

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 82 (2004)
Heft: -: Programm Sommer 2004 : Kurse und Veranstaltungen April - September 2004

Rubrik: Computer

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Computer

Orientierungs- nachmittag Computer

Wozu (m)ein PC gut sein könnte?
Wie sind die PC-Kurse von Pro
Senectute aufgebaut? Wo könnte ich
einsteigen, und welche Voraussetzun-
gen braucht es, um sinnvoll von einem
Kurs zu profitieren?

Kostenloser Orientierungs-Nachmittag
Dienstag, 20. April 2004
14 – ca. 15.30 Uhr
Anmeldung nicht erforderlich

Allgemeine Angaben

Alle PC-Kurse inklusive Computerta-
bellen (ausgenommen Mac-Kurse) finden in
den Pro-Senectute-PC-Kursräumen
Hessstrasse 27a, Liebefeld, statt.
Eingang Seite Hessschulhaus
Bus Nr. 10 Schliern bis Hessstrasse
oder Bus Nr. 16/23 Gurten Gartenstadt
bis Steinhölzli

PC-Einführungskurse

Kursinhalt: PC-Aufbau – Betriebssystem
Windows – Grundlagen Word –
einfache Textbeispiele – speichern und
drucken. **Für die Computer-Einfüh-
rungskurse sind keine Vorkenntnisse
nötig. Die Kurse sind jedoch nur
gewinnbringend, wenn Sie am
eigenen PC oder in Ihrem Umfeld
Übungsmöglichkeiten vorfinden.
Kenntnisse im Maschinenschreiben
sind von Vorteil.**

CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ Kurs Nr. 32015-02-1

Dienstag, 27.4. – 25.5.2004
(5x 3 Std.)
9 – 12 Uhr

■ Kurs Nr. 32015-02-2

Montag, 7.6. – 5.7.2004 (5x 3 Std.)
13.30 – 16.30 Uhr

■ Kurs Nr. 32015-03-1

Mittwoch, 18.8. – 15.9.2004
(5x 3 Std.)
9 – 12 Uhr

PC-Einführungskurse EASY

Möchten Sie in gemächlichem Tempo
in die Grundkenntnisse des PCs
eingeführt werden? In diesen Kursen
gehen wir in langsamerem Tempo als
im normalen Einführungskurs vorwärts
und nehmen uns mehr Zeit zum Üben.
Eine individuelle Betreuung der
Kursteilnehmenden ist gewährleistet.
CHF 895.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ Kurs Nr. 32015-02-4

Mittwoch, 28.4. – 26.5.2004
(5x 3 Std.)
13.30 – 16.30 Uhr

■ Kurs Nr. 32015-02-5

Montag, 7.6. – 5.7.2004 (5x 3 Std.)
9 – 12 Uhr

■ Kurs Nr. 32015-03-4

Dienstag, 17.8. – 14.9.2004
(5x 3 Std.)
13.30 – 16.30 Uhr

PC-Festigungskurse

Kursinhalt: Betriebssystem Windows
– Grundlagen Word – Textbeispiele –
drucken – Ordner – Dokumente
kopieren, verschieben und löschen.
**Für die PC-Festigungskurse sind
leichte Vorkenntnisse nötig. Eigener
PC, Übungsmöglichkeiten zu Hause
und Kenntnisse im Maschinens-
chreiben sind von Vorteil.**

CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ Kurs Nr. 32015-02-6

Montag, 26.4. – 24.5.2004
(5x 3 Std.)
9 – 12 Uhr

■ Kurs Nr. 32015-02-7

Freitag, 4.6. – 2.7.2004 (5x 3 Std.)
13.30 – 16.30 Uhr

Word-Einführungskurse

Word gehört zu den umfangreichsten
Textverarbeitungsprogrammen.

Kursinhalt: Texte eingeben und
formatieren/aufbereiten – Dokumente
speichern, einlesen und drucken –
Grafik einfügen – Kopf/Fusszeile –
Word-Tabellen – Rahmen und Schattie-
rungen – Serienbrief – Word-Einstel-
lungen. **Vorkenntnisse:** gemäss PC-
Festigungskurs, eigener PC.
CHF 340.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ Kurs Nr. 32015-02-8

Freitag, 30.4. – 4.6.2004
(ausser 21.5.04)
9 – 11.30 Uhr (5x 2,5 Std.)

■ Kurs Nr. 32015-03-8

Donnerstag, 19.8. – 16.9.2004
(5x 2,5 Std.)
9 – 11.30 Uhr

Word-Festigungskurse

Vertiefung und Ausbau der Word-
Kenntnisse. **Kursinhalt:** Repetition
Word-Grundlagen – Assistenten –
Autokorrektur – Dokumentenvorlage –
Felder einfügen – Grafik einfügen/
bearbeiten – Inhaltsverzeichnis –
Rechenoperationen – Textbausteine –
Textrichtung – Seitenrand.

CHF 340.– + CHF 30.– Kursunterlagen

■ Kurs Nr. 32015-02-10

Mittwoch, 9.6. – 7.7.2004
(5x 2,5 Std.)
13.30 – 16 Uhr

Excel-Einführungskurs

Excel ist ein oft genutztes Tabellenkal-
kulationsprogramm. Erstellen einfacher
Tabellen mit Formeln und Funktionen
sowie Aufbereiten von Diagrammen.

Kursinhalt: Daten eingeben – Tabellen
gestalten – Formeln und Funktionen –
Listen erstellen und sortieren –
Arbeitsmappen – Diagramme erstellen.

Voraussetzungen: vertraut mit
Windows, Windows-Explorer, eigener
PC von Vorteil.

CHF 395.– + Kursmaterial CHF 30.–

■ Kurs Nr. 32015-02-12

Dienstag, 27.4. – 25.5.2004
(5x 3 Std.)
13.30 – 16.30 Uhr

Internet-Einführungskurse

Vom Schreibtisch aus Verbindung mit
der Welt aufnehmen! Wagen Sie unter
kundiger Anleitung die ersten Schritte
ins Internet. Entdecken Sie, was Ihnen
das «World Wide Web» für Möglich-
keiten bietet. Das Internet kennt keine
Altersgrenze! **Kursinhalt:** Internet-
Anschluss – erforderliche Programme
– elektronische Post: E-Mail – Adresse
– Adressverzeichnisse – Nachrichten

verfassen, versenden, empfangen – Internet-Adressen – Informationen abrufen – Suchhilfen. **Voraussetzungen:** Grundkenntnisse Windows, Windows-Explorer, eigener PC von Vorteil.

CHF 110.– ohne Kursunterlagen

■ **Kurs Nr. 32015-02-14**

Mittwoch, 28.4.2004
9 – 12.30 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-02-15**

Freitag, 14.5.2004
13.30 – 17 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-14**

Dienstag, 17.8.2004
9 – 12.30 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-15**

Freitag, 3.9.2004
9 – 12.30 Uhr

NEU Internet-Einführungskurse für Frauen

Auf vielseitigen Wunsch bieten wir Internetkurse speziell für Frauen an: Die Möglichkeiten der Informationsbeschaffung im Internet sind gross. Praxisbezogene Anleitungen führen Sie zum gewünschten Ziel. **Kursinhalt:** Fachbegriffe des Internets – Benutzung des Browsers – Chancen und Gefahren – Suchhilfen benutzen, Suchstrategien entwickeln und gezielt abrufen – E-Mail senden und empfangen. **Voraussetzungen:** Grundkenntnisse Windows, Windows-Explorer, eigener PC von Vorteil.

CHF 110.– ohne Kursunterlagen

■ **Kurs Nr. 32015-02-16**

Freitag, 7.5.2004
13.30 – 17 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-16**

Dienstag, 24.8.2004
9 – 12.30 Uhr

Internet-Festigungskurse

Sie vertiefen Ihre praktischen Internet-Erfahrungen und lernen, gezielt Informationen zu suchen, abzurufen und per E-Mail zu kommunizieren.

Kursinhalt: Virenschutz Firewall – E-Mail beantworten und weiterleiten – einfügen, Dokumente/Bilder speichern – Browser-Einstellungen – Suchhilfen – Webinhalte drucken/speichern – Software aus dem Internet – Favoriten.

Voraussetzungen: Internet-Einführungskurs und/oder praktische Erfahrung mit Internet und E-Mail.

CHF 110.– ohne Kursunterlagen

■ **Kurs Nr. 32015-02-18**

Mittwoch, 2.6.2004
13.30 – 17 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-18**

Donnerstag, 1.7.2004
13.30 – 17 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-19**

Freitag, 17.9.2004
9 – 12.30 Uhr

NEU Internet-Festigungskurse für Frauen

Auf vielseitigen Wunsch bieten wir Internetkurse speziell für Frauen an: Die Möglichkeiten der Informationsbeschaffung im Internet sind gross. Praxisbezogene Anleitungen führen Sie zum gewünschten Ziel. **Kursinhalt:** Fachbegriffe des Internets – Benutzung des Browsers – Chancen und Gefahren – Suchhilfen benutzen, Suchstrategien entwickeln und gezielt abrufen – E-Mail senden und empfangen.

Voraussetzungen: Einführungskurs oder praktische Grunderfahrung in: Internet (Outlook Express), E-Mail, eigener PC mit Internetanschluss.

CHF 110.– ohne Kursunterlagen

■ **Kurs Nr. 32015-03-20**

Donnerstag, 8.7.2004
13.30 – 17 Uhr

■ **Kurs Nr. 32015-03-21**

Dienstag, 7.9.2004
9 – 12.30 Uhr

Internet und E-Mail von A bis Z

Unter kundiger Anleitung werden Sie entdecken, was Ihnen das «World Wide Web (www)» mit dem Internet-Explorer alles bieten kann. **Kursinhalt:** Internet: Web-Seiten abrufen – Web-Seiten drucken und speichern – Suchmaschinen – Praxisbeispiele (z.B. Ferienreise) – Newsgroups abonnieren – Dateien auf den PC übertragen.

E-Mails: schicken, empfangen, verwalten – Anlagen mitsenden – Briefpapier – Hintergrund – Signatur. Allgemein: Gefahren und Sicherheit – entscheidende Programmeinstellungen – Daten auf dem PC weiterbearbeiten.

Voraussetzungen: vertraut mit Windows, Windows-Explorer, eigener PC mit Internet-Anschluss.

CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ **Kurs Nr. 32015-02-23**

Mittwoch, 5.5. – 2.6.2004
9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

■ **Kurs Nr. 32015-02-24**

Dienstag, 1.6. – 29.6.2004
9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

■ **Kurs Nr. 32015-03-23**

Montag, 16.8. – 13.9.2004
9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

NEU Internet und E-Mail von A bis Z für Frauen

Auf vielseitigen Wunsch bieten wir Internetkurse speziell für Frauen an: Die Möglichkeiten der Informationsbeschaffung im Internet sind gross. Praxisbezogene Anleitungen führen Sie zum gewünschten Ziel. **Kursinhalt:** Fachbegriffe des Internets – Benutzung des Browsers – Chancen und Gefahren – Suchhilfen benutzen, Suchstrategien entwickeln und gezielt abrufen – E-Mail senden und empfangen. **Voraussetzungen:** vertraut mit Windows, Windows-Explorer, E-Mail (Outlook Express), eigener PC mit Internetanschluss.

CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

■ **Kurs Nr. 32015-02-25**

Donnerstag, 6.5. – 10.6.2004
(ausser 20.5.)
9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

■ **Kurs Nr. 32015-03-25**

Montag, 16.8. – 13.9.2004
13.30 – 16.30 Uhr (5x 3 Std.)

uconnect

mobile computer service

Computersupport - Privatkurse Kaufberatung und Installation bei Ihnen zu Hause!
Haben Sie ein Computerproblem? Rufen Sie mich an!
Tel: 031 829 8888 oder 079 402 7243
katharina.schanz@uconnect.ch

Internet: Webseiten gestalten für AnfängerInnen

Kursinhalt: Grundsätzliches zum Thema Homepage und HTML. Webseiten mit einem Editor erstellen. Bilder optimieren und Webseiten mit Tabellen gestalten. Vorbereitungen für den Homepage-Start. Übertragung der Webseite mit FTP auf den Server. Das Kursbuch enthält weiterführende Informationen und eine CD mit der notwendigen Software. **Voraussetzungen:** Grundkenntnisse Windows-Explorer, Internet und E-Mail, eigener PC mit Internetanschluss. CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 40.–

Kurs Nr. 32015-02-27

Mittwoch, 9.6. – 7.7.2004

9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

Daten, Bilder und Musik auf CD bannen

Praxiskurs für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene. **Kursinhalt:** Hard- und Software-Anforderungen zum Brennen von CDs – CD-Arten (einmalig und wiederbeschreibbar) – der optimale Brennvorgang (ohne Ärger) – Archivieren, Sichern und Kopieren von Daten auf CD – Aufnehmen, Bearbeiten von Musikdaten (Digitalisieren von alten Schallplatten und Kassetten) – Erstellen von eigenen Audio-CDs (auch auf der Stereoanlage abspielbar) – Umgang mit den Kopierschutzmechanismen – Bilder- und Fotoarchive auf CD speichern – Filme und Video speichern und kopieren. Softwarebasis: Nero, Power DVD. **Voraussetzungen:** Grundkenntnisse Windows, Windows-Explorer, evtl. eigener CD-Brenner. CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

Kurs Nr. 32015-02-28

Freitag, 11.6. – 9.7.2004

9 – 12 Uhr (5x 3 Std.)

Speichern und Ordnen von Dateien

Kursinhalt (unter anderem): Optimale Organisation der Programme und Daten – Benutzung des Windows-Explorers zur Ordner- und Dateiverwaltung – Suchen und Finden von Dateitypen und dazugehörige Programme. CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

Kurs Nr. 32015-02-29

Montag, 26.4. – 24.5.2004

13.30 – 16.30 Uhr (5x 3 Std.)



Digitale Fotografie und Fotobearbeitung

Praxiskurs für FotoliebhaberInnen (leicht erlernbar). **Kursinhalt:** Importieren, Speichern, Archivieren und Drucken von Fotos und Bildern von Digitalkameras, Scannern, aus dem Internet und von Fotolabors – Präsentation am PC, TV und Diashow – Grundlagen der Foto- und Bildbearbeitung (Formate, Farbtiefe, Auflösung) – Schneiden, Verbessern, Retuschieren und Beschriften von gespeicherten Bildern und Fotos – Fotomontage – Effekte und Filter. Softwarebasis: Photoexpress und Paint Shop pro. **Voraussetzungen:** Grundkenntnisse Windows, Windows-Explorer, eigener PC. CHF 395.– + Kursunterlagen CHF 30.–

Kurs Nr. 32015-02-30

Dienstag, 1.6. – 29.6.2004

13.30 – 16.30 Uhr (5x 3 Std.)

Powerpoint

Kursinhalt: Grundlagen zur Gestaltung einfacher Präsentationen für den Privatgebrauch, bei Festen oder in Vereinen usw. **Voraussetzungen:** Word; bei statistischen Auswertungen, die in Powerpoint dargestellt werden, sind Excel-Kenntnisse von Vorteil. CHF 240.– + Kursunterlagen CHF 30.–

Kurs Nr. 32015-02-31

Donnerstag, 17.6. – 1.7.2004

9 – 12 Uhr (3x 3 Std.)

Computeria Bern

Die Computeria Bern führt für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene wöchentliche Workshops in der Anwendung des Personalcomputers durch. Sie dienen dazu,

- das in den Kursen erworbene Wissen zu erweitern und zu festigen
- einfache Computerprobleme selbstständig zu beheben
- neue Anwendungen und Entwicklungen kennen zu lernen
- Tipps und Tricks zu vermitteln

Die Workshops sind thematisch gegliedert und berücksichtigen den Kenntnisstand der TeilnehmerInnen. Bitte beachten Sie:

- Die Workshops sind kein Ersatz für die PC-Kurse der Pro Senectute Region Bern, sondern eine Festigung und Erweiterung des angeeigneten Wissens.
- Bringen Sie zu den Workshops Ihre spezifischen Probleme mit, die zu dem angegebenen Thema passen.

Donnerstag, 14 – 16.30 Uhr

CHF 20.– pro Nachmittag

Anmeldungen per E-Mail:

bildungundsport@be.pro-senectute.ch

Bei kurzfristiger Abmeldung (weniger als eine Woche vor der Veranstaltung) oder Nichterscheinen behalten wir uns vor, den Unkostenbeitrag von CHF 20.– nachträglich einzufordern.

Datum	Workshop	Geeignet für
1.4.	Word: Grundfunktionen Kursrepetition	EinsteigerInnen
8.4.	Internet: Interessante Zusatzprogramme wie E-Banking, Einkaufen, Tauschbörsen, Verschlüsselung, Werbe- und Pop-up-Killer	Fortgeschrittene
15.4.	Windows Explorer: Ordner erstellen, Dateien abspeichern, kopieren, verschieben und umbenennen, richtige Einstellungen	EinsteigerInnen
22.4.	Windows XP: Alle Funktionen nutzen, bekannte und versteckte Einstellungen	Fortgeschrittene
29.4.	Word: Grafische Gestaltung, Einladungs- und Visitenkarten	EinsteigerInnen
6.5.	Excel: Tabellen und Formeln, Fallbeispiele	Fortgeschrittene
13.5.	Mediaplayer: Funktionen, Abspielen und Aufnehmen von Musik, Video und Filmen, Wiedergabelisten	EinsteigerInnen
27.5.	Bild- und Faxanzeige, Irfanview: Bildbetrachtung und einfache Bildbearbeitung	EinsteigerInnen
3.6.	CD: Übersicht der CD-Anwendungen wie Fotoalben, Musik bearbeiten und brennen, Videobearbeitung	Fortgeschrittene
10.6.	Outlook Express: Richtig und sicher mailen, Bilder und Musik einfügen, richtige Programmeinstellungen	EinsteigerInnen
17.6.	Word: Erweiterte Funktionen (Autotext, Gliederung usw.), Serienbriefe und Adressetiketten	Fortgeschrittene
24.6.	Fragen aus dem Teilnehmerkreis, anschliessend Apéro	Alle
12.8.	Internet: Inhalte abspeichern, Bilder und Musik extrahieren, richtige Browsereinstellungen	EinsteigerInnen
19.8.	Einscannen von Dokumenten und Bildern, Zeichenerkennungssoftware	Fortgeschrittene
26.8.	Word: Grafische Gestaltung, Einladungs- und Visitenkarten	EinsteigerInnen
2.9.	Paintshop: Erweiterte Bildbearbeitung	Fortgeschrittene
9.9.	Internet Explorer/Outlook Express: Richtige Sicherheitseinstellungen, Werbe- und Spamblocker, Windows Update	EinsteigerInnen
16.9.	Internet: Erweiterte Sicherheitseinstellungen, Datenschutz (Antispy), alternative Browser und Mailprogramme	Fortgeschrittene
23.9.	CD: CD durchsuchen, Einstellungen, einfache CD brennen	EinsteigerInnen
30.9.	Open Office, das alternative Officepaket, Funktionen und Möglichkeiten	Fortgeschrittene
7.10.	Windows XP: Funktionen und wichtige Einstellungen (Desktop, Taskleiste usw.)	EinsteigerInnen
14.10.	Windows XP: Programme installieren und de-installieren	Fortgeschrittene

Forum der Computeria Bern

Auf der Homepage der Computeria Bern, www.computeria-bern.ch, finden Sie ein Forum aufgeschaltet. Sie sind herzlich eingeladen, Ihre Fragen, Hinweise und Kommentare zu Computer-Angelegenheiten zu mailen! Das Forum wird betreut vom PC-Kurs-Leiter Hans Evers.

Individuelle Kaufberatung

KursleiterInnen und PC-Experten beraten Sie individuell beim Kauf von PCs, Zusatzgeräten und Software. Termine nach Vereinbarung. Mehr Informationen erhalten Sie unter Tel. 031 359 03 03

Mac-Kurse

In Zusammenarbeit mit dem Graphix Center Bern GCBE.

In Kleinklassen von max. 5 TeilnehmerInnen lernen Sie, optimal begleitet, die Welt des Mac kennen: Mac-Aufbau und -Besonderheiten – Grundlagen Mac OS9 oder Mac OSX (getrennte Kurse) – Apple Works optimal nutzen. Der Besuch des Internet- und E-Mail Kurses setzt den Einführungskurs oder entsprechende Vorkenntnisse voraus.

Mit Lukas Imbach

GCBE AG, Looslistrasse 3, Bern
Bus Nr. 14 bis Bethlehem Säge oder
SBB bis Stöckacker
CHF 695.– ohne Kursunterlagen

■ Mac-OS9-Einführungskurs

Nr. 32015-02-35

Freitag, 2.4. – 7.5.2004 (ausser 9.4.)
14 – 17 Uhr (5x 3 Std.)

■ Mac-OSX-Einführungskurs

Nr. 32015-02-36

Montag, 5.4. – 10.5.2004
(ausser 12.4.)
15 – 18 Uhr (5x 3 Std.)

■ Internet und E-Mail auf Mac

Kurs Nr. 32015-02-37

Montag, 17.5. – 21.6.2004
(ausser 31.5.)
15 – 18 Uhr (5x 3 Std.)