

SeniorNetNacka



[www.seniornetnacka.se](http://www.seniornetnacka.se)

<https://www.facebook.com/seniornetnacka>

# Seniorer lär seniorer IT

Välkommen till  
kurser, medlemsträffar  
och personlig IT-hjälp

## Program för hösten 2021

SeniorNet Nacka följer hela tiden de regler och rekommendationer som utfärdas löpande av regering och olika myndigheter kring Corona-pandemin och dess smittspridning. Därför kan vi tvingas göra ändringar i detta program under terminens gång, beroende på hur pandemin och smittspridningen utvecklas.

# Medlemsträffar

Tisdagar kl. 14:00 – 15:45, Plats: Ormingehus, Orminge

Datum	Ämne
21/9	Uppstartsmöte: Johan Rådmark besöker oss och berättar om Boo Folkets Hus förr, nu och i framtidens nya byggnad. Styrelsen informerar om höstens program och nya medlemmar i styrelsen. Vi bjuder också på god smörgås och kaffe med kaka.
28/9	Personal från Nackas bibliotek berättar: Under pandemin har biblioteken i Nacka blivit mer digitala internt (hur man organiserat sig och jobbat med t.ex. kommunikation) och externt (där man jobbat aktivt med digitala plattformar för att nå besökarna). Information om bibliotekens YouTube-kanal om sagor och boktips, samt nya digitala tjänster såsom Biblio, Utalk, Bibblix m.m. Vi presenterar också SeniorNet Nackas nya Facebook-sida och hur vi bäst använder den.
5/10	Jan O Olsson, kriminalkommissarie vid Polisens Nationella Operativa Avdelning, Nationellt It-Brottscentrum, berättar om ämnet: "Tänk säkert - undvik att bli ett brottsoffer."
12/10	Mikael Svensson berättar: "Vi tittar bakåt och vi blickar framåt - hur informationstekniken utvecklats hittills och hur den (kanske) utvecklas framöver."
19/10	Legitimerade audionomer från den auktoriserade och leverantörsoberoende hörselmottagningen Hör Stockholm i Sickla informerar om hörselnedsättningar, dess konsekvenser samt om dagens moderna hörselteknik. Monika Larsson ordförande för HRF Nacka Värmdö inleder föreläsningen med en kort information om Hörselskadades Riksförbund. Skrivtolk är beställd.
26/10	Martin Appel, PC för Alla, berättar: "Så blir du säker på nätet - vi går igenom de värsta IT-hoten: virus, hackare, telefonskojare, BankID-bedragare ... samt hur du kan skydda dig mot detta."

9/11	<p>Parkeringsappen EasyPark, Sveriges mest använda parkeringsapp – genomgång av hur appen fungerar, hur man lägger in sin bil, betalning och hur själva parkeringen går till. Den som vill kan installera appen – en person från customer care ger oss informationen.</p> <p>Vi presenterar också Betala P, Stockholms Stads parkeringapp, som används på stadens gator.</p>
16/11	<p>Freja eID – elektronisk identitet som ger säker åtkomst till många onlinetjänster. Kristofer von Beetzen berättar mer om hur man skapar sin elektroniska identitet, hur den fungerar och hur man använder den.</p>
23/11	<p>Studiebesök på Fisksätra Folkets Hus:  Personal från Fisksätra Folkets Hus, Folk Lab och PRO Fisksätra ger en introduktion och visning av Folk Lab. Med ny och användarvänlig digital teknik (robotar, laserskärare, 3D-skrivare m.m.) engagerar Folk Lab alla åldrar. I kreativa kulturevent och labb lär sig deltagare om samhället och digitalisering på nya sätt. Ha kul, utforska teknik och hållbarhet och låt din kreativitet flöda! Vi får även en visning av Fisksätra Folkets Hus.</p>
30/11	<p>Bildhantering – hur du får ut mer av bilderna från mobilkameran eller vilken kamera som helst. Tomas Klason ger en översikt över olika verktyg som finns för att hjälpa dig anpassa foton du tagit till dina syften, med utveckling till hur du håller reda på dem.</p>
7/12	<p>Terminsavslutning med hemligt program.</p>

## Personlig IT-hjälp på biblioteken med din

- dator
- surfplatta
- mobiltelefon



På nedanstående bibliotek i Nacka har vi personlig IT-hjälp. Vi försöker svara på dina frågor och hjälpa dig att lösa dina problem.

Ta med dig din dator (med mus), surfplatta eller mobiltelefon.

IT-hjälpen pågår mellan 21/9 – 9/12 enligt nedan:

- **Biblioteket Nacka Forum**, tisdagar kl. 10:00–12:00, 21/9 – 7/12  
Ansvarig: Torsten Andersson
- **Biblioteket Orminge C**, torsdagar kl. 10:00–12:00, 23/9 – 9/12  
Ansvarig: Tomas Klason
- **Biblioteket Dieselverkstaden**, tisdagar, kl. 10:00–12:00, 21/9 – 7/12  
Ansvarig: László Mocsáry
- **Biblioteket Fisksätra**, onsdagar kl. 10:00–12:00, 22/9 – 8/12  
Ansvarig: Torsten Andersson
- **Biblioteket Saltsjöbaden**, måndagar kl. 13:00–15:00, 20/9 – 6/12  
Ansvarig: Lars Tornérhielm

**OBS:** Höstlovsveckan v.44 (1/11 – 7/11) är det ingen IT-hjälp på biblioteken.

# Personlig IT-hjälp i Älta med InternetCafé

**Lovisedalstorpet vid Älta Gård**, torsdagar kl. 10 – 12, 23/9 – 9/12.

Digitalt eller på plats efter anmälan till [sten.grack@seniornetnacka.se](mailto:sten.grack@seniornetnacka.se)

eller 070-783 15 76.

Ansvarig: Sten Grack

**Biblioteket Älta**, måndagar kl. 14 – 15, 20/9 – 6/12.

Om vi får vara på biblioteken i höst kommer detta att gälla för Älta.

I övrigt hänvisas till InternetCaféet i Lovisedalstorpet enligt ovan.

Ansvarig: Sten Grack



## Personlig IT-hjälp på distans

Skicka ett e-mail till:

[itlinjen@seniornetnacka.se](mailto:itlinjen@seniornetnacka.se)

med ditt namn och telefonnummer så ringer vi upp dig.

# Kurser

## Datorns grunder - Windows10

Du får lära dig:

- Navigera, logga in/logga ut i Windows 10.
- Anpassa Windows 10 till ditt arbetssätt, starta och stoppa appar/program.
- Skrivbordet, Startpanelen, Aktivitetsfältet och andra Win10-inställningar.
- Använda Utforskaren för att hitta information, säkerhetskopiera

Ta med egen laptop med Windows 10, och en mus.

Dag: 29/9, 6/10, 13/10, 20/10 och 27/10 (onsdagar)

Tid: **kl. 10 - 12**

Plats: Järlahuset, Järla Skolväg 15

Kostnad: 250 kr som betalas före kursstart

Kursledare: László Mocsáry



## Filhantering

Vi går igenom allt om filer och mappar i Windows 10, mappstruktur, kopiera filer/mappar, flytta filer/mappar, ta bort filer/mappar, säkerhetskopiera filer/mappar.

Ta med egen laptop med Windows 10, och en mus.

Dag: 10/11, 17/11, 24/11, 1/12 (onsdagar)

Tid: **kl. 10 - 12**

Plats: Järlahuset, Järla Skolväg 15

Kostnad: 200 kr som betalas före kursstart.

Kursledare: László Mocsáry



## Bildredigering

Du får en introduktion till hur du kan beskära, påverka färger och kontrast och i övrigt redigera dina bilder för att förbättra dem och anpassa dem till dina syften. Du behöver god datorvana. Du skall ha med din Windows 10-dator, så du kan följa med och pröva på egna bilder och vid behov få hjälp.



Dag:	1/12, 8/12, 15/12 (onsdagar)
Tid:	kl. 13:00 – 15:00
Plats:	Biblioteket Nacka Forum
Kostnad:	150 kr som betalas före kursstart
Kursledare:	Tomas Klason



## Grundkurs - Surfplatta iPad och mobiltelefon iPhone

Kom igång att använda din iPad eller iPhone, skapa e-post-konto, ladda ner appar, e-post, surfa och söka information.

Ta med iPad/iPhone.

Max-antal deltagare: 4 eller 6, beroende på pandemi-läget.

Dag: fredagar 17/9, 24/9, 1/10

Tid: kl. 10 - 12

Plats: Järlahuset, Järila Skolväg 15 / Digitalt eller på plats, första gången alltid på plats

Kostnad: 150 kr som betalas före kursstart

Kursledare: Sten Grack



## Grundkurs - Surfplatta Android och mobiltelefon Android

Kom igång att använda din surfplatta (Android) och telefon (Android), skapa e-post-konto, ladda ner appar, e-post, surfa och söka information.

Ta med surfplatta/mobiltelefon.

Max-antal deltagare: 4 eller 6, beroende på pandemi-läget.

Dag: fredagar 29/10, 5/11, 12/11

Tid: kl. 10 - 12

Plats: Järlahuset, Järila Skolväg 15 / Digitalt eller på plats, första gången alltid på plats

Kostnad: 150 kr som betalas före kursstart

Kursledare: Sten Grack



## Två fortsättningskurser – surfplattor och mobiltelefoner

### Dessa kurser omfattar både Android-systemet och Apple iOS (iPad och iPhone).

Skaffa mobilt BankID, lär dig betala räkningar, använda kartor, fotografera, läsa tidningar, titta på film och TV, använda Youtube mm.

Ta med surfplatta/mobiltelefon.

Max-antal deltagare: 4 eller 6, beroende på pandemi-läget.

Dag: fredagar 8/10, 15/10, 22/10

resp. 19/11, 26/11, 3/12

Tid: kl. 10 - 12

Plats: Järlahuset, Järila Skolväg 15 / Digitalt eller på plats, första gången alltid på plats

Kostnad: 150 kr som betalas före kursstart

Kursledare: Sten Grack



Kursanmälan gör du med e-post till Angela Berglund.  
Du ska vara medlem i SeniorNet Nacka för att gå en kurs.  
Kursavgiften ska vara inbetald före kursstart till Plusgiro 570448-1,  
ange namn och kurs. Anmälan är bindande.

## Webbutbildning i Microsoft Office-programmen

Windows 10, Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Du sitter vid egen dator och följer  
instruktionerna i egen takt på [Aktiv.se](https://www.aktiv.se)

Anmälan med e-post till

[sten.grack@seniornetnacka.se](mailto:sten.grack@seniornetnacka.se)

Då får du konto och inloggningsuppgifter.



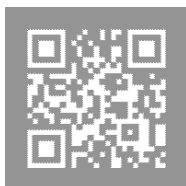
### Extra stöd och hjälp med Aktiv.se

Du kan få extra stöd och hjälp med Aktiv.se via personliga IT-hjälpen på Nackas bibliotek och Lovisedalstorpet i Älta.

**>>> Bli medlem <<<**

Kontakta någon i styrelsen eller registrera dig själv på hemsidan.  
Du får ett inbetalningskort från SeniorNet Sweden när du anmält dig.  
Medlemsavgiften är 250 kr/kalenderår. Medlemsavgiften ska vara  
betald innan du anmäler dig till någon av våra kurser.

Aktuell information finns på hemsidan  
[www.seniornetnacka.se](http://www.seniornetnacka.se) eller scanna QR-koden



## Styrelsen

**Gunilla Wahlberg Åberg**, ordförande  
gunilla.w.aberg@seniornetnacka.se  
telefon: 070-984 19 36

**Sten Grack**, vice ordförande, medlemssekreterare, kursledare  
och IT-hjälp  
sten.grack@seniornetnacka.se  
telefon: 070-783 15 76

**Tomas Klason**, kassör, kursledare och IT-hjälp  
tomas.klason@seniornetnacka.se  
telefon: 070-827 34 08

**Angela Berglund**, webbansvarig, kursadministratör och kursledare  
angela.berglund@seniornetnacka.se  
telefon: 070-526 38 81

**László Mocsáry**, ledamot, kursledare och IT-hjälp  
laszlo.mocsary@seniornetnacka.se  
telefon: 070-670 18 25

**Nannette Büsgen**, Facebook-ansvarig  
nannette.busgen@seniornetnacka.se  
telefon: 072-443 28 28