

KURSPROGRAM HÖSTEN 2026



SeniorNet Karlstad är en ideell förening där seniorer hjälper seniorer med digitala hjälpmedel.

Varje termin erbjuder vi kurser om mobiltelefoner, Android resp Iphone, bildbehandling, videobehandling och introduktion till att använda en AI-app. I detta häfte presenterar vi våra kurser.

Du anmäler dig till kurserna genom att

- skicka e-post till karlstad@seniornet.se eller
- ringa 0703-55 35 34 eller
- titta in till oss på Seniorernas hus under våra supptider.

Kurserna hålls i våra lokaler på Seniorernas hus.

Kurserna är kostnadsfria men du måste vara medlem i SeniorNet Sweden. Se vår hemsida, www.karlstad.seniornet.se eller kom in och prata med oss måndag resp fredag 9.00 till 12.00.

Är din telefon/surfplatta en Android eller en iPhone/iPad?

- Androidtelefoner och plattor tillverkas av Samsung, Google Pixel, Motorola, Huawei, Sony, LG, Doro, One plus med flera.
- iPhone och iPad tillverkas enbart av Apple.
- Android är benämningen på operativsystemet i Androidtelefoner.
- Operativsystemet i Apples telefoner heter IOS.

Kurs 1	Min Androidkompis Handledare: Margareta Willbergh	1x3 tim	I den här kursen tittar vi på kugghjulet dvs telefonens inställningar. Vi pratar bl a om att anpassa telefonens utseende så att din telefon ser ut som du vill. Vi kollar hur mycket plats du har kvar på din telefon dvs lagringen. Och vi tar upp hur telefonen kommunicerar med omgivningen WiFi, Bluetooth mm.	Tisdag 22/9 9 - 12
Kurs 2	Surfa med Androidkompisen Handledare: Margareta Willbergh	1x3 tim	Så praktiskt att kunna läsa och skicka e-post med mobilen. Det tränar vi på. Och att surfa på nätet. Och givetvis att hitta appar och installera dem. Vi pratar också om att städa i telefonen och bli av med appar mm som man inte längre vill ha.	Tisdag 29/9 9 - 12
Kurs 3	Med Androidkompisen in i molnet Handledare: Margareta Willbergh	1x3 tim	Vi fortsätter att prata om appar, e-post och att söka på nätet. Sen går vi vidare och pratar om vad som menas med "molnet". Vi bekantar oss med några av de molntjänster du har tillgång till genom ditt Google-konto bl a Google Drive.	Tisdag 20/10 9 - 12
Kurs 4	Min kompis iPhone Handledare: Jan Lamberger	1x3 tim	I den här kursen tittar vi mer på telefonens inställningar. Vi pratar bl a om att anpassa telefonens utseende så att din telefon ser ut som du vill. Vi pratar om att sätta på WiFi och att använda Bluetooth. Och så kanske du vill städa och rensa lite i telefonen.	Tisdag 22/9 13 - 16
Kurs 5	Surfa med min Iphone Handledare: Jan Lamberger	1x 3 tim	Kursen vänder sig till dig som känner dig som nybörjare när det gäller att använda internet med hjälp av din mobiltelefon. I lugn takt går vi igenom hur man söker på nätet, hur man hittar appar och använder dem. Vi tar också upp hur man kan läsa sina e-post med hjälp av telefonen och vi pratar om mobilt bank-id.	Tisdag 6/10 13 - 16

Kurs 6	Med Iphone in i molnet Handledare: Jan Lamberger	1x3 tim	Vi fortsätter att prata om appar, e-post och att söka på nätet. Sen går vi vidare och pratar om vad som menas med "molnet". Vi bekantar oss med några av de molntjänster du har tillgång till. Icloud som är det naturliga valet när man har Iphone, men även One Drive och Google Drive.	Tisdag 20/10 13 - 16
Kurs 7	Fördjupning iPhone Handledare: Jan Lamberger	1x3 tim	Här kan du ställa alla frågor du har om din iPhone som du inte fått svar på i tidigare kurser. Tillsammans söker vi svaren.	Tisdag 3/11 13 - 16
Kurs 8	Bildhantering på iPhone/iPad Handledare: Jarl Stiernstedt	1x3 tim	Lär dig att hantera och hitta i din bildsamling plus säkerhetskopiera. Skapa album, justera bilder och mycket mer. Även bildhantering med ChatGpt kommer att övas för intresserade.	Måndag 12/10 13 - 16
Kurs 9	Bildhantering på Android Handledare: Jarl Stiernstedt	1x3 tim	Lär dig att hantera och hitta i din bildsamling plus säkerhetskopiera. Skapa album, justera bilder och mycket mer. Även bildhantering med ChatGpt kommer att övas för intresserade.	Måndag 19/10 13 - 16
Kurs 10	Videoredigering med PC-dator Handledare: Jarl Stiernstedt	1x3 tim	Den här kursen är en förlängning av kurserna i bildhantering. Microsofts ClipChamp (gratis!) används för att redigera och sammanfoga videoklipp från din telefon till användbara filmer.	Måndag 26/10 13 - 16
Kurs 11	PC grundkurs Handledare: Peter Kowalski	3x3 tim	Du lär dig datorsäkerhet. Att arbeta med fönster, mappar och filer, klippa och klistra in. Boka biljetter, bekanta dig med Blocket och skicka bilder med e-post samt lite ordbehandling i Word eller LibreOffice. Vi bekantar oss med banktjänster.	Onsdag 7/10 14/10 21/10 9 – 12
Kurs 12	MacBook Handledare: Jarl Stiernstedt	2x3 tim	Vill du utveckla ditt arbete med din Mac. Vi går igenom hur du organiserar dina dokument på bästa sätt. Laddar hem appar, och ställer in din MacBook. Även Apples egna Officeprogram berörs – Pages, Numbers och KeyNote.	Måndag 2/11 9/11 13 - 16

Kurs 13	AI för dig Handledare: Margareta Willbergh	2x3 tim	AI kan vara många saker. I denna kurs går vi igenom hur appen Chat GPT kan hjälpa dig att översätta text, läsa handstil, skanna text, göra pdf-filer, planera en tre rätters middag, skapa karikatyler utifrån ett foto och ev svara korrekt på dina frågor.	Tisdag 13/10 27/10 9 - 12
Kurs 14	Recepten i molnet Handledare: Margareta Willbergh	2x3 tim	Med recepten i molnet kan du nå dem från telefonen, när du handlar, från plattan och från datorn. ChatGPT, en AI-app, fixar snygga datorfiler åt oss från handskrivna recept, skärmdumpar mm. Sen skapar ChatGPT en pdf-fil åt oss som vi laddar upp i molnet, t ex Google Drive eller One Drive.	Tisdag 3/11 24/11 9 - 12

SeniorNet Karlstad erbjuder

- support där du kan få hjälp med din telefon, din surfplatta och din dator. Måndag och fredag 9.00 till 12.00. Drop in. Gratis för medlemmar, 60 kronor för övriga.
- kurser om olika ämnen som alla hjälper dig att hantera din telefon, surfplatta och dator bättre.
- månadsträffar där vi pratar om ett aktuellt ämne med anknytning till IT och vår digitala verklighet. Träffarna är öppna både för medlemmar och icke-medlemmar, både för dig som kan mycket och för dig som känner dig lite vilsen i den digitala djungeln.

Vi gör seniorer digitalt modiga!



QR-kod för vår hemsida



QR-kod för vår facebookgrupp