

*(Diese Präsentation ist nur für den persönlichen
Gebrauch und nicht zur Veröffentlichung freigegeben.)*

Technikunterstützte Spaziergruppen
– gemeinsam das Quartier erkunden

FORUM SENIORENARBEIT NRW

13. April 2021, 16.00 bis 17.00 Uhr

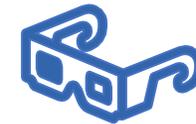


Themen und Ziele für heute

1. Vorstellung eines Beispiels aus dem Methodenkoffer



2. Apps und Anwendungsbeispiele aus der Praxis



3. Ideen und Anregungen für die eigene Umsetzung



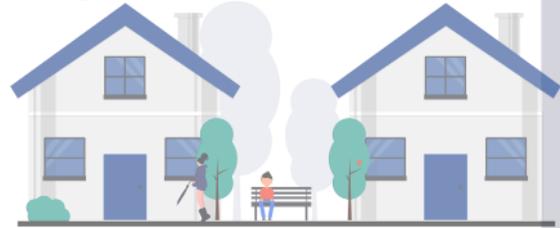
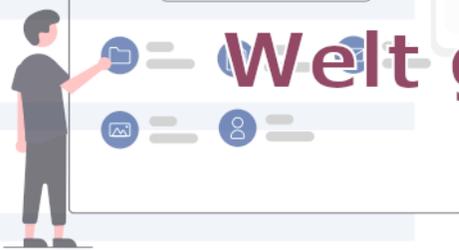
4. Ihre Ideen und Fragen / Zeit zum Austauschen





Methodenkoffer

Zugänge älterer
Menschen in die digitale
Welt gestalten



Warum ein Methodenkoffer?

Das Konzept

- **Thema:** „Wie können wir älteren Menschen den **Einstieg in die digitale Welt** erleichtern?“
- **Ziel:** **Einfache Beispiele zeigen und kreative Impulse** vermitteln, wie Angebote für ältere Menschen gestaltet werden können
- **Zielgruppe:** **haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter*innen** in Verbänden, Kommunen, Organisationen und Initiativen

Warum ein Methodenkoffer?

Das Konzept

- **Berücksichtigte Gesichtspunkte:**

- Integration in den **Regelbetrieb bestehender Strukturen**
- **Lernen im Alter** (Relevanz der Themenwahl für den Alltag, sozialer Austausch, Schnelle Lernerfolge)
- **Rolle der Helfenden** (häufig geringe Ressourcen, Großteil ehrenamtlich organisiert, motivationssteigernde Faktoren für Ehrenamtliche)
- Begleitung von bürgerschaftlichem Engagement in Technikprojekten

- **Umgang mit dem Methodenkoffer**

- Miteinander Lernen
- Kreative Ideen und Impulse **erhalten** und
- eigene Erfahrungen, Abwandlungen, Materialien und bekannte Projekte **teilen (Mitmachen!)**



Die Methode



Technikunterstützte Spaziergruppen –
gemeinsam das Quartier erkunden

Technikunterstützte Spaziergruppen

Spaziergruppen sind eine beliebte Möglichkeit, um Teilhabe im Quartier zu fördern. Dieses niedrighschwellige Angebot fördert Bewegung, Gesundheit und den persönlichen Austausch zwischen Menschen. Es bietet sich an, bei einer regelmäßigen stattfindenden Spaziergruppe den Teilnehmenden auch Nutzung digitaler Technik näher zu bringen und kontextnah in die Aktion einzubauen.

Schlagworte: Gruppen-Angebot, Spaziergang, Geo-Caching, Google Maps, Schrittzähler, Quartier erschließen



Anleitung / Schritte

Innerhalb einer Spaziergruppe von älteren Menschen, die sich regelmäßig für gemeinsame Spaziergänge trifft, besteht in den meisten Fällen bereits ein guter Austausch und Interesse daran, neue Fähigkeiten zu erlernen. Dies ist eine gute Voraussetzung, um den älteren Menschen hierbei auch digitale Techniken näher zu bringen.

Möglicher Ablauf:

Während eines Spaziergangs in der Gruppe werden von den ehrenamtlichen Betreuenden Tablets oder Smartphones zur Verfügung gestellt.

Über Karten-Programme wird die Umgebung dargestellt und die Möglichkeit erläutert, den Spazierweg vorher betrachten zu können, die Entfernung zu messen, mögliche Barrieren zu entdecken oder sich Fotos der Strecke vorher anzusehen.

Auch weitere Optionen, wie Schrittzähler, Apps mit Bewegungsübungen oder Ähnliches können vorgestellt werden.

Die älteren Menschen bekommen die Möglichkeit, die Geräte selbst auszuprobieren und die Funktionen zu testen. Es können auch kleinere Aufgaben gestellt werden:

1. Folgen Sie dem Weg, der auf dem Tablet dargestellt ist.
2. Wählen Sie eine Übung aus der App aus und führen Sie diese mit den anderen Teilnehmenden durch.
3. Suchen Sie im Internet Informationen zu dem Denkmal, vor dem Sie stehen.
4. Schauen Sie auf der Schrittzähler- App nach, wie viele Schritte/Kilometer Sie heute gemeinsam gelaufen sind.

Digitale Geräte werden so spielerisch eingebunden. Der Spaß an dem Nutzen wird gesteigert und Ängste können ohne Druck abgebaut werden.

Weitere Hinweise

Ziel und Zielgruppe:

Teilnehmende von Spaziergruppen

Anzahl der Teilnehmenden:

-

Zeit / Dauer:

1 - 2 Stunden

Benötigte Materialien:

Entsprechende Technik

Räumliche Voraussetzungen:

Geeignete Wegstrecke

Digitale Quartiersbegehung ...und so viel mehr!

- **interaktive Handy-Rallye**, ähnlich der klassischen Schnitzeljagd oder dem Geocaching → u.a. digitale Lernreisen/ Lernerlebnisse
- **Gesundheitsförderung**: z.B. Schrittzähler
- (digital) Erkunden & Lernen /**interaktive Lernerlebnisse** (Online-Karten)
- Navigationsgerät: **Smartphone/ Tablet**
- Einsatzorte: Stadt, Land, Natur, Indoor, Outdoor
- Alleine oder gemeinsam, miteinander oder gegeneinander, intergenerativ
- **Gamification**: beliebigen Inhalten werden spielerische Elemente hinzugefügt (+ Feedback durch direkte Punktevergabe bzw. richtig/falsch Angabe)
- **digitale Anwendung**: relativ niedrigschwellig, wenige digitale Kenntnisse notwendig

App - Vorschläge



Technikunterstützte Spaziergruppen –
gemeinsam das Quartier erkunden

App-Vorschlag #1

Actionbound

[Link zu der Webseite Actionbound](#)

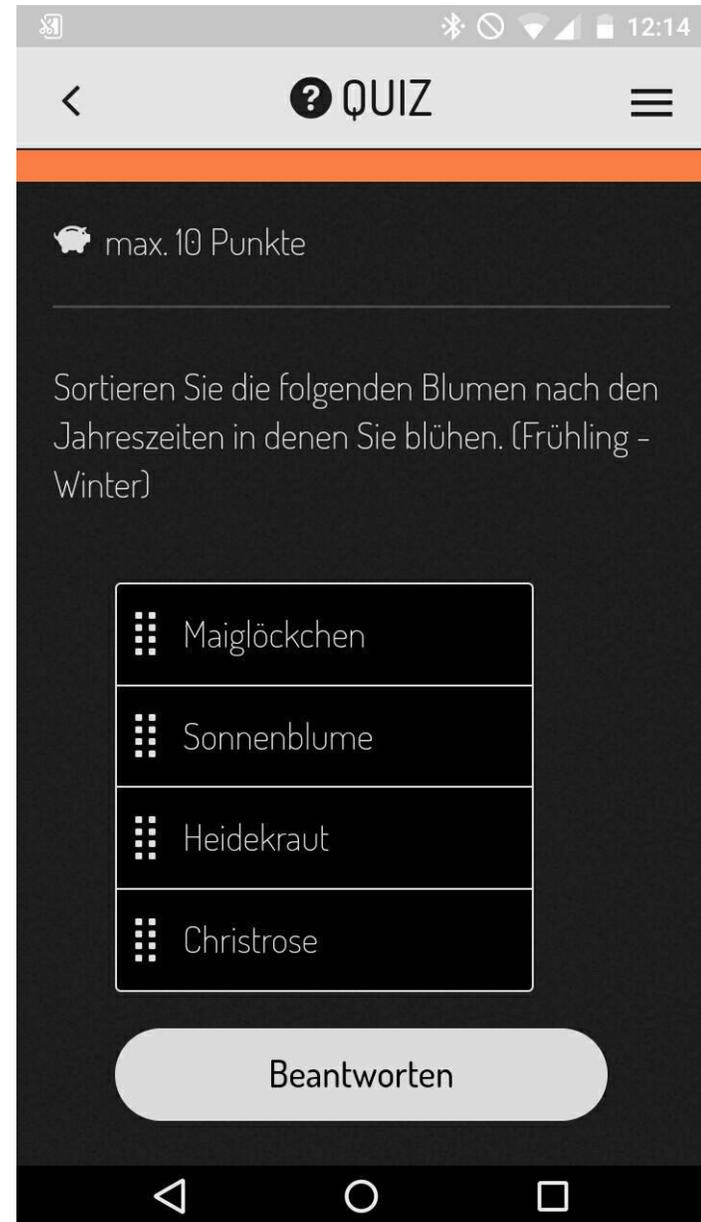
Dialogveranstaltung FSA 2019: Digitale Sozialraumerkundungen mit der App Actionbound

Einsatzmöglichkeiten der App:

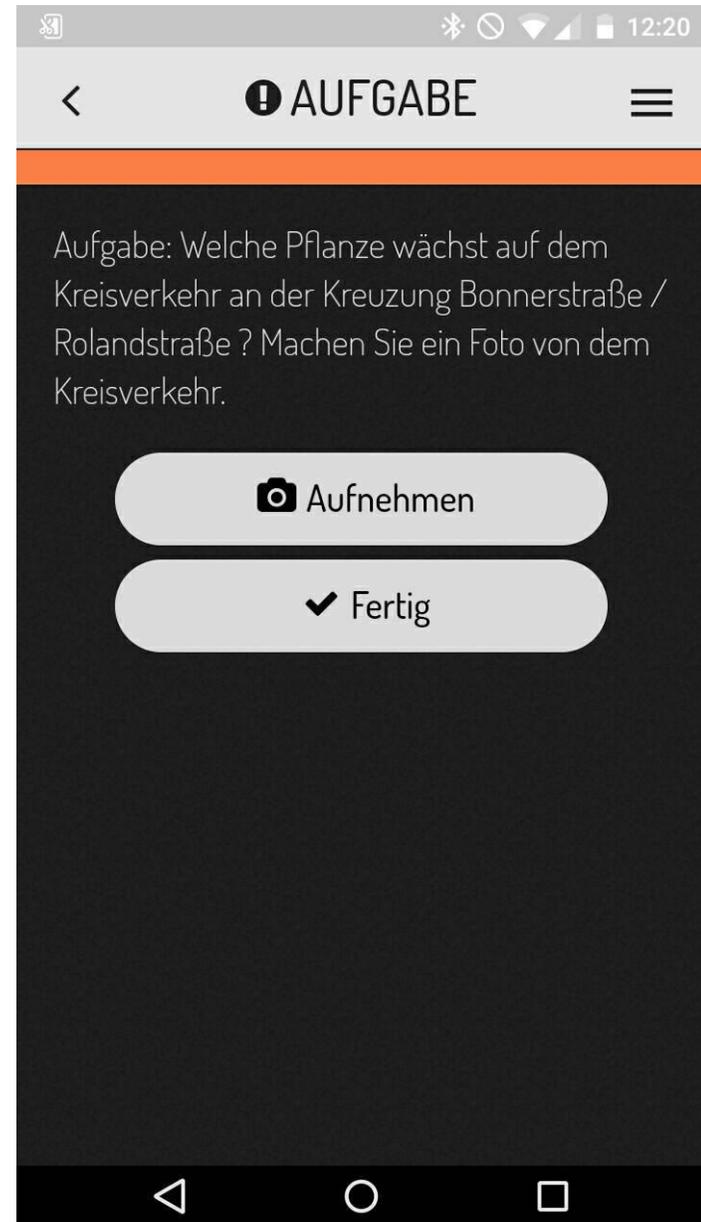
- Zeitzeugen / Geschichte des Ortes erzählen
- Wissenswertes über den Stadtteil
- Die schönsten Plätze (Generationenabhängig)
- Nachbarschaft für Neuankömmlinge. (Informationen, Orientierungen)
- Sitzmöglichkeiten anzeigen
- Gefahrenzonen und Barrieren lokalisieren



Dialogveranstaltung FSA 2019: Digitale Sozialraumerkundungen mit Actionbound



Dialogveranstaltung FSA 2019: Digitale Sozialraumerkundungen mit Actionbound



Digitale Reise um die Welt

Ein Quiz zum Weltseniorentag von „Digital mobil im Alter“

A Digitale Reise um die Welt 2.0
von Digital mobil im Alter - Team

★★★★☆



Digitale Reise um die Welt - ein Quiz zum Weltseniorentag von "Digital mobil im Alter" - ein Gemeinschaftsprojekt der Stiftung Digitale Chancen und Telefónica O2

🏆 Bound-Challenge erstellen

ℹ️ Start-Anleitung

Scanne diesen Code mit der [Actionbound-App](#), um den Bound zu starten.

- 🕒 ca. 30 Minuten
- 📏 ca. 80000 Kilometer
- 👤 Einzel-Bound

12:33

< INFO ☰

New York



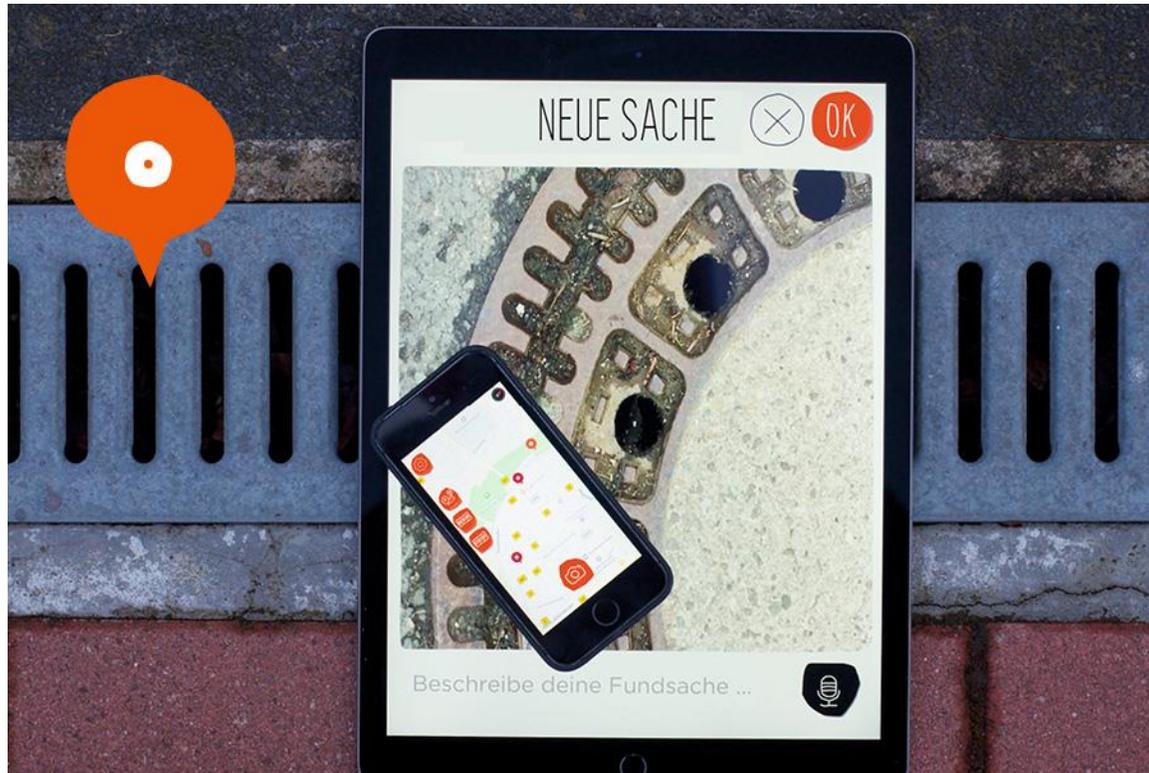
CC0 by Pexels

Wir sind gelandet!

Herzlich Willkommen in New York, der Stadt, die niemals schläft!

Weiter

App-Vorschlag #2

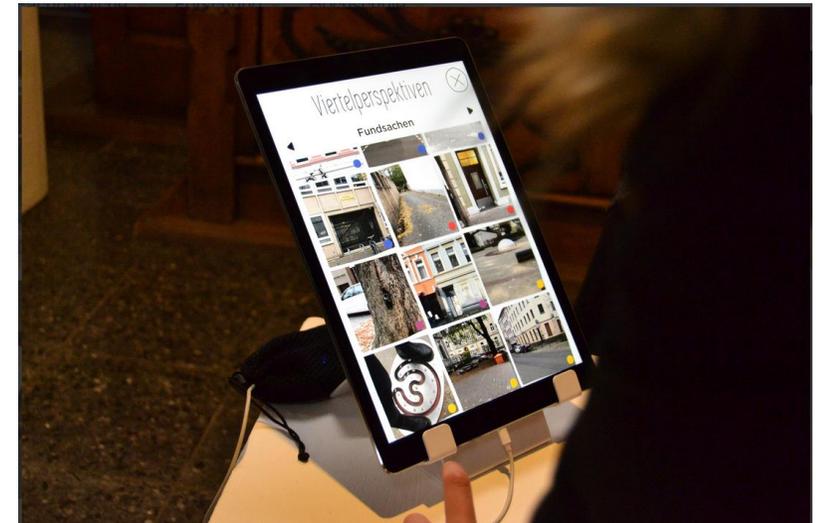


[Link zu der Webseite #stadtsache](#)

Projekt "Viertelperspektiven" (#stadtsache / HS-Niederrhein)

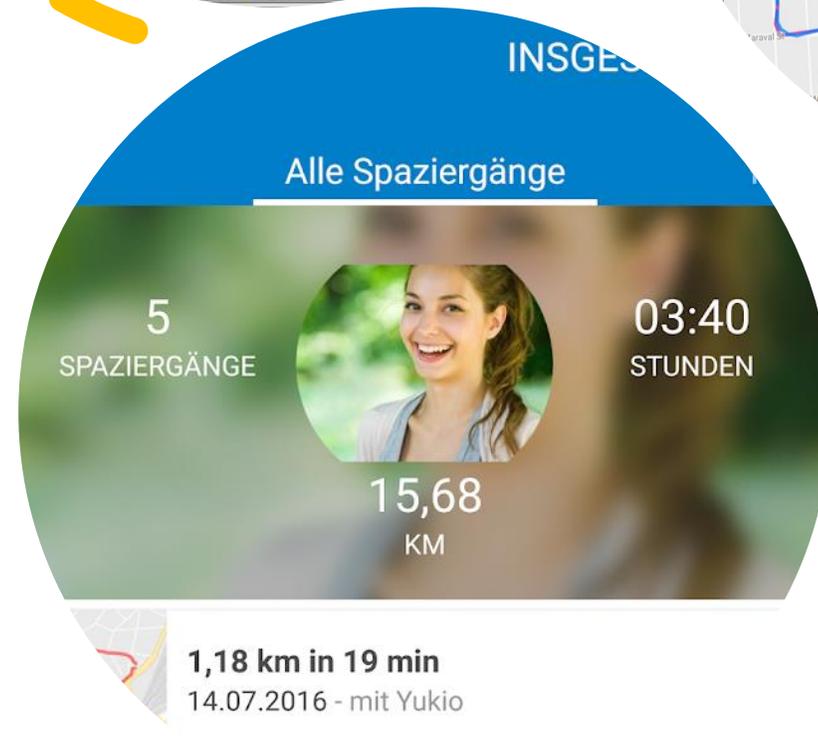
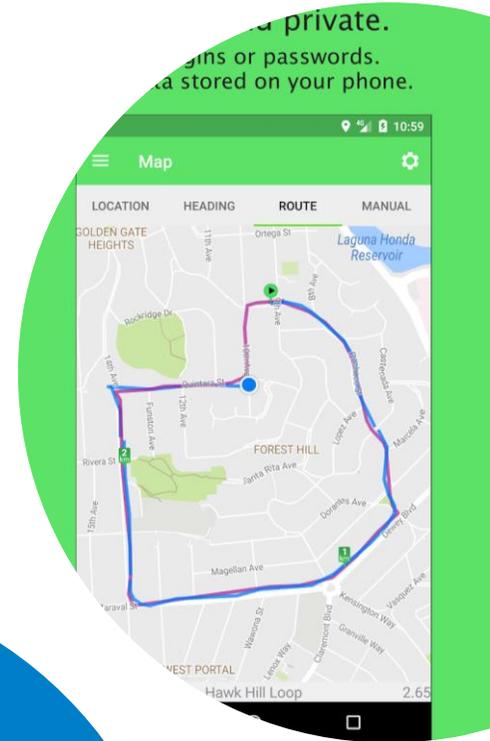
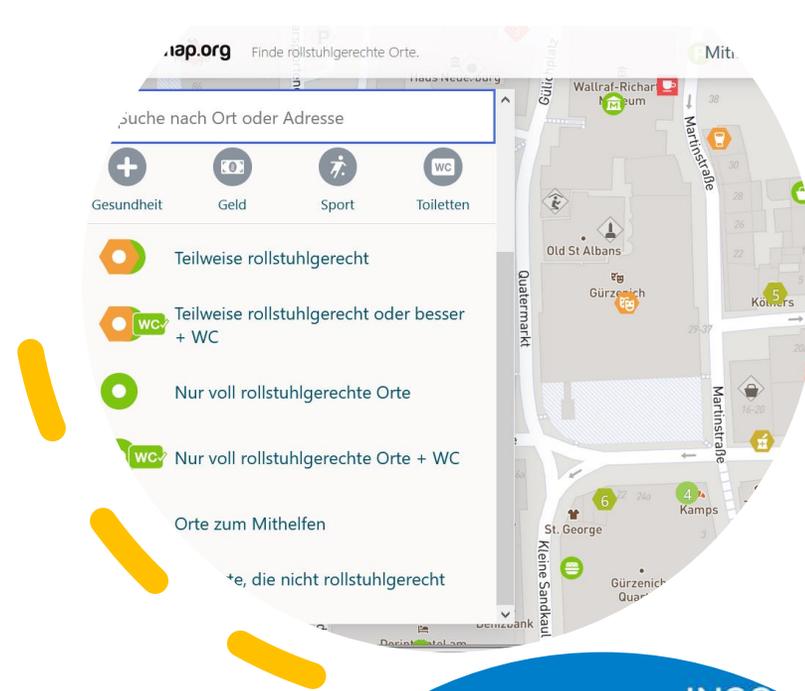
Einsatzmöglichkeiten der App:

- Intergenerative Projekte möglich
- Bürgerforschung zu Identifikation mit Stadtraum & Nachbarschaft
- Verbindung von Themen Quartier und digitaler Technik
- Auswertung digital und/oder Analog (Ausstellungen/ Fotowände)



Sonstige App-Vorschläge & weitere digitale Möglichkeiten

- Hindernisse für Rollstuhlfahrende: Wheelmap.org
- Audio-Rundgänge: Lauschtour
- Streckenaufzeichnung: Dogwalk
- Streckenaufzeichnung: Walkmeter
- Straßennamen nachschlagen: Suchmaschinen & Wikipedia



Ideen und Anregungen für die eigene Umsetzung

Technikunterstützte Spaziergruppen –
gemeinsam das Quartier erkunden



Arbeiten mit einem Beispiel

Wie setzen wir die Grundsätze des Methodenkoffers um?



- **Wie integrieren wir das neue Angebot in unseren Regelbetrieb?**
Neues Angebot einer bestehenden Gruppe, im Namen und im Programm der Begegnungsorte, am schwarzen Brett, in der Messenger-Gruppe, im Newsletter des Verbandes, persönliche Ansprache der Teilnehmenden, Leitung unterstützt
- **Wie realisieren wir die Aspekte "Lernen im Alter"?**
Am eigenen Smartphone, Lernziel Apps installieren und bedienen, Spaziergang/draußen, miteinander
- **Welche Rolle nehmen die Ehrenamtlichen ein?**
Planung und Durchführung, Bewerbung, technische Begleitung vor und während des Spaziergangs, preiswerte Durchführung
- **Wie werden die Angebote begleitet?**
Leitung moderiert erstes Vorbereitungstreffen, sammelt Bedarfe und hilft bei der Bewerbung in hausinternen Medien, organisiert Nachbesprechung

Arbeiten mit einem Beispiel

Erste Konkretisierung in Stichworten

Name des Angebots:

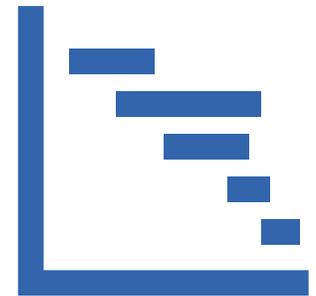
Früher und Heute – Mein Quartier im Wandel der Zeit

- **Wer?** Seniorenbüro Unterhausen
- **Wann?** Juni - September
- **Wo?** Unterhausen, Treffpunkt Alte Eiche, 15 Uhr
- **Was?** Wir treffen uns „An der Alten Eiche“ mit den Interessierten und ...
- **Wie?** Mehrere Treffen, die aufeinander aufbauen.



Beispielhafte Meilensteinplanung

- 06/21 Erstes Treffen der Gruppe und Aufbau einer Skizze für die Planung
- 06/21 Recherche, welche Apps gibt es zum Thema und was muss beachtet werden?
- 07/21 Auswahl einer App
- 07/21 Zweites Treffen der Gruppe: Üben mit der App und Fragen sammeln und im Nachgang klären
- 08/21 Beginn der Öffentlichkeitsarbeit
- 08/21 Durchführung des Spaziergangs
- 09/21 Nachbesprechung, Feedback und Überlegungen im Anschluss
- 09/21 ggf. Präsentation, Online-Beitrag oder Ausstellung



Fragen an die Gruppe

Fragen an die Gruppe:

1. Gibt es Verständnisfragen?
2. Wie würde das Beispiel bei Ihnen aussehen?
3. Welche Probleme tauchen bei Ihnen im Kopf auf?
4. Wo benötigen Sie Hilfe?



Arbeiten mit einem Beispiel

Zur weiteren Konkretisierung und Planung Eures Angebots haben wir auf der Website ein kleinschrittigeres Arbeitsblatt zur Verfügung gestellt.

methoden.forum-seniorenarbeit.de/methoden/herunterladen/

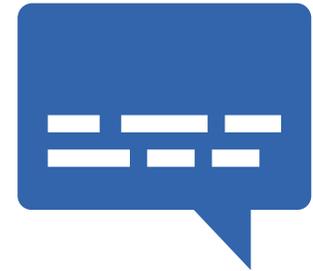


Weitere Diskussion, Fragen und Hilfen

Wir bieten Ihnen zur weiteren Arbeit an, Ihre Fragen, Eindrücke und Anregungen auf der Website des Methodenkoffers zu diskutieren.

TIPP:

- Nutzen Sie als Namen einen Spitznamen.
- Ihre E-Mailadresse wird niemals öffentlich.
- In einem harmlosen Cookie werden Ihre Eingaben gespeichert, so dass Sie diese nicht jedes Mal eintippen müssen.
- Lassen Sie sich per E-Mail über nachfolgende Kommentare informieren (Double-Opt-In, Austragung in jeder Mail möglich).



Weitere Angebote

weitere offene Videotreffs zu einzelnen Methoden



20. Mai 2021, 16:00 - 17:00

Technik verstehen lernen - Fremdworte und Anglizismen

Weitere Veranstaltungen:

www.forum-seniorenarbeit.de

FRAGEN UND ANREGUNGEN?

VIELEN DANK FÜR DIE MITWIRKUNG!



Paula Manthey, Forum Seniorenarbeit NRW

info@forum-seniorenarbeit.de

www.forum-seniorenarbeit.de

Quellen

BILDQUELLEN

- Illustrationen Methodenkoffer: <https://undraw.co/>
- Bilder und Logos Actionbound: <https://de.actionbound.com>
- Fotos Actionbound Forum Seniorenarbeit: <https://forum-seniorenarbeit.de/2019/11/rueckblick-dialogveranstaltung-sozialraum-digital-1/?highlight=actionbound>
- Quiz zum Weltseniorentag / digital Mobil im Alter: <https://actionbound.com/bound/-raetselreise-um-die-welt>
- Bilder und Logos #stadtsache: <https://www.stadtsache.de>
- Fotos Hochschule Niederrhein: <https://www.hs-niederrhein.de/design/designkrefeldnews/designkrefeldnews-26>
- Screenshot Wheelmap: Wheelmap.org
- Bild Streckenaufzeichnung
Dogwalk: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.tractive.android.walk&hl=de&gl=US>
- Bild Streckenaufzeichnung Walkmeter : <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.abvio.meter.walk>