

## Zwischen Aktion und Information

■ BALTMANNSWEILER: Seniorenrat mit vielfältigem Programm – Computerkurse sind sehr gefragt

Der Seniorenrat Baltmannsweiler hat es sich zum Ziel gesetzt, gemeinsam mit der Gemeindeverwaltung die örtliche Seniorenarbeit voranzubringen. Deshalb zählen Angebote wie Senioren-Computer-Kurse oder auch verschiedene Fachvorträge zum regelmäßigen Programm.

VON KATJA EISENHARDT

„Drück da mal drauf! Nee, das traue ich mich nicht, nachher ist alles weg“, diese und andere Dialoge hörte man beim Computer-Workshop des Seniorenrats Baltmannsweiler/Hohengehren zum Thema „Wie kommen Bilder auf den PC?“. Die Workshops finden im wöchentlichen Wechsel zum normalen Unterricht im evangelischen Gemeindehaus statt. Dieser teilt sich in einen Grund- und Aufbaukurs auf, auch das Arbeiten mit dem Office-Programm Excel wird dort erklärt. Im Oktober 2011 sei die Idee geboren worden, Hintergrundinfos gab es von der bestehenden Senioren-Online-Gruppe aus Reichenbach. Im Februar startete dann der erste Kurs.

„Im Grundkurs fangen wir wirklich bei Null an, manche der Teilnehmer haben zuhause noch gar nicht mit dem Computer gearbeitet, hatten noch nie eine Maus in der Hand“, erklärt Bernd Heugel, Vorstandsvorsitzender des Seniorenrats und gemeinsam mit Computerexperte Alfons Feichtner für die Kurse zuständig. „Die Kurse finden immer donnerstags von 10 bis 12 Uhr in den ungeraden Wochen statt, die Workshops dann im Wechsel in die geraden. Die Themen und Termine stehen in den Dorfnachrichten“, fügt Heugel hinzu.

Einen Altersschnitt von plusminus 60 haben die zehn Teilnehmer an



Wie kommt das Foto in den PC oder Laptop? Viele können sich nicht vorstellen, mit welchen Problemen Senioren zu kämpfen haben. Lösungen und Hilfe bietet der Seniorenrat an. Foto: Eisenhardt

diesem Donnerstag beim Bilder-Workshop. „Im letzten Grundkurs war auch eine 87-jährige Dame, sie wollte sich das vor allem einmal anhören. Normalerweise liegt die Grenze bei etwa 80 Jahren“, so Heugel. Vielleicht könne man künftig auch die Jugend mit einbeziehen, die ihre Erfahrungen mit Computern oder auch Handys weitergeben könne, so

die Idee. „Daheim erklären einem die Kinder oder Enkel die unterschiedlichen Techniken am Computer, das geht aber oft zu schnell. Daher ist so ein Kurs oder Workshop optimal“, sagen Gerda Blind und Irene Schmolh. Sie haben wie die meisten Teilnehmer des Bilder-Workshops Erfahrung am PC, wollen diese aber erweitern. Ein Neuling ist da

gegen Carmen Feichtner, die Frau des Workshopleiters. „Ich hatte seither mit der Arbeit am Computer nichts am Hut, mein Mann ist dagegen ja schon von Berufs wegen Fachmann. Statt eine E-Mail zu schreiben, habe ich lieber telefoniert“, meint sie und lacht, „da kann man wenigstens nichts falsch machen.“ Statt dem normalen Telefon wolle

sie künftig vielleicht auch mal über das Internet-Bildtelefon Skype telefonieren.

Neben den stets gut besuchten Computerkursen, hat der ehrenamtlich organisierte Seniorenrat noch einiges mehr an Information und Aktion im Programm. In Zusammenarbeit mit der Gemeindeverwaltung und Vertretern der örtlichen Einrichtungen und Vereine, wird das Angebot stets erweitert. Aktuell finde beispielsweise am Dienstag, 16. Oktober, um 16 Uhr ein Vortrag im Bürgerhaus Hohengehren zu den Themen „Pflegeversicherung“ und der Frage „Nie ins Heim?!“ statt, berichtet Bernd Heugel. Referent sei dabei Manfred Mezger, langjähriger Leiter einer Altenhilfeeinrichtung in Stuttgart.

### Sportliche Angebote

Auch im sportlichen Bereich ist der Seniorenrat aktiv: „Der Gemeinderat hat uns aktuell die Anschaffung von vier Fitnessgeräten für draußen genehmigt. Für die Installation haben wir uns elf verschiedene Standorte angeschaut, die Wahl fiel dann auf den Bereich der Sportanlage. Das ist einfach sehr zentral und dort ist immer was los“, so Heugel. Die Geräte, an denen man beispielsweise den Rücken oder die Arme trainieren könne, seien auch für Rollstuhlfahrer geeignet. „Im Frühjahr wollen wir die Geräte aufstellen.“ Ziel sei es zudem, einen festen Termin in der Woche zu finden, an dem dort unter Anleitung trainiert werden kann, beispielsweise in Kombination mit den „Fünf Esslingern“. Nähere Informationen zum Seniorenrat und dessen Angebot findet man auf der Homepage der Gemeinde.

■ [www.baltmannsweiler.de](http://www.baltmannsweiler.de) im Bereich „Kultur“, „Senioren“.