

# **Seniornett**

# Dette er Seniornett

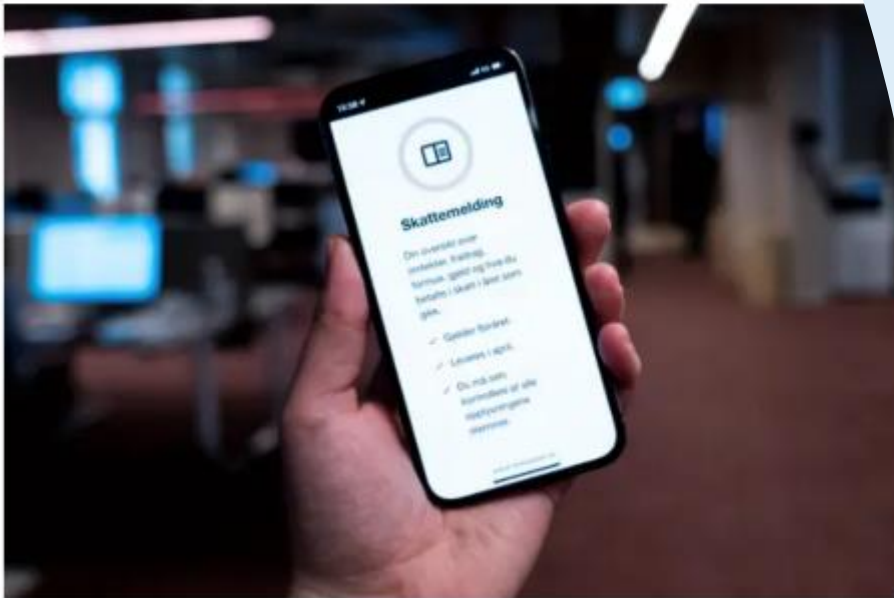
- Stiftet i 1997
- Over 9 000 medlemmer og ca. 220 lokale foreninger
- Medlemmer får datahjelp i forening, eller ringer datahjelp på telefon
- Medlemskontingent 400kr (2024)
- Nyhetsbrev og Magasin



# 600 000 har lav digital kompetanse

- 600 000 personer er ikke digitale eller har lav digital kompetanse
- Digital kompetanse er definert som en basisferdighet på lik linje med lese og skrive
- Lav digital kompetanse skaper digital ekskludering og utenforskap
- Kilde: HK-dir





Debatt

*Etter flere timer i telefonkø hos Skatteetaten ga min 78 år gamle mor opp*

# Hva skjer med manglende digital kompetanse?

- Digital kommunikasjon og digitale tjenester
- Bestille pass
- Nettbank
- Helsenorge
- Folkeavstemming i Innlandet

# Hva gjør vi?



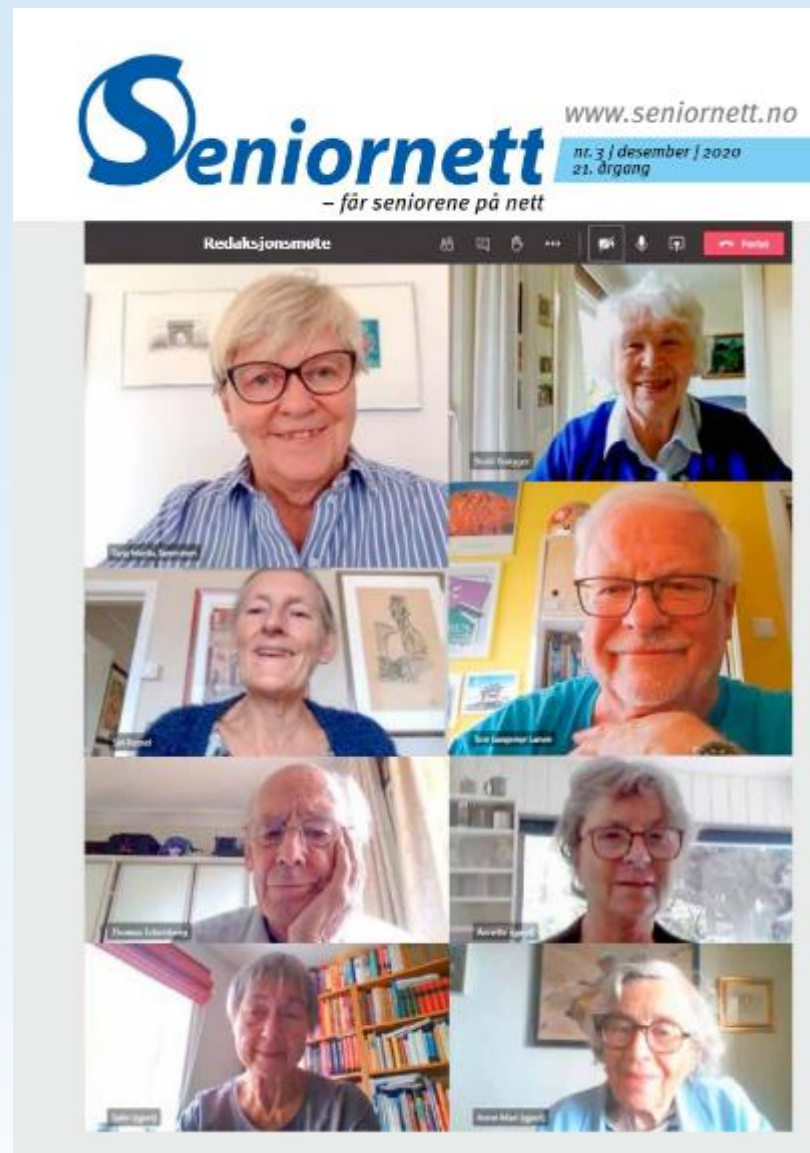
# Hva gjør vi?

- Delta i samfunnsdebatten
- Samarbeid og dialog med kommuner, eldreråd, andre organisasjoner
- Konferanser
- Opplæring av seniorer



# Magasinet

- Papirutgave sendes alle medlemmene
- Kommer ut 2 ganger i året
- Mye nyttig stoff
- Populært hos medlemmene
- Redaksjonen er frivillige seniorer



# Nyhetsbrevet

- Hver fredag
- Artikler for nybegynnere
- Aktuelle digitale nyheter
- Temaer
- Tips for smarttelefoner
- Ukens App



## Bli en podkast-lytter

Podkast-universet åpner for spennende og lærerike lytteropplevelser. Men her som ellers, også mye tøv og tull. Hvordan finner du de gode podkastene? Og hvorfor skal du egentlig bruke tid på podkast, du har jo gode gamle NRK?

[Les mer om podkast](#)



## "Fy Fabian" med Fabian Stang

Fabian Stang er programleder i sin egen podkast "Fy Fabian". Målet er at man skal lytte til en reflektert samtale som kan gi inspirasjon til å tenke selv, sier han selv.



# Datahjelpen på telefon

- Dedikerte frivillige som sitter klare til å hjelpe deg på telefon.
- Hverdager kl 9-15.30
- PC/MAC, nettbrett, telefon



# Datahjelpen

- E-post
- Problemer med oppdateringer og programvarer
- Passord og innlogging
- Virus og svindelforsøk
- Printere
- Diverse problemer med mobil og apper
- Råd om kjøp av utstyr



# Foreninger

- Egne kurs og datahjelp
- Én-til-én veiledning
- Datakafé
- Foredrag
- Sosialt



# Cookies

- Informasjonskapsel
  - En liten tekstfil som lastes ned og lagres på din enhet når du besøker en nettside.
- Formålet med cookies er å forbedre din brukeropplevelse av nettsiden.
- Kan lagre innloggingsdetaljer.
- Personlige tilpassninger og preferanser til interesse og relevans.
- Hensyn til grafikk og animasjoner.
- Husker ditt forrige besøk, feks handlekurv.



# Elleve spørsmål og svar om Facebook og Cambridge Analytica

Facebook-aksjen raser på børsen og politikere på begge sider av Atlanterhavet krever svar fra Mark Zuckerberg. I elleve spørsmål og svar prøver NRK å forklare saken rundt Facebook og Cambridge Analytica.



✉ Kristian Elster  
Journalist

Publisert 21. mars 2018 kl. 20:58  
Oppdatert 22. mars 2018 kl. 18:15



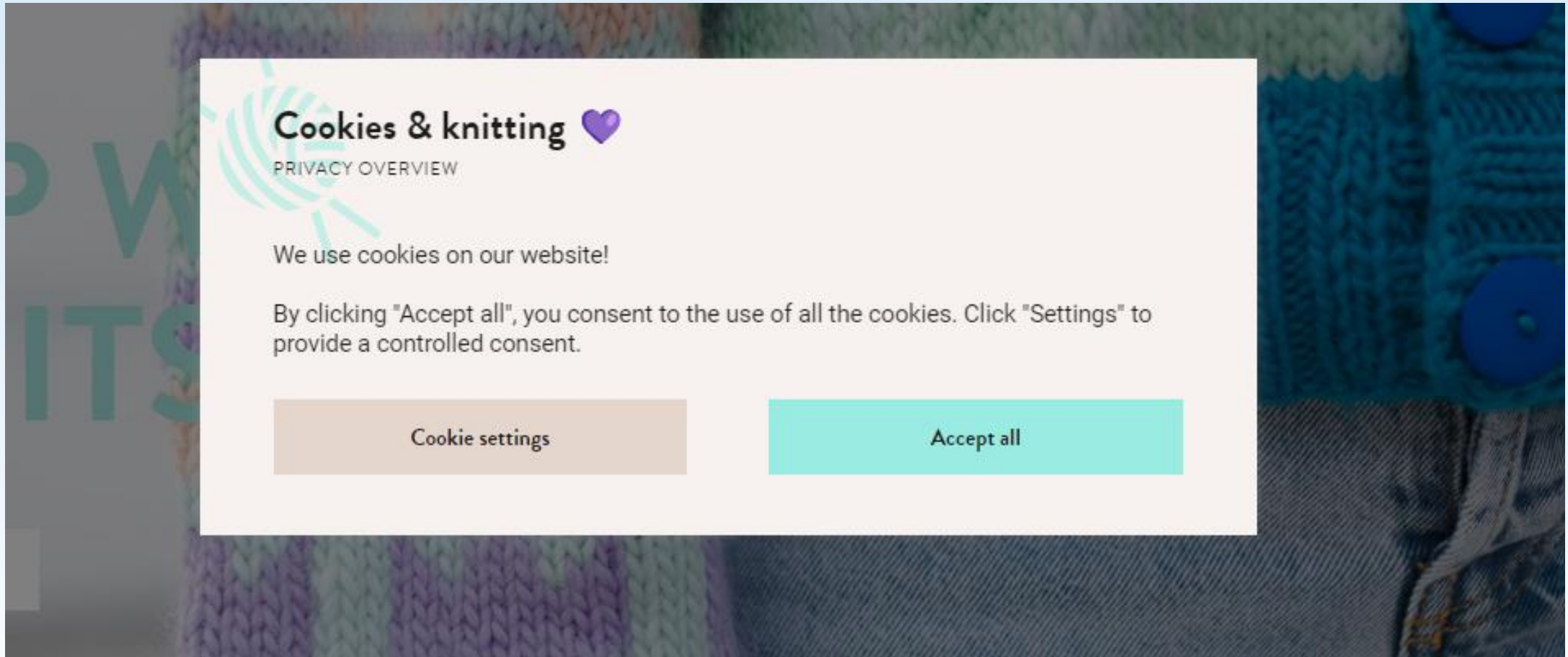
Artikkelen er flere år gammel.

- <https://www.nrk.no/urix/elleve-sporsmal-og-svar-om-facebook-og-cambridge-analytica-1.13972463>

# Hvordan skal jeg forholde meg til cookies?

- Førstepartscookies
  - Nødvendig for gode brukeropplevelser
- Tredjepartscookies
  - Informasjonskapsler fra andre nettsteder enn den du besøker

# Cookies





## Cookie settings



This website uses cookies to improve your experience while you navigate through the website. Out of these, the cookies that are categorized as necessary are stored on your browser as they are essential for the working of basic functionalities of the

Show more

> Necessary

Always Enabled

> Analytics



> Advertisement



Save & accept



Innstillinger – Tredjeparts info x +

chrome://settings/cookies

Company Bookmarks Use of information... Adobe Acrobat

# Innstillinger

Søk i innstillingene

- Deg og Google
- Autofyll og passord
- Personvern og sikkerhet**
- Ytelse
- Utseende
- Søkemotor
- Standardnettleser
- Ved oppstart

---

- Språk
- Nedlastinger
- Tilgjengelighet
- System
- Tilbakestill innstillingene

---

- Utvidelser
- Om Chrome

Administrer hvilke typer informasjon nettsteder kan bruke til å spore deg når du surfer.

- Tillat informasjonskapsler fra tredjeparter
- Blokker informasjonskapsler fra tredjeparter i Inkognitomodus
- Blokkér informasjonskapsler fra tredjeparter

Avanserte

- Send en «Do Not Track»-forespørsel med nettrafikken din  
Nettsteder er ikke pålagt å respektere denne forespørselen

Se alle nettstedetsdata og -tillatelser

Nettsteder som har lov til å bruke informasjonskapsler fra tredjeparter

Påvirker nettstedene som er oppført her. Hvis du setter inn «[\*.]» før et domenenavn, blir det opprettet et unntak for hele domenet. Hvis du for eksempel legger til «[\*].google.com», betyr det at informasjonskapsler fra tredjeparter også kan være aktive for mail.google.com, fordi det er en del av google.com. [Legg til](#)

- Ny fane Ctrl + T
- Nytt vindu Ctrl + N
- Nytt inkognitovindu Ctrl + Shift + N
- Pia Pålogget**
- Passord og autofyll
- Logg
- Nedlastinger Ctrl + J
- Bokmerker og lister
- Utvidelser
- Tøm logg Ctrl + Shift + Del
- Zoom - 100% +
- Skriv ut... Ctrl + P
- Søk på denne siden med Google...
- Oversett...
- Finn og rediger
- Lagre og del
- Flere verktøy
- Hjelp
- Innstillinger**
- Avslutt
- Administreres av organisasjonen din

<https://nettvett.no/slik-administrer-du-informasjonskapsler/>

# Er cookies farlig?

- Det er dine personlige data og derfor må du ha et bevist forhold til hva slags informasjon du legger igjen på nett.
- GDPR (personvernloven) holder nettstedet ansvarlig for informasjonen de samler inn og krever at du har gitt ditt samtykke.
- Hva slags informasjon gir vi fra oss?

# Hva slags informasjon gir vi fra oss?

- Hva vi ser på
- Hvor lenge vi ser på det
- Hvordan vi navigerer på nettstedet
- Når vi ser på det
- Hva vi kjøper
- Hvilken enhet du bruker
- Hvor du er

# Er cookies farlig?

- Forbedre brukeropplevelsen
  - Gi deg anbefalinger basert på dine interesser og preferanser
  - Målrettet reklame
- 
- Cookies er viktig for å balansere personvervet og kommersielle interesser.

# Mange former for svindel

- Når vi flytter banken over til nettet – flytter skurkene etter
- Ikke oppgi personopplysninger via lenker i sms, aldri gi fra deg pinkode eller passord til noen som ringer



Besøk nettsiden eller  
logg inn via appen

Hei! Du har mottatt en ny melding fra Politiet i Altinn. Logg inn på <https://live-sikkerhet-v9.com/?auth=id912251563> for å lese meldingen.

14:36   82

< 1  

 **Kundeservice eika** i går  
Til: Helge Selstø >

**Viktig: Ny melding**

**eika.** Ved din side

**Kredittkortet ditt utløp snart!**

Kjære kunde,

Du må bekrefte Bank eika BankID-informasjonen din for å opprettholde kontoen din. Nå kan du sjekke kontoen din.

[Logginn.eika.no/nyoppdatering](https://logginn.eika.no/nyoppdatering)

BankID.  
Det advarer deg også om å låse kontoen din hvis du ikke bekrefter innen 24 timer.

# Phishing, spoofing og safe account scam

- Banken eller Politiet ringer deg
- Oppgir navn og tjenestenummer
- Sosial manipulering
  
- Ber deg om å handle raskt!



Nyheter →

# Advarer om bedrageri: Utgir seg for å være politi

Skal ha svindlet for flere hundre tusen kroner på Vestlandet. Nå er mennesker i Troms rammet.



<https://www.itromso.no/nyheter/i/O8v8GE/advarer-om-bedrageri-person-utgir-seg-som-politi>



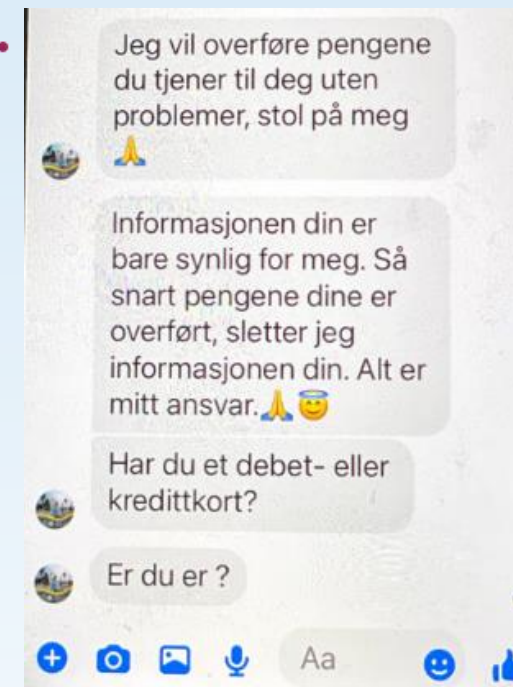
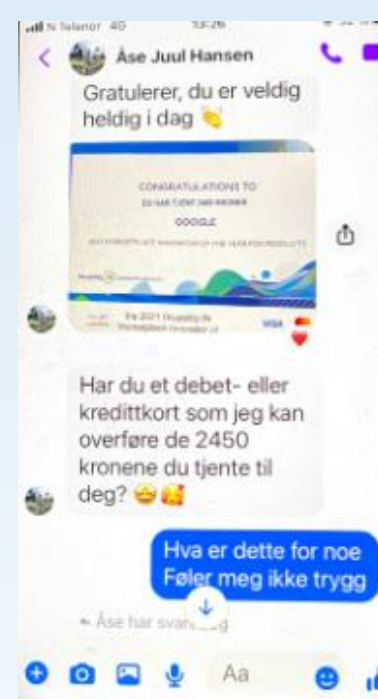
# Gode råd

- Bruk sunn fornuft
- Ikke gi fra deg personlige opplysninger eller passord
- Legg på
- Ring til banken din
- Ikke ring opp utenlandske nummer



# Hva med sosiale medier?

- Facebook, Instagram, Messenger, Whatsapp osv..
- Romantikk, lotteri, vinn en premie, stipend
- Er du i tvil, send SMS
- Har du vært uheldig, ring banken din
- Blokkér, rapporter, slett, ignorer



<https://www.online.no/sikkerhet/svindel-messenger/>

