



Altstätten	Computer Grundkurs Windows 11	126/301*
Kursdauer	Mo 02.02.2026 – Mo 16.03.2026	
Kurszeiten	08:30 – 11:30, 7 x 3 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Der Grundkurs Windows 11 bietet eine effektive und praxisnahe Einführung und zeigt den Umgang mit dem eigenen Laptop. Es werden grundlegende Techniken vorgestellt, mit denen man in kurzer Zeit den Desktop, Fenster und Apps bedienen lernt. Ebenso wird der Explorer, ein übersichtliches Werkzeug zur Dateien- und Ordnerverwaltung bearbeitet. Weitere Kursinhalte sind: Suchfunktionen, Windows individuell anpassen, wichtige Apps nutzen, mit dem Browser Microsoft Edge im Internet surfen und vieles mehr. Mit praktischen Übungen werden die Kenntnisse erlernt und vertieft.	
Kosten	CHF 396.00	
Anmeldung	Anmeldung erbeten bis Fr 23.01.2026	
Leitung	Rolf Eichler	
Buchs	Computer Einführungs-Kurs Windows 11	226/301*
Kursdauer	Mo 02.03.2026 – Mo 23.03.2026	
Kurszeiten	13:30 – 16:30, 4 x 3 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/301*	
Kosten	CHF 241.00	
Anmeldung	Anmeldung erbeten bis Fr 20.02.2026	
Leitung	Jakob Vorburger	
Sargans	Computer Einführungs-Kurs Windows 11	326/301*
Kursdauer	Di 03.03.2026 – Di 24.03.2026	
Kurszeiten	13:30 – 16:30, 4 x 3 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/301*	
Kosten	CHF 241.00	
Anmeldung	Anmeldung erbeten bis Fr 20.02.2026	
Leitung	Jakob Vorburger	

Sargans	Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt	326/302*
Kursdauer	Fr 23.01.2026 – Fr 30.01.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 2 x 1.5 Std.	
Kursort	Bürohaus St. Barbara, Rheinstrasse 4, Sargans	
Beschreibung	Künstliche Intelligenz (KI) ist ein faszinierendes Thema, das immer mehr in unserem Alltag vorkommt. In diesem Workshop werden die Teilnehmenden die Grundlagen der KI kennenlernen, einschliesslich ihrer Funktionsweise und der verschiedenen Anwendungen, die bereits heute verfügbar sind. Durch die Behandlung von Themen aus dem Alltag wird deutlich, wie KI unser Leben erleichtern kann. Die praktischen Übungen und anschaulichen Beispiele bieten eine Möglichkeit, einige Anwendungen direkt auszuprobieren und Fragen zu stellen. Am Ende des Workshops werden die Teilnehmenden ein Verständnis für Künstliche Intelligenz haben und Ideen, wie sie diese Technologie in ihrem Alltag nutzen können.	
Kosten	CHF 50.00	
Leitung	Urs Spirig	
Altstätten	Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt	 126/308*
Kursdauer	Fr 06.03.2026 – Fr 13.03.2026	
Kurszeiten	9:00 – 10:30, 2 x 1.5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/302*	
Kosten	CHF 50.00	
Leitung	Urs Spirig	
Buchs	Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt	 226/306*
Kursdauer	Do 19.03.2026 – Do 26.03.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 2 x 1.5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/302*	
Kosten	CHF 50.00	
Leitung	Urs Spirig	

Sargans	Fotobuch gestalten - leicht gemacht!	326/306*
Kursdauer	Di 21.04.2026 – Di 05.05.2026	
Kurszeiten	13:30 – 16:00, 3 x 2.5 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Der Traum vom Fotobuch - digitale Bilder lassen sich bequem in einem Fotobuch einbinden und gestalten. Die Kursteilnehmenden lernen auf dem eigenen Laptop (Windows 11) ein Fotobuch einfach und kreativ zu erstellen. Dies umfasst die Softwareinstallation (CEWE), die Vorbereitung der Bilder, die Gestaltung der Seiten sowie die Bestellung des fertigen Produktes im Internet. Zudem gibt es Hinweise auf die Möglichkeit der einfachen Bildbearbeitung und hilfreiche Tipps für z. B. die Fotokalenderbearbeitung.	
Kosten	CHF 200.00	
Anmeldung	Anmeldung erbeten bis Do 30.04.2026	
Leitung	Jakob Vorburger	
Sevelen	Smartphone Workshop	226/305*
Kursdauer	Mi 04.03.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
Kursort	Dreikönigssaal Sevelen, Hauptstrasse 69, Sevelen	
Beschreibung	Das Smartphone verbindet die Generationen. Am Anfang wirft die Bedienung des Smartphones Fragen auf. An diesem Nachmittag wird jede Seniorin und jeder Senior von einem Jugendlichen bei der Bedienung des Smartphones unterstützt. Ziel ist es, die mitgebrachten, individuellen Fragen zu bearbeiten. Die Kursteilnehmenden profitieren von den Kenntnissen der Jugendlichen und optimieren den Umgang mit dem eigenen Smartphone.	
Kosten	CHF 25.00	
Leitung	Martin Herren	
Heerbrugg	Smartphone Workshop	126/306*
Kursdauer	Mi 11.03.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
Kursort	Soziale Dienste Mittelhaut, Jugendnetzwerk, Widnauerstrasse 8, Heerbrugg	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/305*	
Kosten	CHF 25.00	
Leitung	Pascal Thaler	

Walenstadt	Smartphone Workshop	326/303*
Kursdauer	Mi 25.03.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
Kursort	Jugendraum Walenstadt, Schützenweg 4, Walenstadt	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/305*	
Kosten	CHF 25.00	
Leitung	Kai John	
Altstätten	Smartphone Workshop	126/303*
Kursdauer	Mi 29.04.2026	
Kurszeiten	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
Kursort	Jugendtreff Jugendegg (beim Josefsheim), Städlenstrasse 14, Altstätten	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/305*	
Kosten	CHF 25.00	
Leitung	Severin Meli	
Buchs	iPhone - Grundlagen kennen	 226/303*
Kursdauer	Mo 12.01.2026 – Mo 26.01.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	In diesem Kurs werden in angenehmer Atmosphäre und ohne Hektik die wichtigsten Funktionen des iPhones gezeigt. Basisfunktionen wie: Ein- und Ausschalten (inkl. Eingabe des PIN-Codes), Tastenfunktionen, direktes Telefonieren und Telefonanrufe entgegennehmen, Kontakte erstellen und verwalten, SMS- und WhatsApp-Nachrichten, Bilder und Anrufe versenden und empfangen, Fotos bearbeiten, sortieren und organisieren, Notfallpass einrichten und SOS-Funktion sicher nutzen, Internetseiten ansehen, Google-Maps: Routen planen, Orte finden und Verkehrsinformationen in Echtzeit nutzen. Ebenso werden nützliche Tipps und Tricks, die den Alltag unterstützen, gezeigt. Ziel ist es, mehr Sicherheit im Umgang mit dem iPhone als User zu bekommen.	
Kosten	CHF 120.00	
Leitung	Walter Hanselmann, Werner Keller	

Sargans	iPhone - Grundlagen kennen	 326/305*
Kursdauer	Mo 02.03.2026 – Mo 23.03.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
Kursort	Bürohaus St. Barbara, Rheinstrasse 4, Sargans	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/303*	
Kosten	CHF 120.00	
Leitung	Walter Hanselmann, Werner Keller	
Altstätten	iPhone - Grundlagen kennen	 126/307*
Kursdauer	Mo 20.04.2026 – Mo 04.05.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/303*	
Kosten	CHF 120.00	
Leitung	Walter Hanselmann, Werner Keller	
Sargans	Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile	326/304*
Kursdauer	Di 13.01.2026	
Kurszeiten	14:30 – 16:30, 1 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Die beste ÖV-Verbindung für die Reise finden oder gleich ein Billett über die App "SBB Mobile" am Smartphone kaufen. Im zweistündigen Kurs wird die App "SBB Mobile" als praktischer Reisebegleiter erklärt. Unter fachkundiger Anleitung wird Schritt für Schritt gezeigt, wie man einen Fahrplan abrufen oder bequem und einfach mit der App "SBB Mobile" ein Billett kauft. Im Kurs gibt es Gelegenheit das Gelernte selbstständig am eigenen Gerät anzuwenden und auftauchende Fragen mit den Kursleitenden gleich zu klären.	
Kosten	Der SBB Mobile-Kurs ist dank SBB kostenlos.	
Leitung	SBB-Mitarbeitende	

Altstätten	Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile	126/309*
Kursdauer	Fr 30.01.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:00, 1 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/304*	
Kosten	Der SBB Mobile-Kurs ist dank SBB kostenlos.	
Leitung	SBB-Mitarbeitende	
Buchs	Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile	226/304*
Kursdauer	Do 05.03.2026	
Kurszeiten	14:30 – 16:30, 1 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/304*	
Kosten	Der SBB Mobile-Kurs ist dank SBB kostenlos.	
Leitung	SBB-Mitarbeitende	
Altstätten	Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile	126/310*
Kursdauer	Di 10.03.2026	
Kurszeiten	14:30 – 16:30, 1 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 326/304*	
Kosten	Der SBB Mobile-Kurs ist dank SBB kostenlos.	
Leitung	SBB-Mitarbeitende	

Beschreibung	Die Computeria ist die Austauschplattform für Fragen rund um Notebook (Windows 10/11, Apple macOS), Tablets, Handys (Smartphones) mit Google Android und Apple iOS und dem Internet. Sind Sie Einsteigerin oder Einsteiger und haben Fragen rund um alle diese digitalen Helfer? Oder Sie haben schon Einiges an Wissen über Computer, Tablets, Handys und das Internet? Sie möchten dieses Wissen mit anderen teilen und erweitern? Dann laden wir Sie herzlich zur Computeria ein. In einer gemütlichen Gruppe können Sie Ihre Fragen mit anderen Seniorinnen und Senioren sowie fachkundigen Leitenden klären und gleich am eigenen Gerät umsetzen.
Kosten	Unkostenbeitrag CHF 5.00 pro Nachmittag
Teilnahme	Schauen Sie einfach einmal unverbindlich vorbei. Eine Anmeldung ist nicht nötig.
Mitbringen	Nehmen Sie Ihr digitales Gerät und kommen Sie zur Computeria. Alle Interessierten ohne Gerät sind ebenfalls herzlich willkommen.
Rheintal	
Leitung	Pius Calzaferri, Andreas Friedli, Rolf Kapp
Ort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten
Zeit	Jeweils Freitags von 14:00 bis 17:00 Uhr
Werdenberg	
Leitung	Hansueli Heeb, Walter Hanselmann, Max Grob, Wolfgang Klein, Werner Keller
Ort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs (3. Stock)
Zeit	Jeweils Freitags von 14:00 bis 16:00 Uhr, genaue Terminangaben finden Sie unter www.sg.prosenectute.ch > Kurse und Gruppen > Computer und IT, rechts bei Downloads und Dokumente.

