

Gemeinsam mit den Generationen 60+

# vielfALT



## Informatik auf den Punkt gebracht!

**LERNEN** Unser Alltag wird immer mehr von der Informatik bestimmt. Und die gute Nachricht ist, dass die neuen digitalen Werkzeuge leichter zugänglich sind. Ein guter Grund, es zu versuchen und zwar ohne weitere Verzögerung.

Es ist unmöglich, sich dem zu entziehen. Rechnungen bezahlen, Auskünfte einholen, die Öffnungszeiten bestimmter Einrichtungen oder Institutionen abfragen, Zugtickets, Ausflüge oder Restaurants buchen - alles läuft heute über die Informatik. Eine Welt, die manchen noch Angst macht. Ein Treffen mit Marianne Sierro, einer Computeranfängerin, und Antoine Genoud, der sie in die digitalen Werkzeuge eingeführt hat.

### **Marianne Sierro, früher war der Informatikbereich für Sie eine unbekannte Welt?**

Im Rahmen meiner Arbeit habe ich den Computer ein wenig genutzt, aber nur für ein bestimmtes Programm. Mir fehlten die Grundlagen. Was ich wusste, hatte ich mir selbst beigebracht. Ich merkte bald, dass das nicht ausreichte, und ich schwor mir, mich nach meiner Pensionierung für einen Kurs anzumelden. Ich muss zugeben, dass ich lange ... zögerte, bevor ich es wirklich tat.



«Hier gehen wir unser eigenes Tempo. Die Atmosphäre ist freundlich und wohlwollend.»

Marianne Sierro

Es ist ein bisschen beängstigend, «wieder in die Schule zu gehen», zwei Stunden vor einem Bildschirm zu sitzen...

### **Auf welche Schwierigkeiten sind Sie im Alltag ohne Computerkennntnisse gestossen?**

Immer mehr Briefe kommen per E-Mail. Ich beherrschte diesen Bereich überhaupt nicht. Ich konnte nicht mit Word umgehen, um einen Brief richtig zu schreiben. Ich konnte keine Screenshots machen, geschweige denn Bilder einfügen. Heute, da die rosafarbenen Einzahlungsscheine abgeschafft wurden, muss man sich auf die Zahlung per Internet einstellen.

### **Was hat Sie dazu bewogen, einen Kurs zu belegen?**

Eine meiner Nichten hat mich ermutigt, mich für einen Kurs anzumelden, und jetzt, wo ich den ersten Teil abgeschlossen habe, bin ich sehr zufrieden. Hier gehen wir in unserem eigenen Tempo. Die Atmosphäre ist freundlich und wohlwollend. Man traut sich, Fragen zu stellen.

### **Was hat sich nach der Teilnahme an einem Anfängerkurs konkret für Sie geändert?**

Seit ich an dem Kurs teilgenommen habe, denke ich, dass Informatik gar nicht so kompliziert ist. Viele Bereiche sind leichter zu erlernen, als ich dachte. Sobald ich meinen Computer öffne, fühle ich mich viel wohler! Ich weiss, was Icons bedeuten, ich kann einen USB-Stick benutzen und habe das Vokabular gelernt, das man im Computerbereich verwendet.

### **Wie geht es jetzt weiter?**

Zu Hause übe ich regelmässig. Dieser Kurs hat mir Lust auf

mehr gemacht. Solange man etwas nicht kennt, verzichtet man darauf. Jedoch später fragt man sich, wie man es früher gemacht hat. Man muss sich darauf einlassen, sonst isoliert man sich und verschliesst sich.

### **3 Fragen an Antoine Genoud, Ingenieur für Industriemanagement, 80 Jahre, Informatikkursleiter bei Pro Senectute**

#### **Antoine Genoud, welches Profil haben Ihre Kursbesucher?**

Ich biete zwei Arten von Unterricht an. Der erste richtet sich an Personen, die noch nie mit einem Computer in Berührung gekommen sind. In diesem Kurs sind in der Regel etwas mehr Frauen als Männer. Vielleicht weil sie weniger zaghaft sind und weniger Angst davor haben, ihre Schwäche zuzugeben.

Der zweite ist ideal für Menschen, die einen Computer haben, sich aber ein wenig verloren fühlen und die digitalen Möglichkeiten besser beherrschen wollen. Hier treffen junge Rentner auf ältere Menschen, vom ehemaligen Gemeindevorstand bis zur Hausfrau, vom Berufsmusiker bis zur Telefonistin - es ist ein bisschen ein Spiegelbild unserer Seniorenengesellschaft. Ihre Herkunft variiert von Sion und Umgebung bis Crans-Montana und von Hérémence bis Verségères.



«Zögern Sie nicht! Selbst wenn Sie keine Kenntnisse haben.»

Antoine Genoud

präsidenten bis zur Hausfrau, vom Berufsmusiker bis zur Telefonistin - es ist ein bisschen ein Spiegelbild unserer Seniorenengesellschaft. Ihre Herkunft variiert von Sion und Umgebung bis Crans-Montana und von Hérémence bis Verségères.

### **Welche Botschaften sollen Menschen erhalten, die sich nicht trauen, die Informatik zu erlernen?**

Das erste, was ich ihnen sagen möchte, ist: Zögern Sie nicht! Selbst wenn Sie keine Kenntnisse haben, wenn Sie nicht wissen, was eine Maus oder eine Tastatur ist, kommen Sie! Der Umgang mit digitalen Mitteln wird schrittweise erlernt. Es gibt keine Prüfungen. Man wird nicht beurteilt und muss nichts beweisen. Es ist eine Gelegenheit, neue Leute kennenzulernen und in guter Stimmung zu lernen.

Ausserdem macht es so viel Spass, Dinge zu entdecken, die man vorher noch nicht kannte! Der Computer kann Ihnen bei vielen Dingen helfen. Schauen Sie mich an: Als meine Frau starb, musste ich mich ans Kochen machen. Ich hatte keine Ahnung, wie man kocht, und habe mir alles auf YouTube angeeignet und kam ziemlich schnell gut zurecht.

### **Haben Sie noch einen letzten Tipp?**

Setzen Sie sich das Ziel, sich gleich zu Beginn des neuen Schuljahres für einen Kurs anzumelden. Denken Sie an die Freiheit, die Ihnen die Beherrschung digitaler Werkzeuge bringen kann: eine E-Mail schreiben, online bezahlen, die Öffnungszeiten von Geschäften abfragen, ein Zugbillet kaufen, sich vor einer Reise informieren, Musik oder Lieder wiederfinden, die Ihnen lieb sind, usw.

Es gibt verschiedene Arten von Kursen. Erkundigen Sie sich in Ihrer Umgebung, manche Gemeinden oder Vereine organisieren auch solche Kurse. (FM)

«Es ist sehr seltsam, auf einem Computer zu schreiben. Es ist, als würde man Wasser schnitzen»

Jean Echenoz



## JULIEN DUBUIS

Präsident von

Pro Senectute Valais-Wallis

### **Zwischen Hürde und Fortschritt**

Die Jugend googelt, liked und twintet! Hineingeboren ins Zeitalter 4.0, wo das digitale Wissen zur Grundausstattung gehört. Computer, Tablets, Smartphones und Smartwatches sind allerdings nicht nur der jüngeren Generation vorenthalten! Die digitale Kluft hat sich, gemäss den Ergebnissen der Studie «Digitale Senioren 2020» von Pro Senectute Schweiz, auf die 80-Jährigen verlagert. Viele Senioren haben verstanden, dass die Affinität zu den neuen Medien gleichbedeutend mit Autonomie und Unabhängigkeit ist.

Gerade die vergangene Pandemie hat gezeigt, wie wichtig Austauschplattformen und digitale Hilfsmittel sind. Immer mehr Menschen teilen über soziale Netzwerke Fotos und Erlebnisse mit ihrer Familie und ihren Freunden. Die neuen Medien verbinden uns, sei es im Bekanntenkreis, über grosse Distanzen oder zwischen Generationen.

Digitale Geräte bieten uns nicht nur stundenlange Unterhaltung. Für viele Dinge des täglichen Lebens sind sie schlichtweg unverzichtbar. Etwa bei Zahlungen, Steuererklärungen oder öffentlichen Verkehrsmitteln. Ältere Menschen, die vor diesen technischen Hürden zurückschrecken und keine digitalen Medien nutzen, sind heute glücklicherweise in der Minderzahl, dürfen aber nicht vergessen werden!

Finden wir Wege, damit diese Menschen den digitalen Anschluss nicht verpassen! Ein Mittelweg zwischen Akzeptanz und Fortschritt. Die einstigen Kommunikationsformen in Vergessenheit geraten zu lassen, wäre schade, denn persönliche Gespräche oder ein handgeschriebener Brief sind oftmals sympathischer als eine kurze WhatsApp. Versuchen wir also, die traditionellen Medien zu akzeptieren und zu bewahren, ohne den digitalen Fortschritt zu verpassen!

### **Julien Dubuis**

Präsident von Pro Senectute Valais-Wallis

ZEITGESCHEHEN

## 10 Projekte für und mit den Generationen 60+ gefördert

Im Anschluss an die Projektausschreibung vom Juni 2022 wurden der Kantonalen Koordination zugunsten der Generationen 60+ 23 Projekte übermittlelt.

Die zehn unterstützten Projekte veranschaulichen das Engagement der Generationen 60+, aber auch dasjenige der Gemeinden und der Vereinswelt. Der Innovationsgrad der Projekte, ihre Relevanz für die aktuellen Bedürfnisse oder ihr generationenübergreifender Charakter wurden hervorgehoben. Einige Projekte wurden ausgehend von den Bedürfnissen, Wünschen oder Forderungen der Generation 60+ selbst konzipiert.

Projektliste:

[www.vs.ch/de/web/sas/projekte60plus](http://www.vs.ch/de/web/sas/projekte60plus)

### **Kampagne zu Gewalt im Alter**

Jedes Jahr sind in der Schweiz mehr als 300 000 Menschen über 60 Jahre von Gewalt betroffen. Aus Scham oder Angst vor den Folgen holen sich nur wenige von ihnen Hilfe. Diese nationale Kampagne soll die Betroffenen ermutigen, über das Thema zu sprechen und Hilfe zu holen. Sie richtet sich sowohl an Opfer als auch an Angehörige, Nachbarn, Kollegen sowie an Zeugen.

Nationales Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt: 0848 00 13 13 (Normaltarif)  
<http://alterohnegewalt.ch>

PARTNER



DGSK Dienststelle  
für Sozialwesen



Walliser Verband  
der Rentner

PRO  
SENECTUTE  
GEMEINSAM STÄRKER