

## Schema för höstens och vårens IT-Caféer 2024-2025

Varje möte startar med en kort repetition från föregående möte, med en titt på minnesanteckningarna i SPF-appen.

| Datum  | Ämne                                                                                                                                                          | Ansvarig                          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 15 okt | WiFi i lokalen – motivesplatsen<br>Förstora text i telefon<br>SPF- app för att se minnesanteckningar och lathundar.<br>112- app - säkerhet                    | Rolf,<br>Barbro<br>Peter<br>Janne |
| 22 okt | SPF-app och minnesanteckningar<br>Swish<br>BankID<br>(Kivra, digital brevlåda)                                                                                | Rolf /Barbro                      |
| 29 okt | <b>Appar</b> , lägga upp, ta bort, strukturera appar<br><b>Röstassistensen/Siri</b> -prata med mobilen,<br>söka med <b>google lens</b> ,<br><br>Söka på nätet | Janne<br>Barbro<br>Rolf           |
| 5 nov  | SPF-app och minnesanteckningar<br>Handla på nätet, Apoteket, mat mm<br>Tips, filmer                                                                           | Barbro                            |
| 12 nov | SPF-app och minnesanteckningar<br>1177 Vårdguiden                                                                                                             | Barbro                            |
| 19 nov | Kamera – zoom, selfie, ljus mm                                                                                                                                | Peter, Janne<br>Rolf              |
| 26 nov | E-post<br>MMS, SMS, inställningar, tips                                                                                                                       | Rolf,<br>Barbro                   |
| 3 dec  | Bilder – selfie, zoom, mm<br>– Sortera bilder<br>– Redigera bilder                                                                                            | Peter<br>Rolf, Janne              |
| 10 dec | ”Skydda dig mot brott och bedrägerier”.<br>Trygghetssamordnare Marita Andersson, Strängnäs kommun                                                             |                                   |
| 17 dec | Rese – appar<br>t.ex. SL, SLT, Movingo<br>Sj.se, Flygresor.se Köpa biljetter – Teater mm                                                                      | Janne<br>Barbro<br>Rolf           |

## vårens IT-Caféer 2025

Varje möte startar med en kort repetition från föregående möte, med en titt på minnesanteckningarna i SPF-appen.

|        |                                                                                                                                        |                                              |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|        | <b>God Jul och Gott Nytt År</b>                                                                                                        |                                              |
| 7 jan  | Resor, biljetter mm fortsättning<br><br>Parkeringsappar                                                                                | Janne<br>Barbro<br>Roffe                     |
| 14 jan | Bilder, kamera<br>Spara bilder på dator, USB-minne osv                                                                                 | Roffe, Janne,<br>Peter,                      |
| 21 jan | FaceTime, Google Meet, Messienger, WhatsApp<br>och delta i Zoom-möte<br><br>E-moj – hur hittar jag dem, vad betyder de mm              | Barbro,<br>Christer<br>Janne, Peter,<br>Rolf |
| 28 jan | Sociala medier: Mötesglädje, fler filmer och text<br>finns (SPF)<br>Facebook, Instagram osv                                            | Barbro<br>Janne                              |
| 4 feb  | Konsumentrådgivning, konsumentverkets sidor<br>+ film                                                                                  | Barbro                                       |
| 11 feb | Navigering, Maps "Hitta hem från svampskogen"<br><br>Tävling – googla svar bordsvis                                                    | Peter<br>Janne<br>Barbro                     |
| 18 feb | Elgiganten - information om olika smartphones,<br>tillbehör, abonnemang, säkerhet, återbruk,<br>tjänster mm                            | Andreeas<br>Gelter och                       |
| 25 feb | Handla på nätet – mm<br>BlueTooth (hörsnäckor mm)<br>Köpa begagnad telefon                                                             | Barbro, Peter<br>Christer<br>Rolf, Janne     |
| 4 mars | Myndigheter <ul style="list-style-type: none"><li>• Skatteverket – deklaration,</li><li>• Försäkringskassan – bostadstillägg</li></ul> | Barbro                                       |

|          |                                                                                                                                                                                                    |                                                                       |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 11 mars  | <p>Spel; patiens, sudoku, korsord, pussel, quiz. ATG, Bingolott, Lotto på nätet osv</p> <p>Tips och övningar; Hantera kontakter, lägga till adress, bild mm. Radera – e-post, sparade filer mm</p> | Alla                                                                  |
| 18 mars  | <p>Skydda dig mot bluffmail, bluff-sms,</p> <p>Tips och övningar; Appar – lägga upp, ta bort, flytta, samla i grupper</p>                                                                          | <p>Barbro</p> <p>Janne</p>                                            |
| 25 mars  | <p>Kalendern – steg för steg samt lathund.</p> <p>Wifi-inställning, skicka meddelande när du är upptagen i samtal.</p> <p>Bakgrund och stil – Teman - Widgetar</p> <p>Enskilda frågor</p>          | <p>Roffe</p> <p>Barbro</p> <p>Christer</p> <p>Alla</p>                |
| 1 april  | <p>Hitta hem från svampskogen – ut och praktisera (runt huset). Mer om hur du navigerar.</p> <p>Olika inställningar på mobilen.</p> <p>Kort om parkeringsappar.</p>                                | Alla                                                                  |
| 8 april  | <p>Repetitioner av lathundar:</p> <p>SMS- tips, E-post-tips och många andra andra inställningar.</p> <p>Kort om parkeringsappar.</p>                                                               | <p>Barbro,</p> <p>Hjälp av Roffe, Janne, Christer, Alicja, Agneta</p> |
| 15 april | <p>”Från papperslapp till mobilapp”</p> <p>Utvecklingen de senaste 100 åren på ett underhållande sätt.</p>                                                                                         | <p>Lasse</p> <p>Hallberg</p> <p>SPF Distriktet och Strängnäs</p>      |
| 22 april | <p>AI – Artificiell Intelligens</p> <p>Chat GPT / Copilot</p> <p>Information samt övningar</p>                                                                                                     | <p>Roffe, Janne</p> <p>Peter, Barbro</p> <p>Christer</p>              |
| 29 april | <p>Avslutning – Tipspromenad</p> <p>Information om fortsättning till hösten.</p> <p>Gemensamt fika på Ohlssons bageri</p>                                                                          | Alla                                                                  |