

Hej, kära medlem i SeniorNet Lidingö

Äntligen är vi nu igång med våra digitala föreläsningar. Gensvaret vid vårt första möte den 8 feb var bättre än väntat. 33 personer deltog, och responsen var positiv. Strålande för att vara första gången.

- Nästa möte den 22 feb är en föreläsning om "*Bedrägerier mot äldre*". Du kommer väl?

Vi börjar kl.10:30 och håller på i ungefär 45 minuter, men anslut gärna till mötet en stund innan. Nedan länk använder du för samtliga föreläsningar:

<https://us02web.zoom.us/j/81688901958?pwd=bnhmRDBqdU5vNjVqMStORVFWdjdSQT09>

**OBS!** Vi skickar en påminnelse några dagar före varje mötestillfälle.

Om du använder smarttelefon eller surfplatta så behöver du ladda ner appen "*Zoom cloud meetings*" från din app-butik (AppStore alt. PlayButik). Även på datorn är det bästa alternativet att installera programmet vilket du gör här [https://zoom.us/download#client\\_4meeting](https://zoom.us/download#client_4meeting) genom att där välja "*Zoom Client for Meetings*". Kontakta oss om du behöver hjälp med detta.

- Lär dig lite mer om Zoom här: <https://www.seniornetlidingo.se/utbildning-info/studiematerial-fr%C3%A5n-v%C3%A5ra-tr%C3%A4ffar/zoom-digitala-m%C3%B6ten-45057747>
- **SKRIV NER DINA MINNEN.** Det är många som blir glada om du gör det! Nu, när man inte får träffa så många människor och är hemma en hel del, är det ett perfekt tillfälle att skriva en kort (eller längre) berättelse om dig själv, för nu och eftervärlden. Det är ett roligt projekt och kommer att uppskattas av många. För att få hjälp med att sätta igång, läs "*Skriva ner sina minnen*" en presentation av Kerstin Norberg och Åke Wilhelmsson. Länk: <https://www.seniornetlidingo.se/utbildning-info/studiematerial-fr%C3%A5n-v%C3%A5ra-tr%C3%A4ffar/ordbehandling-38724640> Skulle du behöva hjälp med ordbehandlingen kontaktar du bara oss, vi hjälper dig på distans.
- En psykologstudent vid Göteborgs universitet hörde av sig till mig och undrade om jag kunde vidarebefordra information kring hans examensarbete, där han söker deltagare till en studie som han genomför kring att utveckla en internetkurs om ensamhet för äldre. Tanken är att kursen ska hjälpa äldre att bättre hantera ensamhet och de känslor som kommer av den. Då SeniorNet också har en stor social funktion, sa jag Ja till att vidarebefordra detta. Mer information finns i bifogat dokument.

Du kan alltid kontakta oss på SNL via dessa kanaler:

- Vårt kontaktformulär när det gäller frågor/förslag om vår verksamhet på denna länk <https://www.seniornetlidingo.se/kontakta-oss-19721741>
- Vår frågelåda via ett vanligt mail till [fraga.seniornet@gmail.com](mailto:fraga.seniornet@gmail.com)

Glöm inte hålla koll på vår hemsida [www.seniornetlidingo.se](http://www.seniornetlidingo.se) där finns alltid den senaste informationen.

Vi tar hand om varandra!

Styrelse och handledare i SeniorNet Lidingö via ordf. Stefan Ternvald