



# Online - Veranstaltungen

## Januar bis Juli 2023





Liebe DEF-Mitglieder, liebe Interessierte,  
mit Zuversicht gehen wir im Deutschen Evangelischen Frauenbund, Landesverband Bayern (DEF) in dieses Jahr. Unsere örtlichen Gruppen treffen sich wieder regelmäßig in Präsenz zu Veranstaltungen, Aktivitäten und Ausflügen. In den vielen ehrenamtlich organisierten Veranstaltungen spiegelt sich die Vielfalt der Themen wider, die unsere Mitglieder beschäftigen. In diesem Heft finden Sie das Online-Angebot des DEF-Landesverbandes für das 1. Halbjahr 2023. Seit der Corona-Pandemie bieten wir virtuelle Vorträge und Workshops vor allem im Rahmen unseres Stützpunktes Verbraucherbildung oder unseres Standort Digital Kompass vor Ort an. Wir laden Sie aber auch wieder in unseren virtuellen Literatur-Salon ein, um dort interessante Bücher kennenzulernen.

Unsere kostenlosen Bildungsangebote, ob nun virtuell oder in Präsenz, sind für alle offen und auf unserer Website [www.def-bayern.de](http://www.def-bayern.de) zu finden. Dort können Sie sich näher informieren und ggf. auch anmelden. **Den Zugangslink zur jeweiligen Veranstaltung finden Sie ebenfalls immer auf unserer Homepage.** Gerne helfen wir Ihnen persönlich, wenn Sie Fragen rund um unsere Formate oder den technischen Zugang haben.

Auf ein Wiedersehen bei einer unserer nächsten Veranstaltungen freut sich

*Katharina Geiger, Geschäftsführende Vorständin*

## Stützpunkt Verbraucherbildung Bayern



Der Deutsche Evangelische Frauenbund, Landesverband Bayern (DEF) ist seit 2016 ein „Stützpunkt Verbraucherbildung“ in Bayern. Angebote der Verbraucherbildung, wie Vorträge und Workshops, Seminare oder Bildungstage, werden mit dem Siegel der Verbraucherbildung Bayern und in Verbindung mit dem VB-Netzwerk durchgeführt und vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz gefördert.

## Digital-Kompass vor Ort



Das Projekt Digital-Kompass arbeitet daran, ältere Menschen zum sicheren Umgang mit dem Internet und digitalen Diensten zu befähigen. Wir sind seit 2018 in München „Digital Kompass vor Ort“ und bieten Workshops und „Digitale Stammtische“ an, bei denen per Video zugeschaltete Fachexperten und Fachexpertinnen die Fragen der Teilnehmenden beantworten. Der Digital-Kompass ist ein gemeinsames Projekt der BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen und Deutschland sicher im Netz e.V. Weitere Informationen finden Sie unter [www.digital-kompass.de](http://www.digital-kompass.de)



## Die elektronische Gesundheitskarte

**Montag,  
23.01.2023  
18.00 - 20.00**

Jeder Versicherte in der gesetzlichen Krankenkasse hat eine elektronische Gesundheitskarte. Bei einigen Menschen ist die Sorge aber groß, was mit ihren dort gespeicherten Daten passiert. Wir wollen Sie daher über die verschiedenen Funktionen dieser Karte informieren, welche Daten genutzt werden müssen und welche Anwendungen freiwillig sind. Wir klären Sie auf, was hinter den Begriffen Notfalldaten, Medikationsplan, E-Rezept, E-Patientenakte usw. steckt.

Am Ende des Vortrages wissen Sie, was bei den verschiedenen Anwendungen zu beachten ist und welche Erweiterungen für die nahe Zukunft geplant sind.

Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende EAM



Veranstaltungen der EAM als Digital-Kompass-Stützpunkt und im Rahmen des Programms Verbraucherbildung Bayern des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Verbraucherschutz werden gekennzeichnet durch

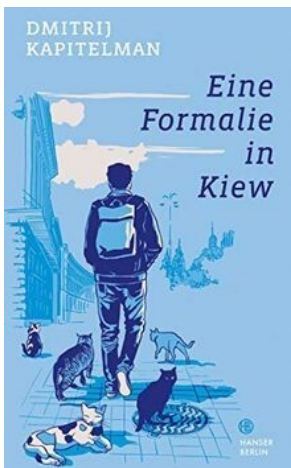


## Literatur-Salon im Januar

### Buchvorstellung mit Marianne Jauernig-Revier:

#### *Eine Formalie in Kiew* von Dmtrij Kapitelman

Mittwoch,  
25.01.2023  
17.30 - 19.30



Inge Gehlert lädt in loser Folge in ihren virtuellen Literatur-Salon ein. Sie und andere Frauen stellen dabei interessante Romane, Biographien und andere Literatur, aber auch deren Autorinnen und Autoren vor - im Januar **Marianne Jauernig-Revier** mit „Eine Formalie in Kiew“.

Zum Buch: Seit Monaten hören wir deprimierenden Berichte aus der Ukraine, doch das Buch des jungen Autors mit ukrainischen Wurzeln kann uns durch seinen Witz ein anderes Land zeigen. Er kam als Kind mit seinen Eltern in unser Land und ist nun nach 25 Jahren dabei, die Unterlagen für seine Einbürgerung zusammenzustellen, doch in Leipzig erfährt er, dass seine Geburtsurkunde in Kiew bestätigt werden muss. So macht er sich auf den Weg und erlebt mit seiner bereits deutsch geprägten Mentalität so einiges an Unglaublichem.

Die Wege der Bürokratie in Kiew sind steinig, da ohne mit ein paar Geldscheinen für Gefälligkeiten kaum etwas zu erreichen ist. Seine Tante Jana dagegen hat ihre eigene Meinung zu unserer Lebensart: „Was ist denn das für ein System, in dem ihr in Deutschland lebt?“ fragt sie erschüttert, „wo man so gar nichts mit persönlichen Kontakten und ein wenig Geld regeln kann?“ Mit Esprit erzählt Kapitelman vom Verschwimmen und auch dem Nebeneinander von Identitäten – mal mehr Deutscher, mal mehr Ukrainer – das ist kein Widerspruch, sondern erzählt von einem Lebensgefühl, mit dem viele Menschen in unserem Land leben.





## Eine wichtige E-Mail im Postfach finden

**Montag,  
30.01.2023  
18.00 - 20.00**

Legt man sich eine E-Mailadresse an, dauert es meist nicht lange bis die ersten Mails eintreffen.

Erst sind es wenige, mit der Zeit werden es immer mehr E-Mails, sodass es schwerfällt, den Überblick zu behalten. Das gelingt mit einfachen Möglichkeiten, zum Beispiel dem Markieren oder dem Verschieben von E-Mails in Ordner.

Die Referentin Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende der EAM, zeigt, wie das geht.



## Frau des Monats: Sophie La Roche

Sophie La Roche war eine emanzipierte Frau ihrer Zeit (1730-1807). Sie war die erste deutsche Romanautorin, die erste deutsche Frau, die den Gletscher des Mont Blanc, den Mer de Glace, (im Alter von 56 Jahren) bestieg, die erste Reiseschriftstellerin, die erste Autorin und gleichzeitig Herausgeberin und Verlegerin der ersten von einer Frau geschriebenen Frauenzeitschrift „POMONA für Deutschlands Töchter“. können“.

Sie war die Begründerin der Salonkultur, die ihre Enkelgeneration mit z. B. Bettina von Armin, Henriette Herz und Rachel von Varnhagen-Ense zur Blüte brachten. Sophie von La Roche setzte sich nachdrücklich für die Mädchen- und Frauenbildung ein. Ihr Leitsatz war immer: „Man muss den Menschen helfen sich zu bilden, damit sie sich selbst helfen.“

Referentin: Helga Ilgenfritz

**Donnerstag,  
09.02.2023  
18.00 - 20.00**

➡ **zum Weiterlesen:**

**Biografie von Armin  
Strohmeier,  
Südverlag / ISBN  
978-3-87800-126-3**

## Online-Veranstaltung: DEF im DIALOG



**Montag,  
13.02.2023,  
17.00 - 19.00**

Seit vielen Jahren lädt der DEF-Landesverband zu Beginn des Jahres zum „DEF-Dialogtag“ ein, um ins Gespräch zu kommen und zu informieren, was der Landesverband und seine Arbeitsgemeinschaften an Veranstaltungen und Aktionen beabsichtigen oder in Gremien tun, aber auch um zu erfahren, was vor Ort geplant ist, wo „der Schuh drückt“ und wo Unterstützung gewünscht ist.

Ein Schwerpunkt in diesem Jahr soll die Einstimmung auf den Kirchentag 2023 in Nürnberg sein.

Leitung: Inge Gehlert, Vorsitzende des Verwaltungsrates

## Hate Speech



**Montag,  
27.02.2023  
18.00 - 20.00**

Abwertende, menschenverachtende und volksverhetzende Sprache in Social Media finden sich in vielen Kommentaren auf Profilen und Themen-Hashtags. Aber auch in Messengerdiensten haben sie eine große Verbreitung. Oft werden dabei auch Fake News gezielt verbreitet. In unserem Workshop zeigen wir, was unter Hate Speech und Fake News verstanden wird und welche Möglichkeiten der rechtlichen Handhabe sowie Gegenrede dagegen bestehen.



Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



## Sprachassistenten auf dem Smartphone

**Montag,  
20.03.2023  
18.00 - 20.00**

Siri, Alexa, Google, Bixby und Co heißen die Sprachassistenten, die eine Steuerung des Smartphones per Sprache erlauben. Wir zeigen, was diese Assistenten leisten können und wie sie uns die Nutzung des Smartphones erleichtern können. Dabei erläutern wir den Nutzen insbesondere für ältere Menschen und zeigen auf, was man für eine sichere und datensparsame Nutzung unbedingt beachten sollte.



Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



## Was steckt in Kosmetika und Putzmitteln?

**Montag,  
27.03.2023  
18.00 - 20.00**

In diesem Workshop erfahren die Teilnehmenden, wie sie Inhaltsstoffe oder gar Giftstoffe in Kosmetik oder Putzmitteln mithilfe verschiedener Apps herausfinden können. Wir informieren über die Vor-, aber auch Nachteile solcher kostenlosen Apps.



Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende EAM



## Literatur-Salon - mit Inge Gehlert

Mittwoch, 29.03.2023, 17 bis 19 Uhr  
und  
Mittwoch, 24.05.2023, 17 bis 19 Uhr



## Muss ich „alles akzeptieren“ bei der Frage nach Cookies?



**Montag,  
17.04.2023  
18.00 - 20.00**

Beim Aufrufen einer Internetseite oder auch in Apps sollen Cookies akzeptiert werden. Wir erklären, wozu man Cookies braucht, aber auch was passiert, wenn ich auf „Ablehnen“ tippe. Wir erläutern auch, welche Cookies abgelehnt werden können.



Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende EAM

## Vergleichen lohnt sich - aber auch auf Vergleichsportalen im Netz?



**Montag,  
22.05.2023  
18.00 - 20.00**

Bei der Suche nach einem neuen Handyvertrag, der günstigsten Versicherung oder den besten Energieanbietern – meist werden Vergleichsportale im Internet genutzt. Wir nehmen diese unter die Lupe und zeigen Vor- und Nachteile auf.



Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



## Instagram und Tik Tok

**Montag,  
19.06.2023  
18.00 - 20.00**

Instagram und TikTok haben eine hohe Verbreitung bei jüngeren Menschen. Aber auch ältere Menschen nutzen es vereinzelt. Jedoch nicht nur Influencer, Firmen, Parteien und mehr suchen hier den Kontakt zur jungen Zielgruppe, sondern auch Wissenschaftler, Aktivisten und mehr. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über diese beiden jungen sozialen Netzwerke, insbesondere, welche Einstellungen man vornehmen kann, um diese datensparsam und sicher nutzen zu können.



Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



## Fit gegen Fake News

**Montag,  
10.07.2023  
18.00 - 20.00**

Immer mehr Menschen lesen Nachrichten online oder holen sich ihre Informationen aus dem Netz. Dabei nutzen sie die online Angebote der großen Verlagshäuser und Rundfunkanstalten. Auch Social Media spielt hier eine wichtige Rolle. Daneben gibt es jedoch eine Fülle an unseriösen Anbietern, die gezielt falsche Informationen über unterschiedliche Plattformen verbreiten. Aber wie kann man seriöse Nachrichten-/Informationsquellen von unseriösen Fake News unterscheiden? Wir stellen Angebote vor, die helfen, die Seriosität einer Nachricht richtig einzuschätzen.



Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende

## Fortbildung zur digitalen Begleiterin / zum digitalen Begleiter von älteren Menschen

Online-Kurs  
in drei Modulen



### KURSinHALTE

#### **Modul 1: Ältere Menschen als Lernende - ihre Lern- und Lebenswelt**

Vortrag und Workshop zu den Besonderheiten beim Lernen mit digitalen Medien im Alter, wie Lernangebote gestaltet werden können, um nachhaltig zum Erfolg zu führen und einen kompetenten Umgang mit digitalen Medien zu ermöglichen.

#### **Modul 2: Nützliche Alltags-Apps für Seniorinnen und Senioren**

**Teil 1: „Einführung rund um Apps“:** Workshop zu den Fragen: Was sind Apps und woher bekomme ich sie? Wie finde ich aus den Millionen von Apps die für meine Vorlieben geeigneten heraus? Die Installation auf dem Smartphone oder Tablet wird genau erklärt, so dass sie auch den Teilnehmerinnen am heimischen Bildschirm sicher gelingen kann.

**Teil 2:** Workshop: „Die Einstellungen auf meinem Smartphone oder Tablet“. Auf dem Smartphone/Tablet und bei Google sind Voreinstellungen sehr wesentlich. Was kreuze ich an, was lasse ich weg? Wie nehme ich die Auswahl unter den Einstellungen vor, damit meine Privatsphäre geschützt ist?

#### **Modul 3: Sicher im und mit dem Netz unterwegs - Datenschutz und Sicherheit**

Vortrag mit Workshop: Wie kann man sich einfach und sicher vor Viren, Trojanern, Malware schützen? Wie erkennt man Spam, Phishing-Mails und unseriöse Angebote, wie geht man damit um und wie kann man sich davor schützen? Welche Versicherungen bei Beschädigungen mobiler Geräte machen Sinn? Wie erkennt man betrügerische Absichten rund um digitale Angebote?

Für das Modul 1 sind 2 Online-Stunden geplant, für die weiteren Module jeweils 3 Online-Stunden.

Wir bitten Sie, sich bei Interesse mit der Geschäftsstelle des DEF hinsichtlich der Termine und weiterer Details in Verbindung zu setzen.

## Vorschau auf erste Veranstaltungsplanungen Herbst/Winter 2023



**Montag,  
25.09.2023  
18.00 - 20.00**

### **Wie nützlich sind Wander- oder Fahrradapps?**

Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende der EAM

Wandern oder mit dem Fahrrad unterwegs – eine Navigationsapp ist dabei sehr nützlich. Meist ist Google Maps auf den Smartphones vorinstalliert. Ist es sinnvoll, eine spezielle Wander- bzw. Fahrradapp zu nutzen? Was können Apps wie Komoot, Bergfex und andere Wanderapps? Sind die kostenlosen Apps tatsächlich kostenlos? Es werden die bekanntesten Apps vorgestellt.

**Montag,  
16.10.2023  
18.00 - 20.00**

### **Online Lebensmittel einkaufen**

Referentin: Sabine Jörk, Vorsitzende der EAM

Anhand eines praktischen Beispiels wird das Online-Einkaufen von Lebensmitteln Schritt für Schritt erklärt. Dabei werden auch die verschiedenen Bezahlmöglichkeiten diskutiert. Wir zeigen Ihnen die Vorteile auf, wie Sie diese sicher und datensparsam nutzen und Fake Shops erkennen können.

**Montag,  
13.11.2023  
18.00 - 20.00**

### **Die Finanzen im Blick behalten mit Haushaltsbuch- und Finanz-Apps**

Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende der EAM

Bei den Preissteigerungen in letzter Zeit ist es immer wichtiger, seine Finanzen im Blick zu behalten. Außerdem kann durch bargeldloses Zahlen mit Karte, PayPal, NFC usw. schon mal der Überblick verloren gehen. Früher notierte man seine Einnahmen und Ausgaben in einem Heft. Heute können die Einnahmen und Ausgaben mithilfe von Apps auf dem Smartphone verwaltet werden. Die Apps zeigen nach jedem Eintrag sofort an, wie viel Geld noch zur Verfügung steht. Welche kostenlosen Apps gibt es? Welche Vor- und Nachteile haben die verschiedenen Apps?



## Über uns: *Deutscher Evangelischer Frauenbund e.V. (DEF)*

Verantwortung übernehmen für sich und andere: Getragen von diesem Motto nimmt der Deutsche Evangelische Frauenbund seit 1899, dem Jahr seiner Gründung, Einfluss auf kirchen- und gesellschaftspolitische Entscheidungen und setzt sich für die Förderung von Frauen ein. Auf der Grundlage des Evangeliums engagieren sich Frauen im DEF ehrenamtlich in Kirche und Gesellschaft - übergemeindlich, überparteilich und ökumenisch offen.

Ziel unseres Engagements ist es, Frauen unterschiedlicher Herkunft und Lebenssituationen anzusprechen, um gemeinsame Erfahrungen, Interessen und Sichtweisen in Kirche, Politik und Gesellschaft zur Geltung zu bringen. Wir wollen die Stellung der Frau in der Gesellschaft stärken und die Bedeutung der von Frauen geleisteten Arbeit in allen gesellschaftlichen Bereichen sichtbar machen.

Die drei "Standbeine" unserer Tätigkeit sind Bildungsarbeit, Soziale Arbeit und Gremienarbeit. Schwerpunktthemen sind unter anderem die Medienarbeit, der Umweltschutz sowie der Demographische Wandel als Chance. Der DEF möchte Frauen Orientierungshilfen vermitteln und ihren Mut zum Engagement stärken, um sie auf diese Weise zu motivieren, Verantwortung zu übernehmen - für sich und andere.

Wir leben in einer Zeit des demographischen Wandels, einer Gesellschaft des langen Lebens, einer Gesellschaft, die dennoch schrumpft. Der Zunahme des hohen Lebensalters steht eine geringere Geburtenzahl gegenüber. Dadurch verschiebt sich auch die Altersstruktur unserer Gesellschaft. Der demographische Wandel führt zu einschneidenden Veränderungen vieler Bereiche. Vor allem Frauen erreichen zunehmend ein hohes Alter und sie leben unterschiedliche Lebenskonzepte.

Als Forum kritisch denkender und handelnder Frauen setzt sich der DEF für Frauen- und Familienfragen, Kirchen- und Gesellschaftspolitik, Generationengerechtigkeit, Medienkompetenz, Umwelt- und Verbraucherfragen ein.



## *Über uns:*

### *Evangelische Arbeitsgemeinschaft Medien des DEF (EAM)*

Medien bestimmen einen großen Teil unseres Lebens als Mittel der Information und der beruflichen wie privaten Kommunikation. Wir alle verbringen mehrere Stunden am Tag mit und in den Medien. Sie verändern unser Wissen, unsere Meinungen und unser Verhalten. Besonders das Internet hat unsere Mediennutzung revolutionär verändert.

Umso wichtiger ist Medienkompetenz: Wir machen Frauen fit in den Medien, wo sie es nicht schon sind. In unserem medienpädagogischen Angebot in Veranstaltungen, Kursen oder E-Learning-Seminaren vermitteln wir das Kennenlernen und Beherrschen neuer Geräte und Technologien und bieten Kriterien zur vernünftigen Beurteilung der gesamten Medienlandschaft. In unseren Medienkreisen diskutieren wir aktuelle Medienangebote im Fernsehen, Radio, oder Internet.

Ständig sind wir im Rahmen unserer medienpolitischen Arbeit mit Medienmachern und der Wissenschaft im Dialog. In Aufsichtsgremien wie Rundfunkrat und Medienrat und in Gremien und Kooperationen setzen wir uns auf der Basis unseres christlichen Selbstverständnisses für die Belange von Frauen ein und bringen ihre eigene Sicht auf die Dinge in die Beratungen und Entscheidungen ein. Die Entwicklung der Medien in unserer Gesellschaft ist schnell, Medienarbeit lebendig. Wir in der EAM, einer Arbeitsgemeinschaft des Deutschen Evangelischen Frauenbundes, Landesverband Bayern, achten dabei auf die Qualität!



# Impressum

**Deutscher Evangelischer Frauenbund  
Landesverband Bayern e.V.**

**Geschäftsstelle:**

Kufsteiner Platz 1  
81679 München

Tel. 089/98 105 788

Fax. 089/98 105 789

E-Mail: [bildung@def-bayern.de](mailto:bildung@def-bayern.de)

Internet: [www.def-bayern.de](http://www.def-bayern.de)

**Bankverbindung:**

Evangelische Bank e.G.

IBAN: DE19 5206 0410 0003 5080 56

BIC: GENODEF1EK1

**Verantwortlich:**

Katharina Geiger (Geschäftsführende Vorständin)

Stand: Januar 2023

**Hinweis zu den Fotos:** Wenn nicht anders angegeben, ist die Quelle der Fotos „pixabay.com“

