

TMBZ GERA

DAS THÜRINGER MEDIENBILDUNGSZENTRUM DER TLM IN GERA

Medienangebote für Seniorinnen und Senioren
Januar – Juni 2023



DIGITAL ACHTSAM SELBSTWIRKSAM GELINGEND LEBEN

MEDIENBILDUNG

MEDIENBERATUNG

MEDIENPROJEKTE



VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren,

ich freue mich, dass wir mit unserem aktuellen Medienbildungsangebot im ersten Halbjahr 2023 wieder neue Medienthemen gemeinsam bearbeiten werden. Auf dem Programm der diesjährigen Seniorenakademie steht beispielsweise die Beschäftigung mit dem Thema Einsamkeit im Alter und wie digitale Medien dazu beitragen können, unser persönliches und gesellschaftliches Miteinander zu fördern. Wir führen aber auch bewährte Formate weiter, wie etwa den Digitalen Stammtisch mit wechselnden Themen. Es wird um Sprachassistenten wie Alexa, Siri und Co. oder auch um Gesundheit aus dem Netz gehen. Denn gerade für ältere Menschen eröffnen digitale Medien neue oder auch alternative Möglichkeiten, sich zu informieren und gesellschaftliche Prozesse mitzugestalten. Es ist wichtig, dass Sie sich einbringen. Ihre Erfahrungen und Ihre Medienkompetenz tragen wesentlich zur Gestaltung unserer Mediendemokratie bei.

Liebe Seniorinnen und Senioren, es ist mir ein persönliches Anliegen, mit dem Medienbildungsangebot im TMBZ Gera auf die mit den digitalen Medien verbundenen Chancen zu fokussieren, ohne die Risiken zu verschweigen. Wissensvermittlung in Sachen Datenschutz, Datensicherheit, Medienrecht und Medienethik sind uns ganz grundsätzlich wichtige Anliegen. Daher werden Themen wie diese gezielt in allen Seminaren und Workshops besprochen.

Um noch mehr Menschen zu erreichen, schwärmen wir auch aus. Im medienpraktischen Fortbildungsangebot „Digitales Dorfgedächtnis“ vermitteln wir, wie mit einem Smartphone, Geschichten aus dem Dorf digital bewahrt werden können. Interessante neue Erfahrungen sind sicher auch mit einer Teilnahme an der digitalen Pilgertour verbunden, bei welcher Sie gemeinsam darüber nachdenken werden, wie wir alle in einer digitalen Gesellschaft leben wollen.

Mit der Durchführung der aufgeführten Beratungs-, Bildungs- und Projektangebote wollen wir Sie unterstützen und, wenn Sie wollen, anleiten, digitale Medien kompetent zu nutzen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Durchblättern unseres Angebotes.

Ihr Jochen Fasco

Direktor der Thüringer Landesmedienanstalt (TLM)



Seite 8–13

KALENDER
ALLE TERMINE AUF
EINEN BLICK

Seite 15–39

MEDIENANGEBOTE
INHALTE UND
INFORMATIONEN

JANUAR

04./11./18./ 25.01.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass ☎ Telefonisch	S. 15
06.01.	Digitaler Technikstammtisch 🏠 TMBZ Gera / alternativ: online	S. 16
17.01.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17
19.01.	Digitaler Stammtisch: Cloud und Fotos – Vorteile und Risiken 🏠 Jugendclub CM im Mehrgenerationenhaus Bieblach-Ost und online	S. 18
31.01.	Computer-Denglisch – Neue Medien leichter nutzen 🏠 TMBZ Gera	S. 19

FEBRUAR

01./08./15./ 22.02.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass ☎ Telefonisch	S. 15
------------------------	---	-------

03.02.	Digitaler Technikstammtisch 🏠 TMBZ Gera / alternativ: online	S. 16
09.02.	Digitale Tagebücher – Erlebnisse festhalten 🏠 TMBZ Gera	S. 20
16.02.	Mit dem Smartphone unterwegs stets auf Empfang 🏠 TMBZ Gera	S. 21
21.02.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17
27.02.	Austauschplattform 🏠 TMBZ Gera	S. 22

MÄRZ

01./22./29.03.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass ☎ Telefonisch	S. 15
03.03.	Digitaler Technikstammtisch 🏠 TMBZ Gera / alternativ: online	S. 16

14.03.	Foto-Shooting – Das schöne Bild in der Werbung 🏠 TMBZ Gera	S. 23
21.03.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17
27.03.	Austauschplattform 🏠 TMBZ Gera	S. 22
30.03.	Smartphone-Entdecker-Tour – Die unmittelbare Nachbarschaft 🏠 TMBZ Gera	S. 24

10

APRIL

12./16./19.04.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass 📞 Telefonisch	S. 15
18.04.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17
20.04.	Seniorenakademie: Einsamkeit und digitale Gesellschaft 🏠 TMBZ Gera und online	S. 26–28

24.04.	Austauschplattform 🏠 TMBZ Gera	S. 22
26. und 27.04.	Raus aus dem Haus, rein ins Abenteuer: Bewegen und Gestalten mit Apps 🏠 TMBZ Gera	S. 30

MAI

02.05.	Audio-Spaziergang – Begegnungen am Vormittag 🏠 TMBZ Gera	S. 31
03./24./31.05.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass 📞 Telefonisch	S. 15
05.05.	Digitaler Technikstammtisch 🏠 TMBZ Gera / alternativ: online	S. 16
12.-14.05.	Digitale Pilgertour – Wie wollen wir leben? 🏠 Zeitgrund	S. 32–33
16.05.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17

11

25.05.	Digitaler Stammtisch – Gesundheit aus dem Netz 🏠 TLM Erfurt und online	S. 34
30.05.	Das digitale Dorfgedächtnis – Wir machen Geschichte in Geschichten sichtbar 🏠 Gemeinde Pohlitz	S. 35
JUNI		
02.06.	Digitaler Technikstammtisch 🏠 TMBZ Gera / alternativ: online	S. 16
08.06.	Digitaler Stammtisch – Sprachassistenten: Alexa, Siri und Co. 🏠 TMBZ Gera und online	S. 36
07./15./21./ 28.06.	Telefonsprechstunde Digital-Kompass 📞 Telefonisch	S. 15
16.06.	Bundesweiter Digitaltag: Zum Spielen ist man nie zu alt – Digitale Lern-, Logik- und Gedächtnisspiele 🏠 TMBZ Gera	S. 37
20.06.	Digitaler Dienstag in der Bibliothek 🏠 Bibliothek Gera	S. 17

12

26.06.	Austauschplattform 🏠 TMBZ Gera	S. 22
GANZJÄHRIG		
bis Oktober 2023	Videos mit dem Smartphone – Intergeneratives Videoprojekt 🏠 Mitmach-Aktion in Ostthüringen	S. 38–39

13



TELEFONSPRECHSTUNDE DIGITAL-KOMPASS

04.01./11.01./18.01./25.01./01.02./08.02./15.02./
22.02./01.03./22.03./29.03./12.04./16.04./19.04./
03.05./24.05./31.05./07.06./15.06./21.06./28.06.
jeweils 9–12 Uhr

Am Telefon können alle Probleme mit digitalen Geräten oder digitalen Anwendungen beschrieben werden. Wie komme ich ins Internet? Wie öffne ich Dateien auf meinem Handy, wie lösche ich Verlaufsdaten, wie lege ich mir einen E-Mail-Account an? Aufgrund der Spannbreite 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

Ansprechperson:
Yvonne Schulten

DIGITALER TECHNIKSTAMMTISCH

06.01./03.02./03.03./05.05./02.06.
jeweils 10–12 Uhr

16 Seniorinnen und Senioren mit Freude und Interesse an digitalen Medientechnologien treffen sich mit Gleichgesinnten, um über digitale Technologien zu sprechen. Alle lernen voneinander und gemeinsam werden technische Hürden gemeistert. Die Teilnehmenden entscheiden von Mal zu Mal darüber, welche Themen sie besprechen und welche Technik sie dafür einbringen wollen. Rund ums Digitale ist das Themenspektrum weit gefächert. Es reicht vom Aufsetzen eines neuen Betriebssystems über Datensicherung oder digitale Fotografie bis hin zur Besprechung von Drohentechnologien. 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 / alternativ: online

Ansprechperson:

Yvonne Schulten

DIGITALER DIENSTAG IN DER BIBLIOTHEK

17.01./21.02./21.03./18.04./16.05./20.06.
jeweils 10–12 Uhr

Am Digitalen Dienstag erhalten Seniorinnen und Senioren in der Bibliothek Gera die Möglichkeit, sich mit ihren Fragen und Problemen beim Umgang mit digitalen Endgeräten und digitalen Anwendungen an Expertinnen und Experten zu wenden. Neben spezifischen Erläuterungen, wie beispielsweise zur Anwendung von digitalen Lesegeräten, können Fragen zur Handhabung des eigenen Smartphones oder Tablets gestellt werden. Mit der praxisnahen Beratung soll die Teilhabe von Menschen im höheren Lebensalter im Bereich der Digitalisierung gestärkt werden. Externe Fachleute unterstützen mit Vorträgen zu ausgewählten Themen, wie beispielsweise Online-Banking oder Smart Home. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Ort:

Bibliothek Gera

Ansprechperson:

Olaf Böhme

DIGITALER STAMMTISCH – CLOUD UND FOTOS – VORTEILE UND RISIKEN

19.01.
14–16 Uhr

18 Fotografieren ist einfach geworden. Dank digitaler Kameras und Smartphones hat man den Fotoapparat fast ständig dabei und kann dutzende, sogar hunderte von Bildern schießen, kostenlos! Teurer wird es erst, wenn man Abzüge machen lassen oder die Bilder teilen möchte: per E-Mail, Messenger oder über die „Wolke“, einen Online-Speicher, auch Cloud genannt. Welche Angebote gibt es? Wie funktionieren sie? Was gibt es zu beachten bei Kosten und Datenschutz? Diese und andere Fragen werden in einer Fragestunde mit unseren Expertinnen und Experten erörtert.

Anmeldung

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

Ort:

Jugendclub CM im Mehrgenerationenhaus, Bieblach-Ost und online

Ansprechperson:

Yvonne Schulten

COMPUTER-DENGLISCH – NEUE MEDIEN LEICHTER NUTZEN

31.01.
14–16 Uhr

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 den Referentinnen und Referenten 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.

Anmeldung

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

19

Ort:

TMBZ Gera / alternativ: online

Ansprechpersonen:

Angelika Bohn, Martin Groß

DIGITALE TAGEBÜCHER – ERLEBNISSE FESTHALTEN

09.02.
14–16 Uhr

20 Digitale Tagebucheinträge können als nüchterne, kleine Kurzberichte im Nachgang des Geschehens, als poetische Schilderungen oder als vielfältiges Zeugnis eines unmittelbaren Erlebens kreativ gestaltet werden. Am Ort des Geschehens wird das Erlebte sofort digital festgehalten, beschrieben und eingeordnet. Ton-, Foto- und Videoaufnahmen ergeben zusammen einen vielfältigen Kosmos von sinnlichen Eindrücken. Im Workshop werden Online- und Offline-Anwendungen vorgestellt, ihre Vor- und Nachteile erläutert sowie insbesondere Fragen des Datenschutzes, des Urheberrechts und des Persönlichkeitsrechts besprochen. In kleinen Übungen werden die app- und browserbasierten Anwendungen erprobt.

Anmeldung

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

Ort:
TMBZ Gera

Ansprechpersonen:
Angelika Bohn, Martin Groß

MIT DEM SMARTPHONE UNTERWEGS STETS AUF EMPFANG

16.02.
14–16 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. Wir erklären Ihnen die grundlegenden Funktionen Ihres kleinen Hochleistungscomputers: Das Betriebssystem, Tasten und Einstellungen, Flugmodus, Telefonieren, Tastatur, Internet per WLAN, eine Internetseite aufrufen und wie Sie sicher Apps herunterladen.

Anmeldung

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

Ort:
TMBZ Gera

Ansprechpersonen:
Olaf Böhme, Martin Groß

AUSTAUSCHPLATTFORM – FORTGESCHRITTENE BERATEN EINSTEIGERINNEN UND EINSTEIGER INS DIGITALE

27.02./27.03./
24.04./26.06.
10–12 Uhr

22

Mobile Endgeräte erobern den Alltag von Seniorinnen und Senioren. Doch oftmals gibt es bei der Handhabung und Bedienung Schwierigkeiten. Wie versendet man ein Foto, eine E-Mail oder lädt sich eine App auf das Handy? In dem Weiterbildungsformat Austauschplattform treffen sich potentiell Wissbegierige und Hilfesuchende mit gleichaltrigen Menschen, die bereits fit und ehrenamtlich bereit sind, anderen am Smartphone oder Tablet zu helfen und sich auszutauschen. Grundsätzlich ist das Angebot auf die Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmenden ausgerichtet.

Die Teilnahme an der Veranstaltung setzt eine vorherige Anmeldung und Nutzung der Beratungsmöglichkeit in der **Telefonstunde Digital-Kompass** voraus.

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

14.03.
10–16 Uhr

23

Professionelle Models wissen, wie man sich vor der Kamera verhält – wie Posing funktioniert. Sie bieten Posen an! Aber wie funktioniert das? Und im Team wird das noch schwieriger, da braucht es Anweisungen. 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 erhalten Sie einen Einblick in die professionelle Welt der Auftragsfotografie: Werbeauftrag, Model, Casting, Shooting und Nachbereitung. Es werden Kenntnisse zum

Urheber-, Persönlichkeits- und Leistungsschutzrecht vermittelt. Dabei fließen im Workshop Theorie und Praxis ineinander. 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, Yvonne Schulten, Martin Groß

SMARTPHONE-ENTDECKER-TOUR – DIE UNMITTELBARE NACHBARSCHAFT

30.03.
10–12 Uhr

Im Mittelpunkt stehen Foto- und Videoaufnahmen von Entdeckungen in der unmittelbaren Nachbarschaft. Grünanlagen, Gebäude, Brunnenanlagen oder Platzgestaltungen, selbst der Mensch gegenüber kann zum Motiv werden. Neben Erläuterungen zur Handhabung der technischen Funktionen, werden Grundlagen der Bildgestaltung, Hinweise zu Einstellungsgrößen und zur Dramaturgie eines Fotos oder Videos vermittelt. In praktischen Übungen gilt es, die großen und kleinen Entdeckungen in Szene zu setzen. Informationen zum Datenschutz, Urheberrecht und zur Wahrung der Persönlichkeitsrechte ergänzen die Übungen.

Anmeldung

Telefonisch unter:

(0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

Ort:

TMBZ Gera

Ansprechperson:

Martin Groß



SENIORENAKADEMIE – EINSAMKEIT UND DIGITALE GESELLSCHAFT

20.04.

Seniorenakademie 2023 Einsamkeit im Alter? – Gut vernetzt mit digitalen Medien

26

Die Einsamkeit im Alter nimmt zu. Etwa 6 Millionen Menschen ab 65 Jahren lebten im Jahr 2020 allein, bei den ab 85-Jährigen noch deutlich mehr. Die Tendenz ist steigend. Wenn eine Partnerin oder ein Partner stirbt, sich trennt, Freunde und Kinder wegziehen, bleiben viele ältere Menschen allein zurück. Es wird still. Doch wer allein lebt, muss nicht einsam werden. Die Nutzung digitaler Medien kann helfen, Entfernungen zu überbrücken, Menschen auch in der Ferne zu erreichen, jemanden neu kennenzulernen und

sich mit Gleichgesinnten über die eigenen Interessen auszutauschen. Die Seniorenakademie 2023 beschäftigt sich mit Strategien und digitalen Technologien zur Förderung und Pflege sozialer Beziehungen mit Hilfe digitaler Medien.

Ort:
TMBZ Gera und online

Abendveranstaltung:
Kino Metropol

PROGRAMM

10.00 Uhr
Begrüßung

10.05 Uhr
„Familienessen“
Dokumentarfilm von Alina Cyranek

10.20 Uhr
Grußwort
Jochen Fasco, Direktor Thüringer
Landesmedienanstalt (TLM)

10.30 Uhr
Interview mit Hannelore Hauschild,
Vorsitzende Landesseniorenrat Thüringen

10.40 Uhr
Digitale Polyphonie „Einsamkeit“
Sarah Eißmann, Bibliothek Gera

Pause

11.00 Uhr
Das Netz versilbern
Dagmar Hirche,
Verein „Wege aus der Einsamkeit“

11.30 Uhr
**Social Media – Sehen, gesehen werden
und mitgestalten**
Elric Popp, Mediengestalter Bild und Ton

12.00 Uhr
Mittagsimbiss

27

Ansprechperson:
Ute Reinhöfer

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Fortsetzung von Seite 27

13.00 Uhr

**Ein Selfie für das Internet –
Schön und unfallfrei**

Frank Karbstein, Medienpädagoge

13.30 Uhr

**Gefälschte „Liebe“ – Betrug bei
Partnerschaftsbörsen**

Jürgen Schuh, freiberuflicher
medienpädagogischer Referent

14.00 Uhr

Schluss mit einsam

Zusammenfassung und Ausblick
sowie Trailer „Ein Haufen Liebe“

Moderation:

Angelika Bohn, freie Journalistin

18.00 Uhr

Get Together „Ein Haufen Liebe“

Dokumentarfilm und Filmgespräch bei einem
Glas Wein im Kino Metropol

Anmeldung

Telefonisch unter:

(0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de



RAUS AUS DEM HAUS, REIN INS ABENTEUER: BEWEGEN UND GESTALTEN MIT APPS

26.04. und 27.04.
jeweils 10–15 Uhr

30 Vor der eigenen Haustür gibt es mehr zu entdecken, als man vielleicht im ersten Moment denkt. Und die Schatzkarte, die man dafür braucht, hält man nicht mehr als Papier in der Hand, sondern man installiert sie als interaktive App auf dem Handy. In nur wenigen Sekunden kann man mit solch einer App Wanderungen und Fahrradtouren selber planen oder einfach eine der vielen tausend Touren machen, die anderen App-Nutzende kostenlos zur Verfügung stellen. Und damit das Abenteuer nicht in Vergessenheit gerät, filmt und schneidet man während der Reise unterwegs mit dem Handy ein kurzes Video, bevor man es später mit Familie und Freunden teilt. Wie das alles funktioniert,

kann man an zwei Vormittagen im und um das TMBZ Gera lernen. Gemeinsam mit dem Dozenten werden die Teilnehmenden eine Touren- und eine Video-App auf einer kleinen Wanderung ausführlich testen, die Vor- und Nachteile besprechen und abschließend gemeinsam eine kurze Rezension erstellen und eine Bewertung zu den Apps abgeben.

Anmeldung

Telefonisch unter:

(0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

Ort:

TMBZ Gera

Ansprechperson:

Sebastian Wiegmann

AUDIO-SPAZIERGANG – BEGEGNUNGEN AM VORMITTAG

02.05.
10–12 Uhr

Auf unserem Audiospaziergang beobachten, beschreiben und erzählen wir, welche persönlichen Erinnerungen und Erfahrungen uns mit einem Ort verbinden. Wir recherchieren zur Geschichte im Internet und unterwegs treffen wir Menschen, die uns zusätzliche Informationen liefern werden. Doch was leicht dahin geplaudert wirkt, braucht eine gut strukturierte Idee von dem, was man gemeinsam erzählen will. Auf unserem Spaziergang gibt es jede Menge Informationen zur Geschichte, zur Kunst und Natur der Stadtlandschaft sowie zum Gestalten eines digitalen Podcasts. Zudem erproben wir erste Sprachaufnahmen.

Anmeldung

Telefonisch unter:

(0365) 20 10 20

oder per E-Mail an:

medienbildungszentrum-gera@tlm.de

31

Ort:

TMBZ Gera

Ansprechperson:

Ute Reinhöfer

DIGITALE PILGERTOUR – WIE WOLLEN WIR LEBEN?

12.05. bis 14.05.
ab Freitag 10 Uhr bis Sonntag 15 Uhr

32

Unter dem Motto „Wie wollen wir leben – Chancen und Risiken einer digitalen Zukunft“ wollen wir Menschen unterschiedlichen Alters einladen, sich auf einen Weg der inneren Einkehr und des Austauschs miteinander zu begeben. Beim gemeinsamen Laufen durch den Zeitgrund soll es um die Frage gehen, wie die digitale Entwicklung im besten Sinne gestaltet werden kann und welche Werte wir in einer digitalen Gesellschaft leben wollen. Das betrifft besonders die Aspekte der Digitalisierung, die ethische Fragen aufwerfen, die den Umgang mit persönlichen Daten, algorithmisch gesteuerte Entscheidungsprozesse oder die Interaktion mit intelligenten Maschinen betreffen. Was erweitert meine

Ort:
Zeitgrund

Möglichkeiten, was beschränkt mich und wie kann ein gutes Zusammenleben von Jung und Alt generationengerecht gelingen? Die Teilnehmenden halten ihre Vorstellungen, Gedanken und Fantasien in einem analogen oder digitalen Pilgertagebuch fest. Dabei werden analog gestaltete Skizzen, Textnotizen, die Dokumentation von Wahrnehmungen und von künstlerischen Aktionen in Fotos, Videos und Collagen mit Hilfe von Apps zu digitalen Landmarken und digitalen Wegweisern zusammengefasst.

Ansprechpersonen:
Ute Reinhöfer, Mirko Pohl

Zur Pilgertour gibt es einen Flyer mit einer ausführlichen Beschreibung des Pilgerweges, der Teilnahmebedingungen, des Programms und mit Informationen zur An- und Abreise.

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



33

DIGITALER STAMMTISCH – GESUNDHEIT AUS DEM NETZ

25.05.
14–16 Uhr

34 Heute befragen viele ältere Menschen zu Risiken und Nebenwirkungen nicht nur ihren Arzt, sondern auch das Internet. Sie haben das Netz als Hauptinformationsquelle in Gesundheitsfragen für sich entdeckt. Auf der Suche nach Symptomen lassen sich dort viele Informationen und Empfehlungen abrufen. Im Seminar besprechen wir, woran seriöse und verlässliche Informationsportale zum Thema Gesundheit zu erkennen sind und worauf bei einer Online-Bestellung von Medikamenten geachtet werden sollte.

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

Ort:
TLM Erfurt und online

Ansprechperson:
Yvonne Schulten

DAS DIGITALE DORFGEDÄCHTNIS – WIR MACHEN GESCHICHTE IN GESCHICHTEN SICHTBAR

30.05.
10–15 Uhr

Wie war das noch mal? 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 wollen wir die Erinnerungen und das Leben heute im Video dokumentieren.

Anmeldung
Telefonisch unter:
(0365) 20 10 213
oder per E-Mail an:
medienbildungszentrum-gera@tlm.de

Ort:
Gemeinde Pohlitz

Ansprechperson:
Olaf Böhme

DIGITALER STAMMTISCH – SPRACHASSISTENTEN: ALEXA, SIRI UND CO.

08.06.
14–16 Uhr

36

Ob Alexa von Amazon oder Siri von Apple – digitale Assistenten erobern immer mehr die Wohnzimmer der Welt. Sie können das Wetter vorhersagen, Fragen beantworten oder Musik spielen und sie dienen als intelligente Technologie zwischen den Menschen und der weiten Welt des Internet. Doch was im Leben oft praktisch ist, ist vor dem Hintergrund des Datenschutzes bedenklich, denn um helfen zu können, hören die digitalen Assistenten permanent zu. Wie dies von Datenschützern bewertet wird und wie man sich vor der missbräuchlichen Nutzung von Informationen schützen kann, wird in diesem Seminar erläutert.

Anmeldung

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

Ort:

TMBZ Gera und online

Ansprechpersonen:

Yvonne Schulten, Kristoffer Braun

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

Bundesweiter Digitaltag, 16.06.
14–16 Uhr

37

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 geistiger Fitness kombinieren. Digitale Spiele gibt es online und offline, als Spieleklassiker oder neue Spieleanwendung kann man sie auf dem Smartphone oder einem Tablet spielen. Wir stellen im Workshop Spieleklassiker, wie die Spiele-Apps Stadt-Land-Fluss, Sudoku oder Schach, und neue Spieleanwendungen, wie die digitale Lern-, Logik und Gedächtnisspiel-App Brainilis oder das digitale Puzzlespiel

Candy Crash, vor. Im Seminar zeigen wir zudem, wie eine Spiele-App genau funktioniert und wie Sie sicher eine App ihrer Wahl herunterladen können.

Anmeldung

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

Ort:

TMBZ Gera

Ansprechperson:

Yvonne Schulten

VIDEOS MIT DEM SMARTPHONE – INTERGENERATIVES VIDEOPROJEKT

bis Oktober 2023

Wir gestalten gemeinsam das spannendste Smartphone-Video der Welt und jeder Mensch, ob klein oder groß, jung oder alt, ist eingeladen, dabei zu sein. Ein Motiv, eine Einstellung, maximal 30 Sekunden.

38

Schicken Sie uns Ihre Impressionen vom Stadtwald, aus dem Hofwiesenpark, vom Ferberturm. Zeigen Sie uns Ihre Eindrücke vom letzten Konzertbesuch oder einem Public Viewing zur Fußball-Weltmeisterschaft. Beschreiben Sie im Video Ihren Alltag: Auf der Arbeit, in der Schule, beim Lernen, Sport treiben und kreativ Gestalten. Teilen Sie mit

anderen, worauf Sie Lust haben, was Ihnen Spaß macht, auch was Ihnen Sorgen bereitet. Natürlich können Sie im Video auch nur mal die Beine baumeln lassen. Videoaufnahmen, die andere Personen zeigen, sind ebenso gefragt, vorausgesetzt die anderen Personen haben einer Veröffentlichung zugestimmt.

Alles kann zum Thema werden – der Schwimmwettkampf, die Hitze in der Backstube, der Igel im Garten, das Kaffeekränzchen im Seniorentreff oder der Vereinsabend.

Schicken Sie Ihre Videosequenzen bis zum 31. August 2023:
Eine Einstellung, ein Motiv, maximal 30 Sekunden, per WeTransfer an:
medienbildungszentrum-gera@tlm.de

Oder kommen Sie vorbei und wir helfen beim Überspielen.

Das längste Smartphone-Video der Welt wollen wir mit einer Premiere im Oktober 2023 feiern, im Thüringer Kabelnetz ausstrahlen und zum Abruf im Internet auf unserem YouTube-Chanel einstellen.



39

Bitte denken Sie an das Ausfüllen des Anmeldeformulars, damit Ihre Videosequenz beim spannendsten Smartphone-Video der Welt dabei sein kann. Wir brauchen dafür Ihr Einverständnis zur Veröffentlichung.

Ort:
TMBZ Gera / alternativ: online

Ansprechpersonen:
Frank Karbstein, Martin Groß

Rufen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben
(0365) 20 10 20

Anmeldeformular
→ zum Ausschneiden auf der letzten Seite



ANMELDEFORMULAR VIDEOS MIT DEM SMARTPHONE – INTERGENERATIVES VIDEOPROJEKT

Name

Vorname

E-Mail-Adresse

Mit der Einsendung/Abgabe meiner Videosequenz erkläre ich, das Video selbst aufgenommen zu haben, mit der Ausstrahlung auf einer Premierenfeier, im Thüringer Kabelnetz sowie im Internet auf Labor14 einverstanden zu sein. Ich bestätige, dass ich dafür auch das Einverständnis der abgebildeten Personen eingeholt habe und Rechte Dritter am Videomaterial nicht bestehen.

**Anmeldeformular bis zum 31. August 2023 per Post oder per E-Mail an:
medienbildungszentrum-gera@tlm.de**





Impressum

Herausgeber

Thüringer Medienbildungszentrum der TLM
Florian-Geyer-Str. 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: oneinchpunch – stock.adobe.com
S. 4: TLM
S. 6: Seventyfour – stock.adobe.com
S. 14: Rawpixel – stock.adobe.com
S. 17: Raisa Kanareva – stock.adobe.com
S. 25: Archiv TMBZ Gera
S. 29: Archiv TMBZ Gera
S. 33: goodluz – stock.adobe.com
S. 39: troyanphoto – stock.adobe.com
S. 40: Ingo Bartussek – stock.adobe.com

© 2023, 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