



Wer versendet meine E-Mails?

Digitale Technologien bieten älteren Menschen viele Vorteile: Sie erleichtern den Kontakt zu Familie und Freundeskreis; sie sorgen für schnellen Zugang zu Unterhaltung, Bildung und Kultur; sie unterstützen Unabhängigkeit und Mobilität. In der Inforeihe „Digitales kurz und bündig“ stellen wir digitale Geräte und Anwendungen vor, liefern kurze Erklärungen und laden zum Entdecken und Ausprobieren ein. Auch Älteren ohne oder mit nur geringen Erfahrungen soll der Einstieg in die digitale Welt gelingen – das ist unser Ziel.

1971 versendete der Informatiker Ray Tomlinson die erste E-Mail der Geschichte. Wussten Sie, dass diese Technologie bereits so alt ist? Alt, aber keineswegs aus der Mode! E-Mails liegen in Nutzungsstatistiken noch deutlich vor anderen Internetdiensten wie sozialen Netzwerken und Online-Nachschlagewerken wie Wikipedia. Obwohl WhatsApp & Co. viele Aufgaben von E-Mails übernommen haben, bleibt eine eigene Adresse wichtig, z. B. für die Kommunikation mit Behörden und Online-Shopping. Wir nennen Ihnen ein paar Anbieter, bei denen Sie eine eigene E-Mail-Adresse erhalten. Viel Spaß beim Lesen und Schreiben „elektronischer Briefe“!



QR-Code zur
Internetseite:



Gmail – weltweit die Nr. 1

Google bietet mehr als die Suchmaschine, darunter das kostenlose E-Mail-Konto Google-Mail (oder Gmail). Das Postfach verfügt mit 15 Gigabyte (GB) über viel Speicherplatz. Anhänge dürfen bis zu 25 Megabyte (MB) groß sein. Noch größere Dateien lassen sich in den Datenspeicher Google Drive laden, sodass Sie einfach einen Link zum Download versenden können. Der Schutz gegen unerwünschte Nachrichten (Spam) funktioniert gut.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

Ein Google-Konto erlaubt über Gmail hinaus die Nutzung weiterer Dienste, z. B. die Microsoft-Office-Alternative Google Docs.

Internetseite: www.google.com/gmail



QR-Code zur
Internetseite:



GMX – der deutsche Platzhirsch

Die Rechenzentren von GMX (und auch Web.de) stehen in Deutschland und unterliegen damit strengen Datenschutzrichtlinien. Die Verschlüsselung sichert E-Mails vor dem Zugriff Unbefugter. Das werbefinanzierte Angebot besteht aus 1 GB für das Postfach sowie einem Datenspeicher von 2 GB. 5 GB zusätzlicher E-Mail-Speicher kosten 3,99 Euro und 10 GB 6,49 Euro monatlich. Dafür fallen auch die Werbeeinblendungen weg. Das Limit für E-Mail-Anhänge beträgt 20 MB.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

GMX punktet mit hohen Sicherheitsstandards. Zudem ist die App gut strukturiert und einfach bedienbar.

Internetseite: www.gmx.net



QR-Code zur
Internetseite:



Microsoft Outlook – für E-Mails und Termine

Viele kennen Outlook aus ihrem Arbeitsalltag. Weitaus weniger wissen, dass es auch eine kostenlose Version für den Privatgebrauch gibt. Nutzende erhalten 15 GB Speicherplatz sowie weitere 5 GB im Datenspeicher OneDrive. E-Mail-Anhänge bis zu 20 MB sind zulässig. Praktisch sind auch der Outlook-Kalender, mit dem sich Termine gut organisieren lassen, sowie die integrierte Kontaktverwaltung.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

Outlook ist weit verbreitet und sehr bekannt. Das macht den Einstieg leicht.

Internetseite: www.microsoft.com/de-de/microsoft-365/outlook

Mail.de – sicher ist sicher

Sicherheit spielt bei Mail.de eine zentrale Rolle. Die Server stehen in Deutschland. Der E-Mail-Versand erfolgt verschlüsselt. Ein leistungsfähiger Spam- und Virenfilter schützt das Postfach. In der Gratisversion beträgt der Speicher 2 GB. Das Sendelimit liegt bei 50 E-Mails/Tag. Wer mehr speichern und versenden (sowie die Werbung ausschalten) möchte, kann ein Abo ab 1,99 Euro monatlich wählen.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

Mail.de trägt als einziger Kostenlos-Anbieter das IT-Sicherheitskennzeichen des Bundesamts für Sicherheit in der Informationstechnik.

Internetseite: www.mail.de

ProtonMail – der „Schweizer Tresor“

Bei diesem E-Mail-Dienst steht die Privatsphäre an oberster Stelle. Die Ende-zu-Ende-Verschlüsselung schützt alle Daten vor Unbefugten. Sogar ProtonMail selbst erfasst keine Aktivitäten und Inhalte. Es gibt ein kostenloses, werbefreies E-Mail-Konto mit 500 MB Speicherplatz. Finanziert wird dieses Angebot durch kostenpflichtige Abos ab 3,99 Euro/Monat, die zusätzliche Funktionen und mehr Speicherplatz bieten.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

ProtonMail ist eine gute Wahl für alle, denen der Schutz ihrer Privatsphäre besonders wichtig ist.

Internetseite: www.proton.me/de

Posteo – die grüne Alternative

Der deutsche E-Mail-Anbieter setzt auf Datenschutz, Werbefreiheit und Nachhaltigkeit. Für 1 Euro im Monat erhalten Nutzende 2 GB Speicherplatz. Jedes zusätzliche GB kostet 25 Cent. E-Mails lassen 50 MB große Anhänge zu. Für die Anmeldung sind keine personenbezogenen Daten erforderlich: Bezahldaten und E-Mail-Postfächer sind streng getrennt. Der Strom für Server und Geschäftsräume stammt aus Wind- und Wasserkraft.

Darum sollten Sie dieses Angebot ausprobieren:

Wer Privatsphäre, Klimaschutz und Werbefreiheit wichtig findet, sollte Posteo ernsthaft in Erwägung ziehen.

Internetseite: www.posteo.de

So rufen Sie QR-Codes auf:

1. Aktivieren Sie die Smartphone-Kamera.
2. Halten Sie die Kamera über den QR-Code.
3. Jetzt auf den angezeigten Link gehen.

Bei älteren Smartphones benötigen Sie ggf. eine QR-Code-Scanner-App.



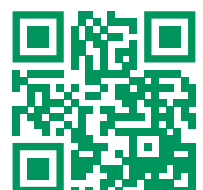
QR-CODE ZUR
Internetseite:



QR-Code zur
Internetseite:



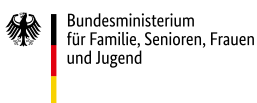
QR-Code zur
Internetseite:



„Von wegen zu alt, zu wenig technische Erfahrung. Den Mut hier mitzumachen hatte ich und die Zuversicht, dass ich es schaffe! Der Kurs ist eine Bereicherung für mein Leben und meine Familie bescheinigt mir, dass ich wieder so fröhlich wie früher bin. Mir geht es richtig gut.“

Almuth F., Teilnehmerin des interkulturellen Nachbarschaftsnetzwerks 55plus in Moers Meerbeck

Gefördert vom:



Über den DigitalPakt Alter

Der DigitalPakt Alter ist eine Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen. Die Initiative stärkt die gesellschaftliche Teilhabe und das Engagement Älterer in unserer digitalisierten Welt. Dabei setzt sie auf eine Vielzahl an niedrighschwelligem Angeboten vor Ort, die Erfahrungsorte sowie ein starkes Bündnis von Partnern aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft.

Über die Erfahrungsorte des DigitalPakt Alter

Erfahrungsorte sind lokale Initiativen und Projekte, zu denen Sie mit Ihren Problemen und Fragen rund um Smartphone, PC und Digitales gehen können. Einige Initiativen sind auch mobil, kommen zu Ihnen nach Hause oder sind in Einrichtungen unterwegs. Betreut werden viele Erfahrungsorte von Ehrenamtlichen, die selbst zu den älteren Generationen gehören. Aber auch jüngere Generationen sind aktiv und helfen bei alltäglichen Problemen mit digitalen Themen. Finden Sie den Erfahrungsort in Ihrer Nähe unter www.digitalpakt-alter.de.

Herausgeber:

DigitalPakt Alter
BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e.V.

Redaktion: Aleksandar Soric

Layout: Nadine V. Kreuder

Druck: wirmachendruck.de

Bildnachweis: S. 1: DDRockstar | stock.adobe.com

Wir stellen bekannte und besondere Apps vor. Da sich diese mit der Zeit ändern können, achten Sie auf Änderungen der Kosten, Datenschutzhinweise und AGBs.