

DATA CIRKEL HÖSTEN 2019

Med hjärta och hjärna för datafrågor!



Ledare: Birger Höglund och Sten Halvarsson

Windows 10

Uppgradera

Höger klicka Windows knapp > System > Om
Står det 64bit är det så om inte är det 32bit system
Säkerhets- och bugg-rättningar görs direkt vid behov. Ny funktionalitet 2 gånger per år.
Senaste 1903 kom i maj 2019. Nästa 1909 väntas komma i oktober 2019.
Inställningar > Uppdateringar och säkerhet > Sök efter uppdateringar
eller <https://www.microsoft.com/sv-se/software-download/windows10> om man vill ladda
ner nyheter i förväg. För att slippa bli störd av uppdateringar Inställningar > Uppdateringar
....> Ändra aktiva timmar > Spara

Tillägg / Add-ons

Tillägg till webbläsare bör undvikas. Segar ner webbläsaren och kan spionera på och
påverka de sökningar som görs.

Hur mycket datatrafik har jag använt ?

För att se hur mycket data som sänds över internet gå till
Inställningar > Nätverk..... > Dataanvändning

Hur mycket minne har jag använt ?

Hårddisk Utforskaren > Den här datorn > Lokal disk
Arbetsminne RAM Inställningar > System > Om, visar RAM totalt
Aktivitetshanteraren eller Prestandaövervakaren visar använt RAM minne

Mobiltelefon

Kamera

För snabb start av kamera dubbelklicka start knappen.
T.ex. Samsung Galaxy S10 har 5 kameror. 3 framåt (vidvinkel,normal,tele) och 2 bakåt.

Ny app 'SOS alarm'

Gör det möjligt för larmcentral att få information om exakt var man befinner sig vid 112
nödanrop.

Musik eller radio

Mycket bra ljud kan fås med Bluetooth högtalar kopplad till mobiltelefonen.

Hur mycket datatrafik har jag använt ?

Inställningar > Dataanvändning

Hur mycket minne har jag använt ?

Inställningar > Lagring. Rensa Cachlagrat ibland. Många appar (men inte alla) går att flytta
till SD-kort Inställningar > Program > Programhanterare > Välj App > Flytta.

Windows 10

Hjälp

Prova alltid att **högerklicka** för att få upp alternativ. Eller **Sök** = förstoringsglasat. Eller tryck **'F1'** för Hjälp och Supportcenter.

Kortkommandon

Tryck 'F1' knappen och sök 'Kortkommandon' eller 'Tangentbordsgenvägar'

Hur hitta dokument ?

Sök längst ner till vänster och skriv dokument namn.

Eller använd Utforskaren. Vid rubrik vänsterklicka pil. Välj.

Eller högerklicka och lägg till ny rubrik som kan göra det lättare att söka.

Eller i sökfältet längst till höger skriv t.ex. 'typ:doc filnamn:2018 innehåll:Moto E5'

Kopiera det du ser på skärmen

Sök appen 'Klipp och Skiss'. Inställningar (3prickar) sätt PrtScr knappen På. Kan därefter starta 'Klipp och Skiss' med PrtScr knappen. Kan välja mellan Rektangulärt-, Friform-, Fönster- eller Fullskärms-klipp > Öppna > Kan skriva kommentarer > Spara klipp

Sticky Notes / Fästisar

App för minnesanteckningar. Kan läggas i molnet för åtkomst av andra enheter.

Foxit Reader

App som kan mer än bara läsa pdf filer.

Mobiltelefon

Hur hitta dokument ?

Använd t.ex. appen 'Files'

Kopiera det du ser på skärmen

Använd t.ex. appen 'Snip-it' för att ta skärmdump på mobilen.

WiFi Direct

Med 'WiFi Direct' kan man ansluta enheter direkt till varandra utan att gå via router. På samma sätt som med Bluetooth men WiFi har längre räckvidd och högre hastighet.

NFC (Near Field Communication) trådlös överföring. Räckvidd ca 10cm. Kan användas för att läsa rfid taggar eller att betala med i stället för busskort och betalkort med Blippfunktion. T.ex. appen 'ResSaldo' kan läsa hur mycket det finns kvar på SL kortet. NFC bör vara avstängt när det inte används.

Röstinspelning

Använd t.ex. appen 'Röstinspelning' för att spela in ljud.

Windows 10

3 fingrar (PC-tidningen nr16 sid17)

Placera 3 fingrar på pekplattan. Dra neråt för att se skrivbordet. Dra höger och vänster för att växla mellan öppna fönster.

Seg webbläsare (PC-tidningen nr16 sid18)

Chrome webbläsare > 3prickar > Fler verktyg > Aktivitetshanterare > Avsluta processer som inte behövs.

Google Sites (PC-tidningen nr16 sid58)

Med Google Site kan man enkelt göra sin egen webbsida. Logga in på Google konto. Gå till www.sites.google.com Klicka på + längst ner till höger. Skriv titel i svarta fältet. Infoga text och bilder efter önskemål. Publicera med ett eget valt webb namn t.ex. hl-datacirkel
www.sites.google.com/view/hl-datacirkel

Mobiltelefon

Stoppa snokande appar (PC för Alla nr13 sid66)

Vid installation välj den app som bara begär behörighet till det som behövs. I efterhand gå till inställningar > Appar och aviseringar > Visa alla > Välj app och ändra behörighet.

Mobiler under 2500kr (PC för Alla nr14 sid34)

<u>Alcatel 1s64GB</u>	<u>1690kr</u>	
<u>Asus Zenfone MaxProM1 32GB</u>	<u>2000kr</u>	<u>Bra Val</u>
<u>Honor 10 Lite</u>	<u>2370kr</u>	<u>Bra Val</u>
<u>HTC Desire 12s</u>	<u>2090kr</u>	
<u>Huawei P Smart 2019</u>	<u>2190kr</u>	
<u>Motorola Moto G7 Power</u>	<u>2290kr</u>	
<u>Nokia 4.2</u>	<u>1990kr</u>	
<u>Samsung Galaxy A20e</u>	<u>1990kr</u>	
<u>Sony Aperia L3</u>	<u>1990kr</u>	
<u>Xiomi Redmi Note7</u>	<u>2290kr</u>	<u>Bäst i Test</u>

WiFi

Trådlös överföring som ersätter nätverkskabel mellan router och dator. Räckvidd ca 100m. Låt datatrafiken gå via WiFi hemma och på säkra platser. Gratis WiFi på offentliga platser är en säkerhetsrisk och bör undvikas. Inställningar > WiFi > På. Fungerar även utan mobil abonnemang (SIM kort). Med Inställningar > Anslutningar > **WiFi Direct** kan man ansluta enheter direkt till varandra utan att gå via router. Med apparna Skype (Microsoft) eller WhatsApp (Facebook) kan man låta samtal gå gratis via WiFi som datatrafik. Med Inställningar > Anslutningar > **WiFi Samtal** kan man använda WiFi där mobiltäckningen är dålig. Skillnaden mot t.ex. Skype är att andra parten kan vara ansluten på normalt sätt via mobilnätet utan stöd av någon app. WiFi tekniken förbättras hela tiden. Senaste standard 'ac' ger möjlighet till både 2,4 och 5 GHz överföring. Nästa standard 'ax' = WiFi 6 är på väg. App som t.ex. WiFi Analyzer kan ge detaljerad information om WiFi nät. Kan också användas för att testa bästa placeringen av routern i hemmet.

VAD ÄR EN FRAMTIDSFULLMAKT

- Fullmakten är en handling utställd till en specifik person. Ofta make eller maka men kan även vara någon annan person som har ditt förtroende.
- Den person som den är utställd på ges de i fullmakten beskrivna rättigheterna att för din räkning hantera ekonomiska och andra beslut när du fortfarande lever men själv inte är förmögen att hantera eller utföra dessa själv.
- I fullmakten skall också namnges en person som har till uppgift att granska och kontrollera att den som fått fullmakten utför uppdraget på korrekt sätt.
- Fullmakten skall bevittnas av två oberoende personer men behöver inte registreras hos någon myndighet.
- **Framtidsfullmakten skall inte förväxlas med ett Testamente som träder i kraft först efter det att du avlidit.**

OBS: Du som skriver en framtidsfullmakt bör noga sätta dig in i vad det innebär. Du kan även välja att skriva fullmakter till flera personer eller ange flera granskare. Är du tveksam om hur du gör detta bör du kontakta en jurist för att den skall bli korrekt utformad. Men om du känner dig säker på hur du vill ha det så finns det färdiga blanketter att ladda ner från internet. Vi vill här bara tipsa om ett exempel på detta.

Blanketten är en fil i PDF-format som går att fylla i på din egen dator. Ladda ner blankett-filen på din dator och ge den ett eget namn. Sedan kan du fylla i uppgifterna och skriva ut den. Du kan nå blanketten via vår hemsida på följande länk:

<https://www.hjart-lung.se/riksforbundet/stockholm/lokalforeningar/botkyrka-salem/dokument/ar-2019/>

Vi har hämtat blanketten från **Demensförbundet** på deras länk, där kan du också få tag på den:

http://www.demensforbundet.se/upload/documents/Om_demens/Lag_och_ratt/Framtidsfullmakt_Mall_2018.pdf

Här finns också en länk med lite beskrivande text om framtidsfullmakt hämtad från Konsumenternas.se:

<https://www.konsumenternas.se/spara/fakta/om-myndig-fullmakt/framtidsfullmakter>

Birger Höglund

Windows 10

Tor Browser (PCförAlla nr14 sid64)

www.torproject.org Slipp övervakning och surfa säkrare.

PDF till Word (PCförAlla nr15 sid10)

www.smallpdf.com/sv/pdf-till-word Översätter PDF dokument till WORD dokument

Tävla om miljoner (PCförAlla nr15 sid72)

www.challengesgov.se/pts-innovation

Över en miljon svenskar känner sig inte digitalt delaktiga, och många har aldrig ens använt dator/internet. Förslag till åtgärd efterfrågas.

Redigera PDF (PCtidningen nr17 sid 47)

Ashampoo PDF free

Arbetsminne RAM

Aktivitetshanterare > Prestanda > Minne

Sök 'Prestandaövervakaren' sedan öppna resursövervakaren > Minne

Skapa återställningsenhet

Bör göras en gång per år. Anslut ett USB eller SD-minne på minst 32 GB. Sök 'Återställning' och välj 'Skapa en återställningsenhet'. Kryssa i rutan 'Säkerhetskopiera.....' och sedan 'Nästa'. När det är klart (ca 20min) starta om datorn som test. Datorn skall nu starta från återställningsenheten. Välj språk > Stäng av > Ta bort USB minnet. Om inte kontrollera BIOS. Stoppa i BIOS innan Windows går igång genom att trycka t.ex. F12. Ändra '*Boot order*' så att USB kommer först. Vilken knapp som används för att stoppa i BIOS varierar mellan olika dator tillverkare. Vanligast F8, F10, F12, DEL eller ESC.

Mobiltelefon

Google Lens

Med appen *Google Foto* kan man öppna en bild, trycka på symbolen 'Google Lens' och få reda på vad bilden föreställer.

Mobilkommunikation

Trådlös överföring mellan mobilmaster(basstationer) och mobiltelefoner.

1G (NMT450 och 900) Analoga system som kom 1979

2G(GSM,GPRS,EDGE) Första digitala systemet kom 1991 och gav oss SMS (NOKIA)

3G(UMTS,HSPA) Kom 2000 och gav oss internet åtkomst 'Smartphones'

4G(LTE) Kom 2009 och gav oss IP telefoni, mobil TV, video konferans

5G väntas komma 2020 och ge oss hastigheter som närmar sig fast förbindelse.

Spela in trafiken (PCtidningen nr17 sid 31)

Nextbase 522GW 2500kr Kamera att sätta i bilen som spelar in trafiken.

Stoppa reklam m.m.

Windows 10:

Inställningar > Sekretess > Allmänt > Låt appar använda annonserings-ID ... Av Chrome > 3 prickar > Inställningar > Avancerat > Inställningar för webbplatsen > Aviseringar, Popup, Annonser

Ta bort ej önskade tillägg i Chrome > 3 prickar > Fler verktyg > Tillägg

Android Mobiltelefon:

Inställningar > Google > Annonser > Välj bort Anpassning av annonser.

Chrome > 3 prickar > Inställningar > Avancerat > Platsinställningar > Aviseringar Fråga först, Annonser Blockera.

Internetdelning (Hotspot/Surfzon)

Inställningar > Hotspot/Surfzon och internetdelning

Kan dela mobiltelefonens dataanslutning till andra enheter i närheten via USB, WiFi eller Bluetooth. Mobiltelefonen kommer att fungera som en router som andra enheter kan ansluta sig till.

Multiverktyg (PCförAlla nr16 sid32)

Radio, ficklampa och powerbank som drivs av dynamo för ca 400kr (www.kjell.com) för att klara strömbrott och utan batterier.

Hälssoappar (PCförAlla nr16 sid53)

7 appar som kan förbättra din hälsa

Accumbo Svenska tjänst för att behandla patienters blodtryck

Apple Hälsa Det här är både en app och plattform för att samla hälsodata

Google Fit Googles tekniska plattform för hälsodata

Lifesum Tongivande app inom segmentet viktnedgång

MyfitnessPal En av de största livsstilsapparna

Samsung Health Samsungs egen app för hälsa och motion

Sleep Cycle Håller koll på dina sömnrutiner

Gmail städning (PCförAlla nr16 sid71)

Välj den flik du vill tömma eller gör en sökning

Bocka i den lilla rutan 'select' uppe till vänster, strax under loggan

Lite till höger ovanför flikarna. Om det står text i blått. Klicka

Klicka på papperskorgen. Bekräfta.

Töm Papperskorgen direkt eller låt den tömmas automatiskt efter 30 dagar.

Sälja/Söka bostad (PCförAlla nr16 sid72)

www.hemnet.se

www.boneo.se Nytt alternativ

På följande sidor här nedan finns information om:
Android Mobiltelefoner

En smart mobil är förutom en vanlig mobiltelefon för samtal och SMS också en minidator med internet uppkoppling. Det finns ett antal olika Operativsystem. Det mest använda är **Android** från Google.

Mobilkommunikation

Trådlös överföring mellan mobilmaster(basstationer) och mobiltelefoner.

1G (NMT450 och 900) Analoga system som kom 1979

2G(GSM,GPRS,EDGE) Första digitala systemet kom 1991 och gav oss SMS (NOKIA)

3G(UMTS,HSPA) Kom 2000 och gav oss internet åtkomst 'Smartphones'

4G(LTE) Kom 2009 och gav oss IP telefoni, mobil TV, video konferans

5G väntas komma 2020 och ge oss hastigheter som närmar sig fast förbindelse.

IMEI kod

Sätts av mobiltillverkaren och anger Fabrikat + Typ + Serienummer. Ring '*#06#' får då upp IMEI koden. Skriv ner den för att kunna uppge till polisen om mobilen blir stulen.

www.imei.info ger teknisk information om mobilen.

www.imeipro.info ger information om mobilen är spärrad via EMEI koden.

SIM kort

Erhålles från operatören man tecknar abonnemang hos. Finns i 3 storlekar Standard, Micro och Nano. SIM kortet innehåller IMSI kod som anger Land + Operatör + Mobilnummer. SIM kortet har också minnesutrymme för att kunna lagra kontakter.

Snart kommer **e-sim**. Dagens SIM kort i mobilen är på väg att bytas ut till e-sim. Det är en extra krets i mobilen som inte behöver bytas utan man laddar ner den information som finns på dagens SIM kort från en QR-kod. Tar mycket mindre plats. Om mobilen inte behöver kunna öppnas kan den göras vattentät.

Nödsamtal på mobilen ICE (In Case of Emergency)

Om mobilen blir borttappad eller om man själv skulle bli medvetlös är det mycket bra om polis eller ambulanspersonal kan komma i kontakt med anhörig. Det går med hjälp av ICE nummer som man själv lägger in. Dessa nummer går att ringa till utan att behöva låsa upp mobilen. Kan också vara bekvämt för en själv att nå sina anhöriga. Hur man lägger in ICE nummer varierar. Sök efter ICE, Nödsamtal eller Krisinformation. Lägg in önskade kontakter från Kontaktlistan i Enheten t.ex. Hem, Maka/Make och barn.

Hur avancerad mobil behövs ?

Utvecklingen går fort med nya modeller varje år. Om man inte har behov av det allra senaste finns det mycket pengar att spara på att köpa en äldre/enklare modell. Duger utmärkt för de flesta.

Var hitta appar ?

Google Play Butik för Android mobiler. Apple Store för Apple Iphone mobiler. Microsoft Store för Windows mobiler och datorer. Undvik appar som begär tillgång till mer (t.ex kontakter eller position) än vad som behövs. Undvik appar med reklam (ibland även med köp möjlighet) som är vanligt i gratis appar. Det kan vara värt att betala för en app för att slippa sådant. Prova också att trycka i tomt utrymme på startsidan på mobilen. Välj Widgetar. Kan här välja ett antal olika Widgetar (mini-appar).

Ta bort appar

Håll nertryckt en stund på app ikonerna och för den till papperskorgen eller välj Avinstallera.

Vad kan man använda en smart mobiltelefon till ?

Även en gammal avlagd mobiltelefon kan användas till mycket utan att det kostar något. Oftast är det batteriet som lägger av och då är det bara att ha batteriladdare eller extra batteri (powerbank) anslutet. Tänk på brandrisken täck inte över laddare eller mobil. Mobiltelefonen innehåller många funktioner som kan användas till olika saker.

Följande fungerar utan vare sig mobilabonnemang (SIM kort) eller WiFi anslutning.

Mikrofon till mobilen kan också användas till att spela in ljud med (appen *Röstinspelning*) eller mäta ljudvolym (t.ex. appen *Ljudmätare*).

Högtalare till mobilen kan också användas till att lyssna på musik eller radio. Hörlurs sladden fungerar som radioantenn. Mycket bra ljud kan erhållas om mobilen kopplas till en Bluetooth högtalare.

Kamera att fotografera och filma med. Kan också användas som förstoringsglas. Kameran kan på många mobiler startas med att dubbel trycka Start knappen. Vid fotografering prova HDR (High Dynamic Range). En teknik för att få bättre kontraster i bilden. Det visar sig i bilder med en blandning av ljusa och mörka partier. Utan HDR blir de ljusa partierna för ljusa eller de mörka partierna för mörka. HDR skapar en balans mellan det ljusa och mörka. På så sätt framträder färgerna bättre. HDR fungerar inte bra då det är rörelse i bilden. Blir då suddigt.

Blixt till kameran kan också användas som ficklampa.

Positionssensor för att vrida text och bild på mobilen kan också användas som stegräknare (t.ex. appen *Stegräknare*) eller som vattenpass (t.ex appen *Bubble Level*).

Bluetooth trådlös överföring som ersätter bl.a. USB kablar. Räckvidd ca 10m. Kan bl.a. användas för att föra över bilder från mobiltelefon till bordsdator. Slå på mobilens Bluetooth. Inställningar > Enheter > Bluetooth. Slå på datorns Bluetooth. Inställningar > Enheter > Bluetooth. Välj din mobil i datorns lista över Bluetooth enheter. Öppna mobilens fotovisare Galleri och markera de bilder som ska överföras. Välj Dela Bluetooth. Bluetooth bör vara avstängt när det inte används.

NFC (Near Field Communication) trådlös överföring. Räckvidd ca 10cm. Kan användas för att läsa rfid taggar. NFC bör vara avstängt när det inte används.

GPS (Global Positioning System) för att se var man är.

Appen **Google Maps** kan användas utan vare sig mobilabonnemang (SIM kort) eller WiFi anslutning om kartan sparats på mobilen i förväg. Mycket bra om man är utanför mobiltäckning eller utomlands. Gå in på Google Maps > 3-streck högst upp till vänster > Offlinekartor > Välj din egen karta > Ladda ned.

Sedan Google Maps > 3 streck > Börja köra > Ange destination

eller Google Maps > 3 streck > Dina platser > Hem (t.ex. det hotell man bor på) > Spara.

Med WiFi anslutning

Trådlös överföring som ersätter nätverkskabel mellan router och dator. Räckvidd ca 100m.Låt datatrafiken gå via WiFi hemma och på säkra platser. Gratis WiFi på offentliga platser är en säkerhetsrisk och bör undvikas. **Inställningar > WiFi > På**. Kan låta samtal gå via WiFi som datatrafik med hjälp av t.ex. apparna *Skype* (Microsoft) eller *WhatsApp* (Facebook). Det går att använda sig av Inställningar > Anslutningar > **WiFi samtal** där

Datacirkel: Botkyrka-Salems HjärtLung-förening hösten 2019

mobiltäckningen är dålig. Skillnaden mot t.ex. Skype är att andra parten kan vara ansluten på normalt sätt via mobilnätet utan stöd av någon app. Kan också användas för att analysera WiFi nät och testa bästa placeringen av routern i hemmet (t.ex. appen WiFiAnalyzer). Med WiFi Direct kan man ansluta enheter direkt till varandra utan att gå via router. På samma sätt som med Bluetooth men WiFi har längre räckvidd och högre hastighet.

Kamera kan med WiFi också användas som övervakningskamera (t.ex. appen *Alfred*).

SmartTV mobil

Om TVn har HDMI ingång kan den göras om till SmartTV. Anslut *Chromecast* till TVn. Starta appen Google Home på mobilen. Konfigurera *Chromecast* att ansluta till samma WiFi som mobilen. Starta t.ex appen *SVTplay* eller *Youtube*. Klicka på *Casta* symbolen. Finns också Microsoft *Miracast*, Apple TV och *Xiaomi Box*.

Ställ frågor till mobilen

Google Assistent. Håll hemknappen nertryckt en stund. Säg Ok Google eller tryck mikrofon symbolen. Mobilen svarar med texten 'Lyssnar'. Ställ en muntlig fråga.

Med appen Google Foto kan man öppna en bild, trycka på symbolen 'Google Lens' och få förslag på vad bilden föreställer.

Skriva ut från mobilen

Anslut mobilen till det WiFi där skrivaren finns. Därefter
Inställningar > Flera anslutnings.. > Skriva ut > Hämta insticksprogram > Aktivera

GPS med WiFi eller Mobildata anslutning

Kan lägga upp unik ikon som visar vägen för bil, allmän kommunikation, cykel eller promenad. Gå till Widgetar (se *Var hitta appar* sid 2) välj *Maps* och sedan *Vägbeskr.* För ikonerna till Startsidan. Välj färdsätt, destination och namn. Spara.

Visa var jag varit

Med 'Google Maps' kan man i efterhand se alla platser man varit på och när.

Inställningar > Privat > Plats På eller

Google Maps > '3 streck' > Dina platser > 'Kugghjul' > Platsinställningar

Då registreras alla rörelser och därefter gå in på

Google Maps > '3 streck' > Din tidslinje > stega dag för dag bakåt i tiden

Visa vänner var jag är

Google Maps > '3 streck' > Platsdelning

Följande kräver mobilabonnemang (SIM kort)

Internetdelning (Hotspot/Surfzon)

Inställningar > Hotspot/Surfzon och internetdelning. Kan dela mobiltelefonens mobildata anslutning till andra enheter i närheten via USB, WiFi eller Bluetooth. Mobiltelefonen kommer att fungera som en router som andra enheter kan ansluta sig till.

Betala med mobilen

Swish är vanligaste appen men fungerar bara i Sverige. Ange mottagarens mobilnummer, summa och eventuellt meddelande. Godkänn överföring med Mobil BankID app från ett konto som valts vid installation av Swish appen. Kan gå in på www.getswish.se/qr/ och skapa en QR kod som går att skriva ut som sen kan användas för att enkelt föra över pengar till det mobilnummer som angivits i QR koden. NFC tekniken möjliggör betalningar som med busskort och betalkort med Blippfunktion. Alltså utan någon kod utan bara hålla mobiltelefonen helt intill läsaren.

Vilken Android version har jag ?

Inställningar > Om enheten > Programinfo

Vilken webbläsare har jag ?

Google Chrome förinstallerad.

Vilken surfhastighet har jag ?

Gå till www.bredbandskollen.se och klicka på 'Starta mätning'.

Vilken IP adress har jag ?

Gå till www.whatismyip.com . Intern IP adress Inställningar > Om enheten > Status.

Hur mycket datatrafik har jag använt ?

Inställningar > Dataanvändning

Hur mycket minne har jag använt ?

Inställningar > Lagring. Rensa Cachlagrat ibland. Många appar (men inte alla) går att flytta till SD-kort Inställningar > Program > Programhanterare > Välj App > Flytta.

Vad bör göras regelbundet ?

Varje dag: Stäng alla öppna fönster

Varje vecka: Starta om mobilen.

Varje månad: Säkerhetskopiera tagna foton

Varje år: Städa. Ta bort Cachlagrat data, Appar som inte används. Töm Mediaappar t.ex. Spotify och WhatsApp på lagrad data.

Säkrare mobil

Skärmlås gå till Inställningar > Låsskärm och säkerhet > Skärmlåstyp

PIN kod samma som till SIM kort är enkelt att komma ihåg. Mönster är snabbast.

Dataroaming "AV" om man reser utanför EU. Inställningar > Mobilnätverk

Neka åtkomst för okända källor. Gå till Inställningar > Låsskärm och Säkerhet och slå av *Okända källor*.

Säkerhetskopiering. Gå till Inställningar > Säkerhetskopiera. Kan välja mellan att kopiera till Google konto eller Samsung konto på en Samsung mobil.

Håll mobilen uppdaterad. Gå till Inställningar > Om enheten > Programvaruuppdatering.

Google Chrome. I webbläsaren tryck på 3 punkter > Inställningar > Avancerat > Sekretess och slå på *Säker webbsökning*. Samt Inställningar > Platsinställningar > Cookies Tillåts, men inte från tredje part

Hitta och radera mobilen från distans. Gå till Inställningar > Google > Säkerhet (eller Inställningar > Låsskärm och Säkerhet > Hitta min mobila enhet) och slå på *Hitta enheten via webben* och *Tillåt fjärrlåsnings och fjärrrensning*. Sedan kan man logga in på sitt Google konto <https://myaccount.google.com> från annan enhet och klicka på 'Find your phone' > 'Locate'. Får då upp en karta som visar var mobilen finns.

Låt Google säkerhetskontrollera dina appar. Gå till Inställningar > Google > Säkerhet och slå på *Verifiera appar*.

Spara på batteri

Inställningar > Batteri > Batterisparläge eller

Stäng av GPS, Bluetooth och NFC. Gå in på Inställningar > Batteri för att se om någon app drar extra mycket batteri. Fundera då en extra gång om den appen behövs. Gå sedan in på Inställningar > Konton och se vilka appar som Synkroniseras regelbundet. Behövs det eller kan det göras mer sällan.

Sekretess

Stänga av platsinformation,
Inställningar > Privat eller Google > Plats AV,

Datacirkel: Botkyrka-Salems HjärtLung-förening hösten 2019

Inställningar > Google > Plats > Platshistorik > Platshistorik AV,
Inställningar > Google > Googlekonto > Data och anpassning > Webb och appaktivitet AV.
Kontrollera vad nedladdade appar har tillgång till. Inställningar > Appar > Behörighet.
Begränsa behörighet eller ta bort appar som vill komma åt onödigt mycket.
Stoppa riktad reklam. Inställningar > Google > Annonser > Välj bort Anpassning av
annonser. Chrome > 3 prickar > Inställningar > Avancerat > Platsinställningar > Aviseringar
Fråga först, Annonser Blockera.
Radera historik. Chrome > 3 prickar > Historik > Rensa webbinformation > Tidsintervall
Genom tiderna, Pricka för allt > Rensa data.
Chrome > 3 prickar > Historik > myactivity.google.com > 3 prickar > Delete activity by
>Ändra till *All time* > Delete(längst ner) > Delete(längst ner i text).

Snabbare mobil

Avinstallera eller Inaktivera appar som inte används. Gå till Inställningar > Program > Programhanterare. Tryck på knappen längst ner som visar alla öppna fönster. Stäng av alla. Starta om mobilen ibland (minst en gång i veckan). Rensa Cacheminnet.

Vid problem

Starta om mobilen. Rensa Cacheminnet och starta om. Om problemet är oönskade fönster radera historik i Chrome och blockera popup fönster, annonser och aviseringar (se under rubrik Sekretess). Gå till Inställningar > Återställ inställningar och starta om. Sista utväg kopiera kontakter och bilder och därefter gå till Inställningar > Återställ till fabriksdata. Om det inte går att komma åt Inställningar direkt finns metoder som varierar mellan olika tillverkare.

Samsung Tryck på strömknappen + volym upp + hem samtidigt tills mobilen startar.

LG Tryck på strömknappen + volym ned samtidigt tills mobilen startar. Släpp och tryck omedelbart på samma knappar igen.

Motorola Tryck på strömknappen + hem samtidigt tills mobilen startar.

Borttappad mobil

Ring till den. Spåra. Radera. Spärra SIM kort. Polisanmäl med IMEI kod.

Ny mobiltelefon

På gamla mobilen. Säkerhetskopiera till Google konto eller exporter alla kontakter till SIM kortet eller SD kortet och kopiera alla bilder till en dator.

Flytta över SIM kortet och SD kortet till den nya mobilen. Kan behöva beställa nytt mindre SIM kort från operatören.

Starta nya mobilen. Skriv PIN kod för SIM kortet. Anslut till WiFi. Lägg in skärmlås. Ring till *#06# och skriv ner och spara IMEI koden. Importera alla kontakter från SIM kortet, SD kortet eller från Google kontot till enheten. Lägg in ICE kontakter. Lägg in Epost

Ta bort de appar som inte behövs från Startsidan på mobilen

Gå till Alla Appar och hämta de appar som används ofta till Startsidan

Gå till Play Butik och hämta de appar som saknas i Alla Appar listan.

Radera allt

Om gamla mobiltelefonen skall skrotas eller säljas bör den tömmas på allt personligt innehåll. Inställningar > Säkerhetskopiera och återställ > Återställning till fabriksdata > Återställ enhet > Radera allt.

Sten Halvarsson