

DIGITAL, SICHER, AKTIV LERNE UND WACHSE MIT UNS

Sie wollen in puncto digitale Medienbildung stets auf dem neuesten Stand sein? Melden Sie sich für unseren Medienbrief mit allen Informationen zu den kostenlosen Bildungsangeboten speziell für Seniorinnen und Senioren unter nachfolgenden Kontaktdaten an:

TMBZ Gera – 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/medienbrief

Alle Seminare, Workshops und Veranstaltungen sind für Sie kostenlos.

19. bis 26. Oktober 2026
in Gera

5. DIGITALE AKTIONSWOCHE
AUS ANLASS DES WELTSENIORENTAGES



5. DIGITALE AKTIONSWOCHE AUS ANLASS DES WELTSENIORENTAGES

19. bis 26. Oktober 2026 in Gera

1

19.10. | 10–13 Uhr
Auftaktveranstaltung im TMBZ Gera
 Florian-Geyer-Straße 17, 07545 Gera

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ ZUM ANFASSEN UND AUSPROBIEREN

Wie funktioniert Künstliche Intelligenz eigentlich – und was kann sie im Alltag leisten? Bei unserer Auftaktveranstaltung können Sie KI nicht nur kennenlernen, sondern auch selbst ausprobieren.

An vier praktischen Stationen entdecken Sie verschiedene Möglichkeiten.

Wie kann ich KI bereits heute im Alltag einsetzen?
 Wie werde ich selbst zum Musikproduzenten?
 Wie kann ich Texte in Stimmen wandeln?
 Wie erstelle ich beeindruckende Bilder?

Erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zeigen Ihnen, wie die verschiedenen Tools funktionieren, wofür sie eingesetzt werden können und worauf beim sicheren Umgang mit KI zu achten ist. Dabei geht es auch um den Schutz persönlicher Daten, Datenschutz und die Frage, welche Informationen man KI-Anwendungen besser nicht anvertrauen sollte.

Ob Sie KI zum ersten Mal ausprobieren oder bereits eigene Erfahrungen gesammelt haben: Kommen Sie vorbei, testen Sie die Möglichkeiten selbst und entdecken Sie, was Künstliche Intelligenz heute schon kann – sicher, bewusst und verantwortungsvoll.

Anmeldung:
 per E-Mail: medienbildungszentrum-gera@tlm.de

2

20.10. | 10–12 Uhr
Stadt- und Regionalbibliothek Gera
 Puschkinplatz 7a, 07545 Gera

SICHER DURCH DEN DIGITALEN ALLTAG

Gefälschte E-Mails, betrügerische Nachrichten, Spam und manipulierte QR-Codes werden immer professioneller und sind oft kaum noch von echten Informationen zu unterscheiden. Wie erkennt man, ob eine Nachricht seriös ist oder ob Betrüger dahinterstecken?

In unserer Veranstaltung zeigen wir Ihnen anhand konkreter Beispiele aus dem digitalen Alltag, worauf Sie achten sollten. Gemeinsam schauen wir uns typische Betrugsversuche an und zeigen Ihnen, welche Warnsignale Ihnen helfen können, gefälschte Inhalte rechtzeitig zu erkennen.

Erfahren Sie, wie Sie sich und Ihre Daten besser schützen und auch bei verdächtigen Nachrichten einen kühlen Kopf bewahren.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

3

21.10. | 10–13 Uhr
Service.GEneRAtionen und Ehrenamt
 Heinrichstraße 43, 07545 Gera

BESSER SEHEN IM DIGITALEN ALLTAG – TECHNISCHE HILFEN FÜR ÄLTERE AUGEN

Sehen Sie nicht mehr so gut? Dann kann digitale Technik trotzdem eine große Hilfe sein! Bei unserer Veranstaltung zeigen wir Ihnen praktische Lösungen, die den Alltag leichter machen.

Entdecken und testen Sie moderne Sehhilfen, spezielle Handys und weitere praktische Alltagshilfen. Probieren Sie verschiedene Möglichkeiten selbst aus und erfahren Sie, welche Lösungen zu Ihnen passen. Dazu erhalten Sie eine persönliche und unabhängige Beratung von Fachleuten der BeTa – Hilfen für Sehgeschädigte GmbH und des Landeshilfsmittelzentrums des Blinden- und Sehbehindertenverbandes Sachsen e. V.

Kommen Sie vorbei, probieren Sie aus und lassen Sie sich beraten!

Anmeldung:
 per E-Mail: ehrenamtszentrale@gera.de
 telefonisch unter: 0365 / 838 3060

4

21.10. | 14–15.30 Uhr
Agathe-Seniorencafé im Bieblacher Eltern-Kind-Zentrum „Krümel“
 Steigerweg 6, 07546 Gera

HILFE BEI HANDY & TABLET

Das Smartphone macht vieles einfacher, manchmal aber auch unnötig kompliziert. Genau hier helfen unsere Medienmentorinnen und -mentoren. Sie stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und unterstützen bei Fragen und Problemen rund um Handy und Tablet.

Ob Einstellungen, Apps, Bedienung oder andere digitale Herausforderungen: Bringen Sie Ihre Fragen einfach mit und probieren Sie gemeinsam Lösungen aus.

Die Veranstaltung richtet sich an ältere Menschen, die Unterstützung im Umgang mit ihren digitalen Geräten suchen.

Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

5

16.30–18 Uhr
Geraer Volkshochschule
 Talstraße 3, 07545 Gera

IHRE RECHTE BEI FESTNETZ, HANDY UND INTERNET

Verträge, Rechnungen und Kündigungsfristen rund um Telefon und Internet können schnell unübersichtlich werden. Was tun, wenn die Rechnung plötzlich höher ausfällt, der Anbieter nicht hält, was versprochen wurde, oder ein Vertrag beendet werden soll?

Der Jurist Ralf Reichertz von der Verbraucherzentrale Thüringen informiert darüber, welche Rechte Verbraucherinnen und Verbraucher haben und wie sie diese durchsetzen können. Sie erfahren, wie Sie Verträge prüfen, widerrufen oder kündigen, welche Fristen wichtig sind und wie Sie sich vor unerwünschten Kosten und Vertragsfallen schützen.

Die Veranstaltung bietet praktische Informationen und hilfreiche Tipps für den digitalen Alltag.

Anmeldung:
 per E-Mail: service@volkshochschule-gera.de

6

22.10. | 10–12 Uhr
SmartCity Studio, Gera-Arcaden
 Heinrichstraße 30, 07545 Gera

GERA WIRD SMART: DIGITALE PROJEKTE FÜR DIE STADT

Wie kann Digitalisierung das Leben in Gera einfacher, nachhaltiger und zukunftsfähiger machen? Bei dieser Veranstaltung erhalten Sie spannende Einblicke in die SmartCity-Projekte der Stadt Gera.

In kurzen Vorträgen werden aktuelle Projekte und digitale Lösungen vorgestellt. Erfahren Sie, wie moderne Technologien eingesetzt werden können, um Mobilität, Verwaltung, Umwelt und das Zusammenleben in der Stadt weiterzuentwickeln.

Lernen Sie die Ideen hinter der Smart City Gera kennen und entdecken Sie, wie digitale Lösungen den Alltag vor Ort verändern können.

Anmeldung:
 per E-Mail: smartcity@gera.de
 telefonisch unter: 0365 / 77 34 75 07

7

22.10 | 14–16 Uhr
Begegnungszentrum Eichenhof, Gera-Lusan
 Eichenstraße 11B, 07549 Gera

„ALLE REDEN ÜBER KI. WIR ZEIGEN, WAS SIE DAMIT KÖNNEN.“

Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags. Sie kann helfen, Informationen schnell zu verarbeiten, Aufgaben zu vereinfachen und kreative Ideen zu entwickeln. Wir zeigen Ihnen ganz praktisch, wie Sie KI im Alltag, bei der Arbeit und beim Lernen nutzen können – verständlich und ohne Vorkenntnisse.

Dabei geht es auch um einen sicheren Umgang mit KI: Welche persönlichen Daten sollte ich besser nicht eingeben? Was muss ich beim Datenschutz beachten? Und wie kann ich KI sinnvoll und verantwortungsvoll nutzen?

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit!

Anmeldung:
 per E-Mail: c.kirtzel@caritas-ostthuringen.de

8

22.10 | 14.15–16 Uhr
TMBZ Gera und online
 Florian-Geyer-Straße 17, 07545 Gera

DIGITALER STAMMTISCH: FREMDSPRACHEN LERNEN MIT KI

Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt, wusste schon der österreichische Philosoph Ludwig Wittgenstein. Zum Glück sind die Möglichkeiten zum Lernen einer neuen Sprache deutlich vielfältiger geworden. Neben verschiedenen Lernprogrammen und Apps lassen sich auch KI-Chatbots als Vokabel- und Grammatiktrainer einrichten. Wie gut das funktioniert, was man dabei beachten muss und inwieweit selbstgebaute Lösungen bezahlpflichtige Angebote schlagen können, schauen wir uns in diesem Digitalen Stammtisch genauer an.

Anmeldung:
 per E-Mail: medienbildungszentrum-gera@tlm.de

9

23.10. | 10–12 Uhr
Stadt- und Regionalbibliothek Gera
 Puschkinplatz 7a, 07545 Gera

VIRTUELL VERREISEN MIT DER VR-BRILLE

Einmal an einen anderen Ort reisen, ohne Koffer zu packen? Mit einer VR-Brille wird das möglich. Tauchen Sie ein in virtuelle Welten und entdecken Sie Orte, die vielleicht sonst nur schwer erreichbar wären.

Bei dieser Veranstaltung können Sie die Technik selbst ausprobieren und erleben, wie virtuelle Realität funktioniert. Ob fremde Städte, beeindruckende Landschaften oder spannende Ausflugsziele: Die VR-Brille eröffnet neue Perspektiven und macht digitales Reisen unmittelbar erlebbar.

Anmeldung:
 telefonisch unter: 0365 / 838 33 78

10

23.10. | 10–12 Uhr
SmartCity-Studio, Gera-Arcaden
 Heinrichstraße 30, 07545 Gera

3D-DRUCK FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

Wie wird aus einer digitalen Idee ein echtes Objekt? Beim 3D-Druck entstehen Gegenstände Schicht für Schicht direkt aus einem digitalen Modell.

In dieser Veranstaltung lernen Sie die faszinierende Technik kennen und erfahren, wie ein 3D-Drucker funktioniert. Sie erhalten einen verständlichen Einblick in die einzelnen Schritte und können erleben, wie digitale Entwürfe in greifbare Objekte verwandelt werden.

Anmeldung:
 per E-Mail: smartcity@gera.de
 telefonisch unter: 0365 / 77 34 75 07

11

26.10. | 10–12 Uhr
SOS-Kinderdorf Thüringen, FFZ
 Böttchergasse 1–3, 07545 Gera

GUT INFORMIERT ZUM ERSTEN SMARTPHONE

Sie möchten ein Smartphone nutzen oder anschaffen und wissen nicht, worauf es ankommt? In diesem Workshop erhalten Sie einen verständlichen Einstieg: Welche Funktionen sind wichtig? Was wird oft überschätzt? Worauf sollte man beim Kauf achten? Außerdem lernen Sie grundlegende Bedienmöglichkeiten kennen. Eine individuelle Kaufberatung ist nicht Bestandteil des Workshops.

Anmeldung:
 per E-Mail: robert.werkmeister@sos-kinderdorf.de
 telefonisch unter: 0365 / 813 871

12

26.10. | 16.30–18 Uhr
Geraer Volkshochschule
 Talstraße 3, 07545 Gera

FACEBOOK, INSTAGRAM & CO. SICHER NUTZEN

Soziale Netzwerke gehören für viele Menschen längst zum digitalen Alltag. Doch wie funktionieren Facebook, Instagram und andere Plattformen eigentlich, welche Möglichkeiten bieten sie und worauf sollte man bei der Nutzung achten?

In dieser Veranstaltung lernen Sie die wichtigsten Funktionen sozialer Netzwerke kennen und erfahren, wie Sie Beiträge, Fotos und Nachrichten sinnvoll nutzen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf Datenschutz und Privatsphäre: Welche persönlichen Informationen sollte man teilen und welche besser nicht? Wie erkennt man unerwünschte Kontakte oder fragwürdige Inhalte?

Sie erhalten praktische Tipps, um soziale Netzwerke sicher, selbstbestimmt und verantwortungsvoll zu nutzen und sich souverän in der digitalen Welt zu bewegen.

Anmeldung:
 per E-Mail: service@volkshochschule-gera.de
 telefonisch unter: 0365 / 55 25 93 13

Hier finden Sie die digitale Version.

