



Datakurs for seniorer

MacOS Monterey

Denne manualen omhandler grunnleggende bruk av Mac.

Forord

Seniornett Norge ble stiftet i oktober 1997 av en gruppe fremsynte seniorer som startet IKT-opplæring på Deichmanske bibliotek, Majorstuen filial i Oslo. Foreningen fikk sitt eget domenenavn www.seniornett.no høsten 1997, og sommeren 1998 kom nettstedet i gang. SeniorSurf-dagen ble avholdt første gang i 2000. Den er nå Norges største landsdekkende IKT-begivenhet og avholdes om høsten hvert år.

Seniornett er en ideell forening som arbeider for at seniorer skal delta aktivt i det nye informasjonssamfunnet. Virksomheten er basert på frivillige, over hele landet skjer et stort arbeid på frivillig basis. Foreningen ledes av et styre, og sentralt er kontoret i Oslo med fire ansatte samt et antall frivillige, konsulenter og instruktører.

Seniornetts visjon:

"Alle Seniorer (55+) i Norge skal være, eller få mulighet til å være, fortrolige med moderne informasjonsteknologi. Videre at de bruker IKT jevnlig i kontakt med familie og samfunn. Vi vil at bruk av IKT skal både forenkle hverdagen og berike livet".

Behovet:

Av Norges 1.2 millioner seniorer er over 600 000 ikke IKT-brukere, derav over 400 000 i aldersgruppen 55-74. De har mange spennende og lærerike år foran seg, og det er aldri for sent å lære noe nytt! Mange pensjonister opplever at de ikke kan følge med i IKT og ikke behersker datateknologien. Bruk av internett vil bli en stadig viktigere forutsetning for tilhørighet. Også fra samfunnets side blir det et alvorlig problem om en stor del av befolkningen ikke kan benytte seg av de nye tjenestetilbudene.

Manualene våre er under stadig utvikling og vi setter pris på tilbakemeldinger på manglende eller uklart innhold.

Kontakt

Dataspørsmål kan rettes til:	Epost: datahjelp@seniornett.no Telefon: 22 42 96 26
Besøksadresse:	Dronningens gate 6, 0152 Oslo
Telefon:	22 42 96 26
Internettadresse:	www.seniornett.no

Tekst og foto: **Dag Hansen**

©2022

Innholdsfortegnelse

Side 5	Hva er en datamaskin
Side 6	Ord og begreper
Side 8	Kjøp av data
Side 9	Starte og slå av en Mac
Side 10	Bruk av mus og tastatur
Side 15	Skrivebordet
Side 16	Dock
Side 17	Menylinjen
Side 18	Launchpad
Side 19	Programvinduer
Side 23	Internett
Side 34	Trådløs tilkobling Wi-Fi

Hva er en datamaskin

En datamaskin er en elektronisk enhet som behandler informasjon eller data.

Med en datamaskin kan du bruke internett, e-post, nettbank, offentlige sider, underholdning, slektsforskning, kartsøk hvor du kan gjøre deg kjent hvor som helst i verden, oversettelse, som lar deg kommunisere på flere språk, video, bilder, musikk, dokumenter, regneark med mer, og du kan lagre alle dine ting. Det er bare fantasien som setter begrensninger for hva du kan gjøre på en datamaskin.

Stasjonær datamaskin

En stasjonær datamaskin (iMac) består av flere separate deler, selve datamaskinen med skjerm samt eksternt tastatur og mus.

En stasjonær Mac er en datamaskin som har sin faste plass i motsetning til en bærbar maskin som du kan flytte rundt.

Bærbar maskin (MacBook)

En bærbar Mac er en datamaskin hvor alt er samlet i en enhet.

Den bærbare maskinen kan du bruke med strøm eller bare på batteri, batteriets varighet kommer an på hva du gjør på din maskin; ser du for eksempel en video, vil batteriet tømmes raskere.

En bærbar Mac er en fordel på grunn av vekt og mobilitet. Det eneste ekstrautstyret du trenger er en ekstern mus om du ikke liker å bruke berøringsplaten under tastaturet

Ord og begreper

Apple er et amerikansk firma som lager blant annet MacOS, iPhone og iPad. Du vil oppleve å komme borti ord og begreper du ikke har hørt før, her er en forklaring på noen av begrepene

Adressefeltet	finner du øverst i programvinduet til din nettleser, det er her du skriver inn en internettadresse, skriv for eksempel seniornett.no, og klikk på Enter.
Option / Tilvalg ⇧	er en hjulpetast som du holder inne for å få andre valg i menyer, eller som du benytter i kombinasjon med andre taster, for eksempel for å sette inn spesialtegn.
Antivirus	er sikkerhetsprogrammet som passer på at du ikke får virus på din datamaskin.
App	er en forkortelse for applikasjoner (programmer) som du kan laste ned på din maskin
Command / ⌘	er en hjulpetast du bruker i kombinasjon med andre taster for hurtigvalg.
e-mail	på norsk, e-post. Post som sendes elektronisk.
Enter	er den mest brukte tasten på ditt tastatur, er markert med en vinkelpil, denne finner du på høyre side av ditt tastatur.
Fil	fil er en samlebetegnelse for det du har på din Mac, som for eksempel dokumentfiler, bildefiler, musikkfiler, videofiler, programfiler og så videre.
Google	dette er en nettside på internett hvor du kan stille hvilket som helst spørsmål, du kommer dit ved å skriv inn google.no i adressefeltet på internett.
Konto	er et begrep som brukes for å beskrive brukerforholdet ditt til forskjellige tjenester, for eksempel epost-konto, facebook-konto og andre steder du logger deg inn på.
Laste ned	på engelsk, download. Det betyr å få ting fra internett inn på maskinen, for eksempel programmer, oppdateringer eller vedlegg fra e-post
Lenke	når du ser noe med blå skrift og du peker og ser at musmarkøren blir en hånd med en pekefinger, da peker du på en lenke. Klikker du, kommer du til den siden som omhandler teksten som sto i blått.

Nettleser	er programmet du bruker for å søke på internett. De mest brukte nettleserne er Safari, Chrome, Edge og Firefox.
Operativsystem	er hovedprogrammet på maskinen din. I ditt tilfelle MacOS
PC	Personal Computer, brukes mest om Windows-maskiner
Phishing	på norsk, fising etter personlige opplysninger. Om noen tar kontakt med deg og spør etter personlige opplysninger, skal du ikke gi dem dette.
Programvindu	eller bare vindu – når vi åpner opp et program vises det i et vindu på skjermen.
Skift / Shift	dette er en hjelperast som du holder inne samtidig som du trykker på en bokstav for å få stor variant. Kan også brukes med andre taster for å få det øverste symbolet på tasten.
Skylagring	er lagring av filer på en ekstern datamaskin som du har tilgang til over internett. Det finnes flere skylagringstjenester, Apple sin heter iCloud, Microsoft har OneDrive, andre alternativer er Google Disk og Dropbox
Sosiale medier	dette er en fellesbetegnelse for programmer hvor du kan prate med andre og dele dine meninger, bilder m.m. Eksempler her er Facebook, Instagram og Twitter.
Spam	på norsk, søppelpost. Dette er uønsket reklame-epost som ofte kommer til din søppelpost-mappe, men som også kan ende opp i innboksen din.
Update/Upgrade	update (oppdateringer) er viktig å få inn på maskinen, oppdateringer er viktig for din sikkerhet og funksjoner og kan av og til medføre endringer og mindre overhalinger av programmet. Oppdateringer er gratis. Upgrade betyr å oppgradere programmet, altså få inn en helt ny versjon av programmet, dette koster som oftest penger.
Wi-Fi	dette betyr trådløst internett, dette er også internasjonalt for å spørre om brukernavn og passord på for eksempel hoteller.

Kjøp av maskin

Til vanlig bruk, det vil si bruke internett, nettbank, e-post, videomøter, sosiale medier med mer, kan du se etter den billigste modellen. Om du skal bruke maskinen til for eksempel avansert bildebehandling, videoredigering og store spill (gjelder ikke spill som kabal, bridge og liknende), må du nok gå en del opp i pris. Ta gjerne kontakt med Seniornett for mer informasjon om hva du trenger til ditt bruk.

Det er en grei regel når du går til innkjøp av en datamaskin å ikke betale mer enn det som er prisen på selve maskinen. Si nei til supportavtale, som medlem i Seniornett får du support (datahjelp) av oss. Du kan også si nei til forsikring, da du allerede har forsikring gjennom din innboforsikring, og du trenger heller ikke takke ja til Office-pakken om du ikke har behov for dette. Det finnes gratis alternativer på maskinen og du kan også laste ned andre gratis alternativer på internett.

Når du kjøper en ny Mac, er den ikke klargjort til første gangs bruk. Dette kan vi i Seniornett hjelpe deg med ved at du bestiller tid hos oss, så setter vi maskinen opp for deg gratis. Vi sørger også for at antivirus er installert, og at eventuelle manglende oppdateringer er kommet inn. Om du ikke har mulighet til å levere din maskin til oss, kan du selvfølgelig også betale for at de setter den opp i butikken.

Om du lar Seniornett sette opp din maskin til første gangs bruk, eller hvis du kjenner noen som kan gjøre dette for deg, pass på at maskinen ligger i forseglet eske når du får den i butikken. Om butikken setter den opp vil du ikke få den i forseglet eske.

Starte en Mac

1. Trykk på **start-knappen**.
2. Skriv inn passord (om dette er opprettet) og trykk på **Enter**.



Slå av en Mac

Maskinen bruker også en fast prosedyre for å avslutte. Når du skal slå av Mac-en skal du ikke bruke start-knappen, denne setter kun maskinen i dvale. Lagre og lukk alle programmer før du avslutter. Eple-symbolet finnes øverst i venstre hjørne på skjermen.

1. Trykk på **eple-symbolet** i øverste venstre hjørne av skjermen.
2. Trykk **Slå av...**
3. En nedtelling på 1 minutt begynner. Hvis du ikke gjør noe blir maskinen slått av når nedtellingen er slutt, du kan også velge å klikke på knappen **Slå av** for å hoppe over nedtellingen, eller du kan klikke **Avbryt** hvis du ombestemmer deg.



Kapittel 1

Bruk av mus og tastatur

Bruk av mus og tastatur

Musen har fått navnet sitt på grunn av formen, særlig den typen som kobles til med ledning, som da likner på en hale. Enkelte mus er blitt utstyrt med mange ekstra knapper som kan tildeles spesialfunksjoner, og det finnes også mus fra Apple som kun har én musetast, men disse har generelt flere eller mer avanserte funksjoner og kan koste mange ganger mer enn en enkel standard-mus med kun to knapper og et hjul mellom dem, så vi anbefaler å kjøpe en slik. Musen brukes til å styre pilen på skjermen, husk at markøren på skjermen må stå stille når du klikker (venstreklikk), dobbeltklikker og høyreklikker.

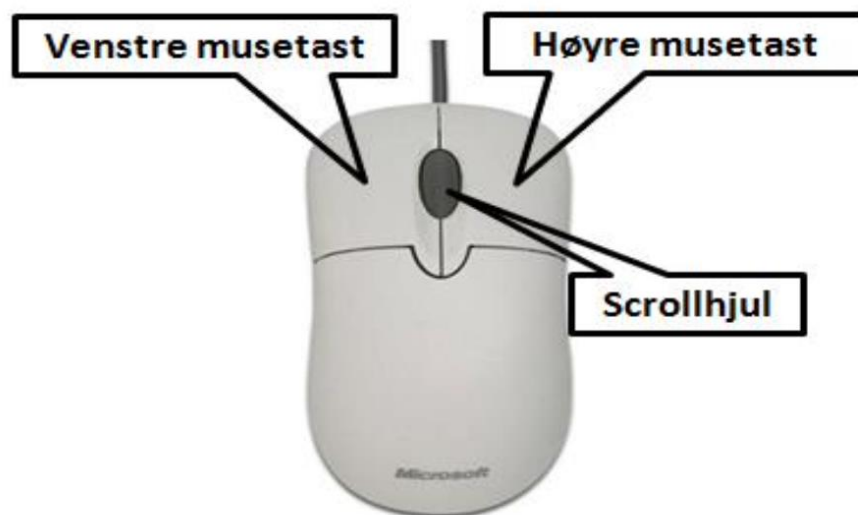
Tastaturet er den delen av Mac-en som gjør at du kan skrive inn informasjon på maskinen. Knappene på tastaturet kalles taster og har alle sine egne bokstaver eller tegn som viser hva den enkelte tasten betyr.

For å bli god i data er det viktig å trene på musebruk. Det er viktig å beherske teknikken med musen og å bruke tastaturet på en riktig og effektiv måte. De viktigste operasjonene du gjør med musen er "klikk", "dobbeltklikk" og "dra og slipp metoden", disse tre går igjen i nesten alle programmer på maskinen. Det kan være litt vanskelig å bruke mus i starten, husk å ta et ordentlig tak i den (det tåler den) og pass på at du holder musen rolig når du klikker, dobbeltklikker eller høyreklikker. En vanlig feil er at man klikker så hardt på musen at pilen på skjermen skifter posisjon og bommer på det du skal klikke på. Tastaturet har mange knapper, men etter å ha lært seg de mest vanlige tastene går det mye lettere.

Mus

Musen består av tre hovedtaster: venstre musetast, høyre musetast og hjulet (*mus med flere taster er til bruk for mer avanserte programmer som for eksempel spill*). Hvis du skal kjøpe mus, kjøp en med denne knappeskombinasjonen, det finnes mange varianter av mus i handelen. Det er likevel viktig at ledningen eller koblingsbiten passer i en port på maskinen din, du kan eventuelt gå for en adapter.

1. Ett klikk på venstre musetast vil bl.a. åpne et program på dokken, markere en fil eller lenke deg til en side på internett.
2. Dobbeltklikk på venstre musetast åpner programmer, filer og mapper på skrivebordet og i Finder
3. Høyre musetast gir en hurtigmeny til det musepekeren peker på.
4. Hjulet på toppen av musen brukes til å bla (*scrolle*) ned eller opp på en side, enten du er på internett eller i en tekstbehandler (tekstprogram).



Berøringsplate

Mus (berøringsplate under tastaturet) på bærbar Mac har de samme funksjonene som en separat mus, men har enkelte forskjeller i teknikk.

Klikk:

1. Plasser musepekeren der du vil utføre en handling.
2. Trykk platen ned til du får en respons.

Dobbelklikk:

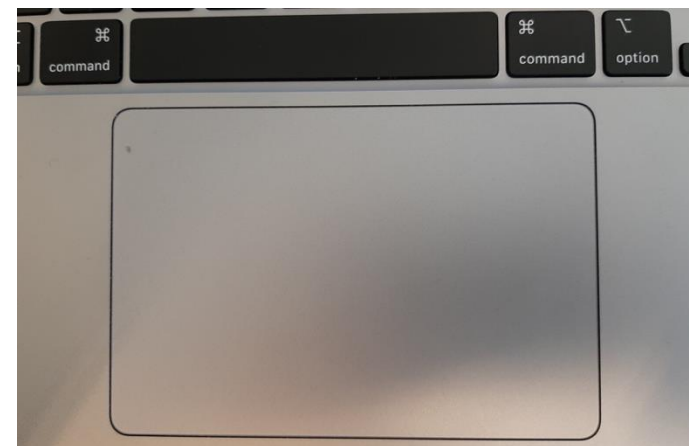
1. Plasser musepekeren der du vil utføre en handling.
2. Klikk to ganger raskt på platen.

Høyreklikk:

1. Plasser musepekeren der du vil ha en hurtigmeny.
2. Berøringsplaten har ingen høyre tast, så for å skille dette fra vanlig klikk bruker du to fingre i stedet for én.
3. Klikk (vanlig) på det alternativet i menyen som du ønsker å velge.

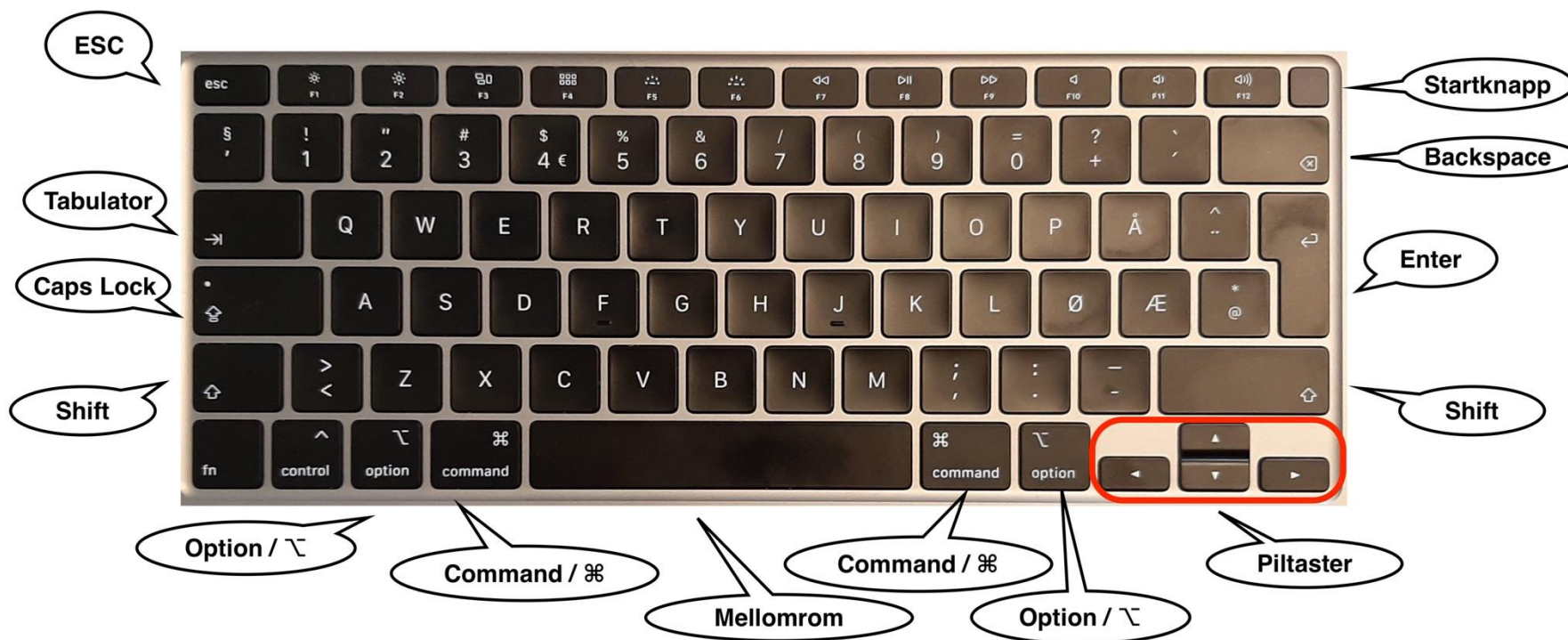
Dra og slipp:

1. Plasser musepekeren på det objektet du ønsker å flytte.
2. Trykk og hold platen nede
3. Dra objektet dit du vil plassere det, og slipp så taket.



Tastatur

Vi har tatt for oss de vanligste tastene for bruk av din Mac. Hvis du tidligere har skrevet på skrivemaskin, vil du snart se at tastaturet er det samme på Mac-en, pluss noen flere taster.



Bokstavtastatur

- **Command**-taster (2 stk.) har flere funksjoner sammen med bokstaver. For eksempel: hold nede **Command** pluss et lett trykk på bokstaven **A** for å merke alt.
- **Shift**-taster (2 stk.) kombineres med et lett trykk på en bokstav for å få stor forbokstav. Brukes også for å få frem tegn som står øverst på talltastene. For eksempel kan du holde nede **shift** pluss et lett trykk på tallet **5** for å få frem **%**-tegnet.
- **Option**-taster (2 stk.) holdes nede for å få frem alternative tegn. Du kan holde nede **Option** pluss et lett trykk på tallet **4** for å få frem **€**-tegnet.
- **Caps Lock** slår av og på store bokstaver. Denne tasten bruker du hvis du vil skrive MED BARE STORE BOKSTAVER.
- **Backspace** sletter det som står til venstre for innsettingspunktet (*streken som blinker*). For å slette mot høyre, hold inne **fn**-tasten.
- **Mellomrom**-tasten lager mellomrom mellom ord, den fungerer også som pause/start ved videoavspilling.
- **Tabulator** lager innrykk, og kan dessuten brukes til å flytte innsettingspunktet (*streken som blinker*) fra et felt til det neste i et skjema.
- **Enter**-tasten brukes til å legge inn et linjeskift og til å bekrefte en handling.
- **Esc**-tasten bruker du for å gå ut av enkelte situasjoner, for eksempel fullskjermvisning
- **Pil**-tastene bruker du til å flytte innsettingspunktet (*streken som står og blinker*) opp, ned, til høyre eller til venstre i en tekst. Oppover- og nedoverpilene kan også brukes til å rulle (scrolle) på internettsider.

Skrivebordet

Skrivebordet er det området du kommer inn på etter at du har startet (og logget inn for de som bruker passord) på maskinen. Skrivebordet fungerer på mange måter som et vanlig fysisk skrivebord (derav navnet) på den måten at du kan legge dokumenter og filer du vil ha lettere tilgang til der. Det fungerer også som et fysisk skrivebord på den måten at hvis du legger for mye der hopper ting seg opp i stabler og det blir fort uoversiktlig. For å åpne filer eller mapper som ligger på skrivebordet må du dobbeltklikke.



Dock

Docken er raden med appsymboler nederst på skjermen. Hvert symbol åpner et program på maskinen din, og fungerer dermed som en snarvei til hvert program. Når et program er aktivt vises dette med en prikk under symbolet.



Docken har følgende "seksjoner":

1. **Finder** – dette er et program som gir deg en total oversikt over alt innholdet på maskinen, enten det er dine egne bilder og dokumenter, filer som utgjør selve systemet eller programfiler. Dette symbolet kan ikke fjernes eller flyttes på.
2. **Faste symboler** – de neste symbolene er faste snarveier til programmer. Symbolene som ligger her, er faste i den forstand at de ligger der uavhengig om programmet er aktivt eller ikke. Denne seksjonen strekker seg helt til første skillelinje, og det er helt opp til deg både hvilke symboler som skal ligge her og i hvilken rekkefølge de skal ligge, så her kan utvalget variere kraftig fra maskin til maskin.
3. **Nylig bruke apper** – her ligger tre symboler for de tre siste "ikke-faste" programmene du har åpnet, som skilles fra de faste symbolene ved en skillelinje. Hvis du ønsker å legge til et program i den faste seksjonen, kan du klikke og dra symbolet over på den andre siden av skillelinjen.
4. **Nedlastinger** – alle filer som lastes ned fra internett, legges her som standard.
5. **Minimerte vinduer** – hvis du minimerer et vindu for å rydde skjermen, legger de seg her nede.
6. **Papirkurv** – når du sletter filer og mapper på maskinen havner de her. Dette symbolet kan ikke fjernes eller flyttes på.

Menylinjen



Menylinjen finner du på toppen av skjermen. Her kan du velge kommandoer, utføre oppgaver og kontrollere status.

1. Lengst til venstre finner du **Apple-menyen** under logoen til Apple. Denne bruker du mest når du skal skru av maskinen eller sette den i dvale, men du kan også finne snarveier til Systemvalg og App Store her, hvis de er blitt fjernet fra Dock. "Om denne datamaskinen" gir deg generell info om maskinen, alt fra hvilket år den ble kjøpt til hvor mye plass det er igjen på disken.
2. **Appmenyene** varierer avhengig av hvilket program som er aktivt, både i hvilke menyer som er der og hvilke valg som finnes i de enkelte menyene. Appmenyen lengst til venstre er hovedmenyen for programmet, det er her du kan skru av programmet.
3. **Programstatusikoner** er de første som dukker opp på høyre side av menylinjen. Disse er forskjellig fra maskin til maskin, avhengig av hvilke program som er installert på maskinen. På eksempelbildet ser du tre ikoner, for skytjenestene OneDrive og Dropbox, samt antivirusprogrammet Avira.
4. **Statusmenyene** viser status for ting som batterilading og WiFi-tilkobling
5. **Spotlight** er søkefunksjonen på maskinen. Klikk her og skriv inn navnet på et program eller en fil.
6. **Kontrollsenteret** er et samlested for flere andre funksjoner, her kan du gjøre ting som å justere lysstyrken på skjermen, skru opp eller ned lyd, skru Bluetooth av/på o.a.
7. **Dato/klokke** finner du lengst til høyre.

Launchpad

Launchpad fungerer litt på samme måte som Hjem-skjermen på en iPad eller iPhone, her får du en mer komplett oversikt over hvilke programmer som er installert på maskinen, selv de som ikke ligger fast i docken. Launchpad ligger i utgangspunktet i den faste seksjonen av docken, men kan fjernes hvis ønskelig. Vi anbefaler likevel å beholde Launchpad i docken for enkel tilgang til ikke-faste programmer.

Etter hvert som flere programmer legges til maskinen, vil oversikten i Launchpad deles opp i flere seksjoner som man må bla opp ned i. Hvis man ønsker å holde antall seksjoner nede, kan man klikke og dra de ulike symbolene oppå hverandre for å lage grupper med flere symboler i hver.



Programvinduer på Mac

Det er tre knapper som går igjen i de aller fleste programvinduene. Disse finner du øverst til venstre i hvert vindu:



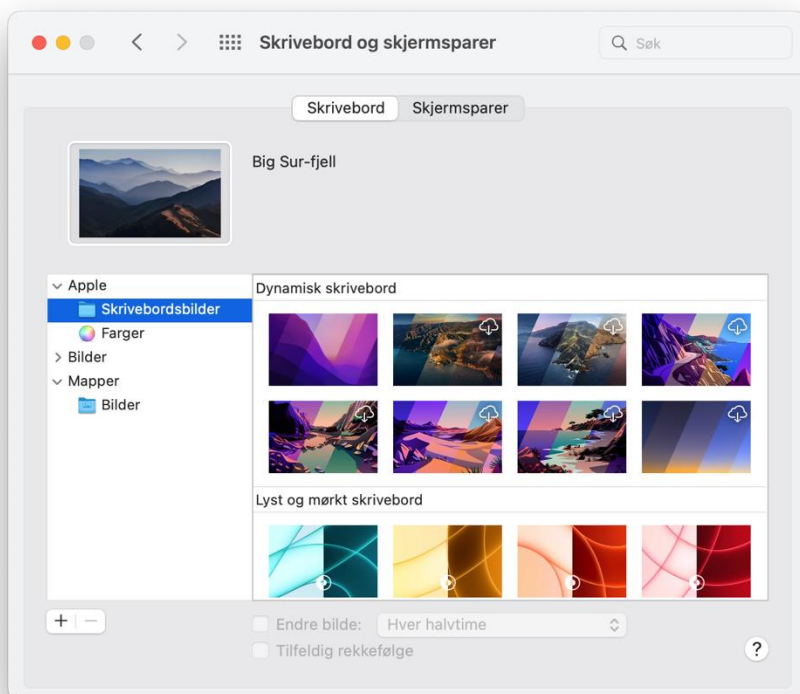
Den røde knappen lukker det aktuelle vinduet. Det er lurt å ha i bakhodet at dette ikke nødvendigvis også lukker programmet, det må du eventuelt gjøre fra appmenyen på menylinjen øverst på skjermen.

Den gule knappen minimerer vinduet. Det legges da ned som et symbol til høyre på docken nederst på skjermen. Når du skal jobbe videre med programmet, klikker du bare på symbolet på docken.

Den grønne knappen brukes til to ting. Hvis du klikker på knappen direkte blir vinduet maksimert slik at det fyller hele skjermen. Hvis du bare holder musepekeren over knappen får du også valg for å dele skjermen i to mellom to vinduer.

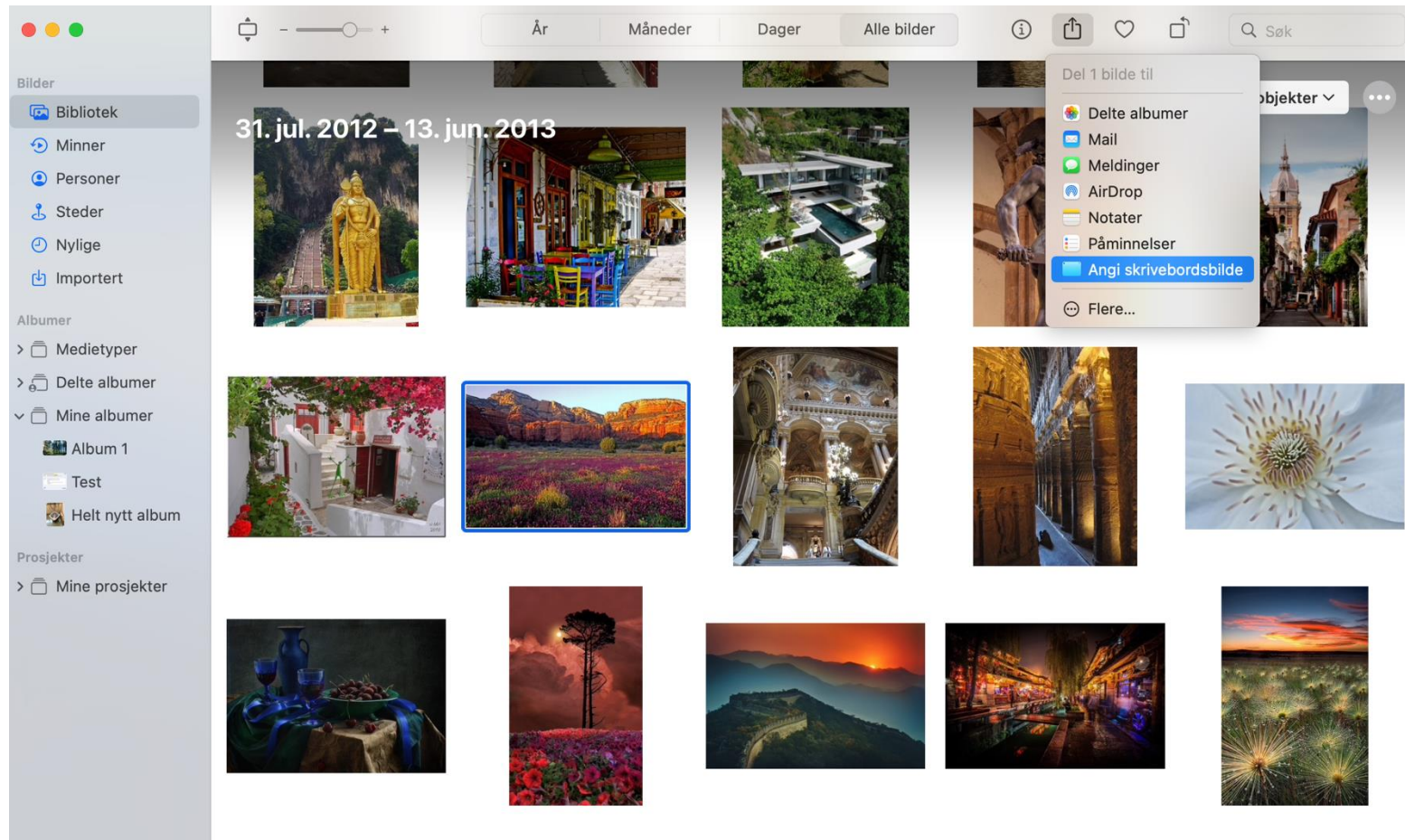
Bytte skrivebordsbakgrunn

Du kan velge hvilket bilde du vil ha som bakgrunn på skrivebordet. Da går du frem på følgende måte:

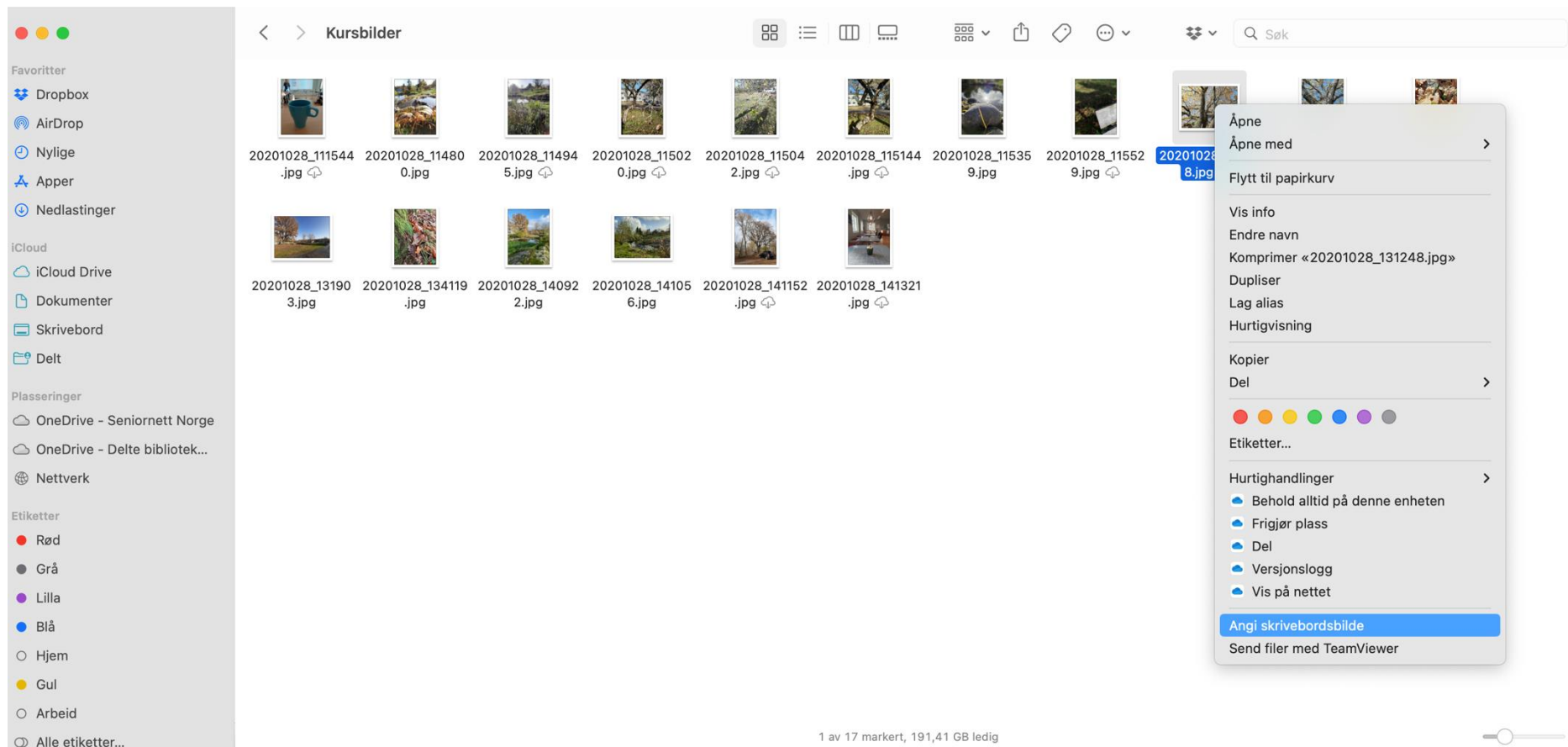


Hvis du ønsker å velge mellom standardbildene som følger med systemet, **høyreklikk** på et tomt område på skrivebordet og klikk på **Endre skrivebordsbakgrunn**. Et nytt programvindu kommer etter hvert frem, med forskjellige valg. Klikk på det bildet du vil ha (du kan rulle lenger ned) og lukk vinduet.

Hvis du vil bruke et bilde du har tatt selv eller fått av noen andre, for eksempel et familiebilde, er det lettere å finne bildet du ønsker å bruke, enten det ligger i bilde-appen eller et annet sted på disken. Hvis bildet ligger i Bilder 🌈, klikker du én gang på bildet, og deretter på dele-symbolet 📄 øverst i vinduet. I menyen som da kommer opp klikker du "Angi skrivebordsbilde".



Hvis filen ligger utenfor Bilder-appen (for eksempel i Nedlastinger-mappen), kan du høyreklikke på filen og velge "Angi skrivebordsbilde".



Kapittel 2 Internett

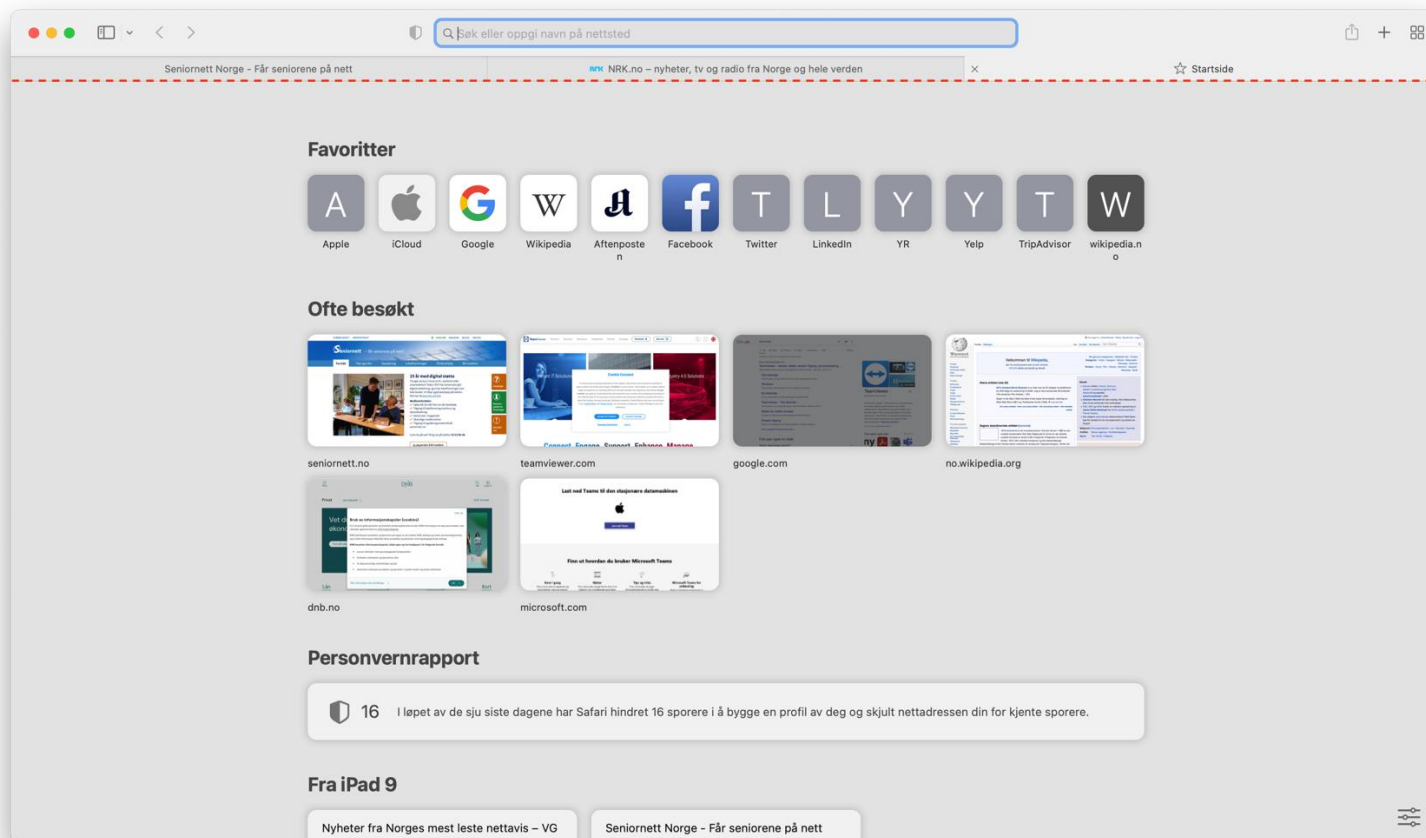
Internett

Internett er et verdensomspennende nettverk som består av en mengde mindre nettverk. Det finnes en rekke tjenester tilgjengelig på internett. E-post var opprinnelsen til internett, som startet i Pentagon med tanke på rent militær kommunikasjon. Navnet da var "Arpanett". Det første landet utenom USA som kom med, var Norge. På internett kan du søke etter forskjellige nettsider som aviser, gule sider (telefonkatalogen), reiser osv. For å få tilgang til internett må du ha et internettabonnement og en nettleser (et program som lar deg lese sider på nettet). Nettleseren **Safari** følger med når du kjøper en Mac, for Windows-PC er **Microsoft Edge** standard. Du kan også laste ned andre nettlere, de mest brukte er i alfabetisk rekkefølge Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox og Safari.

I denne manualen tar vi for oss Safari som følger med din Mac, om du ønsker å bruke en annen nettleser, må den lastes ned. Dette kan vi hjelpe deg med gratis om du er medlem av Seniornett tlf.: 22 42 96 26

Safari

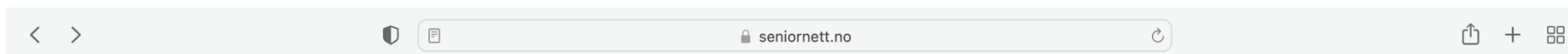
Safari er standard nettleser på Mac. Under ser du et eksempel på hva som kommer opp når du starter programmet. I en nettleser skiller vi mellom selve nettsiden som vises og de forskjellige funksjonene vi kan bruke til å navigere fra en side til en annen, ha flere sider oppe samtidig m.m. I bildet under er skillet mellom siden og funksjonene markert med rødt.



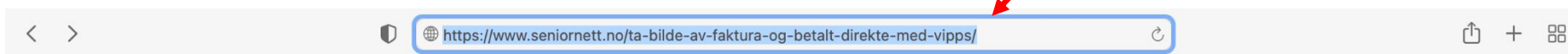
Søke inn nettsider i Safari

Den mest direkte måten å komme seg til en side på nettet er å skrive inn adressen til siden i nettleseren. Dette gjør du enklest i adressefeltet, som du finner øverst midt i vinduet.

Når adressefeltet ser slik ut, setter du musepekeren i adressefeltet og klikke.

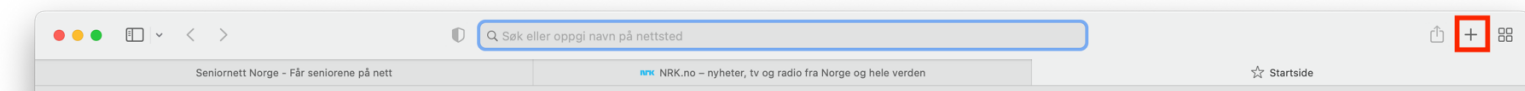


Når internettadressen i adressefeltet er merket med blå bakgrunn er det viktig å slippe mus, skrive inn den nye adressen og trykke Enter.



Faner

Disse finner du under adressefeltet. Faner benyttes for å ha flere nettsider oppe samtidig. I eksempelet over er nettsidene til Seniornett og NRK åpnet, sammen med en ny tom fane. Safari åpnes alltid med én fane, men denne skjules inntil du åpner en til. Dette gjør du ved å klikke på plus-tegnet øverst til høyre.



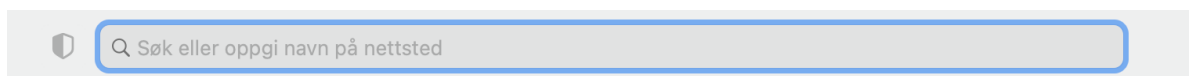
Bla frem og tilbake

Her kan du bla frem og tilbake mellom sider du har besøkt.



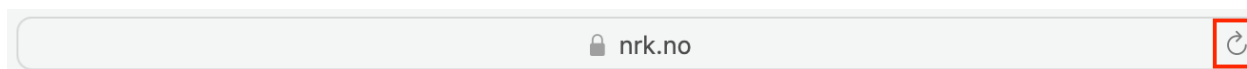
Adressefeltet

Her skriver du inn adressen til den siden du vil besøke. En internett-adresse kan se slik ut: <http://www.dinside.no>, men du behøver bare skrive **dinside.no** og trykke på **Enter-tasten**.



Oppdater

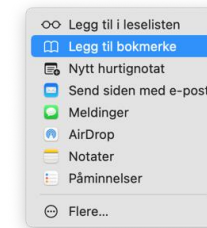
Klikk her for å oppdatere siden.



Dele-knappen



Denne knappen har flere funksjoner, men den viktigste i Safari er kanskje å legge til bokmerker. Sider du besøker ofte eller med jevne mellomrom, kan legges til som bokmerker slik at du ikke trenger å skrive inn adressen hver gang du vil besøke siden.



Sidepanel

Denne knappen åpner og lukker sidepanelet, der du blant annet kan finne bokmerke-listen din.



Faneoversikt

Hvis du har mange faner oppe samtidig kan du klikke her for å få en oversikt med forhåndsvisning av hver fane.



En internett-adresse kan se slik ut:

<http://www.seniornett.no>

Når du skal inn på en side på internet, klikker du i adressefeltet slik at det blir blå bakgrunn. Du trenger ikke skrive <http://www>, du skriver bare seniornett.no (i dette tilfellet) og trykker **Enter**. Adressefeltet skiller ikke på store og små bokstaver, så det er like greit å holde seg til små. Mellomrom benyttes ikke i nettadresser.

Toppdomene:

Toppdomene er det som står til sist i nettadressen. De fleste toppdomener kan sammenliknes med en landskode. På enkelte kommersielle sider kan du skrive **.no** i stedet for **.com** på slutten, da får du siden på norsk.

Her ser du 4 forskjellige toppdomener:

.no = Norge

.com = kommersielle

.dk = Danmark

.org = organisasjoner

Webområde

Kalles også nettside. I dette tilfellet bruker vi seniornett.no. Det er i dette området du må ha musepekeren for å **scrolle** (*rulle opp og ned i siden med hjulet på musen eller stryke opp og ned med to fingre på platen*). Om musepekeren står over verktøylinjen, kan du ikke scrolle. Du kan også bruke **Dra og slipp metoden** ved å peke på spaken til høyre i skjermen, holde venstre musetast inne og dra spaken ned eller opp. Du kan også bruke piltastene opp og ned på tastaturet.

Adressefeltet

I adressefeltet skriver du inn hele web-adressen, for eksempel **seniornett.no** og trykker **Enter**. Du kommer nå direkte inn på det webområdet du har angitt. Hvilke nettadresser du skriver inn blir lagret av systemet, slik at neste gang du skal til Seniornetts nettside vil det ofte rekke å skrive bare en **s** eller **se**, så vil resten av adressen fylles ut automatisk, trykk da på **Enter**.

OBS: Om du skal inn på sider hvor du må oppgi personlige opplysninger, skriver du adressen helt ut i adressefeltet selv før du trykker på Enter.

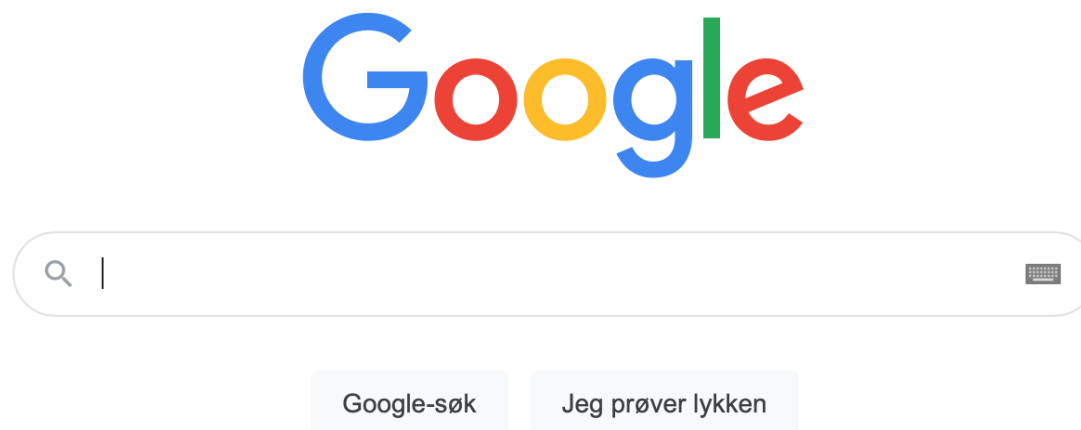
Søkemotor

Her skal vi se på Google sin side. Midt på siden har du et søkefelt, forskjellen på adressefeltet og søkefeltet er:

Adressefeltet: Her skriver du adressen til siden du skal inn på som i dette tilfellet, google.no

Søkefelt: Her skriver du på vanlig måte, trenger ikke ha punktum, bruk mellomrom mellom ordene

Adressefeltet er i tillegg satt opp slik at hvis du skriver inn vanlig tekst, som om det var et søkefelt, gjør Safari det om til et google-søk automatisk. Det motsatte skjer **ikke** i et søkefelt.



Bruk av Google

På Google kan du skrive inn hva som helst, enten i stikkordsform eller fulle setninger. Hvis du ønsker hjelp til løsning av kryssord, skriv **kryssord** og trykk på **Enter**. Klikk deg inn på et resultatene som kommer frem. Ønsker du en gratis strikkeoppskrift, skriv inn **gratis strikkeoppskrift** og trykk **Enter**. Om du ønsker å finne nettsiden til et firma, men ikke vet hva nettadressen er, skriver du inn firmanavnet og trykker **Enter**. Du kan også skrive f. eks. **vær oslo** for informasjon om været i Oslo eller du kan sette inn et regnestykke og få svaret på en kalkulator. Du kan søke på hva som helst på Google.

Nyttige nettsider

seniornett.no

seniornorge.org

seniorporten.no

nav.no

skatteetaten.no

startsidene.no

dinside.no

wikipedia.org

norge.no

meetv.no

google.no

outlook.com

Legge til valgfri startside

Når du åpner Safari vises i utgangspunktet en egen startside med en del utvalgt informasjon fordelt over flere seksjoner. Øverst ligger **Favoritter**, dette er en undergruppe av bokmerkene dine, de du bruker aller mest og trenger enklest tilgang til. Det er fylt ut en del generelt populære sider for deg, men du kan fjerne de du ikke trenger. Neste seksjon er **Ofte besøkt**, her får du lett tilgang til de sidene du besøker oftest – utvalget her vil da endre seg etter hvert som nettvanene dine endrer seg. Neste seksjon er **Personvernrapport**, her får du informasjon om hva personvernfunksjonene i Safari har blokkert de siste sju dagene. Den siste seksjonen er en oversikt over hvilke sider du har åpnet i Safari på andre enheter som er knyttet til samme Apple ID.

Hvis du heller vil ha en spesifikk nettside ved oppstart av Safari, gjør du følgende:

1. Åpne Safari.
2. Gå til siden du ønsker som startside.
3. Velg Safari-menyen på menylinjen øverst på skjermen og klikk på **Valg...**
4. Klikk på tannhjulsymbolet med teksten **Generelt** lengst til venstre på linjen øverst i vinduet.
5. Klikk til høyre for teksten **Nye vinduer åpner med** og velg **Startnettside**.
6. Finn knappen **Bruk nåværende side** ca. midt i vinduet og klikk på den.

Neste gang du åpner Safari, vil du ha den nye siden som startside.

Bokmerker

Som alle andre nettlesere lar Safari deg lage bokmerker for å finne tilbake til spesifikke sider enklest mulig (akkurat som vanlige bokmerker).

Legge til bokmerker

For å legge til et nytt bokmerke klikker du **deleknappen** og velger **Legg til bokmerke**. Du får da opp et lite vindu midt på skjermen hvor du velger hvilken tekst som skal stå på bokmerket og hvor det skal ligge. I utgangspunktet kan du bare trykke på **Legg til**, så havner det nye bokmerket sammen med de forhåndsinnstilte favorittene.

Åpne et bokmerke

Bokmerkene ligger i sidepanelet. Hvis du ikke har noe sidepanel, klikker du på sidepanelknappen øverst i vinduet, rett til høyre for trafikklys-knappene. Klikk så på **Bokmerker**. Du får nå opp listen med bokmerker og kan klikke på det merket du ønsker å åpne.

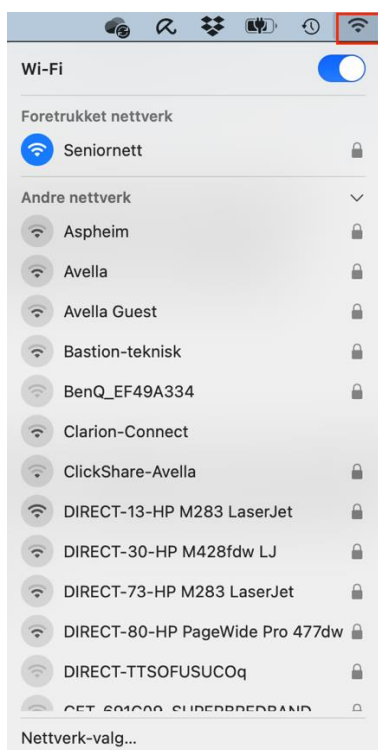
Fjerne et bokmerke

Hvis det ikke lenger er aktuelt å bruke et spesifikt bokmerke kan du fjerne det i sidepanelet. I stedet for å klikke vanlig på det, klikker du da med høyre musetast (ev. to-finger-klikk på plate) og velger **Slett**.

Wi-Fi tilkobling

Det er ingen krav om at du må koble deg til internett, det finnes mange programmer som du kan bruke uten å være tilkoblet. Men du utvider bruken av datamaskinen kraftig ved å ha et internett-abonnement. Du får bl.a. tilgang til millioner av internett-sider med alle aviser, TV/radio, informasjonssider, e-post, gratis programmer, listen er lang.

Trådløs tilkobling (Wi-Fi) MacOS:



1. Finn navn og passord til nettverket du skal koble til. Dette står på routeren/modemet.
2. Klikk på WiFi-symbolet, til høyre på menylinjen øverst på skjermen.
3. Finn og klikk på det aktuelle nettverket i listen.
4. I det nye vinduet fyller du inn passordet og passer på at det er huket av i boksen ved "Husk dette nettverket"
5. Klikk på "Koble til".



Hurtigtaster

Trykk	Resultat
⌘ + A	Markerer alt
⌘ + C	Kopierer markert tekst
⌘ + V	Limer inn markert tekst
⌘ + Q	Lukker programmer
Enter	I stedet for å klikke på Søk, neste eller liknende
Tabulator	Flytter innsetningspunktet fra et felt til det neste i et skjema
⌘ + tabulator	Bytter mellom programmer
⌘ + 0	Nullstiller forstørring og forminskning på internett
⌘ + scroll	Forminsker og forstørrer på internett

Notater