

Das Alter wird digital: Gute technische Strukturen können Senioren unterstützen

Eines ist selbstverständlich: Technische bzw. digitale Strukturen müssen vor allem dazu dienen, Menschen zusammenzubringen, und nicht dazu, menschliche Interaktion zu ersetzen. Im Folgenden werden Wünsche und Bedarfe älterer Menschen an den Möglichkeiten der Digitalisierung gespiegelt und zwei wegweisende Modellvorhaben vorgestellt.

Innerhalb der großen Heterogenität der Gruppe der Senioren gibt es doch eine Vielzahl von Gemeinsamkeiten. Es handelt sich um eine Gruppe, die älter wird als früher, länger gesund ist, das Berufsleben abgeschlossen hat und das Leben aktiv gestalten, teilhaben und sich in großen Teilen gesellschaftlich engagieren möchte – und das auch, wenn die ersten Einschränkungen auftreten. Das heißt, Angebote sollen auch dann noch wahrgenommen werden können, wenn physische oder kognitive Verschlechterungen auftreten. Zudem sind Senioren eine Gruppe, die stark wächst. Landkreise, Städte und Gemeinden sind darum zunehmend gefordert, auch die Möglichkeiten der Digitalisierung zu nutzen. Aber wie bei allen Zielgruppen müssen sich auch bei Senioren die digitalen Angebote nach deren Wünschen und Bedarfen richten. Die Generali Altersstudie fragte 2017 Menschen zwischen 65 und 85 Jahren, was ihre Wünsche für die Zukunft sind.

„Ich möchte gesund sein und bleiben.“

Gesundheit ist das Kernthema für ältere Menschen; es dominiert ihre Selbstbestimmung, Wünsche und Zukunftspläne. Das gesunde Leben betrifft somit nicht allein die medizinische Gesundheit, vielmehr ist die

Von Angelika Frederking, Dr. Julian Stubbe und Christine Weiß, Berlin

gefühlte Vitalität ein wesentlicher Faktor, ob Menschen Vertrauen in ihre eigene körperliche und geistige Leistungsfähigkeit haben und sich zutrauen, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Das Umfeld bestimmt oft, ob sich Menschen sicher und selbstbewusst fühlen, es übernimmt Versorgungsleistungen und hält Ansprechpersonen bereit, die im Fall der Fälle helfen können. Die Digitalisierung bietet vielfältige Chancen für das gesunde Leben, aber das Thema bietet auch, im umgekehrten Sinne, Chancen für die Digitalisierung. Digitale Anwendungen können die medizinische Selbstbestimmung fördern, z. B. in Form von einfach zu bedienenden Monitoring-Anwendungen, und die Koordination und Abstimmung von Pflegeleistungen, seien diese privater oder professioneller Natur, vereinfachen. Beides sind zentrale Aspekte des Erhalts der Gesundheit im Alter. Durch die hohe Bedeutung des Themas für ältere Menschen bieten Gesundheitsanwendungen im Gegenzug auch die Möglichkeit, dass die generelle Relevanz der Digitalisierung zu einem Thema für ältere Menschen wird und Einzug in ihr Bewusstsein hält. Der Mehrwert, der durch die Anwendung digitaler Technologie zur Förderung eines gesunden Lebens entsteht, ist für ältere Menschen klar ersichtlich oder zumindest ist die Relevanz dieses Themas für sie nachvollziehbar. Über das Thema „Gesundes Leben“ kann auf diese Weise die Offenheit gegenüber digitaler Technologie im Allgemeinen und die Aneignung von Technikkompetenz gefördert werden.

„Ich möchte meine Wohnung nach eigenen Wünschen gestalten.“

Ältere Menschen wünschen sich, solange es geht, in ihrer Wohnung zu bleiben – digitale Anwendungen können helfen diesen Wunsch zu erfüllen. Ein möglichst langer Verbleib in der eigenen Wohnung ist nicht allein ein verständlicher subjektiver Wunsch, sondern auch ein gesellschaftliches Ziel, das im Hinblick auf die demografische Entwicklung sinnvoll ist. Die Sicherheit älterer Menschen zu verbessern, ist neben der ambulanten Versorgung mit Pflegedienstleistungen zentrale Voraussetzung, dieses Ziel zu erreichen. Technische Assistenzsysteme wie Hausnotrufsysteme gehören bereits zu den gängigen Nachrüstungen, die eine Wohnung seniorengerechter machen und den Verbleib in der eigenen Wohnung fördern. Die „mitdenkende Wohnung“ kann durch den Einsatz von Sensorik und digitaler Programmierung Gefahrenquellen wie Herd oder Heizung, ohne das aktive Eingreifen der älteren Person, steuern und ausschalten. Dadurch ergeben sich neue Möglichkeiten zur Gewährleistung der Sicherheit in den eigenen vier Wänden und Potenziale für die gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen, denn sie können selbstbestimmt über ihre Wohnsituation entscheiden. Die Finanzierung dieser smarten Assistenztechnologie ist jedoch eine wichtige Herausforderung, bei deren Bewältigung Krankenkassen und private Versicherungsträger Verantwortung und Offenheit gegenüber Innovationen zeigen müssen.

„Ich möchte Nähe trotz räumlicher Distanz erleben.“

Digitalisierung ist nicht die Verlagerung des Sozialen in einen Cyberspace, der aus entkoppelten, entwurzelten und anonymen Beziehungsgeflechten besteht. Digitalisierung betrifft viel häufiger lokale Beziehungen, die über digitale Kommunikationsformen aufgebaut, erhalten oder bestärkt werden. Digitale Anwendungen können helfen, gewachsene soziale Strukturen zu erhalten, regional verstreuten Familien einen Austausch zu ermöglichen und ein gemeinschaftliches Lebensgefühl im Quartier zu unterstützen. Der kompetente Umgang mit Medienangeboten ist in diesem Kontext besonders wichtig. Älteren Menschen den Umgang mit Apps wie Facebook oder WhatsApp näherzubringen, ist überaus relevant, denn es wirkt einem isolierten Kommunikationsraum für Ältere ent-



Senioren nutzen zunehmend digitale Möglichkeiten.

Foto: vectorfusionart / Fotolia

Modellvorhaben „Dorfcommunity 2.0“

Der demografische Wandel stellt den ländlichen Raum vor besondere Herausforderungen. Die medizinische und soziale Versorgung von insbesondere älteren Menschen kann immer schwieriger sichergestellt werden, oft müssen weite Wege zum Arzt und zur nächsten Einkaufsmöglichkeit zurückgelegt werden.



Digitalisierung unterstützt eine gewachsene Gemeinschaft.

Foto: Franz Frieling, Gesundheitsregion EUREGIO e.V.

Im Modellvorhaben „Dorfcommunity 2.0 – Das Alter im ländlichen Raum hat Zukunft“ wird deshalb in der Region „Grafschaft Bentheim/Südliches Emsland“ ein gesundheitsbezogenes Versorgungskonzept entwickelt. Als vier zentrale Bausteine sollen ein virtueller Dorfmarktplatz, ein Dorfladen, eine rollende Praxis und die digitalisierte Pflege modellhaft umgesetzt werden. Mit dem virtuellen Dorfmarktplatz wird eine zentrale digitale Plattform geschaffen, über die verschiedene Dienste aus dem Bereich der sozialen, medizinischen und logistischen Versorgung gebucht werden können. Diese können aber auch über einen Dorfladen in Ohne bzw. über Satellitenstützpunkte in den einzelnen Pilotgemeinden persönlich in Anspruch genommen werden. Das Modellvorhaben „Dorfcommunity 2.0“ wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung im Rahmen des Demografiewettbewerbs „Innovationen für Kommunen und Regionen im demografischen Wandel (InnovaKomm)“ mit einer Laufzeit von 2015 bis 2020 gefördert. Konsortialpartner sind:

- Koordinator: Gesundheitsregion EUREGIO e.V. in Nordhorn, *Thomas Nerlinger*,
- Praxispartner: EUREGIO-KLINIK Grafschaft Bentheim Holding GmbH in Nordhorn, LEBENSHILFE Nordhorn gGmbH, Bentheimer Eisenbahn AG;
- Technikpartner: ENO telecom GmbH, I.T. Out GmbH, optadata.com GmbH,
- Forschungspartner: Universität Osnabrück, Hochschule Osnabrück.

Ergänzt wird das Konsortium durch zahlreiche assoziierte Partner aus der Region, die über die Gesundheitsregion EUREGIO e.V. eingebunden sind.

gegen. Über solche Medien kommunizieren Menschen generations- und kulturübergreifend. Auch wenn der Aufbau von heterogenen sozialen Kontakten im Cyberspace schwierig bleibt, so verfestigt sich die digitale Trennung der Generation nicht schon aufgrund des gewählten Mediums. Der Aufbau von WhatsApp-Gruppen, Facebook-Events etc. ist dementsprechend eine niederschwellige Möglichkeit, ältere Menschen in den digitalen Sozialraum zu integrieren.

„Ich möchte Barrieren überwinden.“

Barrierefreiheit wird gesellschaftlich gefordert, ist aber noch lange nicht selbstverständlich – weder im öffentlichen noch im digitalen Raum. Vielfach sind es kleine und technisch einfach umzusetzende Gestaltungsregeln wie eine geeignete Schriftgröße oder die Strukturierung von Text mit klar erkennbaren Aussagen, die eine breitere Teilhabe an Online-Diskursen unter älteren Menschen erleichtern würden. In diesem

Kontext sind bewusstseinsfördernde Aktionen und Programme wie z. B. von der Stiftung Digitale Chancen wesentlicher Bestandteil für eine verbesserte Zugänglichkeit zur öffentlichen Meinungsbildung. Neben der Notwendigkeit, digitale Medien altersgerecht zu gestalten, bietet die Digitalisierung viele Chancen pro-aktiv bestehende Barrieren zu überwinden. Apps können bspw. die Nutzung des öffentlichen Raums für ältere Menschen vereinfachen, indem sie helfen, öffentliche Toiletten zu finden. Mobilitätseinschränkungen können durch robotische Leit- und Führungssysteme, intelligente Rollatoren oder anpassbare Stadtoobjekte wie Ampeln und Sitzbänke mittels digitaler Mittel überwunden werden. Auch sensorische Einschränkungen werden von digitalen Technologien adressiert: individuelle Beleuchtung, Orientierungsunterstützung oder Lesehilfe, können das Leben mit Seheinschränkungen erleichtern; und individuelle Klanganpassung am Telefon oder Fernseher oder neueste Hörgeräte können Höreinschränkungen technisch ausgleichen. Darüber hinaus können individuelle Benutzeroberflächen, kultursensible Interfaces oder Übersetzungsagenten Sprachbarrieren für ältere Migranten gleichermaßen mindern.

„Ich möchte kompetent agieren.“

Senioren wollen Akteure der Digitalisierung werden. Technikseksis und -angst sind ernste Themen, die ältere Menschen beschäftigen, aber sie dominieren nicht ihre Einstellung gegenüber technischer Assistenz und digitaler Kommunikation. Ältere Menschen sind wesentlich offener und neugieriger, als gemeinhin angenommen, und sie wollen aktiver Teil einer digitalen Gesellschaft sein. Dabei sind das Selberleben und Selbergestalten zentrale Motivatoren, welche die Einstellungen älterer Menschen gegenüber Technik positiv beeinflussen. Technikkompetenz sollte somit als aktives Erlebnis vermittelt werden, das älteren Menschen Ängste nimmt und den Spaß an technischen Möglichkeiten näher bringt. Diese vermeintlich weichen Faktoren beeinflussen die Aneignung einer Technik erheblich und sind Voraussetzung dafür, dass ältere Menschen zu kompetenten und mündigen digitalen Akteuren werden.

Fazit: Demografiefeste Landkreise sollten gute digitale Strukturen für Senioren bieten

Ältere Menschen wünschen sich eine aktive Rolle. Laut forsa-Umfrage haben 77 % der Menschen über 65 Jahre das Gefühl, von der Gesellschaft noch gebraucht zu werden (Körper-Stiftung 2012). Und: 79 % der Befragten über 65 stimmen der Aussage zu, dass ältere Menschen sich prinzi-

piell ehrenamtlich engagieren sollten, doch nur 46 % sind tatsächlich selbst aktiv. Darüber hinaus äußerte mit 27 % eine beträchtliche Gruppe von Senioren, dass sie eigentlich den Wunsch haben, sich im Alter ehrenamtlich zu engagieren. Die Sorgen und das Engagement sind dabei einkommensabhängig: Mit steigendem Einkommen sinken die Sorgen vor dem Alter und altersbedingten körperlichen Einschränkungen und Hilfsbedürftigkeit, das ehrenamtliche Engagement nimmt mit dem Einkommen dagegen zu.

• Beispiel „Zeitguthaben-Datenbanken“

Zeitguthaben-Datenbanken oder Zeitvorsorge sind Modelle, über die sich Bürger für andere Bürger engagieren können, unabhängig vom eigenen Einkommen. Der Engagementwunsch des einen wird mit dem Hilfebedarf des anderen zusammengebracht. Über eine digitale Datenbank werden die geleisteten oder in Anspruch genommenen Stunden auf Zeitkonten gebucht. So können Zeitguthaben angespart werden. Mit diesem Stundenguthaben kann man sich wiederum bei Bedarf von anderen helfen lassen. Für unbezahlte Hilfen, z. B. die Unterstützung beim Einkaufen, Vorlesen, die Begleitung beim Spaziergang, Hilfestellungen beim Schriftverkehr und bei Behördengängen oder Reparaturen, werden geleistete Stunden des Helfenden auf einem Zeitkonto angespart und die Leistungen überhaupt erst vermittelt.

• Beispiel „Senioren-Technik-Botschafter“

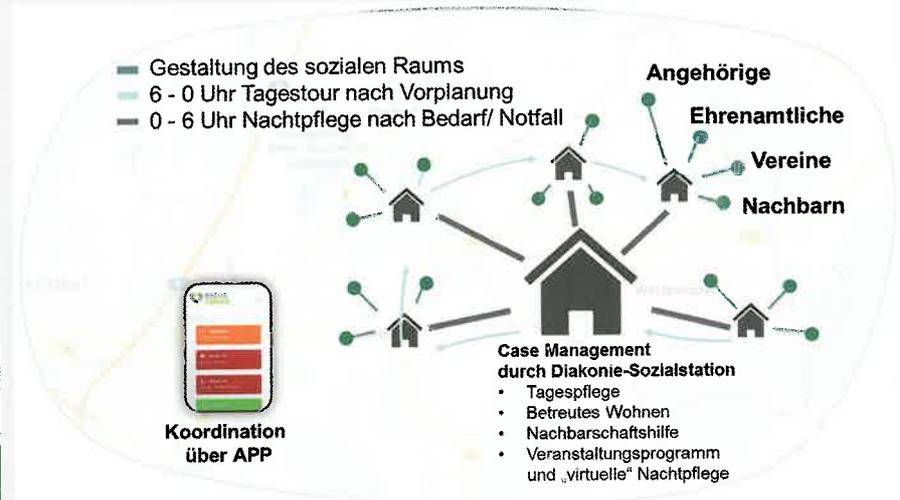
Good-Practice-Beispiele wie Senioren-Technik-Botschafter oder technikorientierte Seniorenvereine zeigen, dass Angebote zur Verbesserung gesellschaftlicher Teilhabe für ältere Menschen angenommen werden. Ziel solcher Initiativen ist es, älteren Menschen den Zugang zu neuen Informations- und Kommunikationstechnologien zu erleichtern. Dabei sind niedrigschwellige und praxisorientierte Ansätze gefragt, die auch hochaltrige Menschen erreichen. Die Stärkung derartiger Ansätze ist ein wichtiger Baustein zum Empowerment und Kompetenzaufbau derer, die nicht mehr allein dafür Sorge tragen können; sie sind Voraussetzung für Datensouveränität, Meinungsbildung und Teilhabe in einer demokratischen digitalen Gesellschaft.

• Beispiel „Quartiersvernetzung“

Die Vernetzung auf Quartiersebene, die Schaffung neuer Nachbarschaften in den Vierteln oder Gemeinden, ist ein wichtiger Weg, um Strukturen zu bilden, die so tragfähig sind, dass sie im Bedarfsfall dem Einzelnen Unterstützung bieten, ergänzend zu den professionellen Angeboten auf lokaler Ebene. In die Vernetzung sollten

Modellvorhaben „Walzbachtaler Modell“

Ausgangspunkt des Projektes war die Suche nach einer kostenneutralen professionellen Alternative für den Einsatz ausländischer 24h-Pflegekräfte, die Menschen mit umfassendem Unterstützungsbedarf einen Verbleib in der eigenen Häuslichkeit zu vergleichbaren Kosten einer stationären Unterbringung ermöglicht.



Bürger-Profi-Technik-Mix für eine Rund-um-die-Uhr-Versorgung.

Foto: Zentrum für Telemedizin Bad Kissingen, escos automation

Herzstück des zu erprobenden Alternativangebots zur „Rund um die Uhr Betreuung“ ist ein durch die Sozialstation verantwortetes Case Management, das Angebote lokaler Gruppen (z. B. Nachbarschaftshilfe, Vereine) mit den Ressourcen von Angehörigen, Nachbarn und professionellen Dienstleistungen (z. B. Tagespflege, hauswirtschaftliche Hilfen, Pflege- und Betreuungsleistungen) zusammenbringt. Unterstützt werden diese Prozesse durch den – auf Wunsch des Betroffenen – Einsatz innovativer Technologien (z. B. Sensor-Monitoring-Systeme zur Sturzerkennung und -prävention), die kritische Situationen in der Häuslichkeit erkennen und rund um die Uhr passgenaue Hilfe über eine Smartphone-App organisieren. Ziel ist es, mit dem Modell die vorhandenen Strukturen um den Wohnbereich herum zu stärken, Technik in der Wohnung sinnvoll einzubinden und anhand eines persönlichen Budgets die Tages- und Nachtpflege bedarfsorientiert abzubilden. Das Projekt wurde im Rahmen des Innovationsprogramms Pflege des Landes Baden-Württemberg mit einer Laufzeit von 2014 bis 2016 gefördert. Konsortialpartner waren:

- Koordinator: Evangelische Kirchengemeinde Leopoldshafen, Dr. André Kendel;
- Krankenkasse: AOK Mittlerer Oberrhein;
- Praxispartner: Sozialstationen Stutensee, Walzbachtal und Weingarten, Sozialdezernent des Landkreises;
- Technikpartner: Zentrums für Telemedizin Bad Kissingen, escos automation GmbH;
- Forschungspartner: Evangelische Hochschule Freiburg, FZI Forschungszentrum Informatik.

alle relevanten Akteure des Quartiers eingebunden sein: die Bürger, gemeinnützige Organisationen, kommunale Stellen, die lokale Wirtschaft und die politischen Vertreter.

Digitalisierung muss nicht als eine von außen diktierte Veränderung verstanden werden, sondern dass sie Optionen bereit hält, mit denen Menschen ihr privates und soziales Leben gestalten können, wenn sie die nötige Unterstützung erhalten. Die Gestaltung der Digitalisierung muss diese Neugier fördern, sie darf nicht allein klein-

teilige Probleme lösen, sondern sie muss souveräne digitale Akteure hervorbringen, die kompetent die Vielfalt digitaler Technologien nutzen, um selbstbestimmt am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. □

Angelika Frederking, Dr. Julian Stubbe und Christine Weiß, Institut für Innovation und Technik (iit) in der VDI/VDE-IT, Berlin