



Altstätten	<b>Computer Grundkurs Windows 11</b>	126/311
Kursdauer	Mo 05.10.2026 – Mo 16.11.2026	
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	Fr 25.09.2026	
Leitung	Rolf Eichler	
Buchs	<b>Computer Grundkurs Windows 11 kompakt</b>	226/313
Kursdauer	Mo 26.10.2026 – Mo 23.11.2026	
Kurszeiten	13:30 – 16:30, 5 x 3 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/311	
Kosten	CHF 292.00	
Anmeldung	Fr 16.10.2026	
Leitung	Jakob Vorbürger	
Sargans	<b>Computer Grundkurs Windows 11 kompakt</b>	326/314
Kursdauer	Di 27.10.2026 – Di 24.11.2026	
Kurszeiten	13:30 – 16:30, 5 x 3 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bahnhofpark 3, Sargans	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/311	
Kosten	CHF 292.00	
Anmeldung	Fr 16.10.2026	
Leitung	Jakob Vorbürger	

Altstätten	<b>Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt</b>	126/315
<b>Kursdauer</b>	Fr 23.10.2026 – Fr 30.10.2026	
<b>Kurszeiten</b>	09:00 – 10:30, 2 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
<b>Beschreibung</b>	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.	
<b>Kosten</b>	CHF 50.00	
<b>Leitung</b>	Urs Spirig	

Buchs	<b>Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt</b>	226/311
<b>Kursdauer</b>	Do 29.10.2026 – Do 05.11.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 15:30, 2 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/315	
<b>Kosten</b>	CHF 50.00	
<b>Leitung</b>	Urs Spirig	

Sargans	<b>Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt</b>	326/311
<b>Kursdauer</b>	Fr 06.11.2026 – Fr 13.11.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 15:30, 2 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Bürohaus St. Barbara, Rheinstrasse 4, Sargans	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/315	
<b>Kosten</b>	CHF 50.00	
<b>Leitung</b>	Urs Spirig	

Pfäfers	<b>Denken Maschinen? KI-Grundlagen einfach erklärt</b>	326/312
<b>Kursdauer</b>	Do 19.11.2026 – Do 26.11.2026	
<b>Kurszeiten</b>	09:00 – 10:30, 2 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Feuerwehrdepot, Bofelstrasse 3, Pfäfers	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/315	
<b>Kosten</b>	CHF 50.00	
<b>Leitung</b>	Urs Spirig	

Buchs	<b>Fotobuch gestalten - leicht gemacht!</b>	226/310
<b>Kursdauer</b>	Mo 07.09.2026 – Mo 21.09.2026	
<b>Kurszeiten</b>	13:30 – 16:00, 3 x 2.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
<b>Beschreibung</b>	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.	
<b>Kosten</b>	CHF 200.00	
<b>Anmeldung</b>	Fr 28.08.2026	
<b>Leitung</b>	Jakob Vorburger	

Altstätten	<b>Fotobuch gestalten - leicht gemacht!</b>	126/314
<b>Kursdauer</b>	Di 08.09.2026 – Di 22.09.2026	
<b>Kurszeiten</b>	13:30 – 16:00, 3 x 2.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 226/310	
<b>Kosten</b>	CHF 200.00	
<b>Anmeldung</b>	Fr 28.08.2026	
<b>Leitung</b>	Jakob Vorburger	

Heerbrugg	<b>Smartphone Workshop</b>	126/319
<b>Kursdauer</b>	Mi 16.09.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Soziale Dienste Mittelrheintal, Jugendnetzwerk, Widnauerstrasse 8, Heerbrugg	
<b>Beschreibung</b>	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.	
<b>Kosten</b>	CHF 25.00	
<b>Leitung</b>	Pascal Thaler	
Altstätten	<b>Smartphone Workshop</b>	126/313
<b>Kursdauer</b>	Mi 28.10.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Jugendtreff Jugendegg (beim Josefsheim), Städlenstrasse 14, Altstätten	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/319	
<b>Kosten</b>	CHF 25.00	
<b>Leitung</b>	Severin Meli	
Buchs	<b>Smartphone Workshop</b>	226/308
<b>Kursdauer</b>	Mi 11.11.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 15:30, 1 x 1.5 Std.	
<b>Kursort</b>	Jugendtreff, Churerstrasse 5, Buchs	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/319	
<b>Kosten</b>	CHF 25.00	
<b>Leitung</b>	Larissa Marxer	

Altstätten	<b>iPhone - Grundlagen kennen</b>	126/316
<b>Kursdauer</b>	Di 06.10.2026 – Di 27.10.2026	
<b>Kurszeiten</b>	14:00 – 16:00, 3 x 2 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
<b>Beschreibung</b>	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.	
<b>Kosten</b>	CHF 120.00	
<b>Leitung</b>	Walter Hanselmann	
Sargans	<b>iPhone - Grundlagen kennen</b>	326/313
<b>Kursdauer</b>	Mo 09.11.2026 – Mo 23.11.2026	
<b>Kurszeiten</b>	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
<b>Kursort</b>	Bürohaus St. Barbara, Rheinstrasse 4, Sargans	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/316	
<b>Kosten</b>	CHF 120.00	
<b>Leitung</b>	Walter Hanselmann	
Buchs	<b>iPhone - Grundlagen kennen</b>	226/312
<b>Kursdauer</b>	Di 17.11.2026 – Di 01.12.2026	
<b>Kurszeiten</b>	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
<b>Kursort</b>	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs	
<b>Beschreibung</b>	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/316	
<b>Kosten</b>	CHF 120.00	
<b>Leitung</b>	Walter Hanselmann	

Pfäfers	<b>iPhone - Grundlagen kennen</b>	<b>NEU</b> 326/315
Kursdauer	Do 03.12.2026 – Do 17.12.2026	
Kurszeiten	09:00 – 11:00, 3 x 2 Std.	
Kursort	Feuerwehrdepot, Bofelstrasse 3, Pfäfers	
Beschreibung	Kursbeschreibung siehe Kurs Nr. 126/316	
Kosten	CHF 120.00	
Leitung	Walter Hanselmann	

Altstätten	<b>Fahrplanabfrage und Billettkauf mit SBB Mobile</b>	126/318
Kursdauer	Mi 28.10.2026	
Kurszeiten	14:30 – 16:30, 1 x 2 Std.	
Kursort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten	
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	

DigitalTREFF Werdenberg



Beschreibung	Der DigitalTREFF der Pro Senectute bietet Seniorinnen und Senioren Unterstützung im Umgang mit Handy, Tablet, Notebook, Internet und KI und weiteren digitalen Themen. Teilnehmende erhalten Hilfe bei alltäglichen digitalen Aufgaben, wie dem Kauf eines ÖV-Tickets, dem Einrichten von Apps, dem Bezahlen von Parkplätzen per App, dem Laden von Fotos auf den PC oder PC-Updates.  Die Besuchenden unterstützen sich gegenseitig, und digital versierte Leitende stehen bei Fragen mit Rat und Tat zur Verfügung. Der DigitalTREFF fördert einen sicheren und selbstständigen Umgang mit digitalen Geräten und erleichtert die soziale Teilhabe im Alltag.
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 zum DigitalTREFF. Alle Interessierten ohne Gerät sind ebenfalls herzlich willkommen.

**Rheintal**

Leitung	Pius Calzaferri, Rolf Kapp
Ort	Pro Senectute, Bildstrasse 5, Altstätten
Zeit	Jeweils Freitags von 14:00 bis 16:00 Uhr

**Werdenberg**

Leitung	Hansueli Heeb, Walter Hanselmann, Wolfgang Klein, Werner Keller
Ort	Pro Senectute, Bahnhofstrasse 29, Buchs (3. Stock)
Zeit	Jeweils Freitags von 14:00 bis 16:00 Uhr

Der QR-Code bringt Sie direkt zum Kursangebot mit weiteren Infos auf unserer Website.

