

# > Digital aktiv im Alter

## > kostenfreie Workshops

In Kooperation bieten wir im Rahmen von „DigitalPakt Alter Erfahrungsort“ eine Reihe von kostenfreien Workshops an, die technisch unerfahrenen, älteren Menschen ermöglichen sollen, die digitale Welt besser kennenzulernen und sinnvoll zu nutzen.

Im Rahmen der Initiative fördern das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen) auf diese Weise Projekte, die sich für die digitale Teilhabe älterer Menschen engagieren.



F950-008

### Was bringt mir das Internet?

Wolfgang Treyer

In diesem Kurs erfahren Sie ganz praktisch, welchen Nutzen das Internet im Alltag bietet. Ob Informationen suchen, Kontakt mit Familie halten oder online einkaufen – wir zeigen Ihnen einfache Möglichkeiten, wie das Internet Ihr Leben bereichern kann. Alles wird verständlich und ohne Fachbegriffe erklärt. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, nur Ihre Neugier. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstatter Straße 5**  
Di., 16.09.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-009

### Was brauche ich für das Internet?

Wolfgang Treyer

In diesem Kurs erfahren Sie, was Sie brauchen, um das Internet nutzen zu können – von Geräten bis zum Anschluss. Wir erklären verständlich, was ein Smartphone, Tablet oder Computer kann und wie man damit ins Internet kommt. Begriffe wie WLAN, Browser oder E-Mail werden anschaulich und ohne Vorkenntnisse erklärt. Sie erhalten einen Überblick, welche Technik für Ihre Bedürfnisse sinnvoll ist. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstatter Straße 5**  
Fr., 19.09.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei



F950-010

### Mein Einstieg ins Internet

Wolfgang Treyer

Dieser Kurs bietet Ihnen einen einfachen und verständlichen Einstieg in die Welt des Internets. Sie erfahren ganz praktisch, wie Sie die ersten Schritte im Internet machen – ganz ohne komplizierte Technikbegriffe. Der Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse, die neugierig auf die digitale Welt sind. Schritt für Schritt lernen Sie, wie das Internet auch Ihren Alltag bereichern kann. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstatter Straße 5**  
Di., 23.09.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-011

### Sicher im Internet – aber richtig!

für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

Wolfgang Treyer

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie das Internet sicher und selbstbewusst nutzen können. Wir zeigen Ihnen, worauf Sie beim Surfen, beim Umgang mit Passwörtern und beim Öffnen von E-Mails achten sollten. Begriffe wie Virenschutz, Phishing oder sichere Webseiten erklären wir leicht verständlich und praxisnah. Der Kurs richtet sich an Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse, die mehr Sicherheit im digitalen Alltag gewinnen möchten. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6, Oberhöchstatter  
Straße 5**  
Fr., 26.09.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-012

### Videokonferenzen einfach und sicher nutzen

für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

Wolfgang Treyer

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Videokonferenzen einfach und sicher nutzen können – zum Beispiel für Gespräche mit Familie, Freunden oder Ärzten, Onlinesport, Kulturveranstaltungen, u. v. m. Schritt für Schritt zeigen wir Ihnen, wie Programme wie Zoom oder Teams funktionieren. Sie erfahren, worauf Sie bei der Einrichtung achten sollten und wie Sie sich sicher im digitalen Raum bewegen. Der Kurs richtet sich an Einsteiger ohne Vorkenntnisse. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstatter Straße 5**  
Di., 30.09.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-013

### Sicher und souverän online einkaufen

für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen

Wolfgang Treyer

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie sicher und bequem im Internet einkaufen können. Wir zeigen Ihnen Schritt für Schritt, worauf Sie bei Online-Shops achten sollten und wie Sie seriöse Angebote erkennen. Begriffe wie Warenkorb, Bezahlmöglichkeiten und Rückgaberecht erklären wir einfach und verständlich. Der Kurs richtet sich an Einsteiger ohne Vorkenntnisse, die sich sicher im digitalen Einkauf bewegen möchten. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstatter Straße 5**  
Do., 02.10.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei



F950-014

**Onlinebanking – einfach und sicher**  
für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen  
Vorkenntnissen  
*Wolfgang Treyer*

In diesem Kurs lernen Sie, wie Onlinebanking funktioniert – einfach, sicher und Schritt für Schritt erklärt. Sie erfahren, wie Sie Kontoauszüge einsehen, Überweisungen tätigen und Ihre Finanzen bequem von zu Hause aus verwalten können. Wichtige Sicherheitsaspekte wie Passwörter, TAN-Verfahren und Datenschutz werden verständlich erläutert. Der Kurs richtet sich an Einsteiger ohne Vorkenntnisse.

In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstadter Straße 5**  
Di., 21.10.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-015

**Unterstützung durch KI im Alltag  
älterer Menschen**  
für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen  
Vorkenntnissen  
*Wolfgang Treyer*

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Künstliche Intelligenz (KI) den Alltag älterer Menschen unterstützen kann – zum Beispiel durch Sprachassistenten, Erinnerungsfunktionen oder hilfreiche Apps. Wir zeigen Ihnen leicht verständlich, was KI ist und wie Sie sie sicher und sinnvoll nutzen können. Es sind

keine Vorkenntnisse nötig – Neugier reicht aus. Der Kurs richtet sich an Einsteiger, die einen ersten Einblick in die Welt der digitalen Helfer gewinnen möchten. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstadter Straße 5**  
Fr., 24.10.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-016

**Digitale Helfer für sehingeschränkte  
Menschen**  
*Wolfgang Treyer*

In diesem Kurs lernen Sie, wie digitale Technologien sehingeschränkten Menschen den Alltag erleichtern können. Wir stellen praktische Hilfsprogramme und Apps vor, die Texte vorlesen, Kontraste verbessern oder die Orientierung unterstützen. Der Kurs erklärt verständlich, wie Sie diese Hilfsmittel einfach und sicher nutzen. Er richtet sich an Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse, die neugierig auf digitale Unterstützung sind. Ihre Fragen sind herzlich willkommen – wir nehmen uns Zeit für Ihre Anliegen.

In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstadter Straße 5**  
Di., 28.10.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

F950-018

**Digitale Gesundheitsversorgung:  
Telemedizin und Gesundheits-Apps**  
für Einsteiger\*innen ohne oder mit geringen  
Vorkenntnissen  
*Wolfgang Treyer*

In diesem Kurs erfahren Sie, wie digitale Helfer Ihre Gesundheitsversorgung bequem und sicher unterstützen können. Wir erklären, wie Sie Arzttermine online wahrnehmen, Ihre Gesundheitsdaten erfassen und einfache Apps nutzen. Der Kurs richtet sich an Einsteiger\*innen ohne Vorkenntnisse und zeigt Schritt für Schritt, wie digitale Angebote Ihren Alltag erleichtern. Sie lernen verständlich, worauf Sie bei der Nutzung achten sollten, um sicher zu bleiben. In Kooperation mit der Stadt Oberursel.

**Oberursel; Alte Post; Raum E.6,  
Oberhöchstadter Straße 5**  
Do., 30.10.25, 10.30–12.00 Uhr  
Eintritt frei

## Anmeldungen:

Die Workshops sind kostenfrei, vorherige Anmeldungen sind jedoch erforderlich.

**vhs Hochtaunus**

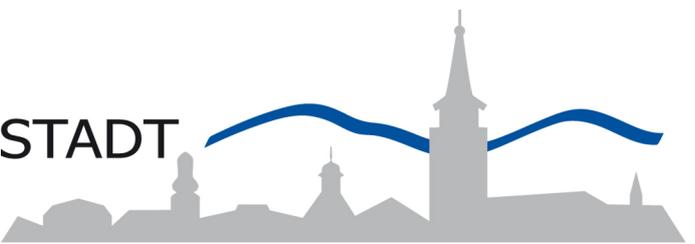
Füllerstraße 1, 61440 Oberursel

**Telefon:** 06171 / 5848 - 0

**E-Mail:** [info@vhs-hochtaunus.de](mailto:info@vhs-hochtaunus.de)

**online:** [www.vhs-hochtaunus.de](http://www.vhs-hochtaunus.de)



STADT   
**OBERURSEL**  
TAUNUS

**vhs** 

➤ Hochtaunus