

Senioren Zeitschrift

Juli August September

3 | 2023



Von der virtuellen Welt in die analoge switchen

Online-Plattformen ermöglichen es, neue Kontakte zu knüpfen und Gleichgesinnte für gemeinsame Interessen zu finden.



Foto: feierabend.de

Immer mehr Älterwerdende entdecken die Vorteile von Online-Plattformen, um sich für Aktivitäten zu verabreden, getreu dem Motto: lieber gemeinsam statt einsam.

Der Mensch ist ein soziales Wesen, braucht Kontakte, den Austausch, die Reflexion, die Zuwendung und Freundschaft mit anderen, sonst verkümmert der Mensch, ist isoliert und einsam. Aber gerade im Alter wird es für viele schwieriger, neue Kontakte zu knüpfen und sich zu vernetzen. Soziale Netzwerke und Online-Plattformen können ein Forum bieten, um Gleichgesinnte zum Teilen von Interessen und Hobbys zu finden, und Orte für Begegnung sein, sowohl virtuell wie auch im echten Leben.

Die Corona-Pandemie hat so manchen Chören zugesetzt. Proben und gemeinsames Singen waren über einen langen Zeitraum nicht möglich. Auch dem gemischten Chor der Germania Preungesheim fehlen seither Aktive. Dann kam die Ehefrau des Vorsitzenden Jürgen Dieckmann auf die Idee, auf der Nachbarschaftsplattform „nebenan.de“ einen Aufruf zu posten, dass der Chor Verstärkung sucht. „Das war zunächst ein wenig strittig bei uns, ob auch Ältere das Portal nutzen und hierfür online gehen. Ich selbst war da zuversicht-

lich. Wir haben es einfach versucht und den Aufruf in den Stadtteilen Dornbusch und Heddernheim platziert“, schildert Dieckmann. Und tatsächlich: Es meldeten sich vier, fünf Damen. Vor allem Alt-Stimmen, die die Germania Preungesheim gesucht hatte. „Und das Schöne ist, sie haben Chorerfahrung“, freut sich der Vorsitzende. Für den 72-jährigen war dieser Aufruf eine „erfolgreiche Initiative“, die ihm zeigt, „dass immer mehr Ältere online aktiv sind“.

Das kann Alexander Wild aus eigener Erfahrung nur bestätigen. Vor

25 Jahren ging der von ihm gegründete Webtreff „Feierabend.de“ online. „Das war damals weltweit eines der ersten sozialen Netzwerke“, berichtet der heute 57-Jährige. „Die Idee kam mir wegen meiner Mutter. Ich hatte ihr das Internet erklärt und suchte für sie online ein Angebot, wo sie Kontakte finden und sich wohlfühlen konnte, fand aber nichts.“ Da er selbst beruflich mit dem Internet viel zu tun und Onlineshops aufgebaut hatte, machte sich der Frankfurter daran, einen Webtreff zu installieren. Sein Ziel: Menschen ab 60plus, die dabei sind, aus dem Berufsleben auszusteigen oder bereits im Ruhestand sind, mit anderen Älteren, die die gleichen Interessen teilen, zu vernetzen – getreu dem Motto der Plattform „Gemeinsam statt einsam“. Aber nicht nur virtuell über Chats sollen sich Gleichgesinnte finden und austauschen, sondern auch im realen Leben zusammenkommen. „Wir möchten die Leute

motivieren, vom Sofa aufzustehen, rauszugehen, sich zu bewegen und sich mit anderen zu treffen“, betont Wild: „Es geht um die Geselligkeit der Menschen.“

Begegnungen im wahren Leben

Die Plattform stieß auf eine ungeheure Resonanz, hat aktuell 200 000 registrierte Mitglieder. „Das hätte vor 15, 20 Jahren niemand geglaubt, dass Ältere heute so ins Internet gehen, Computer nutzen, auch um andere Menschen kennenzulernen“, so Alexander Wild. Und wie von Beginn an erhofft, ist feierabend.de nicht nur eine virtuelle Community, sondern auch eine im „real Life“, betont der Redaktionsleiter und Geschäftsführer: „Dieses Bedürfnis, sich nicht nur virtuell zu treffen, haben wir von Beginn an festgestellt.“ So bildeten sich seit Bestehen der Plattform deutschlandweit 134 Regionalgruppen, die von ehrenamtlichen Regionalbotschafter:innen geleitet werden. Die ersten waren Helmut und Sig-

rid Becker, die die Regionalgruppe Frankfurt-Rhein-Main 2001 gegründet haben. Bei ihnen stehen Wanderungen, Frühstückstreffen, Spieelnachmittage, Spaziergänge, Stadtfahrten auf dem Programm. In diesem Sommer ist die rührige Gruppe spontan mit dem 49-Euro-Ticket unterwegs. Auf feierabend.de posten die Regionalbotschafter:innen die von ihnen organisierten Termine und berichten über die Aktivitäten. Während der Coronapandemie haben wir einen „ungeheuren Boost erlebt“, erzählt Alexander Wild: „Für viele war die Plattform in der Zeit der völligen Isolation ein rettender Anker. Wir haben dann auch einen Videochat programmiert, damit sich die Teilnehmer von Angesicht zu Angesicht begegnen konnten.“

„Freunde ohne Filter“

Begegnungen ermöglichen: Das ist mit das erklärte Ziel von „nebenan.de“. Teilen, tauschen, helfen, verschenken, verleihen, verabreden – all

Anzeige



**FRANKFURTER
VERBAND**

Wer uns nicht kennt, kennt Frankfurt nicht!

**Überall
in Frankfurt –
auch in Ihrem
Viertel**

Sie leben gerne in Ihrem Stadtteil?
Wir sind da, wo Sie sind – immer in
Ihrer Nähe!

Lernen Sie uns kennen:
www.frankfurter-verband.de





das ist über nebenan.de kostenlos möglich. Während feierabend.de vor allem Ältere zur Zielgruppe hat, spricht die 2015 gegründete Nachbarschaftsplattform, und mit mehr als 2,5 Millionen Nutzenden heute Deutschlands größte Nachbarschaftsplattform, Interessierte jeden Alters an. Allein in Frankfurt sind 72 000 Menschen registriert. Damit zählt die Mainmetropole zu den aktivsten Städten auf nebenan.de. „Tag für Tag finden auf der Plattform und in den Nachbarschaften zahlreiche schöne Begegnungen statt. Nachbar:innen knüpfen neue Freundschaften, ergreifen für ihr Viertel Initiative oder helfen einander, den Alltag zu bewältigen“, beschreibt Hannah Kappes von der Pressestelle. Auch Ältere hat die Plattform dabei mit im Blick. Etwa bei der aktuellen Aktion „Freunde ohne Filter“, die die Plattform in Kooperation mit dem Magazin „freundin“ Anfang des Jahres gestartet hat und noch bis zum „Tag der Freundschaft“ am 30. Juli läuft.

Anlass für die Aktion waren alarmierende Zahlen, erläutert Kappes: Rund ein Viertel der Deutschen hätten Schwierigkeiten, neue Freundschaften zu schließen. Das war ein Ergebnis einer Umfrage von Splendid Research aus dem Jahr 2019. Demnach sagte jeder Zehnte aus, aktuell keine Freund:innen zu haben. Einsamkeit drohe eine Volkskrankheit zu werden. Mit der Aktion wollen „freun-

din“ und das Nachbarschaftsnetzwerk dem entgegenwirken, indem sie Menschen unterstützen, neue und vor allem echte Freund:innen zu finden. So veröffentlicht das Magazin seit Jahresanfang in jeder Ausgabe „ehrliche Freundschaftsanzeigen“, in denen sich Frauen mit all ihren Stärken und Macken authentisch präsentieren und bundesweit neue Bekanntschaften suchen. Derweil wird nebenan.de lokal aktiv: Wer auf der Plattform eine Freundschaftsanzeige veröffentlicht, erreicht damit Menschen aus der eigenen Nachbarschaft – aus der direkten Nähe im gleichen Stadtviertel. Der Weg zum ersten Treffen ist also kurz. „Anscheinend treffen wir mit der Aktion einen Nerv: Über 100 000 Menschen haben unseren Artikel aufgerufen; inzwischen haben mehrere hundert Nachbar:innen eine Freundschaftsanzeige veröffentlicht“, berichtet Kappes. Auch Ina Remmers, Gründerin der Plattform, ist von dem Zuspruch sehr angetan: „Wir haben viele Rückmeldungen von Nachbarinnen und Nachbarn bekommen, dass die Aktion ‚Freunde ohne Filter‘ sie ermutigt hat, aktiv auf die Menschen in ihrer Online-Nachbarschaft zuzugehen. Tatsächlich haben sich inzwischen schon in vielen Städten erste Freundschaften ergeben – quer durch alle Altersgruppen. Sogar eine Liebesgeschichte war dabei. Solche Geschichten motivieren uns bei nebenan.de ungemein.“ Unter den Teilnehmenden seien auch viele Senior:innen, die Gleichgesinnte für gemeinsame Aktivitäten gesucht haben, ergänzt Kappes.

Gesunder Menschenverstand

Wer online neue Bekannte gefunden hat, sollte indes ein paar Sicherheitsregeln beachten und immer Vorsicht walten lassen. Diese Empfehlung gibt Steven McAvinue, Co-Leiter des Café Anschluss vom Frankfurter Verband. Vor allem bei der Herausgabe sensibler persönlicher Daten, Angaben und Informationen in Chats oder anderen Foren

rät der IT- und Medienpädagoge eindringlich zur Zurückhaltung. Wer sich in sozialen Netzwerken wie Facebook, nebenan.de oder feierabend.de registriert, sollte bei dem Prozess auf alle Fälle korrekte Angaben machen. Bei der Freigabe beziehungsweise der Einschränkung, Blockierung von Kontakten sowie bei Freundschaftsanfragen und den Einstellungen zum Profil sowie zur Privatsphäre sollte jeder achtsam sein und eher weniger als zu viel von sich preisgeben. „Vorsicht ist vor allem bei virtuellen Bekanntschaften geboten, wenn auf einmal das Thema Geld aufkommt“, betont McAvinue: „Sobald jemand von einem Geld möchte, sofort abbrechen!“ Ähnlich wie bei Schockanrufen versuchen Betrüger:innen auf einer emotionalen Ebene jemand unter Druck, Stress zu setzen. „Am besten ist es, sich dann mindestens 30 Sekunden bis zwei Minuten vom PC zu entfernen, runterkommen, sich zu distanzieren und den gesunden Menschenverstand einzuschalten“, empfiehlt der Experte. Aber wer die Ratschläge beachtet, kann sicher sein, in der virtuellen Gemeinschaft wahre neue Freundschaften schließen zu können, um ihnen der echten Welt zu begegnen.

Sonja Thelen

Info:

Weitere Informationen:
www.feierabend.de

Neben der Regionalgruppe Frankfurt-Rhein-Main gibt es noch die Regionalgruppe Frankfurt-City.

Die Internetadresse der Nachbarschaftsplattform lautet nebenan.de und vom Online-Magazin <https://magazin.nebenan.de>

Weitere nützliche Links:
Seniorentreff (Angebot von Deutschem Seniorenportal):
www.seniorenportal.de/community

Tipps gegen Scamming/ Betrugereien:

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/betrug/scamming>

<https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/betrug/messenger-the>