



INFO-BLATT N°13

Gmail

Ihre Google-E-Mail richtig nutzen

E-Mails senden, empfangen, organisieren — alles Wissenswerte für die einfache Nutzung von Gmail.

Gmail ist die kostenlose E-Mail-Adresse von Google (mit @gmail.com). Es ist einer der meistgenutzten E-Mail-Dienste der Welt — einfach, zuverlässig und von jedem Gerät aus zugänglich. Dieses Blatt erklärt, wie man es täglich effektiv nutzt.

Die wichtigsten Aktionen in Gmail

E-Mail lesen

Tippen Sie auf die E-Mail in der Liste — sie öffnet sich. Ungelesene E-Mails erscheinen fett.

E-Mail schreiben

Tippen Sie auf  (Stift) unten rechts → Empfängeradresse eingeben → schreiben → auf  tippen.

Antworten

E-Mail öffnen → unten auf "Antworten" tippen → Antwort eingeben → senden.

Weiterleiten

E-Mail öffnen → auf "Weiterleiten" tippen → andere Empfängeradresse eingeben → senden.

Datei anhängen

Beim Verfassen einer E-Mail auf  tippen → Datei oder Foto aus der Galerie auswählen.

Löschen

E-Mail öffnen → auf den Papierkorb  tippen. Die E-Mail kommt in den Papierkorb — nach 30 Tagen dauerhaft gelöscht.

Gmail-Ordner — wozu dienen sie?



Posteingang

Alle empfangenen E-Mails



Markiert

Als wichtig markierte E-Mails mit
einem Stern



Gesendet

Alle von Ihnen gesendeten E-Mails



Entwürfe

Begonnene aber noch nicht gesendete
E-Mails



Spam

Automatisch gefilterte unerwünschte
E-Mails



Papierkorb

Gelöschte E-Mails — nach 30 Tagen
geleert



E-Mail suchen

Jede E-Mail in Sekunden finden

Die Suchleiste oben in Gmail ist sehr leistungsstark — tippen Sie ein Wort, einen Namen oder ein Datum ein, um jede E-Mail zu finden.



Nach Name suchen

Vor- oder Nachnamen des Absenders eingeben →
Gmail findet alle E-Mails



Nach Betreff suchen

Ein Wort aus dem Betreff eingeben → z.B.
"Rechnung" oder "Termin"



Anhänge suchen

"has:attachment" eingeben, um alle E-Mails mit
Anhängen zu sehen



Nach Datum suchen

"after:2024/01/01" eingeben für E-Mails nach dem
1. Januar 2024

3 Gewohnheiten für ein ordentliches Postfach

1 Wichtige E-Mails mit einem Stern ★ markieren

Appuyez sur l'étoile à côté d'un email → il apparaît dans le dossier "Markiert". Parfait pour les emails à ne pas oublier (rendez-vous médecin, documents importants).

2 Von unerwünschten Newslettern abmelden

Am Ende jedes Newsletters den Link "Abmelden" suchen → darauf klicken → Sie erhalten diese E-Mails nicht mehr. Gmail bietet dies manchmal automatisch an.

3 Spam-Ordner regelmässig überprüfen

Gmail filtert verdächtige E-Mails automatisch in Spam. Diesen Ordner einmal pro Woche überprüfen — manchmal landen legitime E-Mails versehentlich dort.



Gmail auf dem Smartphone — praktische Tipps

Gmail einfach auf Samsung nutzen

Benachrichtigungen

Gmail-Benachrichtigungen aktivieren, um sofort bei einer neuen E-Mail informiert zu werden —
Einstellungen → Benachrichtigungen → Aktiviert.

Textgrösse

Text in Gmail vergrössern → Einstellungen → Ihr Konto → Textgrösse → Gross oder Sehr gross.

Gmail auf dem Computer

Chrome öffnen → zu gmail.com gehen → anmelden. Ideal für lange E-Mails über eine Tastatur.

Anhang herunterladen

E-Mail öffnen → auf den Anhang tippen → auf den Pfeil  tippen, um ihn auf Ihr Telefon herunterzuladen.



SeniorPhone-Tipps

- Ihre Gmail-Adresse kann für alles dienen — Bank, Arzt, Behörden — **halten Sie sie einfach und einprägsam**
- Geben Sie Ihre Gmail-Adresse nur an Vertrauenspersonen und offizielle Dienste weiter
- Aktivieren Sie die **2-Schritt-Verifizierung** zum Schutz Ihres Kontos — siehe Info-Blatt N°7
- Gmail gibt Ihnen **15 GB kostenlosen Speicher** — mehr als ausreichend für jahrelange E-Mails
- Wenn Sie eine E-Mail nicht finden **Spam** -Ordner suchen, manchmal landen E-Mails — im **Spam** -Ordner
- Sie können von jedem Computer der Welt über **gmail.com** auf Gmail zugreifen



E-Mail-Betrug — Phishing erkennen

- ⚠ Eine E-Mail fordert Sie auf, Ihr Konto zu "verifizieren" oder Ihre Daten mit einem Link zu "bestätigen" — das ist Phishing, nicht klicken
- ⚠ Vorsicht bei E-Mails mit Rechtschreibfehlern, seltsamen Layouts oder unbekannten Absenderadressen
- ⚠ Ihre Bank wird Sie NIEMALS per E-Mail nach Ihrem Passwort oder PIN fragen
- ⚠ Bei Zweifel an einer E-Mail — den vermeintlichen Absender direkt per Telefon anrufen zur Überprüfung
- ⚠ Laden Sie nie einen Anhang von einem unbekannten Absender herunter — das kann einen Virus installieren

✓ Das Wichtigste

- Gmail = kostenlose E-Mail, über gmail.com von jedem Gerät zugänglich.
- Wichtige E-Mails mit einem Stern ★ markieren, um sie leicht zu finden.
- Spam-Ordner regelmässig überprüfen — legitime E-Mails können dort landen.
- Die Suchleiste findet jede E-Mail in Sekunden.
- Klicken Sie nie auf einen verdächtigen Link in einer E-Mail — das ist oft Phishing.

Diesen Monat wird SeniorPhone unterstützt von:

[Platz für den Sponsor des Monats]

Nur ein Sponsor pro Monat — für Ihr Vertrauen.

🔴 Sicherheit — Unbedingt merken



Geben Sie Ihre Passwörter oder Codes niemals weiter

Weder per Telefon, noch per E-Mail, noch per SMS. Weder Ihre Bank noch die Polizei wird Sie je danach fragen.



Unterdrückte Nummer — nicht abnehmen

Eine unterdrückte Nummer verbirgt absichtlich ihre Identität. Legen Sie ohne Zögern auf.



Unbekannte Nummer — möglichst nicht abnehmen

Klingeln lassen, Voicemail abwarten, nur bei Bedarf zurückrufen. Rufen Sie niemals eine 0900-Nummer zurück.



Falscher Polizist oder falscher Banker — auflegen und 117 anrufen

Die echte Polizei und Ihre Bank werden Sie NIEMALS auffordern, Geld zu übergeben oder Ihren PIN am Telefon mitzuteilen.

Dieser Hinweis erscheint auf jedem SeniorPhone-Blatt — denn Ihre Sicherheit hat höchste Priorität.

