

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 6

Artikel: Smartphone : so kriegen Sie die Apps in den Griff
Autor: Honegger, Annegret
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1086876>

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

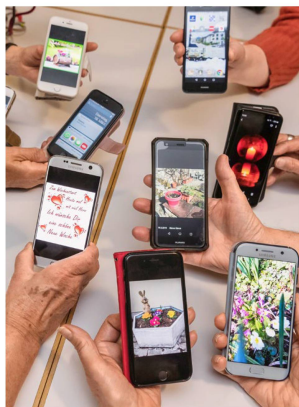
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 05.04.2026

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

Smartphone

So kriegen Sie die Apps in den Griff



Im App-Workshop 60+ von Pro Senectute Glarus können Smartphone-Nutzerinnen und -nutzer «mit Spass in neue App-Welten eintauchen». Untergehen muss dabei dank kundiger Kursleitung

niemand. Der Nachmittag in lockerer Atmosphäre gibt auch digitalen Neulingen Oberwasser im Umgang mit den schlaun Telefonen.

TEXT: ANNEGRET HONEGGER, FOTOS: ETHAN OELMAN



Entspannt und aufgestellt: Im App-Workshop 60+ hilft man sich auch gegenseitig und lernt praktische Tipps.

Dass im Kanton Glarus nicht mehr Handys in der Linth landen, liegt am App-Workshop 60+. «Am Anfang möchten wohl einige ihr Smartphone am liebsten in den Fluss werfen», weiss Initiantin Heidi Eicher. Zusammen mit Käthi Müller, Klara Staub und Jürg Irman sorgt sie deshalb seit bald einem Jahr an zwei Dienstagnachmittagen im Monat dafür, dass die modernen Geräte Freude statt Frust bereiten.

«Screenshots» sind das heutige Thema. Bildschirmschnappschüsse also: «Wenn ihr etwas Interessantes googelt, macht ihr ein Foto von eurem Bildschirm und könnt so etwa eine Zugverbindung einfach per Mail oder per WhatsApp verschicken», erklärt Käthi Müller. Was einfach klingt, ist oft knifflig: Welche Tastenkombination drücke ich auf dem iPhone8, beim Galaxy7 oder auf meinem Huawei? Welches ist der Home-Button? Fragen schwirren durcheinander, Hände werden verworfen, und



die Finger wirken plötzlich riesig, wenn sie die winzigen Tasten treffen sollten.

«Nicht verzagen, Käthi, Klara oder Heidi fragen», lautet die Devise. Oder die Sitznachbarin weiss weiter, bei der es bereits erfolgreich klick gemacht hat. Den Verzweifelten rät Käthi Müller: «Übt zu Hause weiter und seid neugierig. Es <chlepft> nicht, wenn ihr eine falsche Taste drückt!»

Genau darum geht es den Initiantinnen: «Die Leute sollen die Angst vor den modernen Geräten verlieren.» Dank der lockeren Workshop-Atmo-

sphäre gelingt dies besser als allein oder mit der Hilfe von ungeduldigen Söhnen, Töchtern oder Enkeln. «Im Workshop gibt es kein Kursprogramm. So können wir uns dem Tempo und den Fragen der Teilnehmenden anpassen.»

Nach der Arbeit stehen in der Cafeteria des Alterszentrums Bergli Kaffee und Kuchen bereit. «Die kleinen Apparatli können viel mehr, als man denkt», findet Felix. Clara gesteht: «Ich könnte kaum mehr ohne mein Handy sein.» Sie erstellt etwa ihren Einkaufszettel auf der Coop-App, schaut Sportresultate in der

SRF-App nach und fotografiert viel. Das Know-how aus dem Workshop gebe auch Selbstvertrauen im Umgang mit anderen digitalen Geräten im Haushalt wie etwa dem Fernseher, hat Luzia gemerkt. Über ihr Können staunen selbst die Söhne: «Wow, was du alles weisst!»

Trudi kommuniziert heute auch elektronisch mit ihren Enkelkindern: «Die Jungen lernen das ja alles schon auf dem Pausenplatz.» Edith lobt «die tollen Frauen, die uns geduldig alles erklären». Und jemand spricht aus, was viele denken: «In einem Kurs hätte ich Angst, nicht mitzukommen. Hier geben wir uns gegenseitig Tipps – und merken, dass andere genau die gleichen Probleme haben.»

Die grosse Runde zeigt das Interesse am Thema und das Bedürfnis nach Austausch und Unterstützung. Zugverbindungen heraussuchen, Wanderungen planen, Bilder verschicken, Handybilder auf dem Computer abspeichern oder sichere Passwörter wählen – Themen bieten die smarten Telefone genug. *

App-Workshop 60+ von Pro Senectute Glarus

An zwei Dienstagnachmittagen pro Monat im Alterszentrum Bergli (Pfrundhaus) in Glarus (ausser Sommerpause). Voraussetzung sind ein Smartphone oder Tablet mit Zugang zu AppStore/Google Play, Grundkenntnisse oder ein besuchter Grundkurs. Der Workshop ist gratis. Informationen und Anmeldung: Pro Senectute Glarus, Gerichtshausstrasse 10, 8750 Glarus, Telefon 055 645 60 20, Mail info@gl.prosenectute.ch, www.gl.prosenectute.ch

Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne in dieser Ausgabe oder unter www.prosenectute.ch