

Digitale Teilhabe – damit alle Menschen den Anschluss behalten.

 Kursreihe «Digitales Wissen»

 Café digital

 Individuelle Technikhilfe

Programm 2026

KURSPROGRAMM

Sicherheit im Internet

Donnerstag, 29. Januar 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Phishing, Schadsoftware und Fake-Websites sind alltägliche Gefahren im Netz. In diesem Kurs lernen Sie, Angriffe zu erkennen und sich zu schützen – mit Wissen, Wachsamkeit und sicheren Passwörtern.

Meine Privatsphäre im Internet schützen

Donnerstag, 26. Februar 2025, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Wie funktionieren Werbung, Tracking und Datenspeicherung im Netz? Der Kurs zeigt, wie Sie Ihre Privatsphäre im Internet schützen, Ihre Sichtbarkeit steuern, unerwünschte Zugriffe auf persönliche Daten verhindern und Werbeblocker nutzen.

Digital reisen im In- und Ausland

Donnerstag, 26. März 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Ob SBB-App, Google Maps, Trip Advisor oder YouTube – digitale Tools machen Reisen einfacher. Sie lernen, Apps gezielt zu nutzen, Roaming-Kosten zu vermeiden und clever und günstig durch die Schweiz und die Welt zu reisen.

Sofa statt Bankomat: Mein digitales Portemonnaie

Donnerstag, 30. April 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Mit E-Banking, Twint und Paypal können wir «vom Sofa aus» Bankgeschäfte tätigen und online einkaufen. Wir können unsere Konten digital verwalten – auch unterwegs. Der Kurs erklärt Hintergründe, Sicherheitsaspekte und Vorteile der digitalen Finanzgeschäfte.

Mein digitales Erbe regeln

Donnerstag, 28. Mai 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Konten, Fotos, Zugangsdaten – unser digitales Leben hinterlässt Spuren. Doch was passiert nach unserem Tod mit diesen Informationen, Profilen, Passwörtern und Dateien? Im Kurs erfahren Sie, wie Sie wichtige Daten sichern und Ihren digitalen Nachlass regeln können.

Mein Fotobuch erstellen: einmalig, kreativ, wertvoll

Donnerstag, 25. Juni 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Ferienzeit ist Fotozeit. Ob mit Kamera oder Smartphone – unterwegs sammeln wir viele Eindrücke. Oft bleiben diese Erinnerungen digital «liegen». Wie wäre es mit einem Fotobuch? Praktisch und Schritt für Schritt lernen Sie, wie kreativ und einfach dies gelingt.

Clever suchen, finden und lernen im Internet

Donnerstag, 27. August 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Das Internet ist nicht nur ein riesiger Wissens-Pool, sondern auch der grösste Supermarkt der Welt. Ob Tutorials, Fachwissen oder das perfekte Produkt – mit unseren Tipps finden und organisieren Sie Ihre digitalen Fundstücke gezielt und effizient.

KI kreativ nutzen – ChatGPT und Bildgeneratoren

Donnerstag, 24. September 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

ChatGPT und Bildgeneratoren sind hilfreiche «Partner». Sie beantworten Fragen, machen Text- und Bildvorschläge, generieren Ideen. Der Kurs zeigt, wie diese neuen Technologien funktionieren und wie Sie diese sinnvoll im Alltag nutzen können.

Wahrheit oder Lüge – Fake News und Deepfakes erkennen

Donnerstag, 29. Oktober 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Täglich begegnen uns Fake News, manipulierte Bilder und Videos. Wie können wir uns in der Flut digitaler Informationen ein verlässliches Bild der Wirklichkeit machen? Wir entlarven Deepfakes, machen Faktenchecks und lernen vertrauenswürdige Quellen kennen.

Backup und Synchronisation meiner Dateien via Clouds

Donnerstag, 26 November 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Wolke statt Chaos – OneDrive, GoogleDrive oder iCloud bieten viel Speicherplatz ausserhalb der eigenen Gerätespeicher. Wie sicher sind dort Dokumente und Bilder? Wie erstelle ich ein Backup? Und wie lassen sich Dateien zwischen Smartphone und Computer synchronisieren?

Wie wir digital kommunizieren

Donnerstag, 17. Dezember 2026, 19 Uhr | Begegnungszentrum im Höchhus

Instagram, TikTok, Facebook & Co.: Heute nutzen auch Medien, Institutionen, Politiker:innen soziale Plattformen intensiv. Wie können Sie als Privatperson Ihre Inhalte teilen, schützen, Gruppen finden, Fehlinformation erkennen? Welche «Gesprächs-Regeln» gelten – für respektvolle und gute digitale Gespräche?



DIGITALE TEILHABE

Kursreihe «Digitales Wissen»

Die Kursreihe «Digitales Wissen» stärkt die Medienkompetenz und weckt die Freude an digitalen Medien. Die Kurse werden im Tandem von fachlich und didaktisch erfahrenen Kursleiter:innen gestaltet, meist mit Praxisteil. Handout und Arbeitsblätter ergänzen das Angebot.

Café digital

Kommen Sie bei kleineren Problemen und Fragen rund um alles Digitale spontan in unserem Café digital vorbei. Lassen sie sich von Technikhelfer:innen kostenlos (Kollekte) unterstützen und helfen Sie sich gegenseitig.

immer ab 16 Uhr: 08.01. | 05.02. | 05.03. | 02.04. | 07.05. | 04.06. | 02.07. | 06.08. | 03.09. | 01.10. | 05.11 | 03.12.

Individuelle Technikhilfe

Technikhelfer:innen unterstützen Sie im Begegnungszentrum Offenes Höchhus oder zuhause bei Problemen mit Handy, PC, Tablet und Co. und geben Tipps für den täglichen Umgang mit den Geräten.

Anmeldung

Wir freuen uns auf Sie! Melden Sie sich für einen Kurs oder eine Individuelle Technikhilfe an. Kursanmeldungen nehmen wir bis am Vorabend entgegen.



hilfe@generationentandem.ch



079 836 09 37 UND-Telefon (Mo–Fr, 8–17 Uhr)

Kosten

1 Kurs | 1h Technikhilfe: 30 Franken

Teilnehmer:innen bezahlen bar oder via Twint vor Ort.

Wer organisiert das?

UND Generationentandem ist eine gemeinnützige, unabhängige Organisation aus der Region Thun. Sie verbindet Menschen aller Generationen und Lebenswelten und fördert mit Angeboten in Soziales, Politik und Kultur Teilhabe und ein inklusives Miteinander.