

MuT-Profis 22.1.2025



Mehr
Generationen
Haus

Miteinander – Füreinander

Memmingen

Alexa – ein digitaler Assistent für Senioren?!
Online-Austausch über das Café Digital im
MehrGenerationenHaus Memmingen



Birgit Holetschek



Mehr
Generationen
Haus

Miteinander – Füreinander

Memmingen

- Koordinatorin MehrGenerationenHaus Memmingen / Generationenmanagerin KSH
- Projektpartner BAGSO “Digital souverän mit KI“
- Digital-Kompass Standort
- Arbeitskreissprecherin
“Digitale Angebote für ältere Menschen“ im
“Netzwerk Altenhilfe und seelische Gesundheit Memmingen / Unterallgäu“
- Bis 2023 (digitale) Lokale Allianz für Menschen mit Demenz
- 2020 und 01/2022 – 06/2023 MuT Standort



Mehr
Generationen
Haus

Miteinander – Füreinander

Memmingen

Alexa – ein digitaler Assistent

Alexa, der Sprachassistent von Amazon, bietet älteren Erwachsenen viele Möglichkeiten, den Alltag zu erleichtern und digitale Unterstützung zu erhalten.

Mit ihrer Sprachsteuerung ermöglicht Alexa Seniorinnen und Senioren mehr Selbstständigkeit und Verbindung zur Außenwelt.



Morgendliche Routine: Wecken, Termine, Wettervorhersage und Nachrichten

1 **Wecken**

Alexa weckt mit der Lieblingsmusik oder beliebigen Tönen

2 **Über Termine informieren**

Alexa informiert über anstehende Termine

3 **Wettervorhersage**

Alexa informiert dich über die aktuellen Wetterbedingungen.

4 **Nachrichten**

Alexa liest dir die wichtigsten Nachrichten des Tages vor.



Einkaufsliste erstellen

Mit Alexa können Senioren ihre Einkaufsliste ganz einfach und bequem erstellen. Dazu sagen sie einfach "Alexa, füge Milch zur Einkaufsliste hinzu" und schon wird der Artikel auf der Liste gespeichert. Im Laufe des Tages können sie jederzeit weitere Produkte hinzufügen oder bereits erledigte Punkte abhaken. So haben sie immer den Überblick über benötigte Waren und vermeiden vergessene Produkte.

Die Einkaufsliste kann auch von den An- oder Zugehörigen über die Alexa App eingesehen und abgearbeitet werden.

Termine und Erinnerungen verwalten

- 1 Termine**
Kalender, Terminplanung, Geburtstage
- 2 Erinnerungen**
Medikation, Küchenwecker
- 3 Routinen**
Tägliche Aufgaben, Gewohnheiten

Alexa kann mit einem Kalender verknüpft werden, damit Termine automatisch angesagt werden. Auch Erinnerungen oder Routinen können eingepflegt werden, wie "Trinke ein Glas Wasser" oder "Nehme die Blutdruck-Pille"

Unterhaltung und Entspannung: Musik, Hörbücher, Witze und Rätsel

Für Alexa können eigene Playlists angelegt werden, um z. B. Lieder aus der Jugend abzuspielen. Diese kommen gerade bei Hochaltrigen kaum noch im Radio.



Kommunikation mit Familie und Freunden

(Video-) Anrufe

- 1** Alexa ermöglicht einfache (Video-) Anrufe, damit man in Kontakt mit den Angehörigen bleiben kann. Über "Drop in" können ausgewählte Menschen bei Bedarf die Videofunktion direkt starten.

Sprachnachrichten

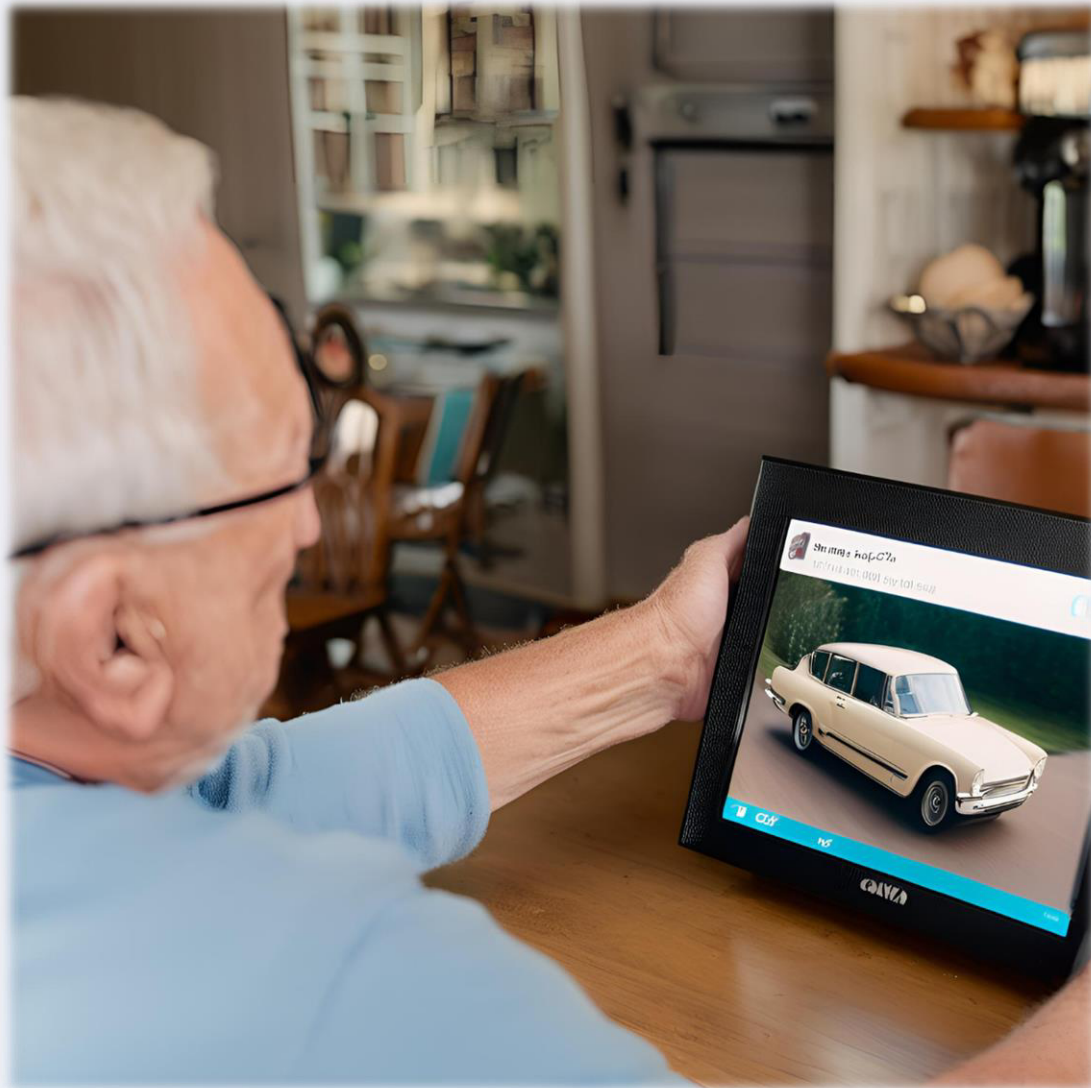
- 2** Mit Alexa können Senioren Sprachnachrichten an Familie und Freunde schicken, ohne Textnachrichten tippen zu müssen.

Kontaktliste

- 3** Die digitale Kontaktliste hilft Senioren, ihre wichtigsten Ansprechpartner schnell und einfach zu erreichen.

Zugriff auf Informationen und Anleitungen

Mit Alexa haben Senioren jederzeit Zugriff auf nützliche Informationen und Anleitungen. Durch einfache Sprachsteuerung können sie zu einer Vielzahl von Themen wie Gesundheit, Finanzen oder Hobby-Anleitungen recherchieren.



Steuerung von Smart Home-Geräten

Mit der Unterstützung von Alexa können Senioren ihre **Smart Home-Geräte steuern**. Ob **Beleuchtung**, **Heizung** oder **Jalousien** - Alexa erledigt die Aufgaben per Sprachsteuerung. Auch **Staubsaugroboter** lassen sich durch Sprachbefehl starten.

Durch **Bewegungsmelder** kann z. B. Licht automatisch angeschaltet werden oder eine Erinnerung "Haustürschlüssel einstecken" gesprochen werden.



Sicherheit und Notfallhilfe, Sonstiges



Alarmruf durch Sprache

Auch ohne Notrufknopf kann im Notfall nach Hilfe gerufen werden (Echo Gerät oder App, Echo Connect Telefonbox oder Vodafone-Vertrag).



Intelligente Überwachung

Sicherheitskameras und Bewegungsmelder informieren z. B. über offene Fenster oder nächtliches Haustür-Öffnen



Erweiterung durch Skills

Es wird laufend neue Soft- und Hardware zur Unterstützung entwickelt.

Weiterführende Informationen (Beispiele)

[Mein Technik-Finder - Leben Pflege Digital](#) – Produktübersicht

[Startseite - KI für ein gutes Altern](#) – Homepage BAGSO rund um KI für ein gutes Altern

[https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Broschueren/Tablets Sensoren Co.pdf](https://www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Broschueren/Tablets_Sensoren_Co.pdf) - Broschüre der Deutschen Alzheimergesellschaft über technische Möglichkeiten

[https://digitales.hessen.de/sites/digitales.hessen.de/files/2023-01/altersgerechte assistenzsysteme barrierefrei.pdf](https://digitales.hessen.de/sites/digitales.hessen.de/files/2023-01/altersgerechte_assistenzsysteme_barrierefrei.pdf) - Altersgerechte Assistenzsysteme im sozialen Kontext

<https://www.lotti.ai/> - KI für Senioren

Beispiel eines Alexa-Einsatzes bei der Schwiegermutter:

- 7 Uhr und 8 Uhr Abspielen der Nachrichten, Termine des Tages und Wetterbericht
- 11.30 Uhr Mitteilung, was es zum Mittagessen gibt
- 15 Uhr Playlist „Lieder von früher“ (aus dem Zeitrahmen, als sie ca. 14 – 22 Jahre alt war bzw. Rudi Schurike, Peter Alexander etc.)
- 19 Uhr Playlist „Gute Nacht Lieder, die sie mit den Enkeln gesungen hat“

Termine, Geburtstage etc. verknüpft mit „Schwiegermutter-Google-Konto“
(Vorteil: Wird bei Alexa und dem eigenen Kalender angezeigt)

Erinnerung an Medikamenteneinnahme, Trinken, Blutdruck messen etc. kann angelegt werden.
Über **Bewegungsmelder** in Haustürnähe könnte automatisch eine Info wie „Geldbeutel und Schlüssel nicht vergessen“ angelegt werden.

Ring Door Bell (Video-Haustürglocke) oder Tür-/Fensterüberwachung kann einfach mit Alexa verknüpft werden und den Angehörigen über die Alexa App informieren.

Wichtig: Eigenes Amazon-Konto anlegen ohne Bestellmöglichkeit 😊

Skills ansehen: https://www.amazon.de/b/?ie=UTF8&node=10068460031&ref=topnav_storetab_a2s

Tipp: Einfach mal die Alexa App auf dem Smartphone installieren, kann auch ohne Alexa Gerät genutzt und getestet werden. Mit zweitem Smartphone kann zum Beispiel auch die Drop-In Funktion getestet werden.