

Digital Aktiv im Alter

In Oberursel gibt es bereits verschiedene Angebote für ältere Internetnutzende:



ANGEBOTE ZUR UNTERSTÜTZUNG IM DIGITALEN ALLTAG UND BEIM EINSTIEG INS INTERNET

vhs Hochtaunus



Diverse Kurse unter „Aktiv im Alter“ zu Internet, Smartphone, Tablet und Co. Jedes Semester neue Kursangebote auch für Internetsteiger/innen. Schulungsmaterial inbegriffen!
Telefon: 06171 5848-0
E-Mail: info@vhs-hochtaunus.de
www.vhs-hochtaunus.de

Stadtbücherei und „Netzwerk Bürgerengagement Oberursel“ (NBO)

„Fit mit IT-Medien“

Kostenlose und individuelle Unterstützung in der Anwendung und Nutzung von modernen IT-Geräten und bei den verschiedenen Fragestellungen

Jeden 3. Samstag im Monat von 10.00 – 13.00 Uhr
Ohne Anmeldung

Stadtbücherei
Eppsteiner Straße 16 – 18
Telefon: 06171 6287-0
E-Mail: buecherei@oberursel.de

TUN e.V. – jung trifft alt im Bereich Computer und Technik

Für einzelne Fragen zu Internet und Smartphones
Mittwoch und Freitag von 09.00 – 15.00 Uhr (nicht in den Schulferien)
Ohne Anmeldung
Oberhöchstadter Straße 20
Telefon: 06171 287166
E-Mail: buer0@tunev.de
www.tunev.de

Interaktiv – Generationen füreinander e.V.

Mitglieder unterstützen andere Mitglieder bei Kauf, Einrichtung und Verwendung von PC, Tablet oder Smartphone. Außerdem helfen sie bei Fragen zum Internet.
Telefon: 06171 25587
E-Mail: kontakt@interaktiv-oberursel.de
www.interaktiv-oberursel.de

Seniorentreff „Altes Hospital“

Veranstaltungen rund um das Thema Internet.
Hospitalstraße 9
Telefon: 06171 502192
E-Mail: seniorentreff@oberursel.de

Informationen für ältere Internetnutzende

Katrin Fink, Beauftragte für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung
Telefon: 06171 502289
E-Mail: katrin.fink@oberursel.de



Bei „Digital Aktiv im Alter“ geht es um die Erweiterung der vorhandenen Angebote in Oberursel mit neuen Zielgruppen z.B. Offliner, sehingeschränkte Menschen, Menschen ohne eigenen Internetzugang bzw. niedriger Rente usw.

Neu ist „Zeit mit IT-Medien“ als Ergänzung von „Fit mit IT-Medien“:

Regelmäßige Bereitstellung von digitalem Erfahrungsraum alle 14 Tage für 2-3 Stunden über gesicherte und bereitgestellte Arbeitsplätze mit Betreuung für Menschen ohne Geräte und Internetinteressierte.

Zeitgleich wird über die vhs Hochtaunus eine **Workshop-Reihe** zu verschiedenen Themenfeldern und den Zielgruppen ältere Offliner, Interneteinsteigende und auch Interneterfahrene im Herbstsemesters 2025 stattfinden, um weitere Personen zu erreichen.

Ergänzend sind vielfältige **Veranstaltungen** in Planung, die über die Möglichkeiten der digitalen Welt informieren, zum Ausprobieren einladen und virtuell kulturelle und soziale Teilhabe ermöglichen.

Wenn sich Fachreferierende finden, soll es auch Workshops zur digitalen Gesundheitsversorgung und andere digitale Alltagserleichterungen, auch in einer Pflegesituation, geben.



ONLINE-SPRECHSTUNDE, GESUNDHEITS-APPS UND MEHR

Die Digitalisierung bietet neue Wege für Menschen mit Erkrankung, flexibel medizinische Hilfe zu erhalten und Gesundheitswissen zu erlangen.

Online-Sprechstunde

Per Videokonferenz können Patientinnen und Patienten ärztliche Beratung bequem von zu Hause oder unterwegs erhalten. Symptome werden besprochen, ohne in die Praxis zu müssen. Dies spart Zeit und senkt das Infektionsrisiko. Besonders hilfreich ist dies für Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder in ländlichen Regionen.

Gesundheits-Apps

Gesundheits-Apps überwachen Vitalwerte, Schlaf und Aktivität. Sie erinnern an Medikamente und geben Ernährungstipps. Diese Daten verbessern in der Online-Sprechstunde Diagnosen und Behandlungen.

Online-Kurse

Online-Kurse vermitteln Wissen über Gesundheit, Ernährung und Fitness. Patientinnen und Patienten lernen in ihrem Tempo, wie sie ihre Gesundheit verbessern und Krankheiten vorbeugen. Besonders nützlich für chronisch Kranke. Auch Präventionskurse nach § 20 SGB V werden von Krankenkassen erstattet.

Herausforderungen

Es gibt diagnostische Einschränkungen, Datenschutzbedenken und die digitale Kluft. Nicht alle Untersuchungen sind online möglich, und nicht jeder hat Zugang zu stabiler Internetverbindung.

Zukunft

Die Digitalisierung wird das Gesundheitswesen weiter verändern. Online-Sprechstunden,

Gesundheits-Apps und Kurse bieten Flexibilität und erweitern das Patientenwissen. Entwicklungen wie künstliche Intelligenz und elektronische Patientenakten optimieren die Versorgung und den Informationsaustausch.

Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über digitale Gesundheitsmöglichkeiten.

