



Aktiv senior

Kom igång med surfplatta eller smart telefon

Skulle du vilja hålla kontakten med nära och kära via videosamtal? Vill du kunna skicka och ta emot bilder från exempelvis vänner, barn och barnbarn?

Nu erbjuder Aktiv senior ett digitalt surfcafé – en introduktion på distans för dig som vill komma igång med att använda surfplatta eller smart telefon.

Så fungerar det

Surfcaféet genomförs via tio korta videofilmer som visar hur du ska göra. Det kostar ingenting och du kan titta hur många gånger du vill. Du behöver ha en dator, smart telefon eller surfplatta för att kunna titta på filmerna. Du måste också ha tillgång till internet. I filmerna instruerar vi på en surfplatta.



**VARBERGS
KOMMUN**



Surfcafé blir digitala

Under rubriken *Surfcafé* har Aktiv senior sedan tidigare erbjudit fysiska träffar där seniorer har kunnat få grundläggande kunskaper och tips kring att använda surfplattor och smarta telefoner.

När Aktiv seniors verksamhet nu är pausad med anledning av coronaviruset covid-19 har surfcaféerna ställts om till digitala informationsfilmer. Både du som varit med tidigare och du som är helt ny är varmt välkommen att titta. När vi kan öppna den vanliga verksamheten igen kommer de digitala surfcaféerna vara ett komplement till de vanliga surfcaféerna på våra mötesplatser.

Kontakta oss

E-post: aktivsenior@varberg.se

Facebook: Aktiv senior Varbergs kommun

Telefon: Varberg direkt 0340-88 000

Läs mer om Aktiv senior på www.varberg.se/aktivsenior

Lär dig i din takt

Tanken med surfcaféet är att du steg för steg, i din egen takt ska få kunskap om hur du kan använda surfplatta eller mobiltelefon i vardagen. Vi startar på en väldigt grundläggande nivå med information om hur man startar sin surfplatta eller smarttelefon och fortsätter sedan med information om hur man använder fingrarna för att styra.

Målsättningen är att du så småningom ska kunna ha videosamtal med nära och kära eller ta del av ex. kultur, nyheter och nöje via internet. Även en introduktion till sociala medier såsom Facebook och Instagram ingår i de sista avsnitten.

Om du redan har de allra mest grundläggande kunskaperna går det naturligtvis bra att hoppa över de första avsnitten. Observera att alla avsnitt inte är färdiginspelade ännu, de kommer att publiceras så snart de är klara.

Kom igång

Skriv in www.varberg.se/digitaltsurfcafe i adressfältet i din webbläsare för att komma till det digitala surfcaféet. Längst ner på sidan finns de filmer som är färdiginspelade.



Tips! Be gärna en vän eller anhörig om hjälp om du tycker att det är svårt att komma igång.

Detta kan du lära dig

Aktiv seniors digitala surfcafé består av totalt 10 avsnitt som är indelade i fyra olika teman. Observera att alla avsnitt inte är färdiginspelade ännu.

Grunderna

Avsnitt 1 - Bli familjär med din surfplatta

Avsnitt 2 - Inställningar

Appar – lär dig ladda ner och använda appar

Avsnitt 3 - Lär dig vad en app är samt bekanta dig med några av de appar som finns på din surfplatta

Avsnitt 4 - Lär dig ladda ner appar

Avsnitt 5 - Lär dig söka information via internet

Kamera och album

Avsnitt 6 - Lär dig använda kameran och video

Avsnitt 7 - Lär dig sortera bilder och skapa album

Avsnitt 8 - Lär dig ta bort och rensa bilder och videos

Kommunicera med andra genom text, ljud och bild

Avsnitt 9 - Lär dig vilka olika sätt det finns att kommunicera via surfplattan

Avsnitt 10 - Introduktion till Facebook, Messenger och Instagram

I filmerna visar vi på en surfplatta. Om du vill lära dig mer om smarta telefoner och har lite vana sedan tidigare kan filmerna ändå vara av intresse. Ofta fungerar smarta telefoner och surfplattor på liknande sätt.