

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 74 (2003)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Obwohl es im Alter mehr Zeit braucht, Neues zu lernen, sind Betagte begeisterte Internetnutzer : im Altersheim mit Bits und Bites durch ferne Länder und zur Familie reisen

**Autor:** Gruber, Simone  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804791>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Obwohl es im Alter mehr Zeit braucht, Neues zu lernen, sind Betagte begeisterte Internetnutzer

## Im Altersheim mit Bits und Bites durch ferne Länder und zur Familie reisen

**Das Internet ist ein weltweites Computer-Netzwerk, in dem Millionen von Computern miteinander verbunden sind. Damit wird Regierungen, Firmen, Schulen und Privathaushalten die Möglichkeit zu globaler Kommunikation geboten. Aber auch in Alters- und Pflegeheimen hat das Internet Einzug gehalten. Zwei Möglichkeiten werden hier vorgestellt.**

Das Alterszentrum Hottingen in Zürich hat Anfang Jahr zwei Internet Stationen für seine Pensionäre eingerichtet. Mit 240 Bewohnerinnen und Bewohnern in drei Altersheimen, 28 Alterswohnungen, drei Pflegestationen und einer Kinderkrippe ist es das grösste Alterszentrum im Kanton Zürich.

Es braucht im Alter etwas mehr Zeit, um neue Dinge zu lernen. Aber sich mit dem Unbekannten auseinander zu setzen, regt an und ist geistiges Fitness-Training. Und es ist erstaunlich, welche Fertigkeiten Betagte entwickeln, wenn die ersten Ängste verschwunden sind, besonders wenn eine fachkundige Person für Instruktionen zur Verfügung steht. Das Gefühl dabei zu sein, entwickelt ein neues Selbstwertgefühl und eröffnet im Alter neue Dimensionen. Das Internet wird für Senioren zu einem Fenster zur weiten Welt. Im beruflichen und privaten Bereich gehört das Internet zum Alltag. Die Angebote haben sich den Bedürfnissen

der Benutzer angepasst und sind bedienerfreundlich geworden. Es ist also nicht verwunderlich, dass auch ältere Menschen das Internet nutzen. Diesem Wunsch hat das Alterszentrum Hottingen entsprochen und zwei Internetstationen im Foyer installiert. Die Senioren haben sich mit Offenheit und Begeisterung mit dem Medium auseinandergesetzt. Viele haben eine eigene E-Mail-Adresse und kommunizieren mit Selbstverständlichkeit und Freude.

In kurzer Zeit wurden die Internetplätze zu einem Ort der Begegnung. Es werden Erfahrungen ausgetauscht und Tipps und Tricks weitergegeben. Die Betagten diskutieren die letzten News aus den Familien. Die Internetstationen werden auch zum Reise- oder Auskunftsbüro, zur Bibliothek oder zum Lexikon, zur Infostelle für Börsenkurse oder Wetterprognosen. Freiwillige Helfer unterstützen die Senioren bei der Internetbenützung. Hilfreich ist auch eine Bedienungsanleitung für die Internet-Stationen, die die Leitung des Alterszentrums zusammengestellt hat. Einfach, klar und professionell gibt die Broschüre Auskunft über alle wichtigen Fragen. Die Senioren machen vor, wie man mit einem Medium sinnvoll umgeht und wie das Internet nicht zur Isolation sondern zur Kommunikation führen kann.

### Infrastruktur und Kosten

Die zwei Internetstationen bestehen aus zwei PCs Pentium 4 mit je einem



Dabeisein, besonders wenn eine fachkundige Person für Instruktionen zur Verfügung steht.

19 Zoll-TFT-Flachbildmonitor und einem HP Deskjet-Farb-Tintenstrahldrucker mit Netzwerkanschluss. Beide PCs sind mit dem zentralen Server verbunden und stehen 24 Stunden am Tag online bereit. Sie sind mit Schriftart und Maus-Einstellungen «sehr gross» eingestellt und sind nur für den Internetzugang konfiguriert. Die Anlage ist mit einem Firewall Watchguard Soho und mit Norman Virus Control mit automatischem Updating geschützt.

Die Benützung der zwei Internetstationen ist für die Bewohner und Bewohnerinnen und zu bestimmten Tageszeiten auch für Mitarbeitende kostenlos.

### Weitere Infos:

André Werner, Zentrumsleiter  
Alterszentrum Hottingen, Zürich  
[www.alterszentrum-hottingen.ch](http://www.alterszentrum-hottingen.ch)



Funktionen werden durch Bildschirmberührung ausgelöst.

### Ein Touch-Screen Terminal namens Pinguin

Im Gegensatz zu einer herkömmlichen PC Lösung hat in einigen Schweizer Heimen ein Konzept aus Österreich Einzug gehalten. Es basiert auf einer zielgruppengerechten Entwicklung von Hard- und Softwarelösungen sowie Inhalten, um Betagte gezielt zu fördern, fordern und aktivieren. Im Mittelpunkt der Entwicklung steht ein Netzwerk, mit dem sich Nachrichten und Bilder ohne jedes Computerwissen von jedem internettauglichen PC empfangen beziehungsweise verschicken lassen.

Passend dazu entwickelt wurde ein Touch-Screen-Terminal namens PINGUIN, der speziell auf die Bedürfnisse von Senioren zugeschnitten ist. Alle Funktionen werden durch Bildschirmberührung ausgelöst, die

schwierige Bedienung mit der Maus fällt weg. Eine extragroße Tastatur erleichtert das Schreiben. Mit speziellen Funktionen wie direkte Schriftgrösseneinstellung am Bildschirm, Texte vorlesen lassen über Kopfhörer oder Lautsprecher und einer Lautstärkeregelung direkt über den Bildschirm, wird der Pinguin allen Anforderungen von älteren Menschen gerecht. Zusätzlich kann man «nichts kaputt» machen. Die Gestaltung ist ergonomisch auf ermüdungsfreies Arbeiten, auch vom Rollstuhl aus ausgerichtet.

Die Bewohner und Bewohnerinnen können selbstständig oder mit Betreuung durch Pflegepersonal oder Angehörige gezielt ihre Ressourcen fördern. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Mit dem Pinguin können sie den Sprung in die PC-Welt der Kinder und Enkel machen und sich mit ihnen unterhalten, wie die moderne Zeit es erfordert und gewohnt ist.

Eine Berührung des Bildschirms genügt, und das Netzwerk übermittelt aktuelle *Tages-Nachrichten*, wichtige *Termine* – und *Botschaften (E-Mails)*, die Familienmitglieder von ihrem PC aus über die Homepage der Entwicklungsfirma verschicken. Sogar spezielle *Spiele*, mit denen das Gedächtnis trainiert werden kann, bietet das Portal an. Alle Inhalte werden laufend den Bedürfnissen angepasst. Das gestärkte Selbstbewusstsein und die Aktivierung durch Erfolgserlebnisse, hebt das Selbstwertgefühl und fördert eine positive Stimmung in der Betreuung. Hauptbestandteil des Konzeptes sind

**Gedächtnistraining** mit gezielten Übungen und spielerischer Abwechslung. **Realitätsorientierung** mit Themen aus dem Leben. **Beziehungspflege** mit Angehörigen, Freunden und Betreuenden. **Erinnerungsarbeit** mit Hilfe alter Fotos.

Die Software, das Plejaden.net, basiert auf Erkenntnissen von Experten aus der Altersbetreuung und dem Gedächtnistraining. Es werden **Spiele** geboten, die Erfolgserlebnisse garantieren (auch in höheren Pflegestufen, bzw. Demenz). Es gibt eine **Nachrichten-Redaktion** die gezielt Inhalte für die SeniorInnen recherchiert und einfach verfasst. Die Redaktion verfasst jedem angemeldeten Nutzer täglich einen Brief. Es gibt einen **Kalender** und ein **Fotoalbum** das vielseitig eingesetzt wird (Angehörige schicken Fotos, alte Aufnahmen führen zu Erinnerungen, etc.). Und es gibt ein einfach zu bedienendes **Postfach**, wo man elektronische Briefe schreiben (Emails) und mit der integrierten Web-Cam Fotos direkt schiessen und anhängen kann. Bei Fragen gibt Arndt Wagner von der Firma Tenovis gerne Auskunft und vermittelt Kontaktadressen von Heimleitungen in der Schweiz, die den Pinguin eingeführt haben.

Tenovis GmbH  
Ifangstr. 1, 8952 Schlieren 01 738 72 72  
E-Mail: [amdt.wagner@tenovis.ch](mailto:amdt.wagner@tenovis.ch)  
Homepage: <http://www.tenovis.ch>

Texte: Simone Gruber