

Ældre Hjælper Ældre

Kursuskatalog

2. halvår 2024



Ældre hjælper Ældre, Multimediale
Ældre hjælper Ældre, datastue 1
Ældre hjælper Ældre, datastue 2
Ældre hjælper Ældre, datastue 3

Indholdsfortegnelse	2
Introduktion	3
Tilmelding	4
Kurser 2024 2. halvår	5
Billed- og videoredigering	6
Billedbehandling med GIMP	7
Billedbehandling workshop	8
Billeder på iPad & iPhone	9
Bliv dus med din Mac	10
Fotobogen Cewe	11
Find dine aner – Slægtsforskning	12
Få mere ud af din mobile enhed	13
Hjemmeside med WordPress modul 1	14
Hjemmeside med WordPress modul 2	15
Håndter billeder i Windows Workshop	16
Introduktion til iCloud	17
Introduktion til OneDrive	18
Introduktion til YouTube	19
iPad og iPhone niv 1.	20
iPad og iPhone niv 2.	21
iPad og iPhone niv 3.	22
Meditation	23
Microsoft office workshop	24
Opsætning af festsange mv	25
Publisher – til alt det sjove.....	26
Tablet Android	27
Windows 11 niveau 1	28
Hvem er vi	29
Individuel hjælp	30
Multimedie	31

Introduktion

Det er med stor glæde, vi i Ældre Hjælper Ældre kan introducere vores kursuskatalog for andet halvår af 2024.

Vi fortsætter med mange af de kurser i andet halvår af 2024, som vi har haft igennem flere år. Nogle enkelte kurser er vi dog stoppet med, da teknologien er "løbet" fra dem.

Til gengæld har vi startet nye kurser op, så vi stadig tilbyder et stort varieret antal kurser.

God læselyst og ja - vi håber at se dig.

Kirstine Vad
Formand for Ældre Hjælper Ældre

Tilmelding til kurser 2024 2. halvår (start uge 34 & 43)

Web tilmelding

Sker via vores hjemmeside: www.aehae.dk/kurser-startside/
På menulinjen, hold musen over feltet "Kurser" og vælg den kursus gruppe, som kurset tilhører.

E-mail

Tilmelding via e-mail til: tilmeld@aehae.dk
Oplys dit kursus ønske, dit navn, telefonnummer, postadresse og mailadresse og du vil modtage et link fra os, hvor du kan afslutte tilmeldingen.

Hjælp/støtte

Er du kørt fast i din tilmelding? Prøv at ringe på telefon **81 11 18 43**

Måske kan du også finde hjælp på hjemmesiden "Vejledning i kursustilmelding", i afsnittet "Tilmelding til et kursus".

Windows og Office pakken – (start uge 34 & 43)

Windows 11 kurser
Microsoft Office Workshop
Microsoft Office Publisher

iPhone, iPad & Macbook – (start uge 34 & 43)

iPad – iPhone niveau 1, 2 & 3
Billeder & iPad/iPhone
MacBook – Bliv dus med din Mac

Kurser i fotobogen CEWE

Fotobogen CEWE 1 til 7 (start uge 34)
Fotobogen CEWE 9 til 15 (start uge 43)

Google, Android telefon & tablet

Android telefon & tablet (start uge 43)

Billede & Video behandling

Håndter billeder i Windows 10/11 (start uge 34)
Billede & Video redigering (start uge 34)
Billedbehandling med Gimp (start uge 34)
Billedbehandling Workshop (start uge 34)

Slægtsforskning & Hjemmeside design

Find dine Aner (start uge 34 & 43)
Hjemmeside med WordPresse modul 1 & 2 (uge 34 & 43)

Kursus i at bruge dine APPs på iPhone eller Android

Få mere ud af din mobile enhed (start uge 43)

Korte tema kurser (2 x 2 timer og 20 min)

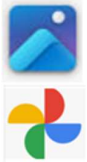
Introduktion til iCloud (start uge 34)
Introduktion til OneDrive (start uge 34)
Introduktion til YouTupe (start uge 43)

Meridianlære og Meditation

Meditation (start uge 34)

Workshop

Lav en festsang, invitation eller lignende (start uge 34)



Vi har alle forskellige behov. Dette kursus henvender sig primært til dig, der blot har behov for meget simple redigeringer af billeder og videoer. Med andre ord, så kan du komme hurtigt i gang. Kurset er desuden en god start inden du deltager i kurser med mere avancerede programmer til billedbehandling.

Formål: Det er kursets formål, at du lærer at benytte programmet "Billeder" i Windows 10 eller 11, samt "Google Foto".

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Vi skal lære at overfører billeder og videoer fra kameraer samt smartphone/tablets og til PC'en
- Vi gennem går og prøver de mange muligheder Windows 10 og Windows 11 "Billeder" appen tilbyder. Det bliver også gennemgået og prøvet hvordan OneDrive og "Billeder" appen kan arbejde sammen
- Vi skal redigere fotos og videoer med "Billeder" appen og vi skal lave en film bestående af både billeder og videoer. Der skal også sættes lyd og tekster til filmen, inden den er færdig
- Programmet "Google Fotos" tages i brug og funktionerne gennemgås. Vi skal se på hvordan man henter billeder til programmet og opretter albums samt deler med andre
- Vi gennemgår også hvad dit kamera har gemt i billedets metadata (EXIF-afsnit). Vi ser også på hvordan du kan ændre og tilføje/slette i disse data.

Forudsætning: At du er fortrolig med brugen af en Windows 10/11 PC, samt har nogle billeder og videoer, du vil have redigeret. Du kan benytte din egen PC eller anvende en af foreningens PC'er.

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Hvorfor betale i dyre domme for at kunne redigere dine billeder, når der findes et gratis alternativ?

Billedbehandlingsprogrammet GIMP er gratis, så kom og lær, hvordan du anvender GIMP.

Formål: At få kendskab hvordan du anvender billedbehandlingsprogrammet GIMP.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Installation af GIMP
- Grundlæggende funktioner i GIMP
- Oprette skæve motiver
- Kopiering af motiver fra et billed til et andet
- Ændre baggrund i et billede (Fritlægning)
- Arbejde med billeder i flere lag
- Gemme billeder i forskellige formater
- Lav tekst til billeder med Logos
- Tekst på billede, filtre og lag
- Indsæt tekst direkte på et billede
- Og meget mere

Forudsætning: Du skal have en computer bærbar eller stationær med Windows 10/11 og have en god fornemmelse for brugen af en PC samt være en habil PC-bruger.
Du må gerne medbringe din egen PC med opdateret Windows 10/11. (husk diverse ledninger/lader), men det er muligt at følge undervisningen på foreningens PC'er.
Der vil i undervisningen primært blive anvendt filer udleveret i forbindelse med kursusstart, men du er velkommen til at medbringe egne billeder.

Varighed: Kurset varer 14 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Der er mange forskellige billedbehandlingsprogrammer, som man kan anvende.

Kom og lær de mest anvendelige billedbehandlingsprogrammer til din Windows PC, så du finder frem til, hvilket program du synes er bedst til dine behov.

Formål: At blive fortrolig med de mest anvendelige billedbehandlingsprogrammer.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Arbejde selvstændigt med mulighed for hjælp med egne billeder i de mest anvendelige gratisprogrammer
- Billedbehandling med programmet Gimp
- Billedbehandling med programmet Google Fotos
- Windows 10/11 billeder
- Lave film af udvalgte billeder med musik i Windows 10/11 billeder
- Arbejde med billeder m.m. i egne programmer på egen PC

Forudsætning: Du skal være en **rutineret** IT bruger, samt have en computer bærbar eller stationær med Windows 10/11. Desuden skal du have en god fornemmelse for brugen af en PC.

Varighed: Kurset varer 14 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.

Billeder på iPad, iPhone og Mac



Har du svært ved få styr på dine billeder på din iPad og eller din iPhone? Og har du svært ved at finde ud af, hvor dine billeder er gemt og hvad det er, som du betaler for, så har vi et kursus, der kan hjælpe dig på vej.

Formål:

Kursets formål er at give dig indsigt i, hvordan man kan gemme, organisere og bearbejde billederne i Fotos samt vise, hvordan man kan indsætte et billede i f.eks. en mail og et dokument.

Indhold:

På kurset lærer du:

- at få styr på billederne – hvor ligger de? På iPad, iPhone eller et helt andet sted
- at forstå iCloud
- at synkronisere billederne med de forskellige enheder
- at fjerne dublinger
- at navngive billeder så de bliver lette at søge
- at redigere billeder og finde oplysninger om, hvornår og hvor billedet er taget
- at oprette album og mapper i Fotos
- at indsætte billederne i et dokument, en mail og beskeder
- at vise billederne fra et album som lysbilleder på TV
- at eksportere billederne til USB-stik

Forudsætning:

At du medbringer egen iPad, iPhone eller Macbook og **Husker** dit Apple ID

Varighed:

Kurset varer 5 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3 – 6 deltagere.

Bliv dus med din Mac



Kunne du også tænke dig, at lære, hvordan du bliver dus med din Mac?

Så har vi kurset til dig, hvor du bliver dygtigere til at anvende alle de grundlæggende funktioner i din Mac computer.

Formål: Kursets formål er at lære kursisterne alle de grundlæggende funktioner på en Mac computer, så man bliver en sikker Mac-bruger.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Skrivebordet, Menulinje, Spotlight og Dock Finder
- Safari – indstillinger, sikkerhed, dele mv.
- Mail – indstillinger, sende, modtage, signatur og mapper
- Kontakter
- Kalender
- Noter
- Systemindstillinger
- Og meget meget mere

Forudsætning: Der kræves ingen forudgående kundskaber til en Mac computer. Der arbejdes på ens egen Mac computer og modellen skal være fra senest 2016.

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Personlige gaver er altid dem, der vækker allermost glæde! På dette kursus lærer du at lave en fotobog med billeder. Der kan anvendes som en helt personlig gave til et familiemedlem eller venners. Det kan også anvendes til minder fra en fest, en ferie, en hyggelig eftermiddag m.m.

- Formål:** Kursets formål er at få fremstillet en fotobog med billeder fra f.eks. en fest, en ferie, familie, eller som gave til en konfirmation, fødselsdag, bryllup m.m.
- Indhold:** Kursets indeholder følgende emner:
- Oprettelse af fotobogen Cewe.
 - Oprettelse af fotobogen CEWE
 - Størrelse og indbindingskvalitet
 - Sortering og opdeling af dine fotos
 - Flytning af billeder fra fotoapparat, telefon eller din pc. eller en af skyerne
 - Gamle papirbilleder, der scannes til digitale billeder i høj kvalitet
 - Ved hjælp af QR-koder lægger vi en videofilm ind, som kan åbnes på en SmartPhone/iPhone
 - Hvor mange sider skal bogen være på?
 - Opbygning af de forskellige sider med skiftende antal billeder
 - Rammer og baggrunde og dekorationer
 - Indsætte tekster
 - Færdiggørelse og produktion af bogen
- Forudsætning:** Kendskab til mappestrukturer, vil være en fordel. Du arbejder på vores Windows PC'er på et USB-nøgle, så du har mulighed for at arbejde videre hjemme på din egen PC.
- Varighed:** Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.
- Deltagere:** 3 – 6 deltagere.

Find dine aner - Slægtsforskning



Kunne du også tænke dig at vide, hvor dine aner/slægt kommer fra? Så har vi det rette kursus. For at gøre det let for dig, kan du anvende din egen PC, men du kan også låne en af vores computere.

Formål:

Kursets formål er at lære, hvordan du gennemfører din egen slægtsforskning og hvordan du finder oplysning om dine aner.

Indhold:

Indholdet i kurset er følgende:

- Hvordan anvendes computer teknologien til at finde dine aner
- Hvilke arkiver kan man have glæde af
- Hvad findes der i kirkebøgerne
- Materiale fra Rigsarkivet, om dig og din slægt
- Hvordan kan man bruge folketællinger
- Hvordan arkiverer vi selv de informationer, vi finder og ønsker at bevare i eget arkiv

Forudsætning:

Der er ingen specifikke forudsætninger eller kundskaber til kurset ud over lyst og energi til at finde dine aner.

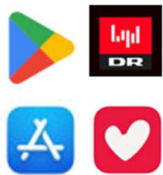
Varighed:

Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3 – 6 deltagere.

Få mere ud af din mobile enhed



Mange har anskaffet en mobil enhed som f.eks. en iPhone eller Android SmartPhone, så man kan benytte den som telefon og at sende/modtage SMS'er. En del har anskaffet den, fordi de har brug for en APP til at styre ændre enheder som f.eks. høreapparat eller lignende.

Hvorfor ikke udnytte mange af de APPs, som din mobile enhed giver dig mulighed for, når du nu har foretaget en relativ dyr investering. Så kom og lær hvordan du får endnu mere ud af din mobile enhed, så udbyttet af din investering bliver endnu større.

Formål: Kursets starter med, du lærer om de grundlæggende funktioner til at håndtere dine APPs på din mobile enhed. Det gælder for både iPhone og Android. Kurset er en workshop, så du kan selv melde ind, hvilke APPs du vil fordybe dig i.

Indhold: Kurset indeholder følgende:

- De 2 første kursusdage lærer du at administrere APPs på din mobile enhed:
 - o Hente og opdatere APPs
 - o Slette APPs og samle dem i grupper
 - o Sikkerhedsforanstaltninger
- Fordybelse i de APPs, du ønsker dybere viden om. Nedenfor er en liste, som kan være inspiration til APPs, der kan fordybes i:
 - o APPs til søgninger på nettet
 - o YouTube musik og videoer
 - o Podcast f.eks. DR Lyd
 - o Sundheds APPs som Min Sundhed og Mit Sygehus
 - o Følg dit elforbrug og brug strøm, når den er billigst

Forudsætning: Der kræves ingen forudsætninger og henvender sig til brugere med alle typer af mobile enheder

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 4 – 6 deltagere.



Få rigtig gang i din egen hjemmeside.

Formål:

Dette WordPress kursus er en grundlæggende indføring i brugen af WordPress.

Kurset er for dig, der gerne vil arbejde med en hjemmeside, og gerne vil have en grundlæggende introduktion, så du har styr på det vigtigste.

Indhold:

I løbet af kurset gennemgås bl.a.:

- Introduktion til WordPress på teoretisk plan
 - Gennemgang af kontrolpanelet
 - Hvad er plugins og hvad kan de bruges til
 - Backup af indhold ved brug af plugin
 - Oprettelse af nye sider og undersider
 - Gennemgang af de vigtigste sidekomponenter
 - Oprettelse og tilpasning af menuer
 - Brugeroprettelse og brugerrettigheder
 - Redigering og formatering af indhold
 - Indsættelse af billeder og video
- Opsætning af WordPress på webhotel

Forudsætning:

Erfaren PC-bruger. Du kan medbringe din egen PC eller benytte foreningens Windows PC.

Det er bedst at have en hjemmeside (Domæne), samt en ide til hvad hjemmesiden skal indeholde.

Du skal desuden have gennemført modul 1.

Varighed:

Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3 – 6 deltagere.



Få endnu mere gang i din egen hjemmeside.

Formål:

Dette WordPress kursus er en grundlæggende indføring i brugen af WordPress.

Kurset er for dig, der gerne vil arbejde med en hjemmeside, og gerne vil have en grundlæggende introduktion, så du har styr på det vigtigste.

Indhold:

I løbet af kurset gennemgås bl.a.:

- Introduktion til WordPress på teoretisk plan
- Gennemgang af kontrolpanelet
- Hvad er plugins og hvad kan de bruges til
- Backup af indhold ved brug af plugin
- Oprettelse af nye sider og undersider
- Gennemgang af de vigtigste sidekomponenter
- Oprettelse og tilpasning af menuer
- Brugeroprettelse og brugerrettigheder
- Redigering og formatering af indhold
- Indsættelse af billeder og video

Opsætning af WordPress på webhotel

Forudsætning:

Erfaren PC-bruger. Du kan medbringe din egen PC eller benytte foreningens Windows PC.

Det er bedst at have en hjemmeside (Domæne), samt en ide til hvad hjemmesiden skal indeholde.

Har gennemført modul 1 eller tilsvarende viden

Varighed:

Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3 – 6 deltagere.



I dag har de fleste af os flere enheder, hvor vi har billeder liggende. Det være sig i "skyen" som One-Drive, på smartphone, på fotoapparat, som vedhæftede SMS'er eller mails osv. Kom og lær hvordan du får styr på alle de forskellige enheder og hvordan du synkroniserer dem, så du altid kan finde dine billeder igen.

- Formål:** At få styr på dine billeder
- Indhold:** Der arbejdes selvstændig og individuelt med det du har brug for. Her kan nævnes eksempler:
- Hvor ligger billederne på mine enheder
 - Hvordan kommer man på One-Drive
 - Hvordan kommer man på Google Fotos
 - Hvordan synkroniserer man One-Drive med telefon og Windows computer
 - Hvordan synkroniserer man google Fotos med telefon og Windows computer
 - Hvordan overfører man billeder fra telefon/camera til Windows computer via Kabel
 - Hvordan organiserer man sine billeder i Stifinders mappestruktur
 - Hvordan overfører man sine billeder fra Windows computer til USB/ekstern harddisk
- Forudsætning:** Der er ingen specifikke forudsætninger ud over, du medbringer kamera og /eller din Smartphone og også gerne din egen pc. Desuden oplader, kabel til overførsel mellem pc og eksterne enhed. Medbring også relevante brugernavne samt adgangskoder.
- Varighed:** Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.
- Deltagere:** 4 – 6 deltagere.

Introduktion til iCloud



iCloud, Icloud – ja hvad er iCloud egentlig for noget? Tænker du også sådan?

Formål:

Formålet er at formidle viden om hvad iCloud er og at give en indsigt i, hvordan man kan bruge iCloud sammen med de mange apps på iPad, iPhone og MacBook

Indhold:

Indholdet i kurset er følgende:

- Hvad er iCloud? de grundlæggende funktioner
- Hvad er iCloud+
- Appleid og iCloud
- iCloud på nettet
- iCloud og mange apps
- iCloud og sikkerhed
- Hvordan nulstiller man et kodeord

**Forudsætning:**

At man medbringer sin iPad, iPhone eller Macbook.

Varighed:

Kurset forløber over 2 gange à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3– 6 deltagere.

Introduktion til OneDrive



Hvad er det nu med den der Sky og hvad er OneDrive? Få en introduktion til OneDrive, hvad OneDrive er og hvordan det fungerer på din Windows PC og andre enheder.

Få gennemgået forskellige scenarier for opsætning af OneDrive. Vi ser også på brugen af OneDrive på andre af dine enheder f.eks. din telefon eller tablet.

Da OneDrive kræver at du har en Microsoft konto, ser vi også på hvad det er.

Formål: At give brugeren en indsigt i hvad OneDrive er og hvordan OneDrive fungerer på forskellige enheder og på nettet.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Hvad er en Microsoft konto og hvorfor er den nødvendig.
- Introduktion til OneDrive (personlig)
- Administrer dine filer på OneDrive
- Brug af mobilappen
- Sikkerhed, beskyttelse og gendannelse
- Del og synkroniser
- OneDrive på nettet

Forudsætning: Der er ingen specifikke forudsætninger eller kundskaber til kurset. Kurset er dog mest tilpasset for Windows brugere.

Varighed: Kurset afvikles over 2 gange à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



YouTube



YouTube er verdens næstmest besøgte hjemmeside. Brugere kan uploade videoer på platformen og kommenterer og abonnerer på andre brugeres videoer.

Om man har få eller mange videoer så er YouTube en fantastisk platform til at opbevarer sine videoer og dele dem med de personer man ønsker der skal se dem. Du kan også gøre videoen privat, så kun du kan se den.

Der er ingen begrænsning på hvor mange videoer man kan have liggende på platformen.

Formål:

At give brugeren en indsigt i hvad YouTube er og kan, hvordan det fungerer og kan benyttes til opbevaring og deling af videoer.

Indhold:

Indholdet i kurset er følgende:

- Hvad er en Google konto og hvorfor er den nødvendig.
- Start og login på YouTube med din Google konto.
- Hvilke videoer egner sig til YouTube og hvilke gør ikke.
- Upload til YouTube af videoer og tilpasning af dem.
- Deling af dine videoer fra YouTube
- Oprettelse af playlister
- Hvad er en Shorts-video i YouTube?

Forudsætning:

Der er ingen specifikke forudsætninger eller kundskaber til kurset udover at man skal have nogle videoer samt en enhed der kan gå på nettet og YouTube.

Varighed:

Kurset afvikles over 2 gange à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:

3 – 6 deltagere.



Hvis man kun anvender sine Apple enheder som telefon, til SMS'er, til e-mail, Facebook, tager et billede i ny og næ, samt læser lidt nyheder engang imellem så får man alt for lidt ud af det i forhold til investeringen.

Kom og lær de grundlæggende funktioner på din iPad/iPhone, så du får mere ud af din investering.

Formål: Det er kursets formål at du bliver fortrolig med de grundlæggende funktioner på en iPad/iPhone.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Introduktion af din iPad/iPhones opbygning
- Hjemskærm, hjemknap, Dock og søgefunktioner på din enhed
- Symboler, man kan se på iPad & iPhone
- Adgangskoder og Apple id
- Indstillinger
- Safari
- Kontakter
- Kalender
- Mail
- Beskeder
- Bøger (iBooks)
- Noter
- Apps - Hente og installere Apps
- Kamera og Fotos

Forudsætning: At man medbringer en iPad eller en iPhone, som helst skal kunne opdateres til styresystem iPad OS 15 eller til senere styresystemer. (17,2). Medbring desuden dit Apple-ID med det tilhørende kodeord,

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Du kan allerede nu de grundlæggende funktioner på iPad/iPhone, men vil gerne udfordres noget mere. På dette kursus bygges der over på det kendskab du fik på niveau 1 kurset, så du får endnu mere ud af din iPad/iPhone.

Formål:

Formålet med kurset er,

- at gøre kursisterne fortrolige med at håndtere opdateringen til 16.5 og benytte de forskellige APPs, der findes på en iPad.
- at gøre kursisterne opmærksom på, at iPad nu kan bruges som et "kontor"

Indhold:

- iPad generelt
- Opdatering til nyeste - lær at bruge de nye funktioner
- Adgangskoder og Apple-id
- iCloud – lær at forstå og bruge iCloud i din hverdag
- Hjemskærm - nye ændringer
- Kontrolcenter og Dock.
- Gemme dokumenter og andre bilag
- Indstillinger til de forskellige Apps
- Noter og tastatur. (Lær at bruge noter i dagligdagen)
- Flere muligheder med Safari (bruge bogmærker og læseliste, læse avis uden reklamer mv.)
- Kontakter
- Mail - arkiver billeder fra mail til fotos, sende billeder
- Beskeder
- Kalender
- APPs - Hente og installere APPs
- Organisere APPs
- Kamera og Fotos
-

Forudsætning:

At man medbringer en iPad eller en iPhone Medbring desuden dit Apple-ID med det tilhørende kodeord.

Varighed:

Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere:



3 – 6 deltagere.



Bliv endnu dygtigere til at anvende alle funktionerne i din iPad/iPhone. Du bliver ikke ekspert, men det er tæt på.

Formål: Det er kursets formål, at du bliver endnu bedre til at anvende din iPad/iPhone, så du får den fortrolighed, at du selv udbygger dine enheder med nye APPs m.m.

Indhold: Kurset indeholder følgende:

- Lære at bruge appen Arkiver 
- Lære at bruge Appen  Pages (skriveprogram), hvor man f. eks kan lære at skrive dokumenter, indsætte billeder og laver pæne kort
- Lære at bruge Appen Numbers (regneark)
- Lære at redigere fotos og bruge dem i dokumenter (Pages)
- Lære at benytte Apple's iCloud til synkronisering
- Lære at finde musik
- Få en viden om iCloud Drive Symboler, man kan se på iPad & iPhone

Forudsætning: At man medbringer en iPad eller en iPhone, som helst skal kunne opdateres til styresystem iPad OS 16 eller senere styresystemer. Medbring desuden dit Apple-ID med det tilhørende kodeord.

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Ældre Hjælper Ældre tilbyder også et helt unikt kursus i meditation. Kom og lær de bagvedliggende teknikker, så du kan stilne sindet gennem fokus og koncentration.

- Formål:** Formålet med kurset er gennem meditation, at lære de grundlæggende teknikker til at slappe af, hvorved man får det bedre både fysisk og mentalt.
- Indhold:** Indholdet i kurset lærer du følgende:
- At meditere
 - At slappe af fysisk og psykisk
 - At anvende de grundlæggende teknikker i meditation gennem lyd, billede, smerte, problemer m.m.
 - At bruge bevægelse som f.eks. dans til meditation
 - At lære at udtrykke dig om oplevelserne og eventuelle forhindringer undervejs, så du kan komme dybere ind i meditationer de efterfølgende gange
- Forudsætning:** Der er ingen specifikke forudsætninger eller kundskaber til kurset ud over, du skal være åben og modtagelig for de teknikker, som vi arbejder med.
- Varighed:** Kurset varer 10 uger à 1 time.
- Deltagere:** 8 – 16 deltagere.



Microsoft Office er den allermest anvendt "kontorpakke" i erhverslivet såvel som privat.

På dette kursus får du mulighed for at lære de allermest anvendte programmer i "kontorpakken". Kurset afholdes som et workshop, der i praksis betyder, at man tager udgangspunkt i deltagerens baggrund/viden og tilpasser undervisningen derefter.

- Formål:** Det er kursets formål at deltagerne lærer programmerne Word (tekstbehandling), Excel (regneark) og PowerPoint (præsentationsværktøj).
- Indhold:** Der kan indgå mange emner, som f.eks. :
- Office pakken opbygning
 - Word, Excel, PowerPoint mv.
 - Titellinjen – øverst med alle de forskellige muligheder
 - Menulinjen – hvor ligger de forskellige redskaber som vi med fordel kan anvende
 - Oprettelse af personlige menuer, genveje på værktøjslinjen
 - Oprettelse af dokumenter/breve
 - Sætte standarder som for valgte typografier, layout osv.
 - Lave enkelt budget
 - Lave simpel præsentation
 - Flette adresser ind i labels eller breve til masse udsendelse
- Forudsætning:** Grundlæggende kendskab til brugen af PC - egen PC med Windows 10 eller senere kan anvendes.. Medbring ledninger og koder.
- Varighed:** Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.
- Deltagere:** 3 – 6 deltagere.



Med nutidens IT værktøjer kan man selv lave sine festsange, invitationer, bordkort, fødselsdagskort mm vel at mærke så professionelt, at man skulle tro det kommer fra grafisk virksomhed. Kom og lær hvordan og få individuel hjælp til udarbejdelsen af en kyndig vejleder.

- Formål:** Formålet er at få lavet en festsang, indbydelse eller lignende.
- Indhold:** Indholdet i kurset er følgende:
- Deltageren medbringer teksten, som danner baggrund for selve opsætning på siden
 - Personligt billedmateriale indsættes på siden
 - Yderlige billede materiale kan hentes på nettet og sættes ind i på siden
 - Udgangspunktet er at det er deltageren der udfører selve opsætningen, selvfølgelig under kyndig hjælp og vejledning fra vejlederen
- Forudsætning:** Der er ingen specifikke forudsætninger eller kundskaber til kurset. Vi arbejder på foreningens PC'er og alt materialet gemmes på et USB stik, som du selv medbringer (kan eventuelt købes af Ældre Hjælper Ældre).
- Varighed:** Kurset varer 1 uge à 2 timer og 20 min incl. pause.
- Deltagere:** 1 –4 deltagere.



Publisher er et brugervenligt desktop publishing-program, der gør det nemt, enkelt og sjovt at designe og producere egne tryksager selv for begyndere.

Formål: At du lærer at fremstille egne personlige tryksager som f.eks. fødselsdagskort, julekort, invitationskort, bogmærker og meget mere, selv om du ikke er professionel grafikker.

Indhold:

- Gennemgang af programmets værktøjs-linier
- Indsættelse af tekstfelt
- Gemme publikationen
- Brug af egne billeder
- Brug af billeder fra nettet
- Sammenfletning af tekst og billeder
- Udskrivning af publikationen
- Og meget andet efter deltagernes eget valg

Forudsætning: Programmet er både for begyndere og øvede
Det er en fordel at medtage et USB stik eller du kan købe det i datastuerne, så du evt. kan arbejde videre med dit produkt på egen PC

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 4 – 6 deltagere.

Du kan købe Publisher Der er flere steder hvor du kan købe en Microsoft Office pakke til priser under 200 kr. (det er en ejerversion) – april 2024 med forbehold.

Tablet med Android system



Alt for ofte anvender man kun en delmængde, af de funktioner, som ens Android Tablet tilbyder.

Kom, lær og få udvidet kendskab til funktionerne på din Tablet eller SmartPhone med Android styresystemet.

Formål: Det er kursets formål at udvide kendskabet til din Tablet eller SmartPhone.

Indhold: Indholdet i kurset er følgende:

- Opbygning af Tabletten
- Muligheder for indstillinger
- Vedligeholdelse af Tablet:
 - a) "Købe" og installere Apps
 - b) Slette Apps
- Virus beskyttelse
- Søge på Internet
- Mail
- Billeder
- Se TV og film
- Læse E-bøger
- E-boks
- Kalender
- Sikkerhedskopiering, sikring af data

Forudsætning: Du skal have en Tablet eller en Smartphone med Android styresystem.
Medbringe ledninger og adgangskoder til din Google konto.

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Al begyndelse er svær, ikke mindst hvis man kommer i en situation, hvor man i en moden alder skal lære at anvende en PC. Derfor har Ældre Hjælper Ældre oprettet et kursus, så du bliver fortrolig med de allermest basale færdigheder i brugen af din PC.

Formål: Er at give kursisterne en grundlæggende introduktion i brugen af PC'er med Windows 11 styresystemet.

Indhold:

- Tænde og slukke for computeren - systemopdateringer
- Gennemgang af mus, tastatur og tastaturgenveje
- Startmenu, Proceslinje og Skrivebord (tilføje, fjerne og organisere apps)
- Beskytte computeren med antivirusprogrammet Windows Defender
- Koble din computer på et trådløst netværk (Wi-Fi)
- Internet-browserne Microsoft Edge og Google Chrome, herunder søgning med fokus på det, du til daglig bruger din computer til
- Indstillinger i Internet-browserne Edge og Chrome, herunder Favoritlinie, selvvalgt startside og installere hjemmesider som en App
- Mail, kontakter og kalender Indsætte billeder og dokumenter i mail
- Stifinder og OneDrive (5 GB friplads)
- Sikkerhedskopiering

Forudsætning: Der kræves ingen forudgående kendskab til brugen af en PC. Du kan medbringe din egen PC eller låne en af foreningens PC'er. Husk brugernavn, adgangskoder og eventuelt ledninger.

Varighed: Kurset varer 7 uger à 2 timer og 20 min incl. pause.

Deltagere: 3 – 6 deltagere.



Vi hjælper hinanden

Vi er foreningen “Ældre hjælper Ældre – Odense” som består af et team af frivillige seniorer.

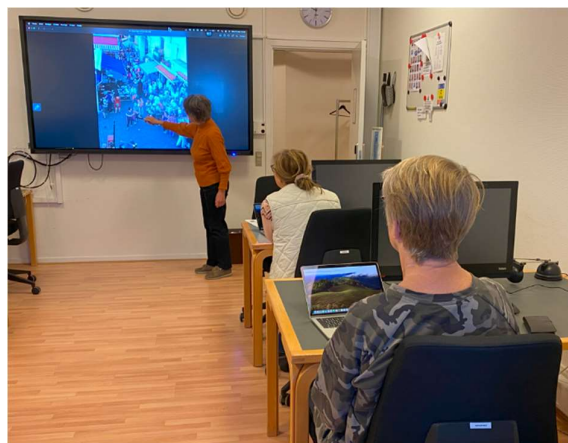
Vi underviser og vejleder på små hold, hvorved vi hjælper andre seniorer med at blive dus med de digitale medier (computer, tablets, smartphone, m.m.) Med andre ord yder vi hjælp til at bruge de digitale mediers mange funktioner som mail, nettet, sikkerhed, vedligeholdelse, bruge skrive/regneprogram, billedprogram

Samfundet kræver i dag en stor grad af selvbetjening via digitale medie. Gennem vores undervisning og vejledninger hjælper vi seniorer med at kunne gennemføre disse selvbetjening. Al undervisning og vejledning foregår i vores veludstyrede datastuer, der alle er indrettet med computere og med de allermost moderne audiovisuelle hjælpemidler.

Vores medieværksted tilbyder også hjælp til med at overføre “gamle” billedmedier og musik til digitale medier

Vores formål er at mindske andre seniorers behov for hjælp til at anvende digitale medier, således at de kan bevare et selvstændigt og aktivt liv længst muligt.

Foreningen er medlem af Danske Seniorer og har et samarbejde med øvrige datastuer i Danmark.



Individuel hjælp

Har du problemer med din computer, din SmartPhone og så videre, så er Ældre Hjælper Ældres team af hjælpere klar til at hjælpe dig.

Vi tilbyder individuel hjælp til bl.a.:

- Problemer med din Pc, iPad, tablet, telefon eller andet IT-udstyr
- virus problemer
- opsætning af din Pc, iPad, tablet eller telefon
- opgradering eller opdatering af dit udstyr
- at oprette eller ændre en mailadresse
- at løse et mindre Word, Excel, billedredigerings problemer
- at løse problemer med dine glemte adgangskoder
- at slette dine persondata på nettet
- at anvende selvbetjeningsløsninger

Der betales et mindre beløb for hjælpen. Små problemer, der hurtigt bliver løst, er gratis.

Den individuelle hjælp foregår hver torsdag fra 9:00 til 13:00 og foregår i Seniorhuset på første sal.,





Ældre Hjælper Ældre har også et veludstyret multimedie værksted, hvor du kan få hjælp til at overføre "gamle" billeder, videoer og musik til digitale medier.

Du bliver dermed i stand til at anvende dem på en computer, smartphone eller dit TV.

Der kan overføres fra:

- Dias og fotografier
- Smalfilm
- Videoer (på bånd)
- Dine gamle LP'er eller CD'er

Med andre ord vil du derved få mulighed for at have det hele tilgængeligt elektronisk og du undgår derved slid og forringelse af dine gamle medier.

Åbningstider:

- Mandag fra 9:00 – 13:00
- Tirsdag fra 9:00 – 13:00
- Torsdag fra 9:00 – 13:00

Gælder når Seniorhuset har åbent, der følger skolernes kalender.

Der betales et mindre beløb for brug af faciliteterne. Vi arbejder ud fra devisen "hjælp til selvhjælp".

Kontakt pr email: multimedie@aehae.dk





Ældre Hjælper Ældre – Odense
1. sal i Seniorhus Odense
Toldbodgade 5
5000 Odense C
Hjemmeside: www.aehae.dk

Du kan gå direkte til kursustilmelding via QR-koden

