



Digitale Kompetenzen

FÜR ÄLTERE MENSCHEN UND SOZIALE INKLUSION

Inhalt

Einleitung	2
TEIL 1 — THEORIETEIL.....	3
1 Hintergrund & Relevanz	3
1.1 Die digitale Kluft im Alter	3
1.2 Modell der digitalen Praxisformen	4
2 Lernwege im Alter.....	5
3 Geschlechter- & altersgerechte Didaktik	6
3.1 Inhalte	6
3.2 Methoden.....	6
3.3 Personen (Trainer:innen)	6
3.4 Rahmenbedingungen	7
4 Die Com(p)AGE Plattform.....	8
TEIL 2 — ÜBUNGEN.....	9
Übungsblock A: Erste Schritte am Smartphone	9
Übungsblock B: Kommunikation & Internet	10
Übungsblock C: Sicherheit & Com(p)AGE	11
TEIL 3 — LITERATURLISTE.....	13
Literatur & Quellen	13
Studien & Berichte.....	13
Didaktik & Methodik.....	13
Weiterführende Forschung.....	13
Rechtliche Grundlagen & Leitlinien	14
Online-Ressourcen.....	14

Einleitung

Willkommen zu diesem Workshop-Modul!

Als Person, die mit älteren Menschen arbeitet oder dies in Zukunft tun möchte, spielen Sie eine wertvolle Rolle in deren Alltag. Ob im direkten Besuch, in der Begleitung oder in anderen Formen der Unterstützung – Sie sind oft eine der ersten Anlaufstellen, wenn es Fragen rund um digitale Geräte gibt. Ein Smartphone, das nicht mehr funktioniert, eine unbekannte App oder eine verdächtige Nachricht im Postfach: Solche Situationen begegnen älteren Menschen häufig, und Ihre ruhige, geduldige Unterstützung kann dabei einen großen Unterschied machen.

Dieses Workshop-Modul gibt Ihnen das nötige Wissen und praktische Werkzeuge an die Hand, um in genau solchen Momenten sicher und kompetent helfen zu können – ohne selbst IT-Expertin oder IT-Experte sein zu müssen.

Im ersten Teil erhalten Sie einen Einblick in die Hintergründe: Warum fällt älteren Menschen der Einstieg in die digitale Welt manchmal schwer? Welche Personengruppen sind besonders auf Unterstützung angewiesen? Und wie lernen ältere Menschen am besten – was sollte man als Begleitperson dabei beachten und berücksichtigen?

Im zweiten Teil wird direkt am Gerät geübt. Schritt für Schritt – von den ersten Handgriffen am Smartphone über das Schreiben von Nachrichten und die Internetsuche bis hin zu wichtigen Grundlagen rund um Sicherheit im Netz. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Com(p)AGE Plattform – einem digitalen Angebot, das eigens entwickelt wurde, um älteren Menschen die gesellschaftliche Teilhabe zu erleichtern, und das Sie gemeinsam mit ihnen entdecken und nutzen können.

Im dritten Teil finden Sie weiterführende Quellen und Literatur für alle, die einzelne Themen noch vertiefen möchten.

Das Ziel ist nicht Perfektion, sondern Sicherheit und Einfühlungsvermögen – damit Sie älteren Menschen auf Augenhöhe begegnen und ihnen den Zugang zur digitalen Welt ein Stück weit leichter machen können.

Sie sind noch nicht freiwillig engagiert, möchten aber gerne mit älteren Menschen arbeiten? Dann melden Sie sich gerne bei uns! Wir freuen uns über jede Unterstützung und begleiten Sie Schritt für Schritt in Ihr Ehrenamt – dieser Kurs ist der ideale Einstieg dafür.

TEIL 1 – THEORIETEIL

1 Hintergrund & Relevanz

Digitale Kompetenzen gelten als eine der acht EU-Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen (Rat der Europäischen Union, 2018) und sind eine Grundvoraussetzung für soziale Teilhabe sowie aktives Altern. In Österreich zeigt sich trotz wachsender Gerätenutzung ein deutlicher altersspezifischer „Digital Divide“.

So nutzen laut Statistik Austria (2021) zwar immer mehr ältere Menschen digitale Geräte – doch die Art und Tiefe der Nutzung unterscheidet sich erheblich von jener jüngerer Generationen. Während viele Senior:innen grundlegende Funktionen wie Telefonieren oder das Abrufen von Nachrichten beherrschen, bleiben komplexere Anwendungen – etwa Online-Banking, Behördenwege oder die Nutzung sozialer Plattformen – für einen großen Teil schwer zugänglich oder gänzlich ungenutzt. Eine repräsentative Befragung von über 800 Österreicher:innen über 65 Jahren (BMSGPK, 2023) zeigt: Rund 25 % nutzen keinerlei digitale Technologien. Besonders betroffen sind Frauen, Personen mit niedrigem Einkommen oder Bildungsabschluss sowie Hochaltrige ab 80 Jahren und Menschen in ländlichen Regionen.

Diese Zahlen verdeutlichen, dass digitale Ausgrenzung kein rein technisches Problem ist – sie ist eng mit sozialer Ungleichheit verknüpft. Wer keinen Zugang zur digitalen Welt hat oder ihn nicht nutzen kann, läuft Gefahr, auch von wichtigen gesellschaftlichen, gesundheitlichen und sozialen Angeboten abgekoppelt zu werden. Digitale Kompetenzförderung im Alter ist daher nicht nur eine Frage der Technik, sondern eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe.

Studie

Repräsentative Telefonbefragung mit 814 über-65-jährigen Österreicher:innen (Herbst 2021, im Auftrag des BMSGPK). Ergebnis: 75 % sind in mindestens einer digitalen Praxisform aktiv – 25 % nutzen keinerlei digitale Technologien.

1.1 Die digitale Kluft im Alter

- Ältere Menschen weisen niedrigere digitale Kompetenzen auf als jüngere (Statistik Austria, 2021)
- Ungleichheiten bestehen nicht nur zwischen Altersgruppen, sondern auch innerhalb der Gruppe älterer Menschen
- Risikogruppen für digitale Ausgrenzung:
 - Frauen & Personen mit niedrigem Einkommen/Bildungsabschluss
 - Hochaltrige (80+): 59 % der Nicht-Nutzer:innen sind mindestens 80 Jahre alt
 - Personen in ländlichen Gebieten und mit gesundheitlichen Einschränkungen

1.2 Modell der digitalen Praxisformen

Was bedeutet es, digital kompetent zu sein? Forscher:innen rund um Kolland, Bohrn, Rohner, Greber und Gallistl (2022) haben dazu ein Modell entwickelt, das digitale Kompetenz nicht auf reine Technikenntnis reduziert, sondern als umfassendes, selbstbestimmtes Handeln im digitalen Alltag versteht. Es beschreibt fünf Bereiche, in denen sich zeigt, wie Menschen mit digitalen Technologien umgehen:

Informationspraxis	Wissen & Gerätekunde – Kenne ich die Geräte und Technologien, die es gibt? Weiß ich grundsätzlich, wie sie funktionieren? Dazu zählt auch die bewusste Entscheidung, ein Gerät oder eine Funktion nicht zu nutzen – denn auch das kann eine informierte Wahl sein.
Nutzungspraxis	Nutzung – Verwende ich digitale Technologien selbst, oder lasse ich mir dabei helfen? Beides ist gültig. Auch wer etwa eine Enkelin oder einen Enkel bittet, etwas online nachzuschlagen, nimmt aktiv am digitalen Leben teil.
Gestaltungspraxis	Gestalten – Gehe ich über die bloße Nutzung hinaus und gestalte ich selbst etwas? Das kann so einfach sein wie das Ändern eines Hintergrundbildes am Smartphone oder das Erstellen einer eigenen Seite im Internet.
Reflexionspraxis	Nachdenken & Hinterfragen – Denke ich kritisch darüber nach, was ich online tue? Erkenne ich Risiken wie Datenmissbrauch oder betrügerische Nachrichten, und schütze ich meine persönlichen Daten bewusst?
Explorationspraxis	Entdecken & Ausprobieren – Traue ich mir zu, neue Technologien selbstständig zu erkunden und Probleme eigenständig zu lösen – auch ohne Anleitung?

Diese fünf Bereiche sind keine starren Stufen, sondern ein Spektrum. Menschen bewegen sich darin sehr unterschiedlich – und das ist vollkommen in Ordnung. Wichtig ist: Wer weniger digitale Erfahrung hat, ist deshalb nicht ausgegrenzt. Digitale Kompetenz beginnt bereits dort, wo jemand weiß, dass es ein Smartphone gibt und wozu es dient.

2 Lernwege im Alter

Wie lernen ältere Menschen eigentlich den Umgang mit Smartphones, Tablets und Co.? Die Forschung zeigt: Der häufigste Weg führt nicht über Kurse oder Bücher – sondern über Menschen, denen man vertraut.

- **Lernen in der Familie** ist mit Abstand der wichtigste Zugang. Rund **72 %** der älteren Menschen geben an, digitale Dinge von Familienmitgliedern erklärt bekommen zu haben – etwa von Kindern oder Enkelkindern. Dieser Weg funktioniert besonders gut, weil er in einer vertrauten, stressfreien Umgebung stattfindet. Er bleibt auch im hohen Alter stabil und ist gerade für Frauen und sehr alte Menschen oft der einzige realistische Zugang.
- **Lernen von Freunden oder Bekannten** spielt ebenfalls eine wichtige Rolle: **40 %** lernen auf diesem Weg. Hier ist der Austausch unter Gleichgesinnten besonders wertvoll – man traut sich eher, Fragen zu stellen, wenn das Gegenüber in einer ähnlichen Lebenssituation ist.
- **Selbstständiges Lernen** – etwa durch Bücher oder Online-Anleitungen – nutzen rund **23 % bzw. 21 %** der älteren Menschen. Dieser Weg wird vor allem von Männern mit höherem Bildungsabschluss gewählt und wird mit zunehmendem Alter seltener.
- **Kurse und organisierte Lernangebote** werden von etwa **22 %** genutzt. Sie erreichen jedoch nicht alle gleichermaßen – Kosten, fehlende Angebote vor Ort oder mangelnde Bekanntheit sind häufige Hürden, die viele davon abhalten.

Für Sie als begleitende Person bedeutet das: Gemeinsames Ausprobieren und ein vertrautes Umfeld sind oft der beste Rahmen, in dem Lernen gelingt. Sie müssen kein technisches Fachwissen mitbringen – wichtiger ist, dass Sie sich Zeit nehmen und offen auf die Fragen und das Tempo der Person eingehen, die Sie begleiten.

3 Geschlechter- & altersgerechte Didaktik

Damit die Vermittlung digitaler Kompetenzen für ältere Menschen wirklich gelingt, braucht es mehr als nur technisches Wissen. Das Bundeskanzleramt, das OIAT und digitaleSenior:innen (2024) haben vier Handlungsfelder beschrieben, die dabei eine zentrale Rolle spielen:

3.1 Inhalte

Was wird vermittelt? Gute Lerninhalte orientieren sich am echten Alltag der Teilnehmenden und zeigen, welchen konkreten Nutzen eine App oder ein Gerät bringen kann – statt sich in technischen Details zu verlieren. Dabei werden unterschiedliche Lebenssituationen berücksichtigt: Alter, Geschlecht, Herkunft. Auch Themen wie Datenschutz und der kritische Umgang mit Informationen im Netz gehören dazu. Die verwendete Sprache ist bewusst inklusiv und geschlechtsneutral gehalten.

Zusammengefasst:

- Vielfältige Lebensrealitäten sichtbar machen – Diversität nach Geschlecht, Alter, Herkunft berücksichtigen
- Alltagsbezug herstellen: praxisnahe Beispiele aus dem Lebensumfeld der Teilnehmenden wählen
- Mehrwert statt Technik: Nutzen einer Anwendung in den Vordergrund stellen
- Grundlegende Medienkompetenzen, Datenschutz und kritisches Denken vermitteln
- Geschlechtsneutrale Sprache verwenden (z. B. "Teilnehmende" statt "Teilnehmer:innen")

3.2 Methoden

Wie wird vermittelt? Ältere Menschen lernen am besten, wenn sie selbst aktiv werden und Dinge ausprobieren dürfen. Regelmäßige Pausen, ein abwechslungsreicher Unterricht – mal in der Gruppe, mal einzeln, mal mit Bildern, mal mit Erklärungen – und eine lockere, humorvolle Atmosphäre helfen dabei, Hemmschwellen abzubauen und das Gelernte zu festigen.

Zusammengefasst:

- Pausen & Nachfragezeiten regelmäßig einplanen
- Methodenvielfalt: praxisorientiert, verbal & nonverbal, Gruppenarbeit
- Raum für Selbsterfahrung schaffen – Neues ausprobieren, Stärken entdecken
- Spaß & Leichtigkeit: Humor als Teil des Lernprozesses verstehen

3.3 Personen (Trainer:innen)

Wer vermittelt? Entscheidend ist nicht nur Fachwissen, sondern vor allem Einfühlungsvermögen. Wer mit älteren Menschen arbeitet, sollte individuelle

Voraussetzungen ernst nehmen – etwa wenn jemand Schwierigkeiten beim Sehen, Hören oder mit der Feinmotorik hat. Ein wertschätzender, respektvoller Umgang ist dabei selbstverständlich. Diskriminierende Aussagen – auch vermeintlich gutgemeinte – haben in diesem Rahmen keinen Platz.

Zusammengefasst:

- Individuelle Voraussetzungen berücksichtigen: Vorkenntnisse, physische Einschränkungen (Sehen, Hören, Motorik)
- Positives, reflektiertes Altersbild: Wertschätzung authentisch vermitteln
- Klare Haltung gegen diskriminierende Äußerungen von Beginn an

3.4 Rahmenbedingungen

Unter welchen Umständen findet das Lernen statt? Gut erreichbare, barrierefreie Veranstaltungsorte, geeignete Kurszeiten und überschaubare Einheitenlängen von maximal zwei bis drei Stunden sind wichtige Voraussetzungen. Auch finanzielle Hürden sollten so gering wie möglich gehalten werden – etwa durch Förderungen oder Bildungsschecks. Und: Lernmaterialien sollten auch nach dem Kurs zugänglich bleiben, damit das Gelernte in Ruhe wiederholt werden kann.

Zusammengefasst:

- Zeitliche Gestaltung: Abende/Vormittage je nach Zielgruppe; max. 2–3 Stunden pro Einheit
- Barrierefreier, gut erreichbarer Veranstaltungsort (öffentliche Verkehrsmittel)
- Kosten: Bildungsschecks, Förderungen für einkommensschwache Personen anbieten
- Lernmaterialien auch nach dem Kurs zugänglich halten (langfristige Festigung)

4 Die Com(p)AGE Plattform

Die Com(p)AGE Plattform ist ein digitales Angebot, das verschiedene Akteur:innen im Bereich des aktiven Alterns miteinander verbindet. Sie richtet sich an drei Gruppen:

Organisationen können die Plattform nutzen, um ihre Angebote – etwa Veranstaltungen, Beratungsstellen oder Hilfsangebote – sichtbar zu machen und gezielt jene Menschen zu erreichen, die davon profitieren könnten.

Ältere Menschen finden auf der Plattform auf einen Blick, was es in ihrer Region gibt: von lokalen Veranstaltungen über Freizeitangebote bis hin zu konkreten Unterstützungsangeboten im Alltag.

Freiwillige und Ehrenamtliche können über die Plattform Organisationen entdecken, die Engagementmöglichkeiten anbieten – und so einfacher den Einstieg in ein Ehrenamt finden.

Die Plattform ist einfach aufgebaut und so gestaltet, dass sie auch für Menschen mit wenig Erfahrung im Umgang mit digitalen Geräten gut nutzbar ist. In dem begleitenden Kompetenzworkshop lernen Sie die grundlegenden Funktionen kennen – und können die Plattform anschließend auch gemeinsam mit den Menschen, die Sie begleiten, weiter erkunden.

Sie lernen folgendes kennen:

- Zugang zur Plattform
- Navigation und Orientierung in der Benutzeroberfläche
- Nutzen der angebotenen Funktionen auf der Plattform
- Datenschutzeinstellungen und bewusster Umgang mit persönlichen Daten

Darüber hinaus haben Sie jederzeit die Möglichkeit, selbstständig die Plattform zu erkunden.

Unter folgendem Link ist die Plattform abrufbar: <https://www.compage.at/>

TEIL 2 – ÜBUNGEN

Dieser Teil enthält eine Sammlung praktischer Übungsvorschläge, die Sie gemeinsam mit älteren Menschen durchführen können. Die Übungen führen schrittweise von den ersten Grundlagen am Smartphone über das Schreiben von Nachrichten und die Internetsuche bis hin zu wichtigen Themen rund um Sicherheit im Netz. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Com(p)AGE Plattform, die Sie gemeinsam mit den Menschen, die Sie begleiten, entdecken und im Alltag nutzen können.

Übungsblock A: Erste Schritte am Smartphone

☛ Übung A1: Orientierung am Smartphone ⌚ 15 Min.

- 1 Nehmen Sie Ihr Smartphone in die Hand und identifizieren Sie gemeinsam: Ein-/Aus-Taste, Lautstärketasten, Home-Button / Wischgeste.
- 2 Entsperren Sie den Bildschirm – zeigen Sie verschiedene Methoden: PIN, Muster, Fingerabdruck.
- 3 Öffnen und schließen Sie drei beliebige Apps. Kehren Sie zum Startbildschirm zurück.
- 4 Zeigen Sie der Person neben Ihnen, wie Sie eine App schließen.

💡 **Hinweis:** Keine Angst vor Fehlern – jeder Fehler lässt sich rückgängig machen.

☛ Übung A2: Einstellungen anpassen (Barrierefreiheit) ⌚ 20 Min.

- 1 Öffnen Sie die 'Einstellungen' auf Ihrem Smartphone.
- 2 Navigieren Sie zu 'Anzeige' oder 'Barrierefreiheit' und vergrößern Sie die Schriftgröße.
- 3 Erhöhen Sie die Bildschirmhelligkeit auf eine angenehme Stufe.
- 4 Stellen Sie den Bildschirm-Timeout auf 2 Minuten ein.
- 5 Optional: Aktivieren Sie 'Sprachausgabe' oder 'TalkBack' und testen Sie kurz die Funktion.

💡 **Hinweis:** Auf Android: Einstellungen > Barrierefreiheit. Auf iPhone: Einstellungen > Bedienungshilfen.


← Übung A3: Kontakte & Anrufe ⌚ 20 Min.

1	Öffnen Sie die Kontakte-App und suchen Sie einen bereits gespeicherten Kontakt.
2	Legen Sie einen neuen Kontakt an: Name, Telefonnummer, optional ein Foto.
3	Führen Sie einen kurzen Testanruf mit der Sitznachbarin / dem Sitznachbar durch.
4	Beenden Sie den Anruf und überprüfen Sie den Anrufverlauf.

Übungsblock B: Kommunikation & Internet


← Übung B1: WhatsApp – Erste Schritte ⌚ 25 Min.

1	Öffnen Sie WhatsApp. Falls noch nicht installiert: gemeinsam im Play Store / App Store suchen und installieren.
2	Schreiben Sie eine kurze Textnachricht an eine andere Person im Raum.
3	Senden Sie ein Emoji (Smiley) und eine Sprachnachricht.
4	Lesen Sie eingegangene Nachrichten und antworten Sie.
5	Wechseln Sie die Hintergrundfarbe eines Chats (optional: Einstellungen > Chats).

 **Hinweis:** WhatsApp ist kostenlos und benötigt nur eine Internetverbindung (WLAN oder Mobilfunk).

← Übung B2: Internetrecherche & Suchmaschine ⌚ 20 Min.

1	Öffnen Sie den Browser (Chrome, Firefox oder Safari).
2	Suchen Sie nach einem aktuellen Wetterbericht für Ihren Ort.
3	Suchen Sie nach einem Lieblingsrezept und rufen Sie eine Webseite auf.
4	Diskutieren Sie: Woran erkennt man seriöse Webseiten? (https, bekannte Quellen, kein Clickbait).
5	Schließen Sie alle Tabs und öffnen Sie einen neuen.

 **Hinweis:** Tipp: Die Adressleiste oben im Browser ist Ihr Startpunkt für alles.


← Übung B3: E-Mail senden & empfangen ⌚ 20 Min.

1	Öffnen Sie das E-Mail-Programm auf Ihrem Smartphone.
2	Lesen Sie eine empfangene Nachricht und antworten Sie darauf.
3	Verfassen Sie eine neue E-Mail an eine andere Teilnehmerin / einen anderen Teilnehmer: Betreff, Text, Absenden.
4	Überprüfen Sie das gesendete Postfach – ist die Nachricht angekommen?
5	Optional: Hängen Sie ein Foto an eine E-Mail an.

Übungsblock C: Sicherheit & Com(p)AGE


← Übung C1: Datenschutz & sicherer Umgang ⌚ 20 Min.

1	Zeigen Sie Teilnehmenden, wie sie App-Berechtigungen überprüfen (Einstellungen > Apps > Berechtigungen).
2	Diskutieren Sie: Was sind persönliche Daten? Welche sollte man im Internet nicht teilen?
3	Erkennen Sie gemeinsam ein Phishing-Beispiel (Screenshot oder Beispiel-E-Mail).
4	Überprüfen Sie gemeinsam: Ist das WLAN sicher? (Heimnetz vs. öffentliches WLAN).
5	Besprechen Sie: Was tun bei verdächtigen Nachrichten? (Nicht klicken, melden, löschen)

 **Hinweis:** Die Watchlist Internet (www.watchlist-internet.at) ist eine kostenlose österreichische Anlaufstelle bei Online-Betrug.


← Übung C2: Einführung in die Com(p)AGE Plattform ⌚ 30 Min.

1	Öffnen Sie die Com(p)AGE Plattform im Browser oder in der App.
2	Keine Registrierung nötig
3	Erkunden Sie die Startseite: Wo finde ich Hilfe? Welche Funktionen gibt es?
4	Führen Sie eine konkrete Alltagsaufgabe auf der Plattform durch (z. B. Informationssuche, suche nach Veranstaltungen).
5	Teilen Sie Ihre erste Erfahrung mit der Gruppe: Was war einfach? Was hat überrascht?

 **Hinweis:** Keine Eile – die Plattform bleibt nach dem Kurs zugänglich und kann zu Hause weiter erkundet werden.

← Übung C3: Nützliche Apps im Alltag (Gruppenentdeckung) ⌚ 20 Min.

1	Teilen Sie sich in kleine Gruppen auf. Jede Gruppe erhält eine App-Kategorie: Fahrplan (z. B. Scotty / BusBahnBim), Wetter, Karten (Google Maps), Nachrichten.
2	Erkunden Sie die App gemeinsam 5 Minuten lang.
3	Stellen Sie der Gesamtgruppe vor: Was kann die App? Wie startet man sie?
4	Diskutieren Sie: Welche App würden Sie gern zu Hause ausprobieren?

 **Hinweis:** Es muss nicht alles sofort perfekt funktionieren. Ausprobieren ist das Ziel!

TEIL 3 – LITERATURLISTE

Literatur & Quellen

Studien & Berichte

Bohrn, K., Rohner, R. & Gallistl, V. (2023). Bildung und digitale Kompetenz im Alter. Wien: Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK).

Bundeskanzleramt, OIAT & digitaleSenior:innen (2024). Geschlechter- und altersgerechte Vermittlung digitaler Kompetenzen. Wien. Stand: 12/2024.

Kolland, F., Bohrn, K., Rohner, R., Greber, M. & Gallistl, V. (2022). Modell der digitalen Praxisformen im Alter. Wien: BMSGPK.

Statistik Austria (2021). IKT-Einsatz in Haushalten 2021. Wien. Abrufbar: www.statistik.at

Didaktik & Methodik

Bubolz-Lutz, E. & Stiel, J. (2019). Technikbegleitung. Aufbau von Initiativen zur Stärkung der Teilhabe Älterer im Quartier. Gesellschaft für Informatik e.V.

BMFSFJ (2020). Achter Altersbericht – Ältere Menschen und Digitalisierung. Berlin: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Ferrari, A. (2013). DIGCOMP: A Framework for Developing and Understanding Digital Competence in Europe. Europäische Kommission.

BMDW (2021). Digitales Kompetenzmodell für Österreich. DigComp 2.2 AT. Wien.

Weiterführende Forschung

Charness, N. & Boot, W. R. (2009). Aging and Information Technology Use: Potential and Barriers. *Current Directions in Psychological Science*, 18(5), 253–258.

Gallistl, V., Rohner, R., Seifert, A. & Wanka, A. (2020). Configuring the Older Non-User: Between Research, Policy and Practice of Digital Exclusion. *Social Inclusion*, 8(2), 233–243.

Zillien, N. & Hargittai, E. (2009). Digital Distinction: Status-Specific Types of Internet Usage. *Social Science Quarterly*, 90, 274–291.

Rechtliche Grundlagen & Leitlinien

Rat der Europäischen Union (2018). Empfehlung des Rates zu Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen. Brüssel.

BMASK (2012). Altern und Zukunft. Bundesplan für Seniorinnen und Senioren. Wien.

BMASGK (2016). Richtlinien für die allgemeine Seniorenförderung gemäß § 19 Abs. 4 Bundes-Seniorengesetz. Wien.

Online-Ressourcen

TIK® – Technik in Kürze: Orientierung am Smartphone. Handout. Katholisches Bildungswerk. Gefördert aus Mitteln des Sozialministeriums.

digitaleSenior:innen – Methodenhandbuch Bildungsarbeit: www.digitaleseniorinnen.at

wb-web.de – Methodik der Erwachsenenbildung: www.wb-web.de

Watchlist Internet – Schutz vor Online-Betrug: www.watchlist-internet.at

Sozialministerium Österreich: www.sozialministerium.at

Dieses Schulungsheets basiert auf österreichischen Forschungsergebnissen und didaktischen Leitlinien und wurde für die Schulung zur Com(p)AGE Plattform entwickelt und zusammengefasst.