

Seniornett Gjøvik

Gjøvik Pensjonistforening

Onsdag 1. oktober 2025

Kjell Engen





Etablering og utvikling



Etablering av Seniornett Gjøvik

Seniornett Gjøvik ble startet i 2008 for å gi eldre digital opplæring og støtte i teknologibruk.

Utvikling – fra ISDN til 5G

Vi søker hele tiden å tilpasse oss til nye utfordringer og teknologier for å nå ut til aktuelle deltakere over tid.



Seniornett Gjøvik

Seniornett – får seniorene på nett!

[Forside](#) [Tips og triks](#) [Oppfølging](#) [Lokalforeninger](#) [Få datahjelp](#) [Bli medlem](#)

Du er her: [FORSIDE](#) → [LOKALFORENINGER](#) → [INNLANDET](#) → Gjøvik

Gjøvik
Seniornett Gjøvik
v/Kjell Engen
Einerbakken 5
2827 Hunddalen

Besøksadresse:
Frivillighetssentralen Gjøvik
Øvre Torvgate 2
2815 Gjøvik

E-post:
kjelleng@online.no
Tlf.: 91643027

Kontaktperson:
Kjell Engen

Gjøvik



Seniornett Gjøvik er en ideell forening med formål å bidra til at seniorer deltar aktivt i data- og informasjonssamfunnet. På Gjøvik har klubben vært aktiv siden høsten 2008.

Stadig flere offentlige tjenester krever at det benyttes data for å finne fram til nødvendig informasjon. Derfor blir det nødvendig for flere å bruke internett. Alle kan lære det. Det vil gjerne Seniornett Gjøvik hjelpe til med.

Det er stor interesse for delta på våre møter, og det er mange som har gjennomført datakurs hos oss. Se informasjon om virksomheten vår ved å klikke på menypunktene til høyre på denne siden.

Nyheter og oppdateringer

Gjøvik bibliotek på internett kafe 21. august
Publisert 28.08.2025 / Oppdatert 28.08.2025

Etter en lang sommerferie startet vi opp igjen med internett kafe denne torsdagen.

Mer om Gjøvik

- Læringsvideo →
- Internett kafe →
- Tema presentasjoner på Internett kafe →
- Styret →
- Vedtekter og retningslinjer →
- Forveiledere →

Årsmøte 2025



- 83 medlemmer
- Internett kafe' annenhver torsdag kl. 1300-1500
- Holder til på Frivillighetssentralen
- Medlemsskap i Seniornett koster kr 400,- pr år



Seniornett Gjøvik



- Hjelp når du står fast via vår datahjelp
- Tilgang til lokalforening med kurs og dataveiledning
- Seniornett magasinet i posten, 2 ganger årlig
- Ukentlige medlemsbrev på e-post

Sikkerhet på digital plattform





Har noen sett dette?

Signering av ny kredittavtale innen 31. oktober er påkrevd for fortsatt bruk av “Betal senere” med Klarna

Bruk 2 minutter nå for raskt å signere i app eller på vår hjemmeside, for ikke å miste tilgang til Klarna sine betalingstjenester.

For å beskytte kunder og møte nye regulatoriske krav i Norge, må alle kunder signere en kredittavtale og sette sin personlige kredittgrense.

800.000 norske kunder har allerede signert den nye avtalen for å fortsette å betale med Klarna.

Kom igang



.... eller dette?

Viktig kjellengen "Fornye-Abonne-Mentet Ditt i dag" ID°391417

z4feeOppgraderer.NO-12668244-0o27-kjellengen=online.no@tweed.com

/09/2025 20:09

llengen--225381049dYh5981995 <kjellengen@online.no>



Antivirusabonnementet ditt er utløpt!
Forny beskyttelsen din i dag

⚠ Antivirusabonnementet ditt er utløpt, noe som gjør enheten din sårbar for virus, skadelig programvare og identitetstyveri.



.... eller dette?

Viktig fra telenor tB



"kjel-e2 qw" <info@mailwuxn3c42cO99hFz2CN9sO7nrzoDyUwsCnKL0sqA4xVfpSpiF9TgjkM9pX3UxVQSDg9xMYSUL7dLZo2NE4Ui0xcONxW1kxdeo9xUuzsvmHITeZl88SjrUBmghO1DX.yahoo.com>

Dato: 28/09/2025 21:16

Til: kjel-e2@online.no

[Åpne i](#)

Viktig melding: Sikkerhetsproblemer er registrert på enheten din.

Vi har oppdaget at enheten din står i fare for å bli utsatt for hacking eller infisert med skadelig programvare.

Reaktiver abonnementet ditt på nytt umiddelbart og skann enheten din.

Vi har utarbeidet et tilbud for deg: kjel-e2@online.no

[Les mer om abonnementet ditt:](#)

Ha en god dag.

– Telenor,



Avsenderen...

"kjel-e2 qw" <info@mailwuxn3c42cO99hFz2CN9sO7nrzoDyUwsCnKL0sqA4xVfpSpiF9TgjkM9pX3UxVQSDg9xm2xVvpZZ6a7MYSUL7dLZo2NE4Ui0xcONxW1kxdeo9xUuzsvmHITeZl88SjrUBmghO1DX.yahoo.com>

En e-post fra Nille kundekludd har denne avsenderen:

Nille <kundeklubb@nille.no>



.... eller dette?



I Gjensidiges_group <o-infos@espn.com>

Dato: 14/09/2025 18:34

Til: kjellengen@online.no



 **Gjensidige Team**



Gjensidige

Kjære kunde,

Ditt digitale reisekort er klart!

Med reiseforsikring hos oss er du godt forberedt for både korte og lange reiser. All nødvendig informasjon om forsikringen din finner du på våre nettsider.

Enkelt og tilgjengelig – når som helst hvor som helst!

▼ Vedlegg (1 fil, 90.4 KB)



file.html (90.4 KB)





.... eller dette?

Romania

+4063244434

Innkommende anrop, 0 minutter 4 sekunder
10:39



F.eks Paypal svindel er meget utbredt. Telenor har registrert over 100.000 anrop daglig fra nummer i Danmark og Sverige, dvs landsnummer 45 og 46, men

Nettvett reglene



Sikker pålogging

Oppdatert programvare og operativsystem

Sikkerhetskopi

Brannmur og antivirus

Nettvett reglene



Tenk før du klikker

Tenk over hva du deler

Åpenhet om hendelser

Vær en venn på nett

Fristelser

Sikker pålogging



- Aktiver 2-trinns bekreftelse for alle brukerkontoer på nett der det er mulig.
- Lag unike passord for alle brukerkontoer.
- Skriv gjerne passordene ned på et papir som du lagrer på et trygt sted.
- Bruk en passordmanager om du er komfortabel med det.

Oppdatert programvare



- Sørg for at operativsystemet på alle dine enheter som datamaskin, mobil og nettbrett alltid er oppdatert.
- Sørg for at installerte apper også er oppdaterte.
- Slå på automatisk oppdatering der dette er mulig.



Sikkerhetskopi



- Ta jevnlig sikkerhetskopi av det viktigste innholdet.
- Bruk gjerne en lagringsenhet med automatisk kopiering. Dette kan gjerne være en skytjeneste.
- Bruk også gjerne en ekstern harddisk, som du kopierer manuelt til med jevne mellomrom og som du oppbevarer på et trygt sted.

Brannmur og antivirus



- De fleste operativsystemer har dette innebygd, men man må selv forsikre seg om at det er skrudd på.

Tenk før du klikker



Svært mye av svindel og virus når oss gjennom e-post. Ta deg tid til å tenke gjennom følgende:

- Har jeg forventet denne e-posten?
- Stemmer avsenderadressen?
- Ser selve meldingen troverdig ut?
- Klikk aldri på lenker i e-post og sms.

Spiller innholdet i meldingen på følelser som tillitt, frykt eller fristelser, samtidig som den prøver å få deg til å gjøre noe, så er dette kjente tegn på svindelforsøk.

Tenk over hva du deler



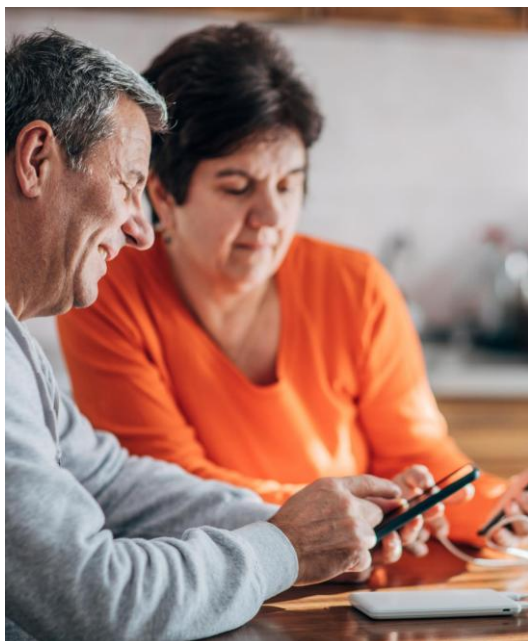
- Vurder hvordan du fremstiller deg selv på ulike sosiale medier.
- Tenk over hva slags personlig informasjon du publiserer.
- Husk at alle kan se informasjonen du deler
- Ikke legg ut bilder eller informasjon om venner eller kolleger uten tillatelse.

Åpenhet om hendelser



- Alle kan bli lurt. Fortell de rundt deg om trusler og farer du har opplevd.
- Rapporter sikkerhetsbrudd, hendelser og trusler du opplever på arbeidsplassen.
- Å anmelde datakriminalitet er svært viktig for at politiet skal kunne bekjempe denne type kriminalitet. Ref politiet.no

Vær en venn på nett



- Publisert kun ting du ville sagt ansikt til ansikt.
- Opplever du at noen oppfører seg dårlig mot deg på nett? Ikke svar. Ta skjermbilde. Blokkér og rapporter!
- Oppdager du at noen utsettes for mobbing, vær en venn, ta ansvar og si ifra.

Trusler og trakassering, på nett eller i annen form, er brudd på norsk lov, og bør meldes til politiet.

Fristelser



Vær oppmerksom dersom:

- Noe virker for godt til å være sant – da er det gjerne det!
- Du mottar tilbud på produkter som er tilnærmet eller helt gratis mot at du oppgir personlig informasjon.
- Du mottar e-poster som oppgir at du har vunnet eller fått tilbakeført store pengebeløp.

Takk for oppmerksomheten

Viktig innsats for eldre

Seniornett Gjøvik fremmer digital kompetanse blant eldre for å redusere digitalt utenforskap.

Takk og oppfordring

Takk for oppmerksomheten!

Alle er velkommen til våre møter annenhver torsdag. Se vår hjemmeside for mer informasjon
[Seniornett.no/lokalforening/gjovik](https://seniornett.no/lokalforening/gjovik)

