



Impressum

Deutscher Evangelischer Frauenbund Landesverband Bayern e.V.

Geschäftsführende Vorständin: Katharina Geiger

Geschäftsstelle:

Geschäftsführende Vorständin: Katharina Geiger

Sekretariat: Maren Puls

Kufsteiner Platz 1 / 81679 München

Tel. 089/98 105 788 / Fax. 089/98 105 789

E-Mail: bildung@def-bayern.de

Internet: 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 2024 / Fotos: „pixabay.com“ - wenn nicht anders angegeben

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



Liebe DEF-Mitglieder, liebe Interessierte,

mit Zuversicht gehen wir im Deutschen Evangelischen Frauenbund, Landesverband Bayern (DEF) in dieses Jahr. Unsere örtlichen Gruppen treffen sich regelmäßig in Präsenz zu Veranstaltungen, Aktivitäten und Ausflügen. In den vielen ehrenamtlich organisierten Veranstaltungen spiegelt sich damit die Vielfalt der Themen wider, die unsere Mitglieder beschäftigen.

In diesem Heft finden Sie das Online-Angebot des DEF-Landesverbandes im 1. Halbjahr 2024. Dabei haben wir unsere Schwerpunkte auf die digitale Bildung Älterer und den nachhaltigen Konsum gelegt, die im Rahmen unseres Stützpunktes Verbraucherbildung oder unseres Standorts Digital Kompass vor Ort angeboten werden. Wir laden Sie aber auch wieder in unseren virtuellen Literatur-Salon ein, um dort interessante Bücher kennenzulernen oder zu anderen Vorträgen.

Unsere meist kostenlosen Bildungsangebote, ob nun virtuell oder in Präsenz, sind für alle offen und auf unserer Website www.def-bayern.de zu finden. Dort können Sie sich näher informieren und ggf. auch anmelden. **Den Zugangslink zur jeweiligen Veranstaltung finden Sie zeitnah vor der jeweiligen Veranstaltung 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, Menschen, die mit Sinnes- und Mobilitätsbeeinträchtigungen leben, 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 unter www.digital-kompass.de



Effektive Mikroorganismen (EM) - die Basis für gesundes Leben

**Mittwoch,
14.01.2024
10.00 - 11.00**

Ohne Bakterien gäbe es kein Leben auf dieser Erde. Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie Sie für sich in Ihrem Haushalt, Garten und für Ihre Ernährung die Kraft guter Mikroorganismen nützen können.

Referentin: Ursula Moshandl, Hauswirtschaftsmeisterin



Schon mal vegan gekocht?

**Montag,
17.01.2024
18.30 - 19.30**

Sich vegan zu ernähren erfordert in wenigen Teilen der Nahrungszubereitung ein Umdenken. Schritt für Schritt erklärt die Referentin, auf was Sie beim Kochen von veganen Gerichten - sei es Vorspeise, Hauptgericht oder Nachtisch - beachten müssen. Dabei bleibt genügend Zeit, Fragen zu stellen und Hintergrundinformationen zu erhalten.

Referentin: Hannelore Täufer, AEH-Vorsitzende



Wiederholung am Mittwoch, 31.01.2024, 10.00 - 11.00

Literatur-Salon mit Inge Gehlert



Auch in 2024 lädt Inge Gehlert in loser Folge in ihren virtuellen Literatur-Salon ein. Sie und andere Frauen stellen dabei interessante Romane, Biografien und andere Literatur, aber auch deren Autoren und Autorinnen vor.

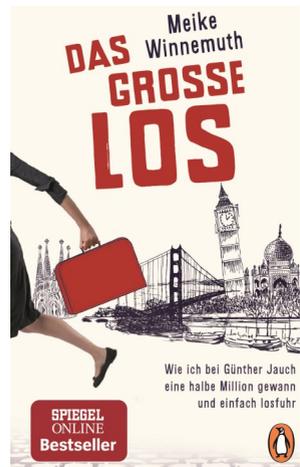
Es können literarische Neuerscheinungen, aber auch ältere Bücher sein, die es wert sind, gelesen zu werden. Als Gastgeberin ihres Salons möchte sie mit Ihnen ins Gespräch kommen, nicht nur über den aktuellen Titel, gerne auch dessen Hintergründe und die (literarische) Welt.

Online-Veranstaltungen sind im Januar, März und Mai 2024 geplant: jeweils mittwochs, 17-19 Uhr. Die genauen Termine finden Sie unter def-bayern.de

Am **20.03.2024, 17 Uhr**, stellt Hannelore Täufer das Buch „**Das große Los - Wie ich bei Günther Jauch eine halbe Million gewann und einfach losfuhr**“ von Meike Winnemuth vor.

Die Autorin gewann 2012 bei "Wer wird Millionär?", wohl auch für sie selbst überraschend, 500.000 Euro. Spontan entscheidet sie damals, 12 Monate frei zu nehmen und um die Welt zu gondeln - immer für einen Monat an einem vorher geplanten Ort. Was sie dabei erlebt hat, mit den dort lebenden Menschen und auch mit sich selbst, beschreibt sie in diesem spannenden, lustigen, nachdenklich geschriebenen Buch.

978-3328102687 Penguin Verlag, Taschenbuch 11 Euro





Fortbildung zur digitalen Begleiterin / zum digitalen Begleiter von älteren Menschen

in Kooperation mit anderen Organisationen



KUR SINHALTE

Modul 1: Vorstellung der Kursinhalte und Klärung offener Fragen, gegenseitiges Kennenlernen.

Im Anschluss: **Seniorinnen und Senioren als Lernende: ihre Lern- und Lebenswelt** - Referentin: Sabine Jörk

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

Teil 1: Einführung rund um Apps - Referentin: Sabine Jörk

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: Die Einstellungen auf meinem Smartphone/Tablet

Workshop mit Luitgard Herrmann

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?

*Fortbildung zur Digitalen Begleitung von Älteren
(in Kooperation mit anderen Organisationen)*

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

Referenten: Jürgen Schuh / Sabine Jörk

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 alle Module sind jeweils drei Online-Stunden geplant.

Weiterhin sind in 2024 fünf Kursreihen geplant. Die Termine für die erste Kursreihe in ERLANGEN sind wie folgt:

Kurs ERLANGEN

Modul 1	22.01.24	17 - 20 Uhr	Sabine Jörk, Luitgard Herrmann
Modul 2	29.01.24	17 - 20 Uhr	Sabine Jörk, Luitgard Herrmann
Modul 3	12.02.24	17 - 20 Uhr	Sabine Jörk, Jürgen Schuh

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



Online-Veranstaltung: DEF im DIALOG

**Montag,
06.02.2024,
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.

Leitung: Inge Gehlert, Verwaltungsrats-Vorsitzende



Kursreihe: Hauswirtschaft 4.0 Welche Apps können nachhaltiges Leben unterstützen?

**Montag,
05.02.2024
26.02.2024
04.03.2024
jeweils
9.00 - 11.00**

Dieser Kurs richtet sich an Großmütter, die ihr Wissen rund um nachhaltiges Leben auffrischen und auf zeitgemäße Art an ihre Kinder oder Enkel weitergeben wollen.

Apps, die zu diesem Thema passen, werden von der Referentin erklärt, auf Vor- und Nachteile wird hingewiesen. Ebenso werden Tipps und Tricks bei der Installation von Apps vermittelt.

Referentin: Luitgard Herrmann, langjährige Dozentin und 2. Vorsitzende der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft Medien des DEF (EAM)



WhatsApp, Signal, Threema und Co. - Online-Kommunikation mit Messengern auf dem Smart- phone



**Montag,
19.02.2024
18.00 - 20.00**

Messenger erfreuen sich hoher Beliebtheit bei jung und alt. WhatsApp ist der beliebteste Messengerdienst für die private online Kommunikation. Lassen Sie uns gemeinsam die Funktionen von WhatsApp erkunden und worauf man für eine datensparsame und sichere Nutzung achten sollte. Was bieten im Vergleich andere Messenger, wie Signal und Threema, und worauf sollte man hier achten?



Referentin: Sabine Jörk, Kommunikationswissenschaftlerin und Vorsitzende der EAM

Was steht drauf - was ist drin? Zutatenlisten im Check

Montag, 21.02.2024 - 18.30 - 20.00



**Wiederholung:
am Mittwoch, 28.02.2024, 10.00 - 11.00**



Auf Lebensmittelverpackungen stehen eine Fülle von Informationen. Gesetzlich geregelt sind unter anderem Nettofüllmenge, Nährwerttabelle, Zutatenliste, Mindesthaltbarkeitsdatum und Herkunft. Was dies alles für die Verbraucherin bedeutet, erläutert die Referentin. Gemeinsam wollen wir aber auch den Tricks der Hersteller auf die Schliche kommen. Referentin: Gertraud Gräßel, Hauswirtschaftsmeisterin





Biolabels in der Ernährung blicken Sie noch durch?



Die Fülle an Labels und Zertifikaten im Lebensmittelbereich ist groß. Was bedeuten diese genau? Von wem sind sie? Und welche Qualität der Lebensmittel erhalten wir damit? Und was hat das alles mit nachhaltigem Konsum zu tun?

Die Hauswirtschaftsmeisterin Ursula Moshandl gibt Antworten auf diese Fragen und Hilfestellung im Dschungel der Biolabels.

**Mittwoch,
13.03.2024
18.30 - 20.00**



Wiederholung am Mittwoch, 20.03.2024, 10 - 11 Uhr



Das E-Rezept und die elektro- nische Gesundheitskarte



**Montag,
18.03.2024
18.00 - 20.00**

Seit Januar 2024 gibt es das rosa Papierrezept in der gesetzlichen Krankenversicherung nicht mehr - es wurde durch das E-Rezept abgelöst.

Eingelöst werden kann es mit der elektronischen Gesundheitskarte, mit der E-Rezept-App oder einem Papiausdruck. Welche Vor- und Nachteile haben die verschiedenen Wege das Rezept einzulösen? Was passiert mit den gespeicherten Daten? Welche Funktionen hat die Gesundheitskarte noch?

Referentin: Luitgard Herrmann, 2. Vorsitzende der EAM

Forum Waschen - Plattform für nachhaltiges Waschen, Abwaschen und Reinigen im Haushalt



**Montag,
10.04.2024
18.30 - 19.30**



Das „Forum Waschen“ gibt seit vielen Jahren werbefreie Tipps und Tricks zum richtigen Waschen und Pflege der Wäsche und für das Abspülen. Zusammen mit der Referentin sehen wir uns die Seite des „Forum Waschen“ an und erfahren dabei Neues rund um das nachhaltige Waschen und Reinigen im Haushalt.

Referentin: Hannelore Täufer, AEH-Vorsitzende



Wiederholung am Montag, 17.04.2024, 10 - 11 Uhr

ChatGPT, Google Bard & Co. Wie können diese Chatbots im Alltag unterstützen?



**Montag,
22.04.2024
18.00 - 19.30**



Seit Ende 2022 ist vor allem ChatGPT in aller Munde und es wird heiß diskutiert über die Vor- und Nachteile vor allem in Schule und der akademischen Ausbildung. Aber welche Vorteile bringen diese KI-Systeme den Nutzerinnen und Nutzern im ganz privaten Alltag und welche Risiken gilt es dabei zu beachten?

Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



Facebook - ein zeitgemäßes Angebot für Erwachsene

**Montag,
13.05.2024**

18.00 - 19.30



Facebook ist nach wie vor ein weltweit erfolgreiches Soziales Netzwerk, auch wenn es mittlerweile „erwachsen“ geworden ist. Welche Möglichkeiten bietet Facebook für private Nutzung? Welche Einstellungen sind für die Nutzung relevant und was gilt es insgesamt zu beachten für eine datensparsame und sichere Nutzung?

Referentin: Sabine Jörk, EAM-Vorsitzende



Vorschau auf erste Veranstaltungsplanungen Herbst/Winter 2024

**Mittwoch
09.10.2024**

Nachhaltiges (Haus)wirtschaften in kleinen Schritten?

18.00 - 20.00

Referentin: Gertraud Gräßel, Hauswirtschaftsmeisterin

Auch mit vielen kleinen Schritten sind große Ziele erreichbar - wir müssen sie nur tun! Bei diesem Vortrag bekommen Jung und Alt Tipps und Tricks zum Energiesparen oder wie Verpackungsmüll vermieden werden kann. Darüber hinaus informiert die Referentin, wie jede einzelne etwas gegen die eigene Lebensmittelverschwendung tun kann.

➡ **Wiederholung am Mittwoch, 16.10.2024, 10.00 - 11.00**

**Montag,
14.10.2024**

YouTube - mehr als nur Musik und Filme

18.00 - 19.30

Referentin: Sabine Jörk, Vorsitzende der EAM

YouTube ist das meist genutzte Videoportal weltweit. Neben Musik, Filmen, Serien, Dokumentationen etc. sowie einer Fülle an nutzergenerierten Inhalten bietet YouTube selbst heute eine Menge an Inhalten an, teils kostenfrei und gegen Gebühr. Lassen Sie uns gemeinsam die Fülle des Angebots von YouTube erkunden und was es für eine sichere und datensparsame Nutzung zu beachten gilt.

**Mittwoch,
06.11.2024**

Recycling von textilem Material - geht das überhaupt?

18.00 - 20.00

Referentin: Hannelore Täufer, AEH-Vorsitzende

Textile Fasern werden in Kleidung, Möbelstoffen, Vorhängen usw. verarbeitet. Um Tragekomfort und Aspekte wie Schmutz abweisend, Verminderung der Brennbarkeit erfüllen zu können, werden natürliche und synthetische Fasern gemischt. Ein Überblick zu Fasern und welche Auswirkungen für die Umwelt „gemischte Fasern und Produkte“ haben, beleuchtet die Referentin in ihrem Vortrag

➡ **Wiederholung am Mittwoch, 13.11.2024, 10.00 - 11.00**



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. Sie verändern unser Wissen, unsere Meinungen und unser Verhalten.

Umso wichtiger ist Medienkompetenz: Wir machen Frauen fit in den Medien, wo sie es nicht schon sind. In unserem medienpädagogischen Angebot in Veranstaltungen 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.

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!



Über uns:

**Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushalts-
führungskräfte des DEF (AEH)**

Die Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes (DEF) setzt sich bundesweit ein für die richtige Wahrnehmung und Wertschätzung der hauswirtschaftlichen Arbeit. In Gremien, Netzwerken und anderen Organisationen bringen wir unsere Forderungen ein. Fachwissen sowie Umwelt- und Verbraucherschutz sind wichtige Themen der Bildungsarbeit der AEH und tragen zugleich zur Stärkung von Frauen in Gesellschaft und im vopolitischen Raum bei.



Hinweis zum Titelbild

Vielleicht sind Ihnen bei näherer Betrachtung die Hände der Frau in der Mitte aufgefallen? Hier scheint doch etwas nicht ganz zu stimmen!? Hat die Künstlerin oder der Künstler dieser Collage eventuell schlampig gearbeitet?

Nein! Denn es gibt kein menschliches Wesen, das diese Collage gemacht hat. Dieses Bild hat die Künstliche Intelligenz (KI) - „gefüttert“ mit den entsprechenden Eingabeaufforderungen „Erstelle mir eine Collage über Online-Veranstaltungen für Frauen“ - kreiert. Das Ganze kostenlos und blitzschnell mit www.bing.com/create. Probieren Sie es doch selber aus, eventuell auch über www.openai.com/dall-e-2/. Es ist wirklich faszinierend, wie mit einer Beschreibung aus Worten realistische Bilder und Kunstwerke entstehen. Hier sind der Fantasie wirklich keine Grenzen gesetzt.

Aktuell (Stand Januar 2024) hat die KI noch Probleme, gerade bei realistischen Bildern Augen und Hände „fehlerfrei“ darzustellen. Ebenso sind zum Teil die Schatten unnatürlich oder die Proportionen falsch. Daneben können auch Fehler im Hintergrund uns Hinweise geben, dass das Bild, das Kunstwerk, die Karikatur von KI gemacht wurde. Da sich die KI aber rasant weiterentwickelt/lernt, wird dies sicherlich bald behoben werden.

Was sich jedoch nicht ändern wird: Es gibt keine Quellenangabe. Denn die Frage ist noch unbeantwortet, wer nun dieses Bild gemacht hat – die Maschine oder der Mensch, der die Beschreibung gegeben hat?

Ganz unabhängig davon müssen wir uns sehr zügig überlegen, wie wir KI regulieren können und müssen, denn die Büchse der Pandora ist geöffnet. Denken Sie nur an das Fake-Foto von der angeblichen Verhaftung Donald Trumps. Es sind wirklich spannende Zeiten, in denen Medienkompetenz zu einer Schlüsselkompetenz in unserer Demokratie werden wird.



*Katharina Geiger,
Geschäftsführende Vorständin des DEF Landesverbands Bayern*