

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 86 (2015)  
**Heft:** 6: Männer in der Pflege : Vorurteile, Klischees und neue Rollenbilder

**Artikel:** Der Computer und das Smartphone können auch Senioren das Leben erleichtern : Digital durchs Alter  
**Autor:** Tremp, Urs  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804590>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.02.2026

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

## Der Computer und das Smartphone können auch Senioren das Leben erleichtern

# Digital durchs Alter

Immer mehr ältere und alte Menschen nutzen moderne Kommunikations- und Informations-technologien – auch wenn sie vielen suspekt sind. Das Internet kann die Selbstständigkeit und das Sicherheitsgefühl älterer Menschen erhöhen. Soziale Kontakte aber ersetzt es nicht.

Von Urs Tremp

Wenn es um Sprachlifting geht, sind die PR- und Werbebüros sehr einfallsreich. Die Computer- und Smartphone-Anbieter nennen die älteren und alten Internet-User nicht einfach ältere und alte Internet-User, sondern Silver Surfers. Gemeint sind Menschen, die den 60. Geburtstag zwar schon hinter sich haben, sich aber trotzdem und ganz selbstverständlich im Internet bewegen. Silver Surfer – der schöne Begriff soll dazu einladen, sich trotz fortgeschrittenem Alter auf die modernen Informations- und Kommunikationstechnologien einzulassen.

Im Alter können Fähigkeiten verloren gehen, die man für ein Smartphone braucht. Wollen das die älteren und alten Menschen überhaupt? Und wenn ja, wie? Mit den Silver Surfers oder, wie sie auch

genannt werden, Online-Senioren beschäftigt sich regelmässig die Altersstiftung Pro Senectute. Nicht nur, dass die Stiftung Internet-Kurse anbietet für ältere Menschen. Sie lässt auch regelmässig untersuchen, wie viele Seniorinnen und Senioren in welchen Alterskategorien das Internet überhaupt nutzen. Inzwischen nutzen knapp 60 Prozent der älteren und alten Menschen das Internet. Das bedeutet auch: Über 40 Prozent nutzen es weiterhin nicht. Im Vergleich zu den jüngeren Schweizerin-

nen und Schweizern, die praktisch alle elektronische Kommunikationsmittel benutzen, eine hohe Zahl. Pro Senectute fürchtet darum: «Offline-Senioren» verlieren den Anschluss an die Gesellschaft.»

Zum zweiten Mal nach 2010 hat die Stiftung vom Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich die Nutzung des Internets und von Smartphones in der Generation 65+ untersuchen lassen. Wenig verwunderlich am Ergebnis der Studie ist, dass frisch pensionierte Männer und Frauen das Internet eher nutzen als ihre 15 oder 20 Jahre älteren Mitmenschen. Wer heute pensioniert wird, hat im Berufsalltag die modernen elektronischen Technologien noch kennengelernt. Wer aber vor 20 Jahren aus dem Berufsleben ausgeschieden ist, arbeitete noch im internetfreien Büro. Das wird wohl heissen, dass es auch eine Frage der Zeit ist, bis die «digitale Spaltung der Generationen» überwunden sein wird. Freilich: Im Alter können Fähigkeiten, die notwendig sind, um Computer, Tablets und Smartphones zu bedienen, verloren gehen. Die kognitiven Fähigkeiten können nachlassen, ebenso Sehkraft und die haptische Motorik. Das sind Gründe – oder

können Gründe sein –, warum Menschen, die heute 75 und älter sind, den Umgang mit Computer und Smartphone nicht mehr erlernen wollen oder dass alte Menschen wieder aus der Kommunikations- und Informationstechnologie aussteigen.

Es gibt indes bei den heute älteren und alten Menschen auch eine grundsätzliche Skepsis gegenüber der elektronischen Kommunikations- und Informationstechnologie. Auch das hält die neueste Studie des Zentrums für Gerontologie fest: Viele Offline-Senioren empfinden das Internet als kompliziert und nicht durchschaubar. Deshalb nutzen sie lieber herkömmliche Kommunikationsformen. Knapp

ein Drittel der befragten älteren und alten Menschen schreibt noch mindestens einen Brief im Monat. Allerdings nimmt der Druck auf die älteren Menschen zu, weil immer mehr Informationen nur noch per Internet zugänglich sind –, auch solche, die für ältere und alte Menschen wichtig sind (Ämter, Gesundheitsprävention, Einkauf). Derzeit nehmen Offline-Senioren noch die Hilfe ihrer Söhne, Töchter oder Enkel in Anspruch, wenn sie ein Mail schreiben oder eine Bestellung per Internet ausführen wollen. Pro Senectute möchte allerdings

>>



Seniorin mit Tablet: Die Internet-Kursprogramme ausbauen, damit die

älteren und alten Menschen auch technologisch selbstständiger werden.

Foto: HO



Zentrum für medizinische Bildung **medi**

## Höhere Fachschule für Aktivierung

### HF Diplom 3-jährige Vollzeitausbildung

Dipl. Aktivierungsfachfrau HF  
Dipl. Aktivierungsfachmann HF

> Mehr zum Aufnahmeverfahren unter [medi.ch](http://medi.ch)



### Zertifikate FAB/FAA Weiterbildung

Fachperson in aktivierender Betreuung  
Fachverantwortliche/r in Alltagsgestaltung  
und Aktivierung

> Mehr zu den Weiterbildungsangeboten unter [medi.ch](http://medi.ch)



medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung HF  
Max-Daetwyler-Platz 2 | 3014 Bern | Tel. 031 537 31 10 | [at@medi.ch](mailto:at@medi.ch)



# ROHRMAX®



**Sinnvolle Vorsorge**

Profitieren Sie!

**Abwasser + Lüftung  
Kostenlose Rohrkontrolle**

0848 852 856



Lassen Sie die Rohre prüfen und verschaffen Sie sich Gewissheit! Nur offene Rohre erfüllen ihren Zweck. Dauer ca. 1/2 Std.

**Rohrreinigung • 24h-Ablaufnotdienst • Schlussspülung • Kanal-TV  
Inliner-Rohrsanierung • Lüftungsreinigung [www.rohrmax.ch](http://www.rohrmax.ch)**

**CURAVIVA.CH**  
EINKAUFSPPOOL - RÉSEAU D'ACHATS

## Beim Einkauf Geld und Zeit sparen

Spezialkonditionen/Nettopreise  
Produktekataloge/Gruppeneinkäufe

Der Einkaufspool für CURAVIVA  
Mitglieder

Tel. 0848 800 580 - [curaviva@ades.ch](mailto:curaviva@ades.ch)  
[www.einkaufcuraviva.ch](http://www.einkaufcuraviva.ch)

Ausgeführt durch  
Réalisé par **ades**

## EINFACH SAUBER UND GEPFLEGT



**Die Kautschukböden von nora systems sind wegen ihrer dichten und unbeschichteten Oberfläche leicht sauber zu halten und sehen selbst nach Jahrzehntelangem Einsatz aus wie neu.**

Gerade wenn der Boden höchsten Belastungen ausgesetzt ist, wie in Krankenhäusern oder Pflegeeinrichtungen, sind die Kautschukböden von nora systems gefragt. Denn sie behalten ihr perfektes Erscheinungsbild über viele Jahre hinweg. Hierfür sind nicht etwa aufwändige Instandhaltungsarbeiten notwendig, vielmehr genügt eine einfache Unterhaltsreinigung.

### Keine Beschichtung notwendig

Als einzige unter den elastischen Bodenbelägen benötigen nora Böden aufgrund ihrer extrem dichten Oberfläche keine Versiegelung oder Lackierung. Das hat grosse Vorteile: Zeit- und kostenaufwändige Grundreinigungen entfallen ebenso wie die kostspielige Entsorgung der mit Chemikalien belasteten Reinigungsflotte. Ausserdem werden lange „Sperrzeiten“ einzelner Objektbereiche und somit eine Störung der Betriebsabläufe vermieden. Gerade für Gesundheitseinrichtungen mit hohen Hygieneanforderungen sind Kautschuk-Bodenbeläge mit ihrer geschlossenen Oberfläche bestens geeignet: Sie sind beständig gegenüber Flächendesinfektionsmitteln und fleckunempfindlich. Auch die Kurzzeiteinwirkung von Lösungsmitteln, verdünnten Säuren oder Laugen hinterlässt keine dauerhaften Spuren.

### Leichte Reinigung

Als zusätzliches Serviceangebot hat nora systems ein innovatives System zur

Bodenpflege entwickelt: die nora Pads. Dabei handelt es sich um Reinigungsscheiben, die mit unzähligen mikroskopisch kleinen Diamanten bestückt sind. So wird der Bodenbelag mechanisch gereinigt und poliert – nur mit Wasser und ganz ohne Chemikalien. Nora Pads sind für die meisten handelsüblichen Maschinentypen zu verwenden und in verschiedenen Grössen erhältlich. Die Reinigung mit den Pads ist nicht nur kostengünstig, da auf Reinigungsmittel verzichtet werden kann, sondern auch gut für Umwelt und Gesundheit.

### **nora flooring systems ag**

Gewerbestrasse 16  
CH-8800 Thalwil  
Tel.: +41 (0)44 835 22 88  
[info-ch@nora.com](mailto:info-ch@nora.com)  
[www.nora.com/ch](http://www.nora.com/ch)

**nora**®

## SBB-Kurse für digitale Senioren – und die es werden wollen

Früher gehörte das Kursbuch der SBB zu jedem Haushalt. In der Schule lernten die Kinder, wie man es richtig liest. 150 Jahre ist es inzwischen her, seit das erste erschienen ist. Die SBB wollen das Kursbuch zwar bis auf Weiteres auch in gedruckter Form herausgeben. Doch eines Tages wird es wohl Geschichte sein. Schon heute geht die verkaufte Auflage von Jahr zu Jahr zurück.



Reisende Senioren: Neue Smartphone-Zielgruppe für die SBB.

Die SBB selbst sind an dieser Entwicklung aktiv beteiligt. Sie wollen nämlich die Menschen weg vom Kursbuch und auch weg vom Billetschalter und den Billettautomaten bringen. Älteren und alten Menschen bieten sie darum zusammen mit Pro Senectute spezielle Kurse an, in denen die Senioren lernen können, wie sie einen Fahrplan schnell und unkompliziert per Internet lesen und eine Reise zusammenstellen können. Gleichzeitig sollen sie auch lernen, wie man ein Billett auf das Smartphone lädt. «Ziel des Kurses ist es, dass die Teilnehmenden wissen, wie sie online und mit dem Smartphone den Fahrplan abfragen sowie Online- und Mobil-Tickets kaufen können», sagt man bei den SBB. Ein Kurs dauert etwa zwei Stunden. Er wird in der ganzen Schweiz angeboten.

[www.sbb.ch/abos-billette/e-tickets/schulungen-fahrplinticketshop.html](http://www.sbb.ch/abos-billette/e-tickets/schulungen-fahrplinticketshop.html)

die Internet-Kursprogramme ausbauen, damit die älteren und alten Menschen auch technologisch selbstständiger werden. Tatsächlich zeigt die Studie des Zentrums für Gerontologie, dass ältere und alte Nicht-Internet-Nutzer vor allem dann gerne den Umgang mit dem Internet beherrschen würden, wenn sie so einfacher und umfassender an Informationen von Ärzten oder zu Antworten auf Gesundheitsfragen kommen würden. Weniger interessiert sind sie hingegen am Kauf von Waren per Internet oder an der Vernetzung in Sozialen Netzwerken (Facebook, Twitter etc.).

Viele ältere und alte Menschen trauen allerdings der Internettechnologie nicht richtig. Auch Senioren, die regelmäßig im Netz sind, haben deutlich häufiger Bedenken als jüngere und junge Internet-User. Noch häufiger geben die Nicht-Nutzer an, dass sie auf das Internet verzichten, weil sie Sicherheitsbedenken hätten. Es ist neben «kompliziert» und «aufwendig zu erlernen» der dritte wichtige Grund für die Internet-Abstinenz älterer und alter Menschen. Daran hat sich übrigens seit der ersten Befragung vor fünf Jahren nichts geändert.

### Nicht-Nutzer fühlen sich nicht ausgeschlossen

Interessant ist, dass sich die älteren und alten Menschen ohne Internet nur zu einem kleinen Teil (13 Prozent) «manchmal aus der Gesellschaft ausgeschlossen» fühlen. Die meisten vermissen also nichts, auch wenn sie sich nicht im Netz bewegen. Andererseits glaubt jeder dritte, der 65 und älter ist und das Internet nutzt, er wäre ausgeschlossen, würde ihn das Internet nicht mit der Welt verbinden.

Zwar nimmt auch bei der älteren und alten Bevölkerung der Gebrauch von mobilen Internetgeräten (Smartphone, Tablet) zu. Doch E-Mails schreiben, den Fahrplan abrufen oder Reisen planen, das alles geschieht noch immer zum grössten Teil zu

Hause am fest installierten Computer. Von einem Smartphone erwarten die Seniorinnen und Senioren in erster Linie eine «einfache Bedienung».

Damit die «digitale Spaltung der Generationen» bald zugekettet werden kann, wollen sich Altersorganisationen, aber auch der Bund mit dem «Aktionsplan digitale Integration Schweiz», das Angebot ausbauen, damit noch mehr Offliner zu Onlinern werden. «Wir stellen fest, dass das Internet das Sicherheitsgefühl bei den Online-Senioren erhöht. Sie können heute, auch dank den einfach bedienbaren Endgeräten wie Tablets und Smartphones, rascher und zielgerichteter Hilfe in Notfällen holen», sagt Beatrice Fink von Pro Senectute Schweiz. Die SBB wollen

die Silver Surfers so weit bringen, dass sie, wie bei jungen Menschen gängig, ihre Billette elektronisch auf das Smartphone laden. Das erspare das Anstehen an einem Schalter und könne dann durchgeführt werden, wenn man Zeit hat (siehe Box oben).

Allerdings macht die Stiftung Pro Senectute auch darauf aufmerksam, dass man die alten Menschen nicht dazu zwingen soll, sich Internet- und Smartphone-Kenntnisse anzueignen: «Grundsätzlich sollte die gewollte Nichtnutzung des Internets von älteren Personengruppen akzeptiert werden. Es ist zu vermeiden, dass diese Personen aus der Gesellschaft (und von Informationen) ausgeschlossen werden. Das Internet ist keine Lösung für soziale Probleme oder Isolation und sollte also nicht als Allheilmittel angepriesen werden, sondern es sollten auch weiterhin Alternativzugänge zu Informationen und Dienstleistungen (zum Beispiel klassische Bank- und Bahnschalter) erhalten bleiben. Die Zivilgesellschaft sollte für die Schwierigkeiten des Erlernens des Umgangs mit dem Computer und mit dem Internet für ältere Menschen sensibilisiert sein, damit die Offliner nicht als Randgruppe der Gesellschaft aus dem Alltag ausgeschlossen werden.» ●

### Ein Drittel der älteren und alten Menschen schreibt noch mindestens einen Brief im Monat.