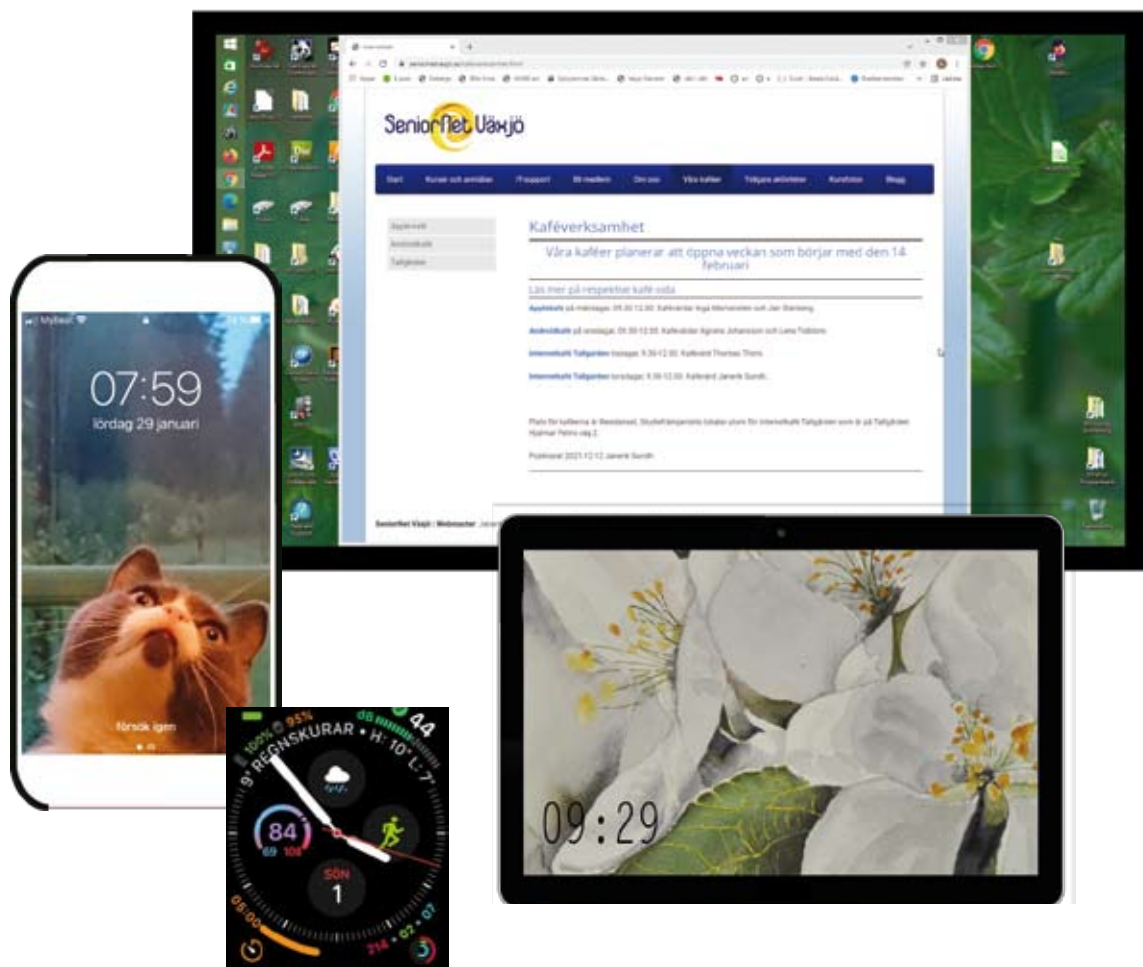


Verksamhet

hösten 2022





INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Seniorer lär seniorer	sid 3	Kurser Android	
Ordföranden har ordet	sid 4	Android, grund	sid 10
		Android, fortsättning	sid 10
Caféträffar		Kurser - blandat	
Internetcafé	sid 5	Bekvämare med mobil	sid 11
Apple-café	sid 5	Pokemon GO	sid 11
Androidcafé	sid 6	Nytt liv i din dator	sid 12
		Släktforskning, forts.	sid 13
Kurser Apple		Information	
Apple Watch, grund	sid 7	Tankar & tips	sid 14
Apple dator, fortsättning	sid 7	Digital gemenskap	sid 15
Apple iPad, grund	sid 8		
Apple iPhone, grund	sid 9		

Medlemmar betalar 50 kr/träff på café och/eller kurs. Ej medlemmar 80 kr

Seniorer lär seniorer använda digital teknik

Digital teknik och gemenskap

SeniorNet Sweden är riksorganisationen i ett nätverk bestående av lokala föreningar runt om i landet. Respektive lokal förening har en egen styrelse och lägger själv upp studieprogram och övrig verksamhet. De lokala föreningarna erbjuder support, praktiskt stöd, utbildning och inte minst en intressesocial gemenskap.

SeniorNet Växjö startade 2002

Utöver riksorganisationen finns ett 40-tal lokala föreningar runt om i landet. SeniorNet Sweden startade 1997 och sommaren 2002 startades SeniorNet Växjö.

Medlemsavgiften är 250 kr per år.

Föreningens ändamål är att främja seniorers användning av digital informationsteknik. Som medlem får du lägre avgift till våra verksamheter. Du kan också få hjälp att lösa dina egna digitala problem till ett subventionerat pris.

Du som fyllt 55 år är välkommen i vår gemenskap.

Gå in på vår hemsida <https://www.seniornetvaxjo.se/> Klicka på "Bli medlem". Följ instruktionerna på sidan.

Vill du ha hjälp att anmäla dig - kontakta Janerik Sundh 073 826 13 31.





Ordföranden har ordet!

Alla ska med, du också! Som ordförande anser jag att ingen ska behöva stå utanför det digitala samhället, oavsett förmåga, kompetens, eller utrustning.

Du ska bli vän med din mobiltelefon, surfplatta eller dator.

Alla ska känna sig säkra och vara nöjda med att kunna använda mobilen, surfplattan eller datorn, du också! Dessutom förväntar sig myndigheterna att du ska kunna hantera den smarta mobiltelefonen. För att inte tala om tjänster du kan använda dig utav i övrigt.

Vi erbjuder dig att komma till våra öppna möten eller caféer, kurser, supportsamtal eller intressanta föredrag. Alla dessa olika sätt att träffas har du gemensamt med många andra och som medlem får du dessutom mötesavgifterna subventionerade. Det gäller främst föredragen.

Besök vår hemsida för uppdateringar och nyheter!

På olika sätt ger vi dig råd och stöd inför köp av hemlarm, och övriga smarta funktioner som moderna hus och lägenheter utrustas med.

Årets utbud ser lite annorlunda ut än tidigare år. Eftersom det finns så många som går på olika kurser och även de som bara vill ha svar på speciella frågor, så har vi valt att presentera hela vårt utbud i detta häfte som ett verksamhetsutbud.

Det nya i år är att vi har möjlighet att erbjuda datorspel för äldre som stimulerar många sinnen.

De öppna träffarna och caféverksamheten äger inte bara rum i Växjö utan också i de större orterna i kommunen, tack vare samverkan med Kampradstiftelsen och Växjö kommun.

Välkommen att ta del av allt vi erbjuder dig denna höst.

För styrelsen SeniorNet Växjö/Bo Skandevall

Caféträffar

Till caféträffarna är det bara att komma. Vi har tre olika caféer: Internet-, Apple- och Androidcafé. Vad som avhandlas bestäms av deltagarna. Ibland får träffarna olika teman. Information om detta finns i så fall på hemsidan. Har du frågor så kontakta någon av våra cafévärdar.

Internetcafé Tallgården

Plats: Hjalmar Petris väg 4

Tid: Torsdagar med start 8/9 kl 09.30 -12.00

Cafévärd: Janerik Sundh, 073 826 13 31
janerik.sundh@gmail.com

Internet är en fantastisk skapelse. Världens största uppslagsbok. Här köper du biljetter för resor, evenemang mm. Ser på TV, lyssnar på radio. Håller kontakt med vänner från när och fjärran. Hittar nya vänner. Samlar dina favoritlåtar. Du kan få hjälp av doktor, veterinär etc. Göra dina bankärenden. Handla det mesta. Sälja det du inte behöver längre och köpa begagnat eller nytt ...

Apple-café

Plats: Studieförbundet, Kronobergsgatan 7

Tid: Måndagar med start den 5/9 kl 09.30 – 12.00

Cafévärd: Jan Stenberg, 070 874 07 15, jan.s@seniornetvaxjo.se

För dig som har en Apple mobil, surfplatta eller dator. Ingen fråga är för liten eller för stor. Vad som kommer att avhandlas beror främst på deltagarna.

italiensk maräng

Allt Bilder Videor Kartor

Ungefär 84 100 resultat (0,44 sekunder)

Recept

Italiensk maräng - se & gör
Köket.se
3,9 ★★★★★ (118)

Italiensk maräng
Lysk... med mat
★★★★★ (16)
25 min

Visa fler

https://www.koket.se › italiensk-marang-se-gor

Italiensk maräng - se & gör

Gör så här · Koka upp vatten och socker till 121 grader
vispa äggvitan till ett hårt skum med elvisp. · Häll med

★★★★★ Betyg: 3,9 · 118 röster

Caféträffar

Androidcafé

Plats: Studieförbundet, Kronobergsgatan 7

Tid: Onsdagar med start den 7/9 kl 09.30 – 12.00

Cafévårdar: Agneta Johansson 0727 338 710, agnejoha@gmail.com
och Lena Tidblom, 073 223 01 01, lena.tidblom@gmail.com

Fördjupning för dig som gått grundkurs i smart mobil, platta eller har motsvarande kunskaper. För dig som har en Androidtelefon som Samsung, Sony, Huawei, OnePlus, Xiaomi, Nokia, Motorola etc. Det går bra att använda både telefon och surfplatta av olika märken och versioner.

Välkomna till vår caféverksamhet, öppna träffar, som kan övergå i en studiecirkel, där vi har möjlighet att träffas flera gånger för att fördjupa kunskaperna inom olika ämnesområden.

Kursinnehåll:

Detta är förslag till innehåll. Tillsammans bestämmer vi vilka områden vi ska ta upp och vid vilka tillfällen.

Vi tar upp frågor om inställningar, funktioner och lagring, molntjänster, hålla ordning på innehåll och appar, städa bort onödiga filer och bilder, viktiga ord och begrepp vid it-hantering.

Vi använder Internet för information och beställning av varor, bokning av biljetter för resor och olika evenemang. Pratar om säkerhet för personuppgifter och olika betalningssätt. Kamera, bildhantering, kartfunktioner, sociala medier, appar för nytta och nöje är också områden vi tar upp. Viktigt är också att klargöra vad man ska tänka på vid inköp av ny telefon eller surfplatta.

Kurser Apple

Apple Watch, grundkurs

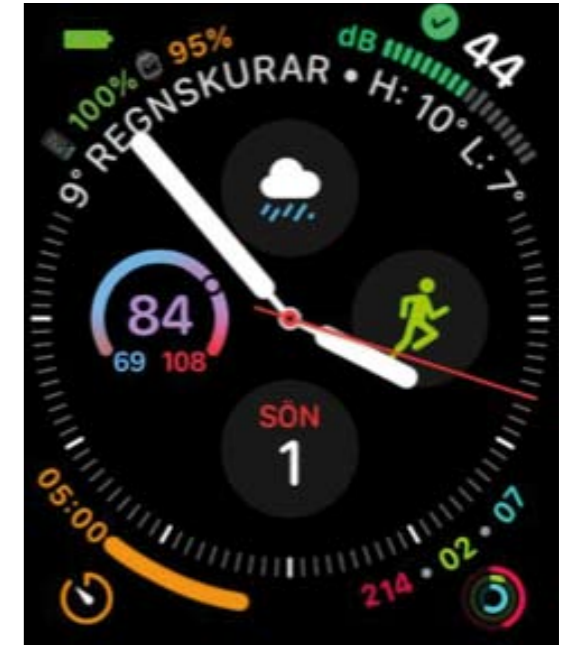
Ge kunskap om grundläggande funktioner i din Apple Watch.

Antal träffar: 3

Första träffen: onsdag 26/10
kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare
Ann Sofi Colliander, 070 216 21 00
as.colliander@icloud.com



Apple dator, fortsättningskurs

Workshop för dig med Apple-dator. Att arbeta med olika egna projekt och uppgifter i workshops.

Antal träffar: 6

Första träffen: torsdag 27/10 kl 13.30-16.00
Studieförbundet Kronobergsgatan 7

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare Ann Sofi
Colliander, 070 216 21 00
as.colliander@icloud.com



Kurser Apple

iPad, grundkurs



Kursen är för dig som vill lära dig surfplattan från grunden.

Grundläggande funktioner och inställningar, Apple-ID, säkerhetskopiering och uppdateringar, olika sätt att kommunicera, e-post, meddelanden samt FaceTime.

Använda Safari för att surfa på internet, installera appar och organisera dem på skärmen.

Använda kalender, karta/GPS och kamera. De vanligaste begreppen inom IT-terminologin

Antal träffar/kursomgång: 6

Första träffen kursomgång 1: tisdag 6/9 kl 09.30-12.00

Första träffen kursomgång 2: tisdag 25/10 kl 09.30-12.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare Jan Stenberg, 070 874 07 15

jan.s@seniornetvaxjo.se

Kurser Apple

iPhone, grundkurs

Kursen är för dig som vill lära dig mer om användningen av din iPhone.

Grundläggande funktioner och inställningar, Apple-ID, appar, hantering av e-post, meddelanden, kontakter och anteckningsmöjligheter.

Kamera och redigering samt spara och ta emot bilder. Surfa på internet. Säkerhetskopiera och göra uppdateringar. Använda kalender, karta/GPS.

Antal träffar/kursomgång: 6

Första träffen kursomgång 1: Måndag 5/9 kl 09.30-12.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare Tina Sigvardsson, 076 526 12 34
tisigga@gmail.com

Första träffen kursomgång 2: Tisdag 25/10 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare Gunilla Palm, 070 212 84 81
gopalm@live.se



Kurser Android*

Android, grundkurs smart mobil och surfplatta

Kursen är för dig som vill lära dig att hantera din smarta mobil eller surfplatta från grunden. Grundläggande funktioner och inställningar, olika sätt att kommunicera med e-post och meddelanden. Sökning på internet, säkerhet och uppdateringar. Installera och organisera appar.

Antal träffar/kursomgång: 4

Första träffen kursomgång 1: onsdag 7/9 kl 13.30-16.00

Första träffen kursomgång 2: onsdag 26/10 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsgatan 7

Anmälan till: Handledare Lena Tidblom 073 223 01 01
lena.tidblom@gmail.com

Android, fortsättningskurs smart mobil och surfplatta

Funktioner och inställningar, e-post, meddelanden, kontakter och anteckningar. Installation och organisering av appar, uppdateringar och säkerhet. Kamera och redigering, spara och dela bilder. Surfa. Använda kalender, karta/GPS.

Antal träffar/kursomgång: 5

Första träffen kursomgång 1: onsdag 7/9 kl 13.30-16.00

Första träffen kursomgång 2: onsdag 26/10 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsgatan 7

Anmälan till: Handledare Agneta Johansson, 072 733 87 10
agnejoha@gmail.com

*Android som Samsung, Sony, Huawei, Motorola m fl.

Kurser blandat

Bekvämare med en smart mobil

Allt mer kan vi (ska vi) göra själva idag - det mesta ger en enklare vardag - och minskar onödiga resor. Exempel är bankärenden, biljettköp, bilparkering, busskort, radio och TV ... Det finns mycket mer att ta upp. Detta är bara exempel på vad vi pratar och tittar på i kursen.

Antal träffar/kursomgång: 4

Första träffen kursomgång 1: måndag 5/9 kl 13.30-16.00

Första träffen kursomgång 2: måndag 24/10 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsgatan 7

Anmälan till: Handledare Janerik Sundh, 073 826 13 31
janerik.sundh@gmail.com

Pokemon GO för seniorer

Lära dig spela och göra praktiska övningar och spelmoment i grupp.

Teori inomhus med bilder och beskrivningar. Praktik ute, där man måste röra sig en hel del för att göra framsteg i spelet.

Antal träffar: 4.

Första träffen: tisdagen 6/9 kl 09.30-12:00

Plats: Meddelas av handledaren

Anmälan till: Handledare Göran Wendt
073 057 74 41, gowe@telia.com



Kurser blandat

Skapa nytt liv i din gamla dator!

Du som har en äldre, trög och långsam dator: Vi hjälper dig med en "lättare" programvara, så att du enkelt och säkert kan söka information, läsa tidningar, sköta bankärenden, kontakta myndigheter och sjukvård, boka tider för resor och evenemang och mycket mera.

Du behöver ha viss datorvana, tex kunna söka och hantera information på internet och skriva vanlig text.

Ta med din laptop inkl laddare och din telefon. Du behöver ett aktuellt Google-konto och kunna ditt lösenord. Vi hjälper dig att skapa ett konto om du inget har.

Antal träffar: 5

Första träffen: Tisdag 6/9 kl 13.30-16.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare

Kjell Hagblom, 070 693 67 48, kjellhagblom@gmail.com

Göran Pålsson, 070 201 66 70, goran@seniornetvaxjo.se



Viktigt är att du då och då besöker vår hemsida för uppdateringar och nyheter!

PS Personerna på bilden besöker inte SeniorNets hemsida. De spelar Pokemon!

Kurser blandat

Släktforskning - fortsättningskurs med Arkiv Digital*.

För dig som vill fortsätta utveckla din släktforskning via Windows PC.

- Hur du sparar din forskning i ett lättillgängligt format? Fotobok och/eller webb?
 - Historiska kartor på Lantmäteriet.
 - Vi söker vidare i våra DNA-spår (föredrag).
- *Licenskostnad kvartal ca 400 kr

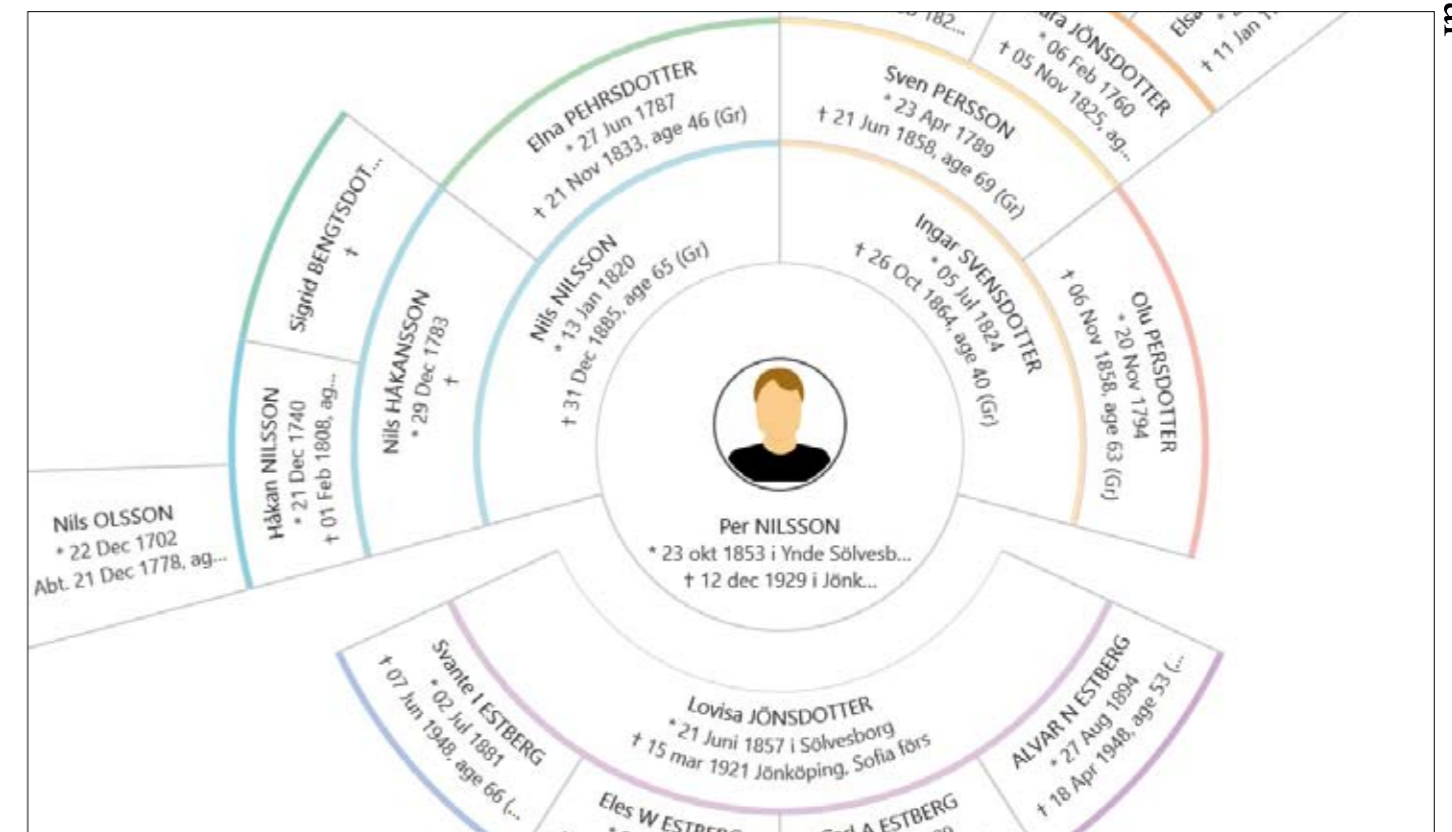
Antal träffar/kursomgång: 6

Första träffen kursomgång 1: torsdag 8/9 kl 09.30-12.00**

Första träffen kursomgång 2: torsdag 27/10 kl 09.30-12.00

Plats: Studieförbundet Kronobergsg 7

Anmälan till: Handledare Christer Estberg, 070 954 42 34
773280@gmail.com



*Ett fåtal platser kvar

Tankar & tips från redaktören!

Birgitta
Estberg



Lite historia

Telefonen uppfanns under 2:a halvan av 1800-talet. Började användas av "vanligt folk" under första halvan av 1900-talet. Var då en sk fast telefon. Den blev rörlig (=mobil) i slutet av 1900-talet. Min första mobila telefon kunde också användas som batong.

Datorn kom under andra halvan av 1900-talet. Hemma-dator hade vi på 1980-talet. Jag vet att jag skrev revytexter i den, som idag tyvärr är förlorade eftersom de inte är kompatibla med dagens datorer.

Mitt första minne av Internet är från 1990-talet, då jag även gjorde mina första hemsidor för min egen tidning Fritidsryttaren och för Qvinnor på G, där jag jobbade då.

Väldigt mycket har hänt de senaste 20 åren. Jag tror att vi då inte förstod och att vi idag inte heller ens anar vad som kommer att hända framåt. Själv har jag haft en naturlig väg in till den nya tekniken via jobb och intresse. Nu som pensionär är det bra att kunna hjälpa och få hjälp via en förening som SeniorNet.

Lösenord

Jag har tittat på Youtube-klipp från föredrag av Anne-Marie Eklund Löwinder (AMEL), säkerhetschef på Internetstiftelsen. Hon pratar väldigt mycket om säkerhet och om våra val av lösenord.

Själv har jag två krypterade A4-sidor (på hemlig plats) fulla med digitala lösenord inklusive koden till cykellåset.

Rekommenderar lösenordshanterare - om du inte vill ha det:

- Alltid ha unika lösenord.
- Minst 15 tecken till Bankid och E-post
- Vi är dåliga på att skapa bra lösenord, enl AMEL

Kolla om du blivit hackad: haveibeenpwned.com

Min e-post hackad vid två tillfällen. Mina lösenord unika! Hurra!

Digital gemenskap

Informationsträffar med allmänt och aktuellt innehåll i syfte att öka kunskapen kring mobils och surfplattans möjligheter. (Växjö kommun/Kampradsprojekt.) Informationen varar ca 2 tim. Ingen avgift.

Anmälan till
Växjö kommuns
kontaktcenter
0470-41 000

Plats: Biblioteket på	Öppna dörren till ditt digitala gästrum	Den nya nöjesmaskinen
Tallgården	Tisdag 13/9 kl 14-15-30	Tisdag 1/11 kl 14-15.30
Hovshaga	Måndag 19/9 kl 14-15.30	Måndag 7/11 kl 14-15.30
Teleborg	Tisdag 20/9 kl 10-11.30	Tisdag 8/11 kl 10-11.30
Åryd	Måndag 26/9 kl 18.30-20	Måndag 14/11 kl 18.30-20
Gemla	Onsdag 28/9 kl 14-15.30	Onsdag 16/11 kl 14-15.30
Ingelstad	Måndag 3/10 kl 15-16.30	Måndag 21/11 kl 15-16.30
Lammhult	Torsdag 6/10 kl 14-15.30	Torsdag 24/11 kl 14-15.30
Braås	Onsdag 12/10 kl 14-15.30	Onsdag 30/11 kl 14-15.30
Rottne	Onsdag 19/10 kl 10-11.30	Onsdag 23/11 kl 10-11.30
Stadsbiblioteket	Fredag 21/10 kl 15-16.30	Fredag 9/12 kl 15-16.30



SeniorNet Växjö

www.seniornetvaxjo.se

**Välkomna till våra caféträffar
kurser och annat!**

Vi samarbetar med:

Studie
främjandet



SeniorNet Sweden

Familjen Kamprads stiftelse
The Kamrad Family Foundation for Entrepreneurship, Research & Charity



**Växjö
kommun**

WEXNET
