DigitalPakt Alter

Digitales kurz und bündig | 27

# Hilfreiche Funktionen im Alltag

Digitale Technologien bieten älteren Menschen viele Vorteile: Sie erleichtern den Kontakt zu Familie und Freundeskreis; sie sorgen für schnellen Zugang zu Unterhaltung, Bildung und Kultur; sie unterstützen Unabhängigkeit und Mobilität. In der Inforeihe „Digitales kurz und bündig" stellen wir digitale Geräte und Anwendungen vor, liefern kurze Erklärungen und laden zum Entdecken und Ausprobieren ein. Auch Älteren ohne oder mit nur geringen Erfahrungen soll der Einstieg in die digitale Welt gelingen – das ist unser Ziel.

Im Alltag gibt es zahlreiche Dinge zu erledigen. Dabei hilft das Smartphone. Es kann viele typische Aufgaben übernehmen: die Uhrzeit anzeigen, an Termine und Geburtstage erinnern, Einkaufslisten speichern und vieles mehr. Sind Ihnen all diese Funktionen schon bekannt? Falls nicht, stellen wir Ihnen hier die wichtigsten vor und laden Sie ein, diese auch selbst auszuprobieren. Praktisch: Viele der dafür nötigen Apps sind bereits standardmäßig auf den meisten Geräten installiert.

## Termine merken

Das Smartphone ersetzt Taschen- oder Wandkalender. Die Kalender-App zeigt den laufenden Monat an und markiert den aktuellen Tag. Jeder Tag lässt sich antippen und mit zusätzlichen Informationen versehen. So können Sie Termine aller Art hinterlegen. Auf diese Weise erinnert Sie das Handy an Veranstaltungen oder Praxisbesuche. Sie können auch Serientermine einrichten, sodass Sie regelmäßig benachrichtigt werden, z. B. täglich für die Medikamenteneinnahme oder jährlich bei Geburtstagen von Bekannten. Einzelne Termine oder ganze Kalender lassen sich auch mit anderen teilen, z. B. im Sinne eines gemeinsamen Familienkalenders.

## Gemeinsam Notizen machen

In der Regel bereits installiert sind Apps wie Google Notizen, Microsoft OneNote oder die Notizen von Apple, mit denen Sie alles Mögliche festhalten können: Ideen und Erinnerungen ebenso wie Aufgabenlisten. Diese Notizen können Sie mit anderen teilen und so gemeinsam bearbeiten – beispielsweise für einen gemeinsamen Einkaufszettel, der immer aktuell ist.

## Zeit im Blick haben

Junge Menschen tragen immer seltener eine klassische Armbanduhr, dafür aber so gut wie immer ein modernes Smartphone mit sich herum. Wozu beides – das Handy zeigt ja schon die Zeit an! Uhren-Apps haben außerdem weitere nützliche Funktionen. Dazu zählt ein Wecker, der tageweise eingestellt werden kann. Eine Weltuhr zeigt die Uhrzeiten in verschiedenen Zeitzonen an. Mit der Stoppuhr lässt sich die Zeit nehmen. Und der Timer ersetzt die Eieruhr beim Kochen und Backen oder erinnert an die fertige Waschmaschine.

## Berechnungen erledigen

Der Taschenrechner unterstützt Sie bei typischen Alltagsberechnungen, z. B. bei der Kontrolle von Einkäufen oder bei der Anpassung von Mengenangaben in Backrezepten auf die richtige Personenanzahl. Über die Grundrechenarten hinaus sind Einheitenumrechnungen (Fläche, Länge, Temperatur, Geschwindigkeit etc.) und Prozentrechnung möglich – nützlich, wenn Sie den Vorteil von Sonderangeboten oder die Menge von Trinkgeld bestimmen möchten. Der Verlauf der Berechnungen wird gespeichert und ist so auch später noch abrufbar.

## Kosten aufteilen

Führen Sie einen getrennten Haushalt oder sind im Urlaub? Mit Hilfe von Apps wie Splid oder Splitwise können Sie Kosten erfassen und aufteilen. Wenn Sie Ausgaben eingeben und zuordnen, erhalten Sie jederzeit eine Übersicht, wer wem Geld schuldet.

## Fotos als Erinnerung nutzen

Moderne Smartphones verfügen über eine leistungsfähige Kamera, mit der Sie Schnappschüsse bei Familientreffen oder im Urlaub aufnehmen können. Sie können aber auch „Erinnerungsfotos" von einem Praxisschild oder einem Veranstaltungsplakat machen, statt sich die Daten zu notieren. Das ist nützlich, wenn es mal schnell gehen muss. Fotos können Sie nach Aufnahmedatum sortieren, aber auch in separaten Alben zusammenfassen.

## Standort teilen und sich wiederfinden

Unterwegs in einer fremden Stadt fallen Ortsbeschreibungen nicht immer leicht. Über die meisten Messenger wie Signal oder WhatsApp können Sie Personen eine Zeit lang Ihren Standort mitteilen. So finden Sie sich schnell wieder oder verlieren sich erst gar nicht aus den Augen.

## Im Dunkeln leuchten

Falls Sie nachts oder bei einem Stromausfall kein Licht zur Hand haben, hilft Ihr Smartphone aus. Nutzen Sie einfach das Blitzlicht Ihrer Kamera als Taschenlampe. Die Funktion können Sie zu ihrem Sperrbildschirm hinzufügen oder in Ihrer Menüleiste auf einem vorderen Platz ablegen.

## Adressbuch anlegen

Jedes Smartphone verfügt über ein Adressbuch. Darin können Sie über den Namen einer Person hinaus viele weitere Informationen speichern. Dazu zählen Telefonnummern und E-Mail-Adressen, Anschrift, wichtige Datumsangaben wie Geburts- oder Jahrestage sowie Notizen. Auch die Anzeige der Kontakte lässt sich anpassen. Beispielsweise können Sie entscheiden, ob Namenslisten alphabetisch nach Vor- oder Nachnamen sortiert oder besonders häufig Angerufene hervorgehoben werden sollen.

In unserer Inforeihe „Digitales kurz und bündig" sind bereits zahlreiche Ausgaben erschienen, u. a. mit Tipps für den Smartphone-Kauf, empfehlenswerten E-Mail-Diensten und Erklärungen zu wichtigen digitalen Symbolen. Sie finden unsere Materialien zum Bestellen oder Herunterladen unter **www.digitalpakt-alter.de/materialien**.

Gefördert vom:

Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

## Über den DigitalPakt Alter

Der DigitalPakt Alter ist eine Initiative des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) und der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen. Die Initiative stärkt die gesellschaftliche Teilhabe und das Engagement Älterer in unserer digitalisierten Welt. Dabei setzt sie auf eine Vielzahl an niedrigschwelligen Angeboten vor Ort, die Erfahrungsorte sowie ein starkes Bündnis von Partnern aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft.

## Über die Erfahrungsorte des DigitalPakt Alter

Erfahrungsorte sind lokale Initiativen und Projekte, zu denen Sie mit Ihren Problemen und Fragen rund um Smartphone, PC und Digitales gehen können. Einige Initiativen sind auch mobil, kommen zu Ihnen nach Hause oder sind in Einrichtungen unterwegs. Betreut werden viele Erfahrungsorte von Ehrenamtlichen, die selbst zu den älteren Generationen gehören. Aber auch jüngere Generationen sind aktiv und helfen bei alltäglichen Problemen mit digitalen Themen. Finden Sie den Erfahrungsort in Ihrer Nähe unter **www.digitalpakt-alter.de**.

**Herausgeber:**
DigitalPakt Alter
BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e.V.
**Redaktion:** Aleksandar Soric
**Layout:** Nadine V. Kreuder
**Druck:** onlineprinters.de
**Bildnachweis:** S. 1: Andrey Popov | stock.adobe.com;
S. 2, S. 3: flaticon.com