

Jürgen Gläser

## Senioren und behinderte Menschen am PC

### Die Selbsthilfegruppen

Senioren und Menschen mit Behinderungen sind oft an den häuslichen Bereich gebunden und können deshalb nur noch eingeschränkt am aktiven Leben in der Öffentlichkeit teilnehmen. Umso wichtiger ist es, diesen Menschen einen Raum zu öffnen, der ihnen neue Möglichkeiten eröffnet und Perspektiven für die Zukunft aufzeigt.

### Gründung

Im Jahr 2003 gründeten sich in Berlin sowie im Raum Nürnberg/Fürth/Erlangen Selbsthilfegruppen, die das Ziel verfolgen, Kenntnisse am Computer zu gewinnen und zu erweitern. Hervorgegangen sind die Selbsthilfegruppen aus dem ehemals mit Bundesmitteln geförderten Projekt Behinderte Senioren und Computer BeSeCo. Dieser Name ist Programm. Es ist in erster Linie ein soziales Vorhaben für Menschen mit Behinderungen sowie für Seniorinnen und Senioren, die in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind. Die Beschäftigung mit dem Computer führt zu einer nachweisbaren Erweiterung der körperlichen und geistigen Funktionen. Große Erfolge werden auch bei der Überwindung von Einsamkeit und Isolation erreicht.

### Das Projekt

Träger des Projektes BeSeCo ist der JAHRESRINGE Gesamtverband e.V. Durch die Unterstützung des Gesamtverbandes werden der Selbsthilfegruppe die Räumlichkeiten und die erforderliche Technik zur Verfügung gestellt. In Berlin besteht die Selbsthilfegruppe aus 13 Mitgliedern, die zum Teil an den Rollstuhl gefesselt sind. Trotzdem ist es gelungen, innerhalb der Gruppe ein reges Miteinander zu entfalten, das über die Beschäftigung mit dem Computer hinausgeht.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich regelmäßig einmal im Monat, um gemeinsam interessierende Themen zu besprechen.

### Inhalte

Der Umfang der Themen reicht von Fragen zur Gesundheitsreform bis zu Hinweisen beim Einrichten des Computers. Ein Schulungsplan enthält Themen, die monatlich vertieft werden. Dazu bereitet sich ein Gruppenmitglied vor oder es wird ein Gastdozent gewonnen. Die Themen entsprechen den Bedürfnissen der Senioren und Menschen mit Behinderungen. So wird großer Wert auf das Erlernen der Grundlagen am Computer sowie die Einführung in das Internet und die elektronische Post gelegt. Wichtig ist auch der direkte Austausch der Mitglieder, wenn Probleme bei der Nutzung des Computers auftreten. Außerdem werden Kenntnisse beim Schreiben, kreativen Gestalten von Glückwunschkarten und

Fotos gewonnen. .

Wir hoffen Sie neugierig gemacht zu haben, denn wir möchten die gewonnenen Erfahrungen an interessierte Senioren und Menschen mit Behinderungen weiter geben.

Information über unsere Selbsthilfegruppen und die Tätigkeit des JAHRESRINGE Gesamtverbandes finden Sie unten. Wir freuen uns auf Ihre Post.

### **Kontakt**

JAHRESRINGE Gesamtverband e.V.

Boxhagener Str. 18

10245 ? Berlin

[www.jahresringe-ev.de](http://www.jahresringe-ev.de)

Sie erreichen uns auch per Email unter:

[gesellschaft@jahresringe-ev.de](mailto:gesellschaft@jahresringe-ev.de)