

TMBZ GERA – DAS THÜRINGER MEDIENBILDUNGSZENTRUM DER TLM IN GERA

**TLM.**  
Thüringer  
Landesmedienanstalt

Juli bis  
Dezember  
2024

Medienbildungskalender  
für Seniorinnen und Senioren



Seite 7–13

**KALENDER**  
ALLE TERMINE AUF  
EINEN BLICK

Seite 15–44

**MEDIENBILDUNGS-  
ANGEBOTE**  
INHALTE UND  
INFORMATIONEN

## INTERVIEW MIT TLM-DIREKTOR JOCHEN FASCO



**4 Guten Tag! Heute sprechen wir über das Bildungsangebot des Thüringer Medienbildungszentrums der Thüringer Landesmedienanstalt (TLM) für das zweite Halbjahr 2024. Können Sie uns zunächst einen Überblick über die Hauptziele dieses Programms geben?**

Ja, gerne. In einer Zeit, in der digitale Medien einen immer größeren Einfluss auf unser Leben haben, ist es unser Ziel, Menschen aller Altersgruppen dabei zu unterstützen, digitale Medien sicher und souverän zu nutzen. Besonders im Bereich der Informations- und Nachrichtenkompetenz wollen wir Fähigkeiten fördern, Informationen kritisch zu hinterfragen und Desinformation zu erkennen.

**Welche spezifischen Angebote gibt es im Thüringer Medienbildungszentrum der TLM in Gera (TMBZ Gera)?**

Wir bieten eine Vielzahl von Bildungsangeboten an. Besonders hervorheben möchte ich Formate, die auf die mediale Bewahrung von Lebenserfahrungen von Menschen abzielen und lokale Geschichten beleuchten, wie zum Beispiel die Angebote der 5. Seniorenaktionstage, die wir im Netzwerk mit vielen lokalen Initiativen durchführen.

**Wie tragen die Programme des TMBZ Gera zur Stärkung der Demokratie bei?**

Eine gut informierte Wählerschaft ist entscheidend für eine funktionierende Demokratie. Durch das Verstehen und Einordnen von Fakten, Werbe- und Medienbotschaften können Bürgerinnen und Bürger fundierte Entscheidungen treffen, insbesondere im Kontext von Wahlen.

**Gibt es auch Angebote für spezifische Gemeinden oder Gruppen?**

Ja, wir bieten im Landkreis Greiz Einführungs-

kurse zum Thema „Mit dem Smartphone unterwegs stets auf Empfang“ an. Und wir werden ein intergeneratives Medien-Projekt in Suhl unterstützen beim Aufbau von Lernpartnerschaften von Jungen und Älteren.

**Wie sieht es mit der Einbindung älterer Menschen in die Fortbildungsprogramme aus?**

Wir setzen uns für das lebenslange Lernen ein. Ältere Personen sind beim Lernen sehr erfolgreich, wenn sie den Lernstoff als persönlich nützlich empfinden. Wir sorgen für eine entspannte Lernatmosphäre auf Augenhöhe und ausreichend Raum für sozialen Austausch.

**Wie unterstützen Sie Teilnehmende mit unterschiedlichen Wissensständen?**

Unseren ehrenamtlichen Digitallotsen kommt hier eine Schlüsselrolle zu. Sie helfen Anfängerinnen und Anfängern bei individuellen technischen Problemen. Wir sorgen mit einer Vielzahl von Einsteigerformaten und Angeboten für Fortgeschrittene dafür, dass jeder Teilnehmende optimal unterstützt wird.

**Können Sie etwas zu den neuen Formaten sagen, wie KI-Trainings oder autobiografisches Schreiben mit KI-Unterstützung?**

Absolut, das sind spannende Formate. Wir beschäftigen uns mit den Möglichkeiten, die Künstliche Intelligenz (KI) bietet, und diskutieren sowohl die Vorteile als auch die Herausforderungen digitaler Entwicklungen. Unser Ziel ist es, Lösungen zu finden, die es den Menschen ermöglichen, neue Medien sicher zu nutzen.

**5 Zum Schluss, was würden Sie den Menschen empfehlen, die sich für die Bildungsangebote des TMBZ Gera interessieren?**

Wir laden alle herzlich ein, sich mit ihren Kompetenzen in unsere Lernangebote einzubringen, Neues zu erfahren und Gelerntes zu trainieren. Wir sind überzeugt, dass alle Interessierten von unseren Programmen profitieren können, unabhängig von Alter oder Vorkenntnissen.

**Herzlichen Dank.**



## JULI

03./10./17./ 24./31.07.	<b>Telefonsprechstunde Digital-Kompass</b> ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
04.07.	<b>#Digital – Kulturbaustelle Suhl: Miteinander die digitale Welt erobern</b> 🏠 Kulturbaustelle Suhl	S. 16
08.07.	<b>Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 17
11.07.	<b>Ältere trainieren Künstliche Intelligenz – ChatGPT, Gemini und Co.</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 18
15.07.	<b>Umgang mit dem Smartphone – Erste Schritte in die digitale Welt</b> 🏠 Florentinen Wohnanlage Gera	S. 19
18.07.	<b>Wozu Datenschutz? Vor Datendieben auf der Hut!</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 20
19.07.	<b>Austauschplattform – Fortgeschrittene beraten Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 21

25.07.	<b>Foto-Shooting – Das schöne Bild in der Werbung</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 22
<b>AUGUST</b>		
01.08.	<b>Wählen mit dem Wahl-O-Mat – Fit für die Wahlentscheidung</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 23
02.08.	<b>Technikstammtisch für Fortgeschrittene</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 24
8 06.08.	<b>Von Wolkenbildern bis zur Cloud</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 25
07./14./21./ 28.08.	<b>Telefonprechstunde Digital-Kompass</b> 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
08.08.	<b>Einblicke ins Theaterleben – Das journalistische Interview</b> 🏠 TMBZ Gera, Theater Altenburg Gera	S. 26
12.08.	<b>Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 17
15.08.	<b>Vielfalt und Demokratie: Wahlwerbung und -informationen sicher erkennen</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 27

20.08.	<b>Digitaler Dienstag in der Bibliothek: Rätselspaß und mehr – Kreative App-Abenteuer für Seniorinnen und Senioren</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 28
20.08.	<b>Digitaler Nachmittag im Ideenhaus: Rätselspaß und mehr – Kreative App-Abenteuer für Seniorinnen und Senioren</b> 🏠 Ideenhaus Ronneburg	S. 29
23.08.	<b>Mit dem Smartphone unterwegs stets auf Empfang</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 30
29.08.	<b>Digitaler Stammtisch: Der digitale Nachlass</b> 🏠 TMBZ Gera und online	S. 31
<b>SEPTEMBER</b>		
04.09./25.09.	<b>Telefonprechstunde Digital-Kompass</b> 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
06.09.	<b>Technikstammtisch für Fortgeschrittene</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 24
17.09.	<b>Digitaler Dienstag in der Bibliothek: Die Bürger-Abfall-App des AWV-OT – Installation, Funktionen und häufig gestellte Fragen</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 28

17.09.	<b>Digitaler Nachmittag im Ideenhaus: Der Urlaub aus dem Smartphone – Ein Fotobuch per App</b> 🏠 Ideenhaus Ronneburg	S. 29
19.09.	<b>Das digitale Dorfgedächtnis – Wir machen Geschichte in Geschichten sichtbar</b> 🏠 Cossengrün	S. 32
<b>OKTOBER</b>		
02./09./16./ 23.10.	<b>Telefonprechstunde Digital-Kompass</b> 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
10.10.	<b>#Digital – Kulturbaustelle Suhl: Miteinander die digitale Welt erobern</b> 🏠 Kulturbaustelle Suhl	S. 16
11.10.	<b>Technikstammtisch für Fortgeschrittene</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 24
14.–30.10.	<b>Digitale Aktionstage für Seniorinnen und Senioren</b> 🏠 Auftaktveranstaltung im TMBZ Gera	S. 34
15.10.	<b>Digitaler Dienstag in der Bibliothek: Der digitale Blumenstrauß – Themen des Digitalen Dienstags im Vor- und Rückblick</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 28

10

15.10.	<b>Digitaler Nachmittag im Ideenhaus: Der digitale Blumenstrauß – Themen des Digitalen Dienstags im Vor- und Rückblick</b> 🏠 Ideenhaus Ronneburg	S. 29
17.10.	<b>Digitaler Stammtisch: Das E-Rezept und die elektronische Gesundheitskarte</b> 🏠 TMBZ Gera und online	S. 39
21.10.	<b>Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 17
<b>NOVEMBER</b>		
06./13./20./ 27.11.	<b>Telefonprechstunde Digital-Kompass</b> 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
08.11.	<b>Technikstammtisch für Fortgeschrittene</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 24
11.11.	<b>Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 17
18.11.	<b>Zum Spielen ist man nie zu alt – Digitale Gedächtnis- und Logikspiele</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 41

11

19.11.	<b>Digitaler Dienstag in der Bibliothek: Die Magie der Künstlichen Intelligenz – Chancen und Herausforderungen von ChatGPT und Co.</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 28
19.11.	<b>Digitaler Nachmittag im Ideenhaus: Die Magie der Künstlichen Intelligenz – Chancen und Herausforderungen von ChatGPT und Co.</b> 🏠 Ideenhaus Ronneburg	S. 29
21.11.	<b>Digitaler Stammtisch: Cybercrime – Verbrechen über das Internet</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 42
29.11.	<b>Austauschplattform – Fortgeschrittene beraten Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 21
<b>DEZEMBER</b>		
04./11./18.12.	<b>Telefonsprechstunde Digital-Kompass</b> 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 15
05.12.	<b>Biografisches Schreiben mit Hilfe Künstlicher Intelligenz</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 43

05.12.	<b>#Digital – Kulturbaustelle Suhl: Miteinander die digitale Welt erobern</b> 🏠 Kulturbaustelle Suhl	S. 16
06.12.	<b>Technikstammtisch für Fortgeschrittene</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 24
09.12.	<b>Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 17
16.12.	<b>Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz</b> 🏠 TMBZ Gera	S. 44
17.12.	<b>Digitaler Dienstag in der Bibliothek: Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz</b> 🏠 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 28
17.12.	<b>Digitaler Nachmittag im Ideenhaus: Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz</b> 🏠 Ideenhaus Ronneburg	S. 29



## TELEFONSPRECHSTUNDE DIGITAL-KOMPASS

03.07./10.07./17.07./24.07./31.07./07.08./14.08./  
21.08./28.08./04.09./25.09./02.10./09.10./16.10./  
23.10./06.11./13.11./20.11./27.11./04.12./11.12./18.12.  
jeweils 9–12 Uhr

Am Telefon können alle Probleme mit digitalen Geräten oder digitalen Anwendungen beschrieben werden, zum Beispiel: Wie komme ich ins Internet? Wie öffne ich Dateien auf meinem Smartphone? Wie lösche ich Verlaufsdaten? Wie lege ich mir einen E-Mail-Account an? Aufgrund der Spannweite möglicher Anfragen werden diese geschärft, gebündelt und an versierte Seniorinnen und Senioren weitergeleitet, die als Mentorinnen und Mentoren den Nachfragenden bei der Lösung helfen.

Die Telefonanfragen werden unter der Nummer **(0365) 20 10 211** entgegengenommen.

**Ort:** Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung

**Ansprechperson:**  
Yvonne Schulten

## #DIGITAL – KULTURBAUSTELLE SUHL: MITEINANDER DIE DIGITALE WELT EROBERN

04.07./05.12.  
jeweils 10–12 Uhr  
10.10.  
14–16 Uhr

16 Der Workshop möchte ältere und jüngere Menschen zusammenbringen, damit sie sich gegenseitig beim Lernen unterstützen und voneinander profitieren. Es geht um den sicheren und selbstbewussten Umgang mit digitalen Anwendungen am Smartphone. Der Workshop beginnt mit dem Kennenlernen und einer Einführung in die Nutzung des Smartphones mit den Schwerpunkten Datenschutz und Datensicherheit. Im Austausch werden einzelne Anwendungen ausprobiert und eingeübt. In der Gruppenarbeit entwickelt sich eine Atmosphäre, die von Vielfalt und gegenseitigem Respekt geprägt ist. Die

Gemeinschaft verbindet Neugier sowie Experimentierfreude und hilft, den Blick für die Bedürfnisse der jeweils anderen Generation zu entwickeln und zu schärfen.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 20**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
Kulturbaustelle Suhl

**Ansprechperson:**  
Olaf Böhme

## TECHNIKSTAMMTISCH FÜR EINSTEIGERINNEN UND EINSTEIGER

08.07./12.08./21.10./11.11./09.12.  
jeweils 10–12 Uhr

Der Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger bietet älteren Menschen ohne Erfahrung in digitaler Technik eine Reise in die Welt der Medientechnik. Mit Impulsvorträgen werden erste Kenntnisse vermittelt, wie beispielsweise zum Umgang mit dem Smartphone. Hier können Fragen gestellt und Neues entdeckt werden. Ein sicherer Ort für den Einstieg in die digitale Welt.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 211**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechperson:**  
Yvonne Schulten

## ÄLTERE TRAINIEREN KÜNSTLICHE INTELLIGENZ – CHATGPT, GEMINI UND CO.

11.07.  
10–12 Uhr

18 Ältere Menschen können aktiv dazu beitragen, die Entwicklung von KI-Systemen zu verbessern. Durch ihre Lebenserfahrung, ihre Perspektive und ihr Wissen über die Welt können Seniorinnen und Senioren als Teilnehmerinnen und Teilnehmer an Trainingsprogrammen oder als Datensatz-Anbietende ihr Erfahrungswissen und ihre Kreativität einbringen. So werden die KI-Systeme alltagstauglicher und vielseitiger. Im Rahmen eines Seminars werden die Grundlagen zur Anwendung von KI-Systemen wie ChatGPT, Gemini und anderen vermittelt sowie Datenschutzthemen besprochen. Seniorinnen und Senioren können in ersten Schritten das Generieren von Texten mittels KI kennenlernen.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechperson:

Ute Reinhöfer

## UMGANG MIT DEM SMARTPHONE – ERSTE SCHRITTE IN DIE DIGITALE WELT

15.07.  
9–11 Uhr

Das Seminar richtet sich speziell an Seniorinnen und Senioren in betreuten Wohnanlagen. Das Seminar vermittelt grundlegende digitale Fähigkeiten, um sich sicher und selbstbewusst im digitalen Zeitalter bewegen zu können. Es werden grundlegende Begriffe und Funktionen für die Nutzung von Smartphones erklärt. Auf Wunsch können praktische Übungen durchgeführt werden, um den Umgang mit den Geräten zu üben, wie beispielsweise die Kommunikation per Messenger, E-Mail oder Videotelefonie. Darüber hinaus werden auch Themen wie Online-Sicherheit und Datenschutz behandelt. Das Seminar findet in einem freundlichen und unterstützenden Umfeld statt, das individuelle Bedürfnisse und

Fragen berücksichtigt, um den Lernprozess bestmöglich zu unterstützen.



19

### Ort:

Florentinen Wohnanlage Gera

### Ansprechpersonen:

Olaf Böhme, Martin Groß und Peter Thiele

## WOZU DATENSCHUTZ? VOR DATENDIEBEN AUF DER HUT!

---

18.07.  
10–12 Uhr

20 Unsere persönlichen Daten sind begehrt. Doch was wissen wir darüber, wie sie verwendet werden? Dieses Seminar klärt Seniorinnen und Senioren über die Bedeutung des Datenschutzes auf. Anhand konkreter Beispiele werden die Methoden von „Datendiebstahl“ beleuchtet, sei es per E-Mail, Telefon oder an der Haustür. Ein Datenschutzexperte gibt wertvolle Tipps, um sich und die eigenen Daten effektiv zu schützen. Ein Muss für mehr Sicherheit im digitalen Zeitalter.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 20**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

---

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechpersonen:**  
Thomas Melzer und Martin Groß

## AUSTAUSCHPLATTFORM – FORTGESCHRITTENE BERATEN EINSTEIGERINNEN UND EINSTEIGER

---

19.07./29.11.  
jeweils 10–12 Uhr

Die Austauschplattform für Seniorinnen und Senioren dient dem Besprechen von Problemen, dem Weitergeben von Erfahrungen an andere Teilnehmende und dem Lernen voneinander. Ehrenamtliche leiten die Austauschplattform inhaltlich an. Dabei kann es sowohl um Hilfestellungen zu grundlegenden technischen Aspekten der Nutzung digitaler Geräte (zum Beispiel Tablet oder Smartphone) gehen, als auch um Fragen der Teilhabe an den Möglichkeiten des Internets.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 211**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

---

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechperson:**  
Yvonne Schulten

## FOTOSHOOTING – DAS SCHÖNE BILD IN DER WERBUNG

25.07.  
10–15 Uhr

22 Professionelle Models wissen, wie man sich vor der Kamera verhält – wie Posing funktioniert. Sie bieten Posen an. Aber wie funktioniert das? Am Ende soll das Bild stimmen. Ein Fotoshooting folgt den Bildideen der Fotografierenden nach den Wünschen der Auftraggebenden. Alle Beteiligten am Shooting möchten ein perfektes Ergebnis – schöne Bilder.

Im Workshop gibt es einen Einblick in die professionelle Welt der Auftragsfotografie. Es werden Kenntnisse zur Bildgestaltung und zum Urheber-, Persönlichkeits- sowie zum Leistungsschutzrecht vermittelt. Dabei fließen im Workshop Theorie und Praxis in-

einander. Die entstehenden Fotos werden für eine Kampagne zur Förderung von Medienbildung für Seniorinnen und Senioren verwendet.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechpersonen:

Ron Kuhwede und Olaf Böhme

## FIT FÜR DIE WAHLENTSCHEIDUNG – WÄHLEN MIT DEM WAHL-O-MAT

01.08.  
10–12 Uhr

Seit 2002 ist der Wahl-O-Mat der Bundeszentrale für politische Bildung eine unverzichtbare Informationsquelle vor Wahlen. Aber was ist der Wahl-O-Mat, wie wird er erstellt und was sind seine Ziele? Ergründet wird, wie der Wahl-O-Mat im Detail funktioniert, wie die Ergebnisse zu interpretieren sind und wie ein Wahl-O-Mat helfen kann, kompetent Wahlentscheidungen zu treffen. Im praktischen Teil besteht die Möglichkeit, den aktuellen Wahl-O-Mat zur Thüringer Landtagswahl 2024 zu erproben.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**



### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechpersonen:

Pascal Mauf und Martin Groß

## TECHNIKSTAMMTISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

---

02.08./06.09./11.10./08.11./06.12.  
jeweils 10–12 Uhr

24

Seniorinnen und Senioren mit Freude und Interesse an digitalen Medientechnologien treffen sich mit Gleichgesinnten, um über digitale Technologien zu sprechen. Alle lernen voneinander. Die Teilnehmenden entscheiden von Mal zu Mal darüber, welche Themen sie besprechen und welche Technik sie dafür einbringen wollen. Rund ums Digitale ist dabei das Themenspektrum weit gefächert. Erweiterte Erfahrungen mit digitaler Medientechnik werden vorausgesetzt.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 211**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

---

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechperson:

Yvonne Schulten

## VON WOLKENBILDERN BIS ZUR CLOUD

---

06.08.  
10–12 Uhr

25

Der Workshop bietet eine faszinierende Möglichkeit, gleichzeitig in die Welt moderner digitaler Technologien und des kreativen künstlerischen Gestaltens einzutauchen. Die Neigung des Menschen, in den Wolken hoch oben Gesichter und Gestalten zu deuten, werden für das Erfinden und Generieren neuer Bildwelten mittels KI-Systemen genutzt. Entweder wird sich der Option „Text zu Bild“ oder der Option „Bild zu Bild“ bedient. Die Ergebnisse dieses digitalen Prozesses werden als Ausgangsmaterial zum Gestalten von Zyanotypien verwendet. Dafür wird eine belichtungsfähige Emulsion gebraucht und wieder der Blick in die Wolken oder wenigstens etwas UV-Licht.

Der Workshop wird von erfahrenen Kunstpädagoginnen und Künstlerinnen geleitet und verspricht viel Freude beim gemeinsamen Entdecken, Lernen und Gestalten individueller Bildwelten.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

---

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechpersonen:

Ines Falcke, Karolin Seidel und Martin Groß

## EINBLICKE INS THEATERLEBEN – DAS JOURNALISTISCHE INTERVIEW

08.08.  
10–15 Uhr

Journalistische Interviews können Ausgangspunkt verschiedener Videobeiträge sein. Sie sollten gut vorbereitet werden. Die Arbeitsweise dafür wird erlebt und erprobt. Interessante Themen hat man oft vor der Nase und sie entstehen jederzeit neu. Sie genauer zu hinterfragen bedeutet, eine gute Wahl geeigneter Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartner zu treffen. Wie wäre es mit bekannten Theaterleuten kurz vor Beginn einer neuen Spielzeit? Am Theater Altenburg Gera bereitet man jetzt in allen fünf Sparten den Saisonstart vor. Das soll für einen Einblick ins Theaterleben genutzt werden.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**



### Ort:

TMBZ Gera, Theater Altenburg Gera

### Ansprechpersonen:

Thomas Triemner, Martin Groß und Ute Reinhöfer

## VIelfalt und Demokratie – WAHLWERBUNG UND -INFORMATIONEN SICHER ERKENNEN

15.08.  
10–12 Uhr

Wahlkampfzeiten sind in der öffentlichen Kommunikation ganz speziell. Jede Kandidatin, jeder Kandidat will sich und seine Partei in ein ganz besonderes Licht rücken. Da werden Reden gehalten, Plakate geklebt, Flyer verteilt. Aber wie kann man aus der ganzen Wahlwerbung die inhaltlichen Unterschiede herausfiltern? Wahlkampfzeiten sind auch für Wählerinnen und Wähler eine spezielle Zeit: Den Kandidatinnen und Kandidaten kann direkt „auf den Zahn gefühlt werden“. In der Veranstaltung werden Möglichkeiten und Wege aufgezeigt, wie dies gelingen kann.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechpersonen:

Thomas Melzer und Martin Groß

## DIGITALER DIENSTAG IN DER BIBLIOTHEK

20.08./17.09./15.10./19.11./17.12.  
jeweils 10–12 Uhr

Am Digitalen Dienstag erhalten Seniorinnen und Senioren in der Stadt- und Regionalbibliothek Gera die Möglichkeit, sich mit ihren Fragen und Problemen im Umgang mit digitalen Geräten und Anwendungen an Expertinnen und Experten zu wenden. Neben einer Einführung in das Thema des jeweiligen

28

Monats können Fragen zur Handhabung des eigenen Smartphones oder Tablets gestellt werden. Externe Fachleute unterstützen mit Vorträgen zu ausgewählten Themen.

### Themen der Vorträge von August bis Dezember:

- Rätselspaß und mehr – Kreative App-Abenteuer für Seniorinnen und Senioren
- Die Bürger-Abfall-App des AWW-OT – Installation, Funktionen und häufig gestellte Fragen
- Der digitale Blumenstrauß – Themen des Digitalen Dienstags im Vor- und Rückblick
- Die Magie der Künstlichen Intelligenz – Chancen und Herausforderungen von ChatGPT und Co.
- Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

### Ort:

Stadt- und Regionalbibliothek Gera

### Ansprechpersonen:

Sarah Eißmann und Olaf Böhme

## DIGITALER NACHMITTAG IM IDEENHAUS

20.08./17.09./15.10./19.11./17.12.  
jeweils 13.30–15 Uhr

Am Digitalen Nachmittag erhalten Seniorinnen und Senioren im Ideenhaus Ronneburg die Möglichkeit, sich mit ihren Fragen und Problemen im Umgang mit digitalen Geräten und Anwendungen an Expertinnen und Experten zu wenden. Es können Fragen zur Handhabung des eigenen Smartphones oder Tablets und zu digitalen Anwendungen gestellt werden. Einführend werden ausgewählte Themen vorgestellt:

### Themen der Vorträge von August bis Dezember:

- Rätselspaß und mehr – Kreative App-Abenteuer für Seniorinnen und Senioren
- Der Urlaub aus dem Smartphone – Ein Fotobuch per App
- Der digitale Blumenstrauß – Themen des Digitalen Nachmittags im Vor- und Rückblick
- Die Magie der Künstlichen Intelligenz – Chancen und Herausforderungen von ChatGPT und Co.
- Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz

29

**Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

### Ort:

Ideenhaus Ronneburg

### Ansprechpersonen:

Olaf Böhme und Martin Groß

## MIT DEM SMARTPHONE UNTERWEGS STETS AUF EMPFANG

23.08.  
10–12 Uhr

Smartphones besitzen eine umfassende Computerfunktionalität und ersetzen mit ihrer eingebauten Kamera für viele auch den Fotoapparat. Im Seminar wird das Smartphone-Betriebssystem Android vorgestellt und seine Handhabung erklärt. Erläutert werden dabei die grundlegenden Funktionen des kleinen Hochleistungscomputers: Tasten und Einstellungen, Flugmodus, Telefonieren, Tastatur, Internet per WLAN, eine Internetseite aufrufen und wie Apps sicher heruntergeladen werden können.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 20**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechpersonen:**  
Olaf Böhme und Martin Groß

## DIGITALER STAMMTISCH: DER DIGITALE NACHLASS

29.08.  
14–16 Uhr

Über 90 Prozent der bundesdeutschen Bürgerinnen und Bürger haben ihren digitalen Nachlass nicht geregelt. Sie haben nicht festgelegt, was bei schwerer Behinderung oder im Todesfall mit ihren Daten aus Social Media-Profilen oder ihren persönlichen E-Mails passieren soll. Ist im Testament nichts anderes geregelt, erben die Hinterbliebenen alle Gegenstände der Verstorbenen. Dazu zählen auch Computer, Smartphones oder andere physische Datenspeicher. Darauf hinterlegte Daten können sie dann uneingeschränkt einsehen. Und in jedem Online-Konto Verstorbener könnten Rechte oder Verpflichtungen für die Hinterbliebenen schlummern. Ähnlich sieht es bei Versicherungen aus.

Vorsorge zu treffen ist also im eigenen Interesse wichtig. Im Online-Vortrag gibt es dazu wichtige Ratschläge und Hilfen.

### Anmeldung

Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 211**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
TMBZ Gera und online

**Ansprechpersonen:**  
Siegbert Schlor und Yvonne Schulten

## DAS DIGITALE DORFGEDÄCHTNIS – WIR MACHEN GESCHICHTE IN GESCHICHTEN SICHTBAR

19.09.  
10–15 Uhr

32

Wie war das nochmal? Könnt ihr euch an den oder die erinnern? Menschen erzählen ihre Geschichten und Erinnerungen, was sie früher erlebt haben und wie sich das Leben in der Gemeinde heute anfühlt. Was heute aktuell ist, ist morgen Dorfgeschichte. Was macht das Leben auf dem Dorf lebenswert oder was macht es auch schwierig? Besonders interessant sind die Geschichten der Vorfahren, die auf dem Hof lebten oder ein nicht mehr vorhandenes Handwerk ausübten. Die persönlichen Einblicke, das private Fotoarchiv und alte Dokumente können die Recherche komplettieren. In Einzelinterviews werden die Erinnerungen und das heutige Leben im Video dokumentiert.

**Ort:**  
Cossengrün

**Ansprechperson:**  
Olaf Böhme



## DIGITALE AKTIONSTAGE FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN: DIE WELT IST DIGITAL

14.10.–30.10.

34

Anlässlich des Weltseniorentages am 01. Oktober 2024 organisiert die TLM vom 14. bis 30. Oktober 2024 in Zusammenarbeit mit verschiedenen Partnerinitiativen Digitale Aktionstage in Gera. Alle Aktionen und Veranstaltungen haben zum Ziel, älteren Menschen digitale Kompetenzen näherzubringen und den Austausch über digitale Technologien, sinnvollen Einsatz und Lebenserfahrungen zu fördern.

Unter dem Thema „Die Welt ist digital“ werden in Workshops und Veranstaltungen ganz praktische Einblicke in digitale Entwicklungen geboten. Die Auftaktveranstaltung findet im TMBZ Gera statt. Dabei sollen inspirierende Mutmacher-Geschichten digital erzählt werden.

Wie kann uns digitale Transformation helfen, Familiengeschichten festzuhalten? Wie nutze ich Streamingdienste, wie Spotify oder YouTube, um mir filmische Geschichten immer, wann ich will, anzuschauen? In einem weiteren Workshop wird mit Hilfe des Smartphones in die digitale Welt eingetaucht und mit Videos vom Sonntagsausflug erzählt. Und schließlich wird das Teilen von persönlichen Geschichten in den sozialen Medien erprobt. Ziele sind, miteinander zu lernen, auszuprobieren, anderen zu zeigen, was digital möglich ist und Freude zu haben.

Die Veranstaltungen der Partnerinitiativen finden an den folgenden Tagen und an verschiedenen Orten in Gera statt. Die Stadt-

und Regionalbibliothek lädt beispielsweise zu einem Rückblick auf die Themen des Digitalen Dienstags ein, das Frauenkommunikationszentrum (FFZ) beschäftigt sich mit dem Thema Digitaler Stress, in der Ehrenamtszentrale gibt es Anleitungen zum Online-Banking und in der Gedenkstätte Amthordurchgang kann man erfahren, wie man mit Hilfe digitaler Technologien die persönlichen Erfahrungen festhalten und für kommende Generationen bewahren kann.

Auch in diesem Jahr werden digitale Hilfsmittel und Technologien zur Unterstützung der körperlichen Gesundheit und Erhaltung der Leistungsfähigkeit vorgestellt. Im Netzwerk aller beteiligten Partnerinitiativen bieten die Digitalen Aktionstage eine vielfarbige Palette.

## PROGRAMMAUSBLICK

**14. OKTOBER**

**Auftaktveranstaltung im TMBZ Gera**

**10.00 Uhr**

**Begrüßung**

**10.10 Uhr**

**Impuls:** Faszinierende Mutmacher-Geschichten

**10.30 Uhr**

**Workshop I:** Familiengeschichten festhalten mit automatischer Transkription

**Workshop II:** Klangvolle Erinnerungen – Wir entdecken Spotify und YouTube für deine Musikreise

**12.00 Uhr**

**Mittag**

35

Fortsetzung auf der nächsten Seite

---

**13.00 Uhr**

**Workshop III:** Mein Sonntagsausflug mit dem Smartphone

**Workshop IV:** Ich zeig dir, was ich mag: Stricken, Backen, Dichten – Hobbies auf Social Media teilen

---

36

**15. OKTOBER**

**Stadt- und Regionalbibliothek**

**10–12 Uhr**

Der digitale Blumenstrauß – Themen des Digitalen Dienstags im Vor- und Rückblick

---

**16. OKTOBER**

**Frauenkommunikationszentrum (FFZ)**

**10–13 Uhr**

Offenes Angebot, Digitaler Stress oder Messenger und Familie

---

**16. OKTOBER**

**Demokratischer Frauenbund**

**14–16 Uhr**

Das Internet vergisst nie – Risiken und Gefahren rund um die digitale Technik

---

**16. OKTOBER**

**AGATHE-Café Untermhaus**

**14–15.30 Uhr**

Umgang mit Medien und Gesundheits-Apps

---

**17. OKTOBER**

**Service.GEneRAtionen**

**10–15 Uhr**

Hilfe, was macht mein Handy da schon wieder?

---

**18. OKTOBER**

**Service.GEneRAtionen**

**9–12 Uhr**

Digitale Sprechstunde für Seniorinnen und Senioren mit dem Agathe-Team

---

**22. OKTOBER**

**Gedenkstätte Amthordurchgang**

**10–12 Uhr**

Erinnerungen festhalten! – Apps zur Bild- und Tonaufzeichnung mit dem Smartphone

---

**22. OKTOBER**

**Stadt- und Regionalbibliothek Gera**

**10–12 Uhr**

Online-Banking (Sparkasse)

---

**23. OKTOBER**

**AGATHE-Café Bieblach**

**14–15.30 Uhr**

Umgang mit Medien und Gesundheits-Apps

---

**24. OKTOBER**

**Amt für Gesundheit und Versorgung**

**10–14 Uhr**

Wie Gesundheits-Apps im Alltag unterstützen können 2.0 (Mit Medien e. V.)

---

**30. OKTOBER**

**Ehrenamtszentrale der Stadt Gera**

**10–14 Uhr**

Unser Auge wird auch älter – hilf ihm! Hilfsmittel, Beratung und Angebote



37



## DIGITALER STAMMTISCH: DAS E-REZEPT UND DIE ELEKTRONISCHE GESUNDHEITSKARTE

17.10.  
14–16 Uhr

Neben der Nutzung des E-Rezeptes und der elektronischen Gesundheitskarte wird zukünftig auch die elektronische Patientenakte zu den Anwendungsmöglichkeiten der „digitalen Gesundheit“ gehören. Im Vortrag gibt es einen Überblick über weitere Bestandteile, wie zum Beispiel den Notfallpass auf dem Smartphone, Bestellungen in einer Online-Apotheke, Online-Terminbuchungen oder Medikationsplan und Notfalldaten.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 211**

oder per E-Mail an:

**[medienbildungszentrum-gera@t1m.de](mailto:medienbildungszentrum-gera@t1m.de)**

### Ort:

TMBZ Gera und online

### Ansprechpersonen:

Uwe Petermann und Yvonne Schulten

## LIVE-TALK – HINTER DEN KULISSEN EINER FERNSEHPRODUKTION

---

Der Termin wird im  
Medienbrief des TMBZ Gera  
am 20. Oktober veröffentlicht.

40 Wir laden ein, die Magie eines Live-Talkformats hautnah zu erleben. Dieses Bildungsformat bietet die einzigartige Gelegenheit, einen Blick hinter die Kulissen eines TV-Produktionsprozesses zu werfen. Seniorinnen und Senioren erhalten die Möglichkeit, die Regie zu besuchen und die Vorbereitungen für die Sendung aus nächster Nähe zu verfolgen. Erfahren kann man, wie die technischen Abläufe koordiniert werden und wie das Team mit den Kameras in der Regie arbeitet, um einen reibungslosen Ablauf der Live-Sendung zu gewährleisten. Ermöglicht wird die Teilnahme an einem „Live-Screening“, die Aufzeichnung

der Talkshow kann in einem separaten Raum in Echtzeit verfolgt werden. Unmittelbar im Anschluss an das Screening gibt es einen Austausch über das Talkformat.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 20**

oder per E-Mail an:

**[medienbildungszentrum-gera@tlm.de](mailto:medienbildungszentrum-gera@tlm.de)**

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechperson:

Ute Reinhöfer

## ZUM SPIELEN IST MAN NIE ZU ALT – DIGITALE LERN-, LOGIK- UND GEDÄCHTNISPIELE

---

18.11.  
13–15 Uhr

Vor allem Tablet und Smartphone haben den Einstieg in die digitale Spielewelt für Seniorinnen und Senioren leicht gemacht. Spielend kann man Spaß und Spannung mit dem Lernen von Neuem und dem Erhalt der geistigen Fitness kombinieren. Digitale Spiele gibt es online und offline, als Spieleklassiker oder neue Spieleanwendung. Man kann sie jederzeit auch mobil auf dem Smartphone oder einem Tablet spielen. Im Workshop wird die digitale Lern-, Logik- und Gedächtnisspiel-App Brainilis vorgestellt und es wird gezeigt, wie die Spiele-App genau funktioniert und wie sie sicher auf das Smartphone geladen werden kann.

### Anmeldung

Telefonisch unter:

**(0365) 20 10 211**

oder per E-Mail an:

**[medienbildungszentrum-gera@tlm.de](mailto:medienbildungszentrum-gera@tlm.de)**

41

### Ort:

TMBZ Gera

### Ansprechperson:

Yvonne Schulten

## **DIGITALER STAMMTISCH: CYBERCRIME – VERBRECHEN ÜBER DAS INTERNET**

21.11.  
14–16 Uhr

42 Leben in der digitalen Welt bietet viele neue Möglichkeiten: Kommunikation über Messenger-Dienste, Austausch in sozialen Netzwerken, Erledigung von Bankgeschäften und Einkauf im Internet. Leider nutzen auch Kriminelle das Netz für ihre Machenschaften. Sie setzen Methoden, wie zum Beispiel Phishing, Identitätsdiebstahl, Betrug und Social Engineering, ein, um zu täuschen und zu betrügen. Der Digitale Stammtisch will helfen, solche Bedrohungen rechtzeitig zu erkennen. Ein Experte wird über verschiedene Betrugs-  
maschinen und über geeignete Maßnahmen informieren, die vor solchen Angriffen schützen können.

**Anmeldung**  
Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 211**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechpersonen:**  
Andreas Bart und Yvonne Schulten

## **BIOGRAFISCHES SCHREIBEN MIT HILFE KÜNSTLICHER INTELLIGENZ**

05.12.  
10–12 Uhr

Das Seminar vermittelt die Grundlagen des biografischen Schreibens und fördert kreative Schreibmethoden, unter anderem mit Hilfe der Künstlichen Intelligenz-Software ChatGPT. Biografisches Schreiben erlaubt es, Lebensgeschichten festzuhalten und die eigene Entwicklung zu erkunden. Die Teilnehmenden lernen, wie Künstliche Intelligenz als kreatives Werkzeug genutzt werden kann, um innovative Schreibtechniken zu entwickeln.

**Anmeldung**  
Telefonisch unter:  
**(0365) 20 10 20**  
oder per E-Mail an:  
**medienbildungszentrum-gera@tlm.de**

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechperson:**  
Ute Reinhöfer

43

## DER DIGITALE WEIHNACHTSRAUSCH – TUTORIALS UND INSPIRIERENDE INHALTE IM NETZ

16.12.  
10–12 Uhr

44 Im Seminar „Der digitale Weihnachtsrausch – Tutorials und inspirierende Inhalte im Netz“ wird in die zauberhafte Welt des Internets eingetaucht. Gezeigt wird eine Vielzahl von faszinierenden Tutorials, wie das Zuhause festlich dekoriert oder köstliche Leckereien hergestellt werden können. Gemeinsam wird die Vielfalt an digitalen Ressourcen erkundet, die die Weihnachtsstimmung und Kreativität auf einzigartige Weise verschmelzen lässt und die Freude auf das Weihnachtsfest steigert. Geboten wird eine Seminarveranstaltung voller Ideen und Anregungen in vorweihnachtlicher Atmosphäre.

**Ort:**  
TMBZ Gera

**Ansprechpersonen:**  
Sarah Eißmann und Olaf Böhme



## Impressum

### Herausgeber

Thüringer Medienbildungszentrum der TLM in Gera  
Florian-Geyer-Straße 17  
07545 Gera  
Telefon: (0365) 20 10 20  
E-Mail: [medienbildungszentrum-gera@tlm.de](mailto:medienbildungszentrum-gera@tlm.de)

### Ansprechperson

Ute Reinhöfer  
E-Mail: [u.reinhoefer@tlm.de](mailto:u.reinhoefer@tlm.de)

### Bildnachweise

U1: Archiv TMBZ Gera  
S. 4: TLM  
S. 6, 23, 26, 33, 38: Archiv TMBZ Gera  
S. 14, 19, 37, 45: Ron Kuhwede

© 2024, Thüringer Medienbildungszentrum der TLM

# **DIGITAL ACHTSAM SELBSTWIRKSAM GELINGEND LEBEN**

**TMBZ Gera — Das Thüringer Medienbildungszentrum der TLM in Gera**  
Florian-Geyer-Straße 17 • 07545 Gera  
Telefon: (0365) 20 10 20 • E-Mail: [medienbildungszentrum-gera@tlm.de](mailto:medienbildungszentrum-gera@tlm.de)  
Internet: [www.tlm.de](http://www.tlm.de)