

GAZ

Gesund altern
im Kanton Zug



GAZette

Digital unterwegs – Chancen und Risiken

Nr. 2 / Mai 2024

Editorial

Grüezi metenand

«Nein Mami, du kannst das selbst. Komm ich zeig es dir.» Ja, die steigenden digitalen Anforderungen sind für viele Menschen eine Herausforderung. Denn, wie erkenne ich eine schädliche E-Mail, welche Links soll ich auf keinen Fall anklicken und was, wenn ich auf meinem Laptop zuhause aufgefordert werde, ein Update zu installieren?



CHANCEN und RISKEN – FLUCH oder SEGEN? Dank digitaler Technologien sind die Wege kurz. Sie ermöglichen uns die Kommunikation in Echtzeit, immer und überall auf dieser Welt. Auslandsaufenthalte von Familienangehörigen sind dadurch viel erträglicher, nicht? Ist es aber auch ein Vorteil, überall und zu jeder Zeit über Alles informiert zu sein? Ein Umstand, mit dem man lernen muss umzugehen.

Digitalisierung automatisiert und trägt zur Effizienzsteigerung bei. Online-Schalter, digitale Formulare, es scheint, die Dienstleistungsbereitschaft und die Bedeutung am persönlichen Kontakt gingen verloren. Setzt man die digitalen Möglichkeiten richtig ein, erleichtern diese den persönlichen Alltag jedoch wesentlich.

Und etwas möchte ich an dieser Stelle noch erwähnen. Die digitale Welt stellt uns Alle auf den Prüfstand, nicht nur die älteren Menschen.

Herzlichst,
Simone Wigger

Gemeinderätin Risch
Vorsteherin Soziales/Gesundheit

Digital vernetzt

Digitale Medien ermöglichen heute – bequem von zu Hause aus – alltägliche Aufgaben zu erledigen: Seien dies Mahlzeiten bestellen, Termine koordinieren oder Rechnungen erledigen. Zudem kann per SMS, WhatsApp, Video-Chat oder Anruf mit Verwandten, Freunden und Bekannten auf der ganzen Welt kommuniziert werden. Dadurch kann das gesellschaftliche Leben weiter gepflegt werden, auch wenn man nicht mehr gut zu Fuss ist. Somit leistet die digitale Kommunikation einen wichtigen Beitrag gegen soziale Isolation und Einsamkeit.

Digitalisierung – Nutzen und Missbrauch

Der Computer, das Smartphone und das Internet gehören in vielen Haushalten bereits zum Alltag. Heute wird es immer schwieriger, ohne diese Technologien zu leben. Doch die Digitalisierung hat neben den vielen faszinierenden Nutzungsmöglichkeiten auch ihre Tücken. Zum Beispiel nehmen Betrugsfälle am Telefon leider stetig zu. Die Betrugsmaschen werden immer dreister, und meist fallen ihnen Seniorinnen und Senioren zum Opfer. Die Betrügenden geben sich als Verwandte oder Bekannte aus, manchmal sogar als Polizeibeamte oder Mitarbeitende einer Bank.

Sicher unterwegs im Alltag

Immer öfter können Termine nur noch online gebucht werden und lokale Post- oder Bankfilialen schliessen. Dadurch besteht die Gefahr der Benachteiligung von Personen ohne Internetzugang. Eine Herausforderung besteht auch darin, einen sicheren Umgang mit neuen Technologien zu gewährleisten. Um sich im digitalen Zeitalter zurechtzufinden, gibt es zahlreiche Angebote von Handy- und Computerkursen bis hin zu persönlichen Beratungen. Weitere Empfehlungen durch Fachstellen führen im Alltag zu mehr Sicherheit. Es lohnt sich, auch im digitalen Bereich, lebenslanglich zu lernen.

Tipps zur digitalen Sicherheit

- **Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen:** Geben Sie am Telefon keine persönlichen Daten weiter.
- **Selbständigkeit:** Digitale Hilfsmittel unterstützen das längere Wohnen in den eigenen vier Wänden.
- **Verhalten Sie sich am Bankomaten vorsichtig:** Gewähren Sie niemandem Einsicht beim Eintippen des PIN-Codes.
- **Achtung vor falschen Identitäten:** Im Internet kann leicht eine Identität vorgetäuscht werden.

Quellen: Internetseite Pro Senectute Schweiz, Studie «Digitale Senioren 2020» und Broschüre «Sicher unterwegs im Alltag»; Schweiz am Wochenende, «Man muss Alternativen bereitstellen»; Schweizerische Kriminalprävention, «Sicherheit im Alter»

NÄCHSTE VERANSTALTUNG

Eine starke Blase – auch im Alter
Donnerstag, 12. September 2024
14.00 – 16.00 Uhr
Dorfmattsaal Rotkreuz

Bei Fragen und für weitere Auskünfte wenden Sie sich bitte an

Pro Senectute Kanton Zug
Aegeristrasse 52
6300 Zug
www.zg.prosenectute.ch

Christine Rhein
Gesundheitsförderung und Prävention
Telefon 041 727 50 65
christine.rhein@zg.prosenectute.ch

Ein Angebot von Pro Senectute Kanton Zug
Im Auftrag der Gemeinde Risch/Rotkreuz



Unterstützt vom
Kanton Zug



Meierskappel

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

