



## Auch im Alter digital unterwegs!

Kostenfreie Kurs- und Beratungsangebote für Seniorinnen und Senioren

VHS & MUSIKSCHULE  
**RHEINE**  
*Leben an der Enns*

### Mein Smartphone richtig kennenlernen – Modul 1 Grundlagen

Sie möchten wissen, was ein Smartphone alles kann? Mit allen Smartphones kann man telefonieren und texten, ein Selfie fotografieren, ein Video aufnehmen, eine App installieren und das Internet nutzen.

Inhalte:

- Grundeinstellungen
- Telefonieren und mehr
- Fragen der Teilnehmenden

Montag, 16. Mai 2022 bis Mittwoch, 18. Mai 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 13. Juni 2022 bis Mittwoch, 15. Juni 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 22. August 2022 bis Mittwoch, 24. August 2022  
14:00–17:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 7. November 2022 bis Mittwoch, 9. November 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine



### Mein Smartphone mit persönlichen Einstellungen – Modul 2 Vertiefung

Inhalte:

- Einrichten und Verwalten der Kontakte
- Emails schreiben, empfangen, ordnen, löschen
- Fotos, Videos und Musik speichern
- CLOUD / Sharing
- Apps laden und nutzen
- Daten synchronisieren
- Fragen der Teilnehmenden

Montag, 23. Mai 2022 bis Mittwoch, 25. Mai 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 20. Juni 2022 bis Mittwoch, 22. Juni 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 5. September 2022 bis Mittwoch, 7. September 2022  
14:00–17:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 14. November 2022 bis Mittwoch, 16. November 2022  
14:00–17:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine



Alle Kurse können auch als individuelle Einzel- und Gruppenschulungen angefragt werden. (gebührenpflichtig)

### Smartphone und PC-Sprechstunde

Haben Sie ganz konkrete Smartphone/ PC-Themen oder -Probleme, für deren Bearbeitung Sie keinen kompletten Kurs, sondern individuelle Antworten und Hilfe benötigen?

Dann melden Sie sich für einen 30minütigen Sprechstundentermin an.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone und das dazugehörige Ladekabel zum Termin mit.

Freitag, 13. Mai 2022  
ab 09:00–16:00 Uhr

Donnerstag, 10. November 2022  
ab 09:00–16:00 Uhr



Anmeldungen unter (05971) 939124

Weitere Informationen erhalten Sie bei:  
Martina Stockhorst  
Tel.: (05971) 939-126  
E-Mail: [martina.stockhorst@rheine.de](mailto:martina.stockhorst@rheine.de)

### Digital: Genial! – Souverän und kompetent im digitalen Alltag Kursreihe für Seniorinnen und Senioren

#### Mobil unterwegs mit Tablet oder Smartphone

Navigationsfunktion, Standortermittlung und Routenplanung mit Google Maps, Fahrplanauskunft der Deutschen Bahn ...

Mithilfe der digitalen Möglichkeiten auf Ihrem Smartphone oder Tablet haben Sie viele tolle Werkzeuge in der Hand. In diesem Kurs lernen Sie diese Funktionen Schritt für Schritt kennen und können sie so in Ihrem Alltag sinnvoll anwenden.

Montag, 29. August 2022 bis Mittwoch, 31. August 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

#### Durch Online-Einkauf und -Banking Lauferei ersparen

Mittlerweile kann man fast alles im Internet erwerben. Es gibt unzählige Händler, bei denen man mit nur wenigen Klicks seine Wunschware bestellen kann. Lernen Sie in diesem Modul, wie Online-Einkauf und -Banking funktionieren und worauf Sie dabei achten sollten.

Montag, 19. September 2022 bis Mittwoch, 21. September 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine



### In Kontakt mit der Familie und Freunden bleiben – Kommunikation mit Tablet und Smartphone

Nicht erst seit der Corona-Pandemie nutzen die meisten Menschen digitale Formen der Kommunikation in ihrem Alltag. Sich eben mal schnell von überall eine Nachricht schicken und von seinen Lieben Nachrichten, Videos und Fotos erhalten – all dies sind Möglichkeiten, um auch über eine räumliche Distanz hinweg verbunden zu bleiben. In diesem Modul lernen Sie verschiedene digitale Kommunikationswege kennen, können sie ausprobieren und sicher und kompetent in der Zukunft nutzen.

Montag, 26. September 2022 bis Mittwoch, 28. September 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

### Informationen und Wissen aus dem Internet

Das Internet bietet eine Fülle von Informationen und Möglichkeiten, sich Wissen zu jedem erdenklichen Themengebiet anzueignen. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie an relevante Informationen kommen, digitale Wege zu Behörden und Krankenkassen kennen und wie Sie seriöse von unseriösen Seiten unterscheiden können.

Montag, 17. Oktober 2022 bis Mittwoch, 19. Oktober 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

### Sicherheit im Netz – Wie mache ich mein Smartphone/Tablet/meinen PC sicher?

In diesem Kurs lernen Sie viele wichtige Sicherheitseinstellungen kennen und erfahren, wie Sie sich am besten schützen und Ihr Gerät so sicher wie möglich machen können.

Montag, 21. März 2022 bis Mittwoch, 23. März 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine

Montag, 28. November 2022 bis Mittwoch, 30. November 2022  
09:00–12:00 Uhr  
12 Ustd., 3 Termine