

Seniorer lär seniorer använda digital teknik



Hösten 2023

PROGRAM hösten 2023

Mobiljunta, AI junta, PC junta, Googlejunta, Fotojunta och
Digitala hemmet junta

Användbara internettjänster, Släktforskning och Ipad starthjälp

IT-hjälpen med personlig support och IT-akuten via mejl

Fredagsträffar med diskussion om aktuella digitaliseringsfrågor.

PUB-träffar med inspirerande program

Varmt välkommen till

SeniorNet Botkyrka

Vill du vara med på digitaliseringståget?

Allt händer så snabbt i den digitala världen. Fler och fler tjänster i samhället går bara att nå digitalt; via dator, mobiltelefon eller surfplatta, medan analoga alternativ försvinner.

Vill du prova på, uppdatera dina kunskaper eller utforska digitala nyheter?

Vi hjälper dig i att bli mer bekväm i den digitala tillvaron.

Du är också extra välkommen att hjälpa andra med det du vill och kan inom dina intresseområden.

Det är roligt, lärande och betydelsefullt att på olika sätt bidra till mer **digital delaktighet**. Hör gärna av dig via mejl: seniornetbotkyrka@hotmail.com eller telefon: 076 039 57 74. Vi söker Digitalhjälpare och administratörer till vår verksamhet.

- Behöver du hjälp med din smarta telefon, surfplatta eller dator?
- Vill du kunna surfa säkert?
- Har du frågor om internettjänster, appar eller digitala lösningar?
- Vill du ingå i en social intressegemenskap?

Bli medlem i SeniorNet; medlemsavgiften är 250 kronor per år.



Seniorhuset i Tumba är en fantastisk tillgång med fina lokaler för utbildning, träffar och sociala aktiviteter. En given mötesplats för en inspirerande samvaro för oss seniorer. Vi lär oss tillsammans!

Aktuellt i höst



Alla talar om AI

Digitaliseringen pågår överallt och det går snabbt. Nu är Chat GPT och AI-bildgeneratorer heta! Då gör vi som vi alltid har gjort dvs hänger med i utvecklingen. Det blir både en fredagsträff och en junta om AI i höst.

Informationsdag i Skärholmen 29 augusti

Skärholmens stadsdelsförvaltning bjuder in till en informationsdag om SeniorNet

Datum: 29 augusti kl. 13:30 – 15:30.

Plats träffpunkt – HUB Måsholmstorget 20, Stockholm.

Vill du vara med och få inspiration och samtidigt bidra med information om SeniorNet?

Gör din anmälan till skarholmen.aldrefaltare@stockholm.se, tel 076 122 40 05.

SENIORVECKAN 18 - 22 september 2023

Fullt hus i Hallunda Folkets hus

Gammeldans och finsk tango. I entrén finns en digital hörna med Aimo parkeringsapp instruktion, bildspel och minimobiljunta samt en loppis.

Tid: 19 september klockan 14- 17 Plats: Hallunda Folkets hus, Borgvägen 1, Hallunda
Arrangör: PRO Norra Botkyrka, Botkyrka finska förening, Slagsta gille och SeniorNet Botkyrka

Hela huset lever - Seniorhuset har öppet hus

Boule, korvgrillning, tipsrunda, kaffe, tårta, AI-info och tips om släktforskning

Tid: 20 september klockan 11-15 Plats: Seniorhuset, Grödingevägen 2, Tumba
Arrangör: PRO Tumba, SeniorNet Botkyrka, SPF Botkyrka och Botvidsbygdens släktforskarförening

Juntor

Juntorna är sociala träffar där du kan lära dig mer om och prova på digitala lösningar. Du behöver ta med egen utrustning; Smart telefon/Platta/PC och ha baskunskaper. Ställ dina frågor och kom gärna med uppslag och idéer om teman till träffarna.

Mobiljunta Android

Bli inspirerad. Var nyfiken. Ha kul! Vill du träna på att använda och bli mer säker på din Android telefon; Samsung/Sony HTC.

Ladda ner appar, ordna inställningar, använd Bank-ID och mycket annat

Tid: 27 sept, 25 okt och 22 nov

klockan: 09.00 - 11.15

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Gunilla, Inger och Helena

Tid: 4 okt, 1 nov och 29 nov

klockan 10-12

Plats: Hallunda Folkets hus, Biblioteket, Sagorummet/

Ledare: Gunilla, Inger och Helena

Fota med mobilen junta forts.

Vad händer sedan du fotat med mobilen?

Vad kan du göra mer med bilderna och hur sparar du dem på bästa sätt.

Ta med din dator och ha tillgång till egna bilder så att du har material att jobba med.

Tid: 27 sept och 25 okt

Klockan: 11.30 - 13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Sune och Ulla

PC junta

Vill du skapa ett snyggt bildspel med schyst bakgrundsmusik? Vi går igenom steg för steg hur du går tillväga och vilket/vilka program du kan använda.

Tid: 11 oktober

Klockan: 11.30 - 13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Sune och Stig

Digitala hemmet junta

Kul teknikprylar eller lösningar som underlättar din vardag i hemmet?

Vi tittar närmare på IKEAs smarta prylar; smart belysning, eluttag, luftrenare, elektronisk rullgardin och bordslampa med högtalare samt styrenheter via smart app, fjärrkontroll, genvägsknapp, röst eller rörelse.

Och hur är det med säkerheten när vi kopplar upp oss mer och mer?

Tid: 15 november

Klockan 11.30-13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Stig och Olle

Ingen anmälan behövs till juntorna.



Forts. juntor

AI-junta

Alla talar om AI! Har du provat på eller vill du testa att ta fram texter via Chat GTP och använda en AI generator för att skapa bilder.

Tid: 4 oktober

klockan: 11.30 - 13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Olle, Owe och Sune

Google junta

Du får under ett par intensiva timmar prova på några Googletjänster: Assistenten med röststyrning, Lens bildigenkänning och Google översätt - språköversättning samt Google Bard det nya AI-verktyget.

Tid: 26 oktober

klockan 11.30 -13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Owe, Olle och Stig

Användbara internettjänster

Internet är full av tjänster som du kan ha nytta och glädje av. Utforska och lär dig mer. Ha även koll på säkerheten.

Betalningstjänster; e-legitimation, Bank ID, digital brevlåda, digitala vårdtjänster, resetjänster, molntjänster, strömmade och digitala tjänster etcetera.

Tid: 22 november

klockan: 11.30 - 13.45

Plats Seniorhuset Tumba

Ledare: Olle och Jan

Säkerhet kan vi alltid tala mer om

Aktuella IT-säkerhetsfrågor.

Tid : 6 december

klockan 11.30 -13.45

Plats: Seniorhuset Tumba

Ledare: Olle

Android mobil telefon - grund

Vill du komma igång med din smarta telefon? Behöver du grunderna för att hantera din Android telefon både bekvämt och säkert?

Vi bjuder in till en junta med starthjälp. Du får också ett utbildningsmaterial som stöd.

Tid: 7 september

klockan 11.30 - 13.45

Plats Seniorhuset Tumba

Ledare: Stig

Ipad grund – starthjälp

Har du en ny platta och vill börja använda den? Behöver du lite hjälp för att komma igång?

Vi startar en mottagning för att underlätta för dig att använda din platta på bästa sätt.

Tid: 12 okt, 19 okt, 2 nov och 16 nov

klockan 11.30 - 13.45

Plats: Seniorhuset Tumba, 15 nov,

Ledare: Inger, Olle och Siw

Cirkel

Dina önskemål inom olika avsnitt styr upplägget vid varje cirkeltillfälle. Vi lär av varandra tillsammans. Anmäl ditt intresse till ledaren.

Släktforskning cirkel - rullande

Tid: 15 tillfällen per termin

Start: i början av september

klockan 12.00 - 16.00

Plats: Hallunda Folkets Hus

Ledare: Tommy

Genom samarbetet med Botvidbygdens släktforskarförening finns alla möjligheter att släktforska i Seniorhuset. Kontakta Inger.

IT-hjälpen och IT-akuten

Behöver du hjälp med din digitala utrustning är du alltid välkommen till IT-hjälpen i Tumba och Hallunda. Du får support, praktisk hjälp och svar på dina frågor. Det finns flera kunniga tekniker och handledare på plats. Ta en fika och ha en trevlig stund tillsammans med dina vänner.



IT-hjälpen i Seniorhuset Tumba
är öppen onsdagar varje vecka
klockan 14 - 16. **Starter: 13 september**

Du kan droppa in eller beställa tid i
förväg om du har ett problem som tar
tid. Telefon: 076 039 57 74

IT-hjälpen i Folkets hus Hallunda
är öppen onsdagar klockan 14-16
Datum: 11 okt, 8 nov och 29 nov.
Lokal: Biblioteket, Tysta Rummet

IT-akuten är en bemannad mejladress dit
du alltid kan vända dig med dina frågor.

Du får svar så snart som möjligt av den
handledare som är bäst på att svara på
dina frågor.

it-akuten@seniornetbotkyrka.se

Seniorveckan i Botkyrka 18 - 22 september 2023

Vi medverkar såklart i Seniorveckan. Ta del av programmet som finns att hämta i Seniorhuset eller läs det digitalt.

Fredagsträffar – öppet hus



Fredagsträff på biblioteket i Tullinge

Användbara AI-tjänster

Chat GPT, Dell, Deep Dream Generator och Google Bard.

Tid: 29 september klockan 10 - 12

Plats: Seniorhuset Tumba + Zoom

Värdar: Olle, Owe och Sune

Fota med mobilen – vad händer sen?

Vad kan du göra mer med bilderna och hur sparar du dem på bästa sätt.

Tid: 20 oktober klockan 10 - 12

Plats: Seniorhuset Tumba + Zoom

Värdar: Sune och Ulla

Seniorhälsa

Hälsofrågor som du kan hitta svaren på via telefonen, Chat GPT eller Google Bard.

Vi lotsar det digitala och läkaren Anders Magnusson kommenterar.

Tid: 24 november klockan 10 - 12

Plats: Tullinge bibliotek

Tid: 1 december klockan 10 - 12

Plats: Hallunda folkets hus, Biblioteket

Värdar: Owe och Anders

Säkerhet på nätet

Det finns en hel del du kan göra för att bli säkrare på nätet.

Datum: 3 november klockan 10-12

Plats: Seniorhuset Tumba + Zoom

Värdar: Olle och Sune

Digitalidag – digitalt program

Tid: Fredag 13 oktober klockan 10.30-12.30

Föreläsningar: inbjudan skickas till alla.

- Så undviker du nätfiske och bedrägerier
- AI och maskininlärning
- informationspåverkan och desinformation
- Digital daglig motion
- Att vara människa i en digital tid

Medlemsmöte – digital föreläsning

Tid: Fredag 8 december 10 - 11.30. Tema AI.

Digitalt via Zoom. Inbjudan skickas till alla.

PUB- träffar i Seniorhuset Tumba

PUB-träffar tre torsdagar i höst.

Tid: 21 sept, 26 okt och 23 nov, kl 16 - 18

Smörgåsar och dryck till självkostnadspris.

Plats: Seniorhuset Tumba

Samverkan SPF, SeniorNet och PRO.

Din förening

SeniorNet Botkyrka är en ideell oberoende seniorförening.
- Seniorer lär seniorer använda digital teknik.

Kontakta gärna ledaren när du har frågor

Ulla Comérus	ulla@comerus.net
Tommy Durgé	tommy_durge@hotmail.com
Owe Eriksson	owe@erkonsult.com
Inger Feldhofer	inger.feldhofer@hotmail.com
Olle Lennartsson	olennartsson@gmail.com
Stig Marklund	stig.marklund@live.com
Sune Nilsson	sune.n@live.se
Gunilla Sätterberg	gunilla.satterberg@tyfonmail.se
Jan Vikström	jamavikstrom@gmail.com



Bidrag till kostnader för verksamheten

Släktforskning: 15 tillfällen 770 kronor.

Juntor: 50 kronor per tillfälle.

Fredagsträffar: 40 kronor per gång.

IT-hjälpen: 50 kronor vanliga ärenden och 100 kronor för större jobb.

Om du inte är medlem kostar IT-hjälpen 70 respektive 150 kronor.

Swish: 123 075 33 92



Medlem

Anmäl dig som medlem på SeniorNet Swedens hemsida

<https://seniornet.se/medlemskap/medlemsregistrering/>

Medlemsavgiften är 250 kronor per år.

Du kan också kontakta oss så hjälper vi dig med anmälan.



Ordförande: Lars-Erik Sjölund

E-postadress: seniornetbotkyrka@hotmail.com

it-akuten@seniornetbotkyrka.se

Telefon: 076 039 57 74

Besöksadress: Grödingevägen 2, 147 30 Tumba



Webbplats: Googla på SeniorNet Botkyrka



SeniorNet Botkyrka ingår i nationella nätverket SeniorNet Sweden och samverkar med Botkyrka kommun, PRO, SPF Botkyrka, Botvidbygdens släktforskarförening och Hallunda folkets hus.

