

Seniorenns måsten i IT-samhället



Glöm inte...

- att byta kalsonger/trosor minst en gång i månaden



Glöm inte...

- att byta kalsonger/trosor minst en gång i månaden



- att sätta in tänderna innan du går ut



Glöm inte...

- att byta kalsonger/trosor minst en gång i månaden



- att sätta in tänderna innan du går ut



- att tömma pottan under sängen



Glöm inte...

- att byta kalsonger/trosor minst en gång i månaden



- att sätta in tänderna innan du går ut



- att tömma pottan under sängen



- att packa ner brödsmlor innan promenaden



Hårdvara måsten!

Dator

Fördelar:

- Stor lagringskapacitet
- Stor skärm
- Stort tangentbord
- Många anslutningsmöjligheter, t.ex. HDMI



Hårdvara måsten!

Smarttelefon

Fördelar:

- Är alltid med
- Kan i princip göra allt som en dator kan
- Mobilt bankid
- Snabbt betala en räkning om du är utomlands
- Identifiering med fingeravtryck för att slippa koder



Hårdvara måsten!

Skrivare

Fördelar:

- Skriva ut biljetter, viktiga dokument m.m.
- Kopiera och skanna



Mobilt bankid

- Möjliggör åtkomst till din bank, försäkringsbolag, apotek, vårdgivare, skatteverket och Swish (även när du är utomlands)
- Säkra internetköp
- Öppna och stänga kort
- Fylla på din reskassa på SL-kortet



E-post

- Gärna Gmail (stort lagringsutrymme 15 Gb).
 - Hos Telia måste du vara kund och får bara 200 Mb i utrymme.
- Ex. kontakt med omvärlden, bekräftelser vid inköp m.m.
- Aviseringar



Appar i telefonen

- Bank (öppna och stänga kort)
- Swish
- Mobilt Bankid
- Google Chrome med mikrofon
- Sociala medier
- Nyheter
- Kalender
- Inköpslista
- Mail



Säkerhetskopiering

- Ett måste för att sova gott på natten
- Till externt media eller till en molntjänst, alternativt båda



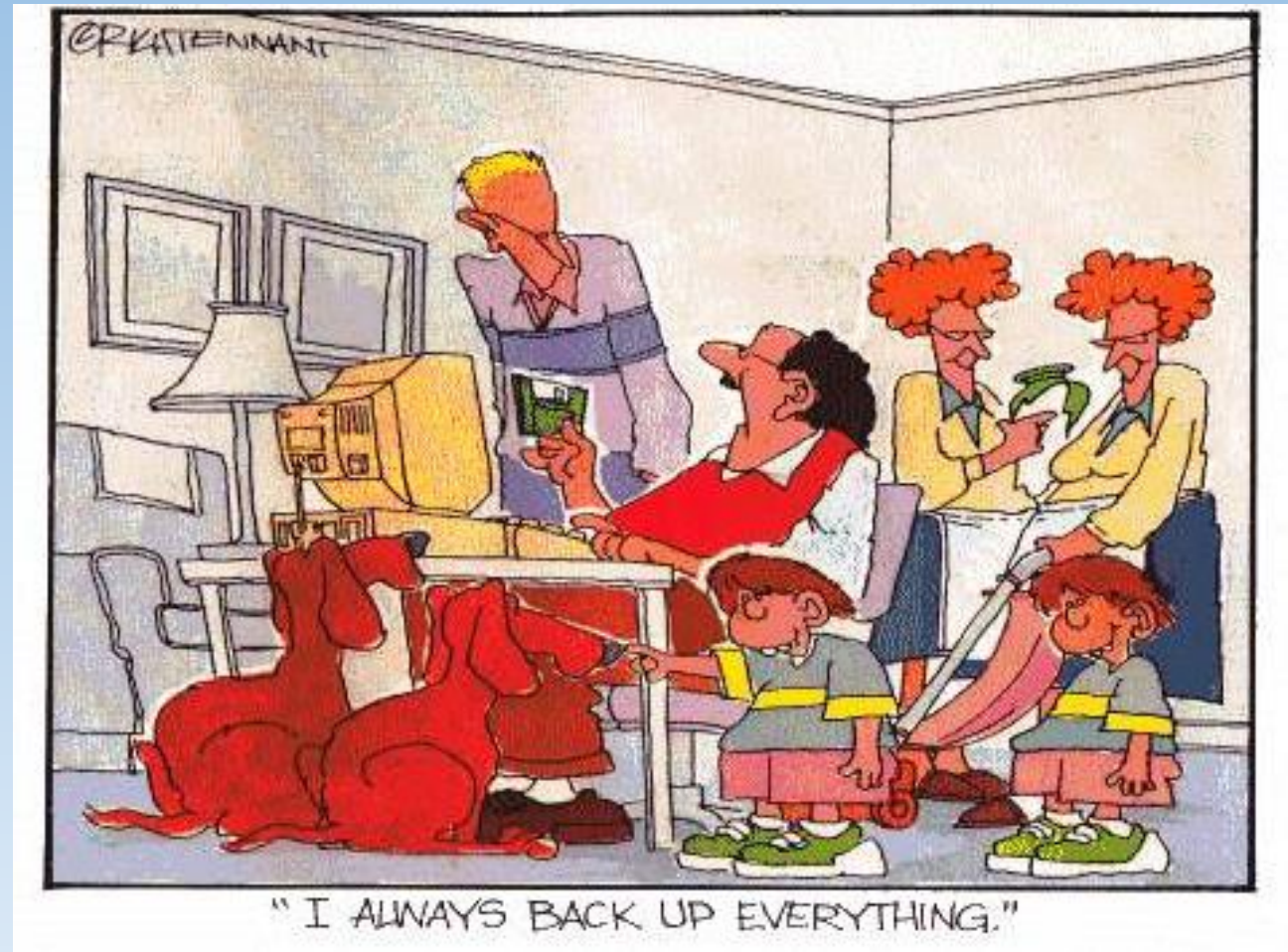
Håll ordning på dina lösenord



- Skriv upp dina lösenord på Seniornet Lidingös blankett
- Ha bra lösenord! (Stefan kommenterar)
- Epostkonton kan kapas om du har för enkelt lösenord
- Se till att det finns en alternativ epost-adress och mobilnummer inlagt hos din e-postleverantör

Säkerhet

- Virusskydd.
 - För dator med Windows 10 finns det tillräckligt bra grundskydd med det inbyggda antivirus-programmet Windows Defender
- Se till att din dator och telefon har alla de senaste uppdateringarna (system & program)!



För telefon finns inte samma behov då alla appar från Google Play och Appstore är kontrollerade. Det finns dock gratis-appar att hämta!

Nätverk hemma

- Om det inte finns ett nätverk hemma så går det att ordna med en mobil fickrouter med abonnemang, eller alternativt använda din smarttelefon som router.

Överföra bilder från telefon till dator

- Ett måste att lära sig detta då datorn säkerhetskopieras med jämna mellanrum!

Utforskaren

- Lär er hantera utforskaren för där finns all lagrad information i datorn!
- Lätt att söka

Frågor?

