microsoft, Facebook (inzwischen Meta) und Google. Soziale Medien und Messenger wurden in den Workshops auf unterschiedliche Weise vorgestellt, wobei WhatsApp, LinkedIn, Facebook und Twitter die am häufigsten genutzten Medien waren. Einigen Lernenden wurde beigebracht, wie man mit einem Smartphone oder Tablet Fotos macht, sie mit Google Fotos kategorisiert und sie teilt.

In einigen Ländern besuchten die Teilnehmenden auch sogenannte Technik-Demonstrationsorte wie iZi Home in Den Haag, eine Geschäft für Heimelektronik und das Virtual Reality Studio in Kaunas.

Im Folgenden werden einige Beispiele für Lernaktivitäten im Zusammenhang mit digitalen Werkzeugen vorgestellt.

Ängste vor der Nutzung digitaler Werkzeuge abbauen

Ziele	Vertrauen im Umgang mit digitalen Werkzeugen aufbauen und Ängste und Unsicherheiten durch den Austausch mit anderen reduzieren.
Vorbereitung	Bereiten Sie einige Folien vor, die die Ergebnisse der Übungen "Selbsteinschätzung der Fähigkeiten/des Selbstvertrauens" und "Einstellung gegenüber IKT" zeigen.
Umsetzung	<p>Erklären Sie den Teilnehmenden, dass es Zeit braucht, sich mit digitalen Geräten und Technik vertraut zu machen. Mit anderen über die Themen zu sprechen, die bei vielen Menschen zu Unsicherheiten führen, kann helfen, Missverständnisse auszuräumen und zur Stärkung des Selbstvertrauens beizutragen. Durch den Austausch erfahren die Teilnehmenden, dass andere Menschen ähnliche Unsicherheiten und Schwierigkeiten bei der Nutzung digitaler Werkzeuge haben.</p> <p>Die Teilnehmenden werden in kleine Gruppen von vier Personen aufgeteilt, wobei jede Gruppe eine Moderator*in haben sollte. In den Kleingruppen sprechen die Teilnehmenden der Reihe nach über die Schwierigkeiten, auf die sie bei der Nutzung digitaler Geräte und Anwendungen gestoßen sind oder worüber sie gerne mehr wissen würden. Nachdem die erste Person über ihre Erfahrungen gesprochen hat, kann auf die Fragen und Probleme eingegangen werden. Dabei ist zu beachten, dass die Person, die gesprochen hat, nicht belehrt wird, sondern dass ihr zugehört und Verständnis gezeigt wird. Es können kurze Erklärungen zu bestimmten Aspekten</p>

	<p>gegeben werden, wobei es nicht um das Lösen von Problemen, sondern in erster Linie um das Erleben, dass andere ähnliche Probleme haben, geht. Dann ist die nächste Person an der Reihe.</p> <p>Wenn es mehrere Arbeitsgruppen gibt, ist es ratsam, die Themen der Gruppen anschließend im Plenum vorzustellen, ohne dabei auf die jeweilige Person einzugehen.</p> <p>Die Themen können im Laufe der Schulungen vertieft werden.</p>
Tipps & Tricks	<p>Für größere Gruppen (mehr als zehn Personen) können gemeinsame Themen vorbereitet werden (z. B. "Sicherheit im Internet", "Cookies" usw.).</p> <p>Der Austausch kann mit einer Übung eingeleitet werden, bei der die Teilnehmenden gebeten werden, eine Aussage auf einem Blatt Papier oder einer Karte zu vervollständigen, z. B. " Habt ihr auch schon einmal gehört, dass... ", "Mein Freund hat mir erzählt, dass... ", "Mir ist kürzlich Folgendes passiert... ".</p>
Quelle	<p>Die ursprüngliche Beschreibung der Methode ist im Methodenkoffer des Forums Seniorenarbeit NRW (KURATORIUM DEUTSCHE ALTERS-HILFE, 2022) zu finden.</p>

Üben mit Social Media und Emojis

Ziele	<p>Gegenseitiges Kennenlernen, Auflockerung der Atmosphäre innerhalb der Gruppe sowie ein bewusster Umgang mit sozialen Medien und Emojis.</p>
Vorbereitung	<p>Bereiten Sie ein paar Folien mit Emojis vor, die auf der Leinwand gezeigt werden sollen.</p>
Umsetzung	<p>Der größte Teil unserer Kommunikation besteht aus nonverbalen Hinweisen. Emojis werden in der Kommunikation eingesetzt, um die Interaktion zu fördern und den geschriebenen Text besser einordnen zu können. Sie sind der Ersatz für Gesten, den Tonfall und die Mimik. So wird verhindert, dass Empfänger*innen eine Nachricht falsch interpretieren oder negativ aufnehmen. Sie sollten jedoch vorrangig für informelle und persönliche Kommunikation genutzt werden und in formalen Zusammenhängen nur mit Vorsicht verwendet werden.</p> <p>Starten Sie einen Messenger oder eine Social Media-App und zeigen Sie, wie man Emojis auf einem Smartphone, Tablet und Computer findet (Windows-Taste + Punkt).</p> <p>Übung a): Lassen Sie die Teilnehmenden die Bedeutung einiger Emojis erraten (10 Minuten).</p> <p>Übung b): In Zweiergruppen führen die Teilnehmenden ein 10-minütiges Gespräch darüber, wer sie sind und in welchem Viertel sie leben. Anschließend wählen sie die Emojis aus, die beschreiben, was sie während des Gesprächs gefühlt haben.</p> <p>Übung c): Die gleichen Paare chatten online, z. B. mittels WhatsApp oder eines anderen Messengers, und verwenden dabei so viele Emojis wie möglich.</p>

	<p>Diskussion: Welche Unterschiede haben Sie festgestellt? Worauf sollten Sie bei der Verwendung von Emojis achten? Wann sollten Sie sie verwenden und wann nicht? Diskutieren Sie über formelle, informelle, sichere und vertraute Kommunikation.</p>
Hausaufgaben	<p>„Sprechen Sie mit anderen (z. B. Ihren Nachbar*innen) über die Nutzung von Messenger-Diensten wie WhatsApp oder Signal. Was denken Ihre Gesprächspartner*innen darüber? Ist es klug, vernetzt zu sein? Wofür nutzen sie Messenger-Dienste?“</p>
Benötigtes Material	<p>Smartphone, Tablet, Laptop.</p>
Quellen	<p>Bilder von Emojis und Erklärungen zu ihrer Bedeutung finden Sie auf den folgenden Websites: https://www.makeuseof.com/tag/emoji-english-dictionary-emoji-faces-meaning-explained/ (nur auf Englisch verfügbar); https://www.scienceofpeople.com/emojis/ (nur auf Englisch verfügbar); https://emojipedia.org/de/</p>

Technik-Detektiv*innen

Ziele	<p>Das Ziel dieser Hausaufgabe ist es, die Teilnehmenden für verschiedene Arten innovativer Technik zu sensibilisieren, die bereits in ihrem Umfeld eingesetzt werden.</p>
Vorbereitung	<p>Bereiten Sie einige Beispiele für Technik im privaten und öffentlichen Bereich vor. Das Compendium of good practices in the creation of smart, healthy and age-friendly environments (nur in Englisch verfügbar) und das Bridge the Gap! Trainingskonzept und Curriculum (Abschnitte 3.3 und 4.7) können als Ressourcen genutzt werden.</p>
Umsetzung	<p>Die Teilnehmenden sollten bereits in der Lage sein, ihre Smartphone-Kameras zu benutzen und wissen, wie sie Fotos verwalten können.</p> <p>Stellen Sie einige Beispiele für technische Geräte, die im öffentlichen Raum und zu Hause verwendet werden, vor (Smart Healthy Age-friendly Environment).</p> <p>Die Teilnehmenden erhalten eine Hausaufgabe, die darin besteht, Fotos von innovativer Technik zu machen, die sie in der Stadt, bei ihren Kindern, an öffentlichen Plätzen, in ihrem eigenen Haus oder bei Freunden sehen. Sie müssen diese Fotos in ein separates Album (Ordner auf dem Smartphone oder Tablet) einfügen, das beim folgenden Treffen mit den anderen geteilt wird.</p> <p>In der nächsten Sitzung teilen die Teilnehmenden die Fotos miteinander und ordnen die fotografierte Technik nach Funktionen einer bestimmten Gruppe zu.</p>
Benötigtes Material	<p>Smartphone oder Tablet, Digitalkamera, Beamer und Computer mit Internetzugang (alternativ Monitor) zum Zeigen der Fotos.</p>
Tipps & Tricks	<p>Die Bedürfnisse älterer Menschen in Bezug auf smarte Technik sowie die Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit von smarterer Technik können in der Gruppendiskussion analysiert werden.</p>

Beispiele für lokale Initiativen, die in der Testphase entwickelt wurden

Nicht jede Gruppe von Lernenden initiiert im Rahmen der Bridge the Gap! Schulung eigene lokale altersfreundliche Initiativen.

Es sollte noch einmal betont werden, dass nicht jede Gruppe von Lernenden eigene lokale altersfreundliche Initiativen initiieren kann. Dies hängt von vielen Faktoren ab, z. B. von den Fähigkeiten, der Gruppenzusammensetzung und -dynamik, der Zeit und den Ressourcen, die die Teilnehmenden einbringen können, der Motivation und dem Engagement der Teilnehmenden, sich zu beteiligen, und sogar von der Offenheit der lokalen Verwaltung gegenüber Grass-Root-Initiativen.

Das ursprüngliche Konzept, die Erarbeitung lokaler Projekte in den Mittelpunkt der Schulungen zu stellen, erwies sich in allen Ländern als nur bedingt umsetzbar. Folgende Faktoren erwiesen sich hier als hinderlich:

- Der begrenzte zeitliche Rahmen, in welchem die Vorhaben auch tatsächlich umgesetzt werden können.
- Ein geringes Interesse an der Umsetzung lokaler Projekte seitens der Schulungsteilnehmer*innen.
- Der niedrighschwellige Lernansatz und die prinzipielle Offenheit der Trainingsinhalte führten dazu, dass es schwierig war, die Gruppen so zu organisieren, dass sie ein eigenes Projekt initiieren.

Die Testphase hat gezeigt, dass konkrete lokale Projekte von jenen Gruppen im Detail geplant und/oder umgesetzt wurden, deren Teilnehmende sich entweder bereits für Ihre Mitmenschen einsetzen (Mobilitätsscouts in Wien, Mitglieder*innen der Nachbarschaftshilfe sowie des Seniorenbeirates Bad Vilbel), oder angeleitet wurden, ihren Beitrag zu einer bereits bestehenden Initiative zu leisten (Zusammenarbeit mit der Initiative Genius Loci in Šančiai, Kaunas). Entsprechend geschulte und informierte älteren Menschen können Organisationen, Institutionen oder lokale Behörden auch bei der Umsetzung von Maßnahmen zugunsten älterer Menschen unterstützen oder

daran mitwirken, altersfreundliche Themen auf die politische Agenda zu setzen. So wurde zum Beispiel der Bericht über die Ergebnisse des Spaziergangs, den die Mobilitäts-Scouts im Wiener Bezirk Hietzing organisiert hatte, an die Verantwortlichen der Stadt übergeben und mit ihnen diskutiert. Die Stadt ergriff unverzüglich Maßnahmen zur Verbesserung. In Rom wurde ein Informationsangebot organisiert, der Sorgen älterer Einwohner*innen aufgreift und über ihre Rechte informiert. Die Durchführung der Bridge the Gap! Schulung wurde mit einem Sozialpolitiker des Stadtbezirks II in Rom organisiert.

Die folgenden Projekte wurden im Rahmen der Pilotschulungen in den Partnerländern geplant und/oder durchgeführt:

60-Plus-Check: Wie altersfreundlich ist Hietzing? – Ein Grätzel-Spaziergang (Wien, Österreich)

Eine Gruppe älterer Menschen und Vertreter*innen der Stadt nahmen an einem Spaziergang durch den 13. Wiener Bezirk teil. Am 6. Oktober 2021 - dem Beginn des internationalen Monats der Senioren - organisierte die Gruppe der Mobilitäts-Scouts einen Grätzel-Spaziergang. Ziel der Veranstaltung war es, gemeinsam mit älteren Bewohner*innen, Expert*innen vom Seniorenbüro der Stadt Wien sowie der Bezirksvorsteherin von Hietzing, den Bezirk hinsichtlich altersfreundlicher Aspekte (einschließlich öffentlicher Sitzgelegenheiten und dem Zustand der Gehwege) zu überprüfen. Um positive Merkmale



und Verbesserungsbedarfe zu dokumentieren, füllten die Teilnehmenden einen Fragebogen aus und machten Fotos mit Smartphones und Tablets. Während der eineinhalbstündigen Veranstaltung gingen 13 Personen durch einen Bereich des 13. Bezirks, lernten andere Bewohner*innen und Vertreter*innen der Stadt kennen und konnten ihre Ideen direkt vor Ort diskutieren und weitergeben. Alle Ideen und Meinungen wurden zusammengefasst, um sie mit Verantwortlichen der Stadt zu besprechen, um die Altersfreundlichkeit des Bezirks zu verbessern. Ein unmittelbares Ergebnis der Veranstaltung ist die bessere Beschilderung der bereits verfügbaren öffentlichen Toiletten.

Weitere Informationen und eine Dokumentation der Veranstaltung können Sie hier herunterladen: <https://mobilitäts-scouts.at/?p=2354>



Aktivist*innen initiieren ihren eigenen Blog! (Wien, Österreich)

Die Mobilitäts-Scouts, eine Gruppe älterer Menschen, die sich ursprünglich im Rahmen des gleichnamigen **Projektes** zusammengefunden hat, setzt sich seit 2018 für ein altersgerechtes Wien ein. Im Jahr 2020 wollte die Gruppe trotz der COVID-19-Pandemie weiterhin aktiv für ihre Ideen und Bedürfnisse eintreten und beschloss, digitale Wege und neue Formen der Interessenvertretung zu erkunden. Die Gruppe begann, gemeinsam eine WordPress-Website und einen Blog zu betreiben, um auf ihre Projekte aufmerksam zu machen und ein breiteres Publikum zu erreichen. Während des Bridge the Gap! Projektes wurde die Gruppe dabei weiter unterstützt.

Die Teilnehmenden erwarben neue digitale Fähigkeiten (WordPress, Hochladen von Bildern, Funktionen, die das Schreiben von Blogbeiträgen in Microsoft Word unterstützen, usw.). Im Laufe des Projekts wurden regelmäßige Online-Treffen organisiert, um den Erfahrungsaustausch zwischen den Teilnehmenden zu ermöglichen, von den externen Expert*innen zu lernen, die weitere Entwicklung des Projekts zu besprechen und um voneinander zu lernen.

Link zum Blog: https://xn--mobilitts-scouts-1nb.at/?page_id=41

Erweiterung der Smartphone-Sprechstunde der Nachbarschaftshilfe e. V. (Bad Vilbel, Deutschland)

Zehn Personen arbeiteten in einer Projektgruppe am Ausbau von Angeboten zur Förderung digitaler Kompetenzen älterer Menschen und planten in mehreren Projektgruppensitzungen u.a. den Ausbau der Smartphone-Sprechstunde der Nachbarschaftshilfe, die künftig in verschiedenen Stadtteilen angeboten werden soll und damit für viele Menschen besser zugänglich sein wird. Das in den Workshops erworbene Wissen über digitale Werkzeuge half bei der Erstellung eines Informations-Flyers, der über die lokalen Angebote informiert, bei denen Personen Informationen und Unterstützung in Bezug auf IKT erhalten können. Zu diesem Zweck wurde der Inhalt der Schulung in Bad Vilbel um die folgenden Themen erweitert: Microsoft Publisher, Bilddatenbanken, Snip & Sketch-Tool sowie die Bildbearbeitungssoftware Paint.NET.





Folgendes wurde hinsichtlich der Smartphone-Sprechstunde umgesetzt:

- Klärung der Verfügbarkeit von Berater*innen, die das Angebot durchführen.
- Zusammenarbeit mit stationären Pflegeeinrichtungen, um Standorte für das Angebot zu finden.
- Umfrage unter Bewohner*innen der Pflegeeinrichtungen (durchgeführt in Form von persönlichen Interviews durch einen Teilnehmer, um die Bedarfe in Bezug auf Unterstützung bei der Nutzung von IKT und das Interesse an der Nutzung des Angebotes zu erheben).
- Planung zusätzlicher Inhalte (z. B. Kaufberatung für digitale Geräte) und schriftlicher Materialien, die während der Sprechstunden verteilt werden.

Darüber hinaus wurde daran gearbeitet, Angebote zu erweitern oder um Bürger*innen über bestehende Angebote zu informieren:

- Entwicklung eines Flyers (DIN A5) unter Beteiligung aller Teilnehmenden.
- Diskussion und Planung von Maßnahmen, um Informationen über bestehende Angebote zu verbreiten (Pressemitteilungen, Veröffentlichung der Termine im städtischen Online-Veranstaltungskalender, Verteilen bzw. Auslegen von Flyern).
- Planung einer Ergänzung des bestehenden Angebotes an Computer-/Smartphone-Kursen.

- Planung einer Bewerbung für das regionale Projekt "Di@-Lotsen" (Förderung der Beratung älterer Menschen durch Ehrenamtliche, einschließlich Schulungsangeboten und einer finanziellen Förderung für technische Ausstattung).

Die geplanten Aktivitäten werden in Zukunft fortgesetzt.

Beiträge zur Šančiai Community Memory Map (Kaunas, Litauen)

Im Stadtteil Šančiai in Kaunas wurde das Projekt Genius Loci ist Leben gerufen. Es zielt darauf ab, die Bürger*innen und Stadtplanungsexpert*innen in die gemeinsame Entwicklung des Stadtteils einzubeziehen. Es wurde eine Plattform als virtueller Begegnungsraum geschaffen, um die Zahl der Nutzer*innen digitaler Werkzeuge, mit denen die Beteiligung an zivilgesellschaftlichen Aktivitäten gefördert wird, zu erhöhen. Zu den verschiedenen innovativen Methoden, die in diesem Prozess zum Einsatz kamen, gehört eine digitale Erinnerungskarte



des Stadtteils (Memory Map), die von gegenwärtigen und ehemaligen Bewohner*innen Šančiais entwickelt wurde und als Plattform für den Austausch von Erinnerungen dient. Die Teilnehmenden der Bridge the Gap! Schulung wurden darin angeleitet, zur Erinnerungskarte beizutragen. Während der Schulung lernten sie, Fotos und Videos mit dem Smartphone zu machen, ihre Erfahrungen mit MS Word festzuhalten und diese mit und Fotos/Videos nach den vorgegebenen Anweisungen auf die Karte hochzuladen. Das hochgeladene Material musste von einer Kartenverwalterin bestätigt werden (sie wurde telefonisch kontaktiert) und schließlich überprüften die Teilnehmenden, wie ihre Geschichten in der Memory Map dargestellt wurden. Bislang wurden vier Geschichten hochgeladen und die Aktion läuft noch.

„Unausgesprochene“ Rechte älterer Bürger*innen (Rom, Italien)

„Unausgesprochene“ Rechte sind gesetzlich garantierte Rechte, die den Bürger*innen aber oftmals nicht bekannt sind. Ältere Bürger*innen, vor allem mit Behinderung, nehmen beispielsweise ihre Rechte auf besondere Leistungen nicht wahr, weil sie diese Rechte nicht kennen. Der Vorschlag, einen Infopunkt einzurichten, der über die unausgesprochenen Rechte älterer Menschen informiert, stieß auf großes Interesse und es wurde vereinbart, ihn in im Bezirk II einzurichten. Folgendes sind die Rahmenbedingen:

Zeitlicher Rahmen: Eröffnung eines Informations- und Unterstützungsbüros, das zweimal pro Woche für je zwei Stunden geöffnet ist, um ältere Menschen über ihre unausgesprochenen Rechte zu informieren, insbesondere im Zusammenhang mit Rentenleistungen, und sie bei den bürokratischen Verfahren zu unterstützen, damit diese gewährt werden.

Personelle Ressourcen: Der Informations- und Unterstützungspunkt wird von drei Mitarbeiter*innen der SPI-CGIL, der größten Gewerkschaft für Rentner*innen in Italien, betrieben, die in einem der Sozialzentren des Bezirks II untergebracht sind.

Finanzielle Mittel: Die Personalkosten der SPI-CGIL, die entsprechenden bürokratischen

Ausgaben und die Kosten für den Betrieb, die von der Gewerkschaft und den Sozialzentren der Gemeinde im Rahmen ihres Auftrags übernommen werden.

Förderung der digitalen Teilhabe zwischen den Generationen in der Sozialpolitik der Kommune II (Rom, Italien)

Der Bezirk Rom II hat am 15. Juni 2021 das Festival des dritten und vierten Lebensalters ins Leben gerufen, um gemeinsam mit älteren Bürger*innen Leitlinien für die Festlegung von Prioritäten in der Sozialpolitik zu erarbeiten. Gemeinsam sollen Beiträge und Prioritäten gesammelt und die Leitlinien entworfen werden. Dabei sollen die Bedürfnisse und Vorschläge der älteren Bürger*innen vor Ort so weit wie möglich berücksichtigt werden, um den Bezirk Rom II altersfreundlicher zu machen.

Die Veranstaltung findet in zwei Sitzungen mit ausgewählten Personen aus den Sozialzentren für Senioren des Bezirks, Vertreter*innen des dritten Sektors und der Rentnergewerkschaften statt. In der ersten Sitzung werden nach einleitenden Bemerkungen der Stadtverwaltung und einer Frage-Antwort-Runde, Erhebungsbögen verwendet, um die aktuelle Situation zu erfassen und Vorschläge zu sammeln. In der zweiten Sitzung stellt die Stadtverwaltung die vorgeschlagenen Leitlinien vor, die diskutiert, geändert und schließlich zur Kenntnisnahme und Umsetzung durch den Stadtpräsidenten freigegeben werden. Dies ist eine großartige Gelegenheit, um Vorschläge zu unterbreiten, wie die digitale Kompetenz von Senior*innen und die generationenübergreifende Beteiligung an der Gestaltung einer altersfreundlichen Sozialpolitik vor Ort weiter verbessert werden kann.

Konkrete lokale altersfreundliche Initiativen werden als optionales Ergebnis der Schulung angesehen. Die oben vorgestellten Beispiele sowie die guten Praxisbeispiele, die in der **Kurzinfo** und ausführlicher im **Schulungskonzept und Curriculum** gesammelt wurden, können als inspirierender Ausgangspunkt für die Schulung zur Schaffung altersfreundlicher Lebenswelten mit Hilfe digitaler Werkzeuge für ältere Lernende genutzt werden.

Zusammenfassung

Der Schulungsansatz ist stark an den Bedürfnissen und Interessen älterer Menschen orientiert, indem er das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten (AFE) mit der interessen geleiteten Anwendung digitaler Technik kombiniert.

Der Überblick über die Testphase der Bridge the Gap! Schulung, die in Österreich, Deutschland, Italien, Litauen und den Niederlanden durchgeführt wurde, sowie die Beispiele für Übungen zeigen die Flexibilität der Schulungsstruktur und des Erlernens. Es handelt sich um einen innovativen Schulungsansatz, der sich stark an den Bedürfnissen und Interessen älterer Menschen orientiert, indem er das Konzept der altersfreundlichen Lebenswelten (AFE) mit der interessen geleiteten Anwendung digitaler Technik kombiniert.

Das Thema altersfreundliche Lebenswelten wurde in allen Projektpartnerländern in unterschiedlichem Maße behandelt.

In den **Niederlanden** war jeder Workshop einem AFE-Bereich gewidmet. Die Teilnehmenden diskutierten, tauschten ihr Wissen aus und recherchierten im Internet nach weiteren Informationen. Alle Herausforderungen und Lösungen wurden notiert und weiter diskutiert und mit Hilfe digitaler Werkzeuge erkundet.

In **Deutschland** folgten auf die Einführung des AFE-Konzepts eine Übung in Kleingruppen, um die Teilnehmenden mit den AFE-Bereichen vertraut zu machen, sowie die Präsentation guter Praxisbeispiele.

In **Italien** wurden AFE-Beispiele mit den Teilnehmenden in Bezug auf die Gegebenheiten vor Ort diskutiert, wobei der Schwerpunkt auf regionalen, nationalen und europäischen Programmen lag.

In **Litauen** lag der Schwerpunkt auf öffentlichen Dienstleistungen und einer aktiveren Beteiligung von Bürger*innen an öffentlichen Angelegenheiten durch den Einsatz digitaler Werkzeuge.

In **Österreich** konzentrierte sich die etablierte Gruppe der Mobilitäts-Scouts, die bereits über ausreichend Wissen über AFE verfügte, auf das Schreiben von Blogs und die Planung und Durchführung von Überprüfungen der Altersfreundlichkeit in ausgewählten Bezirken.

Die Instrumente zur Bewertung der Motivation, der digitalen Fähigkeiten und der Erfahrungen mit IKT wurden in allen Projektpartnerländern im ersten Workshop eingesetzt und manchmal wiederholt, um den Lernfortschritt zu messen. Die meisten Teilnehmenden brachten ihre Smartphones mit und diejenigen, die keines hatten, nutzten einen Laptop für die Internetsuche und Digitalkameras zum Fotografieren. Der Internetzugang über Smartphones wurde häufig genutzt, hauptsächlich, um mit Suchmaschinen nach Informationen zu suchen. In das Thema soziale Medien wurde in den Workshops auf unterschiedliche Weise eingeführt, wobei WhatsApp, Facebook, Twitter und LinkedIn die meistgenutzten Anwendungen waren.

Je nach den Bedürfnissen der Lernenden wurden einige zusätzliche Themen in die Schulung aufgenommen. In Deutschland wurde den Teilnehmenden eine Einführung in Microsoft Publisher, Microsoft Ausschneiden und Skizzieren und Paint.NET gegeben, was für ihre Arbeit an der Verbreitung von Informationen über bestehende Angebote nützlich war. Die Teilnehmenden in Österreich übten die Funktionen von Microsoft Word, wie z. B. das Verfolgen von Änderungen und die Verwendung von Kommentaren in einem Dokument, was sie besonders hilfreich fanden, um anderen Personen in gemeinsamen Blogpost-Entwürfen Vorschläge zu machen. In

Litauen lernten die Teilnehmenden, wie sie eine Geschichte aus ihrem Leben im Stadtteil Šančiai auf die Memory Map hochladen können.

Die Vielfalt der verwendeten Lernaktivitäten verdeutlicht, dass dieses Training Kit keine Blaupause für die Schulung von älteren Erwachsenen ist. Im metaphorischen Sinne ist es eher als eine Liste von Zutaten eines Rezeptes zu betrachten. Die in der Testphase gesammelten Erfahrungen zeigen die große Vielfalt älterer Menschen mit ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen sowohl in Bezug auf IKT als auch auf AFE. Die Vorteile der Schulung lassen sich am besten an den folgenden Zitaten der Teilnehmenden veranschaulichen:

“Digitale Zugänglichkeit ist sehr wichtig. In dieser Gruppe fühle ich mich nicht alt. Ich habe viel gelernt und bin froh, meine Arbeit fortzusetzen.”

*(Teilnehmer*in aus Wien)*

“Ich habe eine Menge über soziale Medien gelernt. Und ich habe zuvor noch nie einen Blogbeitrag geschrieben.”

*(Teilnehmer*in aus Wien)*

“Ich nehme eine gute Interaktion und positives Feedback aus der Gruppe mit, ich fühle mich gestärkt.”

*(Teilnehmer*in aus Wien)*

“Ich habe gelernt, nach Webseiten zu suchen und mir dort Informationen zu holen.”

*(Teilnehmer*in aus Gouda)*

“Ich habe gelernt, Apps und die persönliche elektronische ID herunterzuladen, wie die Corona-CheckApp und DigiD.”

*(Teilnehmer*in aus Den Haag)*

“Ich habe gelernt, keine Angst vor der Digitalisierung zu haben.”

*(Teilnehmer*in aus Den Haag)*

“Was ich gelernt habe, hilft mir, bei der Nutzung digitaler Werkzeuge unabhängiger von meiner Tochter zu sein.”

*(Teilnehmer*in aus Rom)*

“Es ist sehr nützlich, Hilfe von jungen Leuten zu bekommen, die mehr über digitale Technologien wissen als wir.”

*(Teilnehmer*in aus Rom)*

“Es sollten mehr Kurse wie dieser angeboten werden.”

*(Teilnehmer*in aus Rom)*

“Das Wichtigste, was ich in der Schulung gelernt habe, ist, dass es Menschen gibt, die sich um das Bestehen der Senioren in der neuen digitalen Gesellschaft sorgen und helfen möchten.”

*(Teilnehmer*in aus Bad Vilbel)*

“Zoom ist ein wichtiges Werkzeug für meine Freiwilligenarbeit. Ich habe an Sicherheit im Umgang mit dieser Anwendung gewonnen und werde an der Schulung für Freiwillige teilnehmen können.”

*(Teilnehmer*in aus Kaunas)*

“Es ist eine ziemliche Herausforderung, den Teilnehmern mit den verschiedenen Marken und Betriebssystemen ihrer Smartphones zu helfen. Es war eine gute Lernerfahrung für mich.”

*(Schulungsleiter*in aus Kaunas)*

Anhang 1. Vorlagen

Wir schlagen eine Brücke – für mehr soziale und digitale Teilhabe

[Beginn Monat - Ende Monat Jahr]



Einladung zur Bridge the Gap! Schulungsreihe
[oder Titel, den Sie verwenden möchten]

Im [Startmonat] beginnt die Bridge the Gap! (Deutsch: die Kluft überbrücken) Schulungsreihe. Es ist ein unterhaltsamer und nützlicher Kurs für Menschen ab 60 Jahren, die sich für andere einsetzen und gleichzeitig mehr über digitale Werkzeuge lernen wollen. Bridge the Gap! [oder alternativer Titel] ist kein herkömmlicher Computerkurs. In der Schulung arbeiten Sie an dem, was Sie für wichtig halten und gemeinsam mit anderen verbessern wollen. Sie lernen, wie sie digitale Werkzeuge nutzen können, um zu positiven Veränderungen in Ihrem Viertel [alternativ Stadt, Bezirk, etc.] beizutragen.

Die Schulungsreihe besteht aus [Anzahl der Veranstaltungen] Treffen von jeweils [Dauer] Stunden.

Termine:

Ort:

Zeit:

Die Schulung ist kostenlos. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.



Was können Sie von der Schulung erwarten und was werden Sie lernen?

- Die Inhalte richten sich nach dem, was Ihnen wichtig ist, z.B. gute Wohnbedingungen, ihre Gesundheit im Blick zu behalten, mehr oder engere Kontakte zu knüpfen, einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen, die Natur und Kultur zu genießen, Sicherheit im Straßenverkehr, uvm.
- Was wollen Sie verbessern; wo möchten Sie sich einbringen?
- Anhand Ihrer eigenen Ideen und Vorschläge werden wir gemeinsam daran arbeiten.
- In jedem Schritt lernen Sie auf spielerische und entspannte Weise, wie Sie digitale Werkzeuge für Ihre Anliegen nutzen können, z.B. Suche im Internet, Senden von E-Mails an die Verwaltung, mit dem Smartphone mit anderen in Kontakt bleiben, Planung von ÖPNV-Verbindungen, usw. [Beispiele an die Zielgruppe anpassen]

In der Schulung üben Sie mit Ihrem eigenen Smartphone, Laptop oder Tablet (wenn vorhanden).

Wir werden Gastbeiträge hören, z. B. von Mitarbeiter*innen der [zu ergänzen, z. B. der Gemeinde, der Bibliothek, ...].

In der Schulung werden auch Expert*innen zu Gast sein, die digitale Anwendungen erklären und vorführen.

Wir machen (wenn möglich) Ausflüge, zum Beispiel zu [wird hinzugefügt].

[Name(n) /der Schulungsleiter*in(nen) hinzufügen] wird [werden] die Schulung leiten. Auch Sie sind herzlich eingeladen, Ihr Wissen mit anderen Teilnehmer*innen zu teilen

Hiermit melde ich mich zur Teilnahme an Bridge the Gap! Schulungsreihe [oder alternativer Titel] an.

Name* :

E-Mail-Adresse und / oder Telefonnummer* :

Sie können die Anmeldung persönlich [Ort] abgeben oder per Post [Anschrift] oder Mail [E-Mail-Adresse] an [Veranstalter] schicken.

* Ihre Daten dienen ausschließlich der Organisation der Schulung. Sie werden vertraulich behandelt und ausschließlich im Rahmen der Durchführung der Schulung von [Organisation] gespeichert und verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

Die Schulung wurde im Rahmen des europäischen Projekts Bridge the Gap! entwickelt.

Arbeitsblatt Konzept und Struktur eines altersfreundlichen Projektes

Von der Idee zum Konzept*

Unsere Idee



Wer arbeitet an dieser Idee? (Namen)



Wie ist die Situation jetzt?



Wie sähe die ideale Situation aus?



Was ist nötig, um die Situation zu verbessern?



Konzept (Thema, Ziel, Zielgruppe(n), Nutzen)



* Von k.o.s GmbH, BERGWERK unter CC-BY-SA 4.0 (veränderte Fassung). Fundstelle: <https://weitergelernt.de/wp-content/uploads/2020/11/Arbeitshilfe-BergWerk.pdf>

Vom Konzept zur Struktur

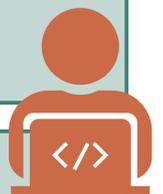
Wie können uns digitale Werkzeuge bei unserem Projekt unterstützen? Was wollen wir lernen? Welches Gerät/Software/Anwendung sollte organisiert werden?



Wissenspool (Wer weiß was? Welche Informationen / Dokumente benötigen wir?)



Wer übernimmt welche Aufgaben? (Art und Weise, Rollen, Zwischenergebnisse, Zeitressourcen, Medien/Werkzeuge)



Nächste Schritte (wer wird was bis wann tun?)



Vorlage: Schulungsevaluationsbogen

Am Ende dieses Kurses möchten wir gerne wissen, ob Sie mit der Organisation und dem Inhalt zufrieden waren. Bitte nehmen Sie sich 10 Minuten Zeit, um uns zu helfen, die Qualität zukünftiger Kurse zu verbessern!

ORGANISATION DER SCHULUNG		ja	eher ja	weder noch	eher nein	nein
1.1	Die im Vorfeld der Schulung ausgehändigten Informationen waren informativ und nützlich.	<input type="checkbox"/>				
1.2	Die Gruppe der Teilnehmenden war gut zusammengesetzt.	<input type="checkbox"/>				
1.3	Die Dauer der Schulung war angemessen.	<input type="checkbox"/>				
1.4	Raum und Einrichtung waren geeignet (Größe, Ausstattung, Licht usw.).	<input type="checkbox"/>				
2. INHALT UND METHODEN						
2.1	Das Programm war klar strukturiert.	<input type="checkbox"/>				
2.2	Die Themen des Kurses waren gut ausgewählt.	<input type="checkbox"/>				
2.3	Die verwendeten Methoden unterstützten das Lernen.	<input type="checkbox"/>				
2.4	Die während der Schulung ausgehändigten Materialien waren nützlich.	<input type="checkbox"/>				
2.5	Ich konnte den Lerninhalten sehr gut folgen.	<input type="checkbox"/>				
2.6	Die Schulungsleitung ist gut auf meine Bedürfnisse eingegangen.	<input type="checkbox"/>				
3. ERGEBNISSE UND ENGAGEMENT						
3.1	Ich habe neues Wissen über altersfreundliche Lebenswelten erworben.	<input type="checkbox"/>				
3.2	Der Kurs hat meine Fähigkeit verbessert, Wege zur Verbesserung meines Umfeldes zu finden.	<input type="checkbox"/>				
3.3	Der Kurs hat meine Fähigkeit verbessert, digitale Werkzeuge zu finden, die meine Interessen unterstützen.	<input type="checkbox"/>				
3.4	Ich bin sicherer im Umgang mit digitalen Werkzeugen.	<input type="checkbox"/>				
3.5	Der Kurs hat meine Motivation gesteigert, mich für andere Menschen zu engagieren.	<input type="checkbox"/>				

4. Was sind die wichtigsten Dinge, die Sie bei dieser Schulung gelernt haben?

5. Was von dem, was Sie gelernt haben, wollen Sie in Ihrem persönlichen Leben und in Ihrem sozialen Umfeld anwenden?

6. Welche Unterstützung brauchen Sie vielleicht, um das Gelernte anzuwenden?

7. Gibt es sonst noch etwas, das Sie anmerken möchten?

8. PERSÖNLICHER HINTERGRUND

Mein Alter

60-69

70-79

80+

Mein Geschlecht

weiblich

männlich

divers

Ich habe teilgenommen als:

Individuum

Mitglied einer
Seniorenorganisation

Sonstiges:

Meine Teilnahme an Schulungsangeboten in den letzten fünf Jahren:

Ich habe mehrere
Kurse besucht

Ich habe einen Kurs
besucht

Ich habe keinen Kurs
besucht

Meine derzeitige/letzte Tätigkeit:

Vielen Dank für Ihre Unterstützung! Mit Ihren Antworten helfen Sie uns, die Schulungsangebote zu verbessern.

Anhang 2. Auf sich und die Ergebnisse aufmerksam machen

Beispiele für öffentliche Veranstaltungen

Recht zu haben ist nicht genug. Um einen Entscheidungsprozess beeinflussen zu können, muss man meist in der Mehrheit sein. Öffentliche Veranstaltungen können ein sehr nützlicher Weg sein, um die öffentliche Wahrnehmung zu beeinflussen – durch kreative und innovative Medienarbeit – bis dorthin, wo die Entscheidungen getroffen werden.

Wir empfehlen, dass Einrichtungen der Erwachsenenbildung und der generationenübergreifenden Bildung, Seniorenorganisationen, Seniorenorganisationen und gemeinnützige NRO, die sich für die Förderung der aktiven Bürgerschaft und der Teilhabe und der Lebensqualität im Alter einsetzen, öffentliche Veranstaltungen organisieren, um:

- die Teilnahme an Schulungsprogrammen / Engagement in ihrer Organisation zu fördern,
- Menschen zu inspirieren und zu motivieren, Bildungsangebote zu nutzen,
- ihre Erfahrungen zu präsentieren und auszutauschen,
- von anderen zu lernen,
- sich mit anderen Akteuren, die sich für Ziele einsetzen, zu vernetzen,
- neue Kontakte zu knüpfen und Anregungen für ihre Zukunftspläne zu erhalten,
- ihre Reichweite der Interessenvertretung gegenüber Medien und Entscheidungsträger*innen zu vergrößern.

Formate für öffentliche Veranstaltungen:

Poster-Ausstellung

Um die Inhalte und Aktivitäten der Schulung oder die Ergebnisse der darin durchgeführten Initiativen zu veranschaulichen, kann eine Poster-Ausstellung organisiert werden. Die Teilnehmenden können zum Beispiel aus verschiedenen Materialien, wie Fotos, die sie gemacht haben, Arbeitsblättern aus Lerneinheiten oder Ausdrucken von Präsentationen, Poster erstellen. Fortgeschrittene Teilnehmende können die Poster mit MS Publisher oder PowerPoint erstellen.

Podiumsdiskussion

Eine Podiumsdiskussion in Form einer vorbereiteten Diskussion mit Teilnehmenden der Schulung als Expert*innen für die Bedarfe älterer Lernender und anderen Interessenvertreter*innen oder Expert*innen. Der/die* Moderator*in bereitet die Themen vor, zu denen die Expert*innen befragt werden sollen sowie Fragen, die den Austausch mit dem Publikum anregen.

Interview mit den Teilnehmenden

Interviews mit den Teilnehmenden, die gefilmt und zu einem Video zusammengestellt werden können, kann einen Einblick in ihre Aktivitäten und Erfahrungen geben. Die Teilnehmenden können aktiv in die Entwicklung der Interviewfragen und in die Bearbeitung des Videos einbezogen werden.

„Markt der Möglichkeiten“

Die Teilnehmenden bereiten einen Informationsstand mit Postern, Bildern und anderen Materialien vor, um einen Einblick in die Themen und Abläufe der Schulung oder ihre lokalen Projekte (falls vorhanden) zu geben. Die Stände können auch bestimmten Themen gewidmet sein, an denen die Besucher*innen interessiert sein könnten. Auch externe Organisationen können eingeladen werden, sich mit einem „Marktstand“ zu beteiligen. Während der Veranstaltung können sich die Besucher*innen an den Ständen informieren und mit den Teilnehmenden der Schulung und relevanten Akteur*innen zu sprechen.

Quiz

Ein Quiz kann genutzt werden, um auf spielerische Weise für Themen wie altersfreundliche Lebenswelten zu sensibilisieren. Bei der Umsetzung sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt: ob digital mit bereitgestellten Tablets, individuell abrufbar per QR-Code, als gemeinsam moderierte Aktivität oder in gedruckter Form. Wenn außerdem ein attraktiver Preis in Aussicht gestellt wird, kann dies genutzt werden, um für die Teilnahme an der Veranstaltung zu werben.

Nützliche Tipps:

- Bringen Sie alle Projektergebnisse in gedruckter Form und online mit, um sie mit den Teilnehmenden und den Medien zu teilen und das Feedback des Publikums zu erhalten.
- Um die Wirkung zu maximieren, sollten Sie einen oder mehrere Medienpartner für die Veranstaltung finden.
- Beziehen Sie eine öffentlich anerkannte ältere Person ein, die als Botschafter*in der öffentlichen Veranstaltung fungiert.
- Beziehen Sie auch junge Menschen bei der Abschlussveranstaltung mit ein.
- Fordern Sie die teilnehmenden politischen Entscheidungsträger*innen auf, sich mit altersgerechter digitaler Bildung zu befassen.
- Um die Gefahren im Zusammenhang mit Covid zu minimieren, sollten Sie die Möglichkeit prüfen, die Abschlussveranstaltung an einem Ort im Freien zu organisieren.
- Damit sich alle wohlfühlen, ist es

empfehlenswert, eine angemessene Verpflegung sicherzustellen.

- Eine Person sollte eigens dafür zuständig sein, das verbale Feedback des Publikums zu dokumentieren, eine weitere ausschließlich für die Dokumentation der Veranstaltung durch Fotos/Videos.
- Richten Sie eine „BtG! Teilnehmenden-Ecke“ ein: Dort können die Teilnehmenden der Projektaktivitäten mitteilen, was sie gelernt haben bzw. wie sich ihre Teilnahme am Projekt auf ihr Leben ausgewirkt hat, welche Pläne sie haben und was sie den anwesenden Entscheidungsträgern mit auf den Weg geben wollen.
- Laden Sie zu der Abschlussveranstaltung relevante Akteur*inne aus Ihrem Land ein, die auf der europäischen Plattform Active and Healthy Living in the Digital World ein gutes Praxisbeispiel beigetragen haben: <https://futurium.ec.europa.eu/en/active-and-healthy-living-digital-world/best-practices>.



Beispiele für die Präsentation der Schulungsergebnisse

Die Bridge the Gap! Schulung soll das Wissen älterer Menschen über altersfreundliche Lebenswelten erweitern und ihre digitalen Fähigkeiten verbessern, damit sie sich aktiv an der Verbesserung ihres Wohnviertels, ihres Stadtteils, ihres Bezirks oder ihrer Gemeinde betei-

gen können, indem sie moderne Informations- und Kommunikationstechnik nutzen. Da es sich um einen non-formalen Schulungskurs handelt, ist eine formale Bewertung oder die Ausstellung eines spezifischen Zertifikates nicht vorgesehen. Die Teilnahme am Kurs ist freiwillig und beruht auf der intrinsischen Motivation der Teilnehmenden. Dennoch ist es wichtig, über die Ergebnisse zu informieren und diese zu verbreiten, um mehr Personen zu erreichen, die indirekt davon profitieren und um die Fortführung der Initiative zu gewährleisten.

Im Folgenden finden Sie einige Beispiele dafür, wie die Schulungsergebnisse auf attraktive Weise präsentiert werden können, um die Aufmerksamkeit potenzieller Teilnehmender und Schulungsleiter*innen zu gewinnen.

Video "Einblicke in die Schulung"

Erstellen Sie ein kurzes Video mit einem Smartphone, basierend auf Interviewaufnahmen mit den Teilnehmenden. Ein solches Interview gibt einen guten Einblick in die Schulung und gibt den Aktivitäten einen persönlichen Anstrich.

Die Beispiele für die Leitfragen:

- Was sind die wichtigsten Dinge, die Sie bei dieser Schulung gelernt haben?
- Was von dem, was Sie gelernt haben, wollen Sie in Ihrem persönlichen Leben und in Ihrem sozialen Umfeld anwenden?
- Welche Unterstützung brauchen Sie vielleicht, um das Gelernte anzuwenden?
- Gibt es noch etwas, das Sie anmerken möchten?

Statements und Fotos

Bereiten Sie kurze Statements von Schulungsleiter*innen und Teilnehmenden mit kleinen Porträts vor und teilen Sie die Statements in sozialen Medien, auf der Website und in Blogs (vorausgesetzt die betreffenden Personen geben ihr Einverständnis).

Die Beispiele für die Leitfragen:

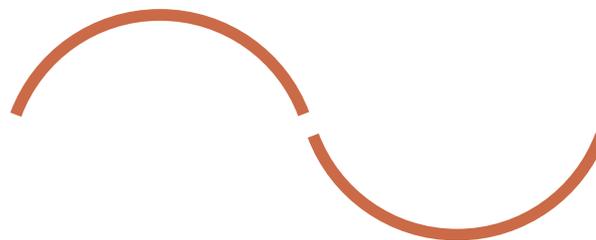
- Was hat Ihnen an den Schulungen am meisten Spaß gemacht?
- Warum haben Sie an der Schulung teilgenommen?

Audio-Interview

Manche Personen sind vielleicht nicht bereit, das Interview auf Video aufnehmen zu lassen. In diesem Fall kann ein Audio-Interview von und mit Teilnehmenden/Schulungsleiter*innen mit einem Smartphone aufgenommen werden. 2-3 Fragen können gestellt und die Antworten aufgezeichnet werden. Diese Audioaufnahmen können auf der Website, in den sozialen Medien oder in lokalen Podcasts (z.B. **Faltenrock FM**, einem österreichischen Podcast, der von älteren Erwachsenen in Wien organisiert und betrieben wird) veröffentlicht werden.

Präsentation

Bereiten Sie gemeinsam mit den Teilnehmenden eine kurze digitale Präsentation (Prezi, PowerPoint) über die Aktivitäten in Ihrem Land, sowie Eindrücke von den Schulungen in Form von Fotos und Statements, vor. Die Präsentationen können auf Online-Plattformen wie Slideshare, sozialen Medien, EPALE usw. geteilt werden.



Bibliographie

AFEDEMY et al. (2021): HANDBOOK OF THE BEST PRACTICES TO MAP BACKGROUND-LEARNING PARAMETERS. Erasmus+ Projekt Improving Guidance and Counselling in Adult Learning.

Online verfügbar unter:

https://www.afedemy.eu/wp-content/uploads/2021/06/Handbook_IGCAL_best_practices_EN.pdf

[Aufgerufen am 20.04.2022].

CAMBRIDGE DICTIONARY (2022): Social Media.

Online verfügbar unter:

<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/social-media>

[Aufgerufen am 23.02.2022].

EUROPEAN COMMISSION (2020):

eGovernment Benchmark 2020: eGovernment that works for people. 23.09.2020.

Online verfügbar unter:

<https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/egovernment-benchmark-2020-egovernment-works-people>

[Aufgerufen am 28.02.2022].

FORREST, R., & KEARNS, A. (2001): Social cohesion, social capital and the neighbourhood. *Urban Studies*, 38 (12), 2125-2143.

HANDS-ON SHAFE (2020): Compendium of good practices in the creation of smart, healthy and age-friendly environments.

Online verfügbar unter:

https://hands-on-shafe.eu/sites/default/files/hos_o1_compendium_of_good_practices_final_v01.05.pdf

[Aufgerufen am 28.02.2022].

JARRE, D., & URDANETA, E. (2016): Making choices for a society for all ages: a White Paper with recommendations for decisions makers. European Union.

k.o.s GmbH (2022): Bergwerk.

Online verfügbar unter:

<https://weitergelernt.de/wp-content/uploads/2020/11/Arbeitshilfe-BergWerk.pdf>

[Aufgerufen am 23.02.2022].

KURATORIUM DEUTSCHE ALTERSHILFE (2022): Ängste abbauen - Computertechnik betreffend. In: *Methodenkoffer. Zugänge älterer Menschen in die digitale Welt gestalten*.

Online verfügbar unter:

<https://methoden.forum-seniorenarbeit.de/2020/12/aengste-abbauen-computertechnik-betreffend/>
[Aufgerufen am 24.01.2022].

KURT, S. (2020): Kolb's Experiential Learning Theory & Learning Styles. 28.12.2020.

Online verfügbar unter:

<https://educationaltechnology.net/kolbs-experiential-learning-theory-learning-styles/>
[Aufgerufen am 28.02.2022].

MERRIAM-WEBSTER (2022): Social Media.

Online verfügbar unter:

<https://www.merriam-webster.com/dictionary/social%20media#h1>

[Aufgerufen am 23.02.2022].

QUERAUM. KULTUR UND SOZIALFORSCHUNG et al. (2018): *Sensibilisierungshandbuch für Organisationen, Vereine und Kommunen*.

Online verfügbar unter:

https://www.queraum.org/sites/default/files/downloads/Handbuch_MobilityScouts_web_de.pdf

[Aufgerufen am 28.02.2022].

SCHARLACH, A. (2017): *Aging in Context: Individual and Environmental Pathways to Aging-Friendly Communities*. The 2015 Matthew A. Pollack Award Lecture The Gerontologist, Volume 57, Issue 4, August 2017, Seite 606-618,

Online verfügbar unter:

<https://doi.org/10.1093/geront/gnx017>
[Aufgerufen am 02.05.2020].

SCHARLACH, A., & LEHNING, A. (2016): *Creating Aging-Friendly Communities*. Oxford University Press.

ENIORS INITIATIVE CENTER KAUNAS et al. (2019): Compendium of Good Practices of Advocacy in Age-Friendly Environments. Online verfügbar unter: https://afe-activists.eu/wp-content/uploads/2019/09/IO1_Compendium_of_good_practices_EN_final.pdf [Aufgerufen am 28.02.2022].

SENIORS INITIATIVE CENTER KAUNAS et al. (2020): Age-Friendly Environments Activists. Ältere Menschen als Fürsprecher*innen für eine altersfreundliche Lebenswelt – Ein Erfahrungsbericht. Online verfügbar unter: https://afe-activists.eu/wp-content/uploads/2020/11/AFE_Experience_Handbook_DE.pdf [Aufgerufen am 28.02.2022].

SHAFE (2020): Stakeholders Network Position Paper. Online verfügbar unter: <https://en.caritascoimbra.pt/wp-content/uploads/sites/3/2020/10/SHAFE-Position-Paper-011020.pdf> [Aufgerufen am 28.02.2022].

SINEK, S. (2020): The Golden Circle Presentation. Online verfügbar unter: <https://simonsinek.com/commit/the-golden-circle> [Aufgerufen am 28.02.2022].

STRATEGIES (2022): Jigsaw. Online Verfügbar unter: <https://strategiesforspecialinterventions.weebly.com/jigsaw1.html> [Aufgerufen am 24. Januar 2022].

TYLER M. et al. (2020): Motivation matters: Older adults and information communication technologies. Studies in the Education of Adults, Volume 52, März 2020. Online verfügbar unter: https://www.researchgate.net/publication/339629226_Motivation_matters_Older_adults_and_information_communication_technologies/citation/download [Aufgerufen am 28.02.2022].

UNESCO (2018): Digital skills critical for jobs and social inclusion. Online verfügbar unter: <https://en.unesco.org/news/digital-skills-critical-jobs-and-social-inclusion> [Aufgerufen am 05.05.2021].

WEMPEN, F. (2014): Internet for Dummies. Online verfügbar unter: Internet-Grundlagen - Dummies [Aufgerufen am 23.02.2022].

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2007). Global Age-friendly Cities: A Guide. Online verfügbar unter: https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf [Aufgerufen am 02.05.2020].

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2017): Age-friendly environments in Europe. A handbook of domains for policy action. Online verfügbar unter: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/334251/9789289052887-eng.pdf> [Aufgerufen am 28.02.2022].

Copyright (c) 2022 Bridge the Gap! Konsortium

Diese Veröffentlichung lizenziert unter einer **Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0** (CC BY-SA 4.0) International Lizenz.

