

## WELCHES SMARTPHONE IST FÜR ÄLTERE MENSCHEN DAS RICHTIGE?

	Doro Liberto 810	emporia ESSENCE- plus	Motorola Moto E	Honor 3C	Samsung Galaxy S6 Edge	iPhone 6s Plus
<b>Betriebs- system</b>	Android 4.1	eigenes	Android 5.0	Android 4.2	Android 5.0	Apple iOS
<b>Notruf- taste</b>	✓	✓	(✓)	-	(✓)	-
<b>Vorlese- funktion</b>	-	-	(✓)	(✓)	(✓)	✓
<b>GPS</b>	✓	-	✓	✓	✓	✓
<b>Sturz- erkennung</b>	-	-	-	-	-	-
<b>Hörgeräte- kompatibel</b>	(✓)	✓	✓	(✓)	(✓)	✓

✓ vorhanden    (✓) eingeschränkt vorhanden, ggf. Beratung anfordern    - nicht vorhanden

## HILFREICHE TECHNISCHE FUNKTIONEN

Manche Smartphone-Funktionen, wie etwa eine leicht aktivierbare Notruf-Taste, sind für ältere Menschen besonders sinnvoll. Dazu muss das Smartphone auch die passende technische Grundausstattung mitbringen, denn diese Funktionen lassen sich nur eingeschränkt nachrüsten. Daher sollten Sie sich bereits vor dem Handykauf darüber klar werden, welche Ausstattung Ihr Smartphone auf jeden Fall mitbringen sollte.

### NOTRUF-FUNKTION

Ganz zentral zum Schutz Ihrer Sicherheit ist die Notruf-Funktion: In Notfallsituationen sollte Ihr Handy die Möglichkeit bieten, schnell und unkompliziert Ihre Angehörigen oder po-

tenzielle Retter zu alarmieren. Typische Seniorenhandys sind daher mit einer Notruftaste ausgestattet, die in der Regel auf der Rückseite des Handys sitzt. Zum Auslösen müssen Sie die Taste meist entweder sehr lange drücken (3 Sekunden) oder gleichzeitig einen zweiten Knopf bedienen – dies soll verhindern, dass versehentlich ein Notruf abgesetzt wird. Manchmal liegt die Notfalltaste daher auch unter einer Schutzklappe, die Sie zuerst öffnen müssen.

Was bei einem Notruf passiert, ist unterschiedlich und bei vielen Handys individuell einstellbar: Entweder es wird eine SMS an eine oder mehrere festgelegte Nummern versandt oder direkt angerufen und die Freisprech-Funktion eingeschaltet. Manchmal passiert auch beides gleichzeitig. Hebt niemand nach einigen Minuten ab, rufen manche Handys automatisch die 112 an. Informieren Sie sich in jedem Fall vorher, ob und wie Sie mit dem Handy Ihrer Wahl einen Notruf absetzen können.

## **TIPP**

Auch bei normalen Smartphones ohne separaten Knopf lässt sich meist eine ähnliche Funktion nachrüsten (z.B. über eine spezielle Notruf-App), die dann aber über den Bildschirm des Smartphones zu bedienen ist.

## **GPS-ORTUNG**

Die GPS-Ortung ermöglicht es, genau zu verfolgen, an welchem Ort sich das Handy gerade befindet. Manche Handys schicken zum Beispiel bei einer Notfall-SMS automatisch die GPS-Koordinaten mit. Das ist nicht nur im Notfall entscheidend, sondern auch, wenn Sie sich einmal verirrt oder schlicht Ihr Handy verloren haben. Ein Angehöriger kann es dann ganz einfach orten und ihm wird auf einer virtuellen Karte der Standort des Handys angezeigt. Damit das im Notfall schnell und einfach klappt, sollten Sie diese Funktionen im Vorfeld zusammen entsprechend einrichten und testen. Aber auch für den alltäglichen Gebrauch kann GPS nützlich sein, zum Beispiel, wenn Sie sich in einer fremden Stadt orientieren wollen. Ihr Smartphone zeigt dann auf einem virtuellen Stadtplan an, wo Sie sich gerade befinden, und kann Sie sogar zum Ziel Ihrer Wahl navigieren.

## **HÖRGERÄTE-KOMPATIBILITÄT**

Wenn Sie ein analoges Hörgerät tragen, kann es passieren, dass es beim Telefonieren zu Rückkoppelungen und Nebengeräuschen kommt. Die genaue Information, inwiefern ein Handy mit bestimmten Hörgeräten kompatibel ist, versteckt sich in der Regel hinter der

Angabe HAC (engl. Hearing Aid Compatibility = Hörgeräte-Kompatibilität). Dabei wird unterschieden in:

- das M-Rating für die Kompatibilität mit Hörgeräten ohne Induktionsspule sowie
- das T-Rating für die Kompatibilität mit Hörgeräten mit Induktionsspule.

Nach dem zugehörigen Prüfverfahren (FCC) erhalten die Mobiltelefone dann Bezeichnungen wie M3, M4, M3/T3 oder M4/T4. Handys mit der Auszeichnung M4/T4 sind am besten kompatibel mit beiden Hörgeräte-Typen. Wenn Sie ein digitales Hörgerät tragen, müssen Sie sich darüber allerdings keine Gedanken machen – in der Regel gibt es hier keine Kompatibilitätsprobleme. Sollten Sie sich unsicher sein, welche Art von Hörgerät Sie tragen und welches Mobiltelefon dazu passt, lassen Sie sich am besten von Ihrem Hörgeräte-Akustiker dazu beraten.

Wenn Sie ein geschädigtes Gehör haben, sollten Sie zudem darauf achten, dass der Klingelton sich ausreichend laut einstellen lässt. Bei Seniorenhandys lassen sich oft auch Vibrations- und Leuchtfunktionen bei Anruf aktivieren. (Diese Servicefunktion ist auch beim iPhone möglich)

## **PRAKTISCHE APPS FÜR DEN ALLTAG**

Apps sind kleine Programme für Ihr Smartphone, die die verschiedensten Funktionen haben: Sie können damit kommunizieren, navigieren, spielen, Online-Nachrichten lesen und vieles mehr. Je nach Smartphone sind einige Apps schon von Anfang an installiert und es gibt unzählige, die Sie selbst auf Ihr Handy laden können. Das funktioniert je nach Betriebssystem über den App Store (iOS), den Google Play Store (Android) oder den Windows Phone Store (Windows Phones). Diese „App-Läden“ können Sie über das entsprechende Symbol auf Ihrem Smartphone betreten, um dort nach Apps zu stöbern oder gezielt zu suchen (s. Kap. 4). Nicht jede App ist für jedes Betriebssystem verfügbar; es gibt jedoch eine Reihe von praktischen Apps, die Sie auf jeden Fall kennen sollten.

### **BIG LAUNCHER**

Der BIG Launcher ist eine App speziell für Android- Handys, die auf der Benutzeroberfläche gründlich aufräumt. Anstelle von kleinteiligen Icons sind hier große, leicht erkennbare Symbole in Kacheloptik auf dem Startbildschirm angeordnet.

Auch Ziffernblatt und Schriftgröße sind groß und einfach zu lesen. Die Menüführung lässt sich durch den BIG Launcher auf das Wesentliche reduzieren. Besonders praktisch: In der App ist eine individualisierbare Notruf-Funktion enthalten. Im Unterschied zu einem separaten Notrufknopf müssen Sie diese jedoch mit Fingertipp auf das SOS-Icon aktivieren. So kann auch ein High-End- Gerät mit dieser App zu einem leicht bedienbaren Smartphone für Senioren werden. Das hat allerdings seinen Preis: Mit 10 Euro ist der BIG Launcher eine verhältnismäßig teure App.

## WHATSAPP

Während Kurznachrichten von Handy zu Handy ursprünglich per SMS verschickt wurden, erledigen viele Smartphone-Nutzer das heute via WhatsApp.

Einmal installiert, lassen sich mit dem Messenger-Programm kostenlos Textnachrichten und sogar Bilder sowie kurze Videos hin- und herschicken. Es sind auch Gruppengespräche möglich, zum Beispiel, wenn Sie eine Verabredung mit mehreren Personen arrangieren möchten. Diese müssen dann allerdings auch mit Smartphone und WhatsApp ausgestattet sein. Die App gibt es für alle gängigen Betriebssysteme. Sie ist im ersten Jahr gratis und kostet danach 0,89 Euro im Jahr.

## SKYPE

Skype ist optimal, wenn Sie Freunde und Verwandte regelmäßig sehen wollen, die weit entfernt wohnen oder auf Reisen sind. Mit Skype können Sie Ihr Gegenüber beim Telefonieren per Video-Übertragung sehen – und umgekehrt.

Auch Gruppengespräche sind möglich. Ergänzend können Sie über die App zudem Textnachrichten verschicken. Voraussetzung ist nur, dass sowohl Sie als auch Ihr Gesprächspartner Skype installiert haben. Auch auf dem Computer lässt sich das Programm ebenso installieren, sodass auch Gespräche von PC zu Smartphone und umgekehrt möglich sind. Skype ist kostenlos für Android, iOS und Windows Phone erhältlich.

## MEDISAFE MEDICATION ERINNERUNG

Mit dem Alter steigt oft die Menge der gesundheitlichen Probleme und der einzunehmenden Medikamente. Wenn einige Arzneimittel mehrmals täglich in unterschiedlichen Dosierungen, andere nur jeden zweiten Tag eingenommen werden sollen, verliert man schnell den Überblick. Eine nützliche Hilfestellung bietet hier die App „MediSafe Medication Erinnerung“. In diesem kleinen Programm können Sie all Ihre Medikamente eintragen. Es erinnert Sie dann jeden Tag daran, welche Tabletten, Kapseln, Tropfen oder Injektionen morgens, mittags, abends und nachts an der Reihe sind. Sie können sich auch daran erinnern lassen, sich ein neues Rezept ausstellen zu lassen, wenn absehbar ist, dass ein Arzneimittel zur Neige geht. Die App ist kostenlos für iOS und Android erhältlich.

## DIE WAHL DES RICHTIGEN VERTRAGES

Grundsätzlich gibt es zwei Tarifmodelle, zwischen denen Sie wählen können:

Prepaid-Tarife (engl. pre-paid = im Voraus bezahlt), bei denen Sie regelmäßig ein Guthaben auf Ihr Handy laden und dann verbrauchen

Nutzungsverträge, bei denen der Mobilfunkanbieter jeden Monat eine bestimmte Summe abbucht – abhängig von Ihrem Verbrauch und den jeweiligen Konditionen

Beide Modelle haben Vor- und Nachteile und können für Sie unterm Strich die bessere Wahl sein. Dies hängt wiederum ganz davon ab, wie intensiv und zu welchem Zweck Sie Ihr Smartphone nutzen möchten.

Grundsätzlich sollten Sie sich jedoch folgende Fragen beantworten:

Wie hoch sind die monatlichen Kosten?

Gilt der genannte Preis für die ganze Vertragslaufzeit?

Wie viele Gesprächsminuten sind in dem Paket enthalten oder handelt es sich um eine Flatrate?

Sind SMS kostenlos, enthalten oder kostenpflichtig?

Wie viel Datenvolumen wird zur Verfügung gestellt?

Welche Kosten fallen bei Auslandsgesprächen an?

Lohnt sich der Vertrag für mich, wenn ich das Handy viel/wenig nutze?

Gibt es kostengünstigere Alternativen und Anbieter?

## SO MACHEN SIE IHR SMARTPHONE BEREIT FÜR DIE NUTZUNG

Wenn Sie Ihr Handy auspacken, liegt in aller Regel ein Benutzerhandbuch bei, das Ihnen den Aufbau und die Funktionen Ihres Geräts Schritt für Schritt erklärt. Dieses sollten Sie auf jeden Fall aufheben, denn jedes Modell hat seine eigenen Besonderheiten.

Um grundsätzlich einsatzfähig zu sein, braucht Ihr Smartphone zunächst zweierlei: Eine SIM-Karte und einen ausreichend geladenen Akku. Bei einigen Geräten ist der Platz für die SIM-Karte unter dem Akku verborgen, sodass Sie zuerst die Gehäuseabdeckung an der Rückseite abheben und den Akku herausnehmen müssen, um die SIM-Karte einzulegen. Bei anderen gibt es einen dezenten Schlitz an der Seite, in den Sie die SIM-Karte einschieben können. Oft brauchen Sie ein kleines, spitzes Werkzeug, um den Kartensteckplatz zu öffnen oder die SIM-Karte wieder herauszubekommen. Falls das bei Ihrem Smartphone der Fall ist, liegt es in der Verpackung bei. Wie genau Sie den Akku und die SIM-Karte bei Ihrem Gerät einsetzen, verrät das Benutzerhandbuch.

Sobald das geschafft ist, schließen Sie Ihr Smartphone an den Strom an. Ein passendes Ladekabel ist normalerweise im Lieferumfang enthalten. An der Anzeige auf dem Display können Sie den Ladestand ablesen. Lassen Sie den Akku am besten einmal voll aufladen, bevor Sie Ihr Handy richtig einschalten. Je nach Gerät kann das ein paar Stunden dauern. Dann geht es los: Betätigen Sie den Anschaltknopf. Bei vielen Modellen müssen Sie diesen ein bis zwei Sekunden lang gedrückt halten, um das Smartphone einzuschalten.

## GRUNDSÄTZLICHES ZUR BEDIENUNG

Aktuelle Smartphones sind in der Regel mit einem Touchscreen ausgestattet; das bedeutet, dass es nur wenige Tasten am Gerät selber gibt (z.B. An-/Aus-Schalter, Lautstärkeregelung) und Sie das eingeschaltete Handy größtenteils mit Berührungen des Displays bedienen. Fast alle Geräte verfügen über eine Art „Home“-Button, der sich mittig unterhalb des Displays befindet. Bei HTC sieht dieser aus wie ein kleines Häuschen, bei den verschiedenen iPhones ist es einfach ein runder Knopf, bei der Samsung-Galaxy-Reihe ist es ein Schalter in Form eines abgerundeten Rechtecks. Auch Windows Phones haben einen Home-Button in Form des Windows-Symbols (vier Fensterkacheln). Mit dieser Taste kommen Sie immer wieder auf direktem Weg auf den Startbildschirm („Homescreen“).

Der Homescreen erscheint in der Regel, sobald Sie das Handy einschalten und ist der Ausgangspunkt für seine Bedienung, ähnlich wie der Desktop auf Ihrem Computer. Sie können Ihren persönlichen Homescreen weitgehend individuell gestalten: Hier sollten später die Funktionen und Apps liegen, die Sie besonders häufig brauchen oder die in einem Notfall schnell aufrufbar sein müssen. Grundsätzlich starten Sie eine App oder eine Funktion, indem Sie einmal auf das zugehörige Symbol tippen – dann öffnet sich eine neue Seite.

Am oberen Rand des Bildschirms findet sich in der Regel eine Statusleiste. Hier können Sie den Akkustand Ihres Handys ablesen und sehen, wie gut Ihr Empfang gerade ist. Dazu wird angezeigt, welche Art von Netzempfang Sie aktuell haben (z.B. GPRS oder 3G) oder ob Sie mit einem WLAN-Netz verbunden sind. Symbol: 

Wenn Sie sich auf einer Seite (z.B. im Menü oder im Adressbuch) befinden, die länger als der Bildschirm ist, können Sie Ihre Ansicht nach oben oder unten bewegen. Beim Computer hat sich für dieses Verschieben von Bildschirminhalten das Wort „scrollen“ (von engl. to scroll) eingebürgert. Während hier häufig das kleine Rad an der Maus zum Einsatz kommt, funktioniert das „Scrollen“ am Smartphone in aller Regel, indem Sie mit dem Finger von unten nach oben oder oben nach unten schieben.

Oft wird zugleich – wie auch beim Computer – ein sogenannter Scroll-Balken am rechten Rand angezeigt, sodass Sie die Länge der Seite einschätzen können. Gibt es innerhalb eines Menüs oder einer Anwendung hingegen mehrere einzelne Seiten, können Sie mit Wischbewegungen nach rechts und links „blättern“. Diese Grundlagen der Bedienung sind bei allen Smartphones und auch Tablet-PCs ähnlich und gehen, sobald Sie sich einmal daran gewöhnt haben, ganz intuitiv von der Hand.

Wenn Sie Ihr Smartphone längere Zeit nicht bedienen, schaltet sich in der Regel der Sperrbildschirm ein. Möchten Sie Ihr Smartphone jetzt wieder nutzen, müssen Sie meist eine vier- bis sechsstellige Nummer eingeben, die Sie zuvor bei der Einrichtung selbst festgelegt haben. In den Einstellungen Ihres Smartphones lässt sich diese Nummer ändern. Inzwischen gibt es bei einigen Modellen auch Alternativen zur Sperrnummer – zum Beispiel eine Fingerabdruck-Erkennung oder ein bestimmtes Muster, das Sie mit dem Finger über ein Raster auf dem Bildschirm zeichnen.

## APPS KAUFEN: WIE FUNKTIONIERT DAS?

Die Stores der einzelnen Betriebssysteme – der iOS App Store, der Google Play Store bei Android und der Windows Phone Store – sehen selbst zunächst aus wie Apps, die Sie über einen Fingertipp öffnen. Hier können Sie gezielt nach Apps suchen oder sich inspirieren lassen, welche Applikationen gerade neu oder besonders beliebt sind (s.u.).



Einige Apps sind dabei grundsätzlich kostenlos, andere können Sie durch sogenannte In-App-Käufe nach dem Herunterladen noch erweitern. Da- durch lassen sich zum Beispiel Werbeschaltungen innerhalb der App aus- blenden oder mehr Funktionen freischalten. Zu- dem gibt es Apps, die bereits beim Herunterladen Geld kosten. In der Regel sind dies klei- nere Beträge im einstelligen Euro-Bereich.

Um kostenpflichtige Apps zu kaufen, haben Sie mehrere Möglichkeiten. Die Bezahloptio- nen, für die Sie sich entscheiden, sind normalerweise mit Ihrem Nutzerkonto (Google-Kon- to, Apple-ID oder Microsoft-Konto) verknüpft, sodass Sie sie nicht immer wieder einstellen müssen. Am einfachsten funktioniert dies mit einer Kreditkarte (z.B. Visa, MasterCard oder American Express). Ähnlich funktioniert die Bezahlung über PayPal, ein Programm speziell für Online- Zahlungen, das Sie auch mit einem normalen Girokonto verknüpfen können.

Alternativ können Sie Ihr „App-Konto“ aber auch immer wieder mit Guthabekarten auffül- len. Diese gibt es für alle drei Stores zu kaufen, zum Beispiel in Supermärkten, Drogerien und Elektromärkten – meist in Kassen- nähe. Zum Teil ist es auch möglich, kostenpflichtige Apps über die normale Mobilfunkrechnung zu bezahlen. Wenden Sie sich für diese Option am besten direkt an Ihren Mobilfunkanbieter.