

Seniornet Lidingö - Program våren 2026

2 februari

10.30 – 12.00 Programpresentation, frågestund om digital teknik samt en säkerhetsfilm

Vi inleder vårterminen med en sedvanlig presentation av vårprogrammet följt av en frågestund så var beredd med egna frågor om den digitala världen till våra handledare.

Föreläsare: Jan Ekberg, ordförande samt även flera handledare i SeniorNet Lidingö

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00 Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

9 februari

10.30 – 12.00 Workshop: Vi lär av varandra

Denna workshop ska vi ägna åt att komma med idéer och tankar på hur vi kan göra SeniorNets program ännu bättre. Var med och tyck till och hjälp oss att vidareutveckla vår verksamhet!

- Vad har varit bra och vad har varit mindre bra med de olika föreläsningarna?
- Vilka ämnen tycker du är intressanta och skulle vilja att vi tog upp på våra föreläsningar?
- Har du några förslag på externa föreläsare, som inte kräver ett stort arvode?
- Har du några förslag på kurser som vi kan ha på våra tematräffar?

Ledare: Samtliga handledare och styrelseledamöter i SeniorNet Lidingö

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00 Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

16 februari

10.30 – 12.00 Föreläsning: IT-Historien från ADA till AI

En underhållande och oteknisk beskrivning av utvecklingen till dagens personliga datorer och "superhjärnor" från de tidiga mekaniska doningarna. Samtidigt en presentation av människorna bakom varje huvudfas i utvecklingen. Framfört med många bilder av en person som varit med på resan länge själv och med perspektiv på IT-utvecklingen, samtiden och sig själv!

Föreläsare: Torkel Danielsson teknikguru och visionär

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00 Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

13.00 – 15.00 Tematräff: Iphone Grundkurs (Observera tiden)

Under denna tematräff får du lära dig grunderna i hur du gör i ordning din telefon så att den får ett innehåll och utseende som passar dig. Du får lära dig att modifiera hemskärmen, ladda ner nya appar, ta bort appar, skapa en ikon för en webbplats mm. Vi går även igenom de inställningar som kan vara användbara som skärmtimeout, bakgrundsbild, lägga dina appar i rätt ordning mm.

OBS! Kursen hålls av Hampus Kvist från Lidingö stad och tiden är kl. 13-15. Kursen hålls i lokal Mötesplats centrum. Anmälan (bindande) sker till Tomas Lagerhed på tel 070-292 20 18 via SMS. Obs! Ange vilken kurs du vill gå. Först till kvarn". Max 10 deltagare.

Lärare: Hampus Kvist, Digitaliseringscoach, Lidingö stad
Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

23 februari

Sportlov

2 mars

10.30 – 12.00 Föreläsning: Så skyddar du dig mot ID-kapning

Problemet med ID-kapning växer. Det är inte alls ovanligt att bedragare låtsas vara du på Facebook – och i värsta fall kan de stjäla hela din identitet och börja shoppa, låna pengar och starta företag i ditt namn. Så här funkar ID-kapningarna och så här skyddar du dig.

Föreläsare: Martin Appel, PC för alla

Lokal: Gustaf Dalén-salen

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

15.00 – 17.00 Tematräff: Ordbehandling

Att använda olika verktyg i ett ordbehandlingsprogram (t.ex. Microsoft Word eller LibreOffice) för att kunna skriva en text. Olika möjligheter utforskas t.ex. att formatera text, infoga bilder och diagram.

Anmälan (bindande) och betalning kan endast ske på plats. Deltagaravgift 100 kr betalas kontant eller med Swish. Avgiften återbetalas ej vid eventuell frånvaro/avbokning. Fika och bulle ingår.

Lärare: Julie Vidal, SeniorNet Lidingö

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

9 mars

10.30 – 12.00 Årsmöte

Alla handlingar till årsmötet publiceras på SeniorNet Lidingös hemsida senast två veckor innan mötet.

Kallelse till årsmötet med länk till handlingarna skickas också ut separat till alla medlemmar. Efter årsmötet kommer också ett lotteri genomföras.

Ansvarig: Jan Ekberg, ordförande i SeniorNet Lidingö

Lokal: Storholmen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

16 mars

10.30 – 12.00 Föreläsning: Tillgänglighet på nätet

Tillgänglighet på nätet handlar om att göra digitala tjänster, webbplatser och appar användbara för så många som möjligt, oavsett funktionsvariationer. Vi går igenom definitioner, varför det är viktigt och vilka grupper som påverkas, till exempel personer med synnedsättning, hörselnedsättning, motoriska svårigheter eller kognitiva funktionsvariationer och vilken hjälp som finns att få. Föreläsningen ger dig både kännedom om och praktiska verktyg för en mer inkluderande digital miljö.

Föreläsare: Carina Sjödin, syn- och hörselinstruktör, Lidingö Stad,

Ulla Persson, SeniorNet Lidingö

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

13.00 – 15.00 Tematräff: Android grundkurs (Observera tiden)

Under denna tematräff får du lära dig grunderna i hur du gör i ordning din telefon så att den får ett innehåll och utseende som passar dig. Du får lära dig att modifiera hemskärmen så den passar just dig, ladda ner nya appar, ta bort appar, skapa en ikon för en webbplats mm. Vi går även igenom de inställningar som kan vara användbara som skärmtimeout, bakgrundsbild, lägga dina appar i rätt ordning mm. *OBS! Kursen hålls av Hampus Kvist från Lidingö stad och tiden är kl. 13-15. Kursen hålls i lokal Mötesplats centrum. Anmälan (bindande) sker till Tomas Lagerhed på tel 070-292 20 18 via SMS. Obs! Ange vilken kurs du vill gå. Först till kvarn". Max 10 deltagare.*

Lärare: Hampus Kvist, Digitaliseringscoach, Lidingö stad

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

23 mars

10.30 – 12.00 Föreläsning: Källtillit på nätet

Hur och varför felaktig information sprids så snabbt på nätet i nyheter, sociala medier och bluffmejl. Allt från missuppfattningar, falsk marknadsföring, konspirationsteorier propaganda och nätfiske. Samt hur jag som vanlig användare kan förhålla mig till det jag ser för att minimera risken för att luras och sprida felaktigheter vidare.

Föreläsare: Mattias Inghe, PC för alla

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

30 mars

10.30 – 12.00 Föreläsning: Tips och tricks i det moderna hemmet

Idag finns det många tekniska lösningar för det smarta hemmet. Tomas och Anthony går igenom och förklarar dess funktioner och hur man fjärrstyr från sin smarttelefon. Områden som berörs är

- lås till ytterdörren
- larm
- kamera med inspelning
- belysning
- styrning av t.ex. luftvärmepump eller varmvattenberedare

Tror du att det är för komplicerat, så kan du efteråt komma på handledningen eller t o m få hjälp hemma att göra de inställningar som du vill ha! Välkommen!

Föreläsare: Anthony Dillenbeck och Tomas Lagerhed, SeniorNet Lidingö

Lokal: Storholmen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

15.00 – 17.00 Tematräff: AI-chattar i praktisk användning

Att fråga en AI-tjänst i stället för att googla har blivit ett vanligare alternativ då man söker svar. Frågor kan formuleras som en dialog med en expert med olika förutsättningar och svaren blir bättre anpassade till frågornas utformning och kan på så sätt ge bättre hjälp än googling. Vi förklarar lättfattligt hur det fungerar, går igenom hur enkelt AI-chattar kan användas och får möjlighet att ställa AI-frågor själva.

Anmälan (bindande) ska ske i samband med en föreläsning eller handledning **senast en vecka innan tematräffen**. Vid frågor kontakta kursledaren via mejl, kontaktuppgifter finns på hemsidan under Om oss/Handledare. Deltagaravgift 100 kr betalas kontant på plats eller med Swish. Avgiften återbetalas ej vid eventuell frånvaro/avbokning. Fika och bulle ingår.

Lärare: Olle Bratt och Anthony Dillenbeck, SeniorNet Lidingö

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

6 april

Påsklov

13 april

10.30 – 12.00 Föreläsning: Förenkla IT o minska kostnader

Måste allt vara så krångligt och dyrt? Svaret är nej! Datorer och telefoner har idag mycket längre teknisk livslängd än våra program. För oss som mest surfar, mejlar, visar bilder eller skriver dokument ibland finns alternativa lösningar som förlänger livslängden betydligt. Gratis eller till marginell kostnad. Mycket kan också förenklas. Vi visar hur!

Föreläsare: Olle Bratt, SeniorNet Lidingö

Lokal: Fjäderholmen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00 Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

15.00 – 17.00 Tematräff: G-mail fortsättning

Lär dig lite mer om Gmail, till exempel att skapa grupper, skapa filter, hur du kan ta tillbaka mail som du ångrat att du skickat, olika inställningar för din Inbox, mm. Ta med egen dator då undervisningen sker på en dator.

Anmälan (bindande) och betalning kan endast ske på plats. Deltagaravgift 100 kr betalas kontant eller med Swish. Avgiften återbetalas ej vid eventuell frånvaro/avbokning. Fika och bulle ingår.

Lärare: Stefan Ternvald, SeniorNet Nacka

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

20 april

10.30 – 12.00 Föreläsning: Låt dig inte luras!

Vi tittar på de senaste rönen vad gäller bedrägerier (på nätet, i mobilen och i fysiska livet). Litet statistik från 2025 och vad polis, banker och myndigheter kommer med för råd vad gäller att upptäcka och undvika att bli drabbad. Vi tittar också på en del exempel på hur skurkarna betar sig för att försöka få oss att gå i deras fälla. Men ack – vad de kommer att bedra sig själva, för vi kommer att vara väl förberedda inför deras försök.

Ansvarig: Jan Ekberg, SeniorNet Lidingö

Lokal: Storholmen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00 Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

27 april

10.30 – 12.00 Föreläsning: Bättre ordning på molnet

Molntjänster som OneDrive, Google Drive och iCloud har blivit en del av vår vardag. Men hur fungerar de och vad finns det för risker med att använda dem? PC för allas konsumentredaktör Martin Appel rätar ut frågetecknen och tipsar om hur man hittar bra rutiner för sin säkerhetskopiering.

Föreläsare: Martin Appel, PC för Alla

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

13.30 - 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

13.00 – 15.00 Tematräff: Handla på nätet (Observera tiden)

Vid detta tillfälle kommer Hampus visa hur du praktiskt går tillväga för att handla livsmedel/medicin på internet. Ta med din mobiltelefon, surfplatta eller dator.

OBS! Kursen hålls av Hampus Kvist från Lidingö stad och tiden är kl. 13-15. Kursen hålls i lokal Mötesplats centrum. Anmälan (bindande) sker till Tomas Lagerhed på tel 070-292 20 18 via SMS. Obs! Ange vilken kurs du vill gå. Först till kvarn". Max 10 deltagare.

Lärare: Hampus Kvist, Digitaliseringscoach, Lidingö stad

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus

4 maj

10.30 – 11.15 Frågestund om digital teknik.

En panel från SeniorNet Lidingö svarar på åhörarnas frågor.

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

11.15 – 12.00 Millesgården

Lidingös vackra konstmuseum Millesgården speglar både Carl Milles konst men bjuder också på utställningar som visar spännande konst från hela världen. Under denna föreläsning kommer Evelina Berglund, som är ansvarig för samlingar och arkiv på Millesgården, att berätta mer om hur Millesgården kom till och om Carl och Olga Milles liv.

Föreläsare: Evelina Berglund, intendent, Millesgården

Lokal: Gustaf Dalén-salen, Lidingö Stadshus

13.30 – 15.00Handledning

Lokal: Mötesplatsen, Lidingö Stadshus