



Januar bis Juni 2026

MEDIENBILDUNGSKALENDER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN



INHALT



Seite 6–16

KALENDER

ALLE TERMINE AUF EINEN BLICK

Seite 17–47

MEDIENBILDUNGSANGEBOTE

INHALTE UND INFORMATIONEN

Seite 48–49

IMPULSE

ZUR VERNETZUNG

GRUSSWORT JOCHEN FASCO

SELBSTBEWUSST DIGITAL – DAMIT ALLTAG ONLINE LEICHTER WIRD

Vor Kurzem erzählte mir eine Seniorin aus Weida mit einem Schmunzeln, wie sie dank einem unserer Kurse gelernt hat, mit ihrem Smartphone nicht nur Fotos ihrer Enkelkinder zu verschicken, sondern auch eine Videobotschaft aufzunehmen – „ganz ohne die Hilfe meiner Kinder!“. Solche Momente zeigen auf wunderbare Weise, wie viel Freude digitale Selbstwirksamkeit auslösen kann. Medienbildung bedeutet nicht nur Technikverständnis, sondern auch das gute Gefühl, Neues zu schaffen, Verbindungen zu stärken und den eigenen Alltag aktiv zu gestalten.

Genau dafür steht das Programm des Thüringer Medienbildungszentrums der TLM in Gera im ersten Halbjahr 2026. Mit einer beeindruckenden Vielfalt an Angeboten – vom Smartphone-Einsteigerkurs bis hin zu Workshops über Online-Bezahlsysteme, digitaler Gesundheit, Videoschnitt oder Drohneneinsatz – unterstützen wir Seniorinnen und Senioren dabei, sich sicherer, selbstbewusster und kompetenter in der digitalen Welt zu bewegen.

Ein besonderes Highlight ist die Seniorenakademie 2026 unter dem Titel „Zwei Seiten der KI“. Sie zeigt, wie wir gemeinsam Chancen erkennen, Risiken reflektieren und den gesellschaftlichen Wandel aktiv mitgestalten können. Auch die kreativen Projekte – Podcast, Videoproduktion oder VR-Erlebnisse – ermöglichen älteren Menschen, selbst Medien zu gestalten und ihre Erfahrungen, Geschichten und Perspektiven sichtbar zu machen.

Von großer Bedeutung ist zudem unsere aufsuchende Medienarbeit. Mit Angeboten

in Weida, Greiz, Zeulenroda oder Mücheln gehen wir dorthin, wo Menschen leben – in Begegnungsstätten, Gemeinderäume und lokale Netzwerke. Dieses Engagement zählt direkt auf unsere neue Mitgliedschaft im DigitalPakt Alter ein, die den bundesweiten Anspruch unterstreicht, digitale Teilhabe für ältere Menschen nachhaltig zu stärken.

Und somit noch eine Information in eigener Sache: Ein wichtiger Meilenstein unserer Arbeit ist die jüngste Aufnahme der TLM in den DigitalPakt Alter. Gemeinsam mit der BAGSO und einem starken bundesweiten Netzwerk setzen wir uns dafür ein, digitale und soziale Teilhabe älterer Menschen in Thüringen und weit darüber hinaus sichtbar und wirksam zu stärken. Diese Mitgliedschaft bedeutet für uns nicht nur, vor Ort in Städten, Dörfern und Regionen präsent zu sein, sondern Teil einer Bewegung zu werden, die Seniorinnen und Senioren verlässliche digitale Zugänge, individuelle Begleitung und echten Austausch ermöglicht.

Ich danke allen Kolleginnen und Kollegen sowie unseren engagierten Partnern, die dieses vielfältige Programm möglich machen. Möge das kommende Halbjahr viele solcher kleinen Erfolgsgeschichten hervorbringen – und Seniorinnen und Senioren dabei unterstützen, die Chancen unserer Medien- und Informationswelt kritisch, neugierig und selbstbestimmt zu nutzen.



Ihr
Jochen Fasco
Direktor der Thüringer Landesmedienanstalt (TLM)

KALENDER

ALLE TERMINE AUF EINEN BLICK



JANUAR

07./14./21./ 28.01.	Sprechstunden ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
08.01.	Für jedes Problem eine App? – Einstieg in die Smartphone- und Tablet-Nutzung 📍 TMBZ Gera	S. 19
09.01.	Technikstammtisch für Fortgeschrittene 📍 TMBZ Gera	S. 20
13.01.	Online-Bezahlsysteme – Sicheres Bezahlen im Internet 📍 TMBZ Gera	S. 21
14.01.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22
15.01.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Weida	S. 23
19.01.	Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 24

20.01.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
20.01.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
22.01.	Smartphone? Na klar! – Der Kurs für digitale Neulinge 📍 TMBZ Gera	S. 27
27.01.	Schnelle Hilfe dank hinterlegter Daten – Ihr Smartphone als Lebensretter 📍 TMBZ Gera	S. 28

FEBRUAR

03.02.	Mit der VR-Brille die digitale Welt verstehen 📍 TMBZ Gera	S. 29
04./11./18./ 25.02.	Sprechstunden ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
06.02.	Technikstammtisch für Fortgeschrittene 📍 TMBZ Gera	S. 20

09.–10.02.	Podcast handgemacht 📍 TMBZ Gera	S. 30
11.02.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22
12.02.	Die digitale Brieftasche der Zukunft: Die EUDI-Wallet einfach erklärt 📍 TMBZ Gera	S. 31
16.02.	Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 24
17.02.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
17.02.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
18.02.	Für jedes Problem eine App? – Einstieg in die Smartphone- und Tablet-Nutzung 📍 TMBZ Gera	S. 19
19.02.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Greiz	S. 23

26.02.	Digitaler Stammtisch: Cybercrime-Update 📍 TMBZ Gera und online	S. 32
--------	--	--------------

MÄRZ

03.03.	Computer-Denglisch – Neue Medien leichter Nutzen 📍 TMBZ Gera	S. 33
04./11./25.03.	Sprechstunden 📞 Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
05.03.	#MeinGera – Geschichten, Bilder, Begegnungen auf Instagram 📍 TMBZ Gera	S. 34
06.03.	Technikstammtisch für Fortgeschrittene 📍 TMBZ Gera	S. 20
09.03.	Austauschplattform – Fortgeschrittene beraten Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 35
11.03.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22

12.03.	Smartphone? Na klar! – Der Kurs für digitale Neulinge 📍 TMBZ Gera	S. 27
17.03.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
17.03.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
19.03.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Zeulenroda	S. 23
24.03.	Seniorenakademie 2026: „Zwei Seiten der KI“ – Chancen und Risiken im Fokus 📍 TMBZ Gera	S. 36–37
30.03.	Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 24

APRIL

01./08./15./ 29.04.	Sprechstunden ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
02.04.	#MeinGera – Geschichten, Bilder, Begegnungen auf Instagram 📍 TMBZ Gera	S. 34
08.04.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22
09.04.	Die elektronische Patientenakte 📍 TMBZ Gera	S. 38
13.–15.04.	Gemeinsame Sache – Ein Videopodcast über geteilte Hobbys 📍 TMBZ Gera	S. 39
16.04.	Digitaler Stammtisch: KI effizient nutzen – Tipps und Tricks für bessere Prompts 📍 TMBZ Gera und online	S. 40
16.04.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Weida	S. 23

21.04.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
21.04.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
23.04.	Videoschnitt mit dem Smartphone 📍 TMBZ Gera	S. 41

MAI

05.05.	KI – einfach erklärt 📍 TMBZ Gera	S. 42
06./13./20./ 27.05.	Sprechstunden ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
07.05.	Smartphone? Na klar! – Der Kurs für digitale Neulinge 📍 TMBZ Gera	S. 27
08.05.	Technikstammtisch für Fortgeschrittene 📍 TMBZ Gera	S. 20

12.05.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Münchenbernsdorf	S. 23
13.05.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22
18.05.	Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 24
19.05.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
19.05.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
28.05.	Einführung in den medialen Einsatz von Drohnen – Einsteigerkurs 📍 TMBZ Gera	S. 43

JUNI

01.06.	Austauschplattform – Fortgeschrittene beraten Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 35
03./10./17./ 24.06.	Sprechstunden ☎ Telefonisch und persönlich nach Terminvereinbarung	S. 18
03.06.	Wie gut sind unsere Nachrichten? – Ein Workshop für kritische Medienanalyse 📍 TMBZ Gera	S. 44
05.06.	Technikstammtisch für Fortgeschrittene 📍 TMBZ Gera	S. 20
09.–11.06.	Videoprojekt Smartphone – Idee, Dreh und Schnitt mit Hilfe der KI 📍 TMBZ Gera	S. 45
10.06.	Masterclass 📍 TMBZ Gera	S. 22
15.06.	Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger 📍 TMBZ Gera	S. 24

16.06.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 📍 Stadt- und Regionalbibliothek Gera	S. 25
16.06.	Digitaler Nachmittag im Ideenhaus – Smartphone, Tablet & Apps 📍 Ideenhaus Ronneburg	S. 26
18.06.	Unterwegs in der Medienwelt – Thüringer Medienbildungszentrum on Tour 📍 Weida	S. 23
18.06.	Digitaler Stammtisch: Digitale Gesundheit – vielseitige Anwendungsmöglichkeiten im Überblick 📍 TMBZ Gera und online	S. 46

MEDIENBILDUNGSANGEBOTE

INHALTE UND INFORMATIONEN



SPRECHSTUNDEN – TELEFONISCH UND PERSÖNLICH NACH TERMINABSPRACHE

Haben Sie Fragen zur Nutzung Ihres Smartphones, Tablets oder Computers? Unsere Telefonsprechstunde bietet Ihnen Unterstützung an. Ist ein Anliegen nicht direkt am Telefon lösbar, werden die Anfragen gebündelt und in passende Kurse integriert oder an Angebote der Netzwerkpartner weitervermittelt. Bei individuellen Problemen ist die Organisation einer Austauschplattform möglich, in der versierte Seniorinnen und Senioren als Mentorinnen und Mentoren den Ratsuchenden bei der Lösungsfindung behilflich sind.

Termine:

07.01. | 14.01. | 21.01. | 28.01. | 04.02. |
11.02. | 18.02. | 25.02. | 04.03. | 11.03. |
25.03. | 01.04. | 08.04. | 15.04. | 29.04. |
06.05. | 13.05. | 20.05. | 27.05. | 03.06. |
10.06. | 17.06. | 24.06.

› jeweils 09–12 Uhr

Ort: Telefonisch und persönlich vor Ort
nach Terminvereinbarung

Ansprechperson: Yvonne Schulten

Die Telefonanfragen werden unter der
Nummer (0365) 20 10 211 entgegen-
genommen.

FÜR JEDES PROBLEM EINE APP? – EINSTIEG IN DIE SMARTPHONE- UND TABLET-NUTZUNG

Dieses Seminar unterstützt ältere Menschen dabei, ihr Smartphone oder Tablet besser zu verstehen und Apps sinnvoll für den Alltag einzusetzen. Gemeinsam entdecken wir, wie man Apps sicher im App-Store findet, installiert und bewertet, welche Voraussetzungen nötig sind und woran man Altersbeschränkungen und seriöse Anbieter erkennt. Anhand häufig genutzter Alltags-Apps üben wir, Funktionen einzurichten, Berechtigungen zu verstehen und das Gerät an die eigenen Bedürfnisse anzupassen. Bringen Sie Ihre Fragen mit – in einer offenen Runde lernen wir Schritt für Schritt, welche Apps Ihnen den Alltag erleichtern können.

Termine:

08.01. | 18.02.
› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

Anmeldung:

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

TECHNIKSTAMMTISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

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. Dabei ist das Themenspektrum rund ums Digitale weit gefächert.

Erfahrungen mit digitaler Medientechnik werden vorausgesetzt.

Termine:

09.01. | 06.02. | 06.03. | 08.05. | 05.06.
› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Yvonne Schulten

Anmeldung:

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

ONLINE-BEZAHLSYSTEME – SICHERES BEZAHLEN IM INTERNET

Der Kurs zeigt, wie Sie sich bei der Online-Bezahlung vor Betrug schützen. Sie lernen, sichere Shops zu erkennen. Wir erklären typische Gefahren wie Phishing durch gefälschte E-Mails und Webseiten. Sie erfahren, wie gängige Bezahlssysteme funktionieren und wie sicher diese sind. Wir geben Tipps zum Schutz Ihrer Daten und zur sicheren Passwortnutzung. Auch die Zwei-Faktor-Authentifizierung wird einfach erklärt. Zum Schluss besprechen wir, was im Ernstfall zu tun ist und welche Rechte Sie haben.

Termin:

13.01.
› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

Anmeldung:

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

MASTERCLASS

Für alle Seniorinnen und Senioren mit Erfahrung in digitalen Medientechnologien und Freude am Austausch: Bei unseren Treffen kommen Gleichgesinnte zusammen, um sich zu digitalen Themen auszutauschen und voneinander zu lernen. Die Teilnehmenden bringen ihre eigenen Erfahrungen ein und wählen die Themen und Technologien jedes Mal selbst – vom souveränen Umgang mit Anwendungen bis zur Nutzung spezieller Geräte. Voraussetzung ist ein sicherer Umgang mit digitalen Medien. Gemeinsam erweitern wir unser Wissen und bleiben auf dem neuesten Stand der digitalen Welt.

Termine:

04.01. | 11.02. | 11.03. | 08.04. | 13.05. | 10.06.

› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Olaf Böhme

Anmeldung:

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

UNTERWEGS IN DER MEDIENWELT – THÜRINGER MEDIENBILDUNGSZENTRUM ON TOUR

Einmal im Monat sind wir im Ostthüringer Raum unterwegs und kommen direkt zu Ihnen – nicht nur in Begegnungsstätten, sondern auch in andere öffentliche Räume. Dort bieten wir spannende Medienbildung zu aktuellen Themen: Künstliche Intelligenz, Fake News, Sicherheit bei der Smartphone-Nutzung sowie praktische Einsteigerkurse für den Umgang mit dem Handy. Unser Ziel ist es, Ihnen den sicheren und selbstbewussten Umgang mit digitalen Medien zu erleichtern.

Termine:

15.01. | 19.02. | 19.03. | 16.04. | 12.05. | 18.06.

› jeweils 10–12 Uhr

Orte:

Januar: Weida

Februar: Greiz

März: Zeulenroda

April: Weida

Mai: Münchenbernsdorf

Juni: Weida

Ansprechperson: Olaf Böhme

Haben Sie Interesse an einem Kurs in Ihrer Einrichtung?

Melden Sie sich gern telefonisch unter (0365) 20 10 20 oder per E-Mail an medienbildungszentrum-gera@tlm.de.

TECHNIKSTAMMTISCH FÜR EINSTEIGERINNEN UND EINSTEIGER

Der Technikstammtisch für Einsteigerinnen und Einsteiger bietet Seniorinnen und Senioren ohne Erfahrungen in digitaler Technik die Möglichkeit, die digitale Welt ganz entspannt kennenzulernen. Gleichgesinnte kommen zusammen, um sich zu digitalen Themen auszutauschen und voneinander zu lernen.

Termine:

19.01. | 16.02. | 30.03. | 18.05. | 15.06.

› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Yvonne Schulten

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 211

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

DIGITALER DIENSTAG IN DER BIBLIOTHEK

Am Digitalen Dienstag in der Stadt- und Regionalbibliothek Gera können Seniorinnen und Senioren ihre Fragen zum Umgang mit digitalen Geräten und Anwendungen an Expertinnen und Experten richten. Die Veranstaltung bietet eine monatliche Einführung in aktuelle digitale Themen sowie die Möglichkeit, individuelle Fragen zur Handhabung von Smartphones und Tablets zu stellen. Externe Fachleute ergänzen das Programm mit informativen Vorträgen.

Januar: Steuererklärung mit ELSTER: Informationen für Seniorinnen und Senioren

Februar: Digital mobil – von A nach B mit digitalen Hilfsmitteln: Navigations-Apps und Mobilitätsanwendungen für die Fahrplanabfrage und den Ticketkauf

Termine:

20.01. | 17.02. | 17.03. | 21.04. | 19.05. |

16.06.

› jeweils 10–12 Uhr

Ort: Stadt- und Regionalbibliothek Gera

Ansprechpersonen: Anja Wegner-Rau,
Olaf Böhme

März: Betrug im Internet und am Telefon: Informationen über Betrugsmaschinen, gefälschte E-Mails, Spam und QR-Code-Fallen

April: Die elektronische Patientenakte (ePA): Was bedeutet das für uns?

Mai: What's Up? – Neues von WhatsApp und seinen Alternativen: aktuelle Funktionen, KI, Kanäle, Status-Einstellungen, Umfragen und vieles mehr

Juni: Reiseerinnerungen teilen und aufbewahren: Apps für Fotobücher und Reiseblogs

DIGITALER NACHMITTAG IM IDEENHAUS – SMARTPHONE, TABLET & APPS

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.

Januar: Steuererklärung mit ELSTER: Informationen für Seniorinnen und Senioren

Februar: Digital mobil – von A nach B mit digitalen Hilfsmitteln: Navigations-Apps und Mobilitätsanwendungen für die Fahrplanabfrage und den Ticketkauf

Termine:

20.01. | 17.02. | 17.03. | 21.04. | 19.05. | 16.06.

› jeweils 13.30–15 Uhr

Ort: Ideenhaus Ronneburg

Ansprechperson: Olaf Böhme

März: Betrug im Internet und am Telefon: Informationen über Betrugsmaschen, gefälschte E-Mails, Spam und QR-Code-Fallen

April: Die elektronische Patientenakte (ePA): Was bedeutet das für uns?

Mai: What's Up? – Neues von WhatsApp und seinen Alternativen: aktuelle Funktionen, KI, Kanäle, Status-Einstellungen, Umfragen und vieles mehr

Juni: Reiseerinnerungen teilen und aufbewahren: Apps für Fotobücher und Reiseblogs

SMARTPHONE? NA KLAR! – DER KURS FÜR DIGITALE NEULINGE

Dieses Fortbildungsangebot richtet sich an ältere Personen, die ihr Smartphone besser kennenlernen und gezielt nutzen möchten. Bringen Sie Ihre Fragen und Themen mit – gemeinsam erkunden wir, welche Apps und Funktionen Ihnen im Alltag weiterhelfen können. Ob für Kommunikation, Organisation oder kleine Alltagslösungen: In einer offenen Runde entdecken Sie, wie vielseitig Ihr Smartphone ist und wie Sie es individuell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten nutzen können.

Termine:

22.01. | 12.03. | 07.05.

› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechpersonen: Olaf Böhme, Martin Groß

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

SCHNELLE HILFE DANK HINTERLEGTER DATEN – IHR SMARTPHONE ALS LEBENSRETTETTER

Im Ernstfall zählt jede Minute – Ihr Smartphone kann Leben retten. Notfall-Apps wie 112, NINA oder Katwarn bieten schnelle Hilfe durch Standortübermittlung und Warnmeldungen. Sie können außerdem Notfallkontakte und medizinische Daten im Smartphone hinterlegen, die im Ernstfall über Sperrbildschirm oder Notruf-Funktion abrufbar sind. Der Kurs zeigt Schritt für Schritt Einrichtung, Nutzung und Datenschutz. Er stärkt Ihre Sicherheit im Alltag und vermittelt Vertrauen in digitale Helfer.

Termin:
27.01.
› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

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

MIT DER VR-BRILLE DIE DIGITALE WELT VERSTEHEN

In diesem Kurs entdecken Seniorinnen und Senioren mit der VR-Brille spannende virtuelle Räume und lernen gleichzeitig, wie moderne Medien funktionieren. Neben eindrucksvollen Erlebnissen steht die Medienbildung im Mittelpunkt: Wir üben den sicheren Umgang mit digitalen Technologien, reflektieren Chancen und Risiken und stärken die eigene Medienkompetenz spielerisch, praxisnah und gemeinsam.

Termin:
03.02.
› 10–15 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

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

PODCAST HANDGEMACHT

Sie lernen in diesem zweitägigen Workshop, wie Sie Ihren eigenen Podcast erstellen können – von der Ideenfindung über die Umsetzung bis hin zur Veröffentlichung. Praktische Übungen und Tipps helfen Ihnen, Ihre Stimme zu finden und Ihre Inhalte wirkungsvoll zu präsentieren. Starten Sie Ihr Podcast-Abenteuer!

Termin:
09.–10.02.
› jeweils 09–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Sven Jensen,
Olaf Böhme

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

DIE DIGITALE BRIEFTASCHE DER ZUKUNFT: DIE EUDI-WALLET EINFACH ERKLÄRT

EUDI-Wallet – was kommt ab 2026? Die Europäische Union und die Bundesrepublik Deutschland planen ab Ende 2026 die Einführung einer „digitalen Briefftasche“ – der sogenannten EUDI-Wallet. Damit können wichtige Dokumente wie Führerschein, Zeugnisse oder Versicherungsnachweise sicher auf dem Smartphone gespeichert und bei Bedarf genutzt werden. Auch digitale Ausweise, Unterschriften oder Zahlungen wären möglich. Wichtig zu wissen: Die Nutzung ist freiwillig – niemand muss die Wallet verwenden. In unserem Kurs sprechen wir über digitale Wallets, erklären die Möglichkeiten und zeigen, wo sie im Alltag nützlich sein können.

Termin:
12.02.
› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechperson: Olaf Böhme

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

DIGITALER STAMMTISCH: CYBERCRIME-UPDATE

Kaum jemand unter uns kommt ohne das Internet aus. Es bietet uns Abwechslung, Unterhaltung, Informationen und vieles mehr. Aber es ist auch kein Geheimnis, dass die Internetkriminalität, genannt Cybercrime, immer mehr zunimmt und auf vielfältigste Weise in Erscheinung tritt. Und oftmals ist es so, dass man den Betrug erst als solchen erkennt, wenn es zu spät ist. In diesem Workshop bekommen Sie ein Update über die gängigen Betrugsmaschen im Internet und wie Sie solche entlarven können.

Termin:
26.02.
› 14–16 Uhr

Ort: TMBZ Gera und online
Ansprechpersonen: Yvonne Schulten,
Jürgen Schuh, Martin Groß

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

COMPUTER-DENGLISCH – NEUE MEDIEN LEICHTER NUTZEN

Das Seminar zeigt aus der Perspektive einer Anwenderin digitaler Medien, auf welche Fachbegriffe auch Seniorinnen und Senioren nicht verzichten sollten. Es geht um das Erlernen der Bedeutung inzwischen eingedeutschter englischer Begriffe im Umgang mit dem Computer, Smartphone oder Tablet. Im Dialog mit Fachleuten wird geklärt, was diese Begriffe inhaltlich bedeuten und welche Anwendungsmöglichkeiten sie beschreiben. Wer „Computer-Denglisch“ versteht, kann die neuen Medien leichter nutzen. Zudem hilft das „Update“ im Kopf – gemeint ist die Aktualisierung des vorhandenen Wissens über Computer – mit jungen Leuten im Gespräch zu bleiben. Für sie gehören Englisch und all die denglischen Mischbegriffe zum Alltagssprachgebrauch.

Termin:
03.03.
› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Angelika Bohn,
Martin Groß

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

#MEINGERA – GESCHICHTEN, BILDER, BEGEGNUNGEN AUF INSTAGRAM

Gera steckt voller spannender Orte, Erinnerungen und Geschichten – und auf Instagram lassen sich diese wunderbar teilen!

In diesem zweiteiligen Kurs lernen Sie, wie Sie eigene Beiträge über Gera gestalten und veröffentlichen können: von der Idee und Fotografie über das Verfassen kurzer Texte bis zum Posten auf Instagram. Gemeinsam setzen wir einen eigenen Account auf, entdecken kreative Möglichkeiten der digitalen Stadtführung und tauschen uns über unsere Lieblingsorte und besonderen Perspektiven auf Gera aus. Zwischen den beiden Terminen bleibt Zeit, um das Gelernte auszuprobieren und eigene Inhalte zu erstellen.

Termine:

05.03. und 02.04.
› jeweils 10–14 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Lara Füssel

Anmeldung:

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

Der Kurs richtet sich an Neugierige ab 60 Jahren, die Lust haben, Gera digital sichtbar zu machen, Neues zu lernen und mit Freude in die Welt der Content Creation, also das Erstellen von Inhalten, einzutauchen – ganz ohne Vorkenntnisse.

AUSTAUSCHPLATTFORM – FORTGESCHRITTENE BERATEN EINSTEIGERINNEN UND EINSTEIGER

Die Austauschplattform für Seniorinnen und Senioren bietet einen Raum, um Probleme zu besprechen, Erfahrungen weiterzugeben und voneinander zu lernen. Ehrenamtliche besprechen die Probleme mit den Hilfesuchenden, tauschen Erfahrungen aus und die Teilnehmenden lernen voneinander. Die Teilnahme an einer Austauschplattform setzt eine telefonische oder persönliche Anfrage bei der Sprechstunde voraus.

Termine:

09.03. | 01.06.
› jeweils 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Yvonne Schulten

Anmeldung:

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

SENIORENAKADEMIE 2026: „ZWEI SEITEN DER KI“ – CHANCEN UND RISIKEN IM FOKUS

Künstliche Intelligenz (KI) verändert unseren Alltag – von Sprachassistenten über medizinische Anwendungen bis hin zur Informationswelt. Die Seniorenakademie lädt daher zu einer ganztägigen Veranstaltung unter dem Titel „Zwei Seiten der KI“ ein. Die Teilnehmenden erwartet ein abwechslungsreiches Programm mit Vorträgen, Diskussionen und einem abschließenden Expertengespräch.

Der Vormittag widmet sich den positiven Seiten der KI: Wie können digitale Helfer den Alltag erleichtern? Welche Chancen eröffnen sich für ältere Menschen? Und welche Fortschritte erzielt die Medizin durch KI?

Termin:
24.03.
› 09–15.30 Uhr

Am Nachmittag stehen die kritischen Fragen im Mittelpunkt: Wer kontrolliert die KI? Welche Risiken entstehen durch die Dominanz weniger Konzerne? Und wie verändert sich unsere Informationskultur, wenn die KI Inhalte zusammenfasst, ohne dass wir selbst suchen? In der abschließenden Expertenrunde „Zwei Seiten der KI“ diskutieren Referentinnen und Referenten gemeinsam mit ChatGPT als digitalem Gast über Chancen, Risiken und die Rolle von Politik, Gesellschaft und Nutzern. Zum Abschluss ziehen wir gemeinsam mit dem Publikum ein Resümee: „KI – unsere Chancen und Grenzen“. Anschließend besteht Gelegenheit zum informellen Austausch.

PROGRAMM*

10 Uhr: Begrüßung und Einführung

10.15 Uhr: Vortrag: „KI als Helfer im Alltag“

10.45 Uhr: Kaffeepause

11 Uhr: Vortrag: „KI und die Informationswelt – Medien im Wandel“

12 Uhr: Mittagspause

13 Uhr: Vortrag: „Abhängigkeit und Machtfragen – Wer kontrolliert die KI?“

14.30 Uhr: Abschluss: Expertengespräch „Zwei Seiten der KI“

15 Uhr: Resümee und Einladung zum informellen Austausch

18 Uhr: Abendveranstaltung mit Filmvorführung und Get-Together

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

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

** Die Durchführung des Programms erfolgt entsprechend dem vorgestellten Konzept, sofern die Referentinnen und Referenten für die jeweiligen Themen terminlich verfügbar sind.*

DIE ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE

Die Digitalisierung verändert das Gesundheitswesen – mit der elektronischen Patientenakte (ePA) können Sie aktiv davon profitieren. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihre Gesundheitsdaten sicher, bequem und selbstbestimmt digital verwalten. Die ePA verbessert Ihre Versorgung, spart Wege und Zeit – etwa durch digitale Rezepte – und erfüllt höchste Datenschutzstandards. Der Kurs richtet sich besonders an Seniorinnen und Senioren, die sich im digitalen Gesundheitswesen orientieren möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Neben praktischen Übungen bieten wir auch Raum für Ihre Fragen, Erfahrungen und den Austausch untereinander – denn voneinander lernen ist oft der beste Weg.

Termin:

09.04.

› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

GEMEINSAME SACHE – EIN VIDEOPODCAST ÜBER GETEILTE HOBBYS

In unserem dreitägigen Podcast-Projekt „Gemeinsame Sache“ gehen wir gemeinsam mit Jugendlichen sowie jungen Erwachsenen und Älteren auf Entdeckungsreise durch die Welt der Hobbys. Was begeistert uns in unserer Freizeit? Wie haben sich Interessen im Laufe der Zeit verändert – und was bleibt zeitlos spannend? Gemeinsam planen, gestalten und produzieren wir in kleinen Teams kurze Podcast-Folgen, in denen persönliche Geschichten, Erfahrungen und Leidenschaften im Mittelpunkt stehen. Vom ersten Interview bis zum fertigen Audio-Beitrag lernen alle Teilnehmenden, wie man einen Podcast entwickelt, aufnimmt und bearbeitet. Das Projekt fördert den Austausch zwischen den Generationen, lässt Neugier wachsen und zeigt: Hobbys kennen kein Alter – sie verbinden Menschen und schaffen neue Perspektiven.

Termin:

13.–15.04.

› jeweils 10–14 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechperson: Lara Füssel

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

DIGITALER STAMMTISCH: KI EFFIZIENT NUTZEN – TIPPS UND TRICKS FÜR BESSERE PROMPTS

Leistungsstarke KI-Werkzeuge helfen bei der Texterstellung, der Bildbearbeitung oder sie kreieren ganze Videos für uns. Doch wer überzeugende Ergebnisse haben möchte, sollte die richtigen Befehle (Prompts) kennen. In diesem Vortrag zeigt Daniel Lehmann, Journalist und Dozent aus Berlin, mit welchen Tipps und Strategien Sie schneller zum Ziel kommen, welche Eingaben eher vermieden werden sollten und wie Sie überhaupt die passende KI-Anwendung auswählen.

Termin:

16.04.

› 14–16 Uhr

Ort: TMBZ Gera und online

Ansprechpersonen: Yvonne Schulten,
Martin Groß

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 211

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

VIDEOSCHNITT MIT DEM SMARTPHONE

Lernen Sie in diesem Seminar, wie Sie direkt auf Ihrem Smartphone Videos schneiden und kreativ gestalten. Der medienpraktische Ansatz ermöglicht es Ihnen, Schritt für Schritt den Umgang mit einer Schnitt-App zu erlernen – von der Auswahl und dem Kürzen des Videomaterials bis zum Hinzufügen von Musik, Text und Übergängen. Am Ende des Seminars werden Sie Ihr erstes eigenes Video oder eine eigene Slideshow erstellt haben, die Sie stolz präsentieren können. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone sowie eigenes Videomaterial oder digitale Fotos mit.

Termin:

23.04.

› 09–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera

Ansprechpersonen: Angelika Bohn,
Martin Groß

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

KI – EINFACH ERKLÄRT

Künstliche Intelligenz (KI) ist längst Teil unseres Alltags: Sie beantwortet Fragen, übersetzt Texte oder erinnert an Termine. Gerade für Seniorinnen und Senioren kann sie ein hilfreiches Werkzeug sein – ob beim Organisieren des Tages, beim Lernen oder zur Unterhaltung. Wichtig ist jedoch ein sicherer Umgang: KI liefert Vorschläge, die stets kritisch geprüft werden sollten. Dazu gehört, Informationen zu hinterfragen, Quellen zu vergleichen und persönliche Daten bewusst zu schützen. In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie KI Schritt für Schritt zu einer verlässlichen Unterstützung im täglichen Leben werden kann.

Termin:
05.05.
› 10–12 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechperson: Olaf Böhme

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

EINFÜHRUNG IN DEN MEDIALEN EINSATZ VON DROHNEN – EINSTEIGERKURS

In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die Grundlagen des Drohneneinsatzes im Kontext moderner Medienproduktion kennen. Der Kurs vermittelt sowohl technisches Basiswissen als auch medienpädagogische und gestalterische Kompetenzen für den verantwortungsvollen und kreativen Umgang mit Drohnen als Werkzeug der Medienbildung. Von rechtlichen Grundlagen und Datenschutzfragen bis hin zu ersten Flugübungen und der Aufnahme von Foto- und Videomaterial – der Kurs richtet sich an Interessierte ohne Vorkenntnisse und bietet einen praxisnahen Einstieg in die visuelle Medienarbeit mit Drohnen. In einer offenen Lernatmosphäre entwickeln Sie ein Verständnis für den sinnvollen Einsatz von Drohnen in Bildungs- und Medienprojekten.

Termin:
28.05.
› 10–15 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Martin Groß,
Niklas König, Jonas Fritzsche

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

WIE GUT SIND UNSERE NACHRICHTEN? – EIN WORKSHOP FÜR KRITISCHE MEDIENANALYSE

In Zeiten gesellschaftlicher Krisen ist verlässliche Information wichtiger denn je. Doch viele Bürgerinnen und Bürger kritisieren, dass nicht alle Positionen in den Massenmedien ausreichend berücksichtigt werden. In diesem Workshop wollen wir mit Seniorinnen und Senioren gemeinsam ausgewählte Sendungen anschauen und kritisch analysieren. Dabei erarbeiten wir gemeinsam einen Kriterienkatalog journalistischer Qualitätsmerkmale, der die Bedürfnisse der Teilnehmenden berücksichtigt. Mit diesem Kriterienkatalog werden wir Beiträge und Nachrichten analysieren und im Vergleich auch Beiträge von NIUS Live unter die Lupe nehmen. Im Fokus stehen Fragen nach Ausgewogenheit,

Termin:
03.06.
› 10–12.30 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Dr. Martin Ritter,
Martin Groß

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

Themenvielfalt und journalistischer Qualität. Ziel ist es, das eigene Medienvertrauen zu reflektieren und über mögliche Einseitigkeiten ins Gespräch zu kommen. Der Workshop bietet Raum für Austausch, Diskussion und medienkritische Sensibilisierung.

VIDEOPROJEKT SMARTPHONE – IDEE, DREH UND SCHNITT MIT HILFE DER KI

In diesem dreitägigen Kurs lernen Sie Schritt für Schritt, wie aus einer Idee ein fertiger Videofilm entsteht. Ob mit Smartphone oder Kamera – wichtig sind gute Bilder, klarer Ton und eine spannende Geschichte. Wir üben Recherche und Faktencheck, damit Inhalte verlässlich bleiben. Gemeinsam im Team entwickeln Sie Ihr Projekt, nutzen moderne Möglichkeiten der Künstlichen Intelligenz und halten am Ende Ihr eigenes kleines Filmwerk in den Händen.

Termin:
09.–11.06.
› jeweils 10–15 Uhr

Ort: TMBZ Gera
Ansprechpersonen: Olaf Böhme,
Martin Groß

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

DIGITALER STAMMTISCH: DIGITALE GESUNDHEIT – VIELSEITIGE ANWENDUNGS- MÖGLICHKEITEN IM ÜBERBLICK

Am Digitalen Stammtisch werden aktuelle Neuerungen in der digitalen Gesundheitsversorgung vorgestellt und besprochen. Neben der Nutzung des E-Rezeptes, der elektronischen Gesundheitskarte und der elektronischen Patientenakte bietet der Stammtisch einen Überblick über weitere innovative Bestandteile, darunter den Notfallpass auf dem Smartphone, die Bestellung in einer Online-Apotheke, Online-Terminbuchungen sowie Medikationspläne und Notfalldaten. Die Veranstaltung zielt darauf ab, das Verständnis für digitale Gesundheitslösungen zu fördern und deren praktische Anwendung zu erläutern.

Termin:

18.06.

› 14–16 Uhr

Ort: TMBZ Gera und online

Ansprechpersonen: Yvonne Schulten,
Martin Groß

Anmeldung:

Telefonisch unter: (0365) 20 10 211

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de





VIDEOFREUNDE SUCHEN FRAUEN UND MÄNNER, DIE FREUDE AM FILMEN HABEN

Wir suchen Interessierte, die stimmungsvolle und informative Videobeiträge gestalten möchten. Wir treffen uns immer am letzten Dienstag des Monats, um unsere aktuellen Aufnahmen und Arbeitsstände zu besprechen. In entspannter Atmosphäre tauschen wir uns aus und entwickeln gemeinsam neue Ideen. Wir geben konstruktives Feedback und bieten Gelegenheit, die eigenen Fähigkeiten in einer motivierten Gruppe weiterzuentwickeln. Wir suchen Frauen und Männer, die Lust am Austausch haben. Professionelle Erfahrung

gen sind nicht erforderlich, nur Begeisterung und Kreativität sind gefragt. Jede Aufnahmetechnik ist willkommen – ob Sie mit dem Smartphone, dem Fotoapparat, der Videokamera oder einem Tablet filmen – Hauptsache, Sie fühlen sich wohl damit. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Perspektive!

Sie erreichen uns telefonisch unter: (0365) 20 10 20 oder per E-Mail an: medienbildungszentrum-gera@tlm.de

Ort: TMBZ Gera
Ansprechperson: Olaf Böhme

Impressum

Herausgeber

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

Ansprechperson

Ute Reinhöfer
E-Mail: u.reinhoefer@tlm.de

Bildnachweise

U1 und Seite 6, 17, 47, 48: Ron Kuhwede
Seite 4: TLM

© 2026, 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

Internet: www.tlm.de