

# Digitale Welt für Einsteiger

A smiling senior woman with short grey hair, wearing a red and white striped shirt, holds a smartphone in her hands, looking at the screen. She is positioned in the center of the frame. To her left is a large reproduction of Vincent van Gogh's self-portrait, with a small inset image and the text "Selbstbildnis Vincent van Gogh". To her right is a reproduction of Johannes Vermeer's painting "Dienstmagd mit Milchkrug", with a small inset image and the text "Dienstmagd mit Milchkrug Johannes Vermeer". Above her is a digital interface with the text "Willkommen im Rijksmuseum!". In the bottom left corner, there is a blue circular graphic containing the text "Kultur, Gesundheit, Genuss u.v.m.".

# Geniale Apps für Senioren

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>4 Apps installieren und Smartphone anpassen</b>	46	Swim Coach	82	Meet5
	48	Ratiopharm Rückenschule	84	Zweisam.de
5 So installieren und verwalten Sie Ihre Apps				
7 Apps auf dem iPhone				
11 Apps auf dem Android-Smartphone				
15 Speicher voll? So geben Sie Speicherplatz frei				
18 So passen Sie Ihr Smartphone optimal an				
24 Datenschutz				
<b>26 Alltagshelfer</b>	51	Ihr Smartphone als Gesundheitshelfer	87	Entspannt im Urlaub mit dem Smartphone
27 Leichter leben mit dem Smartphone	52	Mediteo	88	Urlaubsgruss
28 Bring	54	CallmyApo	90	Yelp
30 KaufDa	56	Kry	92	Google Translate
32 Ebay Kleinanzeigen	58	Erste Hilfe DRK	94	Reise + Geld
34 Mytime.de	60	BKK VBU Hausmittel		
36 Post & DHL	62	116117.app		
<b>38 Fitness</b>	<b>64 Mobilität und Reiseplanung</b>			
39 Gesund und fit bleiben mit dem Smartphone	65	Unterwegs mit dem Smartphone	97	Clever wandern mit dem Smartphone
40 Gymondo	66	Citymapper	98	Outdooractive
42 Schrittzähler	68	Omio	100	WarnWetter
44 Tägliche Senioren Fitness	70	Free Now	102	Flora Incognita
	72	Lambus	104	Strava
	74	Blablacar		
<b>76 Kontakte und Kommunikation</b>				
	77	Neue Leute kennenlernen mit dem Smartphone	106	<b>Kochen und Genuss</b>
	78	Jitsi Meet	107	Mehr Spaß in der Küche mit dem Smartphone
	80	Nebenan.de	108	Saisonkalender
			110	Foodahoo
			112	Vivino
			114	Gewürz-App
			116	KptnCook

# 36

Briefe ohne Briefmarke frankieren, Pakete von zu Hause abholen lassen und Postfilialen finden: Dabei hilft die App Post & DHL.

# 52

An die rechtzeitige Einnahme Ihrer Medikamente erinnert Sie die App Mediteo.

# 132

Durch weltberühmte Museen streifen: Das geht mit Google Arts & Culture.

## 118 Finanzen

- 119 Finanzen im Blick behalten mit dem Smartphone
- 120 Scalable
- 122 Aboalarm
- 124 Sparkasse
- 126 Monefy
- 128 EnergieCheck

## 130 Kunst und Kultur

- 131 Kultur genießen mit dem Smartphone
- 132 Google Arts & Culture
- 134 Amazon Prime Video
- 136 Mubi
- 138 Onleihe
- 140 Librivox
- 142 Poesi

## 144 Medien und Informationen

- 145 Immer auf dem Laufenden mit dem Smartphone
- 146 Flipboard
- 148 Onvista
- 150 ARD Mediathek
- 152 ARD Text
- 154 RadioFM

## 156 Hobbys und Kreativität

- 157 Freizeit genießen mit dem Smartphone
- 158 Cewe
- 160 Adobe Photoshop Express
- 162 VSCO
- 164 Gartenplaner
- 166 Autodesk SketchBook
- 168 Discogs

## 170 Smartwatch: Nicht nur für Sportler

- 171 Warum eine Smartwatch?

## 174 Stichwortverzeichnis

# Apps installieren und Smartphone anpassen

Wir erklären Ihnen, wie Sie Apps unter Android und iOS installieren und worauf Sie bei der Auswahl achten sollten. Und wir zeigen Ihnen, wie Sie mit wenigen Schritten nicht nur die Schrift, sondern auch die Größe von Bedienelementen nach eigenem Bedarf einstellen. Es gibt sogar noch einige weitere nützliche Bedienungshilfen.

# So installieren und verwalten Sie Ihre Apps



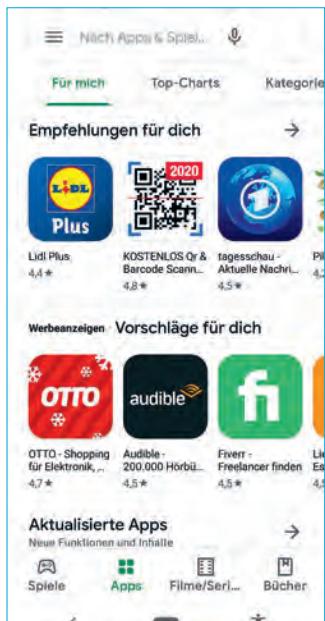
**Wenn Sie Ihr Smartphone** das erste Mal starten, sind auf dem Gerät bereits zahlreiche Apps vorinstalliert. Es gibt eine App für Unterhaltungen (Chats), einen Webbrower für das Surfen im Internet, aber auch zahlreiche kleine Programme, mit denen Sie etwa Musik abspielen, einen Taschenrechner simulieren oder die Taschenlampenfunktion Ihres Smartphones nutzen können. Viele Anwender kommen mit diesen Apps Jahre aus und nutzen ausschließlich die von den Herstellern Apple und Google vorgegebenen Programme. Doch sowohl die Apps als auch die Voreinstellungen des Systems sind eher für junge Menschen mit schärferen Augen und flinkeren Fingern ausgelegt.

Zudem sind die vorinstallierten Apps keineswegs perfekt. So lassen sich mit der von Apple vorinstallierten App *Nachrichten* nur Chats mit anderen Apple-Geräten führen, Lösungen wie *WhatsApp* oder *Jitsi* sind da die bessere Alternative. Für Wanderer und Fahrradfahrer gibt es ebenfalls mehr und praktischere Möglichkeiten als das allgegenwärtige *Google Maps*. Kurz: Für viele Aufgaben halten die App Stores Anwendungen bereit, die für Senioren besser geeignet sind als die „Bordausrustung“ der Smartphones.

## So finden Sie die gesuchte App

Das Problem bei der Suche nach einer gelungenen App: In den App Stores gibt es geniale Programme, aber auch Tausende an misslungenen Apps und „Karteileichen“. In diesem Irrgarten gerät man leicht an uralte Apps, die die Programmierer selbst schon längst vergessen haben und die nicht mehr auf aktuellen Geräten laufen.

Die in diesem Buch vorgestellten Apps wurden von uns dagegen sorgfältig ausgewählt, haben uns durch ihre Funktionalität und Qualität überzeugt und können ohne Bedenken installiert werden.



Aufgeteilt haben wir die Apps in zwölf Lebensbereiche wie Kultur, Essen, Finanzen, Sport und Reisen. Jede der Apps wird von uns ausführlich vorgestellt, wir zeigen ihre Vor- und Nachteile und erklären ihre sinnvolle Nutzung an einem Beispiel.

## So haben wir die Apps ausgewählt

Die Apps, die Sie in diesem Buch finden, sind nützlich im Alltag, hilfreich in bestimmten Situationen oder einfach nur sehr unterhaltsam. Alle haben das gewisse „geniale“ Etwas, zum Beispiel eine besonders praktische Funktion oder Eigenschaft. Von der Stiftung Warentest untersucht wurde ein Teil der Apps ebenfalls. Wo es entsprechende Tests gibt, werden diese in der Beschreibung erwähnt.

Wir stellen in diesem Buch (fast) nur Apps vor, die sowohl unter dem Android-Betriebssystem als auch unter iOS verfügbar sind. Eine App kann auf einem iPhone oder Android-Smartphone zwar unterschiedlich aussehen, die gebotenen Funktionen sind aber meist so gut wie identisch und unsere Anleitungen und Tipps gelten immer für beide App-Versionen.

### TIPP

**Tablet und Smartwatch:** So gut wie alle getesteten Apps sind sowohl auf einem Smartphone als auch auf einem Tablet nutzbar, für manche Apps gibt es sogar Versionen für eine Smartwatch. Die überwiegende Zahl der Nutzer verwendet Apps allerdings auf einem Smartphone, weshalb wir aus Platzgründen auf die Tablet-Version nicht näher eingehen. Nähere Informationen und Fotos zu diesen Versionen sind aber über die jeweiligen App Stores verfügbar.

Alle Apps können Sie kostenlos ausprobieren oder zumindest bieten sie eine kostenlose (Test-)Version; zusätzliche Funktionen werden oft erst über eine Gebühr freigeschaltet – immer öfter über ein Abo.

Eine Einschränkung ist leider unvermeidbar: Täglich kommen neue Apps auf den Markt und bereits erschienene Apps werden regelmäßig aktualisiert und überarbeitet. Es lässt sich deshalb nicht verhindern, dass eine App plötzlich anders aussieht oder einen anderen Preis kostet als hier im Buch angegeben. Bei den Apps, die von der Stiftung Warentest geprüft und bewertet wurden, bezieht sich das Testurteil ebenfalls nur auf die jeweils getestete Version.

Die Installation einer App ist sehr einfach, auf Ihrem Smartphone von Apple ist dazu die App *App Store* zuständig, auf Ihrem Android-Smartphone (im Prinzip alle Smartphones, die nicht von Apple stammen) ist es die App *Play Store*.

## Apps auf dem iPhone

Sie wollen unter iOS eine App installieren und kennen ihren Namen? Die einfachste Methode ist die Suchfunktion im *App Store*. Starten Sie auf Ihrem iPhone die App *App Store* und tippen Sie unten rechts auf das Luppensymbol. Anschließend können Sie in der Suchfunktion den Namen der gesuchten App eingeben. Tippen Sie dann auf *Suchen*. Sie sehen nun eine Liste an Apps, als Vorschau werden einige Informationen und Screenshots angezeigt. Über den Button *Laden* können Sie die Installation der gewünschten App sofort starten. Statt *Laden* sehen Sie einen Button *Öffnen*? Dann ist die App bereits auf Ihrem Gerät installiert und Sie können sie durch Antippen öffnen.





## Apps zu bestimmten Themen finden

Der *App Store* präsentiert beim Start eine Übersicht interessanter Apps zu allen Themen sowie die beliebtesten Apps und Empfehlungen von Apple. Diese Startseite rufen Sie über den Button *Heute* auf. Oft suchen Sie aber eine App für eine bestimmte Aufgabe, etwa eine mit Kochrezepten. Wollen Sie im *App Store* eine solche App finden, können Sie nun wahlweise „Rezept“ in die Suchfunktion eingeben oder gezielt die zugehörige Kategorie des *App Stores* aufrufen – in diesem Fall *Essen und Trinken*. Dazu tippen Sie zuerst auf *Apps* und scrollen dann nach unten (wischen also mit dem Finger auf dem Bildschirm von unten nach oben), bis zum Eintrag *Top-Kategorien* – das ist eine Art Katalog des App Store. Unter *Alle anzeigen* finden Sie hier mehrere Dutzend Kategorien wie *Dienstprogramme*, *Finanzen*, *Reisen* oder *Musik*. Die Apps in diesen Kategorien sind gut sortiert, es gibt auch Listen der beliebtesten Apps dieser Kategorie.

## Informationen über die App prüfen

Falls Sie die gesuchte Anwendung nicht bereits gut kennen, sollten Sie sich die App vor der Installation etwas näher ansehen. Dazu tippen Sie auf den Eintrag in den Suchergebnissen und die Informationsseite zu der App öffnet sich. Hier finden Sie alle wichtigen Informationen zu einer App. Einige dieser Angaben sollten Sie sich vor der Installation besonders sorgfältig ansehen: Direkt unter dem App-Symbol sehen Sie die Bewertung der App, eine Art „Note“ der Nutzer. Hier sollten Sie vor allem auf sehr niedrige Bewertungen achten, diese sind ein Alarmsignal. Auch die Anzahl der Bewertungen ist ein Hinweis – eine beliebte App hat oft Tausende an (positiven) Bewertungen.

Informationen zu einer App. Einige dieser Angaben sollten Sie sich vor der Installation besonders sorgfältig ansehen: Direkt unter dem App-Symbol sehen Sie die Bewertung der App, eine Art „Note“ der Nutzer. Hier sollten Sie vor allem auf sehr niedrige Bewertungen achten, diese sind ein Alarmsignal. Auch die Anzahl der Bewertungen ist ein Hinweis – eine beliebte App hat oft Tausende an (positiven) Bewertungen.

Unterhalb der Screenshots ist der Beschreibungstext der App zu finden, leider ist er manchmal nur in englischer Sprache verfügbar. Hier erfahren Sie mehr über die Funktionen der App und den Hersteller. Was Sie beachten sollten: Der Text stammt vom Entwickler der App selbst, nicht von Apple oder einer unabhängigen Redaktion. Unterhalb des Beschreibungstextes finden Sie Nutzerkommentare zu der App.

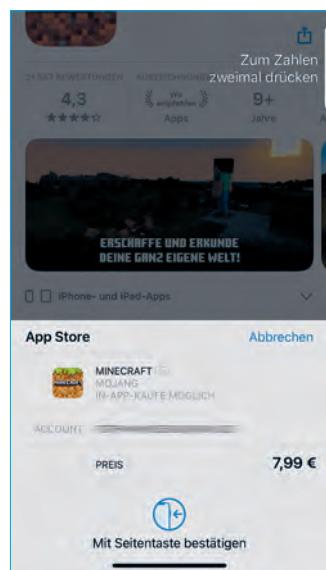
## **Den Erwerb der App bestätigen**

Für den Erwerb einer App benötigen Sie ein Konto bei Apple, eine sogenannte Apple ID. Diese haben Sie beim Einrichten Ihres iPhones festgelegt. In einem Infofenster müssen Sie beim Kauf Ihre Identität bestätigen, wahlweise per Eingabe von Nutzernamen und Passwort, Fingerabdruck oder Face ID – die beiden letzteren Methoden sind besonders komfortabel.

## **Bezahlmethoden**

Wird für eine App ein Preis verlangt oder muss für die Nutzung ein kostenpflichtiges Abo abgeschlossen werden, sehen Sie anstelle des Buttons *Laden* eine Preisangabe wie **3,49 €**. Für den Kauf muss dann unter Ihrem Account eine Bezahlmethode eingetragen sein. Diesen Eintrag finden Sie in den Systemeinstellungen unter **Apple ID > Zahlung und Versand**. Verschiedene Bezahlvarianten sind möglich, unterstützt werden Kreditkarten, die Apple-eigene Bezahlvariante Apple Pay, PayPal und Bezahlung per Handyrechnung.

Sie haben keine Kreditkarte? Eine praktische Alternative sind Guthabenkarten, die zu Beträgen von 15 bis 100 Euro über den Einzelhandel erhältlich sind. Diese oft mit Rabatt erhältlichen Karten enthalten einen einzigartigen Code, den Sie in der App eingeben. Ihr Konto wird dann mit dem gekauften Betrag aufgeladen.



## Kauf reklamieren

Haben Sie versehentlich eine zu teure App gekauft, können Sie den Kauf stornieren. Vor allem direkt nach dem Kauf wird dies meist problemlos akzeptiert. Beantragen müssen Sie die Stornierung über eine spezielle Webseite, die Seite [reportaproblem.apple.com](http://reportaproblem.apple.com). Nach einer Anmeldung sehen Sie hier alle Ihre App-Einkäufe aufgelistet und können eine Rückerstattung beantragen.

## Apps verwalten

Haben Sie eine App einmal erfolgreich installiert, ist die Verwaltung unter iOS und Android sehr ähnlich: Die App-Symbole werden in einer Übersicht angeordnet, einige häufig benötigte Apps wie Browser und Kamera-App können Sie am unteren Bildschirmrand als Favoriten ablegen, um schnell darauf zugreifen zu können. Der größte Unterschied: Unter iOS landet jede neu installierte App auf dem Home-Bildschirm des Geräts, Sie sehen hier nach der Installation das App-Symbol.

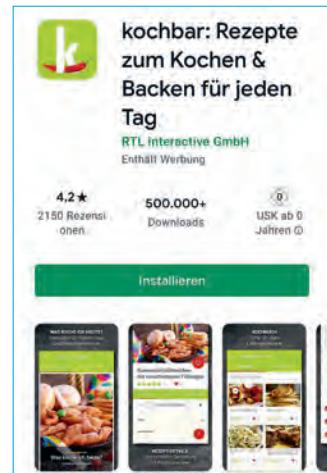
## Apps deinstallieren

Sie wollen eine iOS-App nicht mehr verwenden und vom iPhone entfernen? Am einfachsten ist die Deinstallation über den Home-Bildschirm. Verweilen Sie mit dem Finger einige Sekunden auf dem Symbol der App, bis sich ein Menü öffnet. Hier sehen Sie unter anderem die Option [App löschen](#). Wenn Sie eine einzelne App löschen wollen, wählen Sie diese Option aus.

Wenn Sie gleich mehrere Apps deinstallieren wollen, wählen Sie stattdessen die Option [Home-Bildschirm bearbeiten](#). Bei dieser Option schaltet sich ein Konfigurationsmodus ein: Die App-Symbole fangen an, sich zu bewegen, und ein kleines schwarzes Kreuz ist neben den Apps zu sehen. Durch Antippen der Kreuze können Sie nun mehrere Apps löschen. Mit einer Streichbewegung nach oben oder einem Antippen des Homebuttons (je nach Modell) beenden Sie diesen „Wackelmodus“ wieder.

## → **Abos gesondert kündigen**

Nicht vergessen: Ein kostenpflichtiges Abo wird durch die Deinstallation der App nicht beendet und läuft weiter. Sie müssen es ebenfalls kündigen. Unter iOS finden Sie Ihre Abos unter der Einstellung „Apple ID“ unter „Abonnements“. Wählen Sie dort das Abo aus, das Sie kündigen möchten, und tippen Sie unten auf „Abo kündigen“.

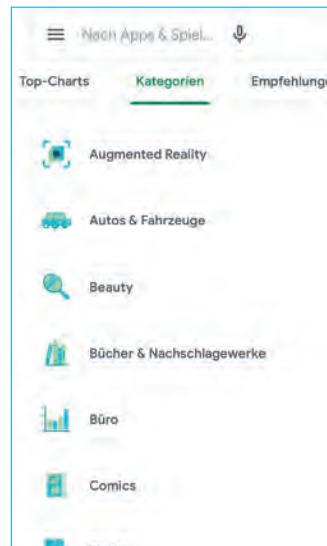


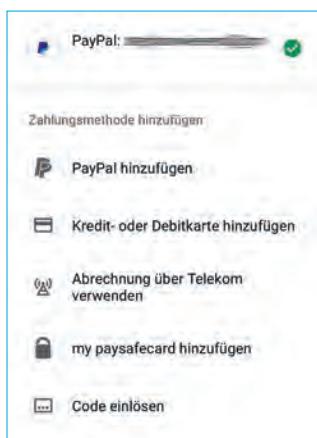
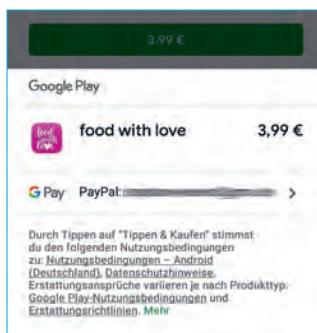
# Apps auf dem Android-Smartphone

Unter Android installieren Sie Apps mit der App *Play Store*. Sie wollen eine bestimmte App installieren, deren Namen Sie gerade in diesem Buch gelesen haben? Geben Sie den Namen in der Suchfunktion ein. Sie sehen dann eine Übersicht an Apps zu diesem Suchbegriff. Mit dem Tippen auf den Button *Installieren* beginnt sofort die Installation. Unterhalb des App-Namens werden Sie informiert, ob die App Werbung anzeigen und In-App-Käufe anbietet.

## Apps zu bestimmten Themen finden

Der *Play Store* präsentiert beim Start eine Übersicht beliebter Apps zu allen Themen, zusätzlich empfiehlt Google Ihnen ausgewählte Apps. Oft suchen Sie aber eine App für eine bestimmte Aufgabe, etwa für Kochrezepte. Sie können dazu zum Beispiel „Rezept“ in die Suchfunktion eingeben oder gezielt die zugehörige Kategorie des Stores aufrufen. Dazu tippen Sie unterhalb





des Suchfensters auf den Eintrag **Kategorien**. Der **Play Store** listet dann die verfügbaren Kategorien auf, etwa **Fotografie, Familie, Musik & Audio**. Wählen Sie hier die Rubrik **Essen & Trinken**, sehen Sie ausgewählte Apps zu Themen wie „Köstlich kochen“, „Shoppen“ und Besten-Listen.

### Informationen über die App prüfen

Eine unbekannte App sollten Sie sich vor dem Herunterladen etwas näher ansehen. Rufen Sie die Informationsseite dieser App auf. Dazu tippen Sie in einer Übersicht auf das Symbol oder den Namen der App.

Direkt unter dem App-Symbol sehen Sie bereits die Bewertung der App, eine Art „Note“ der Nutzer. Hier sollten Sie vor allem auf sehr niedrige Bewertungen achten, diese sind ein Alarmsignal. Auch die Zahl der Rezensionen und Downloads ist wichtig, gute Apps haben häufig sehr viele Nutzer und Tausende an Bewertungen.

### Eine App herunterladen und kaufen

Nach dem Tippen auf **Installieren** wird die App auf Ihr Smartphone heruntergeladen. Wie lange das dauert, hängt von der Größe der App ab. Handelt es sich um eine kostenpflichtige App, werden Sie darüber beim Start der App informiert. Üblicherweise können Sie die App einige Tage kostenlos nutzen, doch dann muss sie über den **Play Store** bezahlt werden. Die App blendet dazu ein kleines Fenster des **Play Stores** ein. Zuerst müssen Sie den Nutzungsbedingungen zustimmen, dann sehen Sie das Fenster für den Bezahlvorgang und den genauen Preis. Mit dem Button **Tippen & Kaufen** bestätigen Sie den Kauf oder den Abschluss eines Abos.

## Bezahlmethoden

Damit Sie eine App kaufen oder ein Abo abschließen können, müssen Sie für Ihren Account eine Bezahlmethode auswählen. Tippen Sie dazu im *Play Store* auf die drei Linien oben links, dann öffnet sich ein Konfigurationsmenü. Tippen Sie hier auf *Zahlungsmethoden*. Verschiedene Bezahlvarianten sind möglich. Unterstützt werden Kreditkarten, Paysafecard, PayPal und die Abrechnung über Ihren Mobilfunkanbieter, aber auch Geschenkkarten.

### → So nutzen Sie eine Guthabenkarte

---

Über „Code einlösen“ können Sie eine Google-Play-Geschenkkarte einlösen. Diese Geschenkkarten sind Guthabenkarten, die zu Beträgen von 15 bis 100 Euro über den Einzelhandel erhältlich sind. Die Karten enthalten einen einzigartigen Code, den Sie in der App eingeben. Ihr Google-Konto wird dann mit dem Betrag, den Sie zuvor für die Karte bezahlt haben, aufgeladen.

## Kauf reklamieren

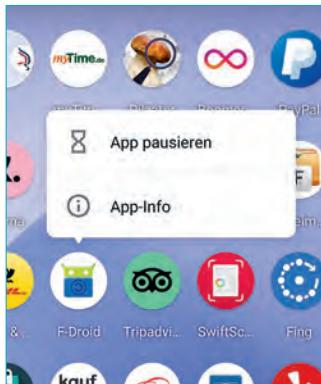
Haben Sie versehentlich eine zu teure App gekauft, können Sie den Kauf noch stornieren. Für 48 Stunden nach dem Kauf ist eine Rück erstattung über den Play Store möglich. Dazu müssen Sie im Web browser unter play.google.com die Webseite des Play Store aufrufen, denn über die App *Playstore* ist eine Stornierung nicht möglich. Nach einer Anmeldung tippen Sie auf der linken Seite auf *Konto* und tippen dann auf *Bisherige Käufe*. Hier finden Sie die Option *Erstattung beantragen*.

## Apps verwalten

Nicht alle von Ihnen installierten Apps landen nach der Installation auf dem Startbildschirm, denn dieser ist nur für die wichtigsten Apps gedacht. Viele Systemtools werden deshalb nicht automatisch hier aufgeführt. Sie können aber jede App auf Wunsch auch auf dem Startbildschirm platzieren, indem Sie unter *Alle Apps* auf das Sym

**TIPP**

**Apps einfach finden:** Benötigen Sie eine bestimmte App, die auf Ihrem Smartphone installiert ist, ist oft die Suchfunktion der schnellste Weg. Sowohl bei Android als auch bei iOS können Sie eine App bequem per Sprachbefehl starten.



bol der App tippen. Halten Sie die App gedrückt und ziehen Sie sie. Sie sehen dann Bilder der einzelnen Startbildschirme und können die App dorthin „kopieren“. Ebenso können Sie selten benötigte Apps wieder vom Startbildschirm entfernen, das funktioniert sehr ähnlich. Dazu halten Sie die App auf dem Startbildschirm gedrückt und ziehen sie. Über dem Bildschirm sehen Sie die Option *Entfernen* eingeblendet, ziehen Sie die App auf dieses Wort. Achtung: Die App wird dabei nicht komplett deinstalliert, sie bleibt weiter nutzbar und kann über die Ansicht *Alle Apps* weiter aufgerufen werden.

### App deinstallieren

Sie wollen eine Android-App nicht mehr verwenden und sie von Ihrem Smartphone löschen? Dann suchen Sie deren Symbol auf dem Startbildschirm oder in der Übersicht der installierten Apps. Tippen Sie einige Sekunden auf das App-Symbol, bis sich ein kleines Menü öffnet. Tippen Sie hier auf den Eintrag *App-Info* oder ein Symbol mit einem kleinen „i“ im Kreis. Eine Seite mit Informationen über die App öffnet sich, Sie finden hier die Option *Deinstallieren*. Tippen Sie auf diese Option, um die App zu löschen.

Eine Deinstallation ist über die Systemeinstellung *Apps & Benachrichtigungen* ebenfalls möglich, hier finden Sie eine alphabetische Liste aller installierten Apps.

Nicht vergessen: Ein bestehendes Abo wird durch die Deinstallation nicht beendet! Sie müssen es ebenfalls kündigen. In der App [Google Play](#) finden Sie Ihre Abos in der Menüfunktion aufgelistet, tippen Sie dazu oben rechts auf die drei kleinen Linien. Über diese Option können Sie die Abos auch beenden.

## Speicher voll? So geben Sie Speicherplatz frei

Apps, Videos und Fotos belegen alle Speicherplatz im Smartphone, im Laufe der Nutzung kann es da schnell zu Speichermando kommen. Um hier Abhilfe zu schaffen, empfehlen wir die Nutzung von zwei Spezial-Apps.

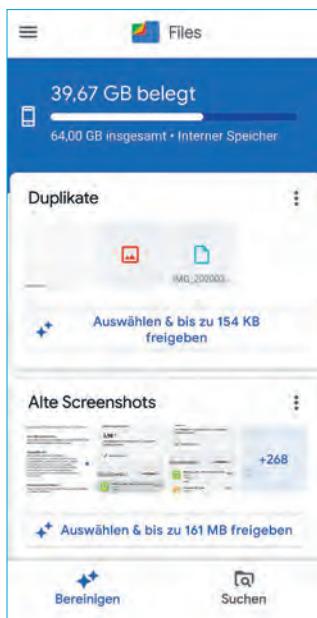
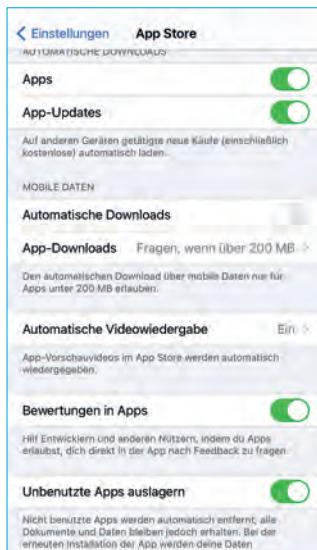
### Speicherplatz freigeben unter iOS

Auf einem iPhone sind Platzprobleme nichts Neues. Apple war beim Speicherplatz immer etwas geizig, einige alte Modelle haben nur 32 oder 16 Gigabyte Speicherplatz. Das System bietet allerdings einige Funktionen, um Speicherplatz freizugeben.

In einem ersten Schritt kann Ihnen das iPhone anzeigen, welche Daten viel Speicherplatz belegen.

Wählen Sie dazu in den Einstellungen unter [Allgemein > iPhone-Speicher](#). Eine farbige Grafik zeigt Ihnen, ob Fotos/Videos, E-Books oder Apps für Speicherprobleme sorgen. Eine Liste zeigt Ihnen außerdem, wie viel Platz einzelne Apps belegen. Oft benötigen Apps, die Podcasts oder Zeitschriften verwalten, nämlich überraschend viel Speicherplatz. Löschen können Sie nicht





mehr benötigte Mediendaten allerdings oft nur über die entsprechende App selbst, nicht über die Systemeinstellungen. Dort lassen sich Apps nur komplett löschen.

## Empfehlungen für das Einsparen von Speicherplatz

Das System gibt Ihnen aber auch einige Empfehlungen, wie Sie Speicherplatz sparen können. Haben Sie über **WhatsApp** oder **Nachrichten** viele Dateien empfangen, empfiehlt die App Ihnen das Löschen dieser Dateianhänge. Haben Sie viele Fotos auf dem Smartphone, erhalten Sie die Empfehlung, Fotos auf Apples Speicherdienst iCloud auszulagern. Dies erfordert aber meist einen kostenpflichtigen Speicherplan, der ab 1 Euro pro Monat kostet.

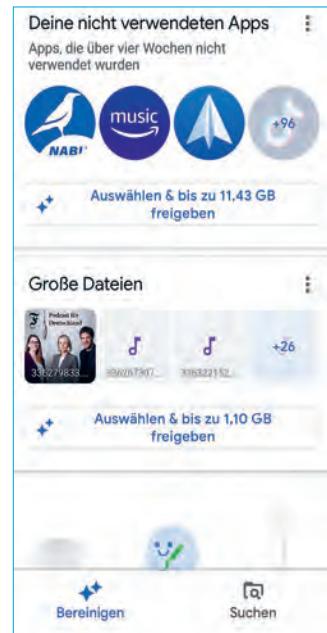
Es gibt noch eine weitere Option, über die Sie automatisch für mehr Speicherplatz sorgen können. Unter **Einstellungen > App Store** können Sie die Option **Unbenutzte Apps auslagern** aktivieren. Nutzen Sie eine App längere Zeit nicht, wird diese bei aktiverter Funktion ausgelagert. Das kann viel Zeit sparen und funktioniert automatisch. Beim nächsten Aufruf der App müssen Sie dann allerdings etwas warten, bis die App wieder komplett funktionsfähig ist.

## Speicherplatz freigeben unter Android

Für das Freigeben von Speicherplatz empfehlen wir unter Android die App **Google Files**. Diese ist über den **Play Store** kostenlos zu beziehen und bietet sechs einfach bedienbare Werkzeuge, um Speicherplatz freizugeben. Jede der Aufräumaktionen können Sie einzeln aufrufen,

oft ist es mit einer oder zwei der Funktionen schon getan. Besonders wertvoll ist die Funktion *Selten verwendete Apps*.

- 1 Junk-Dateien:** Junk-Dateien sind zwischengespeicherte Daten oder andere Daten, die Sie problemlos löschen können. Meist können Sie dadurch nur wenige Hundert Megabyte an Speicherplatz freigeben, manchmal kann es aber auch die zehnfache Menge sein.
- 2 Duplikate:** Gelegentlich sind auf Ihrem Gerät Dateien doppelt gespeichert, etwa ein Dokument, das mehrmals heruntergeladen wurde. Ähnlich wie bei den Junk-Dateien lohnt es sich, hier nach sehr großen Duplikaten zu suchen und diese zu entfernen.
- 3 Alte Screenshots oder Bildschirmfotos:** Mit einer Tastenkombination erstellen Sie einen sogenannten Screenshot, ein Bildschirmfoto des Smartphone-Bildschirms. Bei längerer Nutzung können sich hier große Datenmengen ansammeln.
- 4 Gesicherte Fotos:** Fotos und Videos belegen viel Speicherplatz, als Alternative bietet Google das Hochladen von Fotos auf den Webspeicherdiensst Google Fotos. Diese hochgeladenen Fotos kann die App dann auf dem Smartphone löschen. Wie viel Platz dadurch eingespart werden kann, zeigt die Funktion ebenfalls an.
- 5 Selten verwendete Apps:** Moderne Apps belegen oft viel Speicherplatz. *Google Files* kann aber erkennen, ob eine App lange Zeit nicht benutzt wurde. Diese selten verwendeten Apps listet die App auf und ermöglicht die einfache Löschung. Sie können über diese Funktion außerdem besonders komfortabel Apps löschen, auch mehrere Apps gleichzeitig.
- 6 Große Dateien:** Oft sind es einige wenige Dateien, die viel Speicherplatz belegen – etwa ein uraltes Urlaubsvideo. Diese Funktion listet große Dateien auf, die Sie dann gezielt löschen können.



## So passen Sie Ihr Smartphone optimal an

Was nützt einem ein topmodernes Smartphone mit großem Bildschirm, wenn alle Nachrichten in Ameisengröße angezeigt werden und Sie sich mit winzigen Bedienelementen abmühen müssen? Die Größe von Menüs und Buttons sowie die Schrift in Apps und Systemeinstellungen ist nämlich für Anwender mit perfektem Sehvermögen berechnet. Schon bei leichter Weitsichtigkeit oder anderen Sehschwächen sind aber kleine Untermenüs oder die Meldungen des Systems ohne Lesebrille kaum noch zu erkennen. Auch Kurzsichtige haben es nicht leicht: Sie sehen, dass ihr Smartphone eine Nachricht einblendet, können aber den winzigen Text erst nach dem Abnehmen der Fernbrille lesen.

Die gute Nachricht ist: All diese Einstellungen können Sie schnell ändern und an Ihre persönlichen Bedürfnisse und Vorlieben anpassen, indem Sie die Schrift vergrößern und das System lesefreundlicher einstellen. Bei Android und iOS gibt es dafür unterschiedliche Methoden, wir zeigen Ihnen beide Varianten.



### So passen Sie die Darstellung bei einem iPhone an

Das iPhone bietet eine tolle Spezialfunktion, die für viele Anwender bereits alle Anzeigeprobleme löst. Bei den meisten iPhones können Sie nämlich den sogenannten *Anzeigezoom* aktivieren. Zu finden ist die Funktion unter der Systemeinstellung *Anzeige & Helligkeit*. Tippen Sie auf die Option *Anzeigezoom*, Sie können hier zwischen *Standard* und *Vergrößert* wählen. Anders als bei einer Vergrößerung der Schriftgröße werden dabei alle Bildschirminhalte komplett vergrößert. Sie sehen dadurch weniger Bildschirminhalte –

knapp 20 Prozent von Texten oder Tabellen –, aber alles ist deutlich größer.

Das iPhone bietet noch eine weitere Zoom-Funktion, die Sie unter [Bedienungshilfen > Zoom](#) aktivieren können. Hier wird ein kleiner Bildschirmbereich wie mit einer Lupe stark vergrößert, die Benutzung ist aber etwas komplizierter und lohnt sich nur bei stärkeren Sehproblemen.

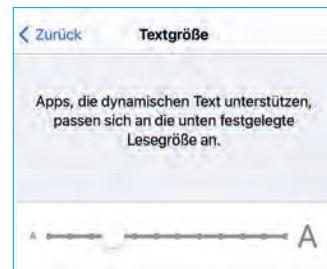
## Schrift vergrößern und besser lesbar machen

Für ältere Augen ist die vorgegebene Schriftgröße eines Smartphones oft zu klein. Bei vielen Apps und dem System selbst ist aber die Schriftgröße „dynamisch“ anpassbar. Das bedeutet: Bei einer Nachricht bleiben die Oberfläche und die Größe der Menüs und Bilder identisch, nur die Beschriftungen werden größer dargestellt und können so bequemer gelesen werden. Sie können auch beide Funktionen kombinieren, sowohl den Anzeigezoom als auch die Schriftvergrößerung.

Öffnen Sie die Systemeinstellungen und suchen Sie die Option [Anzeige & Helligkeit](#). Hier tippen Sie auf die Option [Textgröße](#). Über einen Schieberegler am unteren Rand können Sie nun die Schriftgröße in mehreren Stufen ändern.

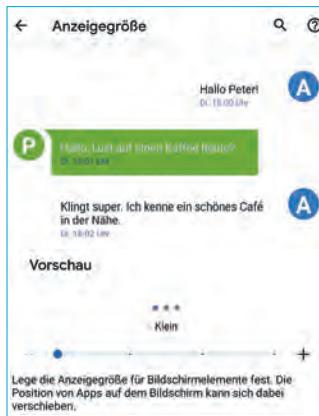
Diese Einstellungen werden sofort vom System und auch von vielen Apps übernommen. Eine Ausnahme sind Webbrowser, da diese eigene Optionen für die Änderung der Darstellungsgröße bieten.

Um die Lesbarkeit zu verbessern, können Sie auch bestimmen, dass die Schrift des Systems fett dargestellt wird. Die Größe selbst ändert sich kaum, die Buchstaben sind aber dann bei allen Einstellungen, E-Mails und Nachrichten mit dickeren Strichen abgebildet und



daher komfortabler lesbar. Testen Sie diese Option einfach einmal unter *Einstellungen > Anzeige & Helligkeit > Fetter Text*.

## So ändern Sie die Darstellung bei einem Android-Smartphone



Für die Anpassung der Darstellung stehen unter Android mehrere Möglichkeiten zur Wahl. Sie können die Schrift größer anzeigen lassen, aber auch alle Bildschirmhalte etwas vergrößern. Bei einem beschrifteten Bedienelement werden dann sowohl die Schrift als auch der Button oder Schieberegler größer. Diese Optionen finden Sie unter der Systemeinstellung *Bedienungshilfen*. Vier verschiedene Größen stehen zur Wahl: *Klein*, *Standard*, *Groß* und *Größer*. Der beste Kompromiss aus guter Lesbarkeit und guter Bedienbarkeit ist nach unserer Meinung die Einstellung *Groß*, das kann aber je nach Bildschirmgröße und Bildschirmtechnologie variieren.



## Schrift vergrößern und besser lesbar machen

Für viele Anwender ist die als Standard voreingestellte Schriftgröße zu klein. Für viele Apps und für das System selbst ist aber die Schriftgröße „dynamisch“ anpassbar. Das bedeutet: Bei einer App bleibt die Oberfläche identisch, die Beschriftungen werden größer dargestellt. Öffnen Sie die *Systemeinstellungen* und suchen Sie die Option *Bedienungshilfen*. Hier finden Sie die Option *Schriftgröße*. Vier Schriftgrößen stehen nun zur Wahl, ein Beispieltext zeigt Ihnen das Ergebnis der Änderung. Alle Größenänderungen lassen sich auch kombinieren. Mit der Schriftgröße *Am größten* und der Anzeigegröße *Größer* erzielen Sie die maximale Darstellungsgröße.

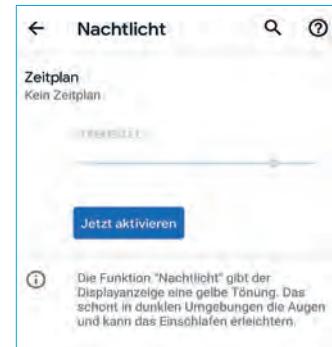
## **Angenehmere Bildschirmdarstellung: „Gelb“ statt „Blau“**

Lesen Sie auf Ihrem Smartphone viele Texte und ganze E-Books? Das kann die Augen sehr anstrengen, besonders wenn Sie sehr spät noch lange lesen. Sie können dem Display aber eine angenehmere „Färbung“ geben. Der Hintergrund: Das Licht eines modernen Smartphone-Bildschirms hat einen sehr hohen Blauanteil, der nach Meinung mancher Wissenschaftler störend auf den Schlaf-wach-Rhythmus wirken kann. Das ist aber wissenschaftlich umstritten.

Aktuelle Smartphones bieten deshalb einen Spezialmodus, der speziell für die abendliche Nutzung gedacht ist und ein „wärmeres“ Licht zeigt. Eine weiße Seite wirkt dann leicht gelblich, ähnlich wie „warmweiße“ Glühlampen für Innenräume. Beim iPhone heißt diese Einstellung *Night Shift* beim Android-Smartphone *Nachtlicht*.

Bei einem modernen Android-System finden Sie die Nachtlicht-Einstellung unter der Systemeinstellung *Display*, beim iPhone liegt sie unter *Anzeige & Helligkeit*. Auf Wunsch aktiviert sich die Einstellung automatisch nach Sonnenuntergang, die Stärke dieses Effekts ist einstellbar.

Es gibt aber noch viele andere Gründe für angestrenge Augen: Viele Anwender nutzen abends ungewollt eine viel zu hohe Bildschirmhelligkeit, was die Augen schneller anstrengt. Bei Einschlafproblemen wird allgemein empfohlen, kurz vor dem Einschlafen auf die Smartphone-Nutzung zu verzichten, oft ist auch die Körperhaltung mit gesenktem Kopf ermüdend.



## **Alternative zur Bildschirmtastatur: Spracheingabe nutzen**

Die Bildschirmtastatur eines Smartphones ist fummelig und nicht sehr komfortabel. Sehr oft können Sie statt Tastatureingaben aber Text einfach diktieren. Die Spracherkennung ist bei allen Systemen



mittlerweile hervorragend und funktioniert schnell und gut. Wenn Sie etwa mit der Suchmaschine von Google einen Suchbegriff eingeben wollen, müssen Sie nur auf ein kleines Mikrofonsymbol tippen und den Suchbegriff sprechen. Dieses kleine Symbol befindet sich unter Android am oberen rechten Rand der virtuellen Tastatur, beim iPhone am unteren rechten Rand der Tastatur. Das ist oft auch eine gute Möglichkeit, lange Zahlenfolgen einzugeben oder eine kurze Nachricht in [WhatsApp](#) zu erstellen.

## Zusatzfunktionen für einfache Bedienung beim iPhone

**1 Kamera als Lupe nutzen:** Unter der Einstellung [Bedienungshilfen](#) gibt es den Eintrag [Lupe](#). Ihr iPhone kann nämlich die Kamera wie eine Lupe verwenden, eine eigene App ist dazu in das System integriert. Das Kamerabild wird in diesem Modus zum Vergrößerungsglas. Nach der Aktivierung sehen Sie die neue Funktion im Kontrollzentrum, eine kleine Lupe mit Plussymbol. Durch Antippen öffnet sich die App. Unter Android gibt es zahlreiche Apps im [Play Store](#), die eine ähnliche Funktion bieten. Unter iOS funktioniert dies aber besonders gut, da die Kamera von iPhones ein scharfes Bild von sehr nahen Objekten liefern kann. Das können nicht alle Android-Kameras bieten.

- 2 Menüs und Einstellungen erklären:** Die Funktion [VoiceOver](#) richtet sich an Menschen mit stark eingeschränktem Sehvermögen und liest Bildschirmmenüs und Bildschirminhalte vor. Aktivieren Sie die Funktion über die Bedienungshilfen erstmals, wird die Funktion gleich vorgeführt.
- 3 Bildschirminhalte vorlesen lassen:** Beim iPhone finden Sie die Vorlesefunktion, auch Screenreader genannt, unter den Bedienungshilfen, hier tippen Sie auf die Funktion [Gesprochene In-](#)

**halte**. Nutzen können Sie sie auf zwei Arten: Mit der Option **Auswahl sprechen** lassen Sie Text vorlesen, den Sie gezielt ausgewählt haben – etwa mit einem langen Druck auf einen Textblock. Wenn Sie den ausgewählten Text antippen, öffnet sich ein Kontextmenü, in dem Sie die Vorleseoption auswählen können. Haben Sie die Option **Bildschirminhalt sprechen** aktiviert, können Sie sich alles vorlesen lassen, was auf dem Bildschirm zu sehen ist. Das Vorlesen aktivieren Sie durch Streichen mit zwei Fingern vom oberen Bildschirmrand nach unten. Es öffnet sich ein Bedienmenü, um das Vorlesen zu steuern. Sie können diese Vorlesefunktion auch einfacher aufrufen: Dazu wählen Sie unter den Bedienungshilfen die Einstellung **Sprach-Controller** und aktivieren die Option **Sprach-Controller Ein**. Ein kleines transparentes Symbol ist dann ständig über dem Bildschirm eingeblendet und Sie können die Vorlesefunktion durch Antippen aktivieren.



## Zusatzfunktionen für einfache Bedienung bei Android-Handys

- ① **Gesprochenes als Text anzeigen:** Die Google-App **Automatische Transkription** schreibt mit, was gesprochen wird und zeigt das Gesprochene als Text an. Aktivieren lässt sich diese Funktion unter **Bedienungshilfen**. Über die Bildschirmtastatur können Sie auch Antworten eingeben und vorlesen lassen, sodass damit ganze Gespräche möglich sind. Bei vielen Smartphones müssen Sie diese App erst über den **Play Store** installieren, sie ist nur bei einigen Geräten bereits an Bord. Eine ausführliche Erklärung finden Sie unter der Adresse [android.com/accessibility/](http://android.com/accessibility/).
- ② **Bildschirminhalte vorlesen lassen:** Unter Android sind zwei Vorlesefunktionen vorinstalliert, aus denen Sie je nach Umfang

der vorzulesenden Texte wählen können. *Talkback* kann Ihnen Menüs und Funktionen laut vorlesen. Aktivieren können Sie diese Funktion über die Systemeinstellung *Bedienungshilfen*. Das Vorlesen beginnt dann, indem Sie die beiden Lautstärketasten gleichzeitig drücken und einige Sekunden gedrückt halten. Die ebenfalls über die Bedienungshilfen aktivierbare Funktion *Vorlesen* ist dazu gedacht, ganze Texte wie E-Mails oder Nachrichten vorzulesen. Ist sie aktiv, ist im Smartphone-Bildschirm unten links eine kleine Figur mit ausgebreiteten Armen zu sehen. Wählen Sie einen Text vorlesen lassen, tippen Sie auf dieses Symbol und danach auf den Text.

## Datenschutz

---

Will eine App Zugriff auf die Ortungsfunktion oder Ihr Adressbuch, sollten Sie dies hinterfragen. Denn für Werbefirmen sind Ihre persönlichen Daten wie Adressen und Einkaufsgewohnheiten viel Geld wert. Manche Apps spähen daher heimlich Nutzerdaten aus, oft für Marktforschungsunternehmen, die diese Daten zur Kundenanalyse nutzen. Insbesondere Standortdaten sind begehrte..

### **App-Berechtigungen in Android kontrollieren**

Sie können alle Berechtigungen einer App überprüfen. Dazu tippen Sie in der App-Übersicht einige Sekunden auf das App-Icon, bis ein Menü erscheint. Sie sehen hier nun die Option *App-Details* oder ein kleines i in einem Kreis. Tippen Sie auf diese Option, öffnet sich ein Fenster mit Informationen über die App – inklusive Berechtigungen: Körpersensoren, Kalender, Kamera, Kontakte, Standort, Mikrofon, Telefon, SMS und Speicher. Eine Übersicht über alle Berechtigungen liefert außerdem die Systemeinstellung *Berechtigungsmanager*.

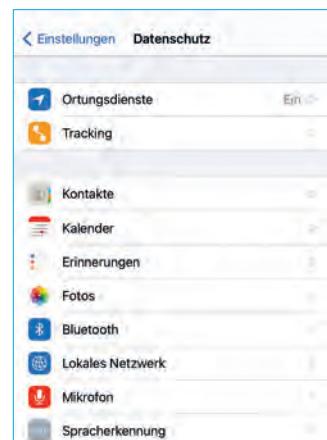
Sehr wichtig ist die Funktion **Bedienungshilfen**. Darf eine App diese Funktion nutzen, hat sie nämlich uneingeschränkten Zugriff auf Ihr Gerät und kann Eingaben verfolgen, Aktionen ausführen und den Bildschirm steuern. Welche Apps diese Erlaubnis besitzen, sehen Sie unter der Systemeinstellung **Datenschutz** bei **Nutzung der Bedienungshilfen**.

## App-Berechtigungen beim iPhone kontrollieren

Auf dem iPhone muss eine App vor dem Zugriff auf sensible Funktionen um Erlaubnis fragen. Der Benutzer kann dann wählen, ob eine Funktion nur einmalig oder immer erlaubt sein soll. Bei einer einmaligen Erlaubnis muss die App das nächste Mal erneut um Erlaubnis fragen.

Alle Berechtigungen und Zugriffe listet das System unter der Einstellung **Datenschutz** auf. Hier sehen Sie 15 Kategorien aufgelistet, darunter Kontakte, Fotos, Mikrofon, Kamera und Kalender.

Zugriffe werden zudem mit Symbolen angezeigt: Ein Pfeil erscheint kurz in der Menüleiste, wenn die App auf Ortungsdienste zugreift. Beim Zugriff auf das Mikrofon sehen Sie ein rotes Mikrofon in der Kopfleiste des iPhones, bei der Kamera einen grünen Punkt.



## „Datenschutzangaben in Apples App Store prüfen“

In Apples App Store müssen Entwickler bei neuen Apps und Aktualisierungen Datenschutzhinweise ergänzen. Diese Informationen finden Sie am unteren Rand der App- Beschreibung. Als Faustregel raten wir, auf die Zahl der Einträge unter **Tracking** zu achten. Vorbildliche Apps wie Jitsi haben hier gar keinen Eintrag, Facebook sehr viele.

# Alltagshelfer

Beim Einkaufen kann ein Smartphone ein nützlicher Helfer sein: Mit den passenden Apps informiert es Sie über Sonderangebote, organisiert Ihre Pakete und Briefe und zeigt Ihnen einen immer aktuellen Einkaufszettel. Statt sich mit schweren Einkaufstüten abzumühen, können Sie per App außerdem Ihre Lebensmittel direkt nach Hause liefern lassen.

## Leichter leben mit dem Smartphone

---



**Ein Smartphone kann Ihnen** bei Ihren täglichen Besorgungen und Einkäufen viel Arbeit abnehmen – und unter Umständen viel Geld sparen.

Achten Sie beim Shopping auf Sonderangebote? Über alle aktuellen Schnäppchen und Aktionen kann eine App Sie nämlich schnell und einfach informieren. Die Prospekte-App KaufDa erfasst dazu alle verfügbaren Prospekte der deutschen Supermärkte und anderer Ketten und sorgt für einen schnellen Schnäppchen-Überblick. Beim täglichen Einkauf kann Ihnen außerdem eine Einkaufslisten-App wie Bring helfen: Da alle Familienmitglieder Einträge ergänzen können, ist sie immer aktuell. Einkaufen ist aber zeitaufwendig und Sie wollen manche Einkäufe lieber liefern lassen? Dann ist der von der Stiftung Warentest empfohlene Lieferdienst von Mytime einen Blick wert, der eine hervorragende Bestell-App bietet. Eine weitere Empfehlung ist die App Ebay-Kleinanzeigen, die einige interessante Funktionen wie eine Benachrichtigungsfunktion aufweist.

Das Päckchen ist gepackt – nur leider haben Sie keine Briefmarken mehr im Vorrat. Wer kennt das nicht? Eine neue App der Post versorgt Sie nun zu Hause mit Briefmarken – wahlweise als Ausdruck oder als Spezialcode, den Sie nur auf den Brief schreiben müssen.



## Bring: Einkaufsliste für die Familie

Der Sinn mancher App ist einem nicht immer sofort klar. Wozu eine Einkaufslisten-App wie Bring, wo doch ein handgeschriebener Einkaufszettel die einfachste Lösung zu sein scheint? Doch diese App ist äußerst praktisch, um seine Einkäufe mit anderen Familienmitgliedern abzusprechen. Die von der App verwaltete Einkaufsliste kann nämlich über das Internet aktualisiert werden, jede Änderung ist sofort in der App-Liste sichtbar. Ein neuer Einkaufswunsch kann sowohl über das Smartphone der Ehefrau, das iPhone des Ehemannes oder das Tablet der Tochter ergänzt werden. Sogar wenn Sie schon im Supermarkt stehen, kann man Sie von zu Hause oder vom Büro aus noch auf die wichtige vergessene Zutat hinweisen.



### Einfache Handhabung

Die App bietet viele weitere nützliche Funktionen, sehr praktisch ist am Smartphone die Ausfüllhilfe. Dank einer Autovervollständigungs-Funktion können Sie eine Liste schneller erstellen als mit Papier und Bleistift – und dies bei Weitem lesbarer. Wollen Sie in der Einkaufsliste „Bananen“ ergänzen, müssen Sie nicht das ganze Wort per Bildschirmtastatur eintippen. Es genügt, den Anfang des Wortes einzugeben. Schon bei der Eingabe von „B“ schlägt die App Wörter wie „Bananen“, „Baguette“ und so weiter vor, die sie durch Antippen übernehmen. Liegen die Bananen dann im Einkaufswagen können Sie sie durch doppeltes Antippen als „gekauft“ markieren. Zusätzlich wertet die App Prospekte von Supermärkten aus und weist Sie auf Sonderangebote hin. Rezepte schlägt die App Ihnen eben-

falls vor, die kompletten Zutatenlisten können Sie direkt in Ihren Einkaufszettel übernehmen – ohne Abtippen.

Ein weiterer Vorteil: Gab es im Supermarkt etwa kein Brot mehr, können Sie dies als *Eilmeldung* mitteilen – damit sich jemand anders noch darum kümmern kann. Nicht so schön: Die App finanziert sich durch eingeblendete Werbung. Stören Sie diese Einblendungen sehr, können Sie die Werbung mit einer Abgebühr von 2 Euro abstellen.

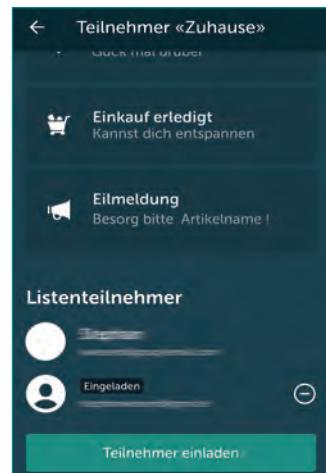
### **So melden sich andere Teilnehmer an**

Damit eine andere Person auf Ihre Einkaufslisten zugreifen kann, muss sich diese ebenfalls bei Bring anmelden. Das funktioniert über sogenannte Einladungen, die Sie aus der App an diese Person verschicken. Dazu tippen Sie in der App oben rechts auf ein Personsymbol – ein kleines Symbol neben drei Punkten. Eine neue Seite öffnet sich, hier finden Sie die Option *Teilnehmer einladen*. Hier können Sie nun den sogenannten Einladungslink per E-Mail oder Chat versenden. Tippt der Eingeladene auf diesen Link, kann er sich über die Webversion der App am Computer anmelden oder die App für iPhone oder Android installieren.

### **Alternative**

#### → **Google Docs**

Sie haben bereits eine Web-Office-App wie Google Docs? Dann können Sie die App gut nutzen, um eine gemeinsame Einkaufsliste zu verwalten. Eine der Stärken des Google-Office ist das Bereitstellen von Tabellen und Texten für mehrere Benutzer – auch ohne Anmeldung und App. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Einfaches Anlegen von Listen
- Zahlreiche Rezepte
- Integrierte Benachrichtigungsfunktion
- Viel Werbung in der kostenlosen Version
- Vor allem für große Familien sinnvoll



## KaufDa: Sonderangebote im Blick



Die unscheinbaren Prospekte, die Supermarktketten wie Penny, Lidl und Aldi verteilen, werden oft unterschätzt, dabei bieten sie oft gute Angebote. Regelmäßig diese Prospekte zu durchforsten, ist aber bei Dutzen den an Supermarktketten und Fachmärkten kaum möglich. Tageszeitungen legen sie immer seltener bei und Sie bekommen so oft nur die Angebote von Märkten zu Gesicht, die Sie regelmäßig besuchen.

Eine komfortable Übersicht über verfügbare Sonderangebote liefert aber der 2008 gegründete Dienst KaufDa. Zuverlässig werden von dem Unternehmen Prospekte von Hunderten Anbietern gesammelt und in digitaler Form bereitgestellt. Eine Zoom-Funktion sorgt dafür, dass Sie die großformatigen Prospekte auch auf dem kleinen Smartphone-Bildschirm durchsehen können. Mit der Suchfunktion können Sie nach Produktnamen und Stichworten suchen, auch in allen Prospekten zugleich. Dann listet die App die Händler auf, die zum Beispiel einen Rabatt auf Ihre Lieblingskaffeemarke bieten.

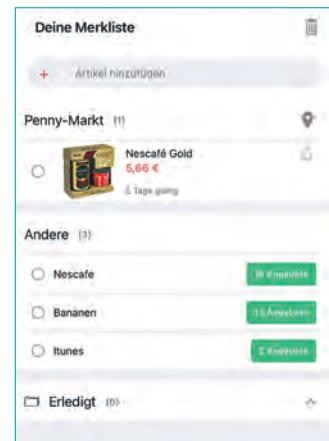
### Überblick über Angebote

Neben allen wichtigen Supermärkten und Discountern bietet die App die Prospekte aller größeren Elektromärkte, Baumärkte, Drogerien und Spezialisten wie Spielwarenläden. Um die Übersicht zu behalten, können Sie die Prospekte vorsortieren: Tippen Sie auf **Kategorien**, hier finden Sie etwa Prospekte aller Discounter, Supermärkte und Baumärkte aufgelistet. Über eine Favoritenfunktion können Sie ihre meistgenutzten Läden ebenfalls vorauswählen.

Nutzen Sie gerne Kundenkarten? Dann bietet die App eine weitere Funktion: Die App kann nämlich diese Karten verwalten und unterstützt Anbieter von ADAC bis zu Zalando. Dazu tippen Sie zuerst auf die drei Striche unten links und dann auf [Meine Kundenkarten](#). Sie können Ihre Kundennummer dann eintippen oder mit der Smartphone-Kamera scannen.

### So erstellen Sie eine Merkliste für Ihre Lieblingsprodukte

Sie suchen regelmäßig eine bestimmte Kaffeesorte oder etwa günstige Guthabenkarten für App Stores? Dann können Sie diese Produkte in eine Merkliste aufnehmen. Durch Antippen zeigt die App Ihnen danach alle aktuellen Angebote für Ihre Lieblingsartikel auf einen Blick. Die Erstellung der Merkliste ist einfach: Tippen Sie in der unteren Leiste auf das kleine ListenSymbol. Sie können oben unter [Artikel hinzufügen](#) ein Produkt eingeben, etwa „Bananen“ oder auch „Bio-Bananen“. Das Produkt erscheint danach in einer Liste, eine kleine Zahl zeigt die Anzahl der Händler mit passenden Angeboten. Tippen Sie auf den Eintrag, sehen Sie eine Übersicht an Prospekten. Automatisch öffnet die App die Stelle im Prospekt, wo das Angebot zu finden ist.



### Kurzüberblick

- Gute Übersicht über aktuelle Sondearangebote
- Mit Suchfunktion
- Favoriten und Merklisten

### Alternative

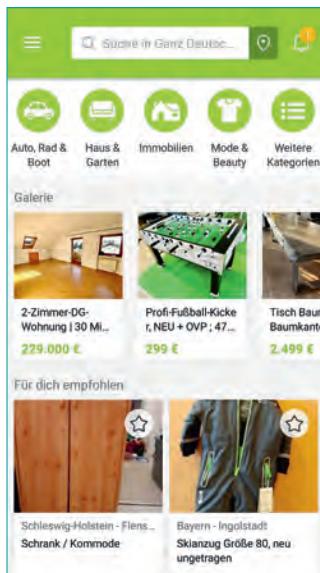
#### → [meinprospekt.de](#)

Die App meinprospekt.de ist ebenfalls auf das Anzeigen von Prospekten spezialisiert. Die App bietet die gleichen Inhalte, die Oberfläche ist aber etwas anders gestaltet. Das sollte nicht überraschen, beide Apps gehören zu einer Firma. (iOS/Android)



## Ebay Kleinanzeigen: Schnell kaufen und verkaufen

Neben dem bekannten Onlineauktionshaus Ebay.de gibt es noch ein zweites Ebay: Das Portal Ebay Kleinanzeigen. Das Angebot ist immens, so erscheinen hier nach eigenen Angaben etwa 500 Anzeigen pro Minute und der Dienst hat pro Monat knapp 30 Millionen Nutzer. Dieser Kleinanzeigen-Dienst eignet sich dank niedriger Kosten auch für sehr kleine Artikel, bei denen der Verkauf über Ebay zu teuer ist. Zudem lässt sich hier ohne langwierige Versteigerungen kaufen und verkaufen. Vor allem für kleine Anschaffungen für den Haushalt, etwa ein gebrauchtes Fahrrad, ein Gartengerät oder günstige Ersatzteile für Ikea-Möbel, ist der Kleinanzeigen-Dienst ideal. Ihre Käufe müssen Sie meist selbst beim Verkäufer abholen, es empfiehlt sich daher, nach Verkäufern in der eigenen Region zu suchen.



### Einfach Inserate erstellen

In der App wartet Ebay Kleinanzeigen mit einigen zeitsparenden und komfortablen Funktionen auf: Auch wenn das Stöbern und Kaufen ohne Anmeldung möglich ist, ist eine Registrierung sehr empfehlenswert. Damit bietet die App nämlich die Möglichkeit, Suchanfragen zu speichern. Dann informiert Sie die App über neue Anzeigen zu einem gesuchten Produkt. Über die App ist außerdem eine schnelle und einfache Erstellung von Anzeigen möglich. Tippen Sie dazu auf den Button **Inserieren** und es öffnet sich ein einfach ausfüllbares Formular. Sowohl Angebote als auch Gesuche können Sie hier verfassen. Ein großer Vorteil der App: Über die Smartphone-Kamera können Sie die Anzeige außerdem mit einem Foto Ihres Verkaufsobjekts ergänzen.

## Warnung vor Betrug

Eine Warnung: Ebay Kleinanzeigen hat gegenüber regulären Onlineshops und Ebay.de auch Nachteile. Wie bei vielen Kleinanzeigenmärkten kommen immer wieder kleine Betrügereien vor, gegen die es wenig Schutz gibt: Verkäufer liefern nicht oder verkaufen ein defektes Gerät. Der Anbieter empfiehlt deshalb, Produkte über die Funktion **Sicher bezahlen** zu kaufen – hier kann man Geld im Betrugsfall noch zurückfordern.

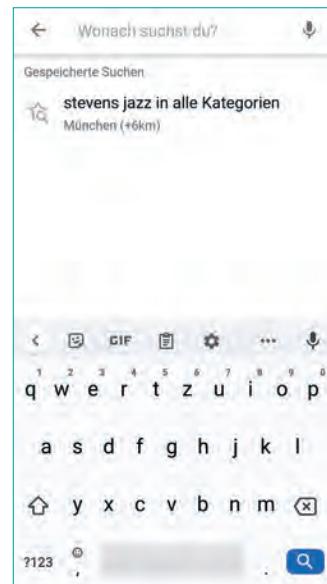
## So werden Sie über neue Angebote benachrichtigt

Sie suchen ein bestimmtes Fahrradmodell? Dann geben Sie in der Suchfunktion den Namen des Modells ein, etwa „Stevens Jazz“. Die Suche startet sofort und zeigt alle aktuellen Angebote. Sie sind aber nur an Angeboten in Ihrer Umgebung interessiert? Tippen Sie unter dem Suchfenster auf **Filter**. Es öffnet sich ein Fenster mit weiteren Suchoptionen. Sie können hier unter **Ort** Ihren Wohnort eingeben. Diese Suche können Sie nun speichern. Tippen Sie dazu auf das kleine Symbol neben dem Suchfenster. Die Suchanfrage wird dadurch automatisch durchgeführt und Sie werden über neue Anzeigen informiert. Gute Angebote sind nämlich schnell weg.

## Alternative

### → Quoka

Einen weiteren großen Kleinanzeigenmarkt bietet der Dienst Quoka.de. Auch hier gibt es eine App für die schnelle Suche nach Angeboten, eine Benachrichtigungsfunktion ist ebenfalls integriert. (iOS/Android)



## Kurzüberblick

- Viele Angebote
- Benachrichtigung über Angebote für ein bestimmtes Produkt
- Einfache Erstellung von Anzeigen
- Manchmal unseriöse Angebote



## Mytime.de: Einkäufe nach Hause geliefert

Einkaufen ist zeitaufwendig und lästig, dazu kommt die Plackerei mit schweren Getränkekisten und klobigen Packungen. Die Lösung versprechen zahllose Einkaufsdienste wie Rewe, Bringmeister, Amazon Fresh und Getnow. Beim letzten Test der Stiftung Warentest im Oktober 2018 schnitt hier der Dienst Mytime.de am besten ab. Der zum ostfriesischen Unternehmen Bünting gehörende Bringdienst liefert seine Aufträge deutschlandweit aus, im Unterschied zu vielen Konkurrenten wie Rewe sogar in kleine Ortschaften. Die App des Anbieters ist lohnenswert: Sie ermöglicht etwa das komfortable Zusammenstellen eines Auftrags per Sprache und Barcodescan.



### Gute Auswahl an Produkten

Etwas langwierig ist allerdings die erste Anmeldung beim Anbieter. Das ist aber unvermeidbar, denn der Dienst benötigt natürlich Ihre Lieferadresse. Bei der Bestellung können Sie dafür auf eine große Auswahl an Backwaren, Obst, Gemüse und Vorratsartikeln zugreifen, die aus einem Zentrallager per DPD oder DHL verschickt werden. Die Produkte sind in verschiedene Kategorien eingeteilt, aus denen Sie mit einer Suchfunktion gezielt das Gewünschte herausfinden können.

Sehr nützlich ist eine integrierte Sprachfunktion: Sie drücken dazu auf ein kleines Mikrofonsymbol und halten die „Taste“ gedrückt, dann sprechen Sie einfach den Produktnamen oder einen Markennamen in Ihr Smartphone.

Bei der Bestellung sollten Sie auf ein Kühlsymbol bei den Einträgen achten. Es besagt, dass die so gekennzeichneten Artikel gekühlt werden müssen. Der Ver-

sand solcher Waren ist dann allerdings um 5,90 Euro teurer. Gut: Die App zeigt auf den ersten Blick einige nützliche Zusatzinformationen zu den Produkten wie zum Beispiel die Haltbarkeit, möglicherweise enthaltene Allergene und den „Inverkehrbringer“ – also den Hersteller. Schade: Die Verpackung der Lebensmittel sorgt für einiges Aufkommen an Verpackungsmüll. Das ist allerdings fast unvermeidlich, damit auch empfindlichere Lebensmittel wie Obst und Gemüse unbeschadet ankommen. Die Bestellung von Getränken ist über den Dienst ebenfalls möglich, ein spezialisierter Lieferdienst wie Flaschenpost ist dafür aber günstiger und schneller.

### **So scannen Sie den Strichcode eines Produkts**

Der Strichcodescanner ist nützlich, wenn Sie ein Produkt nachbestellen wollen und die Verpackung vor sich haben. Dazu tippen Sie in der Funktionsleiste auf den Button *Barcode*. Eine Fotofunktion öffnet sich, Sie müssen nun die Kamera auf den Strichcode des Produkts richten. Hat Mytime das Produkt auf Lager, wird es sofort eingeblendet und Sie können es im Warenkorb speichern.

### **Alternative**

#### → **Bringmeister**

Den zweiten Platz im Test von Online-Lieferdiensten erzielte der Lieferdienst Bringmeister, der mit Edeka kooperiert. Der Dienst ist aber nur in Berlin, Potsdam, München und dem jeweiligen Umland verfügbar. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Umfangreiches Angebot
- Produktsuche per Strichcode oder Spracheingabe möglich
- Lieferung auch in kleine Ortschaften
- Lieferzeit beträgt oft mehrere Tage
- Kein Mindestbestellwert, Lieferkosten ab 5 Euro, Expresszuschlag
- Viel Verpackungsmüll



## Post & DHL: Nie mehr ohne Briefmarke

Geht es Ihnen auch so? Immer, wenn man eine Briefmarke braucht, ist keine mehr da. Meist hat dann auch die Postfiliale gerade geschlossen – wenn überhaupt eine in der Nähe ist ... Eine bequeme Lösung für dieses lästige Problem bietet die App Post & DHL. Damit können Sie nicht nur bequem Ihre Briefe und Päckchen frankieren, sondern auch die nächste Postfiliale und den nächsten Briefkasten finden und Pakete verfolgen.



### So erstellen Sie eine Briefmarke

Für einen Standardbrief können Sie jetzt anstelle einer Briefmarke eine Spezialnummer auf den Brief schreiben. Wählen Sie dazu die Funktion *Porto* und tippen Sie auf *Postkarten und Briefe*. Bezahlen können Sie Briefporto aber nur über den Dienst Paypal. Zusätzlich müssen Sie Ihre E-Mail-Adresse eingeben. Beim Kauf von Paketmarken stehen noch weitere Zahlungsmethoden zur Verfügung, etwa per Kreditkarte und Lastschrift. An der Stelle, wo Sie sonst eine Briefmarke aufkleben würden, müssen Sie diesen Code nun aufschreiben.

Für die Frankierung von Päckchen können Sie sich über die App eine Marke zum Ausdrucken zuschicken lassen; den Empfänger können Sie dabei auch aus Ihrem Handyadressbuch übernehmen und sparen sich so das lästige Eintippen der Adresse. Sie haben gar keinen Drucker? Dann können Sie die Funktion *Mobile Paketmarke*

nutzen. Sie erhalten damit einen sogenannten QR-Code, den Sie bei der Abholung oder in der Postfiliale einfach auf Ihrem Smartphone-Bildschirm vorzeigen. Der Paketschein wird dann für Sie ausgedruckt. Das klappt sogar an einer Packstation!

Falls Sie nicht zur Postfiliale laufen möchten oder können, lässt sich über die App die Abholung von Paketen buchen. Vor allem bei schweren Sendungen kann das praktisch sein. Nutzen Sie beim Versand von Paketen gerne die Nachverfolgung? Das ist seit Kurzem auch bei Briefen möglich. Es gibt nämlich eine neue Briefmarkensorte mit Matrixcode – einer kleinen Grafik. Diese müssen Sie vor dem Einwerfen eines Briefes mit dem Smartphone einscannen und können den Versand dann über die App nachverfolgen.

### **Standort bestimmen und Paket verfolgen**

Es wird leider immer schwieriger, einen Briefkasten oder eine Postfiliale zu finden. Die App bietet aber auch für dieses Problem eine Lösung: Eine Suchfunktion inklusive Karte. Neben Kästen und Filialen kann die App nahe Paketshops und Packstationen auflisten – und kennt die Öffnungszeiten.

Unterstützt wird ebenso die Nachverfolgung von DHL-Paketen, die bisher unabhängigen Apps von Post und DHL wurden dazu zusammengelegt. Kennen Sie die Sendungsnummer eines Pakets, können Sie den Weg verfolgen und über die App oft noch einen alternativen Lieferort und passende Zeiten vorschlagen.



### **Kurzüberblick**

- Postsendungen einfach frankieren
- Briefkästen und Filialen finden
- DHL-Paketverfolgung

### **Alternative**

#### → **Hermes**

Für private Briefe gibt es keine Alternative zur Post, zumindest bei Paketen existieren einige Auswahlmöglichkeiten. Die App des Dienstes Hermes bietet ebenfalls das Erstellen von Paket-scheinen, kann Sendungen verfolgen und auch umleiten – etwa zu einem bestimmten Paketshop. (iOS/Android)

# Fitness

„Luft und Bewegung sind die eigentlichen geheimen Sanitätsräte“, riet schon Fontane. Unsere Apps helfen Ihnen dabei, sich mehr zu bewegen und fit zu bleiben. Eine Schrittzähler-App zeigt Ihnen, ob Sie sich diese Woche schon genug bewegt haben, eine App wie Gymondo kann sogar den persönlichen Fitnesstrainer ersetzen. Bei Problemen mit dem Rücken helfen Ihnen die Übungen der Ratiopharm-App.

## Gesund und fit bleiben mit dem Smartphone

---

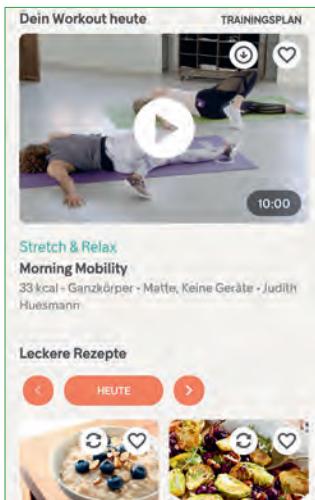


**Sport und Fitness werden** im vorgerückten Alter immer wichtiger für die Gesundheit. Ihr Smartphone kann Ihnen dabei eine wertvolle Hilfe sein. Mit der App von Gymondo wird Ihr Handy zu einer Art Fitnesscoach und versorgt Sie mit Hunderten an Fitnesskursen und Fitnesstipps – wenn auch gegen eine Abonnementgebühr. Gymondo schnitt im Test von Online-Fitnessstudios vom September 2020 am besten ab. Kostenlos zeigt Ihnen dagegen die Android-App Tägliche Senioren Fitness nützliche Fitnessübungen. Sie gehen zum Erhalt Ihrer Gesundheit lieber spazieren oder „walken“? Dann kann Ihnen die Schrittzähler-App Details zu Ihren täglichen Rundgängen liefern. Wer Probleme mit dem Rücken hat, kann einmal die Rückenschule von Ratiopharm ausprobieren, die Ihnen einige Übungen in gut gemachten Videos zeigt und erklärt. Schwimm-Fans hilft die App Swim Coach mit kostenlosen Trainingsplänen, sie richtet sich aber eher an bereits fitte Schwimmerinnen und Schwimmer. Wichtig: Gerade bei einem sportlichen „Neueinstieg“ empfehlen wir, Ihr Training vorab mit Ihrem Hausarzt abzusprechen. Manche Sportarten sind bei bestimmten Vorerkrankungen wie Rückenproblemen oder Bluthochdruck einfach ungeeignet.



## Gymondo: Fitness zu Hause

Sie wollen Ihre Fitness verbessern, Heimtrainer und Joggen sind Ihnen aber zu langweilig? Dann ist oft ein wöchentlicher Fitnesskurs mit ausgesuchten Übungen die beste Lösung. Nicht jeder hat aber ein Fitnessstudio in der Nähe oder möchte mit Fremden zusammen trainieren, oft muss man dort auch Jahresverträge abschließen. Mehr Auswahl und Flexibilität bieten Onlinekurse in Videoform. Mit Ihrem Smartphone oder Tablet können Sie diese Kurse nutzen, wo Sie möchten. Im Test der Stiftung Warentest vom September 2020 hat hier der Anbieter Gymondo am besten abgeschnitten, bei dem man aus 900 Fitnesskursen auswählen kann.



### Vor dem Sport vom Arzt beraten lassen

Aus zahlreichen Trainingszielen und Themen wählen Sie einen Kurs aus, vorab bietet die App einen kleinen Test, mit dem Sie Ihre Fitness selbst einstufen können. Für Ältere geeignet sind viele der Einsteigerkurse mit der Einstufung „Leicht“. Alternativ zu dem für ältere Knochen gefährlichen Krafttraining und mitunter akrobatischen Tanzkursen finden Sie hier zum Beispiel auch Pilates und Yoga für Einsteiger. Leider gibt es bisher kein spezielles Trainingsangebot für Ältere. Onlinekurse sind nicht ganz ohne Risiko: Viele der Kurse richten sich an junge Menschen in Top-Form. Grundsätzlich sollten Sie Ihre sportlichen Aktivitäten deshalb vorab mit Ihrem Orthopäden oder Hausarzt abklären.

Einige Kurse wie ein Rückentraining von Gymondo können Sie sich sogar von manchen Krankenkassen erstatten lassen. Gymondo kostet zwischen rund 7 und 13 Euro pro Monat. Die erste Woche ist kostenlos, das Abo verlängert sich aber automatisch, wenn man nicht kündigt.

## Kurse werden durch Ernährungstipps ergänzt

Die Stärke von Gymondo ist der große Funktionsumfang: Zusätzlich zu den Übungen gibt die App Ihnen Tipps zur Ernährung, stellt gesunde Rezepte vor und versucht, Sie immer wieder zu motivieren – etwa durch Lob beim Erreichen von Fitnesszielen. Ein weiteres Plus: Teilweise gibt es in den Kursen mehrere Trainer für verschiedene Schwierigkeitsstufen. Mit der Möglichkeit, zu Ihren individuellen Trainingszielen passende Programme auszuwählen, ist die App den vielen kostenlosen YouTube-Kanälen deutlich überlegen. Im Test der Stiftung Warentest erwiesen sich viele dieser Kanäle als eher mittelmäßig – und meist sind hier junge Frauen die Zielgruppe.

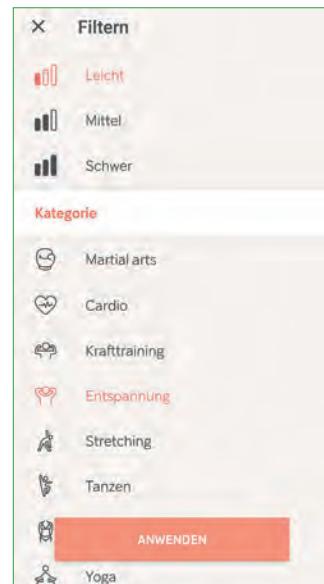
### So erstellen Sie einen Filter

Viele der angebotenen Übungen sind eher für Fitnessprofis gedacht. Durch einen Filter können Sie aber die weniger geeigneten Kurse ausblenden. Tippen Sie in der Übersicht auf *Filtern*. Sie können nun die Kurse nach Zeit, Trainer und anderen Kategorien sortieren. Empfehlenswert ist unter *Schwierigkeit* die Stufe *Leicht* auszuwählen. Bei *Kategorie* sind außerdem die Bereiche *Entspannung*, *Stretching* und *Pilates* zu empfehlen.

### Alternative

#### → [Fitnessraum.de](#)

Im Test der Stiftung Warentest hat der Dienst fitnessraum.de als zweitbester Anbieter abgeschnitten. Die auch per App nutzbaren Kurse sind ebenfalls hervorragend, auf eine Ernährungsberatung müssen Sie aber verzichten. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Zahlreiche Fitnesskurse als Video
- Zusätzliche Infos und Ernährungstipps
- Kostenpflichtiges Abo
- Keine ärztliche Prüfung
- App sendet unnötige Daten



## Schrittzähler: Immer auf dem Laufenden

Das Gehen ist für den menschlichen Körper wohl die natürlichste Form der Aktivität. Spaziergänge und Wanderungen sind außerdem oft die schonendste und effektivste Möglichkeit, fit zu bleiben – und eignen sich für jedes Alter. Das oft empfohlene Nordic Walking gehört ebenfalls in diese Kategorie – allerdings wird mit den Stöcken zusätzlich darauf abgezielt, auch den Oberkörper zu kräftigen. Sich ein Ziel zu setzen – etwa jede Woche mindestens 150 Minuten Bewegung –, kann sehr motivierend wirken. Dabei hilft Ihnen eine App wie Schrittzähler.

Die App ist leicht verständlich. Beim ersten Programmstart müssen Sie der App gestatten, auf die Bewegungssensoren Ihres Smartphones zuzugreifen. Dann erfasst sie automatisch Beginn und Ende

Ihrer Gänge und Wanderungen und zeigt die Anzahl der zurückgelegten Schritte in einer großen Anzeige an, eine Start- oder Stopptaste ist nicht notwendig. Auch die verbrauchten Kalorien berechnet sie und misst Ihre Durchschnittsgeschwindigkeit. Wie viele Meter Sie zurückgelegt haben, zeigt die App ebenfalls an. Tippen Sie auf eine der vier Anzeigen, sehen Sie den zeitlichen Verlauf als Grafik – bei einer Wanderung erfahren Sie etwa, wann Sie schneller oder langsamer gelaufend sind.



### Persönliche Daten angeben

Ein Haken dabei: Die als Standard angezeigten Daten sind mit großer Wahrscheinlichkeit noch nicht ganz korrekt, das betrifft auch den Kalorienverbrauch. Damit die App genaue Daten liefert, müssen Sie nämlich einige persönliche Angaben ergänzen. Tippen Sie dazu

oben rechts auf die drei Linien und öffnen die *Einstellungen*. Unter *Persönlich* geben Sie nun Ihr Alter, Geschlecht, Gewicht und Ihre Schrittänge ein. Tipp: Bei einer Körpergröße zwischen 170 und 190 Zentimetern können Sie die vorgegebenen 70 Zentimeter belassen. Sind Sie kleiner oder größer, sollten Sie dagegen auch eine kleinere oder größere Schrittänge eintragen. Wenn Ihnen die bunte Oberfläche der App nicht gefällt, können Sie unter den Einstellungen unter unterschiedlichen Designs und Farbgebungen auswählen. Finanziert wird die App durch eingebundene Werbung.



## Exakt oder stromsparend

Sie können die App auf zwei Arten benutzen: Unter Android aktivieren Sie den Hardwaremodus, auf dem iPhone den Modus *Energiesparend*. Über die Einstellungen können Sie dann den Modus *Hohe Präzision* wählen. Ist dieser Modus aktiv, können Sie unter der Einstellung *Alarm START/STOPP* auch einen Zeitraum einstellen, in dem die App automatisch aktiv sein soll. Das ist etwa dann sinnvoll, wenn Sie bei einer langen Wanderung möglichst exakte Daten haben wollen. Für die täglichen Spaziergänge ist die vorgegebene Einstellung aber völlig ausreichend.

## Kurzüberblick

- Einfach und übersichtlich
- Erfasst die Bewegung automatisch
- Berechnung von Entfernung und Kalorienverbrauch

## Alternative

### → Apple Health

Smartphones mit Android und iOS bieten bereits einen integrierten Schrittzähler, der Ihre Bewegungen erfasst. Unter iOS finden Sie die Daten unter der App Health, unter Android ist für die Anzeige dieser Daten die Installation einer zusätzlichen App nötig – wie Schrittzähler. (iOS)



## Tägliche Senioren Fitness: Einfache Übungen

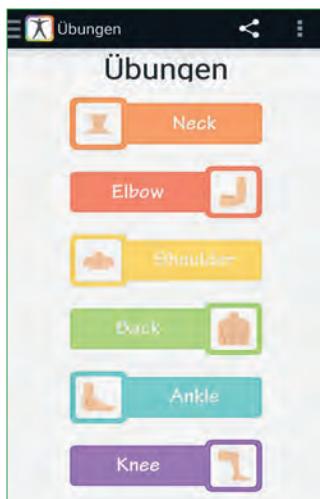
In den App Stores wird eine Reihe an kostenlosen Fitness-Apps angeboten. Dabei ist das Angebot für Senioren allerdings leider sehr klein. Kostenlose Fitness-Apps sind vor allem für den Muskelaufbau oder zum Abnehmen konzipiert, die meisten Kurse sind für ältere Menschen ungeeignet. So sind aktuell Hochintensivkurse in Mode, die den Körper in kurzer Zeit extremen Belastungen aussetzen. Bei solchen Übungen besteht (nicht nur) bei älteren Gelenken und Sehnen echte Verletzungsgefahr: Die wenigen speziell für Senioren ausgelegten Fitness-Apps sind oft sehr teuer. Einige Anbieter haben sich auf eine Finanzierung per Krankenkasse spezialisiert und sind beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) gelistet. Da im Normalfall die Kasse für solche Anwendungen zahlt, sind die Gebühren sehr hoch und für „Selbstzahler“ eigentlich zu teuer.

Für Vivira werden zum Beispiel 88 Euro pro Monat fällig, das Münchener Start-up Kaia fordert sogar 99 Euro monatlich.

### Kostenlos fit bleiben

Eine der wenigen für Senioren geeigneten kostenfreien Fitness-Apps ist die App Tägliche Senioren Fitness. Es gibt allerdings zwei Einschränkungen: Die Übungen sind teilweise englischsprachig und die App ist nur für Android-Nutzer verfügbar. Wir stellen Sie hier aber trotzdem vor, da es kaum Alternativen gibt und die App eine interessante Übersicht an kleinen Übungen bietet.

Aufgeteilt sind die Übungen nach den Körperfächern Nacken, Ellbogen, Schulter, Rücken, Knöchel und Knie.



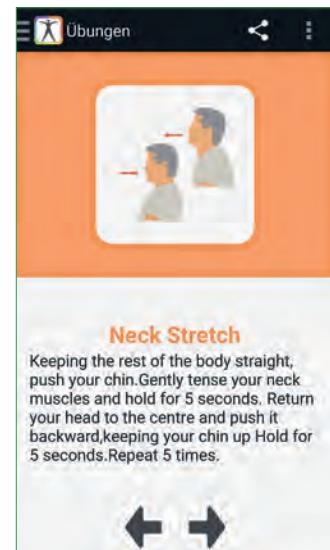
Zu jedem dieser Bereiche gibt es mehrere Übungen, die durch eine kleine Grafik erläutert werden.

Für manche der Übungen sind alltägliche Hilfsmittel wie ein kleines Gewicht oder ein Handtuch erforderlich, so müssen Sie bei einer der Übungen das Handgelenk mit und ohne Gewicht drehen. Bei einer der Schulterübungen müssen Sie sich mit beiden Armen einige Sekunden gegen einen Türrahmen lehnen (mehrmals) oder bei einer Pendelübung mit einer Hand auf einem Stuhl abstützen.

Nach dem Aufruf einer Übungsreihe können Sie per Pfeilsymbol zwischen den einzelnen Übungen blättern. Da sich die App durch die Einblendung von Werbung finanziert, muss man dabei gelegentlich Anzeigen weglassen.

### **Nicht durchgehend deutschsprachig**

Kurios: Offensichtlich gab es Versuche, die englischsprachige App in die deutsche Sprache zu übersetzen, dies wurde aber nicht vollständig erreicht. Wenn Sie die einzelnen Übungen aufrufen, werden Sie feststellen, dass es dort sprachlich etwas durcheinandergeht. Einige Übungen sind auf Deutsch verfügbar, andere sind komplett englischsprachig, manche wiederum zumindest teilweise deutschsprachig.



### **Kurzüberblick**

- Speziell für Ältere
- Einfache Erklärung per Text und Grafik
- Teilweise englischsprachig
- Werbung wird eingeblendet

### **Alternative**

#### **→ Senior Fitness**

Sprechen Sie englisch, ist die App Senior Fitness eine gute Alternative. Diese bietet einen ganzen Monatsplan an Übungen und zu jeder Übung ausführliche Erläuterungen. Zusätzlich zeigt ein Video die Durchführung. (iOS/Android)



## Swim Coach: Trainieren mit Plan

Schwimmen gilt wegen der Schonung von Gelenken und Sehnen als fast schon idealer Sport für Senioren – mit dem Mastersschwimmen gibt es sogar einen beliebten Wettkampf für Ältere. Wenn Sie regelmäßig schwimmen, dabei gerne Ihr Training verbessern und die Entwicklung Ihrer Leistung verfolgen möchten, könnte *Swim Coach* eine interessante Option für Sie sein. Die von der Bademodenmarke Speedo bereitgestellte kostenlose App versorgt Sportler aller Leistungsklassen mit Trainingsplänen und richtet sich an Einsteiger wie an Profisportler.

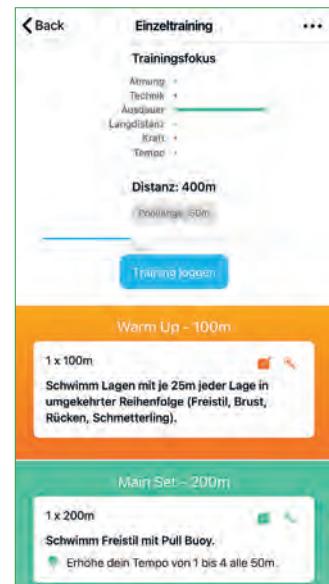


### Eigenen Trainingsplan erstellen

Zu Beginn können Sie einige Rahmenbedingungen festlegen – je nach Ihrer individuellen Leistung. Die Länge der Strecke ist zwischen 400 bis 6 000 Meter wählbar, außerdem können Sie bestimmen, ob Sie Ihre Atmung, Technik, Ausdauer oder Ihre Allround-Fähigkeiten trainieren möchten. Wahlweise kann die App Ihnen nun einen Plan für ein Einzeltraining oder einen kompletten Trainingsplan über mehrere Wochen erstellen – jeweils aufgeteilt in Aufwärm-, Hauptteil und Abkühlen. Einzelne Trainings werden erklärt, teilweise werden Techniken per Video näher erläutert. Dabei unterscheidet die App zwischen einem lockeren Training, etwa wenn Sie Ihre Fitness steigern wollen, und einem Wettkampftraining mit anderem Aufbau. Zwischen vier und 16 Wochen sind hier wählbar, auf Wunsch fügt die App einige lockere Wochen und eine weniger intensive Abschlusswoche ein.

## Kostenpflichtige Version mit mehr Kursen

Die App ist kostenlos nutzbar, eine kostenpflichtige Version bietet weitere Einstellungsmöglichkeiten: In der kostenfreien Version setzt die App bei der Erstellung der Trainingspläne die Verfügbarkeit einiger Hilfsmittel wie Handpaddel voraus. Ab 21 Euro im Jahr lassen sich die Hilfsmittel selbst einstellen, Sie können Trainingspläne nachträglich ändern und auf 200 weitere Übungen zugreifen. Diese fortgeschrittenen Funktionen richten sich allerdings vor allem an junge Leistungssportler. Die größte Einschränkung: Nur die kostenpflichtige Version erfasst die Trainingszeiten. Die App unterstützt dann außerdem Smartwatches von Garmin, die es auch in Versionen für Schwimmer gibt. Diese können Ihre Trainingspläne auf dem Smartwatch-Bildschirm anzeigen.



## Einzeltraining aussuchen

Statt sich einen mehrwöchigen Trainingsplan erstellen zu lassen, können Sie sich von der App auch ein Einzeltraining vorschlagen lassen. Tippen Sie dazu in der App auf ***Einzeltraining*** und legen Sie die Länge Ihres Schwimmtrainings fest. Tippen Sie dann oben links auf das Zauberstabssymbol. Die App erstellt Ihnen nun ein zufällig ausgewähltes Training.

## Alternative

### → MyHomeFit

Sie nutzen einen Heimtrainer mit App-Unterstützung? Dann kann MyHomeFit Sie mit virtuellen Wegstrecken und Trainingsdaten versorgen. Die App ist auch kostenlos nutzbar. (iOS/Android)

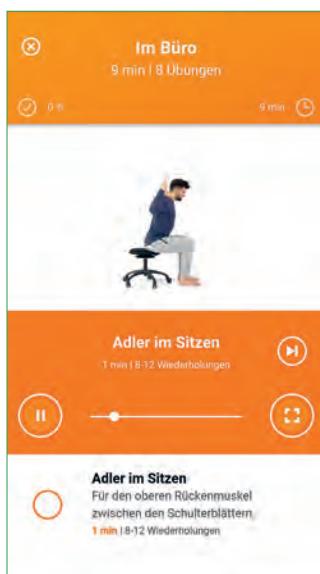
## Kurzüberblick

- Erstellt Trainingspläne für Schwimmer
- Einzeltrainings und längere Trainingseinheiten möglich
- Anleitungen und Techniktipps
- Trainingstagebuch und weitere Funktionen nur mit Abo

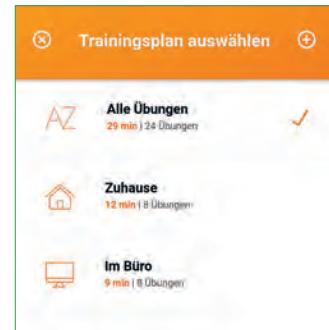


## Ratiopharm Rückenschule: Gut für zwischendurch

Probleme mit dem Rücken sind wohl eines der verbreitetsten Gesundheitsprobleme. In vielen Fällen ist mit regelmäßigen Übungen eine deutliche Besserung zu erreichen. Die App Ratiopharm Rückenschule wurde mit der fachlichen Unterstützung eines Physiotherapeuten konzipiert und bietet vier verschiedene Trainingspläne, die aus Videoanleitungen bestehen. Wer viel Zeit hat, kann mit dem A–Z-Rückentraining alle 24 Übungen absolvieren, das dauert laut App 29 Minuten. Wahlweise können Sie aber auch drei kürzere Trainingspläne ausprobieren, etwa zwischendurch zu Hause, im Büro oder unterwegs. Finanziert wird die App durch Werbung für die Schmerzmittel des Pharmaunternehmens, diese ist aber sehr dezent gehalten – vom Namen einmal abgesehen.



Eine Ärztin und einen Physiotherapeuten kann die App selbstverständlich nicht ersetzen, aber für vorbeugende Übungen liefert sie Ihnen eine gute Anleitung – etwa nach einer zu langen Bahnfahrt. Haben Sie ein modernes Smart-TV, können Sie die Videos unter Umständen auch auf dem Fernseher abspielen. iPhones und iPad bieten für diesen Zweck die drahtlose Funktion Airplay, bei einem Android-Smartphone gibt es dafür die ähnliche Funktion Chromecast.



### **Eigene Trainingspläne erstellen**

Die App bietet aber nicht nur gut gemachte Anleitungen: Sie können sich damit auch einen persönlichen Trainingsplan erstellen. Tippen Sie unten auf *Übungen*, Sie sehen dann die vier bereits vorgegebenen Trainingspläne. Tippen Sie nun oben rechts auf das Plus-Symbol. Jetzt können Sie einen Namen für Ihren neuen Trainingsplan vergeben, etwa „Sonntags-Plan“. Alle verfügbaren Übungen sind in einer Liste zu sehen. Ihre Lieblingsübungen können Sie durch Antippen des Plus-Symbols in Ihren Trainingsplan aufnehmen. Die App zeigt Ihnen dabei automatisch, wie lange die von Ihnen ausgewählten Übungen insgesamt dauern werden.

### **Kurzüberblick**

- Fachlich geprüfte Übungen
- Videoanleitungen
- Trainingspläne für zu Hause und unterwegs
- Eigene Trainingspläne möglich

### **Alternative**

#### **→ Barmer Bonus App**

Kunden der Krankenkasse Barmer erhalten mit der Barmer Bonus App eine interessante Option: Durch sportliche Aktivitäten kann der oder die Versicherte Punkte sammeln und gegen Preämien eintauschen. (iOS/Android)

# Gesundheit

Eine persönliche Untersuchung oder die individuelle Beratung in der Apotheke kann eine App bisher noch nicht ersetzen. Aber Sie können mit Ihrem Smartphone eine Videosprechstunde mit einem Arzt oder einer Ärztin vereinbaren und Rezepte und Krankschreibungen organisieren. Apps helfen außerdem bei der Bestellung und pünktlichen Einnahme von Medikamenten. Sie bevorzugen Hausmittel? Auch dafür gibt es die passende Smartphone-App.

## Ihr Smartphone als Gesundheitshelfer

---

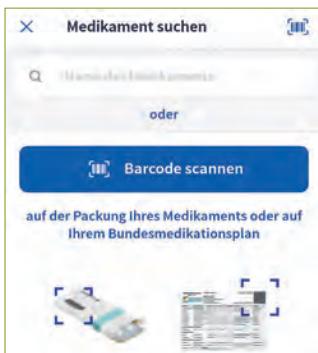


**Sie verbringen viel Zeit in Arztpraxen und Apotheken?** Dank neuer Technologien kann Ihnen ein Smartphone hier viel Zeit ersparen. Über eine App wie CallmyApo können Sie bequem ein Medikament vorbestellen und auch Ihre Medikamente verwalten. Sie müssen täglich mehrere Medikamente zu bestimmten Zeiten einnehmen? An diese Termine kann Sie die App Mediteo – Siegerin in einem entsprechenden Test der Stiftung Warentest vom Februar 2021 – pünktlich erinnern. Aber auch einen lästigen Routine-Arztbesuch kann Ihnen ein Smartphone abnehmen, mit einer App wie Kry vereinbaren Sie einen Termin per Smartphone und führen ihn als Videokonferenz durch – mit voller Erstattung durch die Krankenkasse. Nicht zuletzt kann Ihnen eine App auch bei herkömmlichen Arztterminen weiterhelfen: Die von der Stiftung Warentest empfohlene App 116117 vermittelt Ihnen einen passenden Arzttermin und bietet einige nützliche Zusatzfunktionen. An Freunde alternativer Medizin ist aber auch gedacht: Für diese ist die App BKK VBU Hausmittel einen Blick wert. Diese stellt Ihnen über 200 bewährte Hausmittel vor und nennt das passende Hausmittel zu Hunderten Erkrankungen.



## Mediteo: Medikamente nach Plan

Wer viele Medikamente einnehmen muss, kann leicht den Überblick verlieren. Eine Medikamenten-App wie Mediteo erinnert Sie per Smartphone-Nachricht an die Einnahme und die Dosierung – mit oder ohne Tonsignal. Die App Mediteo schneidet in einem Test der Stiftung Warentest vom Februar 2021 als beste von 10 getesteten Apps ab und achtet auf den Schutz Ihrer persönlichen Daten. Dass Sie das Medikament genommen haben, halten Sie durch Antippen eines Häkchensymbols fest, anderenfalls werden Sie kurz darauf erneut erinnert. Über eine Kalenderfunktion können Sie später überprüfen, ob Sie Ihre Medikamente regelmäßig eingenommen haben.



### Die richtige Tablette zur richtigen Zeit

Sie können in der App einer Tablette eine bestimmte Form wie „rund“ oder „eckig“ und eine Farbe zuweisen. Ein Symbolbild hilft Ihnen dann bei der Wahl der richtigen Tablette. Ihre Medikamentenliste können Sie außerdem laufend aktualisieren und bei einer Änderung einfach anpassen. Auch andere Darreichungsformen von Arzneimitteln wie Salben oder Medizintees kennt die App. Sie können die Dauer der Einnahme verwalten oder Notizen hinzufügen. Die App zählt außerdem die eingenommenen Tabletten mit und kann Sie rechtzeitig an den Nachkauf von Medikamenten erinnern.

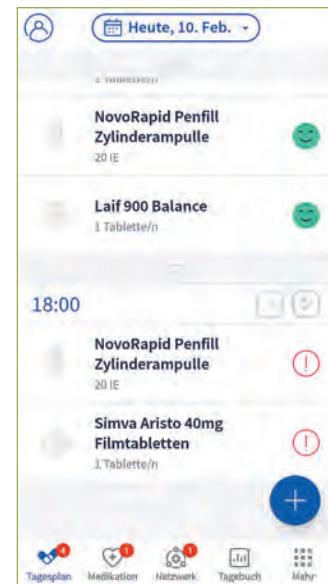
Eine sehr nützliche Funktion ist die Überprüfung auf Doppelmedikation. Kommt ein neues Medikament hinzu, zeigt die App bei gleichen Wirkstoffen eine Warnung an – weil eine Überdosierung droht. Die kostenpflichtige Plus-Version bietet sogar eine Prüfung auf Wechselwirkungen und andere Probleme der Medikation.

Auch Gebrauchsinformationen wie Indikation und Nebenwirkungen können Sie sich anzeigen lassen: Rufen Sie dazu das betreffende Medikament auf und tippen Sie auf den Reiter **Packung**.

Nicht zuletzt bietet die App unter **Messungen** die Option, Blutdruck, Körpergewicht, Ruhepuls, Stimmungen und viele andere Daten zu erfassen. Für 9 Euro pro Monat gibt es eine kostenpflichtige Version, die zusätzlich Ihre Medikation überprüft und weitere Auswertungsfunktionen bietet.

### Medikament per Kamera einlesen

Die mühsame Eingabe von Medikamentennamen können Sie sich sparen, wenn Ihnen ihr Arzt einen Medikationsplan nach dem Standard BMP ausgehändigt hat. Oben rechts haben diese Pläne einen kleinen viereckigen QR-Code, den die App einlesen kann. Tippen Sie dazu unten links auf die Schaltfläche **Medikation**. Hier verwalten Sie Ihre Medikamente. Tippen Sie nun oben rechts auf das Plussymbol. Sie sehen dann die Option **Barcode scannen**. Tippen Sie auf diese Option und richten Sie die Kamera auf den Barcode Ihres Medikationsplans. Alle Daten werden übernommen, auch der Name der Praxis. Sie können per Scan-Funktion übrigens auch einzelne Medikamentennamen einlesen, die App nutzt dazu den Strichcode auf der Packung.



### Kurzüberblick

- Verwaltet Medikamente
- Erinnert an die Einnahme
- Scan von Medikationslisten und Packungen
- Warnt bei Doppelmedikation

### Alternative

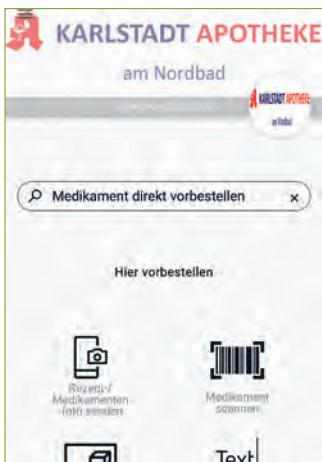
#### → Vimedi

Vimedi kann ebenfalls Medikamente verwalten und sogar bei einer Apotheke vorbestellen. Die Bedienung ist aber laut Test der Stiftung Warentest etwas weniger komfortabel. (iOS/Android)



## CallmyApo: Medikamente bei der Apotheke vorbestellen

Mit CallmyApo, im Test der Stiftung Warentest vom Februar 2021 mit Gut bewertet, können Sie wie mit Mediteo Ihre Medikamente und Einnahmezeiten verwalten. Der Schwerpunkt liegt bei CallmyApo aber auf der Vorbestellung der Medikamente: Beim ersten Start der App müssen Sie Ihre Stammapotheke auswählen, bei der Sie Ihre Vorbestellungen abholen wollen. Unterstützt Ihre Apotheke die App, ist eine Vorbestellung sehr einfach möglich. Sie können den Namen des Medikaments über eine Suchfunktion eingeben, ein Medikament scannen und das Rezept oder ein Medikament abfotografieren. Sobald Sie das Gewünschte ausgewählt haben, bestätigen Sie die Vorbestellung per Knopfdruck. Sie erhalten nach kurzer Zeit eine Bestätigung der Apotheke. Über eine Art Chat-Funktion können Sie Ihren Apotheker oder Ihre Apothekerin auch nach Nebenwirkungen oder Ähnlichem fragen. Über ein Papierkorbsymbol ist die Stornierung einer versehentlichen Bestellung möglich.



### Warnung bei Wechselwirkungen

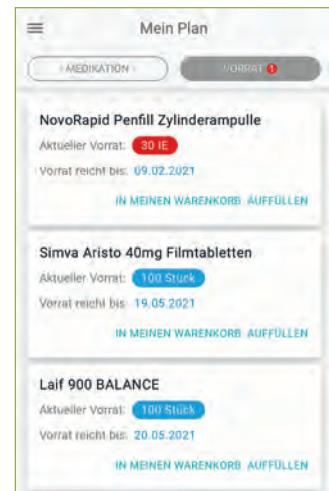
Auch bei der Medikamenteneinnahme unterstützt Sie die App. Dazu müssen Sie die Einnahmezeiten und die Häufigkeit eingeben. Die Suchfunktion erleichtert die Eingabe: Tippen Sie auf das Plussymbol und geben Sie den Anfang des Medikamentennamens ein. Sie erhalten Vorschläge eingeblendet, die Sie übernehmen können. Danach können Sie die jeweilige Einnahmezeit ergänzen: täglich oder mit bestimmten Abständen, wochentags, bei Bedarf oder in einem Zyklus. Zusätzlich geben Sie die Tageszeit oder die Uhrzeit für die Einnahme ein. Auch einen Zeitraum können Sie festlegen, etwa wenn Sie das Medikament nur eine Woche nehmen

sollen. Auf Wunsch kann die App Sie auch an das Nachkaufen erinnern, wenn die Packung zur Neige geht.

Haben Sie von Ihrem Arzt eine ganze Medikationsliste mit einem QR-Code erhalten? Dann müssen Sie nicht jedes Medikament einzeln eingeben, sondern können die Medikamente per Scan-Funktion einlesen. Das funktioniert wie bei der App Mediteo (siehe Seite 54). Ist die Einnahme fällig, erinnert Sie die App per Nachricht und Signalton – Letzterer lässt sich auch abschalten. Über einen Button können Sie die Einnahme bestätigen. Die App kann außerdem überprüfen, ob Wechselwirkungen zwischen zwei Medikamenten bestehen. Dafür müssen Sie sich allerdings bei der App anmelden. Im Falle einer Wechselwirkung zeigt die App dann eine rote Warnung. Tippen Sie darauf, erklärt eine Detailseite das Problem ausführlicher.

### **Wenn ein Medikament zur Neige geht**

Die Nachbestellung eines Medikaments aus Ihrer Medikamentenliste ist sehr einfach möglich: Tippen Sie auf **Mein Plan** und oben rechts auf den Button **Vorrat**. Sie sehen nun eine Liste Ihrer Medikamente und bei jedem die Option **In meinen Warenkorb**. Tippen Sie auf **Warenkorb** und dann auf **Jetzt vorbestellen**, damit die Bestellung an Ihre Apotheke weitergeleitet wird.



### **Kurzüberblick**

- Einfache Vorbestellung von Medikamenten möglich
- Gute Verwaltungsfunktionen, Erinnerung an Einnahme
- Wird nicht von allen Apotheken unterstützt

### **Alternative**

#### → **Meine Apotheke**

Für das Vorbestellen bei einer Apotheke gibt es einige Apps. Die App Meine Apotheke überzeugte im Test vom Februar 2021 mit sehr guter Navigation und schnitt insgesamt im Vergleich zur guten CallmyApo-App mit Befriedigend ab. (iOS/Android)



## Kry: Arzttermin per Video

Wenn der Weg in die Arztpraxis beschwerlich ist oder Sie in Zeiten von Corona Bedenken haben, sich im Wartezimmer anzustecken, kann eine sogenannte Videosprechstunde eine Alternative sein. Mit Ihrem Smartphone haben Sie bereits alles, was Sie dafür benötigen. Die Videovisite läuft im Prinzip ab wie eine Videokonferenz mit der Familie über Teams oder Jitsi.

Die gesetzlichen Bestimmungen für die Sprechstunde per Onlinevideo sind 2020 gelockert worden. Es kann sein, dass Ihr Hausarzt bereits Videosprechstunden anbietet oder Ihre Krankenkasse derartige Sprechstunden vermittelt. Es gibt aber auch Plattformen wie Kry, die sich auf solche virtuellen Arztbesuche spezialisiert haben. Kry arbeitet dazu mit über tausend Ärzten und Ärztinnen vieler Fachrichtungen zusammen und verspricht schnelle Arzttermine für Erwachsene

und Kinder, auch am Wochenende. Insgesamt 3 Millionen Videosprechstunden hat der Dienst, der in fünf Ländern vertreten ist, nach eigenen Angaben bereits vermittelt. Der Dienst finanziert sich über eine Provision auf der Arztpraxis.

**Symptom-Check für COVID-19**

Überprüfe hier deine Symptome und finde heraus, wann du Hilfe suchen solltest. Du kannst den Symptom-Check nutzen, unabhängig davon, ob bei dir COVID-19 diagnostiziert wurde oder nicht. Gut zu wissen bevor wir loslegen:

1 **Möglichlicherweise bist du infiziert; hast aber keine Symptome.** Dieser Symptom-Check kann nicht eindeutig sagen, ob du COVID-19 hast, sondern dich lediglich dazu beraten, ob und wie du Hilfe suchen solltest.

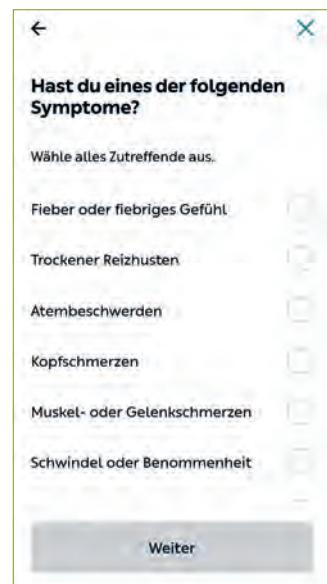
### Terminvergabe per App

Die Sprechstunde wird per App durchgeführt. Bevor Sie einen Termin erhalten, müssen Sie Ihre Krankenversicherung und Ihre Versichertennummer sowie Ihre Adresse und einige weitere Informationen wie Alter und Geschlecht eingeben. Danach müssen Sie in der App noch Ihre genauen Symptome angeben. Sollte sich Ihre Erkrankung für eine Behandlung per Video eignen, wird dann ein Videotermin vereinbart – je nach den angegebenen Symptomen bei einem Allgemeinmediziner, Dermatologen, Internisten oder Pädiater.

Üblicherweise können Sie dabei unter mehreren Terminen auswählen. Bei Ihrem Problem geht es um eine Hauterkrankung? Dann können Sie vor der Sprechstunde mit Ihrem Smartphone ein Foto erstellen und dieses während der Sprechstunde hochladen. Die Sprechstunde mit dem Arzt wird von diesem dokumentiert, aber nicht aufgezeichnet und der Schutzen-sibler Daten wird ernstgenommen. Ein Rezept wird auf Wunsch direkt an Ihre Apotheke verschickt – als sogenanntes Onlinerezzept. Die Apotheke benachrichtigt Sie, wenn die Medikamente abholbereit sind, Sie bezahlen bei der Abholung. Eine Krankschreibung erhalten Sie als PDF-Datei zugeschickt.

### **So berechnen sich die Kosten**

Entstehende Kosten für den Arzttermin, für das Rezept oder die Krankschreibung erstattet Ihnen Ihre Krankenkasse, Privatversicherte zahlen im Voraus. Es gibt allerdings einige wichtige Besonderheiten: So müssen gesetzlich Krankenversicherte die verschriebenen Medikamente selbst bezahlen, da es sich bei den Rezepten um sogenannte Privatrezepte handelt. Auch eine rückwirkende Krankschreibung ist über eine Videosprechstunde nicht möglich, sondern nur ab dem Tag der Sprechstunde.



### **Kurzüberblick**

- Einfache Vereinbarung von Terminen
- Medikamente kostenpflichtig
- Nur für einfachere Fälle geeignet

### **Alternative**

#### → **Teleclinic**

Der Dienst Teleclinic bietet das gleiche Angebot wie Kry und vermittelt Videosprechstunden mit Ärzten. Die Gebühren für privatversicherte Patienten sind aber etwas höher. (iOS/Android)



## Erste Hilfe DRK: Schnell reagieren im Notfall

Die App Erste Hilfe DRK unterstützt Sie bei der Abgabe eines Notrufs und beim Durchführen von Erste-Hilfe-Maßnahmen. Die Oberfläche ist bewusst einfach gehalten, beim Start der App sehen Sie nur vier Optionen: *Erste Hilfe starten*, *Notruf Assistent*, *Der kleine Lebensretter* und *DRK Infodienste*.

Der *Notruf Assistent* hilft Ihnen beim schnellen Absetzen des Notrufs und wählt für Sie die Nummer 112. Das ist nur scheinbar selbstverständlich, wählen doch viele bei einem Unfall die 110, die Notrufnummer der Polizei. Der *Notruf Assistent* bietet aber noch weitere Hilfen: Unter *Was müssen Sie beachten?* listet die App hier die „fünf W“ auf, die ein Notruf beinhalten sollte: Wo ist der Notfall? Was ist geschehen? Wie viele Verletzte gibt es? Welche Verletzungen liegen vor?

Und: Warten Sie auf Rückfragen. Sehr nützlich ist zudem eine kleine Ortungsfunktion. Tippen Sie auf *Standort bestimmen*, zeigt Ihnen die Funktion eine Karte und blendet die Adresse Ihres Standorts ein – und Sie müssen nicht nach einem Straßenschild suchen.



### Handbuch oder Schritt für Schritt

Falls Ihr letzter Erste-Hilfe-Kurs schon einige Jahre zurückliegt, kann die App auf zwei Arten weiterhelfen. Mit *Der kleine Lebensretter* ist ein Erste-Hilfe-Handbuch integriert, das ausführlich Themen wie „Bewusstlosigkeit“, „Blutungen“, „Herzinfarkt“ oder auch „Sonnenstich“ behandelt. Zu jedem dieser Themen erhalten Sie kurze stichpunktartige Anleitungen, wie Sie einen solchen Notfall erkennen und welche Maßnahmen Sie ergreifen müssen.

Unter Zeitdruck ist das Lesen in einem solchen Handbuch aber nicht möglich. Für Notfälle gibt es deshalb die Funktion *Erste Hilfe starten*. Dieser Assistent soll Sie Schritt für Schritt durch eine komplette Erste-Hilfe-Situation führen. Die App spielt nacheinander mehrere gesprochene Fragen und Anweisungen ab, die mit einem erläuternden Bild oder Text ergänzt werden. In einem ersten Bild fragt die App Sie etwa, ob Sie sich im Straßenverkehr befinden. Tippen Sie auf *Ja*, werden Sie aufgefordert, die Gefahrenstelle mit einem Warndreieck abzusichern. Erst dann werden Sie gebeten, die Person anzusprechen, nach Verletzungen zu sehen und erhalten weitere Anleitungen. Zusätzlich bietet die App Informationen über Erste-Hilfe-Kurse – es gibt etwa einen Senioren-Kurs des DRK – und die nächsten Blutspendetermine. Die App kostet knapp 1 Euro.



### So ändern Sie die Darstellung

Der Erste-Hilfe-Assistent, den Sie über *Erste Hilfe starten* aufrufen, besteht aus Bildern. Sie können aber stattdessen auch kurze Texte anzeigen lassen, etwa wenn Sie in einer sehr lauten Umgebung die Sprachbefehle nicht hören können. Nach dem Start der Funktion sehen Sie unten rechts zwei Felder *Text* und *Bild*. Tippen Sie auf *Text*, werden nur die Texte angezeigt.

### Kurzüberblick

- Hilfe beim Absetzen und bei der Formulierung von Notrufen
- Umfangreiches Erste-Hilfe-Handbuch
- Erste-Hilfe-Assistent ist gewöhnungsbedürftig

### Alternative

#### → Malteser Erste-Hilfe-App

Die App der Malteser ist übersichtlich gemacht und kann in Notsituationen eine gute Unterstützung sein. Ein ausführlicheres Handbuch wie, es die DRK-App bietet, ist aber nicht enthalten. (iOS/Android)



## BKK VBU Hausmittel: Geprüfte Informationen

Gerade bei kleineren Erkrankungen wie Schnupfen oder Husten können Hausmittel gut helfen. Bestimmt kennen Sie selbst auch das eine oder andere! Doch nicht jedes angebliche Hausmittel hilft wirklich; und auch die richtige Dosierung und Anwendung sind wichtig. Die in der App BKK VBU Hausmittel vorgestellten Mittel und Kräutertees wurden von einem Fachapotheker für Allgemeinpharmazie, Naturheilverfahren und Homöopathie eigens überprüft. Herausgegeben wird die App von der Betriebskrankenkasse VBU. Sie informiert zu über 200 Hausmitteln von der Apfel-Essig-Kompresse bis zur Zwiebel-Honig-Milch – Letztere hilft übrigens gut gegen Husten. Der Aufbau ist übersichtlich: Wahlweise suchen Sie nach einem bestimmten Hausmittel oder einem Symptom, beides finden Sie in ei-

ner alphabetischen Liste aufgeführt. Tipp: Sie können über ein Register schnell zu einem Eintrag wie „Salbeitee“ gelangen. Auf der rechten Seite sehen Sie einen kleinen alphabetischen Index von A bis Z. Tippen Sie auf einen der winzigen Buchstaben, die Liste springt dann zu diesem Buchstaben.

Sie können aber auch nach bestimmten Symptomen wie Heuschnupfen, Husten oder Zahnschmerzen suchen. Bei einigen dieser Symptome erhalten Sie dann gleich ein ganzes Dutzend an Hausmitteln angezeigt und können eines auswählen. Bei starken Schmerzen und hohem Fieber sollten Sie aber in jedem Fall besser einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen.

### **Heilkräuter besser aus der Apotheke**

Die meisten Hausmittel kann man schnell und einfach aus haushaltsüblichen Zutaten zubereiten. Einige der

Category	Item	Index Position
A	Ablenkung herstellen	A
	Alant-Tee	B
	Aloe Vera Saft	C
	Anis-Fenchel-Tee	D
	anstiegendes Armbad	E
	Apfel-Essig-Kompresse	F
	Arnika-Wickel	G
	Augentrost-Schöllkraut-Tee	H
	Augentrost-Tee	I
	Baldrian-Tee	J
ballaststoffreiche fleischarme Kost	K	
beruhigender Kräuter-Tee	L	

in der App vorgestellten Arzneien sind etwas anspruchsvoller.

Vorsicht: Heilkräuter selbst zu sammeln, ist nicht ohne Risiko, hier gibt es manchmal gefährliche Verwechslungen. Allgemein rät die App, Heilkräuter in der Apotheke zu erwerben, wo man Sie zu Wechselwirkungen und Nebenwirkungen beraten wird. Einige der Rezepte mit viel Honig oder Zucker sind zudem für Diabetiker nicht geeignet, auch auf Allergien sollten Sie achten. Unter *Über diese App > Fachliche Beratung* finden Sie weiterführende Literatur. Schade: Die Android-Version der App ist aktuell nicht lauffähig, laut den Entwicklern ist aber ein Update in Arbeit.

### Darauf sollten Sie achten

Vorsicht bei Heilpflanzen ist insbesondere geboten, wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen. Es können Wechselwirkungen auftreten oder eine Überdosierung, wenn die Heilpflanzen selbst als Wirkstoffe in Ihren Medikamenten enthalten sind. Bei stärker wirkenden Mitteln wie dem bei Schlafstörungen und Nervosität helfenden Johanniskraut-Tee sehen Sie daher einen roten Warnhinweis. Sprechen Sie die Anwendung dann vorher mit Ihrem Arzt oder Ihrer Apothekerin ab.

**Johanniskraut-Tee**

**Anwendungsfall:**  
Bei Depression sollte die Selbstmedikation die Therapie Ihres Arztes nur begleiten. Übergießen Sie 2 Teelöffel Johanniskraut mit 1/4 Liter kochendem Wasser, lassen Sie den Tee 10 Minuten ziehen und sieben Sie ihn ab. Trinken Sie den Tee schluckweise heiß.

**Tips:**  
Johanniskraut wirkt gegen Nervosität und Schlafstörungen, sowie antidepressiv und stimmungsauflhellend. Der Wirksamkeit erfolgt nach frühestens einer Woche. Johanniskraut macht die Haut sonnenempfindlich: Meiden Sie Sonnenbäder.

**Hinweis:**  
Ist auch als Arzneimittel zugelassen.  
Fragen Sie Ihren Apotheker.

### Kurzüberblick

- Hunderte Hausmittel, gute Anleitungen
- Einfache Suche nach Mitteln oder Symptomen
- Einige Rezepte recht aufwendig

### Alternative

#### → Landapotheke

Die App Landapotheke basiert auf der gleichnamigen Zeitschrift und bietet über 1200 Rezepte und Hunderte von Tipps. Der Zugriff auf alle Inhalte ist allerdings kostenpflichtig und kostet 4,49 Euro. (iOS/Android)



## 116117.app: Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Sie haben starke Schmerzen oder über 39 Grad Fieber und brauchen ärztliche Hilfe – aber eigentlich keinen Notarzt? Die Arztpraxen sind schon geschlossen, aber Sie können nicht bis zur nächsten Sprechstunde warten? Dann ist die Telefonnummer 116117 für Sie gedacht, die längst nicht jeder kennt. Dies ist die Telefonnummer des ärztlichen Bereitschaftsdienstes und verbindet Sie mit der regionalen Leitstelle, die rund um die Uhr besetzt ist. Letztere ist für den Fall gedacht, dass Sie krank sind und einen Arzt oder eine Ärztin benötigen – aber keinen Notarzt, der etwa bei Bewusstlosigkeit oder Herzbeschwerden sofort kommen muss. Rufen Sie die Nummer an, kann man Ihnen einen Arzt nach Hause schicken – was einige Stunden dauern kann. Oder man nennt Ihnen die nächste offene Bereitschaftspraxis in der Nähe – das ist oft sinnvoller als die Notfallstation im nächsten Krankenhaus, wo Sie oft sehr lange warten müssen.

The screenshot shows the main menu of the 116117.app app. At the top left is the app's logo. Below it are four large, vertically stacked buttons:

- SOFORT**: A pink button with the text "Notruf 112 absetzen" and a small ambulance icon.
- HEUTE**: A teal button with the text "Bereitschaftspraxis suchen" and a small person icon.
- BALD**: A dark grey button with the text "Arzt oder Termin suchen" and a small calendar icon.
- CORONA TEST**: A red button with the text "Testzentren und Praxen" and a small location pin icon.

### Sofort, Heute oder Bald

Auf diesem ärztlichen Bereitschaftsdienst basiert auch die App 116117.app, die Ihnen beim Programmstart vier Optionen bietet – je nach Dringlichkeit: **Sofort**, **Heute** oder **Bald**. Sie brauchen **Sofort** Hilfe? Dann können Sie aus der App den Notruf 112 wählen.

Sie brauchen noch **Heute** einen Arzt? Dann kann Ihnen die App den Standort der nächsten Bereitschaftspraxis anzeigen. Tippen Sie dazu auf **Heute**, die noch offenen Praxen werden Ihnen auf einer Karte angezeigt. Alternativ kann die App für Sie die Telefonnummer 116117 wählen und Sie mit der Telefonzentrale verbinden.

Wenn Sie **Bald** einen Arzt benötigen, können Sie über diese Option nach passenden Praxen in Ihrer Nähe su-

chen, die App zeigt Ihnen dazu die Telefonnummern. Sie können auch – als Kunde der gesetzlichen Kassen – aus der App einen Termin vermittelt bekommen, wahlweise über die Telefonnummer 116117 oder über die App selbst. Hier geben Sie die gewünschte Fachrichtung und Ihre E-Mail-Adresse an und erhalten dann einen Vermittlungscode für die Terminvergabe. Der eTerminservice soll es Kassenpatienten ermöglichen, schnell einen freien Arzttermin zu bekommen. Sie sehen Termine bei Ärzten in der Nähe und müssen nicht bei mehreren Praxen nachfragen. Im Test der Stiftung Warentest (Heft 1/2021) hat der Dienst vor allem beim Schutz persönlicher Daten hervorragend abgeschnitten.

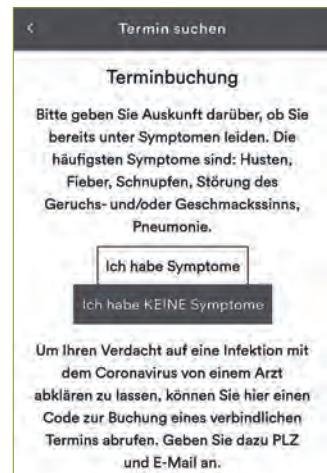
### **So erhalten Sie einen Corona-Testtermin**

Kassen- und auch Privatpatienten können über die App auch einen Termin für einen Corona-Test erhalten. Tippen Sie dazu auf die Funktion **Corona Test** und geben Sie an, ob Sie Symptome einer Corona-Erkrankung haben. Haben Sie keine Symptome, können Sie einen Code für einen Testtermin anfordern. Dazu müssen Sie Ihre E-Mail-Adresse und Ihre Postleitzahl eingeben.

### **Alternative**

#### → Jameda

Ein weiterer empfehlenswerter Dienst für die Vermittlung von Arztterminen ist Jameda. Etwa 275 000 Mediziner sind hier laut Anbieter erfasst. Eine eigene App bietet der von der Stiftung Warentest empfohlene Dienst allerdings nicht, Sie können Jameda.de aber im Browser auf dem Smartphone nutzen. Die Oberfläche passt sich kleineren Bildschirmen an. (Web)



### **Kurzüberblick**

- Offizielle App der Kassenvereinigung
- Bereitschaftsarzt oder Bereitschaftspraxis wird vermittelt
- Termine können vergeben werden
- Vermittelt auch Corona-Tests

# Mobilität und Reiseplanung

Sie sind in einer fremden Stadt und brauchen schnell ein Taxi oder wollen wissen, wo die nächste U-Bahn-Station ist? Dann können Ihnen Mobilitäts-Apps wie Citymapper und Free Now helfen. Aber auch, um einen Flug zu buchen oder eine Besichtigungstour zu planen, gibt es geniale Apps.

## Unterwegs mit dem Smartphone

---



Bei einer Reise ist ein Smartphone eine große Hilfe, und das nicht nur als Kartenersatz oder als Fotoapparat. Dank moderner Apps ist damit das einfache Buchen des Flug- oder Bahntickets möglich, besonders problemlos gelingt dies mit der Buchungs-App Omio. Im Unterschied zu anderen Tools sucht die App Ihnen dabei das günstigste Angebot aus Bus-, Bahn- und Flugreisen heraus. Auch für die Bestellung eines Taxis gibt es gute Apps, die wohl am weitesten verbreitete App ist die Software Free Now, die Ihnen sogar die Wahl unter mehreren Taxiangeboten erlaubt – und auf Alternativen wie Mietwagen und Leihfahrzeuge verweist. Sie befinden sich in einer fremden Stadt und wollen den öffentlichen Nahverkehr benutzen? Auf diese Situation ist Citymapper spezialisiert, die App kann in vielen deutschen und europäischen Städten Routen per U-Bahn und Bus für Sie planen. Aufwendige Reisen können Sie außerdem mit der App Lambus organisieren, die Reiseziele, Fotos und Reisedokumente verwaltet. Taxis und Deutsche Bahn ist Ihnen zu teuer? Besonders günstig kann man mit dem Anbieter Blablacar verreisen. Die App organisiert für Sie eine preiswerte Mitfahrt bei einem privaten Fahrer.



## Citymapper: ÖPNV-Informationen für Städtereisen

Der Öffentliche Nahverkehr in einer Großstadt ist oft über Jahrzehnte organisch gewachsen. Befindet man sich in einer fremden Stadt, können die an den Bahnhöfen aushängenden Netzpläne deshalb ziemlich verwirrend sein. Mehr Überblick erhalten Sie mit der App Citymapper, die auf alle Fahrpläne der größeren deutschen Städte zugreifen kann. Auch für zahlreiche internationale Metropolen wie New York, London, Madrid, Hongkong oder Sidney liefert Ihnen die App die schnellste Route per Nahverkehr.

Sind Sie zum Beispiel gerade in München, nutzt die App automatisch die aktuellen Fahrplaninformationen der Münchner Verkehrs betriebe und sagt Ihnen, wann die nächsten Busse oder Bahnen ankommen. Bei einer längeren Route erhalten Sie mehrere Varianten

aufgelistet, sortiert nach der Dauer der Route. Auch der Fußweg zu einer Station wird einkalkuliert und die Route auf einer Karte erklärt. Ihren aktuellen Standort erkennt die App über die Ortungsfunktion automatisch, Sie müssen nur Ihr Ziel eingeben.

Sobald Sie eine der angebotenen Routen ausgewählt haben, können Sie mit der Schaltfläche **Go** einen Navi-Modus aktivieren, Sie werden dann Schritt für Schritt zum Ziel gelotst. Auch eine kleine Karte wird eingeblendet, bei der man mehrere Darstellungsweisen auswählen kann. Es gibt eine herkömmliche Straßenkarte, aber auch eine Live-Ansicht. Hier erkennt die App per Smartphone-Kompass Ihre aktuelle Ausrichtung und informiert Sie, wenn Sie in die falsche Richtung laufen. Nützliche Meldungen versendet die App ebenfalls und informiert Sie etwa, wenn Sie aussteigen müssen.



## Alternativen zum ÖPNV

Die App informiert aber nicht nur über die öffentlichen Verkehrsmittel, sie zeigt Ihnen unter den Suchergebnissen auch einige alternative Transportmöglichkeiten: Je nach Stadt finden Sie zum Beispiel Angebote von Diensten wie Uber und Free Now und Taxidienste. Sie erfahren aber ebenfalls, wie lange Sie zu Fuß oder mit einem Fahrrad brauchen würden – und wie viele Kalorien Sie dabei verbrauchen. Die kostenlose Version der App bietet einen guten Funktionsumfang, es gibt aber auch eine kostenpflichtige Version. Für 4 Euro pro Monat oder 30 Euro pro Jahr erhalten Sie weitere Zusatzfunktionen wie Sprachbefehle bei der Navigation, Wetterdaten und Stadtinformationen.

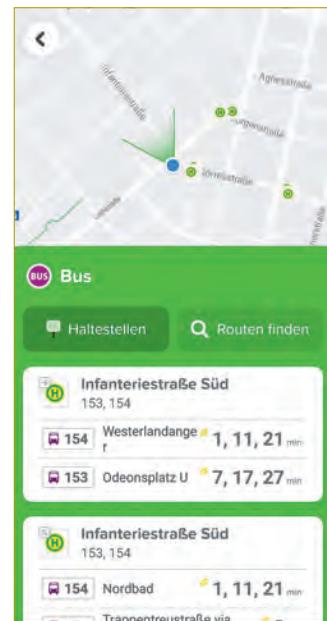
## So wählen Sie ein Verkehrsmittel

Nutzen Sie im Hauptfenster die Suchfunktion, wählt die App für Sie das Verkehrsmittel automatisch aus. Vielleicht wollen Sie aber nur wissen, wo die nächste Bus- oder U-Bahn-Station ist? Dazu gibt es unter der Suchleiste eine Liste an Buttons für Bus, Bahn, U-Bahn und viele weitere Verkehrsmittel. Durch Antippen von **Bus** zeigt die App auf einer Karte die Bushaltestellen und die nächsten anstehenden Fahrten.

### Alternative

#### → Moovit

Moovit hilft Ihnen ebenfalls, sich in einem fremden ÖPNV-Netz zurechtzufinden. Für über 3000 Städte sind Informationen verfügbar. Allerdings ist die Bedienung weniger komfortabel als bei Citymapper. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- ÖPNV für zahlreiche größere Städte
- Auch für viele internationale Großstädte
- Zeigt alternative Fortbewegungsmittel
- Zeigt den Weg zur Haltestelle



## Omio: Das günstigste Verkehrsmittel für Ihre Reise

Portale für die Suche nach der günstigsten Flugreise gibt es zuhauf, Bahnreisen buchen dagegen viele wie selbstverständlich über die App der Deutschen Bahn. Omio verschafft Ihnen da einen breiteren Überblick: Planen Sie eine Reise nach Prag oder Dresden, sucht die App nach der günstigsten Verbindung per Bahn, Bus oder Flugzeug. In einer Übersicht listet Ihnen die App die Preise jedes Verkehrsmittels auf, einschließlich der Reisedauer und möglicher Abfahrtszeiten. Die Reise können Sie über die App sofort buchen, der Kauf am Ticketschalter oder im Reisebüro entfällt.

Der früher als GoEuro bekannte Anbieter kooperiert dazu mit weltweit über 800 Partnern wie Flug-, Bahn- und Buslinien und kann auch auf Fährdienste und Autovermietungen zurückgreifen. Zu 35 Ländern kann Omio Anfang 2021 Informationen bieten, neben europäischen Ländern gehören dazu auch die USA und Kanada. Schade: Omio listet nur ausgewählte Anbieter auf. Es kann deshalb zu gesuchten Strecken noch günstigere Verbindungen geben, die Ihnen die App nicht zeigt, etwa bei kleinen Fluglinien.



### Feineinstellungen für die Suche

Die Suchfunktion der App ist einfach und übersichtlich: Man gibt Startort und Ziel an und nach kurzer Zeit werden die günstigsten Angebote in den drei Kategorien präsentiert. Über ein kleines Filtersymbol können Sie die Suchanfrage weiter eingrenzen: Bei Bahn- oder Busreise können Sie vorgeben, ob Sie möglichst wenige Umstiege wollen und welche Tageszeit Sie bevorzugen. Bestimmen können Sie außerdem die Preisspanne oder einen bestimmten Anbieter. Bei einer Flugreise

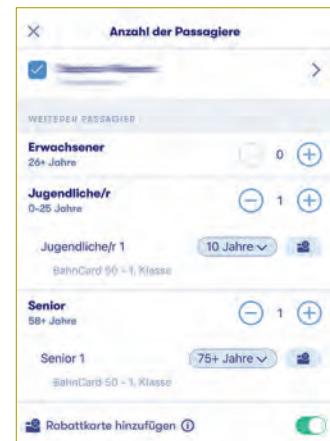
können Sie die Angebote zumindest nach Preis, Dauer und Abfahrtszeit sortieren.

Viele Tickets müssen nicht einmal ausgedruckt werden, sondern werden auf dem Smartphone verwaltet und einfach vorgezeigt – wie von den Tickets der Deutschen Bahn bereits vertraut. Die Bezahlung ist per PayPal, Kreditkarte, Google Pay, Apple Pay und andere Dienste möglich. Tipp: Eine Anmeldung beim Anbieter ist empfehlenswert, dann müssen Sie nicht bei jeder Buchung Ihre Adresse und Ihre Kontaktdaten erneut eingeben und können Rabattkarten verwalten. Beim Bestellen der Tickets erfahren Sie auch, ob Rückerstattungen des Tickets möglich sind und wie hoch gegebenenfalls die Gebühren dafür sind.

### **So planen Sie eine Reise mit mehreren Personen**

Wenn Sie über der Suchleiste auf das kleine Personensymbol tippen, können Sie weitere Mitreisende ergänzen und dabei zwischen *Erwachsener*, *Jugendlicher* und *Senior* unterscheiden. Sie oder eine mitreisende Person haben eine Bahncard? Über ein kleines Rabattkartensymbol können Sie in diesem Fall bei jedem Reisenden dessen Rabattkarte und dessen Alter eingeben.

Danach wird automatisch der Preis für die ganze Gruppe angezeigt.



### **Kurzüberblick**

- Sucht das günstigste Reiseangebot per Bus, Bahn oder Flugzeug
- Sofortiger Kauf der Fahrkarte möglich
- Unterstützt nur eine begrenzte Auswahl an Anbietern

### **Alternative**

#### → **Swoodoo**

Sucht man nach einer günstigen Flugverbindung, ist eine App wie Swoodoo sehr nützlich. Auch das Buchen des Fluges ist in der App möglich. Günstigere Verbindungen mit Bahn oder Bus zeigt die App allerdings nicht. (iOS/Android)



## Free Now: Taxi bestellen im Handumdrehen

Um in einer Stadt schnell zu einem bestimmten Ort zu kommen, ist ein Taxi immer noch die schnellste und einfachste Lösung. Es gibt in Deutschland mehrere Apps, die eine Taxifahrt vermitteln können, viele sind aber nur regional aktiv oder erreichen nur wenige Taxifahrer. Eine der erfolgreichsten Apps ist Free Now – früher unter dem Namen mytaxi bekannt. Die App liefert Ihnen den Zugriff auf über 100 000 Taxis. Zwar ist die erste Anmeldung beim Dienst selbst etwas umständlich, dafür lässt sich danach sehr schnell und einfach ein Taxi anfordern. Sie müssen dafür nur den Zielort eingeben, Ihr aktueller Standort wird automatisch bestimmt. Sie erfahren sofort, wann das Taxi bei Ihnen sein könnte, und bekommen einen Festpreis genannt. Die Bezahlung erfolgt per PayPal oder Kreditkarte.

Sie können meist unter mehreren Arten von Taxis wählen: Auf Wunsch holt Sie ein Ökotaxi mit umweltfreundlichem Antrieb ab, oder Sie bestellen ein Taxi mit mehr als vier Sitzplätzen – etwa für eine Gruppe. Auch ein Taxi mit Trennscheibe, eine Folge der Corona-Epidemie, ist bestellbar. Vielleicht erklärungsbedürftig: Neben den herkömmlichen Taxis gibt es sogenannte Ride-Fahrer, die meist etwas günstiger sind. Dabei handelt es sich um Angebote von Mietwagenfirmen, ein Dienst, der vor allem in Großstädten angeboten wird (Anfang 2021 in Hamburg, Berlin, München, Frankfurt, Düsseldorf und Köln).



### Alternative Angebote finden

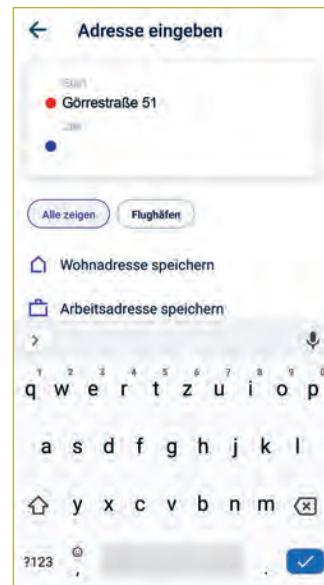
Die App beschränkt sich aber nicht aufs Taxifahren, Sie können in vielen Städten auch Elektroroller und Mietwagen mieten. Unter

**Zweirad** finden Sie in Hamburg E-Bikes des Anbieters Bond sowie E-Mopeds der Marke emmy, in Hamburg, Berlin und München die Scooter von Voi. Dabei erhalten Sie auf einer Karte den Standort der nächsten freien Geräte angezeigt und können Sie bei Bedarf aus der App buchen.

Auch ein Auto des Dienstes Miles können Sie in einigen Städten buchen. Dieser Anbieter hatte bei Redaktionsschluss in Berlin Pkw und Kleintransporter im Programm, in Hamburg, München, Köln und Düsseldorf allerdings ausschließlich Kleintransporter wie VW T und VW Crafter. Diese Angebote können sich aber schnell ändern, denn die Verleihdienst- und Carsharing-Branche ist aktuell noch stark in Bewegung.

### So speichern Sie wichtige Adressen

Um schnell eine Route zu erstellen, sollten Sie Ihre Wohnungsadresse abspeichern. Auch eine zweite Adresse können Sie unter **Arbeitsadresse** speichern. Tippen Sie dazu auf **Ziel eingeben**. Wenn Sie sich in Ihrer Wohnung aufhalten, wird die Adresse automatisch als aktueller Standort angezeigt. Sie können diese Adresse nun über **Wohnadresse speichern** speichern. Bei der nächsten Taxifahrt nach Hause müssen Sie dann nur noch unter **Ziel** auf **Zuhause** tippen.



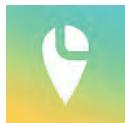
### Kurzüberblick

- Mehr als 45 deutsche Städte und weitere Städte in Europa
- Zeigt auch Alternativen wie Leihfahrzeuge
- Feste Preise
- Angebot unterscheidet sich je nach Stadt

### Alternative

#### → Taxi Deutschland

In allen deutschen Städten mit mehr als 5 000 Einwohnern ist die App Taxi Deutschland verfügbar. Die von Taxizentralen betriebene App zeigt, wie lange eine Fahrt dauert und was sie ungefähr kostet, auch eine Bezahlung ist per App möglich. (iOS/Android)



## Lambus: Reisen perfekt geplant

Für alle, die ihre Reisen vorher gerne genau planen und nichts dem Zufall überlassen möchten, ist eine Reiseplanungs-App wie Lambus sinnvoll. Vor allem für eine mehrwöchige Reise durch mehrere Länder hat die App einige interessante Optionen zu bieten. Sie ist zugleich Reiseplaner, Reisetagebuch, Dokumentenverwaltung und Fotoarchiv – und kann von einer Reisegruppe gemeinsam genutzt werden. Eine Hauptfunktion der App ist der Reiseplan, der auf einzelnen Wegpunkten oder Aufenthaltsorten basiert. Falls Sie zum Beispiel vorhaben, für einige Wochen durch Portugal zu reisen, können Sie über eine in die App integrierte Kartenfunktion Ihre einzelnen Reisestationen ergänzen und sammeln – auf Wunsch auch gleich mit einem Datum versehen.

Zu jedem dieser Wegpunkte wie „Lissabon“ lassen sich dann einzelne Unterstationen ergänzen, etwa ein Hotel, ein Restaurant oder ein Museum. Auch Notizen können hinzugefügt werden.

Eine Navigationsfunktion, die Ihnen den Weg zu Ihren Zielen weist, ist ebenfalls integriert. Die App kann Ihnen aber für die einzelnen Orte auch Vorschläge machen: Unter **Aktivitäten** listet sie Sehenswürdigkeiten in der Nähe des von Ihnen bestimmten Wegpunktes auf, dazu werden Informationen des Reiseführerdienstes Get Your Guide genutzt.



### So teilen Sie Reiseplan und Reisekosten

Den größten Nutzen kann die App entfalten, wenn man mit mehreren Personen zusammen verreist und die App in einer Gruppe gemeinsam nutzt. Um einer anderen Reise „beizutreten“ installiert ein Mitreisen-

der die App, gibt eine bestimmte PIN ein und erhält so Zugriff auf die Reisedaten.

Sie wollen Ihre Reisekosten im Blick behalten oder die Reisekosten später untereinander aufteilen? Dann können Sie über Lambus auch Ausgaben erfassen, etwa den Beitrag für das Taxi, den Preis für den Museumeintritt oder für die gemeinsame Bustour. Das ist auch per Apple Watch möglich. Sehr praktisch: Ihre Reisedokumente verwaltet die App ebenfalls. Alle als PDF-Dokument oder Bilddatei vorliegenden Unterlagen wie Flugpläne, Hotelinformationen oder Speisepläne organisiert die App in Ordner und stellt sie allen bereit. Und sogar Fotos der Reise lassen sich über die App allen Mitreisenden zur Verfügung stellen.

### So importieren Sie ganze Reisen

Wer nicht selbst planen möchte, kann auch das der App überlassen. Der Anbieter der App bietet einige Dutzend Reisen mit vorinstallierten Wegpunkten und Reiseinformationen zum Download an – etwa eine Städtereise nach Budapest oder auch einen Trip nach Bali. Tippen Sie in der App unten in der Mitte auf das Kompasssymbol. Dann sehen Sie eine Liste an verfügbaren Reisen. Wählen Sie eine der Reisen aus und tippen Sie am unteren Rand des Beitrags auf ***Reise importieren***.



### Kurzüberblick

- Gute Reiseplanungsfunktion
- Einfache Verwaltung von Gruppenausgaben
- Verwaltet Notizen, Fotos und Dokumente

### Alternative

#### → Wanderlog

Mit der App Wanderlog kann man ebenfalls Reisedaten verwalten, Touren auf einer Karte planen und die Daten in einer Gruppe nutzen. Die kostenlose App ist allerdings englischsprachig. (iOS/Android)



## Blablacar: Preiswerte Mitfahrgelegenheiten finden

Das Konzept von Blablacar ist auch als Mitfahrzentrale bekannt: Jemand plant mit seinem Auto eine Fahrt von München nach Leipzig. Über den Dienst Blablacar kann er nun diese Fahrt vorab ankündigen und einige Mitreisende mitnehmen, die sich an seinen Fahrtkosten beteiligen. Im Vergleich zu einer Bahnfahrt ist dieser Mitfahrpreis meist günstiger, für die genannte Fahrt von München nach Leipzig ist etwa ein Preis zwischen 16 und 30 Euro pro Person üblich. Besonders beliebt ist der Dienst bei jüngeren Leuten, er wird aber auch von älteren Reisenden benutzt. Im Angebot hat der Dienst außerdem nicht nur lange Fahrten, sondern auch kurze Strecken. Suchen Sie nach einer bestimmten Strecke, geben Sie in der Suchfunktion Startort und Zielort sowie den Reisetag ein. Bei beliebteren Strecken werden dann mehrere Fahrten aufgelistet, ist Blablacar doch einer der größten Anbieter in Deutschland.

The screenshot shows a search result for a ride from Augsburg Hauptbahnhof to München. The trip is scheduled for Wednesday, 10. Feb., at 08:50. The fare is 4,00 €. The driver is named Tassilo, who has a 4,9 rating. The app interface includes a button to "Suchagent anlegen".

### So nutzen Sie die App

Gerade bei größeren Städten wird beim Startort nach einer näheren Ortsangabe gefragt, man kann zum Beispiel den örtlichen Hauptbahnhof oder einen anderen Treffpunkt angeben – an dem man dann nach der Anmeldung unbedingt pünktlich erscheinen sollte. Bezahl wird in bar oder über die App. Im letzteren Fall wird Ihr Fahrkostenbeitrag per Bankeinzug abgebucht und nach der Fahrt an den Fahrer überwiesen.

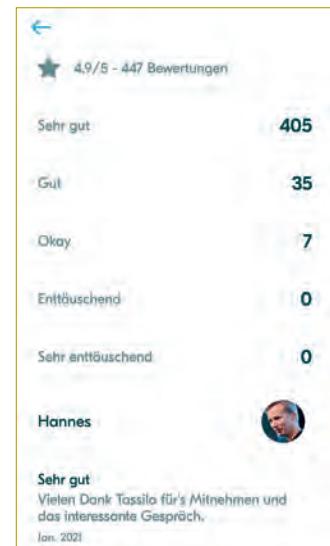
Bei den Personen, die Fahrten anbieten, handelt es sich meist um Pendler. Vor der Anfrage kann man einige Informationen über das Angebot erhalten, etwa welches Auto der Fahrer oder die Fahrerin nutzt und ob er oder sie schon oft Fahrten angeboten hat. Bewertungen und

Kommentare früherer Mitfahrer sind einsehbar, auch einige Wünsche des Fahrers an seine Mitfahrer. Blablacar empfiehlt übrigens, nicht zu vergessen, dass es sich nicht um eine Taxifahrt handelt! So sind Fahrer und Fahrerinnen etwa nicht zu Umwegen verpflichtet und warten meist nicht gerne auf Sie.

Sie können natürlich auch selbst aktiv werden und über die App eine Fahrt anbieten. Die Zahl der Fahrgäste ist wählbar, auch der Abholort.

### **So erfahren Sie mehr über die Fahrer**

Bei einer Autofahrt gibt es anscheinend einige typische Konfliktpunkte: Rauchen, Musik und Gesprächsverhalten. Damit Fahrende und Mitfahrende für die Dauer des Zusammenseins im Auto gut miteinander auskommen, empfiehlt Blablacar deshalb, dass Sie auch selbst einige persönliche Angaben machen. So können Sie angeben, ob Sie etwas gegen Raucher haben, was Sie von lauter Musik halten und ob Sie eher ein stiller oder sehr gesprächiger Mensch sind. Gerade bei einer mehrstündigen Fahrt ist es empfehlenswert, derartige Fragen im Voraus zu klären. Um einen schnellen Eindruck von der Person zu erhalten, die die Fahrt anbietet, genügt aber eigentlich die Note, die ihr andere Nutzer gegeben haben. Tippen Sie auf die Bewertungen, öffnet sich eine Liste mit weiteren Kommentaren früherer Mitfahrer.



### **Kurzüberblick**

- Günstige Fahrten
- Viele angebotene Fahrten
- Keine Berufsfahrer, kein Anspruch auf Sonderwünsche

### **Alternative**

#### **→ Mitfahrgelegenheit**

Mitfahrgelegenheit ist neben Blablacar eine der größten Mitfahrzentralen in Deutschland. Es werden aber weniger Fahrten angeboten und die App bietet weniger Bedienkomfort. (iOS/Android)

# Kontakte und Kommunikation

Mithilfe aktueller Apps und Dienste kann man nicht nur mit alten Freundinnen und Freunden in Kontakt bleiben – man kann damit auch neue Bekanntschaften schließen, sich mit der Nachbarschaft vernetzen oder gar einen neuen Partner, eine neue Partnerin finden.

## **Neue Leute kennenlernen mit dem Smartphone**

---

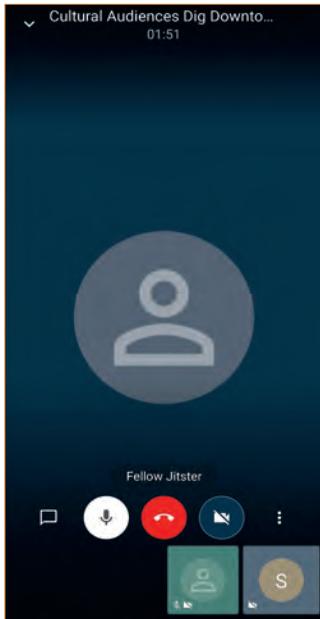


**Das Smartphone ist perfekt** geeignet, um mit anderen Menschen in Kontakt zu bleiben – nicht nur per E-Mail, Messenger oder WhatsApp. Dank integrierter Kamera und Mikrofon sind per Smartphone auch unkompliziert Videokonferenzen möglich. Die Stiftung Warentest hat die kostenlose App Jitsi Meet mit „Gut“ bewertet, sie ist eine sicherere Alternative zu Zoom. Sie wollen mehr Kontakt zu Ihrer Nachbarschaft, etwa über aktuelle Bauvorhaben oder günstige Angebote informiert werden? Dann ist der Onlinedienst Nebenan.de einen Blick wert. Es ist nicht immer einfach, in einer Großstadt neue Bekanntschaften zu schließen oder eine Begleitung für die Oper zu finden. Auf solche Probleme hat sich Meet5 spezialisiert. Dieses Netzwerk vermittelt lose Bekanntschaften und hilft Ihnen dabei, Treffen und Feste zu organisieren. Echte Partnersuche ist dagegen der Zweck des Dienstes Zweisam.de, der sich an Singles ab 50 Jahren richtet. Die Nutzung des Partnerdienstes ist im Prinzip auch kostenlos möglich, für die sinnvolle Nutzung wird aber eine Monatsgebühr fällig.



## Jitsi Meet: Sichere Video-konferenzen

Sie wollen mit Familie und Freunden per Videotelefonie kommunizieren? Für diese Aufgabe hat im Test der Stiftung Warentest vom Mai 2020 die App Jitsi gut abgeschnitten. Diese kostenlose Lösung hat einige Stärken und bietet erstklassige Datensicherheit. Und: Jitsi ist das einzige der geprüften Programme, das eine Nutzung aller Funktionen ohne Registrierung ermöglicht. Die Bedienung ist sehr einfach und nicht nur über das Smartphone möglich, sondern auch mit Tablets, Notebooks und Computern.



Eine Videokonferenz ist im Handumdrehen erstellt. Wenn Sie die App öffnen, sehen Sie im oberen Bereich ein Feld **Konferenzname eingeben**. Die App schlägt automatisch Konferenznamen vor (sinnlose Reihen englischer Wörter), die Sie übernehmen können, indem Sie auf das Feld und dann auf **Erstellen/Beitreten** tippen. Sie können aber auch einen eigenen Namen eingeben. Zum Beispiel per E-Mail oder WhatsApp-Nachricht nennen Sie diesen Namen den anderen Teilnehmenden, die ihn ihrerseits in das betreffende Feld eingeben, um der Konferenz beizutreten. Auf Wunsch erstellt die App für Sie eine Nachricht mit Link zu diesem „Konferenzraum“. Dazu tippen Sie auf **Erstellen/Beitreten** und dann auf **Andere einladen**. Nun können Sie die gewünschten Empfänger aus Ihren Kontakten wählen. Diese müssen dann nur auf den Link klicken und können sofort an dem Gespräch teilnehmen.

### **Einfach bedienbar und sicher**

Die Bedienung ist einfach und gleicht dem Konzept von Konkurrenten wie Teams und Skype: Sie haben ein Videofenster vor sich, über

kleine Symbole starten und beenden Sie das Gespräch. Wenn Sie Ihr Gesicht nicht zeigen wollen, tippen Sie auf das Kamerasyymbol. Auch ihr Mikrofon schalten Sie mit einem Antippen des Mikrofonsymbols an und aus, das Gespräch beenden Sie durch Antippen des Telefonhörersymbols.

Einen hervorragenden Ruf hat Jitsi im Bereich Sicherheit. Die Verbindung ist sicher verschlüsselt und das Programm wird laufend auf Sicherheitslücken untersucht. Auf Wunsch können Sie den Zugang zu einem „Konferenzraum“ außerdem durch ein Passwort schützen. Mit **Bildschirmfreigabe starten** können Sie etwa Ihren Smartphone-Bildschirm einblenden – das ist nützlich, wenn Sie ein Problem zeigen wollen.



### So wechseln Sie die Kamera

Die Software bietet noch einige nützliche Zusatzfunktionen, Sie können etwa die Smartphone-Kamera wechseln und Ihrem Gesprächspartner etwas zeigen. Tippen Sie im Videofenster mit den Bedienelementen unten links auf die drei Punkte und dann auf **Weitere Optionen**. Jetzt sehen Sie eine Liste aller Optionen, dazu gehört **Kamera wechseln**. Tippen Sie darauf, sehen die anderen Teilnehmer nun das Bild Ihrer Hauptkamera auf der Rückseite des Smartphones.

### Kurzüberblick

- Kostenlose Videokonferenzen
- Einfache Bedienung, guter Funktionsumfang
- Hohe Datensicherheit
- Einfache Nutzung auch am Desktop oder Tablet

### Alternative

#### → Zoom

Die Videokonferenzlösung Zoom ist kostenlos nutzbar und noch komfortabler als Jitsi. Die beliebte Lösung hatte in den letzten Jahren aber immer wieder Mängel bei der Datensicherheit, weshalb wir sie nur eingeschränkt empfehlen. (iOS/Android)



## Nebenan.de: Austausch mit der Nachbarschaft

Sie suchen einen Dritten für die wöchentliche Skatrunde, haben einen Kühlschrank zu verschenken oder wüssten gerne mehr über die Baustelle in Ihrer Straße? Auf diese „Gartenzaungespräche“ hat sich der Onlinedienst Nebenan.de spezialisiert. Die App verschafft Ihnen Kontakt zu anderen Nutzern in Ihrem Stadtteil und stellt ein lokal begrenztes Forum für die Nachbarschaft bereit. Nach einer Anmeldung werden Sie der nächstliegenden Nachbarschaft „zugeteilt“.

### Was ist los in der Nachbarschaft?

Viele nutzen den Dienst, um nach Empfehlungen für Arztpraxen zu fragen, Hilfe für kleine Reparaturen oder Computerprobleme zu erbeiten oder um Gleichgesinnte etwa für regelmäßige Spaziergänge oder Museumsbesuche zu finden. Hier können Sie auch Dinge, die

Sie nicht mehr brauchen, tauschen, verkaufen oder verschenken. Auf Wunsch werden Sie außerdem per E-Mail über neue Beiträge benachrichtigt.

Die App teilt Sie bei der Anmeldung automatisch der nächstliegenden Nachbarschaft zu. Ungewöhnlich: Sie geben Ihren echten Nachnamen und Vornamen an, sind also für andere aus Ihrer Gegend „sichtbar“. Damit wollen die Betreiber für Sicherheit und Relevanz sorgen. Sie müssen bei der Anmeldung sogar Ihre Adresse bestätigen, was auf mehrere Arten möglich ist – unter anderem durch Einscannen des Ausweises, eines Briefes mit Adresse oder der Standortbestimmung Ihres Handys. Die Daten werden laut Unternehmen nicht weitergegeben, hohe Datenschutzstandards hat es sich eigens vom TÜV Saarland bestätigen lassen, auch die Datenschutzverordnung DSGVO soll erfüllt werden.

The screenshot shows the Nebenan.de app interface. At the top, it says "Maßmannbergl & Umgebung". Below that, there's a section titled "Abholung von vorbestellten Schmuckstücken möglich" with a picture of some jewelry. Underneath, there's a post from "Christian Mühlbauer" about goldsmithing. Further down, there's a link to "Alle Beiträge von lokalen Gewerben anzeigen". At the bottom, there's a message from "Allica S." about a parking ban on Nymphenburger Straße.

## Finanzierung durch Spenden und lokale Werbung

Finanziert wird der zum Unternehmen Burda gehörende Dienst durch Spenden und die Einbindung von lokalen Geschäften. Örtliche Restaurants und Läden können für ihre Angebote gegen eine Gebühr werben.

Ein Nachteil des lokalen Konzepts: Nur wenn zahlreiche Nachbarn aktiv sind, ist eine Anmeldung sinnvoll. Vor der Anmeldung können Sie aber überprüfen, ob es in Ihrem Stadtteil bereits genügend Mitglieder sind. Ende 2020 gab es laut Unternehmen 8 000 aktive Nachbarschaften und 1,6 Millionen Nutzer.

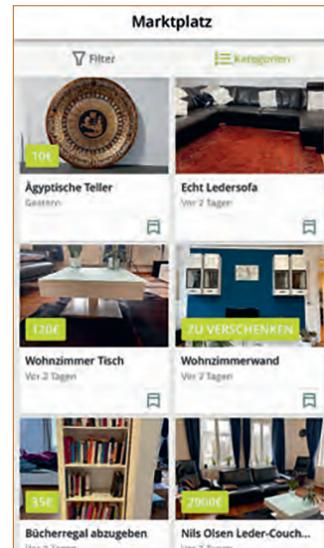
### So nutzen Sie den Marktplatz

Sie suchen ein günstiges Bücherregal? Dann öffnen Sie die Rubrik **Marktplatz**. Tippen Sie dazu auf das kleine Symbol eines überdachten Marktstandes. Sie sehen nun alle Angebote in der näheren Umgebung, unter den Kategorien wählen Sie **Möbel & Deko**. Über **Filter** können Sie vorgeben, ob Sie nur kostenlose Angebote wollen. Sie sehen nicht nur Angebote aus Ihrer Nachbarschaft, sondern auch aus benachbarten Stadtteilen, können die Suche aber auch auf Ihre direkten Nachbarn begrenzen.

### Alternative

#### → **Nextdoor**

Auch die Gemeinschaft Nextdoor versucht, die Kontakte in der Nachbarschaft zu verbessern. Der aus den USA stammende Dienst ist allerdings in Deutschland laut Berichten weniger verbreitet als Nebenan.de. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Einfacher Austausch mit Nachbarn
- Geprüfte Datensicherheit
- Viele nützliche Informationen und Angebote
- Nützlichkeit hängt stark von der Anzahl der Teilnehmer ab



## Meet5: Gleichgesinnte finden

Nutzer von Meet5 wollen neue Leute kennenlernen, sind aber nicht auf Partnersuche. Für Menschen, die neue Bekanntschaften schließen möchten und jemanden zum gemeinsamen Spazierengehen, für einen Besuch im Museum oder eine Weinprobe suchen, ist die App eine sehr interessante Option.

Ursprünglich ist die App für die Organisation von Gruppentreffen mit bis zu fünf anderen Personen gedacht – deshalb der Name Meet5. Sie möchten etwa eine Weinprobe organisieren? Dann tippen Sie auf das Plussymbol und erstellen ein neues Treffen. Sie können die Zahl der Teilnehmer festlegen und ob es nur Männer oder Frauen sein sollen. Dann geben Sie dem Treffen einen aussagekräftigen Namen und legen Zeit und Ort fest. Mit *Treffen jetzt erstellen* wird Ihr Treffen veröffentlicht und andere Mitglieder können sich anmelden. Mit einem kostenpflichtigen Premium-Account wird die Beschränkung auf sechs Personen aufgehoben und Sie können sich früher anmelden als nichtzahlende Mitglieder.



### Schwerpunkt im Südwesten

Bei der Anmeldung müssen Sie ein Foto von sich hochladen, Vornamen, Beruf und Alter angeben – auf Wunsch werden Sie dann auch nur über Treffen mit anderen Teilnehmern Ihrer Altersgruppe informiert. Laut Anbieter wurden bereits über 20 000 Gruppentreffen über Meet5 organisiert, bei knapp 100 000 Teilnehmern. Im Frühjahr 2021 bietet die App Treffen in Frankfurt, Wiesbaden, Offenbach, Mainz, dem Rhein-Main-Gebiet, Köln, Mannheim, Heidelberg, Ludwigshafen, im Rhein-Neckar-Kreis sowie in München, Berlin und Hamburg. Auch während der gesetzlichen Kontaktsperrungen infolge der Corona-Krise wurden Gruppentreff-

fen durchgeführt – als Videokonferenzen mit der App Jitsi, darunter etwa eine Online-Silvesterparty mit über 100 Teilnehmern. Wie sich das Konzept und die Verbreitung der App in den nächsten Jahren weiter entwickelt, war Anfang 2021 noch ungewiss.

Relativ hoch ist die Abogebühr für ein sogenanntes Premiumabo, hier zahlen Sie 5 Euro für den ersten Monat, eine Jahresmitgliedschaft kostet ab 150 Euro. Für die Abogebühr fällt nicht nur die Beschränkung der Teilnehmerzahl weg, Sie erfahren auch, wer Ihr Profil besucht, Sie können anonym andere Profile besuchen und private Nachrichten versenden.

### **So treffen Sie Teilnehmer Ihrer Altersgruppe**

Sie wollen eigentlich nicht die einzige Seniorin oder der einzige Senior unter lauter 20-Jährigen sein? Dann können Sie einen Altersfilter festlegen. Dazu tippen Sie unten links auf **Profil**, damit sich die Profilseite öffnet. Nun tippen Sie oben rechts auf das runde Symbol, das wie ein Zahnrad aussieht. Unter **App Einstellungen** wählen Sie die Option **Altersfilter**. Über einen Regler können Sie nun eine Altersgruppe festlegen – etwa 50 bis 100. Sie erhalten dann nur Einladungen von Veranstalterinnen und Veranstaltern aus der betreffenden Altersgruppe.

### **Alternative**

#### → **Doodle**

Bei der Organisation von Festen kann der Terminplaner Doodle helfen. Vor einem Fest oder einer Feier schickt man den Eingeladenen einen Link zu einer Webseite und kann sich über eine Liste auf einen passenden Termin einigen. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Dienst für unkomplizierte Treffen
- Keine Partnervermittlung
- Abo für manche Funktionen erforderlich



## Zweisam.de: Für einsame Herzen

Onlinepartnerbörsen haben längst die früher beliebten Kontaktanzeigen in der Zeitung ersetzt. Über derartige Dienste lassen sich unkompliziert und ohne Einschränkungen Menschen kennenlernen. Das Problem: Viele bekannte Dienste richten sich eigentlich nur an junge Singles. Spezialisiert auf ältere Suchende ist hingegen der Dienst Zweisam.de, bei dem man sich ab einem Alter von 50 Jahren anmelden kann. Dass bei Partnervermittlungen generell Vorsicht geboten ist, ist bekannt: Immer wieder kommt es zu Betrügereien und Schwindel. Auch die Anbieter selbst versprechen oft mehr, als sie halten können. IAC, der Betreiber von Zweisam.de, ist aber einer der größten Anbieter und steht auch hinter den seriösen Portalen Neu.de und Lovescout24.de, die sich an Jüngere richten. In Tests der Stiftung Warentest von 2016 und 2018 gehörte der Anbieter zu den empfohlenen Diensten.

The screenshot shows the Zweisam.de mobile application. At the top, there's a group photo of four people (three women and one man) smiling. Below it, a section titled "Unsere Aktivitäten" (Our Activities) with the sub-instruction "Erleben Sie gemeinsam mit anderen eine gute Zeit." (Experience a good time together with others). Further down, a section says "Sie sind wie wir alle gemacht! Sie entsprechen den Kriterien" (You are like all of us! You match the criteria), followed by three blurred profile pictures of women named Susanna, Liz, and Marion, each with their age and gender below them. At the bottom, a green button-like graphic contains the text "Da ist jemand begeistert von Ihnen! Sie haben mich gelikt" (Someone is impressed by you! You have liked me) and "Mitglieder haben doppelt so hohe Chancen auf ein Date" (Members have twice the chance of finding a date) with a "Jetzt loslegen" (Get started now) button.

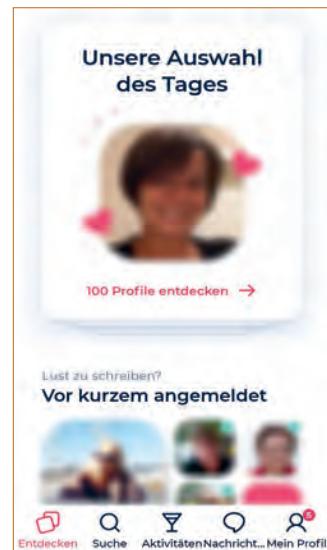
Kostenlos können Sie sich bei Zweisam.de immerhin anmelden und ein Profil einrichten. Sie können sich hier mit einem kleinen Text selbst vorstellen, ein aktuelles Foto müssen Sie ebenfalls hochladen. Sie haben klare Vorstellungen, wen Sie suchen? Diese können Sie angeben, wie zum Beispiel Alter und Größe. Anhand Ihrer Vorgaben schlägt Ihnen der Dienst dann mögliche Kandidaten und Kandidatinnen in Ihrer Umgebung vor. Diese können Sie über die App kontaktieren oder Sie werden selbst angeschrieben. Mit einem kostenlosen Account können Sie täglich allerdings nur drei Nachrichten versenden. Die Kommunikation ist nämlich nur über die App möglich. Besuchen Sie als kostenloser Nutzer ein Profil, wird derjenige außerdem sofort benachrichtigt. Es gibt aber einen „Unsichtbar-Modus“,

mit dem Sie sich für 11 Euro im Monat alle Profile ansehen können – ohne sofortige Benachrichtigung.

### **Unverbindliches Treffen beim Stadtrundgang**

Interessant: Zweisam.de organisiert auch Single-Treffen für ein unverbindliches Kennenlernen – etwa einen geführten Stadtrundgang oder ein Frühstück. Der Zugang zu diesen Treffen ist allerdings nicht über den kostenlosen Account verfügbar. Um diese Funktion nutzen zu können, müssen Sie eine „Premium-Mitgliedschaft“ abschließen. Ein einzelner Monat kostet 40 Euro, drei Monate sind für 90 Euro zu haben.

Auch wenn die Anmeldung kostenlos ist, sind viele Funktionen nur gegen eine Gebühr verfügbar.



### **Tipps für das richtige Profil**

Der erste Eindruck zählt! Für die Auswahl Ihres Fotos und die Erstellung Ihres Textes sollten Sie sich daher etwas Zeit nehmen. Zweisam.de rät dazu, ein möglichst aktuelles Foto zu verwenden, um Enttäuschungen beim ersten Treffen zu vermeiden. Bei Ihrem Profiltext dürfen Sie ruhig etwas persönlicher werden, um einen guten Eindruck zu vermitteln. Empfohlen wird etwa, etwas über Ihre Hobbys oder eine Besonderheit von Ihnen zu erzählen.

### **Alternative**

#### **→ Parship**

Ein auch für ältere Nutzer geeigneter Dating-Dienst ist Parship. Der Dienst hat einen guten Ruf und in Deutschland viele Nutzer. Der Dienst ist aber nicht günstig, die Datensicherheit wurde in einem Test von 2018 kritisch beurteilt. (iOS/Android)

### **Kurzüberblick**

- Auf ältere Nutzer ausgerichtet
- Einfache Bedienung, guter Funktionsumfang
- Veranstaltung von freien Treffen
- Relativ hohe Abo-Gebühren nach dem ersten Monat

# Smarte Helfer auf Reisen

Auch im Urlaub kann Ihnen Ihr Smartphone eine große Hilfe sein. In fremden Ländern unterstützen Sie Apps als Dolmetscher, schlagen Restaurants und interessante Einkaufsmöglichkeiten vor, rechnen fremde Währungen in Euro um und kümmern sich um den Versand Ihrer Urlaubspostkarten.

## Entspannt im Urlaub mit dem Smartphone

---



In manchen Urlaubsländern wie Brasilien oder Japan kommen Sie mit Englisch oder Französisch nicht sehr weit. Hier können Ihnen aber moderne Übersetzungs-Apps helfen. Mit Google Translate wird das Smartphone sogar zu einer Art Simultandolmetscher. Automatisch übersetzt die App alles, was von Ihnen und Ihrem Gegenüber gesprochen wird, und zeigt die Übersetzung auf dem Display an. Beim schnellen Aufspüren eines guten Restaurants helfen Apps Ihnen ebenfalls. Gerade für kulinarische Zwecke hat sich die App Yelp bewährt, die auf sehr viele Nutzerbewertungen zurückgreifen kann. Bei Auslandsreisen sehr nützlich: Sie warnt auch vor bekannten Abzockern.

Sie versenden gerne Postkarten aus Ihrem Urlaub? Das ist ebenfalls per App möglich: Mit der App Urlaubsgruss können Sie Ihre eigenen Smartphone-Fotos als Postkarten an Freunde und Verwandte schicken.

Was auf Reisen unerlässlich ist: ein guter Währungsrechner. Bei Käufen in fremder Währung entpuppt sich der Schnäppchenpreis sonst schnell als Wucherangebot. Die vom Bankenverbund herausgegebene und komfortabel bedienbare App Reise + Geld ist eine gute Hilfe.



## Urlaubsgruss: Postkarten mit eigenen Motiven verschicken

Selbst wenn Sie ein Freund der Digitalisierung sind: Eine E-Mail mit Urlaubsgrüßen hat einfach nicht die persönliche Wirkung einer echten Urlaubspostkarte. Oft ist es aber gar nicht so einfach, am Urlaubsort eine passende Karte und Briefmarken zu organisieren. Bis die Karte ihr Ziel erreicht, vergehen zudem oft Wochen.



Es gibt aber eine ganze Reihe an Diensten wie Urlaubsgruss, die Ihre Fotos über das Internet als Postkarte versenden können. Wenn Sie beispielsweise im fernen Korfu oder auf Bali ein Foto mit Ihrem Smartphone machen, können Sie über die App eine Postkarte in Auftrag geben. Bei den Daheimgebliebenen landet sie schon nach wenigen Tagen im Briefkasten – mit Ihrem Urlaubsfoto auf der Rückseite.

Überzeugen kann die App Urlaubsgruss durch einfache Bedienung, pro Postkarte berechnet sie moderate 2 Euro. Sie können aus zahlreichen Vorlagen auswählen und verschiedene Kartenarten versenden. So stehen neben der Standard-Postkarte gegen Aufpreis ein Versand in einem Umschlag, eine „Jumbo“-Postkarte, Klappkarten und auf Wunsch der Versand mehrerer Fotoausdrucke in einer Bilderbox zur Wahl.

### Viele Anpassungsmöglichkeiten

Tipp: Nach einer Anmeldung beim Anbieter erhalten Sie einen Gutschein für eine Gratis-Postkarte – gut, um die Druckqualität kostenlos zu testen oder um gleich den ersten Urlaubsgruß abzuschicken. Für Besitzer eines Tablets ist eine weitere Option gedacht, sie können nämlich die Textnachricht auch mit einem Eingabestift wie einem Pencil oder Stylus schreiben. Tippen Sie dazu auf die drei Linien

oben rechts, ein Ausklappfenster öffnet sich. Unter „Einstellungen“ finden Sie die Option ***Handschrift aktivieren***. Beim nächsten Erstellen einer Karte sehen Sie bei der Texteingabe dann die Option ***Mit der Hand schreiben***.

### So schreiben Sie eine persönliche Nachricht

Die Erstellung der Postkarte ist einfach: Sie wählen aus vorgegebenen Layouts für ein bis neun Urlaubsfotos eines aus, dann müssen Sie nur noch Fotos aus dem Fotoarchiv des Smartphones bestimmen. Die Fotos positioniert die App automatisch, anspruchsvolle Anwender können aber über die am unteren Rand angezeigten Optionen noch zahlreiche Änderungen vornehmen: etwa farbige Ränder ergänzen, Fotos verkleinern und Texte und Grafiken hinzufügen. Probieren Sie es einfach einmal aus! Sind Sie fertig, müssen Sie nur noch auf der Vorderseite einen kurzen Text ergänzen und die Empfängeradresse eingeben oder aus Ihrem Adressbuch übernehmen. Für eine persönliche Note können Sie außerdem per Touchscreen Ihre Unterschrift „malen“. Schönes Detail: Die Karte erhält vom Dienstleister eine echte Briefmarke aufgeklebt und wirkt fast wie eine „echte“ Urlaubskarte.



### Kurzüberblick

- Einfache Auswahl von Fotos
- Umfangreiche Bearbeitungsfunktionen
- Kostenloses Testfoto
- Handschriftliches Ausfüllen nur für Tablets mit Stift sinnvoll

### Alternative

#### → Cewe Postcard

Der deutsche Druckdienstleister Cewe bietet ebenfalls eine Postkarten-App. Die Bedienung ist sehr ähnlich, Sie können hier aber nur zwischen zwei verschiedenen Kartenarten auswählen. (iOS/Android)



## Yelp: Überall Restaurants finden

Bei einem Dienst wie Yelp verlassen Sie sich auf die sogenannte Schwarmintelligenz: Zahllose Nutzer des amerikanischen Bewertungsdiensts sorgen dafür, dass es zu Tausenden Restaurants, Cafés, Geschäften und Dienstleistern Benotungen und Kommentare gibt – ähnlich den Bewertungen bei Amazon oder in einem App Store. In der Regel sind die „Restaurantkritiken“ recht zutreffend, wenn auch in der Tendenz eher positiv gehalten. Vor allem sehr schlechte Bewertungen sollten da eine Warnung sein. So warnt die App nicht zuletzt vor dubiosen Lokalen mit überteuerten Preisen, wie bei einigen berüchtigten Gaststätten in Venedig.

### Die App bietet viele Vorteile

Nach einer Standortbestimmung zeigt die App Ihnen die Restaurants, Cafés oder Bars in der Nähe. Bekannt ist Yelp vor allem durch seine Gastronomiebewertungen, sind diese doch auch besonders zahlreich. Der Dienst kennt aber auch andere Branchen und kann Ihnen ebenso eine gute Autowerkstatt, eine Zahnärztin oder einen Buchladen empfehlen – hier aber oft mit weit weniger Relevanz und Zuverlässigkeit.

Bei Apples Karten-App ist Yelp bereits integriert und meist die Datenquelle für Informationen zu Hotels und Restaurants. Allerdings erhält man direkt über die App von Yelp mehr Informationen und kann auf einen größeren Funktionsumfang zurückgreifen. Ein weiterer Vorteil der App: Nach einer Anmeldung steht eine Favoritenfunktion zur Verfügung und das Ergänzen von Fotos und eigenen Bewertungen ist möglich.



Das börsennotierte Unternehmen Yelp ist nicht unumstritten, da sich das Unternehmen durch bezahlte Werbung der besprochenen Anbieter finanziert. Das ist ein klarer Interessenkonflikt, viele Restaurant beschweren sich außerdem über ungerechte Bewertungen der Nutzer. Für die schnelle Suche nach einem geeigneten Restaurant ist Yelp aber ein guter und kostenloser erster Ratgeber, gerade in einer fremden Stadt. Das Reservieren eines Tisches ist über die App möglich, das Anrufen beim Restaurant oder Geschäft ebenfalls.

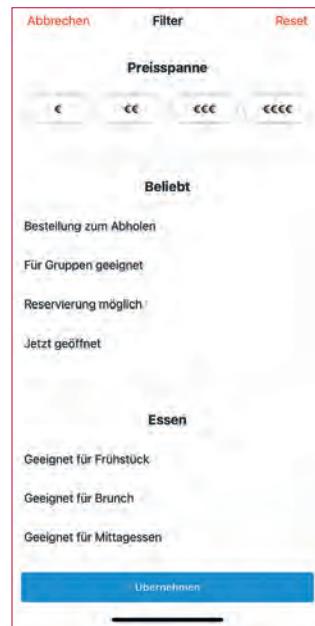
### **So verbessern Sie die Suchergebnisse**

Bei der Suche nach Restaurants zeigt die App Ihnen in Großstädten sehr viele Ergebnisse, auch mit Begriffen wie „italienisch“ oder „gutbürgerlich“ sind die Listen noch sehr lang. Über die sogenannten Filter und eine Sortierung können Sie die Ergebnisse aber weiter eingrenzen. Tippen Sie dazu zuerst auf **Sortieren**. Sie können so alle Ergebnisse wahlweise nach Entfernung, Bewertung, Zahl der Bewertungen sortieren. Weiter eindringen können Sie die Ergebnisse über den Button **Filter**. Hier begrenzen Sie die Anzeige beispielsweise auf Restaurants, bei denen Abholung möglich ist, die bestimmte Mahlzeiten wie Mittagessen oder Frühstück anbieten oder für Rollstuhlfahrer geeignet sind.

### **Alternative**

#### → **Happy Cow**

Für Freunde veganen oder vegetarischen Essens ist Happy Cow gedacht. Restaurants in der Umgebung werden aufgelistet und von den aktiven Nutzern der App bewertet. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

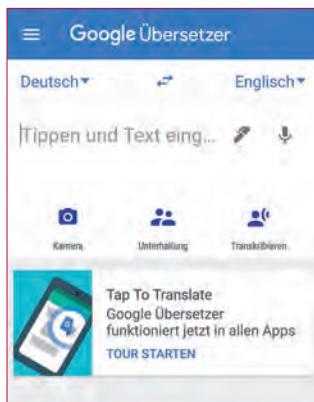
- Große Anzahl an Empfehlungen und Bewertungen
- Bewertung erfolgt durch Amateure, keine Restaurantkritiker
- Viele Informationen über Restaurants
- Kartenfunktion
- Reservierungen möglich



## Google Translate: Übersetzer für (fast) alles

Nicht überall kommen Sie mit Fremdsprachenkenntnissen in Englisch oder Französisch zurecht, in Ländern wie China und Thailand müssen Sie zudem mit Schildern, Wegweisern und Speisekarten in fremden Zeichen rechnen. Viele Verständigungsprobleme kann aber eine moderne Übersetzungs-App wie Google Translate lösen, die sogar gesprochene Sprache übersetzt. Bei iPhones ist zwar eine Google Translate ähnelnde App bereits ins System integriert, es kann sich aber trotzdem lohnen, zusätzlich Google Translate zu installieren – umso mehr unter Android. In einem Test der Stiftung Warentest von Übersetzungs-Apps vom Mai 2020 landete die App auf dem zweiten Platz. Nutzerführung und Texterkennung mit Kamera überzeugten besonders, dafür hakelt es bisweilen bei der Übersetzungsqualität.

Beim ersten Start zeigt die App eine einfache Oberfläche. Aller Text, den Sie hier eingeben, wird automatisch in eine andere Sprache übersetzt – Sie können aus 88 Sprachenpaaren wählen. Diese Übersetzungsfunktion gibt es auch am Computer – auf einem Smartphone bietet Google Translate aber sehr viel mehr. Die App kann per Mikrofon sogar gesprochene Sprache aufnehmen und sofort übersetzen! Zwei Eingabearten stehen dabei zur Wahl, *Unterhaltung* und *Transkribieren*.



### Dialoge in Echtzeit übersetzen

Zum unauffälligen Dolmetscher wird die App im Modus *Transkribieren*: Die App „hört“ einen Satz in einer fremden Sprache und zeigt Ihnen automatisch eine Übersetzung als Text an. Das funktioniert sogar ohne Internetverbindung, Sie müssen nur eine Sprachdatei herunterladen. Etwas komplizierter, aber noch beeindruckender ist der Modus *Transkribieren*. Das

Smartphone übersetzt hier abwechselnd zwei Sprecher, auf Wunsch erkennt die App den Sprechenden automatisch. Das Gesprochene wird von der App in Text umgewandelt und zusätzlich mit Computerstimme wieder gegeben. Auf dem Bildschirm ist der Dialog für Sie beide lesbar. Das kann etwa in einem Café sehr praktisch sein: Sie sehen die deutsche Übersetzung der fremden Sprache, der Kellner ihre übersetzten Fragen.

Auch das Transkribieren funktioniert offline, wenn Sie zuvor die entsprechenden Sprachdateien für Deutsch und die Fremdsprache heruntergeladen haben.

### **So nutzen Sie die Fotoübersetzung**

Probleme mit fremdsprachigen Wegweisern oder kryptischen Speisekarten löst die App mit einer beeindruckenden Kamerafunktion. Tippen Sie auf das Kamera-symbol in der App, wird die Smartphone-Kamera aktiviert. Wenn Sie nun die Kamera auf einen fremdsprachigen Text, etwa eine Speisekarte, richten, erkennt die App automatisch die Wörter und tauscht sie im Kamerabild durch die Übersetzung aus – wie durch Zauberhand wird so aus der spanischen Speisekarte eine deutschsprachige. Das Ergebnis ist nicht immer perfekt, aber in der Praxis sehr nützlich.

### **Alternative**

#### **→ Apple Übersetzer**

Auf dem iPhone ist ab iOS 14 eine komfortable Übersetzer-App vorinstalliert. Diese kann ebenfalls Gespräche simultan übersetzen. Dabei kommt sie ohne weitere Bedienelemente aus, der Sprecher wird automatisch erkannt und übersetzt. (iOS)

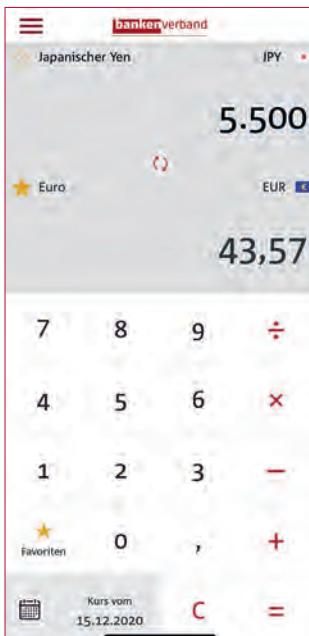


### **Kurzüberblick**

- Übersetzung von Schildern und Texten per Kamera
- Einfache Handhabung
- Offline nutzbar
- Simultanübersetzung von ganzen Gesprächen
- Kleinere Fehler bei der Spracherkennung und der Übersetzung von Texten



## Reise + Geld: Währungsrechner und Preisinformation



Die fehlerfreie Umrechnung einer fremden Währung in Euro schaffen nur wenige im Kopf, bei Käufen auf einem Markt oder wenn Sie in einem Restaurant die Rechnung prüfen, müssen Sie ja außerdem oft mehrere Beträge addieren und umrechnen. Schon mancher Tourist hat sich da derbe verschätzt – und zum Beispiel für vermeintliche Schnäppchen viel mehr bezahlt, als eigentlich in der Reisekasse vorgesehen war. Abhilfe schafft hier eine gute Währungsrechner-App. Sehr brauchbar und dazu kostenlos ist die App Reise + Geld, die vom Deutschen Bankenverband herausgegeben wird. Sie wählen hier zwei Währungen aus – beispielsweise Dollar und Euro – und haben dank automatischem Abruf der Umrechnungskurse immer aktuelle Daten der beiden Währungen zur Verfügung. Die Umrechnung erfolgt sofort: Sie geben einen Betrag ein und erhalten den entsprechenden Betrag in der anderen Währung angezeigt.



### Integrierter Taschenrechner

Nützlich bei Einkäufen ist die Taschenrechnerfunktion der App. Diese kann nicht nur Währungen umrechnen, sondern zeigt automatisch die Eingaben in zwei Währungen an. Addieren Sie etwa die Preise von mehreren Produkten in Dollar, sehen Sie in einer parallelen Anzeige alle Eingaben und natürlich die Endsumme in Euro. Die iOS-Version unterstützt auch eigene Währungskurse, etwa wenn Sie sich am Kurs einer Wechselstube oder lokalen Bank orientieren wollen. Bei der Android-Versi-

on war diese Funktion bei Redaktionsschluss leider nicht funktionsfähig.

Zusätzlich bietet die App noch Tipps zu Zahlungen im Ausland oder eventuellen Komplikationen. So liefert sie Ihnen unter dem Eintrag **SOS** beispielsweise die Sperrnummern der wichtigsten Kreditkartenunternehmen. Aktuelle Nachrichten zum Thema Währungen kann man über die App ebenfalls abrufen.

### **Was sind gängige Preise im Urlaubsland?**

Auch in Ländern, die den Euro nutzen, ist man oft über die landesüblichen Preise überrascht. Die App kann Ihnen deshalb anzeigen, was in einem Urlaubsland die gängigen Preise für Käufe wie einen Espresso, eine Taxifahrt oder andere Dinge sind. Tippen Sie dazu oben rechts auf das Symbol mit den drei Linien, es blendet sich ein Menü mit mehreren Optionen ein. Wählen Sie hier die Option **Kostenvergleich**, öffnet sich eine Liste mit mehr als 70 Ländern, aus der Sie Ihr Urlaubsland auswählen können, etwa die Dominikanische Republik. In diesem Land sind laut App etwa für ein Bier moderate 3 Euro auszugeben, für einen Espresso 0,80 Euro. Im teuren Norwegen sind dagegen für ein Bier 9 Euro „normal“, für einen Kaffee 2,70 Euro. Zu genau sollten Sie diese Angaben aber nicht nehmen, da sich die Kosten in jeder Saison sehr schnell ändern.

### **Kurzüberblick**

- Umrechnung in über 160 Währungen
- Integrierter Taschenrechner
- Zusätzliche Informationen über landestypischen Geldwert
- Eigene Kurse nur unter iOS nutzbar

### **Alternative**

#### **→ Siri und Google Assistant**

Eine schnelle Währungsumrechnung ist auch über die Sprachassistenten Ihres iPhones oder Android-Handys möglich. Stellen Sie einfach dem Assistenten eine Umrechnungsaufgabe wie: „Was sind 100 Euro in Dollar?“. Sie erhalten dann sofort das Ergebnis.

# Aktiv in der Natur

Sind Sie gerne draußen in der Natur? Selbst hier kann ein Smartphone nützlich sein. Apps helfen Ihnen, sich bei Wanderungen zurechtzufinden, identifizieren für Sie unbekannte Blumen und Pflanzen und warnen Sie rechtzeitig vor Wetterumschwüngen.

## Clever wandern mit dem Smartphone

---



**Warum ein teures Fitnessstudio** bezahlen, wenn Sie Ihre Gesundheit mit Wandern und Fahrradtouren erhalten können – und dabei die Natur genießen? Um neue Touren und Gebiete zu erkunden, sorgt eine App wie Outdooractive für Abwechslung, die neue Touren vorschlägt und unterwegs als Wegweiser dient. Wichtig ist bei Wanderungen im Gebirge aber auch, das Wetter im Auge zu behalten. Hier ist die App WarnWetter sehr nützlich, die neben aktuellen Wetterwarnungen besonders zuverlässige Wettervorhersagen liefert. Für Naturfreundinnen und -freunde ist die App Flora Incognita gedacht. Mit dieser Anwendung lässt sich nämlich per Kamera so gut wie jede Pflanze identifizieren. Sie machen gerne Sport, aber Ihnen fehlen Gleichgesinnte, mit denen Sie sich messen können? Dann probieren Sie doch einmal die App Strava aus. Hier können Sie Wettkämpfe in einer riesigen Gemeinschaft von Sportbegeisterten austragen.

# O

## Outdooractive: Orientierung unterwegs

Unter Wander- und Fahrradbegeisterten haben sich in den letzten Jahren vor allem drei Apps etabliert: Komoot, Bergfex und die hier vorgestellte App Outdooractive. Wanderer und Bergsteiger erhalten über die Apps zahlreiche interessante Touren vorgeschlagen, inklusive detaillierter Beschreibungen und Kartenmaterial. Sehr praktisch ist dabei die Möglichkeit, gezielt nach altersgerechten Touren zu suchen! Über eine Schlagwortliste können Sie auch Strecken für „Nordic Walking“ eine „Fernwanderung“ oder einen „Pilgerweg“ aussuchen.



Der große Vorteil gegenüber der Wanderkarte aus Papier: Die Beschreibungen sind sehr detailliert und beinhalten Schwierigkeitsgrade und Höhenprofile. Neben den zahlreichen vorgeschlagenen Touren können Sie über die App aber auch eigene Streifzüge planen. Beim Beginn der Tour können Sie den Navigationsmodus starten. Die App wird dann zum Navi und führt Schritt für Schritt durch eine Tour. Dank GPS und Smartphone-Kompass wissen Sie immer, wo Sie sind und in welche Richtung Sie müssen. Über die Option *Buddy Beacon* können Familienangehörige und Freunde Ihre Tour in Echtzeit verfolgen – und müssen sich bei einer längeren Wanderung keine Sorgen machen. Das geht auch über einen Internetbrowser.

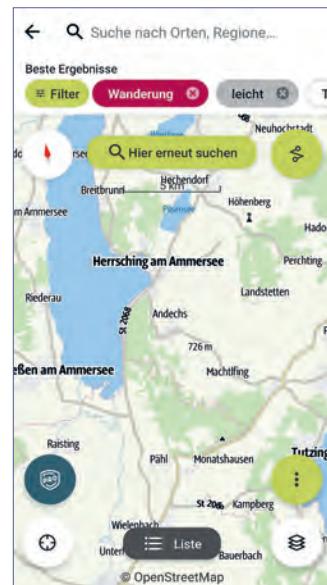
### Kostenpflichtiges Abo empfehlenswert

Die App ist kostenlos nutzbar, viele interessante Funktionen und einige zusätzliche Routenbeschreibungen gibt es aber nur mit Abo. Die Standardversion kostet ab 2,50 Euro, eine Premiumversion 5 Euro pro Monat. Geboten werden dann Profikarten, die sich beson-

ders für Bergwanderer lohnen, oder die Funktion *Skyline*, die Ihnen über Ihre Smartphone-Kamera die Namen von Seen, Gipfeln, Orten oder anderen Objekten anzeigen kann. Kostenpflichtig ist leider ebenso die Offline-Nutzung von Touren. Vor allem letztere Funktion macht das Abo lohnenswert, da Sie dann auch ohne Netz Wegbeschreibungen nutzen können. Ein Problem ist allerdings der hohe Energieverbrauch durch die permanente GPS-Ortung. Für längere Touren sollten Sie deshalb eine Powerbank einpacken, um das Smartphone unterwegs aufladen zu können. Nutzer einer Smartwatch können die Wegbeschreibungen über ihre Watch anzeigen lassen, nach Abschluss der Tour können Sie Ihren Ausflug inklusive Fotos und Notizen archivieren.

### So finden Sie eine Wanderstrecke

Tippen Sie links auf die drei kleinen Linien, eine Funktionsübersicht öffnet sich. Wählen Sie den Eintrag *Touren*. Sie können nun nach einer Tour suchen. Sie wollen nur Wanderwege sehen? Unterhalb der Sucheingabe sehen Sie verschiedene Schlagwörter, die Sie mit einer Streichbewegung durchblättern. Wählen Sie hier *Wanderung*, sehen Sie nur noch Wanderwege. Tippen Sie unten auf den Button *Listen*, dann sehen Sie alle Strecken in der Listenansicht. Auch einen Schwierigkeitsgrad wie *leicht* können Sie wählen.



### Kurzüberblick

- Gutes Angebot an Touren
- Aboversion bietet guten Funktionsumfang
- Einige Funktionen wie die Suchfunktion erfordern etwas Eingewöhnung

### Alternative

#### → Komoot

Auch Komoot kann Routen verwalten und wird während der Tour zur Navigations-App. Die App bietet mehr Bedienkomfort, ist aber etwas teurer. (iOS/Android)



## WarnWetter: Genaue Daten

Sind Sie durch Spaziergänge oder Wanderungen viel in der Natur, lernen Sie schnell eine gute Wetter-App zu schätzen. Die unter iOS und Android vorinstallierten Apps sind allerdings allenfalls Mittelmaß, wie Tests oft bewiesen haben. Sie nutzen nämlich günstige internationale Wetterdaten, die oft ungenau sind. Planen Sie eine lange Wanderung oder Fahrradtour, sollten Sie besser eine App wie WarnWetter installieren. Diese wird vom Deutschen Wetterdienst herausgegeben und nutzt aktuelle und sehr exakte Daten. Optisch kann sie mit der coolen iOS-App leider nicht mithalten: Das Aussehen könnte man als „Behördendesign“ bezeichnen und auf schicke Animationen muss man verzichten.

Dafür hat bereits die kostenlose Grundversion viel zu bieten. Auf Wunsch werden Sie mit einer Nachricht über wichtige Wetteränderungen informiert und erhalten Warnungen zu Gewitter, Schnee oder Glatteis.



### Kostenpflichtige Wetterkarten

Zur vollwertigen Wetter-App wird WarnWetter leider erst nach einer In-App-Zahlung von 2 Euro. Das hat wettbewerbsrechtliche Gründe, ein Wetterdienst hatte gegen eine kostenlose Version geklagt. Nach der Freischaltung erhalten Sie Zugriff auf aktuelle Wetterkarten, Radarbilder und Wettervorhersagen. Über *Favorit hinzufügen* müssen Sie nun einen oder mehrere Standorte festlegen, die App liefert dann die übliche Wochenübersicht des Wetters. Was schon bei der Festlegung des Ortes auffällt: Sie können hier nicht nur eine Stadt wie „München“, sondern Ihren Stadtteil eingeben, was für exaktere Wetterdaten sorgt. Als Standard sehen Sie eine Wochenübersicht, durch Antippen öffnet sich

eine Detailansicht mit drei Unterrubriken: *Warnungen*, *Aktuell* und *Aussichten*. Das Wetter der kommenden Woche prognostiziert die App unter *Aussichten*, bis zu zehn Tage im voraus sind hier abzulesen. Aktuelle Daten wie Luftdruck oder Luftfeuchtigkeit können Sie unter *Aktuell* aufrufen, *Warnungen* zeigt eine Übersicht aller Wetterwarnungen. Über die *Einstellungen* können Sie das Hauptfenster nach Ihrem Geschmack konfigurieren, auf Wunsch sehen Sie hier etwa den UV-Index oder Windgeschwindigkeiten.



## **Wetterdaten immer parat**

Es ist umständlich, den Wetterbericht erst nach dem Start der App zu sehen. Die App unterstützt aber die so genannten Widgets von iOS und Android. Das sind kleinen Mini-Apps, die Sie schneller aufrufen können als die eigentlichen Apps. Für eine Wetter-App eine sehr sinnvolle Option, denn so haben Sie die aktuelle Voraussage schnell im Blick. Unter Android tippen Sie längere Zeit auf das App-Symbol und wählen über das sich öffnende Kontextmenü die Option *Widgets*. Sie können das Widget dann auf dem Startbildschirm positionieren und vom Startbildschirm mit einer Streichbewegung nach rechts aufrufen. Auf iPhone und iPad werden die ab iOS 14 neu eingeführten Widgets unterstützt. Rufen Sie per Streichbewegung die Widgetübersicht auf. Über *Bearbeiten* ganz unten können Sie dann das Widget von WarnWetter ergänzen.

## **Kurzüberblick**

- Gute Wetterdaten
- Meldet Wetterumschwung per Systemnachricht
- Kostenpflichtige Version empfehlenswert

## **Alternative**

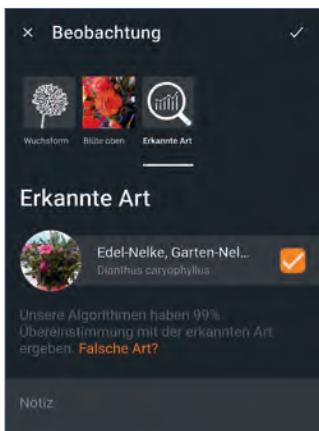
### → **Wetter.com**

Auch diese App bietet umfangreiche Wettervorhersagen und Wetterwarnungen. Die werbefinanzierte Version ist kostenlos, ohne Werbung werden 5 Euro pro Jahr fällig. (iOS/Android)



## Flora Incognita: Pflanzen bestimmen

Eigentlich könnte man die App Flora Incognita mit einem Satz erklären: Fotografieren Sie mit der App eine Pflanze, zeigt sie den Namen an. Wie dies aber am besten funktioniert, ist doch etwas erklärungsbedürftig und Sie sollten bei der Nutzung einige Details beachten. Die App ist ein Gemeinschaftsprojekt der TU Ilmenau und des Max-Planck-Instituts und beruht auf maschinellem Lernen. Richten Sie die Kamerafunktion auf eine Ihnen unbekannte Blume, wird diese durch den Abgleich mit einer Datenbank recht schnell identifiziert. Anhand einer Mustererkennung, etwa der Form der Blätter, erkennt die App dann Ihre Blume beispielsweise als „Edel-Nelke“ oder „Dianthus caryophyllus“. Sie erhalten den Namen angezeigt, die Wahrscheinlichkeit der Bestimmung gibt die App in Prozent an. Tippen Sie auf das Ergebnis. Sie erfahren dann mehr über die Pflanze wie Blütezeit und Herkunft, mögliche Verwendungen als Lebensmittel oder Arznei (unsere Nelke etwa als Grundlage für Nelkenöl) sowie die Verbreitung und den Schutzstatus.



### Nur einheimische Pflanzen werden erkannt

Was Sie wissen sollten: Die App basiert auf einer Datenbank von über 4800 in Deutschland wild wachsenden Pflanzen – im Fernosturlaub hilft Ihnen die App also wenig. Auch beim Abfotografieren einer Pflanze sollten Sie einige Dinge beachten: Vor dem Fotografieren müssen Sie bestimmen, ob es sich um einen Farn, einen Baum, eine Blume oder ein Gras handelt. Eine Ortung ihres Standorts hilft zusätzlich bei der Identifizierung. Wichtig bei der Aufnahme sind gute Beleuchtung und ein scharfes Bild, zudem dürfen Sie nur eine Pflanzenart im Bild haben. Hinweis: Die Entwickler bitten die

Nutzer, die Pflanzen für die Bestimmung nicht abzupflücken – unter Umständen handelt es sich schließlich um geschützte oder seltene Gewächse.

### **Alte Fotos auswerten**

Sie können mit der App auch alte Aufnahmen von Pflanzen nutzen, falls diese groß genug auf dem Foto abgebildet sind. Wählen Sie *Pflanze erkennen* und danach eine der vier Pflanzenarten. Neben dem Kamera-symbol sind drei kleine Punkte zu sehen. Tippen Sie auf die Punkte, aus dem Kamerasymbol wird ein Foto-symbol. Durch Antippen können Sie nun auf das Fotoarchiv Ihres Smartphones zugreifen und ein Foto auswählen.



### **Alternativen**

#### → **BirdNet**

Per Mikrofon kann die App Vogelstimmen erkennen. Eine iOS-Version gibt es leider nicht und die Bedienung ist nicht ganz einfach. (Android)

#### → **Google Lens**

Mit Google Lens gibt es ein noch vielseitigeres wendbares Werkzeug für die Objekterkennung. Die Android-App kann ebenfalls Blumen, Pflanzen und Tiere bestimmen, geht aber noch weit über diese Funktionen hinaus. Der Anspruch der App ist es, so gut wie jedes Objekt erkennen und dazu Informationen suchen zu können. Mittels Texterkennung kann die App zudem Inhalte eines Textes auswerten, beispielsweise einen Termin in den Kalender übernehmen oder allein über die Kamera den Namen eines Kunstwerks bestimmen. (Android)

### **Kurzüberblick**

- Schnelle und einfache Identifizierung von mehreren Tausend Pflanzen
- Kann auch Fotos von Pflanzen auswerten
- Erkennt nur einheimische Pflanzen



## Strava: Sportliche Herausforderungen

Dank Smartphone, Smartwatch und Fitnesstracker ist es heute sehr leicht, Trainingszeiten zu erfassen. Das ist aber auf Dauer etwas einsam: Für viele Sportlerinnen und Sportler gehört es schließlich ebenso dazu, sich mit anderen Menschen zu messen und zu sehen, wie sie im Vergleich abschneiden – ein sehr motivierender Effekt, der beim Fitnesssport leider oft fehlt. Die Möglichkeit, täglich gegen Tausende andere Läufer, Radfahrer oder Schwimmer anzutreten und sich auszutauschen, bietet aber die App Strava. Die App ist dabei zugleich Fitnesstagebuch und „Sportverein“. Sie können damit zum Beispiel Streckenlängen und -zeiten einer vorgegebenen Fahrradtour erfassen und danach nicht nur auswerten, sondern mit den Zeiten anderer Sportler vergleichen. Möglich ist dies dank zahlreicher

Nutzer aller Altersklassen, ist doch Strava eine der beliebtesten Fitness-Apps überhaupt und wurde allein im Play Store über 10 Millionen Mal heruntergeladen.

The screenshot shows a challenge card for a walk in December. At the top, there's a photo of two people walking. Below it is a blue diamond-shaped badge with the number '2020' on it. The challenge title is 'Spaziergang-Herausforderung im Dezember'. The description says: 'Lockere deine Beine auf und spaziere diesen Monat 50 Kilometer weit.' A button below says 'An Herausforderung teilnehmen'. At the bottom, it shows the date range '01.12.2020 bis 31.12.2020 — Noch 11 Tage', a goal 'Spaziere eine Gesamtstrecke von 50 Kilometern.', and a note about qualifying activities: 'Qualifizierende Aktivitäten: Rollstuhl, Spaziergang...'. There's also a note about achievements: 'Sportler, die diese Herausforderung abschließen, erhalten ein digitales Finisher-Abzeichen für ihre Trophäensammlung.'

### Wettkämpfe für alle Altersklassen

Eine Anmeldung ist ohne Abo möglich. Sie können dann Ihre sportlichen Aktivitäten verwalten und die wichtigsten Funktionen nutzen. Beim Anlegen eines Profils sollten Sie Ihr Geburtsdatum eingeben, Sie werden dann automatisch in eine „Altersklasse“ eingestuft, wie „70 bis 74“. Das sorgt beim Vergleichen der Daten für Fairness. Es gibt nämlich Trophäen: Schaffen Sie eine Laufstrecke oder Tour in Bestzeit, verleiht Ihnen die App eine virtuelle Krone oder Medaille. Erst als Abonutzer können Sie allerdings Routen planen, auf den sogenannten Segmenten (das sind fest vorgegebene Strecken) antreten und sich Ziele setzen.

Ein solches Segment ist dann beispielsweise der „Oktoberfest Circuit“, eine Laufstrecke rund um das Oktoberfest-Gelände in München. Als Bestzeit für die Laufstrecke mit 2,6 Kilometern Länge waren bei Redaktionsschluss 8 Minuten und 30 Sekunden vorgelegt. Und wenn Sie schneller sind, landen Sie in der Rangliste des Segments auf Rang 1.

Für 8 Euro im Monat erhalten Sie weitere Funktionen, etwa das Training-Dashboard, das einen schnellen Überblick vermittelt, die Auswertung von mit einem Fitnessstracker gesammelten Herzfrequenzdaten und einiges mehr. Wie bei Outdooractive bietet die App eine sogenannte Beacon-Funktion: Freunde und Familienangehörige können Ihren Standort verfolgen und wissen, wo Sie gerade unterwegs sind.

### Herausforderungen finden

Die App kann Ihnen Aufgaben vorschlagen, die zu Ihrem Profil und Alter passen: Tippen Sie dazu in der Fußleiste auf den Button *Entdecken* und wählen oben rechts die Option *Für dich*. Sind Sie über 70, aber sportlich, schlägt Ihnen die App altersgemäße Herausforderungen wie „Laufe 5km in einem Lauf“ vor oder einen bestimmten 500-Meter-Lauf und zeigt die Zeiten von Teilnehmern Ihres Alters.

### Alternative

#### → Cyclique

Die App Cyclique will Fahrradfahrer zusammenbringen und ermöglicht das Organisieren von Touren und gemeinsamen Fahrten. Auch ein Kleinanzeigenmarkt ist integriert, die Nutzerzahlen sind aber recht niedrig. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Virtuelle Wettkämpfe mit anderen Sportlern
- Kann Fitnessdaten sammeln und auswerten
- Zahlreiche aktive Nutzergruppen
- Viele Funktionen nur mit Abo verfügbar

# Kochen und Genuss

Kochen Sie gerne? Rezepte-Apps ersetzen nicht nur immer öfter das gute alte Kochbuch, sie können Ihnen bei vielen anderen Aufgaben ebenfalls helfen, etwa bei der Auswahl des passenden Weins, der richtigen Gewürze oder bei der Suche nach wirklich frischem Gemüse.

## Mehr Spaß in der Küche mit dem Smartphone

---



Die Kochrezepte in einem herkömmlichen Kochbuch sind oft schon aus Platzgründen sehr kurz und knapp, auch Fotos sind meist Mangelware. Eine Rezepte-App wie KptnCook hat da viel mehr zu bieten. Die Zubereitung wird ausführlich erläutert, auf Wunsch erstellt die App Ihnen sogar einen Einkaufszettel und berechnet die Nährwerte pro Portion. Kaufen Sie gerne Obst und Gemüse der Saison? In einem modernen Supermarkt ist das gar nicht mehr so einfach. Die App Saisonkalender weiß immer, welche Produkte gerade Erntezeit haben – sogar von Importen wie Feigen, Melonen und anderen Obstsorten. Bei vielen Supermärkten ist die Gemüseabteilung leider mittelmäßig, dabei könnten Sie frischere Produkte oft direkt beim Erzeuger kaufen. Beim Aufspüren von Hofläden und Bauernmärkten ist deshalb die App Foodahoo einen Blick wert. Die App verwaltet knapp 11 000 Adressen und kennt auch ausgefallenere Anbieter wie Imker und Jäger.

Ein wichtiges Thema ist beim Kochen aber nicht nur die Auswahl der Zutaten, sondern die richtige Würzung: Die wirklich passende zu finden, ist nicht ganz einfach, aber lohnt sich sehr. Bei der Suche hilft Ihnen die Gewürz-App, die nicht nur weiß, zu welchen Gerichten ein Gewürz passt, sondern auch, mit welchen anderen es harmoniert.



## Saisonkalender: Wissen, was wirklich frisch ist

In Ihrem Supermarkt bekommen Sie mittlerweile selbst im Winter frische Erdbeeren, das ganze Jahr über Weintrauben und noch im Januar knackfrischen Kopfsalat. Es gibt aber gute Gründe, warum Sie bevorzugt Gemüse der Saison wählen und vielleicht auch bei Obst auf die richtigen Erntezeiten achten sollten. Damit Sie im Dezember süße Trauben essen können, müssen diese schließlich aus fernen Ländern wie Brasilien und immer öfter China eingeflogen werden. Das ist ökologisch bedenklich, es gibt aber noch andere Nachteile. Kaufen Sie Freilandgemüse, das gerade in Deutschland geerntet wurde, ist dieses meist nicht nur frisch aus der Umgebung, sondern wohlschmeckender, weniger mit Schadstoffen belastet und günstiger als Produkte aus dem Gewächshaus oder Fernost. Und wann gibt es wohl preiswertere Erdbeeren als während der Erntezeit von April bis Juli?



### Haupterntezeiten für Obst und Gemüse

Um hier den Überblick zu behalten, hat die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung die App Saisonkalender herausgegeben, die für jeden Monat die saisonalen Gemüsearten und Obstsorten auflistet. Wohl erklärungsbedürftig: Bei Obst listet der Kalender Früchte wie Bananen und Feigen auf, obwohl diese in Deutschland gar nicht angebaut werden. Allerdings kommen Sie bei Obst ab Herbst – außer Sie essen nur Äpfel – einfach nicht ohne Importe aus. Deshalb berücksichtigt die App bestimmte Haupterntezeiten in den Anbauländern. So sind zwar das ganze Jahr über frische Feigen erhältlich, die Saison ist aber eigentlich

zwischen September und Dezember und sie werden nur in diesen Monaten empfohlen.

Als Standard enthält die App das gesamte Angebot von Obst und Gemüse im Handel, sowohl Importware als auch heimischen Anbau. Nach dem Antippen eines Buttons im Menü können Sie aber die Anzeige auf eine der beiden Kategorien begrenzen. Sie erfahren dann etwa, was im März in Deutschland an Gemüse oder an Obst geerntet wird. Es ist nicht viel: Chicorée, Rote Bete, Weißkohl, Zwiebeln und Äpfel.

Eine Suche ist ebenfalls integriert, sowohl unter der Rubrik *Obst* als auch *Gemüse* können Sie gezielt nach einzelnen Sorten suchen.



### So interpretieren Sie die Angaben

Zu jedem Lebensmittel bietet die App Grafiken der Haupterntezeiten, eine für Deutschland und eine für die Herkunftsländer. Interessanter sind die Angaben bei importierten Lebensmitteln wie Feigen oder Melonen. Für diese erfahren Sie die Haupterntezeiten, zu denen der Kauf empfehlenswert ist. Einige Sorten wie Bananen werden dagegen das ganze Jahr geerntet.

### Alternative

#### → GrünZeit

Die App der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein liefert ebenfalls einen Saisonkalender. Allerdings steht hier noch mehr der klimafreundliche Einkauf im Vordergrund. So zeigt eine gut sichtbare Farbskala mit Grün, Gelb und Rot, wie gut die Ökobilanz des Lebensmittels ist. (iOS/Android)

### Kurzüberblick

- Saisonales Obst und Gemüse wird aufgelistet
- Unterscheidung nach heimischen Produkten und Importen möglich
- Ausführliche Tabellen der jeweiligen Erntezeiten



## Foodahoo: Hofläden in der Umgebung finden

Es muss nicht immer der Supermarkt sein! Viele Landwirte in Ihrer Umgebung verkaufen ihr Obst und Gemüse schließlich auf Bauernmärkten oder in einem Hofladen. Vor allem Letztere müssen Sie aber erst einmal finden und wissen, wann diese geöffnet haben. Der Dienst Foodahoo hat sich auf diese nachhaltigen Angebote spezialisiert und führt dazu eine deutschlandweite Datenbank.

Laut Anbieter sind über 11 000 Adressen enthalten. Beim Start der App sehen Sie alle Läden und Verkaufsstellen in der näheren Umgebung Ihres Standorts. Es ist aber auch möglich, gezielt in bestimmten Orten zu suchen – etwa vor einem Ausflug oder einer Reise.

Sortieren können Sie nach Art des Verkaufs, so kennt die App neben Dorfläden und Imkern Obstverwerter, Fischzuchten und Brennereien. Sie können über eine Auswahlfunktion gezielt nach Angeboten für Gemüse und Obst, Käse, Milch und Eier suchen. Getränke sind ebenso im Angebot wie Wild. Das Filtern nach Bio-siegeln ist ebenfalls möglich, so können Sie die Suche auf Anbieter mit Zertifizierung von Demeter, Bioland oder anderen eingrenzen.



### Anruf zu empfehlen

Wie bei vielen Diensten, deren Daten von Nutzern stammen, sind die Angaben nicht immer aktuell oder vollständig. Je nach Nutzerzahl sind zudem manche Gebiete besser erfasst als andere. Wir empfehlen deshalb, vor dem Besuch eines Ladens sicherheitshalber die angegebene Telefonnummer anzurufen oder die verlinkte Webseite aufzurufen.

## So nutzen Sie die Filterfunktion

Als Standard zeigt die App einen Überblick über alle Angebote in Ihrer näheren Umgebung. Über eine Filterfunktion können Sie aber gezielt nach bestimmten Sortimenten suchen. Tippen Sie dazu auf das kleine Trichtersymbol oben rechts. Sie können nun vorgeben, ob die App Ihren aktuellen Standort verwenden oder einen frei wählbaren Ort nutzen soll. Unter der Rubrik *Bio-Siegel* lässt sich die Anzeige auf Angebote mit Bio-Zertifizierung oder sogar ein einzelnes Siegel begrenzen. Unter der Rubrik *Ladentyp* können Sie beispielsweise nach einem Imker oder einer Mühle forschen, unter *Produktkategorien* nach Lebensmitteln wie Gemüse oder Honig.



## Alternativen

### → Google Maps

Für die Suche nach Hofläden oder anderen alternativen Geschäften ist auch Google Maps gut geeignet. Dank der vielen Google-Nutzer gibt es meist Bewertungen und Wegbeschreibungen, allerdings sind auch hier die Kontaktdaten manchmal veraltet. (iOS/Android)

## Kurzüberblick

- Viele Angebote, vom Hofladen bis zum Imker
- Gute Sortierungsmöglichkeiten
- Teils veraltete Informationen

### → Codecheck

Mit der App Codecheck können Sie beim Einkauf die Inhaltsstoffe von Lebensmitteln und Kosmetika prüfen. Dazu müssen Sie nur den Barcode auf der Packung scannen und erhalten Informationen, auch dazu, ob das Produkt vegetarisch, vegan, glutenfrei oder laktosefrei ist. Nach problematischen Inhaltsstoffen wie Palmöl können Sie ebenfalls suchen. (iOS/Android)



## Vivino: Die ganze Welt des Weins

Stehen Sie im Supermarkt oft ratlos vor dem Regal mit zahllosen Weinsorten? Hier kann eine App wie Vivino helfen, die zu Tausenden Pinots ausführliche Informationen und eine klare Bewertung liefert. Vor allem bei teureren Weinen ist die Trefferquote sehr hoch und Sie erhalten sofort eine Note und viele Zusatzinformationen angezeigt. Dank einer riesigen Nutzergemeinde ist die Bewertung meist recht zutreffend. Weltweit kann der Dienst auf 42 Millionen Nutzer zurückgreifen. Leider sind viele der Rezensionen englischsprachig, doch immerhin gibt es auch in Deutschland knapp 1,8 Millionen Nutzer.

**Casal Garcia**  
**Vinho Verde Branco O.J.**  
Weißwein aus Vinho Verde, Portugal

Wie gefällt er Ihnen?

Zum Bewerten antippen, für halbe Sterne ziehen

Kaufen €4.35

Preis pro Flasche, Kiste mit 12

### Ausführliche Bewertungen und Beschreibungen

Es handelt sich allerdings nicht um professionelle Weinkritiker – auf das Lob der Nutzer können Sie sich also nicht immer verlassen. Wenn Hunderte Hobbytester den Wein aber furchtbar fanden, sollten Sie die Warnung lieber ernst nehmen.

Einen guten Eindruck vermittelt oft die Beschreibung des Geschmacksprofils, so wird der Wein in mehreren Stufen von trocken bis süß, weich bis säurehaltig, sanft bis tanninhaltig und leicht bis üppig eingestuft. Sie erfahren außerdem unter *Serviervorschlag*, zu welchen Gerichten sich der Wein eignet, ob Sie den Rebensaft lieber erst einige Jahre später trinken sollten und einiges mehr. Möglich ist auch die sofortige Bestellung eines Weins, der Dienst kooperiert dazu mit einigen deutschen Händlern.

Was manche irritieren könnte: Für die Nutzung der App ist eine Anmeldung erforderlich. Der Dienst kann

kostenlos getestet werden, diese Variante muss aber beim ersten Start der App eigens ausgewählt werden. Bei der kostenpflichtigen Nutzung müssen Sie dann auch eine Bezahlmöglichkeit eingeben.

### So analysieren Sie eine Weinkarte

Die große Stärke der App ist die Anzeige von Informationen zu einem Wein. Dazu müssen Sie nur das Etikett einer Weinflasche einscannen und der Wein wird sofort identifiziert. Anders als bei ähnlichen Apps müssen Sie hier nicht nach einem Strichcode auf dem Etikett suchen, die App wertet den Text auf dem Etikett aus. Das funktioniert sogar bei der Weinkarte eines Restaurants, wenn auch die Trefferquote etwas niedriger ist. Beim Scan einer Karte müssen Sie einen speziellen Modus aktivieren. Tippen Sie dazu im Kamerabild der App auf das kleine Kartensymbol. Nach dem Abfotografieren zeigt die App das Foto der Karte und blendet Noten neben den Weinen ein. Weitere Informationen erhalten Sie durch das Antippen eines eingeblendeten Links. Hinweis: Viele Restaurants sehen es nicht gerne, wenn Sie ungefragt ihre Weinkarte einscannen, allerdings finden Sie die Weinkarte oft auf der Internetseite des betreffenden Restaurants oder als Aushang.

### Alternative

#### → Vinum Wineguide

Ein völlig anderes Konzept verfolgt die App Vinum Wineguide, hinter der ein bekanntes Weinmagazin steht. Für 5,49 Euro erhalten Sie über 10 000 Weinkritiken von Fachleuten, die Inhalte werden jährlich aktualisiert. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Liefert per Etikett-Scan schnelle Informationen
- Große Nutzergemeinde
- Auch Weinkarten können gescannt werden
- Wertungen stammen nicht von Fachleuten, sondern von Amateurkritikern



## Gewürz-App: Die passende Würze finden

Optisch macht die Gewürz-App leider nicht sehr viel her, da sie schon seit Jahren nicht mehr aktualisiert wurde. Wollen Sie sich aber schnell über Bohnenkraut, Anis, Tonkabohnen oder Knoblauch informieren, ist die App dank hervorragender Artikel immer noch sehr nützlich.

In einer alphabetischen Liste oder über eine Suchfunktion lassen sich zu jedem der insgesamt 80 enthaltenen Gewürze ein guter Artikel und ein oder mehrere großformatige Fotos aufrufen.

Ein Gewürz wird nicht nur gut erklärt – dank „Fahndungsfoto“ finden Sie ein seltenes Gewächs auch schnell im Gemüsegeschäft oder im Garten. Die Artikel sind gut gegliedert und Sie erfahren alles Nötige, etwa im Artikel zu Dill einiges zum Thema Botanik und welche Teile der Pflanze verwendet werden. Die App liefert eine Beschreibung des Aromas – „frisch, grün, kräutrig und etwas minzig“ –, aber auch Wissenswertes zu Herkunft und Geschichte.

**Angelika**

**Botanik**  
Angelika (*Angelica archangelica*), auch Arznei-Engelwurz oder Echter Engelwurz genannt, ist ein Kraut aus der Familie der Doldenblütler. Sie ist in den gemäßigten Breiten der Nordhalbkugel verbreitet. Als Gewürz können Blätter, Stängel, Wurzeln und Samen verwendet werden.

**Aroma**  
Angelika besitzt einen angenehm aromatisch-süßlichen Duft und schmeckt ebenfalls leicht süß bis edelbitter.

**Wissenswertes**  
Vermutlich wurde die Angelika im frühen Mittelalter

### Nützlich für den Hobbykoch

Die Artikel informieren Sie darüber, womit das Gewürz harmoniert (Dill etwa mit Knoblauch, Zwiebeln, Petersilie, Schnittlauch und Zitrone) und zu welchen Gerichten es üblicherweise verwendet wird. Tipps gibt es zudem zur richtigen Lagerung der mitunter leicht verderblichen Gewürze und zu ihrer Haltbarkeit. Auf die gesundheitliche Wirkung der Gewächse geht die App nicht ein, grundsätzlich sind aber Gewürze als Alternative zu unnötig viel ungesundem Salz, Fett und Zucker zu empfehlen.

Achtung: Am Ende des jeweiligen Artikels finden Sie Links zu einigen Rezepten. Diese Links sollten Sie nicht antippen, da dies zum „Ein-

frieren“ der App führen kann. Über die Schaltfläche *Rezepte* lassen sich aber Rezepte problemlos aufrufen. Vor allem für die Freunde gutbürgerlicher Küche gibt es hier einiges zu finden, die Sammlung enthält etwa ungewöhnlich viele klassische alpenländische Gerichte wie Böfflamot und Blaue Zipfel. Das sollte nicht überraschen, schließlich wird die App von der Bayerischen Staatsregierung bereitgestellt.

### Weitere Rezepte laden

Nach der Installation der App sind bereits mehrere Dutzend Rezepte vorinstalliert, Sie können aber weitere Rezepte herunterladen. Tippen Sie nach dem Start der App auf den Button *Rezepte*. Sie sehen dann eine Übersicht von Rezepten. Streichen Sie nun mit dem Finger von der Mitte des Bildschirms nach unten. Sie starten so einen Update-Vorgang und einige weitere Rezepte werden heruntergeladen und installiert.

### Alternativen

#### → AOK Gesund einkaufen

Die App der AOK liefert Ihnen beim Einkaufen Informationen zu über 185 000 Lebensmitteln. Das Einstellen des Barcodes genügt, Tipps zum Einsparen ungesunder Zutaten wie Zucker, Salz und Fett liefert sie ebenfalls. (iOS/Android)

#### → Mamas Kräuter-App

Vor allem um Heikräuter und ihre Wirkung geht es in dieser App. Sie erklärt Ihnen, wogegen Anis, Beinwell oder Arnika helfen. Zusätzlich bietet sie aber auch eine Rezeptsammlung und gibt Ratschläge zur Verwendung von Wildkräutern. (Android)



### Kurzüberblick

- Ausführliche Beschreibungen zu 80 Gewürzen
- Gute Gliederung der Artikel und aussagekräftige Bilder
- Zahlreiche Rezepte
- Veraltete Optik



## KptnCook: Rezepte täglich neu

Wünschen Sie sich mehr Abwechslung und Inspiration in Ihrer Küche, könnte KptnCook interessant für Sie sein. Die App bietet täglich neue Rezepte und folgt dabei einem interessanten Konzept: Statt mit einer unübersichtlichen Rezeptliste mit Hunderten Möglichkeiten zu prunken, zeigt die App jeden Tag drei neue Vorschläge – das erleichtert Ihnen die Entscheidung. Ernähren Sie sich vegetarisch, können Sie dann zum Beispiel zwischen Rezepten für „Teigtaschen mit Spinat-Feta-Füllung“, „Pilzragout mit Salbei-Kartoffelpüree“ und „Veganem Pad Thai“ wählen. Die Rezepte sind relativ einfach zuzubereiten und erfordern nur eine begrenzte Kochzeit. Wahlweise erhalten Sie nur Rezepte für Vegetarier oder für Allesesser.



### Kochanleitungen mit Fotos

Schritt für Schritt erklärt die App die Zubereitung (beim Pilzragout sind es beispielsweise zehn Arbeitsschritte). Ein professionell gemachtes Bild erläutert die einzelnen Aufgaben. Tippen Sie das Bild an, öffnet sich ein Vollbildmodus, in dem Sie jeden Schritt einzeln sehen. Per Wischbewegung von links nach rechts blättern Sie dann durch die einzelnen Arbeitsschritte. Während des Kochens ist diese Ansicht deutlich komfortabler. Die Anbieter kooperieren bei der Auswahl der Rezepte mit zahlreichen Bloggern, die für immer neue gute Rezepte sorgen. Einige Zusatzfunktionen erleichtern Ihnen das Kochen, so können Sie über ein Menü die Anzahl der Portionen eingeben. Die App berechnet dann automatisch die Mengenangaben der Zutaten neu. Die Nährwerte erfahren Sie ebenfalls und auch einen Einkaufszettel kann die App für Sie erstellen. Keine Lust auf Einkaufen? Auf Wunsch bestellt die App die Zuta-

ten bei einem Lieferdienst. Es gibt auch eine Abo-Version: Für 60 Euro im Jahr können Sie Rezepte und Einkäufe für eine ganze Woche planen.

Hinweis: Der Aufruf der einzelnen Funktionen erfolgt über zahlreiche Wischbewegungen, die anfangs etwas gewöhnungsbedürftig sein können.

### Gute Rezepte speichern

Ungewohnt, aber Teil des Konzepts: Nach 24 Stunden erscheinen drei neue Gerichte, die alten verschwinden. Hat Ihnen ein Gericht besonders geschmeckt, können Sie es aber als Favorit speichern; dann lässt es sich auch später wieder aufrufen. 25 Rezepte können Sie hier sammeln, nach einer kostenlosen Registrierung wird diese Begrenzung aufgehoben. Um ein Rezept zu speichern, müssen Sie es nur antippen und in der Menüleiste auf das Herzsymbol tippen.

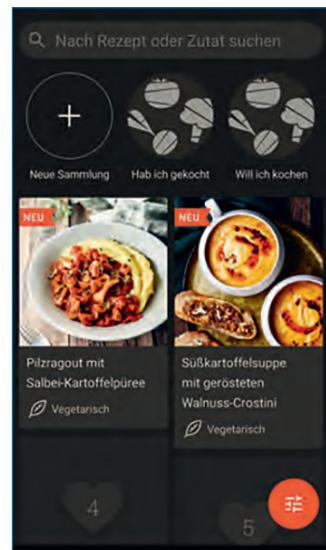
### Alternativen

#### → Go Veggie

Die knapp unter 5 Euro teure App stammt vom renommierten Koch Stevan Paul und bietet 100 vegetarische Gerichte – davon 40 vegane. Tipp: Es gibt auch eine kostenlose Version mit zehn Rezepten zum Ausprobieren. (iOS/Android)

#### → Kitchen Stories

Die Koch-App Kitchen Stories ist eine auch kostenlos nutzbare Rezepte-App mit ausführlichen Kochanleitungen. Die sorgfältig ausgewählten Rezepte sind relativ einfach nachzukochen, viele werden zusätzlich mit einem Video erklärt. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Täglich drei neue Gerichte
- Ausführliche Anleitungen
- Integrierter Einkaufszettel
- Unbegrenzte Speichermöglichkeit nach Anmeldung
- Navigation gewöhnungsbedürftig

# Finanzen

Überweisungen und Umbuchungen werden immer seltener am Bankschalter erledigt. Privatkunden werden für Ihre Bankgeschäfte heute in der Regel auf das Onlinebanking verwiesen. Das funktioniert bequem und sicher auch auf dem Smartphone, genauso wie die Geldanlage in Aktien und ETF. Mit spezialisierten Apps können Sie auch Ihre Ausgaben jederzeit im Blick behalten.

## Finanzen im Blick behalten mit dem Smartphone

---



Als Kunde einer Bank wie Postbank oder Sparkasse werden Sie mittlerweile häufig auf eine App des Finanzinstituts verwiesen. Kontoauszüge landen im Postfach statt im Briefkasten, gleichzeitig wird das Filialnetz immer dünner. Allerdings kann man sich mit einer guten Banking-App wie der Sparkassen-App recht schnell anfreunden. Für das Verwalten von Aktien und ETF gibt es aber günstigere Lösungen als die Hausbank, besonders preiswerte Wertpapierkäufe sind etwa mit der App von Scalable möglich. Sie nutzen gerne ein Haushaltsbuch, um Ihre Ausgaben im Blick zu behalten? Dann ist die App Monefy einen Blick wert. Nicht mehr benötigte Abos können Sie mit der App Aboalarm beenden. Der Dienst erstellt und versendet für Sie, gegen eine kleine Gebühr, eine Kündigung. Um die Kontrolle über Ihre Kosten für Strom und Gas zu behalten, ist außerdem eine App wie EnergieCheck eine lohnenswerte Ergänzung, die Zählerdaten sammelt und auswertet – und auch Autokosten erfassen kann.

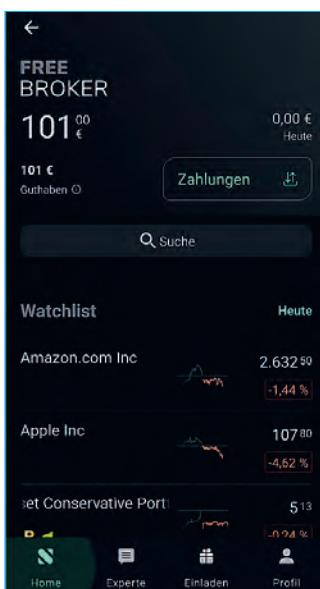


## Scalable: Günstig Aktien und ETF kaufen

Wollen Sie Ihre Aktien oder andere Wertpapiere bei Ihrer Hausbank verwalten, müssen Sie hohe Gebühren bezahlen. Bei einem Aktien- oder ETF-Sparplan werden etwa bei der Sparkasse 2,5 Prozent Gebühren fällig, bei jedem Verkauf zahlen Sie ebenfalls eine Provision. Das ist ärgerlich, wenn Sie ETF für einen Entnahmevertrag nutzen, wie von Finanztest empfohlen ([test.de/pufferpantoffel](http://test.de/pufferpantoffel)). Weit günstiger sind Börsengeschäfte über einen Billig-Broker wie Trade Republic oder Scalable. Um Kosten zu sparen und hohe Sicherheit zu garantieren, können Sie diese neuen Finanzdienstleister allerdings nur über eine Smartphone-App nutzen.

Bevor es losgeht, müssen Sie sich zuerst als Kunde registrieren, das dauert bei Scalable knapp zehn Minuten. Um sich zu identifizieren,

müssen Sie dabei unter anderem Ihren Personalausweis abfilmen, Ihre persönlichen Daten und ein Konto für Einzahlungen und Auszahlungen angeben – zum Beispiel Ihr Girokonto. Mit der Registrierung wird ein Konto bei der seriösen Baader Bank angelegt. Um Aktien oder ETF zu kaufen, müssen Sie Geld auf dieses Konto überweisen, die anfallenden Beträge für einen Sparplan werden automatisch abgebucht.



### Günstige Sparpläne oder Flatrate

Einen Sparplan führt der Dienst kostenlos aus, bei Käufen wird eine feste Gebühr von 1 Euro pro Ausführung fällig. Es gibt außerdem eine sogenannte Flatrate für Käufe, dann zahlen Sie pro Monat 3 Euro, aber jeder Kauf einer Aktie oder Ausführung einer Sparrate ist kostenlos. Scalable ist nicht nur ein Broker, auf Wunsch kann der Dienst Ihr Geld automatisch für Sie anlegen –

als sogenannter Robo Advisor. Eine zusätzliche Funktion, die in der App recht stark beworben wird. Dabei handelt es sich aber um ein komplett anderes Anlagekonzept, dessen Wert umstritten ist.

Günstige Broker wie Scalable bieten allerdings nur einen begrenzten Leistungsumfang. So stehen hier zwar 1500 ETFs, 4000 Aktien und 2100 Fonds zur Auswahl, andere Broker haben aber ein weit größeres Angebot. Als Kunde haben Sie außerdem nur Zugang zu den Börsen Gettex und Xetra. Für die meisten Privatanleger bedeutet dies aber keine echte Einschränkung.

### **So erstellen Sie einen Sparplan und prüfen die Kosten**

Sie wollen einen monatlichen Betrag in einen oft empfohlenen ETF wie den MSCI World einzahlen? Dann rufen Sie in Scalable einen dieser ETF über die Suchfunktion auf. Im unteren Bereich der Anzeige sehen Sie in dieser Anzeige aktuelle Kursinformationen und die Option *Jetzt einrichten Sparplan*. Tippen Sie auf diese Option, in einem nächsten Schritt können Sie eine Monatsrate eingeben, beispielsweise 200 Euro. Tippen Sie nun auf *Sparplan überprüfen*, nach einer weiteren Bestätigung wird der Sparplan aktiviert.

### **Alternative**

#### → **Trade Republic**

Der Broker Trade Republic ist ebenfalls sehr günstig und kann per App genutzt werden. Kleinere Unterschiede gibt es bei den Kosten und beim Angebot: So gibt es im Unterschied zu Scalable keine Fonds und keine „Flatrate“.(iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Günstige Sparpläne und niedrige Gebühren
- Einfache Anmeldung
- Beschränkte Anzahl an Aktien und ETF
- Keine persönliche Beratung
- Konto nur per App nutzbar



## Aboalarm: Abonnements einfach kündigen

Haben Sie im Laufe der letzten Jahre mehr Abonnements abgeschlossen, als Sie wollten, sind aber nie dazu gekommen, überflüssige Verträge zu beenden? Bei dieser lästigen Aufgabe kann Ihnen der Dienst Aboalarm mit der Erstellung des passenden Formbriefs helfen. Mithilfe einer laufend aktualisierten Datenbank von knapp 25 000 Anbietern wird die Adresse automatisch ausgefüllt und ein Anschreiben an den Verlag oder Dienstleister erstellt. Sie müssen nur noch Ihre Kundennummer heraussuchen und eintippen. Unterschrieben wird in der Regel mit dem Finger auf dem Bildschirm Ihres Smartphones. Die Kündigung wird dann durch die App verschickt. Jede Aboabmeldung kostet derzeit normalerweise 4 Euro, als Einschreiben 9 Euro. Bezahlen können Sie mit PayPal oder auf Rechnung. Der Dienst bietet im Rahmen der Nutzung eine Garantie für die erfolgreiche Kündigung, bestätigt die Kündigung und lässt seine Kündigungsschreiben anwaltlich prüfen.

Auch einen Widerruf kann die App erstellen, etwa wenn Sie versehentlich ein Abo abgeschlossen haben und schnell wieder kündigen wollen.

### Abos auflisten und an Kündigung erinnern

Sogar beim Auflisten Ihrer bestehenden Abos kann die App helfen – kostenlos. Über einen Finanzdienst kann die App auf Wunsch auf Ihr Konto zugreifen und dort nach Verträgen suchen. Dazu sieht sich der Webdienst Ihre Buchungen an und sucht hier nach typischen Zahlungen – etwa an Empfänger wie Telekom, FAZ oder Netflix. Die möglichen Treffer werden dann aufgelistet und können später einzeln aufgerufen und für eine Kündigung übernommen werden. Auch die Erinne-

	<b>Kündigung</b> ▾	<a href="#" style="color: red;">Weiter</a>
<b>Dein Name, Straße und Ort:</b>		
<b>Wähle deinen Anbieter aus:</b>		
<b>Kündigung:</b> <span style="float: right;">29.01.21</span>		
Sehr geehrte Damen und Herren,  hiermit künde ich meinen oben genannten Vertrag fristgerecht zum nächstmöglichen Zeitpunkt. Bitte senden Sie mir eine schriftliche Bestätigung der Kündigung unter Angabe des Beendigungszeitpunktes zu.		
<b>Mit freundlichen Grüßen</b>		
<input checked="" type="checkbox"/> Zeichne deinen Namen		
<a href="#" style="background-color: #ff8c00; color: white; padding: 5px 10px; border-radius: 5px;">Weiter</a>		

rung an einen bevorstehenden Kündigungstermin erfolgt kostenlos. Der Zugriff auf Ihr Konto ist ein sehr tiefgreifender Zugriff auf Ihre privaten Daten, Aboalarm verspricht aber glaubwürdig, die Daten nach der Auswertung sofort zu löschen und sich an alle gelgenden Sicherheitsstandards zu halten. Schließlich ist der Dienst auf hohe Kundenzufriedenheit angewiesen und finanziert sich über die Gebühr und Kooperationen mit Werbepartnern.

### **So suchen Sie nach Abos**

Für die Suche nach Abos tippen Sie auf die Funktion **Vertragscheck** und danach auf die Funktion **Weiter**. Sie müssen nun Ihr Land und die Bankleitzahl Ihrer Hausbank eingeben. Im nächsten Schritt geben Sie wie beim Onlinebanking Ihren Anmeldenamen oder Ihre Identifikationsnummer und Ihre PIN ein. Bei manchen Banken müssen Sie dann noch eine zusätzliche Freigabe-PIN anfordern, Sparkassenkunden erhalten die PIN etwa in der App pushTAN angezeigt. Nach einer Einwilligung zur Weitergabe der Daten analysiert der Dienst Ihre Kontodaten. Potenzielle Abos werden unter **Meine Verträge** gesammelt.

### **Kurzüberblick**

- Erstellt Kündigungsschreiben für Abos
- Kann Ihr Konto nach Abos durchsuchen
- Abokündigung kostet 4 Euro oder 9 Euro als Einschreiben

### **Alternative**

#### → **Volders**

Einen sehr ähnlichen Dienst wie Aboalarm bietet auch die App Volders, die Verträge für Sie kündigt. Die App bietet ebenfalls einen Vertragsassistenten und eine Kündigungsgarantie, die Kündigung ist aber mit derzeit 6 Euro für die einfache Kündigung und 10 Euro für die Kündigung mit Einschreiben etwas teurer als Aboalarm. (iOS/Android)



## Sparkasse: Bankgeschäfte vom Sofa aus erledigen

Dass man seine Bankgeschäfte weitgehend selbst über das Onlinebanking der Hausbank am heimischen Computer erledigt, ist bereits weitgehend Standard. Gleichzeitig dünnen die Banken ihr Filialnetz immer weiter aus, sodass man oft mehr oder weniger sanft zum Onlinebanking genötigt wird. Über eine passende App ist das immerhin auch bequem mit dem Smartphone möglich. Die offizielle Banking-App Ihrer Hausbank ist meist besonders gut auf die gewohnten Dienste der Bank abgestimmt. Als Kunde der Sparkasse haben Sie Glück, denn diese App gehörte in Tests der Stiftung Warentest, zuletzt im Juni 2020, schon öfter zu den besten Onlinebanking-Apps. Die App bietet hohen Datenschutz und viele Funktionen. Sie zeigt Ihnen Ihren aktuellen Kontostand, eine Liste der aktuellen Buchungen, führt Überweisungen durch und kann in einem Postfach Ihre Kontoauszüge sammeln. Auch moderne Bezahlfunktionen wie Google Pay und Apple Pay können Sie damit nutzen.

Finanzstatus		
<b>S-Vorteilkonto</b>		
25 JAN	886 EDEKA M LOTHSTR//MUE...	-6,58
25 JAN	GÖRRESTR//STADTSPARKA...	-50,90
25 JAN	DM FIL.1972 H:65480//MUEN...	-7,30
25 JAN	DANKE, IHR LIDL//MuENCHEN...	-13,85
25 JAN	DANKE, IHR LIDL//MuENCHEN...	-7,30
25 JAN	DANKE, IHR LIDL//MuENCHEN...	-21,05
22 JAN	DANKE, IHR LIDL//MuENCHEN...	-15,16

### Guter Funktionsumfang und gute Sicherheit

Das Eingeben von Kontodaten ist am Smartphone-Bildschirm mühsam. Beim Erstellen von Überweisungen erhalten Sie aber eine Ausfüllhilfe. Bei der Eingabe des Namens des Begünstigten blendet die App mögliche Adressaten aus früheren Buchungen ein und kann die Daten übernehmen. Nach dem Ausfüllen einer Überweisung können Sie diese als Vorlage speichern, auch Daueraufträge sind möglich. Sie können auch die Funktion Kwitt nutzen, mit der zwei Nutzer drahtlos Geld untereinander übertragen können – von Ihrem Smartphone zum Smartphone einer Kollegin etwa. Bei Beträgen unter 30 Euro ist das besonders einfach.

Zusätzlich gibt es einige Servicefunktionen, so zeigt Ihnen die App die nächsten Sparkassenfilialen und Geldautomaten auf einer Karte. Etwas lästig ist allerdings, dass Sie gleich zwei Apps installieren müssen. Denn um höchste Sicherheitsanforderungen zu erfüllen, müssen Sie manche Überweisungen oder Kontozugriffe über eine zweite App namens pushTAN autorisieren.

### **So lesen Sie ein Überweisungsformular ein**

Was viele Nutzer nicht wissen: Die meisten Onlinebanking-Apps können über die Kamera ein Überweisungsformular einlesen, Sie ersparen sich so das mühsame Eingeben von Kontonummern. In der Sparkasse-App tippen Sie dazu unter Banking auf *Überweisung*. Oben in der Mitte finden Sie dann die Option *Foto* (vor der Nutzung müssen Sie allerdings der Bearbeitung der Daten zustimmen). Die Kamerafunktion öffnet sich, richten Sie sie auf ein Überweisungsformular oder die Kontodaten einer Rechnung. Daten wie der Betrag, der Name der Bank und die IBAN werden nun zuverlässig ausgelesen und in eine Überweisung übernommen. Bei der Nutzung sollten Sie aber darauf achten, dass die Kamera ein scharfes Bild von den Zahlen erfassen kann und das Formular gut ausgeleuchtet ist.

### **Alternative**

#### → **Outbank**

Haben Sie Konten und Depots bei verschiedenen Banken, ist eine sogenannte Multibanking-App wie Outbank sehr nützlich. Auf einen Blick sehen Sie den Kontostand aller Konten, die kostenlose App bietet außerdem viele interessante Auswertungsmöglichkeiten. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Offizielle App der Sparkassen
- Absicherung durch zweite App
- Einscannen von Rechnungen und Formularen möglich
- Aktuell nur mit Sparkassenkonten nutzbar



## Monefy: Finanzen im Blick

Auch in Zeiten von Onlinebanking und PayPal kann es sinnvoll sein, seine täglichen Ausgaben zu erfassen. Wenn man genau sieht, wie viel Geld man pro Monat für Einkäufe, Cafébesuche, Tanken oder Parkhäuser ausgibt, ist es leichter, Einsparungsmöglichkeiten im Alltag zu finden. Eine App wie Monefy macht das Führen eines Haushaltsbuches sehr viel einfacher.

In Monefy können Sie Ausgaben in wenigen Sekunden erfassen: Die Besonderheit der App sind die 14 kleinen Symbole, die kreisförmig um die Budgetanzeige angeordnet sind. Jedes Symbol steht für eine Ausgabenart: Ein Auto etwa für Autokosten, eine Katze für Haustiere und ein Einkaufskorb für Lebensmittel. Waren Sie beispielsweise gerade einkaufen und haben 18 Euro ausgegeben, tippen Sie auf den Einkaufskorb und geben über eine komfortable Zahlentastatur „18“ ein – fertig. Wenn Sie wollen, können Sie auch eine Notiz ergänzen.

Zusätzlich lassen sich Ausgaben und Einnahmen aber auch über die großen Plus- und Minussymbole am unteren Rand eintragen. Schon beim Öffnen der App sehen Sie in der Mitte die Summe Ihrer aktuellen Ausgaben – mit Tippen auf das Trichtersymbol oben links können Sie sich die Tages-, Wochen- oder Monatssumme anzeigen lassen. Üblicherweise sehen Sie hier Ihre Ausgaben, Sie können aber auch ein festes Budget festlegen. Sie können sogar getrennte Bargeld- und Kartenkonten führen. Über das Symbol oben links können Sie dann zwischen mehreren Konten wechseln.

### Sofortige Auswertung der Ausgaben

Eine erste Auswertung zeigt die Anzeige auf den ersten Blick: Eine kreisförmige Grafik visualisiert den Anteil jeder Ausgabenart, neben jeder Kategorie ist außerdem



eine Prozentangabe zu sehen. Weitergehende Analysen sind möglich, wenn Sie auf **Kontostand** tippen. Über das Plussymbol können Sie Einnahmen einbuchen, als Einzahlung, Ersparnis oder Gehalt. Eine kostenpflichtige Pro-Version gibt es für 3,50 Euro, die weitere Funktionen bietet. So können Sie hier wiederkehrende Ausgaben eintragen, Daten mit anderen Geräten oder Nutzern abgleichen und verschiedene Währungen nutzen. Tipp: Ein üblicher Fehler ist die Erfassung aller Ausgaben, auch Miete und Versicherungen. Das ist wenig sinnvoll, können Sie doch an diesen Ausgaben wenig ändern. Sinnvoller ist es, nur kleine persönliche Ausgaben zu sammeln.

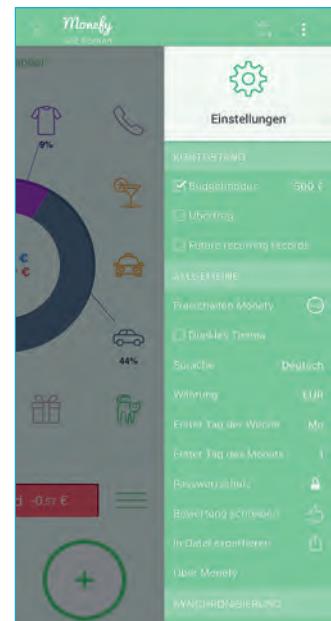
### **So setzen Sie ein monatliches Budget fest**

Statt nur Ihre Ausgaben zu erfassen, wollen Sie sich lieber ein monatliches Budget setzen, etwa, um ein bestimmtes Sparziel zu erreichen? Dann tippen Sie oben rechts auf die drei kleinen Punkte. Es öffnet sich ein Einblendmenü, hier wählen Sie **Einstellungen**. Unter Kontostand gibt es die Option **Budgetmodus**. Tippen Sie auf die Option, Sie können nun einen monatlichen Budgetbetrag eingeben. Ihre Ausgaben werden von diesem Betrag abgezogen und Sie sehen immer Ihr Restbudget.

### **Alternative**

#### → **Finanzblick**

Die kostenlose Onlinebanking-App Finanzblick bietet eine gute Auswertungsfunktion. Zahlen Sie viel mit Karte, kann die App Zahlungen automatisch bestimmten Ausgabenarten zuordnen. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

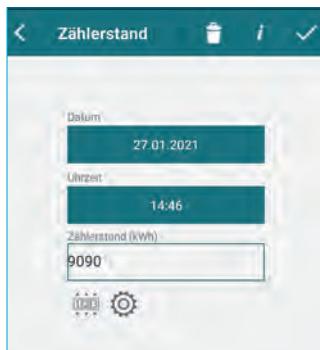
- Schnelleingabe von Ausgaben
- Budgetmodus
- Auswertung der Ausgaben möglich
- Einige Funktionen sind kostenpflichtig



## EnergieCheck: Leichter Energie und Geld sparen

Es gibt gleich zwei Gründe, warum Sie die Energiekosten Ihres Heims im Blick behalten sollten: Mit etwas Umsicht lassen sich oft nicht nur die Kosten reduzieren, sondern Sie können auch wertvolle Energie sparen und entlasten die Umwelt.

Die App EnergieCheck ist auf diese Aufgabe spezialisiert und ermöglicht die Erfassung von Verbrauchsdaten und Zählerständen per Smartphone. Die erste Konfiguration ist leider etwas umständlich: Zu Beginn müssen Sie ein eigenes Energiesparkonto anlegen. Das ist auch über die Webseite des Dienstes möglich, die Sie unter der Internetadresse [energiesparkonto.de](http://energiesparkonto.de) finden. Da Sie zu Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung einige Angaben machen müssen, lässt sich das Konto an einem Desktop-Rechner eventuell bequemer anlegen. Die Zählerstände sind aber dann später sehr einfach und schnell über die App erfassbar. Nach dem Anlegen eines Kontos müssen Sie festlegen, welche Zähler Sie erfassen wollen, beispielsweise einen oder mehrere Strom- oder Wasserzähler. Auch die Einheiten wie Liter oder Kubikmeter müssen Sie vorgeben, die Daten und Einstellungen werden zwischen dem Onlinekonto und der App automatisch abgeglichen.



### Schnelles Ablesen möglich

Das Ablesen der Zählerstände erleichtert die App Ihnen durch einige nützliche Optionen. So können Sie die Daten über die Bildschirmtastatur eingeben, aber auch ein komfortables Zählrad nutzen. Alternativ können Sie die Daten per Smartphone-Kamera auslesen – Sie richten dabei einfach die Kamera auf den Zähler und die App erfasst die Zahlen automatisch. Haben Sie genug Daten gesammelt, kann die App Ihnen etwa in einer Grafik den Vergleich mit dem Vorjahresmonat zei-

gen. Sie sehen dann mit einem Blick auf die Grafik, ob sich der Stromverbrauch gesteigert hat. Mit mehreren täglichen Messungen können Sie zudem den Stand-by-Verbrauch überprüfen.

Die App bietet noch weitere Funktionen, so können Sie zehn sogenannte Energiesparchecks durchführen. Nach Angabe einiger Details zu Ihrem Haus, wie Alter oder Bauart, erfahren Sie etwa unter ***Modernisierungs-Check***, ob sich für Ihr Heim eine Modernisierung lohnen würde. Weitere Tipps und Prüfungen gibt es zu den Themen Strom, Heizung und Wasser, auf Wunsch sucht die App nach möglichen Fördermitteln. Auch die Kosten eines Autos lassen sich mit der App erfassen und auswerten. Für diese Funktion wird allerdings eine Zusatzgebühr fällig.

### So nutzen Sie den Fördermittelcheck

Tippen Sie in der App oben links auf die drei Linien, es öffnet sich ein Ausklappmenü. Hier tippen Sie auf die Funktion ***Energiesparchecks***. Zehn dieser Energiesparprüfungen stehen zur Wahl. Nach Fördermitteln suchen Sie mit dem ***FördermittelCheck***. Über ein Auswahlmenü geben Sie Einzelheiten zu Ihrer Immobilie und der geplanten Modernisierung ein und können prüfen, ob es Fördermittel Ihrer Gemeinde oder einer Institution wie der KfW gibt.



### Kurzüberblick

- Einfache Eingabe von Zählerdaten
- Auswertung der Daten möglich
- Energiespartipps
- Erste Konfiguration etwas umständlich

### Alternative

#### → Energy Tracker

Das Erfassen von Zählern ist auch mit dem Energy Tracker von Stefan Nebel möglich. Die App ist einfach bedienbar und übersichtlich, allerdings nur für iOS verfügbar. (iOS)

# Kunst und Kultur

Mit Apps können Sie vom Sofa aus die Sammlungen berühmter Museen auf der ganzen Welt erkunden. Sie können neue Filme, Gedichte und Hörbuchfassungen beliebter Klassiker und wenig bekannter Geheimtipps entdecken – und Sie können sich sogar den Weg zur öffentlichen Bibliothek ersparen.

## Kultur genießen mit dem Smartphone

---



**Smartphones und Kultur?** Ihr Mobiltelefon hat auch in diesem Bereich mehr zu bieten, als Sie vielleicht denken! Es gibt viele nützliche Apps, die den Zugang zu Kunstwerken, zu Poesie und Belletristik vereinfachen und vielleicht sogar erst möglich machen. Poesi ist etwa eine kleine Lyrik-App, die Ihnen über tausend Gedichte erschließen kann. Die App Onleihe ist die offizielle App der deutschen öffentlichen Bibliotheken und ermöglicht Ihnen das kostenlose Ausleihen von E-Books – ohne lästiges Zurückbringen und langwieriges Suchen nach ausgeliehenen Büchern. Auf kulturell anspruchsvollere Filme macht Sie dagegen die Netflix-Alternative MuBi aufmerksam und stellt Ihnen täglich neue Filmkunstwerke vor. Für den Filmabend ist aber auch der Dienst Amazon Prime Video nicht zu verachten, der eine riesige Spielfilmbibliothek bietet – darunter auch viele Klassiker. Eine besondere App ist Google Arts & Culture. Neben virtuellen Rundgängen durch Museen bietet die App erstklassige Aufnahmen von Tausenden von Kunstwerken, aber auch einige spielerische Funktionen zum Thema Kunst und Fotografie. Sie hören lieber Hörbücher? Dann ist die App LibriVox eine interessante Option für Sie, die Tausende Werke kostenlos zum Hören bereitstellt.



## Google Arts & Culture: Berühmte Museen in der Tasche

Sie möchten gerne die Uffizien in Florenz besuchen und durch die Gänge wandeln? Oder sich die pastose Malweise eines Bildes von van Gogh einmal ganz aus der Nähe ansehen? Dies und vieles mehr ermöglicht die App Google Arts & Culture, eine ganze Sammlung an eindrucksvollen Funktionen zum Thema Kunst. Der Hintergrund: Google hat in den letzten Jahren in zahllosen Museen und Galerien Kunstwerke und die Räume selbst mit modernsten Kameras aufgenommen.

Um Ihnen die Kunstschatze per Smartphone vorzustellen, bietet die App gleich mehrere Möglichkeiten. Sie können beispielsweise durch die Gänge eines Museums streifen, wie das auch in Google Maps über die Funktion Street View möglich ist. Rufen Sie dazu in der App

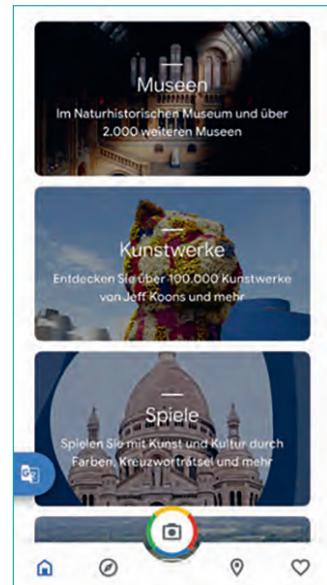
die Übersicht *Sammlungen* auf und wählen etwa die „Uffizi Gallery“ aus. Nach dem Antippen der Sammlung sehen Sie im Titelbild ein kleines Personensymbol. Tippen Sie auf das Symbol, es öffnet sich ein Videobild der italienischen Bildergalerie. Sie können dann per Fingergeste durch die Gänge gehen, mit dem Zusammenziehen Ihrer Finger können Sie näher an ein Bild herantreten. Diese Rundgangfunktion steht leider nur für einige der knapp 2 000 Museen zur Verfügung, bei allen aufgelisteten Häusern erhalten Sie aber eine erstklassige Bildergalerie der interessantesten Bilder und viele Zusatzinformationen.



### Kunst per Kamera beobachten

Sie können über 100 000 Kunstwerke direkt aufrufen und in hoher Bildqualität bewundern. Bei einigen Objekten bietet die App die Funktion *Augmented Reality*.

Bei diesen Werken nutzt die App die Kamerafunktion des Smartphones, um das Kunstwerk näher vorzustellen – besonders bei einer Skulptur ist dies eine interessante Option. Es gibt aber noch eine ganze Reihe weiterer Funktionen. So kann Ihnen die App die nächsten Museen und Sammlungen in der Nähe Ihres Standorts anzeigen. Tipp: Die App ist in der Standardeinstellung englischsprachig, über ein kleines Übersetzungssymbol am linken Rand der App können Sie aber alle Funktionen und Texte in die deutsche Sprache übersetzen lassen. Die App lässt Sie auch mit Kunst spielen. So können Sie Ihr Gesicht in Kunstwerke einsetzen, es gibt kleine Spiele und Rätsel und Sie können Gemälde in das Kamerabild Ihrer Wohnzimmerwand einblenden – was einen ganz anderen Eindruck vermitteln kann, nicht zuletzt von der Größe des Gemäldes.



### **So navigieren Sie durch die Funktionen**

Der Aufbau der App ist auf den ersten Blick etwas verwirrend, da bei einigen Funktionen die Navigationselemente ausgeblendet werden. Wollen Sie wieder auf den Startbildschirm der App und es ist keine Navigation zu sehen, tippen Sie oben in der Mitte auf [Google Arts & Culture](#). Die App wechselt dann zurück zum Hauptmenü.

### **Alternative**

#### **→ Daily Art**

Jeden Tag stellt Ihnen die App Daily Art ein Kunstwerk vor – auf Wunsch als tägliche Systemnachricht. Wahlweise gibt es die App als Kaufversion und kostenlose Version, die Werbung einblendet. (iOS/Android)

### **Kurzüberblick**

- Riesiges Angebot an Kunstwerken und Sammlungen
- Video-Führungen durch einige Sammlungen
- Viele spielerische Funktionen zum Thema Kunst



## Amazon Prime Video: Filme und Serien, so viel Sie wollen



Streamingdienste wie Netflix und Sky Ticket haben das Ausleihen von DVDs so gut wie abgelöst – zu bequem ist der direkte Abruf von Spielfilmen und Serien. Grundsätzlich gibt es dabei zwei Möglichkeiten: Abodienste wie Netflix bieten gegen eine feste Monatsgebühr einen unbeschränkten Zugriff auf ihren Katalog. Ohne Abogebühr können Sie Bezahltdienste wie Google Play Filme & Serien nutzen, über die Sie einzelne Filme ausleihen oder kaufen können. Dann bezahlen Sie pro Ausleihvorgang oder Kauf. Amazon Prime Video ist eine Mischung aus beidem: Als Amazon-Kunde erhalten Sie mit dem sogenannten Prime-Abo gegen eine Gebühr von derzeit 69 Euro im Jahr oder 8 Euro bei monatlicher Zahlungsweise nicht nur kostenlosen Versand bei von Amazon direkt verkauften Artikeln, sondern auch den Zugang zu einem Teilbereich des Videoarchivs. Der Dienst kann einen Monat lang kostenlos getestet werden. Sie können den Dienst aber auch ohne Amazon-Prime-Abo für 8 Euro pro Monat buchen oder nur für den Einzelabruf von Filmen nutzen. Im Test der Stiftung Warentest vom Januar 2020 landete Amazon Prime Video nach Netflix auf dem zweiten Platz. Die Tester bescheinigten Amazon Prime Video aber die bessere Filmauswahl.

### Abo oder Einzelkauf möglich

Die Stärke des Dienstes ist nämlich das große Angebot an Filmklassikern. Während sich etwa Netflix vor allem an junge Nutzer richtet, bietet Amazon Prime Video deutlich mehr Spielfilme, darunter auch sehr viele ältere deutsche Filme. Der Download von Filmen auf Smartphone und Tablet ist oft möglich – empfehlenswert für lange

Reisen oder bei Problemen mit der Internetverbindung. Inhalte, die für Amazon-Prime-Kunden kostenlos sind, sind mit der Banderole „Prime“ gekennzeichnet. Filme ohne diese Kennzeichnung kosten eine Leihgebühr von meist 4 bis 5 Euro. Wenn Sie als Amazon-Prime-Kundin die Schaltfläche **Für mich kostenlos** aktivieren, sehen Sie nur das kostenlose Angebot. Zusätzlich zum Grundprogramm können Sie „Pakete“, sogenannte Channels, gegen Aufpreis dazubuchen und das Angebot an verfügbaren Filmen vergrößern, etwa Filme der BBC, Arthaus-Filme oder den Anbieter Mubi, dessen App wir auf der folgenden Seite vorstellen.

### **So suchen Sie nach bestimmten Filmen**

Ein bestimmter Film lässt sich über **Suchen** finden. Zum Stöbern nach interessanten Filmen sind die **Kategorien** und **Genres** sehr nützlich, die ebenfalls unter **Suchen** zu finden sind. Tippen Sie auf eines der Genres, etwa **Komödie**, **Thriller** oder **Dokumentationen**, präsentiert Ihnen die App entsprechende Vorschläge. Unter **Kategorien > Kürzlich zu Prime hinzugefügt** listet die App Neuerscheinungen auf. Amazon beobachtet außerdem Ihre Filmwahl und versucht, zu Ihrem Geschmack passende Filme vorzuschlagen.



### **Kurzüberblick**

- Umfangreicher Katalog auch älterer Spielfilme
- Gute Suchmöglichkeiten
- Download der Videos auf das Gerät möglich
- Abo oder Einzelabruf möglich

### **Alternative**

#### → **Netflix**

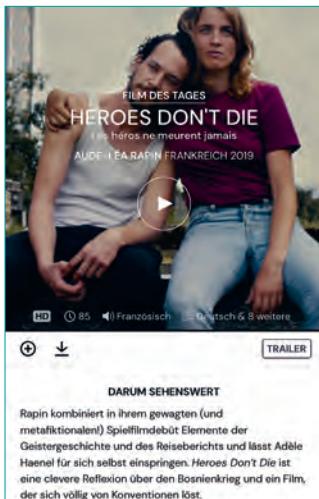
Netflix wurde im Video-Streamingdienst-Test der Stiftung Warentest im Januar 2020 am besten bewertet, richtet sich aber eher an Serienfans. Das Abo kostet momentan 13 Euro im Monat für die Nutzung auf zwei Geräten in HD, ein Gratismonat wird nicht angeboten. (iOS/Android)



## Mubi: Interessante Filme entdecken

Die bei dem bekannten Streamingdienst Netflix angebotenen Filme richten sich zum großen Teil an ein jüngeres Publikum, das sich stark für Comichelden, Vampire und amerikanische Highschools interessiert. Anspruchsvolle Filme sind dagegen selten, wodurch sich für alternative Angebote wie Mubi eine echte Marktlücke ergibt. Hier findet man Filme, die eher in Programmkinos mit kulturellem Anspruch laufen und bei Festivals mit Preisen ausgezeichnet werden – nicht nur aktuelle Werke, sondern auch Klassiker und lohnenswerte Geheimtipps.

Präsentiert werden die Filme in der App nach Themen wie „Filmfestival-Favoriten“, „Frauen hinter der Kamera“, „Meisterwerke der 1970er“, aber auch einzelne Regisseurinnen oder Regisseure werden vorgestellt. Der Dienst ist nebenbei auch als Produzent aktiv und einige Filme sind exklusiv bei Mubi zu sehen.



### Empfehlung des Tages

Jeden Tag empfiehlt Mubi Ihnen einen aktuellen oder älteren Film. In einem kurzen Text erfahren Sie, warum der Film sehenswert ist, wovon er handelt und wer mitspielt. Sie können sich Trailer zu den Filmen ansehen. Eine Hilfe bei der Filmauswahl sind aber auch die Bewertungen und Kommentare anderer Nutzer. Schade: Gerade bei ausländischen Filmen sind die Filme oft nur in der Originalfassung mit deutschen Untertiteln zu sehen und auch die Nutzerkommentare sind leider oft in der Landessprache.

Das Konzept selbst ähnelt anderen Video-Streamingdiensten. Sie können wahlweise ein Abo über die App von Mubi selbst abschließen, Amazon-Kunden haben

außerdem die Möglichkeit, Mubi als sogenannten Channel zu abonnieren. Die ersten sieben Tage sind kostenlos, dann zahlt man 10 Euro pro Monat. Für 72 Euro ist alternativ ein Jahresabo erhältlich.

Der Download eines Videos auf ein Gerät ist möglich – gut für lange Reisen. Möchten Sie die Filme auf Ihrem Fernseher genießen, ist das mithilfe der Smartphone-Technologien Airplay oder Google Cast auf dafür geeigneten Fernsehgeräten möglich.

### **So entdecken Sie Filme**

Das Angebot von Mubi wirkt etwas unübersichtlich, da es keine üblichen Bestenlisten oder Kategorien gibt. Auch die Suche hilft nur, wenn man nach einem bestimmten Film oder Regisseur sucht. Mubi setzt bei der App auf eine Abfolge von Themen, Werkübersichten und Epochen wie „Beste Filme der 70er“ – ein Konzept, auf das man sich einlassen muss. Oft muss man dadurch länger durch die unterschiedlichen Listen und Themen scrollen, kann so aber auch viele interessante Filme entdecken.

### **Alternative**

#### → [Arte.de](#)

Für Freunde anspruchsvoller Filmkunst ist die App von Arte.de zu empfehlen. Der Sender ist zwar auch über die App von ARD und ZDF nutzbar, die ARTE-App bietet aber zusätzliche Optionen und ausführliche Programminformationen. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Spezialisierung auf anspruchsvolle Filme
- Umfangreiche Informationen zu den Filmen
- Hilfreiche Nutzerbewertungen
- Allerdings viele Filme nur mit deutschen Untertiteln



## Onleihe: Die Stadtbücherei im Smartphone

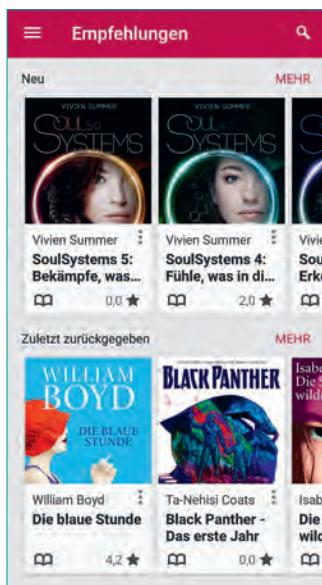
Die öffentlichen Bibliotheken in Deutschland haben schon lange E-Books, Hörbücher und Videos im Angebot, für Besitzer eines Büchereiausweises ist das Ausleihen kostenlos. Nach einer Anmeldung können Sie über die App Onleihe die E-Book-Version des neuesten Jussi Adler-Olsen oder Martin Suter auf Ihr Smartphone oder Tablet laden und sofort anfangen zu lesen.

Anfang 2021 waren 3382 Bibliotheken über die Onleihe verfügbar, neben öffentlichen Bibliotheken gehören dazu viele Schul- und Gemeindebibliotheken und Institute aus dem Ausland.

Nach dem Start der App müssen Sie zunächst aus einer Liste Ihre Bibliothek wählen und sehen dann direkt das dort verfügbare Angebot. Listen der Neuheiten oder beliebtesten Bücher helfen bei der

Auswahl. Sie suchen ein bestimmtes Buch? Über die Lupe können Sie Titel oder Autor eingeben. Zum Stöbern ist die Filterfunktion gedacht. Tippen Sie in einer der Übersichten auf *Liste filtern* oder das kleine Trichtersymbol, um die Suche auf ausleihbare Titel zu begrenzen und etwa unter *Kategorie* zu verfeinern.

Sowohl das Ausleihen vor Ort als auch das lästige Zurückbringen in die örtliche Bibliothek entfallen. Beim Lesen in der App haben Sie den gleichen Komfort wie bei üblichen E-Reader-Apps: Mit Tippen in den Text können Sie Schriftgröße und Hintergrundfarbe einstellen, eine Kapitelübersicht und Lesezeichen nutzen.



### Begrenzte Zahl an E-Book-Lizenzen

Was manchen vielleicht überrascht: Sie haben nur Zugriff auf die elektronischen Bestände „Ihrer“ heimischen Bibliothek. Und auch bei E-Books kann es vor-

kommen, dass das gewünschte „Buch“ nicht verfügbar ist, da es bereits verliehen ist. Auch das Ausleihen der digitalen Bücher ist auf deren Bestände beschränkt. Die Bibliotheken besitzen nämlich nur eine begrenzte Anzahl an digitalen Ausgaben eines Buches, sogenannte Lizenzen. Das wird bei Tageszeitungen zum Problem, die Sie ebenfalls per Onleihe ausleihen können. In der Praxis sind begehrte Zeitungen wie die Süddeutsche Zeitung oder die Frankfurter Allgemeine Zeitung des aktuellen Tages dann sehr schnell komplett ausgeliehen, obwohl die Ausleihe oft auf eine Stunde begrenzt ist. Bei Büchern können Sie üblicherweise zwischen zwei bis 14 Tagen Ausleihdauer wählen, das gilt auch für Hörbücher und Musikdateien.



### **So reservieren Sie ein ausgeliehenes Buch**

Das gewünschte Buch ist leider schon ausgeliehen? Dann können Sie eine sogenannte Vormerkung für das Buch erstellen, eine Reservierung. Dazu rufen Sie das gewünschte Buch auf, Sie sehen nun einige Zusatzinformationen und wie lange das Buch noch ausgeliehen ist. Tippen Sie auf die drei Punkte über dem Datum, die App blendet nun die Option **Vormerken** ein. Sie erhalten dann eine Benachrichtigung per E-Mail, sobald das Buch wieder verfügbar ist.

### **Kurzüberblick**

- Einfache Ausleihe der verfügbaren E-Books und Magazine
- Gute Suchmöglichkeiten
- Funktionsreiche Lese-App
- Begrenzte Anzahl an Lizenzen, aber Reservierungsmöglichkeit

### **Alternative**

#### → **Jazzed**

Schon die kostenlose Version dieses Streamingdienstes für Jazz-Fans bietet viele interessante Inhalte, gegen eine Abogebühr gibt es Zugriff auf ein umfangreiches Musik- und Filmarchiv und vieles mehr. (iOS/Android)



## LibriVox: Kostenlose Hörbücher

Hörbücher werden immer seltener als CD gekauft: Über Streamingdienste wie Audible und iTunes lässt sich gegen Gebühr eine schier unerschöpfliche Auswahl an Hörbüchern direkt auf dem Smartphone oder Tablet abspielen. Nur selten sind aber kostenlos nutzbare Aufnahmen zu finden.



LibriVox hat sich auf solche kostenfreien Hörbücher spezialisiert und hatte Anfang 2021 nach eigenen Angaben knapp 40 000 Bücher im Angebot. Diese werden von anderen Nutzern selbst vorgelesen und veröffentlicht.

Beim ersten Start der App können Sie eine Sprache auswählen. Während die Android-Version die Hörbücher in einer bildlastigen Galerie-Übersicht zeigt, bietet die iOS-Version eine schlichte Listendarstellung. Der Großteil der Aufnahmen ist leider nur in englischer Sprache verfügbar, es gibt aber immerhin knapp 2 500 deutsche Titel. Dabei handelt es sich um gemeinfreie Werke, deren Urheber seit mindestens 70 Jahren tot sind. Im Angebot sind etwa Werke von Wilhelm Hauff, den Gebrüdern Grimm, Friedrich Schiller, Karl May, Charles Dickens oder E. T. A. Hoffmann.

### Auf die Nutzerbewertungen sollte man achten

Zu jedem Hörbuch sehen Sie eine kurze Einführung und können sofort anfangen, das Buch abzuspielen. Wahlweise können Sie das komplette Buch oder einzelne Kapitel auch auf Ihr Smartphone laden. Das spart nicht nur Akkuleistung, sondern vermeidet Störungen durch Empfangsprobleme. Da die Hörbücher nicht von professionellen Sprechern, sondern ehrenamtlich von anderen Nutzern eingesprochen werden, schwankt die Qualität des Vortrags. Einen

Anhaltspunkt dazu bieten die Nutzerbewertungen: Zu jedem Titel sehen Sie eine Bewertung von einem bis fünf Punkten, ab mindestens vier Punkten ist die Qualität recht annehmbar.

Wer selbst Hörbücher erstellen und eigene Aufnahmen bei LibriVox veröffentlichen möchte, muss einige technische Vorgaben beachten und etwa einen Standardtext vor jeder Lesung einsprechen.

### So nutzen Sie den Player

Die Abspieldfunktion der App bietet einige nützliche Funktionen. Als Standard sehen Sie nur einen kleinen Streifen mit dem Namen des Titels und einer Stopfunktion. Tippen Sie auf den Player, dann öffnet er sich in einer größeren Ansicht. Sie können außerdem „vor-spulen“, indem Sie den Verlaufsbalken nach rechts oder links verschieben. In diesem Modus können Sie nicht zuletzt das Sprechertempo beschleunigen oder verlangsamen, etwa wenn der Sprecher seinen Text zu schnell vorliest. Dazu tippen Sie auf das Symbol oben rechts, über einen eingebblendeten Regler können Sie nun das Tempo einstellen. Sie wollen eine bestimmte Stelle markieren? Das ist über das Flaggensymbol auf der linken Seite ebenfalls möglich.

### Alternative

#### → ARD-Audiothek

Die App ARD-Audiothek bietet den komfortablen Zugriff auf Hunderte von Hörsendungen der öffentlich-rechtlichen Rundfunksender. Neben aufwendigen Hörspielen finden Sie hier auch zahlreiche Hörbücher, die von bekannten Schauspielern eingelesen wurden. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Umfangreiche Sammlung kostenloser Hörbücher
- Funktionsreicher Player
- Download der Dateien auf das Gerät möglich
- Qualität der Sprecher ist sehr unterschiedlich



## Poesi: Ein Gedicht für jeden Tag

Sie mögen Gedichte? Dann sollten Sie sich die App Poesi etwas näher ansehen. Die App des Germanisten Lukas Hermann ist eine Mischung aus virtueller Lyrikanthologie und Lexikon und bietet Ihnen 1300 „handverlesene und zitierfähige“ Gedichte von mehr als 120 Autorinnen und Autoren. Im Unterschied zu einer Anthologie in Buchform wird die Sammlung laufend erweitert und verfügt über einige interessante Optionen. Der Autor der App selbst steuert regelmäßig ausführliche Gedichtinterpretationen bei.

Poesi ist ein gutes Beispiel dafür, welche Vorteile die Präsentation von Texten in einer App gegenüber einem Buch haben kann. So zeigt die App Ihnen ein *Gedicht des Tages*, durch eine Zufallsfunktion kann die App aber auch einzelne Gedichte für Sie auswählen.

Sie suchen Ihre Lieblingsdichterin? Unter *Dichter* erhalten Sie eine Liste der Autoren und Autorinnen – so gut wie alle wichtigeren Lyrikerinnen und Lyriker deutscher Sprache sind mit ausgewählten Gedichten vertreten. Vollständigkeit war allerdings nicht das Ziel, so sind von Autoren wie Wilhelm Busch oder Hermann Hesse nur eine Handvoll an Stücken enthalten. Zu jedem Gedicht gibt es dafür eine kurze Quellenangabe und zahlreiche Buchtipps – übrigens mit einem Link zu Amazon.

### Gedichte zu jedem Thema

Die Stärke der App sind aber wohl die Filterfunktionen. Die Gedichte sind nämlich nicht nur nach dem Verfasser sortiert, sondern auch nach Themen und Epochen. Tippen Sie unten in der Menüleiste auf die Funktion *Filter*, können Sie die Gedichte nach dem Jahrhundert

der Entstehung, nach Epoche/Stil und nach Thema sortieren. Unter dem Filter **Thema** listet die App Ihnen dann beispielsweise alle Gedichte zu „Familie“, „Freundschaft“, „Nacht“ oder „Sommer“ auf. Vorsortiert sind die Gedichte dabei nach Titel oder Autor. Sie können so etwa alle Goethe-Gedichte zum Thema „Nacht“ auflisten – wie „An den Mond“ oder „Der Totentanz“. Was Sie vorher wissen sollten: Beim ersten Start der App müssen Sie zwischen Gedichten in englischer oder deutscher Sprache wählen, das lässt sich übrigens nicht rückgängig machen: Wollen Sie später auch Zugriff auf die englischen oder deutschen Gedichte, müssen Sie dies über eine Zusatzgebühr von 3 Euro freischalten. Für 3,50 Euro ist die iOS-Version, für 4,50 Euro die Android-Version zu haben.

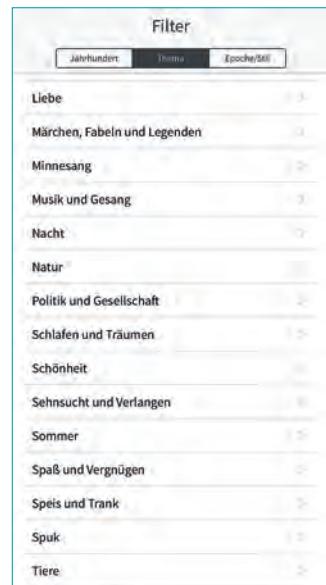
### So nutzen Sie Zusatzfunktionen

Haben Sie ein Gedicht aufgerufen, können Sie die Darstellung anpassen. Durch Tippen auf das Symbol mit den zwei „A“ können Sie über einen Schieberegler die Schriftgröße ändern. Sie können das Gedicht auch in eine Favoritenliste aufnehmen, um es schneller wiederzufinden: Tippen Sie dazu auf das Herzsymbol. Es ist auch möglich, anderen oder sich selbst ein Gedicht per E-Mail oder über WhatsApp zuzusenden.

### Alternative

#### → Deutsche Gedichte

Die App Deutsche Gedichte von Operation Media bietet 7500 Gedichte von 240 Autorinnen und Autoren, dabei beschränkt sich die App nicht auf deutschsprachige Gedichte. Einige Zusatzfunktionen sind aber kostenpflichtig. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Über tausend Gedichte
- Sortierung nach Themen oder Epochen möglich
- Gedicht des Tages

# Medien und Informationen

Apps versorgen Sie mit der aktuellen Berichterstattung und den neuesten Finanznachrichten, bieten Ihnen einfachen Zugriff auf zahllose Filme und TV-Sendungen, wann immer Sie wollen, und lassen Sie mit Ihrem Smartphone Ihr Lieblingsprogramm aus dem Radio genießen.

## Immer auf dem Laufenden mit dem Smartphone

---



Wenn Sie eine Nachrichtenseite wie Spiegel.de oder Welt.de besuchen, benötigen Sie eigentlich keine spezielle App dafür. Der Zugriff per Browser ist komfortabel und einfach, auch am Smartphone ist das Lesen sehr gut möglich. Nützlich sind Nachrichten-Apps wie Flipboard aber, wenn Sie neben einem „Hausblatt“ die Berichterstattung anderer Medien berücksichtigen wollen. Freunden der Meinungsvielfalt stellt die App aus zahlreichen Nachrichtenquellen eine Artikelübersicht zusammen. Und wer kurze, aber fundierter Nachrichten mag, sollte sich einmal die App ARD Text ansehen. Die App zeigt Ihnen nämlich das Tagesgeschehen im Telegrammstil – knapp und informativ. Als Aktionär wollen Sie über aktuelle Börsenereignisse informiert werden? Dann versorgt Sie die App Onvista mit aktuellen Finanznachrichten – bei wichtigen Ereignissen erhalten Sie automatisch eine Nachricht. Auch Radiosendungen können Sie dank Internet mit dem Smartphone hören – zu den besten kostenlosen Radio-Apps gehört die App RadioFM. Als Fan von Tatort und Co sehen Sie Spielfilme oder die Tagesschau immer öfter am Smartphone oder iPad? Dann sollten Sie sich die Mediathek-Apps der öffentlich-rechtlichen Sender installieren. Gerade wenn Sie einen Spielfilm sehen wollen, bieten diese Spezial-Apps nämlich interessante Vorzüge und einfach bedienbare Archive.



## Flipboard: Nachrichten im Überblick

Nachrichtenseiten wie Spiegel Online oder welt.de nutzt man meist über einen Webbrower. Wollen Sie sich aber nicht auf ein einziges Medium verlassen und auch das Geschehen auf faz.net, bild.de und sueddeutsche.de verfolgen, wird das schnell mühsam.

Die App Flipboard stellt Artikel von zahlreichen Nachrichtenseiten zusammen und präsentiert mit der sogenannten Tagesausgabe eine Tagesübersicht der von Ihnen bevorzugten Quellen. Etwas gewöhnungsbedürftig ist allerdings die Bedienung. Die App ordnet die Artikel wie eine Zeitschrift an, durch die man mit einer Streichbewegung von unten nach oben „blättert“. Über eine Streichbewegung nach oben wechseln Sie zwischen den Artikeln, in der Menüleiste wählt man die verschiedenen Rubriken wie *Wirtschaft* oder *Politik* – ganz wie bei den Ressorts einer Zeitung.

**FÜR DICH WAS INTERESSIER**

**Friedrich Merz und sein Kabinettstückchen**  
sueddeutsche.de - 12h

**US-Vizepräsident Mike Pence: Der Mann, der...**

**Ein ganz besonderer Kunstmfreund**

### Vorauswahl nach Quellen und Interessen

Ihnen sind Sport und Wirtschaft gleichgültig? Beim ersten Programmstart wählen Sie in einer Übersicht, zu welchen Bereichen die App Nachrichten präsentieren soll. Zur Wahl stehen Themen wie Kultur und Politik, außerdem können Sie Stichworte wie „München“ oder „Rostock“ vorgeben. Zusätzlich können Sie bevorzugte Quellen auswählen, etwa Ihre Lieblingstageszeitungen. Gekürzt oder verändert werden die Onlineartikel von Flipboard dabei nicht. Sie können die Meldungen direkt in der App lesen, sie aber auch im Smartphone-Browser öffnen – etwa bei Darstellungsproblemen – und einen Link zum Artikel per E-Mail oder Messenger versenden.

Sie haben über Flipboard allerdings keinen Zugriff auf kostenpflichtige Angebote. Einige Anbieter, wie etwa Handelsblatt.com, ermöglichen Flipboard aber den Zugriff auf ausgewählte, sonst nur Abonnenten zugängliche Artikel. Für das Speichern einzelner Artikel bietet die App sogenannte Magazine, eine Art Archiv. Damit können Sie einen Artikel später zu Ende lesen oder eine Sammelmappe zu einem Thema anlegen. Diese Magazine können Sie sogar für andere Nutzer von Flipboard veröffentlichen.

### **So speichern Sie einen Artikel**

Sie haben einen Artikel mit einer tollen Reportage gefunden und wollen ihn speichern? Tippen Sie auf das kleine Plussymbol am Rand der App. Sie können nun den Artikel *In ein Magazin flippen*, was so viel wie „Speichern“ bedeutet. Ist ein solches Magazin vorhanden, können Sie es direkt auswählen. Andernfalls wählen Sie die Option *Neues Magazin erstellen*. Hier müssen Sie nun einen Namen eingeben, etwa „Finanzen“, und dies mit *Magazin erstellen* bestätigen. Bevor Sie den Artikel speichern, können Sie noch eine Überschrift oder ein Stichwort ergänzen.

### **Alternative**

#### **→ Google News**

Der Suchmaschinengigant stellt über eine Webseite und eine App auch eine Newsübersicht bereit. Die Artikel werden in der App gut sortiert und ebenfalls nach den Wünschen des Nutzers ausgewählt. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Überblick über Artikel aus verschiedenen Quellen
- Gezielte Suche nach bestimmten Themen möglich
- Sammeln von Artikeln in „Magazinen“ möglich
- Kein Zugriff auf die kostenpflichtigen Artikel einer Zeitung oder Zeitschrift



# Onvista: Finanznachrichten im Blick

The screenshot shows the Onvista mobile application interface. At the top, there's a header with the Onvista logo and a search bar. Below the header, a news card reads: "Blockchain hat seinen ersten Hype bereits hinter sich - Blockchain wird 2021 riesig - aber 3 Dinge verstehen Anleger falsch". The main content area is divided into sections: "MARKTÜBERSICHT" (Market Overview) and "Unternehmen" (Companies). The Market Overview section displays various indices and commodities with their current values and percentage changes. The Company section shows a signal for "Tesla" with a green "Bestand" status, "Oberes Limit" of 900,00 USD, and a "Abstand" of 8,94%. There are also buttons for "Signal hinzufügen" (Add signal) and "Startseite" (Home).

Sie haben Geld in Aktien oder ETF investiert oder wollen über wirtschaftliche Entwicklungen immer auf dem Laufenden bleiben? Dann empfiehlt sich eine auf Finanznachrichten spezialisierte App wie Onvista. Die App der gleichnamigen Finanzseite Onvista.de liefert Ihnen eine Übersicht über aktuelle Börsennachrichten, zeigt Kursdaten und die Entwicklung des Dax, erinnert an Termine von Hauptversammlungen und vieles mehr. Ungewöhnlich ist der Aufbau: Alle Nachrichten und weiteren Informationen werden von der App auf einer langen Seite präsentiert. Sie müssen also nicht blättern, sondern sehen nur die aktuellen Meldungen des aktuellen Tages. Der große Vorteil gegenüber der Nutzung der Webseite Onvista.de: Bei wichtigen Börseneignissen und Kursänderungen eines für Sie wichtigen Wertpapiers informiert die App Sie sofort. Finanziert wird die App durch eingebundete Werbung, der Eigentümer von Onvista ist die Commerzbank.

## Umfangreiche Informationen über Unternehmen

Eine kostenlose Anmeldung bei Onvista ist nicht erforderlich, aber empfehlenswert. Dann können Sie nämlich in der App auch Funktionen wie das Musterdepot, eine sogenannte Watchlist und die nützliche Benachrichtigungsfunktion verwenden. Die Nachrichten erscheinen täglich, Onvista unterhält eine eigene Redaktion, die Finanzartikel verfasst. Experten liefern außerdem wöchentliche Kolumnen zu Finanzthemen. Zu-

sätzlich zeigt die App auch aktuelle Meldungen und Nachrichten anderer Medien. Die App bietet Ihnen eigene Übersichtsseiten zu Unternehmen. Sie erhalten hier Kursinformationen und Kennzahlen, eine Nachrichtenübersicht und viele weitere Informationen. Der direkte Kauf einer Aktie ist aus der App möglich, wenn Sie bereits Kunde bei ausgewählten Brokern wie ING, Flatex oder Comdirect sind. Es gibt außerdem eine eigene Onvista Bank, die ebenfalls zu Comdirect beziehungsweise der Commerzbank gehört.

### Kurzüberblick

- Umfangreiche Berichterstattung zu Finanzthemen
- Benachrichtigungsfunktion
- Favoriten und Musterdepot

### So werden Sie über Kursänderungen informiert

Als Anleger wollen Sie sofort benachrichtigt werden, wenn ein bestimmtes Wertpapier sehr stark fällt oder eine bestimmte Kursschwelle überstiegen hat? Die App kann Sie per Handynachricht über einen solchen Kurssprung informieren, wenn Sie bei Onvista angemeldet sind. Tippen Sie oben links auf die drei Linien, ein Menü blendet sich ein. Wählen Sie den Eintrag *Musterdepot*. Nun können Sie ein Musterdepot anlegen und eine oder mehrere Aktien aufnehmen. Die Benachrichtigungsfunktion finden Sie dann über den Menüeintrag *Signale*. Hier legen Sie für eine Aktie ein *Oberes Limit* oder *Unteres Limit* fest, die Benachrichtigung erfolgt dann beim Erreichen dieser Limits.

### Alternative

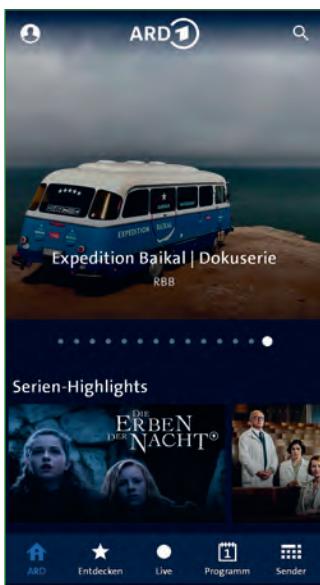
#### → Finanzen.net

Ebenfalls auf die Berichterstattung zu Finanzthemen ist die App Finanzen.net spezialisiert. Die App bietet neben aktuellen Nachrichten detaillierte Informationen zu Wertpapieren und informiert Nutzer über wichtige Kursänderungen oder Eilmeldungen per Systemnachricht. (iOS/Android)



## ARD Mediathek: Fernsehen, wann Sie wollen

So gut wie jeder TV-Sender ermöglicht den Abruf des Live-Programms und alter Sendungen über eine sogenannte Mediathek. Diese können Sie im Internetbrowser aufrufen, mehr Komfort bieten die jeweiligen Apps wie die ARD Mediathek oder die ZDF Mediathek. Sogar das Herunterladen von Videos ist möglich, etwa für eine lange Bahnfahrt. Ein weiterer Vorteil dieser Apps: Das Abrufen von Live-Sendungen ist über die Mediatheken oft störungsfreier möglich als beim Abruf per Webbrowser. Als kritisch beurteilten die Tester der Stiftung Warentest im Juli 2018 allerdings das Datensendeverhalten vieler Mediatheken-Apps, darunter auch der ARD-Mediathek-App. Die ARD Mediathek bietet Ihnen Inhalte der Sender Das Erste, BR, HR, MDR, NDR, Radio Bremen, RBB, SR, SWR, WDR, ONE, funk, ARD-alpha, Tagesschau, Phoenix sowie das Live-Programm von Deutsche Welle, 3sat, Arte und Kika. Für das ZDF gibt es eine eigene App, die neben ZDF auch ZDF Info, Neo, 3Sat, Kika, Phoenix und Arte verfügbar macht.



### Große Auswahl, aber wenige Spielfilme

Die Mediatheken-Apps von ARD und ZDF sind sehr ähnlich, wenn auch die ZDF-App weniger Sender bereitstellt. Unter der Rubrik **Live** haben Sie in allen Apps Zugriff auf eine Senderübersicht und können das aktuelle Live-Fernsehen der Sender aufrufen. Die eigentliche Mediathek bietet dagegen ein ganzes Archiv früherer Serienfolgen, Filme, Dokumentationen und Talksendungen. Es gibt ein alphabetisches Register, eine durchblätterbare Ansicht ausgewählter Sendungen und eine Kategorienübersicht. Über die Suchfunktion können Sie **Sendung A-Z** aufrufen, ein alphabetisches

Register aller Sendungen. Über **Häufig gesucht** finden Sie außerdem eine Liste aller Spielfilme, Serien und Dokus. Einschränkungen gibt es aber bei einigen nicht jugendfreien Sendungen, so dürfen Sie manche Krimis erst ab 20 Uhr abrufen. Etwas unberechenbar ist leider die Verfügbarkeitsdauer der Sendungen, einige Filme lassen sich mehrere Monate lang abrufen, andere verschwinden schon nach Tagen wieder aus dem Archiv. Ausländische Spielfilme sind aus rechtlichen Gründen meist nur als Live-Sendung zu sehen. Laut ARD ist eine Sendung in der ARD-App eine Stunde nach der Ausstrahlung über die Mediathek abrufbar – Sie müssen also etwas warten, wenn Sie den Anfang einer Talkshow oder eines Spielfilms verpasst haben.

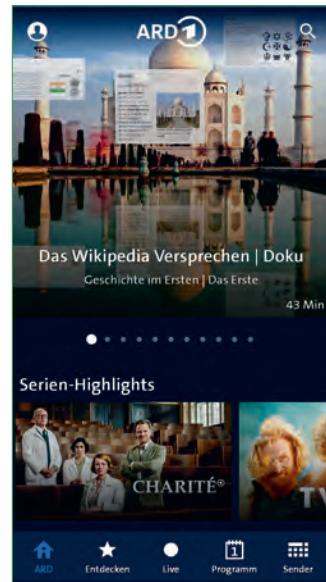
### So stellen Sie die Bildqualität ein

Bei schlechter Internetverbindung kann es zu Abspielproblemen kommen, bei Nicht-Livesendungen gibt es aber eine Abhilfe: Sie können das Video mit verringerter Qualität abspielen. Rufen Sie dazu ein Video auf und tippen Sie in das Bild. Sie sehen Symbole für Lautstärke, ein Kästchen für das Aktivieren des Vollbildmodus und ein kleines Zahnradsymbol. Tippen Sie auf das Zahnrad, ein Menü mit mehreren Qualitätsstufen von **Höchste Qualität** bis **Niedrige Qualität** öffnet sich.

### Alternative

#### → Hörzu TV-Programm

Um über die zahlreichen TV-Programme den Überblick zu behalten, ist die App Hörzu TV eine gute Lösung. Die von der Programmzeitschrift Hörzu bereitgestellte App wird mit Werbung finanziert. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Viele aktuelle Spielfilme, Serien und andere Sendungen
- Download meist möglich
- Viele Spielfilme nur als Live-Sendung nutzbar
- Verfügbarkeit in der Mediathek oft begrenzt



## ARD Text: Schnell informiert

TV-Besitzern ist der Videotext seit Jahrzehnten vertraut. Man nutzt ihn vor allem für die schnelle Anzeige des TV-Programms. Schon über das analoge Fernsehen konnte man damit aber auch Nachrichten abrufen oder auf Dienste wie Wetter- oder Sportbericht zugreifen.

Der simple Textdienst ist als App verfügbar und hat auch in diesem Medium viele Freunde, was vielleicht gerade an der Beschränkung der Textmenge liegt. Aus technischen Gründen kann eine Meldung nämlich nicht länger als 920 Zeichen sein. Das wirkt wie eine große Einschränkung, zwingt die Videotextredakteure aber, eine Nachricht auf das Wesentliche zu reduzieren. Da die Nachrichten außerdem ohne Werbung und Fotos angezeigt werden, haben Sie sich sehr schnell und ohne viel Klicken und Blättern über das Tagesgeschehen informiert.

ARD Text		100	OK
←	→	←	→
Nachrichten tagesschau	101		
Nawalny in Moskau festgenommen	104		
Kritik an Maas-Vorschlag	105		
Biden: Erste Vorhaben angekündigt	110		
<b>Sport</b>	<b>200</b>		
Live: Frankfurt gegen Schalke	270/699		
Bayern vorzeitig Hinrundenmeister	251		
Biathlon: Preuß Zweite in Oberhof	204		
Özil wechselt zu Fenerbahce	224		
<b>Coronavirus</b>	<b>810</b>		
Aktuelle Fallzahlen	812		
<b>Aus aller Welt</b>	<b>135</b>		
China: Virus auf Eiscreme gefunden	136		
Deutsche Bahn wird pünktlicher	137		

### Schnelle Anzeige von Meldungen

Auch bei schlechtem Mobilfunkempfang lassen sich alle Texte schnell und zuverlässig laden, verzögern doch weder Bilddateien noch Videos den Bildaufbau. Ein großer Vorteil ist zudem, dass hinter dem Angebot eine erfahrene Redaktion der ARD steht, die für hochwertige und aktuelle Inhalte sorgt.

Zum Angebot gehört neben dem TV-Programm eine Übersicht über das Tagesgeschehen, Ressorts wie Wirtschaft, Kultur, Leute, Aus aller Welt, Ratgeber, Sport und vieles mehr. Auch die aktuellen Meldungen der Tagesschau werden in einer eigenen Rubrik aufgelistet, hier wird allerdings oft auf einen längeren Text auf [tagesschau.de](http://tagesschau.de) verwiesen. Anders als beim Fernseher müssen Sie für den Aufruf der Meldungen keine Seitenzahlen

mehr eingeben, sondern tippen einfach auf die Überschriften. Eine Eingabe von Zahlen wie 170 (für Wetter) oder 303 (aktuelles Abendprogramm) ist aber weiterhin möglich. Das Blättern durch die Meldung ist über kleine Pfeiltasten möglich, am Ende jedes Artikels sehen Sie die Überschrift des nächstfolgenden Beitrags. Um wieder zur Hauptübersicht zu gelangen, tippen Sie oben links auf das ARD-Text-Symbol.

Auf umfangreichere Grafiken muss man verzichten, für das schnelle Abrufen aktueller Daten wie Corona-Fälle oder auch Daten von Wahlergebnissen sind die einfachen Tabellen der App aber meist völlig ausreichend.

### **So rufen Sie weitere Artikel auf**

Jeden Tag werden von der Redaktion zahlreiche Meldungen veröffentlicht, in der Übersicht sind allerdings nur die aktuellsten aufgelistet. Unter der Rubrik *Sport* sehen Sie vielleicht nur drei Einträge. Tippen Sie auf eine der Überschriften, wird die gesamte Liste der einzelnen Ressorts aufgerufen. Als Sportfan finden Sie hier neben aktuellen Fußballergebnissen dann auch Daten zu anderen Sportarten und Kurznachrichten zum Sport.

### **Alternative**

#### → Tagesschau.de

Was nicht jedem klar ist: Die offizielle Tagesschau-App zeigt nicht nur Nachrichten in Videoform, sondern veröffentlicht auch Artikel in Textform. Neben der Berichterstattung zu Politikthemen gehören dazu oft sehr ausführliche Artikel zu Wirtschaft, Kultur und Sport. (iOS/Android)



### **Kurzüberblick**

- Videotext auf dem Smartphone nutzen
- Aktuelle Kurznachrichten
- Schnelle Anzeige von Texten und Tabellen
- Keine Bilddateien, was Vorteile und Nachteile hat



## RadioFM: Überall Radio genießen

Radio erfreut sich auch im Youtube-Zeitalter größter Beliebtheit. Immer mehr Radio-Fans hören SWR3 oder Klassik-Radio aber nicht mehr mit einem UKW-Empfänger, sondern über das Internet auf ihren Smartphones. Frühe Handys hatten oft noch eine Radiofunktion, mittlerweile stehen aber fast alle Sendungen als sogenannter Stream zur Verfügung und sind live über die Webseiten der Sender abrufbar. Für die Nutzung der Radio-Streams am Smartphone empfehlen sich aber spezialisierte Radio-Apps wie RadioFM, denn über den Internetbrowser wird es am Smartphone auf Dauer unkomfortabel. Knapp 50 000 Radiosender sind in der Datenbank der App aufgelistet und können über die Suchfunktion aufgerufen werden. Die App selbst finanziert sich über Werbung und blendet gelegentlich eine ganzseitige Anzeige ein, die Häufigkeit hält sich aber im Rahmen. Ein Mobilfunkvertrag mit Datenflatrate ist für Onlineradio eigentlich nicht erforderlich, es werden nur mäßige Datenmengen übertragen.

Sender	Genre	Location	Bit Rate
Deutschland Funk	News, Entertainment, Public, Talk	Abaza, Cologne, Germany	128Kbps
WDR 5 News	German	Cologne, Germany	128Kbps
Technobase.FM	Techno, Trance	Abaza, Moers, Nordrhein-Westfalen	128Kbps
housetime.fm	House	Abaza, Hamburg, Germany	128Kbps
WDR2	Adult Contemporary, National News, Spec.	German, Ruhrgebiet, Baden-Württemberg	64Kbps
Radio SWR3			
Bass Lover	Dance, House, Pop, Trance		

### Sender in der näheren Umgebung hören

Beim ersten App-Start können Sie zwischen 241 Ländern wählen, fast 400 Genres von Pop über Classical Country bis zur Klassik sind verfügbar. Auch nach bestimmten Sprachen können Sie suchen, etwa um Ihre Sprachkenntnisse aufzubessern. Die Suche nach Themen ist ebenfalls möglich. Auf Wunsch zeigt die App verfügbare Sender in Ihrer näheren Umgebung an – dazu müssen Sie aber einer Standortortung zustimmen. Aufrufen können Sie die Sender über deren Namen, über die entsprechende Sendefrequenz oder über ein Rufzeichen.

Bei einer Großstadt wie Berlin ist die Zahl der verfügbaren Sender immens, die Reihenfolge orientiert sich an der Beliebtheit der Sender. Sie können die Liste aber neu sortieren. Tippen Sie dazu oben rechts auf das Filtersymbol (mehrere Linien). Sie können die Sender dann unter anderem alphabetisch oder nach Genre ordnen. Ihre Lieblingssender können Sie in einer Favoritenliste sammeln. Tippen Sie dazu beim Hören eines Senders auf das Herzsymbol.



### **So nutzen Sie Timer und Wecker**

Die App bietet nützliche Zusatzfunktionen. Um diese am iPhone zu nutzen, wählen Sie einen Sender aus und tippen dann auf die drei kleinen Punkte am oberen rechten Rand. Sie können nun einen Timer aktivieren und vor dem Einschlafen eine Laufzeit von 15 bis 180 Minuten wählen. Auch eine Weckerfunktion ist integriert, die Sie auf Wunsch mit Ihrem Lieblingsradiosender aufweckt. Unter Android können Sie diese Funktionen ebenfalls nutzen, sie sind über Symbole am oberen Rand der App über das Antippen eines Wecker-Symbols oder eines „ZZZ“-Symbols (für den Timer) aufrufbar. Ist ein Sender mit verschiedenen Bitraten verfügbar, können Sie die gewünschte Sendequalität einstellen. Zumindest 128 Kilobit pro Sekunde (kbps) ist für Musik zu empfehlen.

### **Kurzüberblick**

- Große Bibliothek an Radiosendern
- Timer- und Weckerfunktion
- Einblendung von Werbung

### **Alternative**

#### **→ Radio.de**

Mit Radio.de kann man auf 30 000 Sender zugreifen. Die App bietet einen ähnlichen Funktionsumfang wie RadioFM. Zusätzlich wird der Abruf von Podcasts unterstützt. (iOS/Android)

# Hobbys und Kreativität

Für fast jedes Hobby gibt es passende Apps, für Gartenfreunde ebenso wie für Amateurfotografinnen oder Musiksammler – sogar als Skizzenblock können Sie Ihr Smartphone verwenden.

## Freizeit genießen mit dem Smartphone

---



Der Erfolg der Smartphone-Apps erklärt sich auch daraus, dass es für jedes Thema und wohl jedes Hobby eine passende App gibt: Gärtner erhalten mit dem Gartenplaner eine nützliche App für das Anlegen und Verwalten von Gemüsegärten. Sammler von Langspielplatten und CDs finden in Discogs die ideale Verwaltungsplattform. Das betrifft auch kreative Hobbys: Für die Fotografie mit dem Smartphone gibt es Legionen von Apps, stellvertretend dafür sind Photoshop Express und VSCO dabei. Photoshop Express ist kostenlos und bietet sehr gute Bildbearbeitungsfunktionen, VSCO verfügt darüber hinaus auch über einige erstklassige Effektfilter. Zufrieden mit den Ergebnissen? Mit der Cewe Fotowelt können Sie Ihre Fotos ausdrucken lassen und Fotobücher Ihrer Aufnahmen bestellen – auch im Groß- oder Panoramaformat. Sie haben schon immer gerne gezeichnet? Dann ist vielleicht die App SketchBook interessant für Sie, mit der Sie auf Ihrem Smartphone und Tablet Zeichnungen erstellen können.



## Cewe: Fotobücher erstellen

Ein gelungenes Foto wird heute oft per WhatsApp oder Facebook veröffentlicht und nur noch selten ausgedruckt. Das ist schade, kommen doch manche gelungenen Aufnahmen erst ausgedruckt zur Geltung und bleiben länger in Erinnerung. Über die Cewe-App können Sie Ihre Smartphone-Fotos aber bequem und günstig per Internet bestellen. Der Anbieter Cewe lieferte im Test der Stiftung Warentest vom August 2020 die beste Druckqualität, Sicherheitslücken bei der Nutzung über den Browser sorgten allerdings für eine Abwertung. Diese sind aber für Nutzer der App weniger von Belang, weshalb wir diese App trotz Abwertung empfehlen.



Besonders einfach ist die Bestellung von einzelnen Fotos, hier stehen Ihnen zahlreiche Formate von 9 bis 13 Zentimetern Breite zur Verfügung – wahlweise matt oder glänzend. Besonders beliebt sind Fotobücher: Dafür wählt man zuerst eine Vorlage aus, über die Fotobibliothek des Smartphones lassen sich nun die gewünschten Fotos ergänzen. Das Ergebnis wird in einer Vorschau angezeigt. Wahlweise können Sie alle Fotos automatisch auf die Seiten verteilen oder Reihenfolge und Anordnung in einem Editiermodus selbst wählen. Sie können die Fotos mit dem Finger noch verschieben, auch Titel und Texte lassen sich ergänzen.

### Fotobücher bestellen

Beachten Sie: Bei der Bestellung eines Fotobuchs sind relativ teure Versionen vorausgewählt. Um den Preis für Ihr Fotobuch zu reduzieren, können Sie zum Beispiel ein kleineres Format oder einen Softcover- anstelle eines festen Hardcover-Einbands wählen. Auch Fotokalender, Grußkarten, Postkarten, Handyhüllen und eine Foto-Schoko-

box mit Pralinen (!) können Sie mit Ihren eigenen Motiven gestalten. Das fertige Buch können Sie sich dann per Post zuschicken lassen. Auf Wunsch können Sie aber Fotos und Bücher auch gezielt über einen Partner von Cewe bestellen und dort portofrei abholen. Dazu gehören unter anderem Edeka, Saturn, Rossmann und dm, dies müssen Sie aber in den Voreinstellungen vorgeben: Tippen Sie oben links auf die drei Linien und wählen Sie **Info**. Unter **Handelspartner** können Sie nun etwa einen nahen Drogeriemarkt auswählen. Achtung: Unter Umständen ist der Zugriff auf die Fotos von einem iPhone aus nicht möglich, dann müssen Sie über **Einstellungen > Cewe Fotowelt** den Zugriff auf **Alle Fotos** eigens erlauben.

### So drucken Sie ein Panoramafoto

Bei der letzten Bergwanderung haben Sie mit der Panoramafunktion Ihres Smartphones einige beeindruckende Panoramafotos erstellt? Diese können Sie in der Cewe-App zu Preisen ab 5 Euro bestellen und zwischen Formaten wie 20 x 60, 30 x 90 oder gar 20 x 100 Zentimeter wählen. Ausgedruckt kommen diese spektakulären Aufnahmen schließlich besser zur Geltung als auf dem kleinen Bildschirm des Smartphones.



### Kurzüberblick

- Einfache Bestellung von Fotos
- Gute Druckqualität
- Auch Sonderformate wie Panoramafotos

### Alternative

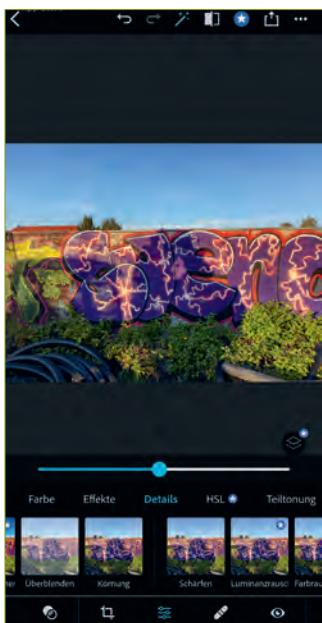
#### → Lidl Foto

Die App des Fotodienstleisters Lidl Foto wurde von der Stiftung Warentest im August 2020 zum Testsieger erklärt und liefert etwas günstigere Fotos als Cewe. Die Druckqualität ist aber etwas schlechter. (iOS/Android)



## Adobe Photoshop Express: Bilder bearbeiten

Die Bildbearbeitungssoftware Photoshop ist auf dem PC eines der beliebtesten und teuersten Kreativprogramme. Mit Photoshop Express hat der Hersteller Adobe allerdings auch eine kostenlos nutzbare Smartphone-Version im Angebot. Vor der Nutzung müssen Sie ein Benutzerkonto bei Adobe anlegen oder sich mit einem bestehenden Abo anmelden. Die Bedienung ist auf kleine Bildschirme optimiert: Sie sehen unterhalb des Bildes mehrere Leisten mit Funktionen und den jeweiligen Unterfunktionen. Tipp: Wenn Sie das Smartphone drehen, sehen Sie Ihr Foto in einer größeren Ansicht. Die Oberfläche ist einfach nutzbar: Sie ähnelt der Bildbearbeitungsfunktion, die in Ihrem Smartphone integriert ist, bereits die kostenlose Version der App kann aber deutlich mehr. Die App kann gratis benutzt werden, allerdings bleiben viele aufgelistete Funktionen der Premium-Version vorbehalten, die 39 Euro pro Jahr kostet. Zu diesen mit einem Stern markierten Funktionen gehört ein Filter, um Nebel oder Dunst zu entfernen, ohne dass das Bild unnatürlich wirkt. Auch Bildrauschen, ein hässlicher körniger Effekt bei Nachtaufnahmen, kann mit der Premium-Version sehr effektiv entfernt werden.



**Fotos aufbessern und verschönern**

Sie wollen Text oder grafische Effekte ergänzen? Dafür bietet die App entsprechende Werkzeuge. Ein häufiges Problem beim Fotografieren: Standen Sie bei einer Aufnahme direkt vor einem Gebäude, sehen die Kanten des Gebäudes vermutlich schief aus. Diese stürzenden Linien kann die App korrigieren. Dazu wählen Sie unten das viereckige Symbol mit den überstehenden Kan-

ten. Unter *Transf.* tippen Sie auf die Option **Vollautomatisch**. Für erfahrene Fotoamateure gibt es Funktionen, die etwas Vorwissen erfordern, etwa zur Teiltonung und gute Schwarzweißfilter.

Auch das Erstellen einer Collage ist mit der App möglich. Außerdem können Sie aus 60 sogenannten Looks auswählen. Das sind vorgefertigte Filtereffekte, mit denen Ihr Foto durch Antippen zu einem Kunstwerk wird. Mit Filtern wie *Herbst*, *Frühling*, *Sommer* und *Winter* können Sie etwa die entsprechenden Farben und Lichtverhältnisse nachbilden.

### So korrigieren Sie ein Foto für Instagram

Sie wollen Ihr Foto vor der Veröffentlichung bei Instagram aufbessern? Öffnen Sie das gewünschte Foto in der App und tippen Sie in der oberen Leiste auf den kleinen Zauberstab. Helligkeit und Farbe werden automatisch korrigiert und Ihr Foto sollte schon besser aussehen. Für Instagram sollte das Foto aber das richtige Seitenformat haben. Tippen Sie deshalb in der unteren Leiste auf das kleine viereckige Symbol. Sie können nun unter verschiedenen Seitenformaten wie 1:1 oder Facebook-Formaten wählen. Tippen Sie auf die Vorlage für Instagram, das Foto wird automatisch angepasst. Tippen Sie nun auf *Weiter*, um das Foto zu speichern.



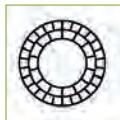
### Kurzüberblick

- Hochwertige Bearbeitungsfunktionen
- Viele Filter und „Looks“
- Abversion wird stark beworben

### Alternative

#### → **Snapseed**

Auf mobile Geräte ist die Bildbearbeitung Snapseed von Google zugeschnitten. Man kann mit der App Bildfehler korrigieren und Bilder aufbessern. Zahlreiche Effekte und Filter stehen ebenfalls zur Verfügung. (iOS/Android)

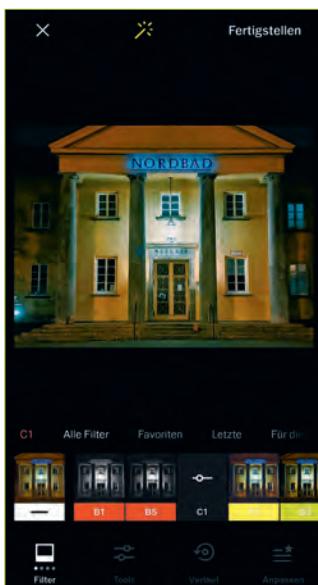


## VSCO: Fotos mit Filtern verschönern

Die App VSCO richtet sich an den anspruchsvolleren Fotoamateur, ist aber auch für Einsteiger eine interessante Alternative zu Photoshop Express. Die App bietet bereits in der kostenlosen Version viele nützliche Funktionen, eine Anmeldung ist aber erforderlich. Dabei werden Sie gefragt, ob Sie Ihre Kontakte hochladen wollen. Dies ist nicht notwendig, zum Schutz Ihrer Daten sollten Sie das verweigern. Die App zeigt Ihre Fotos in einer Übersicht, mit einem Doppeltipp

öffnen Sie ein Bild. Bei der Android-Version müssen Sie zusätzlich auf ein Symbol mit zwei Linien tippen. Sie sehen nun eine Palette an Funktionen für die Anpassung der Helligkeit, des Kontrasts, der Schärfe und vieles mehr. Unter **Anpassen** finden Sie die Möglichkeit, das Foto zu beschneiden. Einige Funktionen sind in der kostenlosen Version gesperrt, Sie erkennen dies an einem kleinen Schlosssymbol.

Über ein Zauberstabsymbol aktivieren Sie die automatische Korrektur. Leider steht diese Funktion nur in der Android-Version zur Verfügung. Gut: Sie können die automatischen Korrekturen selbst weiter anpassen – etwa wenn Sie das Foto gerne noch heller hätten. Tippen Sie dazu unterhalb des korrigierten Bildes auf **Tools**. Hat die Autokorrektur zum Beispiel die Helligkeit angepasst, sehen Sie einen farbigen Punkt unterhalb des entsprechenden Werkzeugs.



### Erstklassige Fotofilter

Die Stärke von VSCO sind eindeutig die Filter: Zehn davon sind kostenlos, knapp 200 stehen in der Aboversion zur Verfügung. Im Unterschied zu zahlreichen anderen kostenlosen Foto-Apps handelt es

sich um sehr hochwertige Effekte, die eindrucksvolle Ergebnisse erzielen. So wandeln die beiden Filter B1 und B2 ein Foto in ein Schwarzweißfoto um, wobei der Filter B1 für hohen Kontrast und Details in den Schattenbereichen sorgt. Der Filter C1 sorgt dagegen für lebendigere Farben und eignet sich etwa für Blumen und Landschaften. Mit M5 gibt es einen Filter für einen Retro-Effekt und mit G3 einen Filter für Porträts, der den Hautton anpasst. Die Stärke des Effekts lässt sich jeweils über einen Regler anpassen.

Die VSCO-App ist kostenlos nutzbar, allerdings wird das kostenpflichtige Abo mit Cloud-Dienst intensiv beworben. So werden in der kostenlosen Version einige blockierte Filter angezeigt. Das Abo kostet 22 Euro pro Jahr, neben zusätzlichen Filtern und Funktionen haben Sie dann auch die Möglichkeit, Videos zu bearbeiten und Collagen zu erstellen.

### **So nutzen Sie die Vorschaufunktion**

In einer Übersicht können Sie sich ansehen, wie die Fotos nach Anwendung des Filters aussehen. Tippen Sie dazu auf das Kästchen ganz unten links. Sie können nun unter drei Vorschauarten mit unterschiedlich großen Vorschaubildern auswählen. So erhalten Sie einen guten Überblick, welche Wirkung die Filter haben.



### **Kurzüberblick**

- Gute Fotofilter
- Viele Bildbearbeitungsfunktionen
- Anmeldung erforderlich
- Werbung für das kostenpflichtige Abo

### **Alternative**

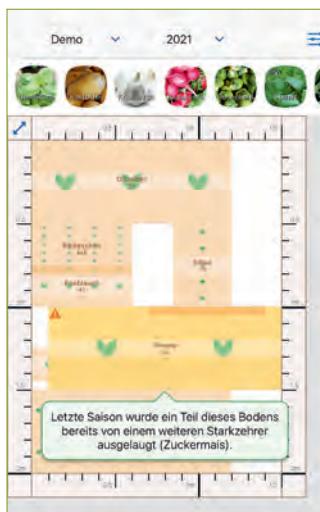
#### → Picsart

Für sogenannte Memes oder um für soziale Medien Videos und Fotos mit Stickern wie Herzen oder Sternen aufzugeppen, ist Picsart ideal. Auch Text können Sie schnell ergänzen oder ein Porträt verbessern. (iOS/Android)



## Gartenplaner: Gemüsebeet zusammenstellen

Das Pflegen eines eigenen Gemüsebeets ist eine schöne Beschäftigung, es gibt aber doch einige Fallstricke, die Sie kennen sollten. Aus Platzmangel baut mancher etwa Knoblauch und Erbsen nebeneinander an oder Tomaten direkt neben den Kartoffeln – das ist aber nicht ideal und sollte vermieden werden. Es gibt für Gemüse nämlich gute und schlechte Nachbarn: Neben einem guten Nachbarn gedeiht eine Pflanze weit besser. Gründe dafür sind etwa die Wuchs geschwindigkeit, der Nährstoffbedarf und die Tiefe der Wurzeln. Mit der App Gartenplaner erfahren Sie, welche Pflanzen sich gut vertragen, und können einen ausgefeilten Gartenplan anlegen.



Zuerst erstellen Sie durch Antippen eine Liste der Gemüsearten, die Sie anbauen wollen. In einer Tabelle erhalten Sie dann angezeigt, welche davon gut miteinander harmonieren und welche Sie lieber auf Distanz halten sollten – neben dem Rosenkohl zum Beispiel sollten anstelle von Kartoffeln lieber Radieschen und Tomaten wachsen.

Sortiert ist die Gemüseliste alphabetisch, Sie können sie aber auch nach der Ernte- oder Aussaatzeit, dem Lichtbedarf sowie nach Bodenzehrung und Wurzel tiefe ordnen. Rufen Sie ein Gemüse über die Liste auf, zeigt Ihnen die App eine ausführliche Detailseite. Neben Hinweisen zum Anbau und Wasserbedarf werden auch die Verträglichkeiten noch einmal aufgelistet.

Das Freischalten aller Gemüsesorten kostet 2,29 Euro.

### Planungsfunktion für das Gemüsebeet

Interessant ist eine zusätzliche, kostenpflichtige Planungsfunktion, mit der Sie Ihren Gemüsegarten als Skizze planen können. Sie erhal-

ten dann ein Viereck angezeigt, das Sie mit Gemüse „befüllen“ können, indem Sie die entsprechenden Symbole vom oberen Rand mit dem Finger an die Stelle ziehen, an der Sie sie in Ihrem Garten anpflanzen möchten. Warnsignale zeigen Ihnen, wenn Sie Gemüsesorten falsch kombinieren. Sehr nützlich: Den Nährstoffbedarf berechnet die App langfristig. Hat eine bestimmte Gemüseart den Boden ausgelaugt, warnt die App Sie später, wenn Sie dort eine Art mit hohem Nährstoffbedarf anpflanzen wollen.

Was Sie ebenfalls beachten sollten: Die App ist für den Anbau in Mitteldeutschland ausgelegt, in anderen Ländern gelten für Aussaat und Ernte andere Zeiten.

## So erhalten Sie weitere Tipps

Auf der Detailseite zu einer Gemüseart finden Sie eine Liste der gut oder schlecht als Nachbar geeigneten Sorten. Bei einigen dieser Gemüsearten sehen Sie ein kleines Infosymbol. Tippen Sie darauf, dann erhalten Sie eine weitere Information. Bei Brokkoli etwa, dass sich Minze als guter Nachbar eignet, da Minze Kohlweißlinge und Drahtwürmer fernhält.

### Alternative

#### → **Stauden Ratgeber**

Bei der Suche nach passenden Gartenpflanzen kann der Stauden Ratgeber helfen. Die App kennt 1 400 Arten und informiert darüber, welche sich für die Verwendung im Bauerngarten, am Teichrand oder als Heilpflanze eignen. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Anbauinformationen für die wichtigsten Gemüsearten
- Kalender für Aussaat und Ernte
- Warnung bei falscher Kombination von Gemüsearten
- Grafische Planungsmöglichkeit kostenpflichtig



## Autodesk SketchBook: Auf dem Smartphone zeichnen

Sie zeichnen gern? Dann versuchen Sie es doch einmal auf dem Smartphone! Auch wenn Sie etwas mit einer Skizze verdeutlichen oder zum Beispiel einen Grundriss zeichnen möchten, bietet sich die kostenlose Zeichensoftware Autodesk SketchBook an. Die App ist etwas komplizierter zu bedienen als das beliebte Windows Paint. Sie bietet aber auch weit mehr kreative Möglichkeiten, etwa zahllose unterschiedliche Zeichenwerkzeuge.

Beim ersten Öffnen der App erhalten Sie eine kurze Einführung, die Oberfläche ist schnell erklärt. Ganz oben sehen Sie eine Palette mit fünf Funktionen, über die sich alle zum Zeichnen benötigten Werkzeuge aufrufen lassen. Wichtig ist vor allem das Symbol in der Mitte, damit wird eine Palette aller verfügbaren Zeichenstifte und Pinsel eingeblendet. Unten in der Mitte ist ein kleiner Kreis zu sehen.

Durch Antippen klappt ein Menü auf, über das Sie schnell zwischen den zuletzt verwendeten Farben oder Pinseln wechseln können.

Die besten Ergebnisse erzielen Sie auf einem Tablet mit großem Bildschirm und einem guten Eingabestift. Aber auch auf einem Smartphone sind Skizzen mit der Fingerspitze gut möglich. Auch für Smartphones gibt es preisgünstige Eingabestifte. Achten Sie hier aber auf eine weiche Spitze, da der empfindliche Bildschirm beschädigt werden kann.



### Funktionen für Einsteiger und Profis

Beim Zeichnen können Sie unter einer Fülle an Werkzeugen wählen, dazu gehören auch Radierer und Verwischfunktionen. Formen und Texturen können Sie ebenso auftragen wie Spritzer und Muster. Die Zei-

chenfarbe wählen Sie über das Farbrad. Einige Gesten für die Bedienung sollten Sie sich merken: Durch das Auseinanderziehen zweier Finger können Sie Ihr Bild vergrößern und Details bearbeiten. Sie haben sich verzeichnet? Mit einem Doppeltipp unten links machen Sie die letzten Arbeitsschritte rückgängig.

Lohnenswert ist die App, da sie auch viele fortgeschrittene Funktionen bietet, die man sonst selten findet. Profis können auf Hilfslinien für Perspektiven zurückgreifen. Die Zeichnung lässt sich zudem in verschiedenen Ebenen anlegen, die dann übereinandergelegt werden können. Damit können Sie zum Beispiel ein Porträtfoto importieren und „abpausen“.

### So nutzen Sie eine Farbpalette

Die Auswahl von Farben erfolgt in der Standardeinstellung über ein Farbwahlrad, das ist aber eher umständlich. Sie können stattdessen eine Palette mit 30 Farben aktivieren. Öffnen Sie das Farbwerkzeug über den Kreis mit Regenbogenfarben. Das Fenster für die Farbauswahl blendet sich ein. Tippen Sie in der unteren Hälfte nun auf das Symbol mit sechs kleinen Kästchen. Dann sehen Sie eine Palette mit 30 verschiedenen Farben, zwischen denen Sie beim Zeichnen schnell wechseln können.

### Alternative

#### → Recolor

Als Entspannung vom Alltag sind Ausmalbücher für Erwachsene beliebt. Dies macht die App Recolor auch am Smartphone möglich. Die App ist kostenlos nutzbar, die Premium-Version ist leider recht teuer. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Umfangreiche Auswahl an Zeichenwerkzeugen und Texturen
- Unterstützt Ebenen und fortgeschrittene Grafikfunktionen
- Erfordert aber etwas Einarbeitung



## Discogs: Für Plattenfans

Für Schallplatten- und CD-Sammler ist Discogs eine gute Wahl. Die von einer riesigen Gemeinschaft an Musikfans betriebene Plattform stellt eine von den Nutzern aufgebaute Musikdatenbank mit über 13 Millionen Datenträgern und über 7 Millionen Künstlern bereit, die detaillierte Informationen über zahllose Musikmedien liefert – neben dem Veröffentlichungsjahr unter anderem die Titelliste und -dauer, Mitwirkende, Aufnahmeort, Besonderheiten und vieles mehr. Durch eine Anbindung an iTunes können Sie bei vielen Alben außerdem den Anfang der Songs abspielen. Sie können Medien kaufen und verkaufen, viele Sammler verwenden die App auch als Katalog, um nicht den Überblick über die eigenen Bestände zu verlieren.



### Schnelle Recherche nach Preis und Zustand

Nicht nur Vinyl ist hier zu finden, sondern auch CDs und Audiokassetten. Neben Rock und Pop sind Klassik, Jazz und andere Musikarten vertreten. Leider ist die App nur englischsprachig verfügbar, dafür können Sie weltweit suchen, kaufen und verkaufen. Selbst Obskures findet sich hier – unter Umständen bei einem japanischen Sammler oder einem Plattenladen in Peru. Über ein Suchfeld lassen sich Albentitel oder Künstlernamen eingeben, Sie erhalten dann eine komplette Liste aller Veröffentlichungen. Mit Tippen auf ein Album und *For Sale* sehen Sie die verfügbaren Angebote von kommerziellen und privaten Verkäufern.

Achten sollten Sie unbedingt auf die Qualitätseinstufung der meist gebrauchten Medien. Die Qualität wird für den Tonträger („Media“) und die Hülle („Sleeve“) mit Kürzeln angegeben: Mint (M) steht für neuwertig, Near Mint (NM) für fast neuwertig, weitere Zustände

sind Very Good (VG) und Good (G), die mit einem Pluszeichen weiter variiert werden können. Es handelt sich dabei um Einschätzungen der jeweiligen Verkäufer. Unterhalb von VG+ muss man mit recht deutlichen Gebrauchsspuren rechnen. Über ein Schieberegler-Symbol oben rechts lässt sich die Suche weiter eingrenzen, etwa nach Zustand oder Standort des Verkäufers – die Versandkosten können beträchtlich sein. Wichtig bei seltenen Alben: Sie können Titel durch Tippen auf das Augensymbol in eine Suchliste eintragen und werden dann über neue Angebote informiert.

Unter *MyDiscogs > Sell Music* können Sie ein Verkäuferkonto einrichten, wenn Sie selbst verkaufen wollen.

### So nutzen Sie den Barcodeleser

Ihre eigene Sammlung lässt sich mühelos katalogisieren: Neben der Suchleiste sehen Sie ein kleines Barcodesymbol. Tippen Sie darauf und richten Sie die Kamera auf den Barcode eines Datenträgers. Wurde der Artikel erkannt, sehen Sie eine ausführliche Beschreibung und in der Mitte ein Augensymbol und ein Symbol mit vier stilisierten Alben. Über das Augensymbol wird der Titel auf Ihre Suchliste gestellt, durch Antippen des Albensymbols speichern Sie den Titel in Ihrer persönlichen Sammlung unter *Collection*.

### Alternative

#### → CLZ Music

Mit CLZ Music können Sie größere Musiksammlungen mithilfe eines Barcodescanners katalogisieren. Die Software kostet allerdings 15 Euro pro Jahr und ist ebenfalls englischsprachig. (iOS/Android)



### Kurzüberblick

- Einfache Katalogisierung der eigenen Musiksammlung
- Bestellung auch seltener Medien möglich
- Barcodescan der Medien möglich
- Englischsprachig

# Smartwatch: Nicht nur für Sportler

Eine Smartwatch wie die Apple Watch ist eine interessante Ergänzung zum Smartphone und vor allem bei Senioren immer beliebter. Raffinierte Sensoren erfassen Gesundheitsdaten, zeigen Wegbeschreibungen und Nachrichten an. Außerdem regt sie dazu an, sich mehr zu bewegen.

## Warum eine Smartwatch?



**Nicht ohne Grund sieht man** an immer mehr Handgelenken statt einer Armbanduhr eine Smartwatch. Die Geräte bieten als Ergänzung zum Smartphone viele Vorteile. Dank immer besserer Sensoren können sie Herzschlag und Blutsauerstoffgehalt erfassen und Ihren Schlaf überwachen. Manche Modelle bieten sogar eine einfache EKG-Funktion. Ein weiterer Vorteil: Ein Smartphone ist beim Joggen und Wandern schnell lästig, und Sie müssen es für jeden Blick aufs Display aus der Tasche ziehen und danach wieder verstauen. Wie bei einer Armbanduhr können Sie bei der Smartwatch dagegen rasch einen Blick auf Apps wie Google Maps und Mail werfen und beim Einkaufen Ihren Einkaufszettel checken. Auf Wunsch werden Sie mit einem Vibrieren über einen Termin oder eine E-Mail informiert – und nicht zuletzt dient eine Smartwatch als Notfalltelefon.

### Was macht die Smartwatch „smart“?

Im Unterschied zu sogenannten Fitnessstrackern wie Sportuhren von Polar oder den Sportarmbändern von Fitbit nutzen die erfolgreiche Apple Watch oder der Samsung-Konkurrent Galaxy Watch ein Betriebssystem, das auf iOS oder Android basiert, und können „echte“ Apps installieren – etwa eine Miniversion von Google Maps oder Outdooractive.

### Apple Watch oder Google Wear

Für iPhone-Nutzer ist die Apple Watch zu empfehlen, die meisten Smartwatches sind aber mit dem iPhone-System iOS kompatibel. Im Test der Stiftung Warentest vom Dezember 2020 schnitt die Apple Watch 5 (mitt-



lerweile durch die verbesserte Apple Watch 6 abgelöst) ausgezeichnet ab, beste Android-Smartwatch war im Test vom Dezember 2020 die Garmin Fenix 6 Pro für 560 Euro. Einige Funktionen stellen wir am Beispiel der weit verbreiteten Apple Watch vor, die Geräte der Konkurrenten bieten – wenn auch mit anderer Oberfläche – Ähnliches.

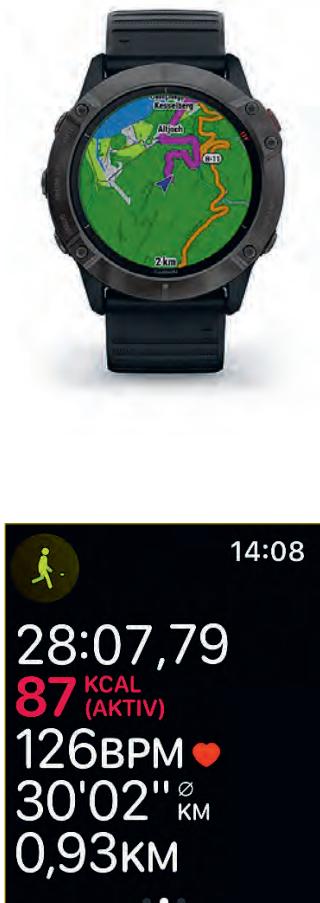
### Ihr persönlicher Fitnessstrainer

Selbst die günstigsten Smartwatches protokollieren die Dauer eines Laufs oder einer Wanderung besser als jedes Smartphone. Diese Daten werden auf Wunsch auf dem gekoppelten Smartphone gespeichert und grafisch ausgewertet. Sportler schätzen nicht zuletzt die Messung des Herzschlags, achten doch viele Läufer darauf eine bestimmte Pulsfrequenz zu erreichen – etwa nach der Faustregel 180 minus Lebensalter.

Haben Sie den Vorsatz, regelmäßig Sport zu treiben oder sich zumindest mehr zu bewegen? Eine App wie „Aktivität“ auf der Apple Watch merkt, ob sie dies wirklich tun, und erinnert Sie, wenn Sie diese Woche noch keinen Sport getrieben haben. Das macht die App anhand von sich langsam schließenden farbigen Ringen sichtbar. Sie beglückwünscht Sie aber auch, wenn Sie aktiv waren und alle Ziele bewältigt haben. Dabei beschränkt sie sich nicht auf Sport wie Laufen oder Fahrradfahren. Erfassen kann die Smart Watch auch, ob Sie bei sitzender Tätigkeit regelmäßig aufstehen und etwa ständig etwas herumgehen – Ihr Rücken wird es Ihnen danken.

### Gesundheitsfunktionen

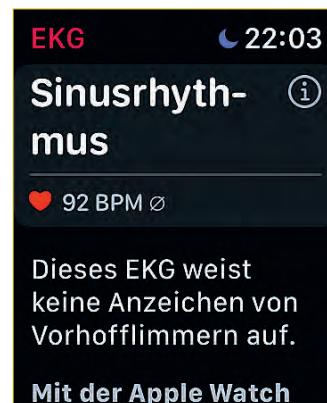
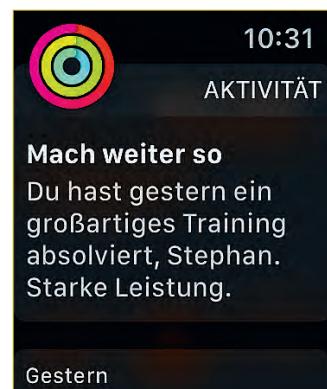
Moderne Smartwatches erfüllen immer mehr Funktionen, die man eher aus der Arztpraxis kennt. Halten Sie Ihren Finger an den Bedienknopf einer Apple Watch 6,



kann die Smartwatch etwa ein einfaches Elektrokardiogramm durchführen. Was Sie bei diesen Funktionen allerdings beachten müssen: Die App kann keine Diagnose durch einen Arzt ersetzen, allenfalls ergänzen. Meldet die App ein Vorhofflimmern oder unregelmäßige Herzrhythmen, sollten Sie dies von einem Arzt überprüfen lassen. Und stellt die EKG-Messung keine Auffälligkeiten fest, bedeutet dies keineswegs, dass Sie gesund sind! Plötzliche hohe oder niedrige Herzfrequenzen kann eine Smartwatch aber feststellen und dies per Nachricht melden. Immer mehr Modelle können sogar die sogenannte Sauerstoffsättigung messen, was nicht zuletzt bei Atemproblemen oder bei der Schlafüberwachung nützlich ist. Die Apple Watch erkennt auch einen Sturz und kann dann einen Notfallkontakt alarmieren.

### **Die Smartwatch als Assistent und Sekretär**

Eine Smartwatch taugt auch für Aufgaben abseits von Fitness und Gesundheit: Eine intelligente Uhr kann Sie zum Beispiel an Termine erinnern, E-Mails abrufen und Wetterbericht oder Börsennachrichten zeigen. Kurze Nachrichten lassen sich auf den kleinen Smartwatch-Bildschirmen gut lesen. Telefonate sind damit ebenfalls möglich. Weniger gut schneiden die Geräte bei Texteingaben ab. Schneller funktioniert die Spracheingabe oder die Eingabe per gekoppeltem Smartphone. Sie können Sprachnotizen speichern oder eine Sprachnachricht versenden. Dank der immer besser werdenden Spracherkennung können Sie Texte außerdem diktieren – mit gutem Ergebnis. Eine gute Notizen-App für diese Aufgabe ist etwa die kostenlose App Google Keep, die Daten mit Smartphone oder Desktop synchronisiert.



# Stichwortverzeichnis

---

## A

- Abo von Apps
  - kündigen 11, 15
- Abo von Zeitschriften
  - kündigen 122
- Aktien kaufen 120
- Alltagshelfer 27
- Amazon Prime Video 134
- Android-Smartphone, Apps
  - installieren 11
- Anzeigezoom 18
- Apple Watch 171
- App Store 5, 7
- Apps
  - Berechtigungen 24, 25
  - Bewertungen 8, 12
  - kaufen 9
  - reklamieren 10, 13
- Artikel aus Zeitungen
  - lesen 146
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst 62
- Arzttermin per Video 56
- Ausgaben im Blick
  - behalten 126
- Ausmalbücher 167
- Automatische Transkription 23

## B

- Bankgeschäfte 124
- Bauernmärkte 110
- Bedienungshilfen 4
- Bekanntschaften, neue 82
- Bergwanderungen 99

Bibliothek, Online- 138

Briefmarken 36

Bücher ausleihen 138

## C

- CDs kaufen und verkaufen 168
- Corona-Testtermin 63

## D

- Datenschutz 24
- Deinstallieren 10, 14

## E

- Einkäufe liefern lassen 34
- Einkaufen 110
- Einkaufsliste 28
- Energie sparen 128
- Erkrankungen, kleinere 60
- Erste-Hilfe-Maßnahmen 58
- ETF kaufen 120

## F

- Fernsehen 150
- Filme entdecken 136
- Finanzen 119, 126
- Finanznachrichten im Überblick 148
- Fitness 39, 44
  - Smartwatch 172
  - Vergleich mit anderen 104
  - zu Hause 40

Fotos

- als Postkarte versenden 88
- bearbeiten 160
- mit Filtern

– verschönern 162

Fotobücher erstellen 158

## G

- Garten planen 164
- Gartenpflanzen finden 165
- Gedichte entdecken 142
- Gemüse einkaufen 108
- Gemüsebeet zusammenstellen 164
- Gesundheit 51
- Gewürze wählen 114
- Google Play 134
- Google Wear 171
- Guthabenkarte 9, 13

## H

- Hausmittel 60
- Hobbys 157
- Hofladen 110
- Hörbücher 140

## I

- Informationen 145
- Instagram, Fotos für 161
- Installation von Apps 5
- iPhone, Apps installieren 7

**K**

Kassetten kaufen und verkaufen 168  
Kennenlernen 82  
kontakte 77  
Küchenhelfer 107  
Kursänderungen 149

**L**

Löschen von Apps 10, 14  
Lupe 22

**M**

Medikamente  
– einnehmen 52, 54  
– vorbestellen 54  
Mitfahrglegenheiten finden 74  
Museen 132

**N**

Nachbarschaft, Austausch mit der 80  
Nachrichten im Überblick 146  
Natur, in der 97  
Navigation 98  
Netflix 134, 135  
Nordic Walking 42, 99  
Notarzt 62  
Notfall 58

**O**

Obst einkaufen 108  
Öffentlicher Nahverkehr 66  
Onlinebanking 124  
Onlinepartnerbörsen 84  
Orientierung 98

**P**

Päckchen schicken 36  
Partnervermittlungen 84  
Pflanzen bestimmen 102  
Play Store 11  
Post 36  
Postkarten versenden 88  
Preisinformationen 94  
Prospekte 30

**R**

Radio hören 154  
Reisen 87  
– planen 65, 72  
Restaurants finden 90  
Rezepte 115, 116  
Rückenübungen 48

**S**

Saisonaleinkauf 108  
Schallplatten kaufen und verkaufen 168  
Schmerzen 62  
Schriftvergrößern 19, 20  
Schrittzähler 42  
Schwimmen 46  
Smartwatch 171  
Sonderangebote 30  
Speicherplatz freigeben 15, 16  
Sport 39  
– Herausforderungen 104  
Spracheingabe 21  
Sprachen übersetzen 92  
Städtereisen 66  
Stornierung 10  
Streamingdienste 134  
Supermarkt, Alternativen 110

**T**

Taxi bestellen 70  
Tiere bestimmen 103

**U**

Übersetzung 92  
Unternehmensinformationen 148  
Urlaub 87

**V**

Verkehrsmittel 68  
Verreisen 68  
Videoarchiv 134  
Videokonferenzen 78  
Videotext 152  
Vinyl kaufen und verkaufen 168  
Vogelstimmen erkennen 103  
Vorlesen 22, 23

**W**

Währungsrechner 94  
Wandertouren 98  
Weckerfunktion 155  
Wein wählen 112  
Wetterkarten 100  
Wetterwarnungen 101

**Z**

Zählerstände ablesen 128  
Zeichnen 166  
Zoom-Funktion (iOS) 19

**Die Stiftung Warentest** wurde 1964 auf Beschluss des Deutschen Bundestages gegründet, um dem Verbraucher durch vergleichende Tests von Waren und Dienstleistungen eine unabhängige und objektive Unterstützung zu bieten.

**Wir kaufen** – anonym im Handel, nehmen Dienstleistungen verdeckt in Anspruch.

**Wir testen** – mit wissenschaftlichen Methoden in unabhängigen Instituten nach unseren Vorgaben.

**Wir bewerten** – von sehr gut bis mangelhaft, ausschließlich auf Basis der objektivierten Untersuchungsergebnisse.

**Wir veröffentlichen** – anzeigenfrei in unseren Büchern, den Zeitschriften test und Finanztest und im Internet unter [www.test.de](http://www.test.de)

© 2021 Stiftung Warentest, Berlin  
© 2021 Stiftung Warentest, Berlin (gedruckte Ausgabe)



Stiftung Warentest  
Lützowplatz 11–13  
10785 Berlin  
Telefon 0 30/26 31–0  
Fax 0 30/26 31–25 25  
[www.test.de](http://www.test.de)  
[email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de)

USt-IdNr.: DE136725570

**Vorstand:** Hubertus Primus  
**Weitere Mitglieder der Geschäftsleitung:**  
Dr. Holger Brackemann, Julia Bönisch, Daniel Gläser

Alle veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Reproduktion – ganz oder in Teilen – bedarf ungeachtet des Mediums der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags.  
Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.

**Programmleitung:** Niclas Dewitz

**Autor:** Stephan Wiesend

Der Autor **Stephan Wiesend** arbeitet seit 2003 als freier Fachautor und schreibt für Magazine und Webseiten wie Macwelt, Maclife und Computerwoche regelmäßig Artikel rund um die Themen iOS und macOS.

**Projektleitung/Lektorat:** Philipp Sperrle

**Mitarbeit:** Merit Niemeitz

**Korrektorat:** Nicole Woratz, Berlin **Titelentwurf:** Christian Königsmann

**Layout:** Büro Brendel, Berlin

**Grafik, Satz:** Christian Königsmann

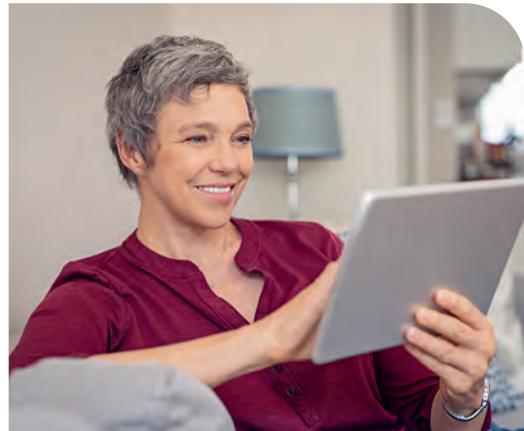
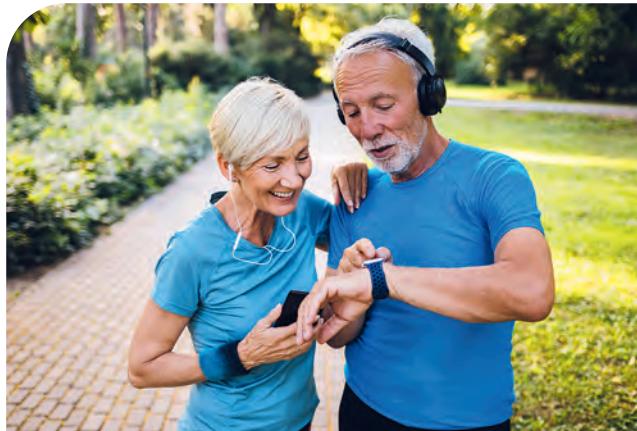
**Bildnachweis:** GettyImages, wikimedia (Titel);  
Adobe Stock, GettyImages (Umschlag Rückseite);  
Stephan Wiesend (Screenshots)

**Herstellung:** Yuen Men Cheung, Vera Göring,  
Catrin Knaak, Merit Niemeitz, Martin Schmidt,  
Johannes Tretau

**Litho:** tiff.any, Berlin

**ISBN: 978-3-7471-0429-3 (gedruckte Ausgabe)**

**ISBN: 978-3-7471-0430-9 (E-PDF-Version)**



# 60 geniale Apps für mehr Spaß mit dem Smartphone

Ihr Smartphone kann mehr, als Sie denken! Streifen Sie vom Sofa aus durch Museen und Bibliotheken, finden Sie Gleichgesinnte für gemeinsame Unternehmungen oder vereinbaren Sie Videosprechstunden mit Ihrer Arztpraxis. Dieser Ratgeber zeigt Ihnen, wie Apps Ihren Alltag verbessern können und Ihre Daten trotzdem sicher bleiben.

für  
iPhone &  
Android

- ▶ **Hilfreich:** Entdecken Sie Apps, die Ihnen das Leben erleichtern – beim Einkaufen, in der Freizeit oder auf Reisen
- ▶ **Einfach:** Erfahren Sie, wie Sie neue Apps installieren und wie Sie schnell die wichtigsten Funktionen nutzen
- ▶ **Sicher:** Finden Sie heraus, wie Sie sich vor Datenklau schützen können

Stiftung  
Warentest



[www.test.de](http://www.test.de)