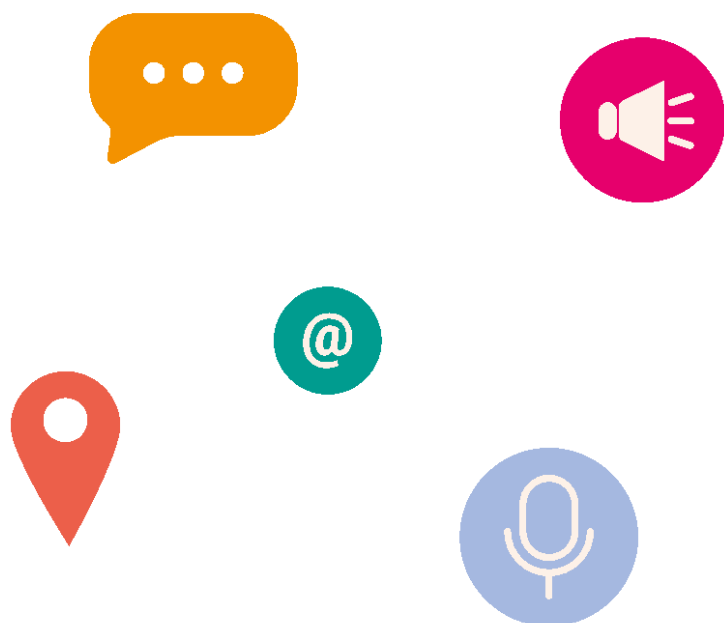




Mobile Apps and Digital Services for Seniors

COLLECTIE VAN MIDDELEN

TER VERBETERING VAN DE DIGITALE VAARDIGHEDEN VAN OUDEREN



Co-funded by
the European Union



Inhoudsopgave

1. INLEIDING	3
2. VERZAMELING VAN GOEDE PRAKTIJEN.....	4
3. EFFECTIEVE METHODIEKEN VOOR HET VEBETEREN VAN DE DIGITALE VAARDIGHEDEN VAN OUDEREN:.....	6
3.1. <i>Intergenerationle leerbenadering</i>	6
3.2. <i>Peer-learning</i>	8
3.3. <i>Zelfvertrouwen-versterkende benadering</i>	9
3.4. <i>Op maat gemaakte cursussen en training programma's</i>	11
3.5. <i>Videotutorials</i>	13
3.6. <i>Praktische digitale hulpmiddelen voor toegang tot digitale diensten</i>	15
3.7. <i>Training op locatie</i>	16
3.8. <i>Bewustmakingscampagnes</i>	16
3.9. <i>Individuele digitale begeleiding</i>	16
3.10. <i>Groepsworkshops</i>	17
4. CONCLUSIE	18



1. INLEIDING

Dit document is een verzameling van bronnen met effectieve methoden om de digitale vaardigheden van ouderen te verbeteren. De verzameling is gebaseerd op de resultaten van een uitwisseling van ervaringen en goede praktijken tussen Spanje, Bulgarije en Nederland. De verzamelde onderwijs- en leermethoden zijn gekoppeld aan geselecteerde goede praktijken die laten zien hoe deze kunnen worden toegepast bij ouderen. Dit helpt bij het ontwikkelen van nieuwe methodieken om hun digitale inclusie praktischer en aantrekkelijker te maken.

Het document is gericht op trainers, docenten, sociaal werkers en vrijwilligers die zich inzetten voor de educatieve en sociale inclusie van ouderen. Het biedt hen succesvolle praktijken en educatieve middelen om het informeel leren voor ouderen innovatiever en boeiender te maken. Uiteindelijk kan deze verzameling van bronnen ook ten goede komen aan ouderen door hen te motiveren digitale vaardigheden te verwerven. Hierdoor kunnen zij profiteren van de kansen die digitale diensten bieden en betere toegang krijgen tot diensten, goederen en sociale interacties.

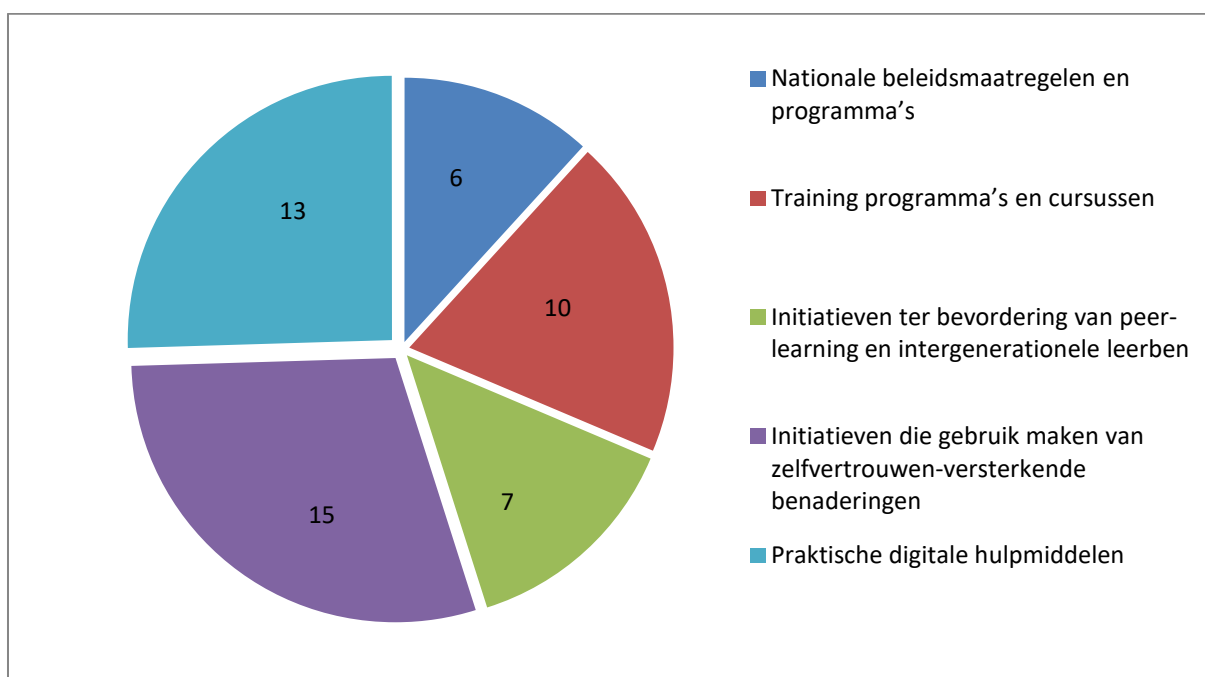


2. VERZAMELING VAN GOEDE PRAKTIJKEN

Als resultaat van het uitgevoerde onderzoek hebben de deelnemende organisaties 22 goede praktijken geïdentificeerd. Deze richten zich op het verbeteren van de digitale vaardigheden van docenten, sociaal werkers en vrijwilligers die met ouderen werken, evenals het ontwikkelen van digitale vaardigheden bij ouderen voor actief ouder worden en sociaal betrokken blijven. De gebruikte methoden omvatten literatuuronderzoek, enquêtes, interviews en workshops met doelgroepen en belanghebbenden om de meest geschikte benaderingen en methoden te vinden om de digitale betrokkenheid van ouderen te vergroten en hun digitale vaardigheden te verbeteren.

De selectie van goede praktijken uit de drie deelnemende landen volgde een vooraf overeengekomen sjabloon, gebaseerd op vastgestelde impactdoelen en selectiecriteria. De deelnemende organisaties richtten zich op specifieke soorten goede praktijken die bijdragen aan een uitgebreide uitwisseling van ervaringen en ideeën tussen de partnerlanden. Dit maakt een vergelijking mogelijk van de behoeften, vooruitgang en resultaten met betrekking tot digitale trainingsaanbiedingen en benaderingen voor ouderen tussen drie EU-landen met verschillende ontwikkelingsniveaus en digitale vaardigheidsniveaus van hun bevolking. Het onderzoek richtte zich op de volgende typen initiatieven:

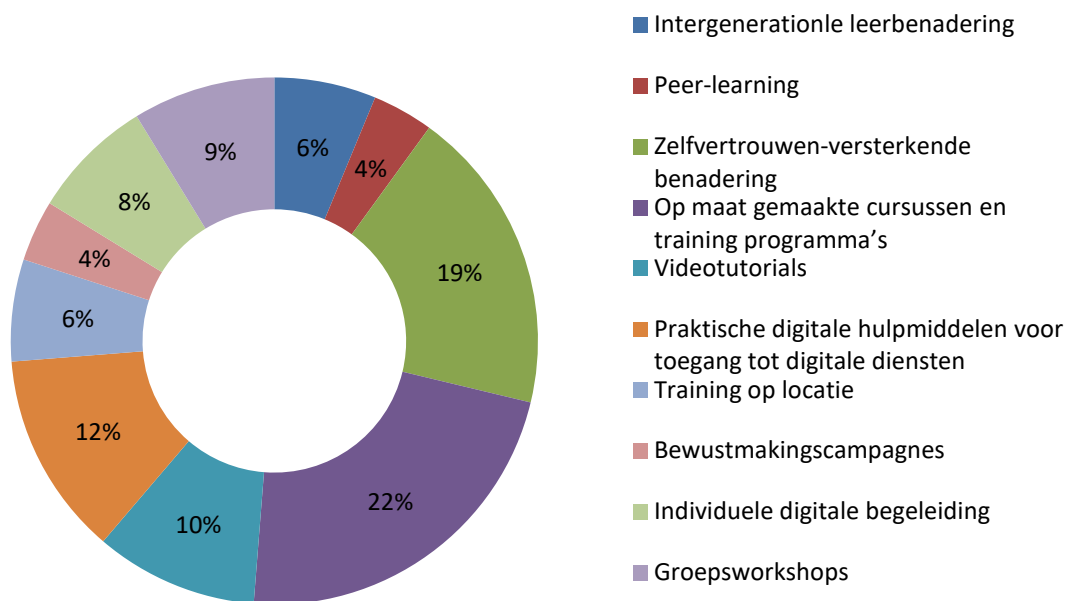
- **Nationale beleidsmaatregelen en programma's** gericht op digitale inclusie van ouderen
- **Trainingsprogramma's** gericht op het verbeteren van de vaardigheden van docenten en het ontwikkelen van digitale vaardigheden van ouderen
- **Initiatieven ter bevordering van peer-learning en intergenerationele leerbenaderingen** voor educatieve en sociale inclusie van ouderen
- **Initiatieven die gebruik maken van zelfvertrouwen-versterkende benaderingen** om de motivatie en betrokkenheid van ouderen te vergroten
- **Praktische digitale hulpmiddelen** voor toegang tot digitale diensten





Na het onderzoek analyseerden de deelnemende organisaties de informatie en haalden ze de meest effectieve methodieken en hulpmiddelen voor het verbeteren van de digitale vaardigheden van ouderen eruit. Deze methodieken kunnen worden toegepast bij het betrekken, trainen en zelfstandig leren van ouderen. De specifieke focus ligt op het voorzien van ouderen van praktische digitale vaardigheden, zodat zij optimaal kunnen profiteren van de mogelijkheden die digitale diensten bieden. Hierdoor krijgen ze betere toegang tot online diensten, goederen en sociale interacties.

Effectieve methodieken voor het verbeteren van de digitale vaardigheden van ouderen





3. EFFECTIEVE METHODIEKEN VOOR HET VEBETEREN VAN DE DIGITALE VAARDIGHEDEN VAN OUDEREN:

3.1. *Intergenerationle leerbenadering*

De intergenerationele leerbenadering bevordert leren door inclusieve en samenwerkende interacties tussen jongere en oudere volwassenen, waarbij kennis, vaardigheden, waarden en ervaringen worden gedeeld. Naast de overdracht van kennis stimuleert intergenerationeel leren wederzijdse leermogelijkheden tussen verschillende generaties en helpt het sociale cohesie en sociaal kapitaal in onze vergrijzende samenleving te ontwikkelen. Deze benadering is inclusief en maakt gebruik van de positieve bronnen die jongere en oudere generaties elkaar en hun omgeving te bieden hebben.

Intergenerationeel leren kan plaatsvinden in diverse educatieve en sociale omgevingen (formeel, informeel, in de klas, buiten de klas, enz.) en via verschillende programma's, projecten of initiatieven gericht op kennisoverdracht en sociale cohesie. Het is een van de weinige oplossingen om leeftijdsdiscriminatie te bestrijden, demografische uitdagingen in de samenleving aan te pakken, solidariteit over generaties te bevorderen, barrières en stereotypen te doorbreken en samenwerking tussen generaties te stimuleren.

De voordelen van intergenerationeel leren gelden zowel voor jongere als oudere generaties. Jongeren ontwikkelen betere doelen, overwinnen stereotypen, veranderen hun houding ten opzichte van ouder worden, vergroten hun gemeenschapszin en versterken hun zelfvertrouwen. Ouderen ervaren minder eenzaamheid en isolatie, voelen zich waardevoller, verbeteren hun gezondheid en functionaliteit en ontwikkelen een positievere houding. Naast de traditionele kennisoverdracht van oud naar jong, zijn er nieuwe vormen ontstaan, zoals reverse mentoring, waarbij jongeren als bron van nieuwe vaardigheden worden gezien.

Intergenerationele programma's zijn gunstig voor deelnemers, vrijwilligers, personeel, families, organisaties en gemeenschappen. Ze kunnen belangrijke lokale problemen aanpakken zoals:

- actieve en veilige gemeenschappen opbouwen
- ongelijkheid verminderen
- sociale isolatie en eenzaamheid tegengaan
- relaties binnen gemeenschappen opbouwen
- Gezondheid en mentaal welzijn verbeteren
- digitale connectiviteit vergroten
- bijdragen aan oplossingen voor klimaatproblemen

Principes van de intergenerationele benadering:

1. **Wederzijds voordeel:** Alle generaties profiteren en zijn gelijkwaardig betrokken. Het samenwerken zorgt er ook voor dat traditionele vaardigheden behouden blijven.
2. **Gelijke deelname:** Deelnemers worden volledig betrokken bij het vormgeven van het programma en hebben eigenaarschap over het proces.



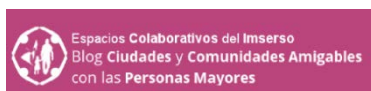
3. **Sterktegerichte aanpak:** Het ontdekken en benutten van de sterke punten van deelnemers staat centraal.
4. **Goed gepland:** Intergenerationeel leren vervangt geen natuurlijke interacties maar voegt bewuste, positieve veranderingen toe.
5. **Cultureel verankerd:** De rijke culturele diversiteit die in Europa bestaat, betekent dat er geen gemeenschappelijke programma's kunnen zijn die in alle situaties werken. Hoewel de principes achter de aanpak hetzelfde kunnen zijn, kunnen de behoeften, context en attitudes van mensen sterk verschillen.
6. **Versterkt gemeenschapsbanden:** Het bevordert de betrokkenheid van mensen van verschillende generaties met elkaar en met de mensen om hen heen. De nadruk op positieve verbinding, het herkennen en benutten van de sterke punten van mensen, is een zeer effectieve manier om sterkere, beter verbonden gemeenschappen op te bouwen, met meer sociaal kapitaal en burgers die meer betrokken zijn bij lokale democratie en sociale vraagstukken.
7. **Daagt leeftijdsdiscriminatie uit:** Jongeren en ouderen zijn in verschillende mate het slachtoffer van leeftijdsdiscriminatie in heel Europa. Intergenerationeel leren biedt een mechanisme waarmee generaties elkaar kunnen ontmoeten, samen kunnen werken en ontdekken, en zo de realiteit herontdekken van wie ze werkelijk zijn en wat ze kunnen winnen door meer betrokken te zijn bij andere generaties.
8. **Interdisciplinair:** De intergenerationele leerbenadering biedt een middel en een kans om de ervaring van professionals te verbreden door op een meer inclusieve manier te werken en deel te nemen aan uitwisseling met andere groepen. Dit stelt hen in staat om veel breder na te denken over de manier waarop zij hun werk uitvoeren.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat intergenerationele leerbenadering gebruiken:

Дари час!

digitol

[hand icon] AlfabeTICs 60





3.2. Peer-learning

Peer-learning is een wederzijdse, tweerichtingsactiviteit die bedoeld is om voor alle betrokkenen gunstig te zijn en de uitwisseling van kennis, ideeën en ervaringen tussen deelnemers mogelijk te maken. Het kan worden omschreven als een manier van wederzijds leren die afhankelijk is van voortdurende interactie tussen de docent en de leerling en tussen leerlingen onderling.

Peer-learning omvat verschillende leermodellen, zoals modellen waarin meer gevorderde leerlingen minder gevorderde leerlingen begeleiden, of modellen waarbij leerlingen elkaar ondersteunen bij zowel inhoudelijke als persoonlijke kwesties. Andere vormen zijn discussieseminars, privéstudiegroepen, counseling, beoordelingsschema's tussen gelijken, samenwerkingsprojecten, groepswerken, mentoring op de werkvloer en gemeenschapsactiviteiten.

Peer-learning is geschikt voor zowel formele onderwijssituaties als informele contexten waarin vrijwilligers met kennis op een bepaald gebied betrokken zijn. Het kan ook nuttig zijn voor mensen met verschillende etnisch-culturele achtergronden, bijdragen aan de integratie van achtergestelde groepen en sociale inclusie bevorderen.

De peer-learning benadering is vooral nuttig voor mensen met een lage opleiding en/of beperkte toegang tot onderwijs. Het biedt niet alleen mogelijkheden voor deelnemers om zaken te bespreken, maar verrijkt ook hun emotionele intelligentie. Ze leren elkaars achtergrond beter begrijpen en krijgen meer inzicht in andermans gedrag en motivaties.

Met betrekking tot digitale technologieën heeft peer-tutoring bewezen een efficiënte en populaire methode te zijn om digitale vaardigheden op latere leeftijd te verwerven. Dit kan de vorm aannemen van individuele digitale peer-ondersteuning tijdens informele bijeenkomsten, afgestemd op het tempo en de behoeften van de hulpvrager. Peer-tutoring kan ook plaatsvinden in trainingscursussen, waarbij de peer-tutor de leraar assisteert en laagdrempelige ondersteuning biedt door naast de deelnemers te zitten en ervoor te zorgen dat niemand achterblijft.

Bij digitale ondersteuning richt peer-learning zich vaak op dagelijkse taken, zoals het gebruik van digitale diensten en apparaten, verschillende applicaties, enzovoort.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat peer-learning gebruiken:





3.3. *Zelfvertrouwen-versterkende benadering*

Bij digitale technologieën wordt zelfvertrouwen opgebouwd door positieve ervaringen met het gebruik ervan, wat zorgt voor een betere betrokkenheid bij technologie. Positieve ervaringen motiveren mensen om te experimenteren en meer betrokken te raken bij hun apparaten. Bovendien biedt het gebruik van technologie voor activiteiten die aansluiten bij persoonlijke interesses een grote motivatie om nieuwe vaardigheden te leren. Dit is vooral relevant voor ouderen die hun zelfvertrouwen moeten opbouwen en hun gevoel van zelfredzaamheid moeten versterken, oftewel het geloof dat ze in staat zijn technologie te gebruiken en daarmee succes te boeken.

Zelfvertrouwen is een complex concept dat samenhangt met meerdere emoties en dynamisch kan toenemen of afnemen, afhankelijk van de kwaliteit van de ervaringen met technologie. Het faciliteren van activiteiten waarbij ouderen leren over technologie moet duidelijk, geduldig en stapsgewijs worden uitgevoerd om bij te dragen aan hun zelfvertrouwen.

Volgens onderzoek is doelgerichte training (taakgerichte training) effectiever dan een standaard trainingsaanpak bij ouderen. Ouderen worden hierdoor bewuster van hun fouten en passen hun gedrag aan om de gestelde doelen te bereiken. Individuele leeractiviteiten blijken efficiënter te zijn dan groepsactiviteiten, omdat competitie binnen groepen bij sommige deelnemers angst en frustratie kan veroorzaken. In groepsomgevingen kunnen positieve resultaten worden bereikt door de peer-learning benadering te integreren. Ouderen vertrouwen vaak op groepsgenoten om hun gedrag te valideren, en een persoon met meer geavanceerde digitale vaardigheden in de groep kan anderen laten zien wat met technologie mogelijk is.

De taal die tijdens trainingsactiviteiten wordt gebruikt, heeft ook een grote invloed op het zelfvertrouwen van ouderen. Technische termen en jargon kunnen ontmoedigend werken. De gebruikte taal moet eenvoudig en ondersteund zijn met voorbeelden en praktische associaties.

Belangrijke factoren voor het versterken van zelfvertrouwen bij het gebruik van technologie door ouderen:

- Zorg voor positieve ervaringen tijdens het leren over technologie.
- Stem het leerproces af op de persoonlijke interesses van ouderen.
- Kies de juiste leeromgeving en pas deze aan op het comfort van de deelnemer(s).
- Zorg ervoor dat de training, individueel of in groepsverband, plaatsvindt in het eigen tempo van de deelnemer(s).
- Gebruik eenvoudige taal, ondersteund door voorbeelden en praktische associaties.
- Laat ouderen zelfstandig oefenen met technologie en doorloop samen de stappen.



Co-funded by
the European Union



Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat zelfvertrouwen-
versterkende benadering gebruiken:

Дари час! **digitol** [👏] AlfabeTICs 60



INTERNET FOR ALL: 55+

65YMAS.COM



THE 3rd READING AGE

CONECTADOS 88

Reconectados



Fundación "la Caixa"



Enhancing the
Social and Digital
Participation of
Older People





3.4. *Op maat gemaakte cursussen en training programma's*

Bij het ontwerpen van een trainingsprogramma of cursus om de digitale geletterdheid en vaardigheden van ouderen te verbeteren, is het belangrijk te beseffen dat niet alle ouderen hetzelfde niveau van digitale bekwaamheid hebben. Zij hebben verschillende vaardigheden, ervaringsniveaus, leerstijlen, sterke punten en leerbarrières. Effectieve digitale training moet daarom worden afgestemd op de specifieke behoeften en uitdagingen van de deelnemers, zowel in een individuele als groepsomgeving.

Om een effectief op maat gemaakt trainingsprogramma voor ouderen te ontwikkelen, kunt u zich richten op de volgende belangrijke aspecten:

➤ **Behoeften van de deelnemers beoordelen**

Onderzoek het niveau van digitale vaardigheden en de specifieke behoeften van ouderen die deelnemen aan de training. Gebruik enquêtes, interviews of eenvoudige tests om de trainingssessie af te stemmen op hun behoeften en ervoor te zorgen dat zij niet overweldigd raken.

➤ **Een curriculum ontwikkelen**

Op basis van de resultaten van de behoeftenbeoordeling kunt u een curriculum ontwikkelen dat aansluit bij het vaardigheidsniveau van de deelnemers. Voor betere resultaten moet de leerinhoud worden onderverdeeld in onderwerpen en subonderwerpen om de informatie in kleine delen aan te bieden. Praktische oefeningen zijn essentieel voor het verwerven en verbeteren van digitale vaardigheden.

➤ **Een comfortabele leeromgeving creëren**

Zorg voor een ontspannen en gastvrije leeromgeving. Let erop dat de ruimte goed verlicht is, comfortabele zitplaatsen heeft en vrij is van afleidingen.

➤ **Verschillende onderwijsmethoden en -benaderingen toepassen**

Kies de lesmethoden op basis van de leerinhoud en gebruik verschillende technieken, zoals praktijkgerichte oefeningen, visuele hulpmiddelen (diagrammen en video's) en mondelinge uitleg.

➤ **Gebruiksvriendelijke apparaten en software gebruiken**

Kies gebruiksvriendelijke apparaten en software die eenvoudig te navigeren en te begrijpen zijn. Dit helpt ouderen zich comfortabeler en zelfverzekerder te voelen tijdens het leren.

➤ **Het leuk maken**

Maak het trainingsprogramma boeiender en interessanter voor ouderen door leuke activiteiten toe te voegen, zoals spelletjes, quizzes en andere interactieve oefeningen.

➤ **Vrijwilligers of peers betrekken**

Betrek vrijwilligers of oudere peers met goede digitale vaardigheden om extra ondersteuning te bieden en de ervaring toegankelijker te maken.



**Co-funded by
the European Union**



➤ **Vragen aanmoedigen en ondersteuning bieden**

Moedig ouderen aan om vragen te stellen en bied individuele ondersteuning om hen te helpen eventuele uitdagingen te overwinnen.

➤ **Beoordelingen uitvoeren en feedback verzamelen**

Monitor de voortgang van de deelnemers door middel van regelmatige beoordelingen en verzamel feedback om het trainingsprogramma waar nodig aan te passen.

➤ **Voortgang erkennen**

Vier de voortgang, kleine overwinningen en mijlpalen van de deelnemers tijdens de trainingen om hun zelfvertrouwen en gevoel van prestatie te vergroten.

➤ **Dagelijks oefenen aanmoedigen**

Stel dagelijkse taken voor waarmee deelnemers hun nieuw verworven vaardigheden kunnen oefenen en digitale tools blijven gebruiken om consistent te verbeteren.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat op maat gemaakte cursussen en training programma's gebruiken:





3.5. Videotutorials

Video's zijn een uitstekend hulpmiddel voor leren omdat ze niet alleen helpen bij het verminderen van cognitieve belasting, maar ook de aandacht van de kijker trekken en bijdragen aan betrokkenheid bij het leerproces. Video's maken training flexibel, mobiel, hapklaar en gericht, terwijl leerinhoud op een aantrekkelijke manier wordt gepresenteerd, zodat deelnemers kunnen leren, oefenen en uitdagingen kunnen aanpakken.

Tekst- of audiogebaseerde training is zeer effectief voor het overbrengen van gestructureerde inhoud en het stellen van taken. Video's, inclusief gamificatie, simulaties en andere interactieve inhoud, zijn echter ideaal om gedragsverandering te bevorderen. Ze hebben de kracht om gewenst gedrag te demonstreren, wat deelnemers kunnen nabootsen en oefenen. Videoleren kan worden geïntegreerd in verschillende leerstijlen en houdt deelnemers betrokken gedurende het hele proces. Video's kunnen animaties, geluidseffecten en zelfs interactieve elementen bevatten die ouderen helpen om de inhoud beter te onthouden.

Voordelen van videoleren:

➤ **Gemakkelijk toegankelijk**

Videoleren kan thuis of onderweg plaatsvinden en video-inhoud kan worden bekeken op verschillende apparaten (telefoons, tablets, computers, enz.). Dit maakt video's veel toegankelijker dan andere vormen van inhoud, zoals boeken of artikelen die fysieke exemplaren vereisen.

➤ **Leren wanneer het uitkomt**

Videoleren stelt deelnemers in staat om te leren waar en wanneer zij willen. Een korte, visueel aantrekkelijke educatieve video over een specifiek onderwerp kan deelnemers helpen zich beter te concentreren op de inhoud zonder zich zorgen te maken over hoe ze alles moeten onthouden.

➤ **In eigen tempo leren**

Ouderen kunnen op elk moment deelnemen aan videoleren en in hun eigen tempo onderwerpen verkennen. Als ze meer informatie nodig hebben of een onderwerp opnieuw willen bekijken, biedt videoleren die flexibiliteit.

➤ **Stimuleert zelfgestuurd leren**

Educatieve video's kunnen onderwerpen op een leuke en boeiende manier presenteren. Ze kunnen ook in hapklare delen worden geleverd, zodat ouderen niet worden overweldigd door te veel informatie in één keer.

➤ **Betere retentiegraad**

Video's combineren beeld en geluid, waardoor de zintuiglijke informatie toeneemt en deelnemers de inhoud beter onthouden.



Co-funded by
the European Union



➤ Efficiëntie

Video's kunnen complexe onderwerpen snel en gemakkelijk uitleggen door middel van visuele en auditieve elementen. Ze voegen een extra dimensie van betrokkenheid toe aan het leerproces en maken het mogelijk om real-time demonstraties te observeren.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat videotutorials gebruiken:

INTERNET FOR ALL: 55+ [👉] **AlfabeTICs 60**



Reconectados





3.6. Praktische digitale hulpmiddelen voor toegang tot digitale diensten

Tegenwoordig worden steeds meer diensten op alle gebieden van het leven digitaal ontworpen en aangeboden. Om toegang tot deze diensten te krijgen, is echter een bepaald niveau van digitale vaardigheden vereist. Praktische digitale vaardigheden in nieuwe technologieën en diensten kunnen sociale interacties van ouderen vergemakkelijken, zelfstandig en onafhankelijk leven bevorderen en de toegang tot en het beheer van gezondheids- en sociale zorgdiensten verbeteren. Met gerichte ondersteuning van trainers, zorgverleners of familieleden kunnen ouderen de vaardigheden en kennis ontwikkelen om de juiste digitale diensten te identificeren en te gebruiken, mobiele apps en online diensten te benutten en met vertrouwen digitale hulpmiddelen te gebruiken voor dagelijkse taken.

Ouderen vertegenwoordigen een groeiende markt voor digitale technologieën die zijn afgestemd op hun behoeften, variërend van hulpmiddelen voor assistentie en slim wonen tot gezondheidsmonitoringsapparaten en digitale vooruitgang in de gezondheids- en zorgsector. Deze technologieën kunnen de dienstverlening verbeteren en ouderen ondersteunen in hun dagelijks leven. Daarom is het belangrijk dat ouderen de juiste vaardigheden ontwikkelen om mobiele apparaten te gebruiken, door nuttige apps te navigeren en deze aan te passen aan hun persoonlijke behoeften.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat praktische digitale hulpmiddelen gebruiken:





3.7. *Training op locatie*

Training op locatie is een geweldige manier om ouderen kennis te laten maken met nieuwe technologieën en hen te motiveren om digitale training te volgen, zelfs op een zeer basissniveau. Workshops op locatie kunnen zich richten op verschillende onderwerpen, zoals gezondheid, mobiliteit, eerste stappen op het internet, zoeken op het internet, enzovoort. Tijdens dergelijke evenementen kunnen ouderen samen met hun leeftijdsgenoten oefenen onder begeleiding van getrainde vrijwilligers. Ouderen waarderen de persoonlijke benadering en aandacht enorm, evenals de mogelijkheid om vragen te stellen. Dit geeft hen meer zelfvertrouwen en vrijheid bij het gebruik van digitale apparaten en het verbeteren van hun digitale vaardigheden.

Training op locatie kan in verschillende formaten plaatsvinden, variërend van één-op-één ondersteuning in verzorgingstehuizen, IT-inloopsessies tot grootschalige gemeenschapsevenementen. Er hoeven geen vaste lesplannen te zijn; de deelnemers kunnen zelf de onderwerpen kiezen die zij willen leren. Deze onderwerpen kunnen zo vaak als nodig worden herhaald.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat training op locatie gebruiken:



INTERNET FOR ALL: 55+

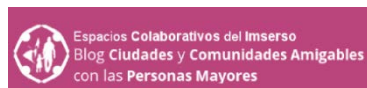


3.8. *Bewustmakingscampagnes*

Bewustmakingsactiviteiten helpen om de voordelen van digitale technologie onder de aandacht te brengen en mensen te inspireren en motiveren om gebruik te maken van diensten voor digitale inclusie. Deze activiteiten zijn speciaal ontworpen om ouderen te bereiken die risico lopen op digitale uitsluiting en hen te informeren over hoe digitale technologie hen persoonlijk kan helpen. Dit zal hen aanmoedigen om meer te ontdekken over de vele manieren waarop digitale technologie het dagelijks leven gemakkelijker en plezieriger kan maken.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat bewustmakingscampagnes gebruiken:

INTERNET FOR ALL: 55+



digital

3.9. *Individuele digitale begeleiding*

Individuele digitale begeleiding biedt een comfortabele en veilige omgeving waarin ouderen kunnen leren over het gebruik van technologie, afgestemd op hun eigen doelen en interesses, eerdere



Co-funded by
the European Union



ervaringen met digitale technologieën, niveau van digitale vaardigheden en toegang tot verschillende soorten digitale apparaten. Sommige mensen zijn terughoudend om in groepsactiviteiten informatie over zichzelf te delen en geven er de voorkeur aan om hun ervaringen privé te bespreken.

Individuele leeromgevingen bieden ook de mogelijkheid om de trainingsactiviteiten en programma's aan te passen aan de specifieke leerbehoeften, motivaties, persoonlijke interesses en vragen van de deelnemer. Het leren moet plaatsvinden in het eigen tempo van de deelnemer, waarbij instructies langzaam worden gegeven en taken later opnieuw worden herhaald. Voor betere resultaten moet individueel digitaal leren worden aangevuld met aanvullende formele training, informele ondersteuning door familie en vrienden, of zelfstudie.

Het koppelen van ouderen aan technisch vaardige mentoren kan persoonlijke begeleiding en ondersteuning bieden. Familieleden, vrijwilligers uit de gemeenschap of zelfs professionele diensten kunnen deze rol vervullen door stap-voor-stap begeleiding en aanmoediging te bieden.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat individuele digitale begeleiding gebruiken:

Дари час!

digitol

[hand icon] AlfabeTICs 60

65YMAS.COM

seniorweb

Fundación "la Caixa"

vodafone ZIGGO
DIGITAL TUESDAY

CONNECTADOS 88

3.10. Groepsworkshops

Voor ouderen die technologie willen leren gebruiken, kunnen groepsworkshops peer-learning en ondersteuning stimuleren. Dit vergroot het zelfvertrouwen van de deelnemers en bevordert betere sociale interacties en inclusie. Terwijl individueel leren kennis en vaardigheden kan vergroten door middel van een gepersonaliseerde aanpak, kan samenwerking met meer gevorderde leeftijdsgenoten dit proces verder verbeteren en het leerpotentieel uitbreiden. Groepsactiviteiten die aantrekkelijk zijn, zorgen voor een positievere leerervaring. Deelnemers bouwen hechtere relaties met elkaar op, waardoor ze binnen de groep samenwerken en van elkaar leren.

Voorbeelden van Mobi-Dig collectie van goede praktijken dat groepsworkshops gebruiken:

Дари час!

digitol

[hand icon] AlfabeTICs 60

CONNECTADOS 88

65YMAS.COM

iai@connectat

INTERNET FOR ALL: 55+

seniorweb



4. CONCLUSIE

De gezamenlijke inspanningen van drie organisaties uit drie Europese landen (Spanje, Bulgarije en Nederland) hebben geresulteerd in de ontwikkeling van een verzameling van 22 goede praktijken. Deze richten zich op het verbeteren van de digitale vaardigheden van docenten, sociaal werkers en vrijwilligers die met ouderen werken, evenals op het ontwikkelen van digitale vaardigheden bij ouderen voor actief ouder worden en sociale inclusie. Het uiteindelijke doel is om ouderen in staat te stellen technologie te omarmen, hun connectiviteit, gezondheid en levenslang leren te verbeteren door barrières aan te pakken die zij ervaren bij nieuwe technologieën en hen te koppelen aan de juiste hulpmiddelen en ondersteuning om hen zelfverzekerd en betrokken te laten voelen in onze snel veranderende digitale wereld.

De geselecteerde goede praktijken bieden een reeks effectieve benaderingen en middelen voor het verbeteren van de digitale vaardigheden van ouderen. Deze kunnen worden toegepast bij het betrekken, trainen en zelfstandig leren van ouderen. De focus ligt specifiek op het uitrusten van ouderen met praktische digitale vaardigheden, zodat zij optimaal kunnen profiteren van de mogelijkheden die digitale diensten bieden. Hierdoor krijgen zij betere toegang tot online diensten, goederen en sociale interacties.

De partnerorganisaties hebben zich gericht op het identificeren van relevante nationale beleidsmaatregelen en programma's gericht op digitale inclusie van ouderen, trainingsprogramma's voor het verbeteren van vaardigheden van docenten en digitale vaardigheden van ouderen, initiatieven die peer-learning en intergenerationeel leren bevorderen, initiatieven die gebruik maken van zelfvertrouwen-versterkende benaderingen en praktische digitale hulpmiddelen voor toegang tot digitale diensten.

De beschreven effectieve benaderingen in dit document bieden nieuwe ideeën, methoden en middelen aan trainers, docenten, sociaal werkers en vrijwilligers die werken aan de educatieve en sociale inclusie van ouderen. Deze kunnen informeel leren innovatiever en aantrekkelijker maken voor ouderen. Uiteindelijk kunnen ouderen hier zelf ook van profiteren door praktische digitale vaardigheden te verwerven, waardoor zij beter toegang krijgen tot diensten, goederen en sociale interacties.



Co-funded by
the European Union



REFERENTIES

<https://www.researchgate.net/publication/363844254> Intergenerational Learning in Action

<https://epale.ec.europa.eu/en/blog/oer-role-intergenerational-learning-adult-education>

<https://generationsworkingtogether.org/downloads/5cde5c13d2fb7-Training%20Manuel%20edition%20%20final.pdf>

<https://www.researchgate.net/publication/370962376> Older Adults Learning Digital Skills Together Peer Tutors' Perspectives on Non-Formal Digital Support

https://researchbank.swinburne.edu.au/file/cfaa8da7-d021-482e-b0e2-e6f649b78952/1/2022-an-understanding_confidence_of.pdf

<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2023.1122277/full>

<https://elearningindustry.com/benefits-of-video-based-learning>

<https://www.junolive.com/insights/10-benefits-why-are-videos-good-for-learning>

<https://www.senior-talk.com/blog/maximizing-the-digital-learning-potential-for-older-adults>

<https://www.omniaolderadultsolutions.com/blog/implementing-tech-training-programs-for-older-adults-a-step-by-step-guide/>



Co-funded by
the European Union

Het project MOBI-DIG wordt mede gefinancierd door de Europese Unie.

De meningen en standpunten die in dit project worden geuit, zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en vertegenwoordigen niet noodzakelijkerwijs de standpunten van de Europese Unie of van de Spaanse Nationale Agentschap Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Noch de Europese Unie, noch SEPIE kunnen hiervoor verantwoordelijk worden gesteld.