

## **PM Rheuma, Smartphone, Tablet & Co für Menschen ab 65 + wie geht das?**

Immer öfter liegen Tablet und Smartphone in den Händen älterer Menschen. Sei es als Gesprächsangebot der erwachsenen Kinder, die den liebevollen Dialog mit den Eltern aufrechterhalten möchten oder sei es, dass ältere Menschen mit der Zeit gehen möchten und den Umgang mit den Mini-PCs erlernen wollen.

Die Rheuma-Liga Bremen und der Verein Ambulante Versorgungsbrücken gehen ab sofort neue Wege. Im Oktober 2016 startet die Kooperation der beiden Verbände, um gezielt der Generation 65 plus den Umgang mit den neuen Medien zu erleichtern.

Ab 15.09.2016 können sich die Mitglieder der Rheumaliga, die der Generation 65 plus, der Generation Lebenserfahrung angehören, in der Geschäftsstelle der Rheuma-Liga – Bremen zu Einführungsseminaren anmelden. Für den Anfang sind erst einmal drei Veranstaltungen geplant. Die Seminare finden ab 06. 10.2015 in den Räumen der Ambulanten Versorgungsbrücken in der Humboldtstr. 126 statt.

Die Veranstaltungen dauern jeweils drei Stunden. Nach einer 45-minütigen Einführungsphase sind 15 Minuten Pause vorgesehen. Danach folgt eine zweistündige Praxisphase. Dadurch kann ein möglichst bedarfsorientierter Ablauf garantiert werden. Digital-vital werden eventuell vorhandene "Schwellenängste" im kleinen Kreis abgebaut.

Manfred Adryan, der Vorsitzende der Rheuma-Liga, ist davon überzeugt, dass sich mit dem Einsatz der neuen Medien auch präventive Gesundheitsaspekte verknüpfen lassen.

Auch manche Angebote der Rheuma-Liga lassen sich dann besser nutzen, wenn man sie im Apps-Store herunterladen kann. "Das Thema Rheuma ist sehr komplex und kann als ein Beispiel dafür gelten, wie umfangreich die Gesundheit durch den Einsatz neuer Medien gestärkt werden kann.

„Smartphone und Tablet verstehen sich heute als praktische Alltagsbegleiter“, betont Elsbeth Rütten.

"Wenn Kinder ihren Eltern ein Smartphone oder ein Tablet schenken, kommt dies einer modernen Liebeserklärung gleich." Die Generationen wollen miteinander im Gespräch bleiben. Die Seminare nehmen die Scheu vor der digitalen Welt. Die Geräte gehören inzwischen immer öfter zum Selbstverständnis älterer Menschen.

Dies bestätigt auch eine groß angelegte Studie, die das "Institut für würdevolles Altern" in Auftrag gegeben hatte. Die Wissenschaftler gehen davon aus, dass 70% der deutschen Senioren mindestens einmal pro Woche E-Mails versenden, fast die Hälfte (48 %) praktiziert Online-Banking. Fast jeder Dritte (30 %) nutzt soziale Netzwerke, wie Facebook oder Twitter. Die Studie wird vom Großkonzern Korian finanziert, der in Deutschland, Italien, Frankreich und Belgien Seniorenheime, Rehasentren und Pflegedienste betreibt. Die Gesellschaftsforscher wollten wissen, ob und wie sich die Lebensweise der Senioren gegenüber früheren Generationen verändert hat.

Manfred Adryan und Elsbeth Rütten, die selbst der Generation Lebenserfahrung angehören, können dies nur bestätigen. Im Leben der beiden sind Smartphone und Tablet aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken.

Ab 15.09.2016 starten die Senioren der Bremer Rheuma-Liga digital durch.

14.09.2016