



## **Digitales Empowerment für Frauen - Wege durch den digitalen Dschungel**

Digitale Medien benutzen wir heute fast alle. Die Möglichkeiten scheinen endlos. Oft wird vorausgesetzt, dass alle sich damit auskennen. Die Schnelligkeit digitaler Entwicklungen ist für uns eine große Herausforderung. In dieser Online-Workshop-Reihe, die über Zoom stattfindet, ist jede Frage willkommen, um unsere (digitalen) Kompetenzen zu stärken.

Gemeinsam wollen wir das angehen, denn wir finden: digital selbstbestimmt zu sein ist wichtig! In 5 Workshops schauen wir uns digitale Themen unseres Alltags an. Es geht darum, selbstbewusster im Umgang mit digitalen Medien zu werden – und dabei Spaß zu haben! In netter Runde gibt es jeweils einen Einstieg ins Thema und dann viel Raum für Fragen. Vorkenntnisse sind keine erforderlich und alle Fragen sind willkommen.

### **Zur Trainerin:**

Cordelia Moore ist Beraterin und Trainerin für Digitale Gewalt. Sie begleitet Menschen dabei, die eigenen digitalen Kompetenzen zu entdecken. Dabei geht es um digitale Selbstbestimmtheit, und auch um den Schutz vor Gewalt. Dafür trainiert sie Menschen im Umgang mit frauenfeindlichen Kommentaren im Netz. In einer Beratungsstelle unterstützt sie zudem Frauen, die von Cyberstalking betroffen sind.

### **1. Das eigene Handy | Dienstag, 25. Mai | 18.00 bis 19.00 Uhr**

Ein neues Handy – und nun? Warum kann es wichtig sein, das eigene Handy selbst einzurichten? Worauf muss man dabei achten? Im ersten Workshop schauen wir uns die Basis-Funktionen des Handys an und klären Grundbegriffe.

### **2. Messenger | Dienstag, 01. Juni | 18.00 bis 19.00 Uhr**

SMS werden heute kaum noch benutzt. Messenger gibt es inzwischen einige. Wie unterscheiden sie sich? Und worauf kann man achten, wenn man sicher Nachrichten verschicken will?

### **3. Passwörter | Dienstag, 15. Juni | 18.00 bis 19.00 Uhr**

Lange Passwörter gelten als sicherer. Doch das ist oft nicht alltagstauglich. Zusammen schauen wir uns an, welche Tricks und technischen Hilfsmittel es für sichere Passwörter gibt. Sicher und praktisch zugleich.

### **4. Privatsphäre im Netz | Dienstag, 22. Juni | 18.00 bis 19.00 Uhr**

Über Plattformen wie Facebook und Instagram können wir mit Freundinnen schreiben. Doch wie viel geben wir dabei von uns selber preis? Welche Daten werden von uns erfasst, wenn wir eine Seite im Internet aufrufen? Wir schauen uns an, wie man mit wenigen Klicks mehr Kontrolle über die eigenen Daten bekommt.

### **5. Fake News erkennen | Dienstag, 29. Juni | 18.00 bis 19.00 Uhr**

Was gerade in der Welt passiert bekommt man heute nicht mehr nur über Zeitungen mit. Nachrichten lesen wir auch in sozialen Netzwerken. Fake News, also falsche Nachrichten, sind weit verbreitet und nicht immer leicht zu erkennen. Wie kann das in einfachen Schritten trotzdem gelingen?

**Anmeldung:** Es ist möglich, sich zu einzelnen Workshops anzumelden oder zum Gesamtangebot. Frauenberatung Pinneberg: **04101 513147**

**Der Workshop ist kostenlos und wird durch eine Spende des Club Soroptimist International Pinneberg ermöglicht.**