

Kursausschreibung

Montag, 21. September + Montag, 5. Oktober 2026, 9h00 - 17h00

Fit für den digitalen Alltag – PC- und Laptop-Kurs für 60+

Möchtest du die wichtigsten Funktionen deines Laptops oder PCs kennenlernen?

Möchtest du deine Geräte im Alltag leichter nutzen können und dabei mehr Sicherheit gewinnen?

Und wünschst du dir Unterstützung dabei, die wichtigsten Programme und Anwendungen besser zu verstehen?

In diesem Kurs für Einsteiger:innen ab 60 lernst du die wichtigsten Funktionen deines Computers kennen, erfährst deren praktischen Nutzen und übst, sie selbstständig anzuwenden. Ziel ist es, Hemmschwellen abzubauen, deine digitale Kompetenz zu stärken und den Computer sinnvoll für deinen Alltag einzusetzen.

Ziele

Ich ...

- schalte meinen PC oder Laptop ein und aus und bediene die Benutzeroberfläche sicher.
- nutze Maus und Tastatur, öffne, schliesse und wechsele zwischen Programmen.
- erstelle, speichere, finde und drucke Dokumente.
- lege Dateien und Ordner an, verschiebe, benenne um und lösche sie.
- nutze grundlegende Internetfunktionen: Webseiten aufrufen, Informationen suchen, E-Mails schreiben und empfangen.
- nehme wichtige Grundeinstellungen vor (z. B. Lautstärke, Hintergrundbild, WLAN-Verbindung).
- setze einfache Sicherheitsmassnahmen um (sichere Passwörter, Updates, Vorsicht bei unbekannten E-Mails).

Inhalt

Im Kurs lernst du praxisnah und leicht verständlich, die wichtigsten Funktionen Ihres PCs/Laptops zu bedienen. Durch Wiederholung und praktische Übungen gewinnst du Schritt für Schritt Sicherheit.

Inhalte sind:

- PC-Basics: Aufbau von PC/Laptop und Benutzeroberfläche, Startbildschirm, Taskleiste, Symbole, grundlegende Einstellungen
- Grundfunktionen: Maus- und Tastaturbedienung, Programme öffnen und schließen, Dateien speichern, Ordner erstellen und organisieren
- Textverarbeitung & Dokumente: Schreiben, Formatieren, Drucken und Speichern einfacher Texte
- Kommunikation & Internet: Browser bedienen, Suchmaschinen nutzen, Social Media
- Sicherheit & Datenschutz: starke Passwörter, sichere Internetnutzung, Erkennen von Betrugsversuchen (Phishing, Fake-Mails)
- Fotos & Medien: Bilder von Kamera oder Smartphone übertragen, ordnen und einfach bearbeiten
- Alltag & Organisation: Kalender, Notizen und nützliche Programme einsetzen, Online-Dienste kennenlernen (z. B. Routenplanung, Einkaufen im Internet)
- Pflege & Wartung: Updates durchführen, Virenschutz, Ordnung im Dateisystem und Speicherplatzverwaltung

formation-ARC.Suisse

Kursleitung

Sabrina Canzano, SVEB 1 Kursleiterin, dipl. Betriebswirtschafterin HF, Führungsfachfrau FA, Leadership SVF und Management SVF, Verkaufsscoach, Coach Kaizen

Kursort

Travail.Suisse, Sitzungszimmer im Parterre, Hopfenweg 21, 3001 Bern

Adressatenkreis

Dieser Kurs richtet sich an Menschen ab 60 Jahren, die den Umgang mit ihrem PC oder Laptop von Grund auf erlernen und ihre Nutzung im Alltag sicherer, einfacher und komfortabler gestalten möchten. Eigener Laptop erforderlich inkl. Ladekabel. Kurs wird auf Microsoft Grundlagen durchgeführt.

Kosten

Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:

- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr
- SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

Für Nicht-Mitglieder: CHF 820.— (inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

An- und Abmeldung

Anmeldung: Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise bis zur Abmeldefrist. Ansonsten sind Anmeldungen möglich, solange das Anmeldeformular auf unserer Webseite geöffnet ist.

Abmeldung (ohne Kostenfolgen, danach wird der Kurs verrechnet): Bis spätestens am **Donnerstag, 20. August 2026** via **E-Mail** an arc@travailsuisse.ch.