

Erst rund ein Drittel der Menschen über 65 Jahre ist „online“. Doch gerade wenn irgendwann die Wege beschwerlicher werden und die Mobilität abnimmt, bietet das Internet viele Möglichkeiten, am alltäglichen, kulturellen und sozialen Leben teilzunehmen und möglichst lange selbständig zu bleiben.

Um älteren Menschen den Zugang zum Netz zu erleichtern, hat die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros (BaS) mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) die **Sprechstunde Internet** initiiert.

Die BaS lädt alle Träger, die bereits ehrenamtliche Internetangebote für Ältere entwickelt haben oder dies vorhaben, unter das Dach der **Sprechstunde Internet** ein.

Bei der **Sprechstunde Internet** übernimmt die BaS die Aufgabe,

- ▶ neue, innovative Angebote zu fördern
- ▶ thematische Impulse zu liefern
- ▶ Seniorenbüros und andere Senioren-Initiativen fachlich zu beraten
- ▶ einen Fachaustausch unter den Projektbeteiligten zu organisieren
- ▶ begleitende Öffentlichkeitsarbeit zu gestalten

Alle teilnehmenden Seniorenbüros und Senioren-Initiativen finden Sie auf [www.seniorenbueros.org](http://www.seniorenbueros.org), [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de) und [www.programm-altersbilder.de](http://www.programm-altersbilder.de)

**Sprechstunde Internet *Machen Sie mit!***

### Sprechstunde Internet in Ihrer Nähe:

Informationen zum Angebot Ihrer Anlaufstelle vor Ort finden Sie auf dem eingelegten Beiblatt.

Die Adressen aller teilnehmenden Seniorenbüros und Senioren-Initiativen finden Sie auf [www.seniorenbueros.org](http://www.seniorenbueros.org), [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de) und [www.programm-altersbilder.de](http://www.programm-altersbilder.de)



### Sprechstunde Internet ist initiiert von der

#### **Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS)**

Gabriella Hinn  
Bonngasse 10 · 53111 Bonn  
Tel.: 0228/61 40 74  
E-Mail: [bas@seniorenbueros.org](mailto:bas@seniorenbueros.org)  
[www.seniorenbueros.org](http://www.seniorenbueros.org)



Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



**Sprechstunde Internet**  
**„Herzlich Willkommen!“**



Bildnachweis: shutterstock.com, Gestaltung: www.nadine-schwarz.de

**Die Anlaufstelle  
in Ihrer Nähe...**

Sie sind neugierig, was das Internet bietet? Aber auch skeptisch, wozu man es braucht?

### Stellen Sie sich vor, Sie könnten unkompliziert und einfach

- ▶ Kultur- und Freizeitangebote in Ihrer Nähe auf einen Blick finden
- ▶ Preise vergleichen, Einkäufe erledigen und direkt ins Haus bestellen
- ▶ Fahrpläne ansehen und Fahrkarten kaufen
- ▶ mit Freunden und Verwandten über E-Mail oder Bildtelefon Kontakt halten
- ▶ Formulare für Ämter zu Hause ausfüllen
- ▶ Bankgeschäfte am Computer erledigen
- ▶ Radio- und Fernsehbeiträge anschauen sowie Hintergrundberichte nachlesen
- ▶ sich nach Hilfen bei Krankheit oder Pflegebedarf erkundigen
- ▶ sich über neue Wohnangebote informieren
- ▶ und vieles mehr ...



Sie würden gerne jemanden fragen, der sich auskennt?

Bei **Sprechstunde Internet** erhalten Sie individuelle Hilfe und Beratung. Ehrenamtlich Engagierte, die sich mit dem Computer auskennen, unterstützen Sie bei den ersten Schritten ins Netz, zeigen Kniffs und Tricks mit dem PC und helfen Ihnen bei weiteren Fragen.

### Beispiele für Angebote der Sprechstunde Internet:

Beim offenen Senioren-Internet-Café oder im Internet-Treff können Sie mit anderen Erfahrungen austauschen und bekommen Tipps, wie Sie das Internet am besten nutzen können.

In offenen Sprechstunden in Ihrer Anlaufstelle beraten Ehrenamtliche Sie individuell – unabhängig davon, ob Sie einen eigenen PC besitzen und ob Sie sich schon mit dem Internet auskennen.

Kennen Sie das auch: Schnelle Erklärungen, rasche Klicks hier und da und schon versteht man nur noch Bahnhof?

In der **Sprechstunde Internet** geht es ruhig zu und man darf die gleichen Fragen gern mehrfach stellen – den anderen geht es genau so!

**Sprechstunde Internet**  
„Herzlich willkommen!“

Sprechstunde Internet

Die Angebote der **Sprechstunde Internet** sind offen für alle Seniorinnen und Senioren – ob mit oder ohne eigenen PC, mit oder ohne Erfahrung im Internet.

▶ *Wenn Sie mehr über das Internet wissen möchten, wenn Sie Fragen haben und persönliche Beratung wünschen, wenden Sie sich einfach an die Anlaufstelle in Ihrer Nähe!*

Die Ehrenamtlichen sind ältere Freiwillige, die im Umgang mit dem Internet geübt sind. Sie geben ihr Wissen gerne weiter an Seniorinnen und Senioren, die mit dem World Wide Web noch nicht so vertraut sind.

▶ *Wenn Sie Erfahrung mit Computer und Internet haben und sich ehrenamtlich engagieren möchten, melden Sie sich gerne beim Seniorenbüro oder der Senioren-Initiative in Ihrer Nähe!*

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros BaS unterstützt als bundesweiter Dachverband aktive Seniorenbüros vor Ort und andere Senioren-Initiativen, innovative Angebote und Beratung für Menschen ab 50 Jahren zu entwickeln.

▶ *Wenn Sie sich mit Ihrer Senioren-Initiative an der **Sprechstunde Internet** beteiligen möchten, freuen wir uns über Ihren Anruf bei der BaS!*