

Sport digital - ein seniorenrechtliches Online-Sportangebot am Schlaatz

Soziale Stadt ProPotsdam gGmbH

Potsdam

Laudator: Norman Asmus, Landessenorenbeauftragter

Als die Corona-Pandemie mit voller Wucht zuschlug, hatten auch die Seniorinnen und Senioren im Potsdamer Stadtteil Schlaatz von heute auf morgen keine Möglichkeit mehr, ihre wöchentlichen gemeinsamen Sportangebote im Friedrich-Reinsch-Haus fortzuführen. Ihre seit vielen Jahren eingeübte Routine war plötzlich unmöglich geworden. Eine Situation, die wir sicher alle nachfühlen können.

Da kam die Idee auf, „Online-Sport“ auf den Weg zu bringen. Doch ganz so leicht war die Umsetzung dieser Idee nicht, denn erst musste die Soziale Stadt ProPotsdam als Träger Konzepte schreiben und Anträge auf den Weg bringen. Die Förderung kam vom Sozialministerium, so dass 20 Tablets angeschafft werden konnten, die schnell an sportbegeisterte Seniorinnen und Senioren verteilt waren.

Doch auch jetzt konnte nicht sofort mit den Sportangeboten losgelegt werden, denn für viele von ihnen war dies der erste Kontakt mit der digitalen Welt. Vor der gemeinsamen Bewegung galt es also, mit den Geräten vertraut zu werden. Die Unterstützung bei der Einweisung in die Nutzung der Tablets kam durch Studierende zustande. Insofern ein generationsübergreifendes Projekt, wie das Frau Prof. Endter in Ihrem Vortrag vorhin angeregt hat. Glücklicherweise waren zur Zeit der Technik-Einführung wieder Präsenztreffen mit Abstand möglich. Dabei mussten auch die Anleitenden etwas lernen: Nämlich die Inhalte seniorenrechtlich zu vermitteln, in kleinen Häppchen, ganz praktisch und immer wieder mit viel, viel Geduld.

Die Tablets ermöglichen es den teilnehmenden Seniorinnen und Senioren, gemeinsam als virtuelle Gruppe regelmäßig Sport in den eigenen vier Wänden zu treiben. Aber natürlich sollen die Tablets auch für andere Aktivitäten genutzt werden und den Weg in die Online-Welt ermöglichen – für Recherchen zum eigenen Hobby, zum Austausch mit den Enkeln oder wenn es sein muss für Behördenkontakte.

Somit verbindet das Projekt aus Sicht der Jury in einzigartiger Weise die im Wettbewerb angesprochene digitale Fitness Älterer mit der körperlichen

Fitness im Alter – wenn sie so wollen, ein doppelter Mehrwert! Insofern freue ich mich doppelt, dass das Projekt heute als Preisträger ausgezeichnet wird.

Herzlichen Glückwunsch!