

“VON FRAU ZU FRAU”: DIGITAL TREFF

Sicherheitseinstellungen & Alltags-Apps

am 9. April 2026 von 14.30 bis 18Uhr
Kreisverwaltung Bad Ems, Insel Silberau



- **Datenschutz-Einstellungen**
- **Standort & Tracking**
- **App-Berechtigungen: Was braucht APP wirklich?**
- **Karten- und Kalender-Apps: geräteübergreifend gemeinsam planen und nutzen**
- **Eigenes Laptop / Tablet / Smartphone bitte mitbringen**
- **Kosten: 10, -- Euro incl. Snacks und Getränke**



Erfolgreiches IT-Kursformat für Frauen

„Digitaler Treff: Sicherheitseinstellungen & Alltags-Apps am 09.04.2026 von 14.30 Uhr bis 18 Uhr in der Kreisverwaltung Bad Ems

Aufgrund der anhaltend großen Nachfrage führen die Gleichstellungsstelle des Rhein-Lahn-Kreises und das Seniorenbüro „Die Brücke“ ihr bewährtes IT-Kursformat für Frauen auch 2026 fort. Die in Kooperation mit der Kreisvolkshochschule Rhein-Lahn angebotenen Veranstaltungen sind seit Jahren regelmäßig schnell ausgebucht und haben sich als wichtiger Beitrag zur digitalen Teilhabe von Frauen etabliert.

Mit dem „Digitalen Treff für Frauen“ wird ein Format für Frauen angeboten, das gezielt auf die rasante Entwicklung der digitalen Welt reagiert – insbesondere auf neue Anwendungen und Künstliche Intelligenz (KI). Die Inhalte werden kontinuierlich aktualisiert, um den Teilnehmerinnen praxisnahes und zeitgemäßes Wissen zu vermitteln.

Am 9. April 2026 findet der nächste Digitale Treff mit dem Thema: Sicherheitseinstellungen und Apps von 14.30 bis 18:00 Uhr in der Kreisverwaltung Bad Ems statt.

Die Teilnehmerinnen lernen wichtige grundlegenden Datenschutz-Einstellungen kennen. Sie erhalten die Kontrolle über Standortdienste und Tracking-Funktionen und lernen, App-Berechtigungen kritisch zu prüfen und verstehen, welche Zugriffe eine App wirklich benötigt – ein wichtiger Schritt gegen unnötige Datenweitergabe. Sie lernen wie die Beherrschung zentraler Alltags-Tools (Karten, Kalender, Sicherheit) zu mehr Unabhängigkeit und Zeitersparnis im täglichen Umgang mit dem Smartphone führt. Kurz gesagt: Sie stellen Ihr Gerät auf maximale Sicherheit ein und nutzen die wichtigsten Planungs-Apps so effizient, dass sie Ihnen im Alltag als zuverlässige Assistenten dienen. **Neu: Praxisnahe Einführung in den Einsatz von KI-Unterstützung für die Kursinhalte.**

- Datenschutz-Einstellungen: Grundlegende Einstellungen für Datensicherheit am Gerät.
- Standort & Tracking: Kontrolle und Verwaltung von Standortdiensten und Tracking-Funktionen.
- App-Berechtigungen: Welche Berechtigungen brauchen Apps wirklich?
- Karten-Apps: Nutzung von GOOGLE/MAC/IOS Maps (Routenplanung, Navigation).
- Kalender-Apps: Termine anlegen, teilen, synchronisieren (Planen, Teilen, Synchronisieren von Kalender-Terminen).

Highlight: Für GOOGLE/MAC/IOS Maps und Kalender: Wie synchronisiere ich meine Termine und Routen geräteübergreifend und teile sie sicher mit anderen (Familie/Freunde)?

Es können/sollen eigene Geräte (Laptop, Tablet und/oder Smartphone) mitgebracht werden, damit das Gelernte direkt angewendet werden kann. Dabei sind alle Betriebssysteme (Windows, Mac, Android oder iOS) willkommen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 10 Euro pro Termin, inklusive Snacks und Getränke.

Das Angebot richtet sich an Frauen mit geringen Grundkenntnissen, die (mehr) selbstständige digitale Kompetenzen erwerben möchten: Bedienen Sie Ihre digitalen Geräte und Programme gut, aber Ihnen fehlt das Hintergrundwissen und die Selbsthilfe-Kompetenz bei Problemen? Der Übergang zur Rente naht und die IT-Abteilung fällt als Informationsquelle weg? Kind/Enkel*in haben nicht immer Zeit? Oder Sie wünschen sich allgemein mehr Selbstständigkeit bei den neuen digitalen Formaten? Dieser Tag ist Teil einer Reihe von insgesamt 6 Treffen einer Reihe, mit dem die digitale Souveränität im Alltag gestärkt werden soll. Auch Hintergrundwissen wird vermittelt. z.B. wie können Fake News

erkannt werden, wie arbeiten die einzelnen Komponenten zusammen, wie sind sie aufgebaut, wie funktionieren WLAN und Internet oder Vor- und Nachteile von KI. Mit den entsprechenden Kenntnissen fällt es leichter, Digitales einzuordnen.

Der „Digitale Treff“ bietet individuelle Themen sowie praktische Tipps in lockerer Atmosphäre. Die begrenzte Teilnehmerinnenzahl gewährleistet eine individuelle Betreuung und persönlichen Austausch. Die Referentin Christine Simon verfügt über ein studienbasiertes IT-Fachwissen, das sie viele Jahre hinweg beruflich in der Informationstechnologie angewendet hat. Inhalte werden leicht verständlich auf hohem Niveau vermittelt.

Den raschen Entwicklungen in der IT-Welt, insbesondere im Bereich Künstliche Intelligenz (KI) und neuer digitaler Dienste wird durch kontinuierlich Anpassung der Themen an die neuesten Entwicklungen Rechnung getragen.

Weitere Informationen erhalten Sie über die Gleichstellungsbeauftragte Dorothee Milles-Ostermann (gleichstellung@rhein-lahn.rlp.de), das Seniorenbüro (Uschi.Rustler@rhein-lahn.rlp.de) oder die Referentin Christine Simon (Cs56.IT@yahoo.com) Anmeldung unter: <https://kvhs-rhein-lahn.de> oder per Mail an geschaeftsstelle@kvhs-rhein-lahn.de