

Vi har fått ett rejält projektbidrag (ca 140kr/medlem) från Socialstyrelsen! Skall användas under resterande 2022 för de aktiviteter som beskrivs på följande sidor

Projektets titel och mål är:

"Motverka ensamhet med hjälp av digitala verktyg"

Bidraget gör att vi kan erbjuda både IT-kafé och de beskrivna två studiecirkelarna helt kostnadsfritt för deltagarna.

IT-kaféet: Medlemmar får gratis fika och föreningen erbjuder hjälp med skjuts vid behov. Lista att skriva upp sig på kommer att finnas i kassan. **Alla SPF medlemmar är välkomna, speciellt "mentorer" med en Iphone/Ipad.**

Studiecirkel: Likaså kan vi hålla de grundläggande cirkelarna helt avgiftsfria vilket även inkluderar kurslitteratur och fika.

TIPS! (om du känner att du inte behöver grundkursen): Du kan ju hänga med och hjälpa dem som behöver lite extra stöd?! **Samma kursbok (värde 500 kr) används för planerade fortsättningscirkel.**

Se följande sidor för mer information.

Lokalt IT-kafé

Ett trevligt tillfälle att fika tillsammans och att få tips från varandra hur man kan använda t. ex. en smart telefon eller läsplatta eller diskutera vad som helst annat. Att vara nyfiken och att ta med en kompis är OK.

Avspänt och opretentiöst, varje vecka. **OBS! SPF Romelanda bjuder på fika och skjuts om det behövs resten av 2022 tack vare bidrag från Socialstyrelsen.** Kontakta någon i styrelsen.

Plats: Violas Café, Dösebacka

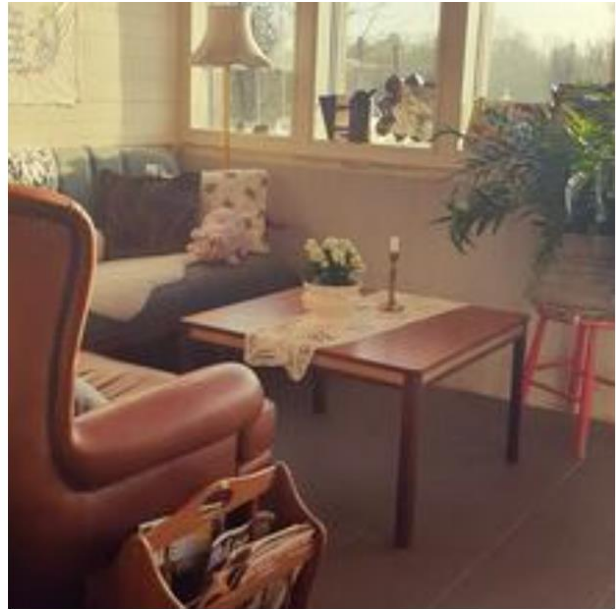
Tid: Lördagar ca. kl. 14 –16 fr.o.m. 30 april 2022.

VIOLAS CAFÉ



Välkomna in i vårt mysiga café. Här får du känslan av "hemma hos mormor", bland äldre inredningsdetaljer och magasin att bläddra i.

Vi serverar bland annat hemgjorda smörgåsar, bullar och kakor. I samma lokal som cafét hittar du även en butiksdel med egengjord saft, müsli liksom ett mindre sortiment av inredning, servetter med mera.





Det här är en bok för dig som behöver grundläggande kunskaper om hur du använder datorn och hur du surfar på internet. Vi börjar med att titta på Windows 10 som är grunden i datorn.

Du kommer steg för steg att få lära dig hantera både skrivbordet och startmenyn med dess lättanvända appar. Vi visar hur du kan anpassa Windows och vad du ska tänka på vad gäller säkerheten på datorn. Du får sedan lära dig vad som behövs för att kunna surfa på internet och hur du gör för att söka efter information på webben.

Vi tipsar dessutom om några användbara internetjänster som du kan ha stor nytta av i vardagen. I boken går vi även igenom hur du skickar e-post, hanterar mappar och filer samt hur du sparar och tittar på bilder i datorn.

I Windows 10 är det lätt att hantera filer på OneDrive som är en webbaserad lagringstjänst "molnet". Via OneDrive har du även tillgång till Office Online. I boken kommer du att få lära dig att hantera filer på OneDrive och att skapa dokument i Word, arbetsböcker i Excel och presentationer i PowerPoint. Det enda som krävs för att använda OneDrive och Office Online är ett Microsoft-konto, vilket är helt gratis.

OBS! Samma litteratur används vid två fortsättningscirkelar senare.

Inte ensam

PRO | SPF Seniorerna | SKPF Pensionärerna

Se filmen om iPhone:

Grundkurs om hur man använder iPhone

Läs om iPhone:

[iPhone med hemknapp – Genomgång Ladda ner](#)

[iPhone utan hemknapp – Genomgång Ladda ner](#)

[iPhone – Ringa ett samtal Ladda ner](#)

[iPhone – Meddelande appen Ladda ner](#)

[iPhone – Skapa en kontakt Ladda ner](#)

[iPhone – Samtalshistorik Ladda ner](#)

Se filmen om android-telefoner:

Grundkurs om hur man använder en Android-telefon

Läs om Android-telefoner:

[Android – genomgång Ladda ner](#)

[Android – Ringa ett samtal Ladda ner](#)

[Android – Meddelande appen Ladda ner](#)

[Android – Skapa en kontakt Ladda ner](#)

[Android – Samtalshistorik Ladda ner](#)