



21.oktober 2025





Bente Støverud

 Shopping List:

- eggs..

Handleliste

- Maling
- Grunning
- Rull
- Vaskemiddel
- Hansker
- Mikrofiberkeet
- Pensler
- Tape

Handliste!

- Kivi 2
- Barna x 3
- Helt x 2
- Uronen *
- Sipilä Kallio x 2
- Makari Kallio x 2
- Hain 2pk x 2
- Perhe
- Apul
- Barna FP
- Kallio Kallio FP
- Kallio Kallio FP
- Gård x 2
- Kalev x 2pk
- Ris
- Pulke x 2pk
- Kallio Kallio x 3
- Hain forest x 3
- Tornio x 3
- Tornio Kallio 2pk
- Inda Kallio on on
- Ort *
- Barna post
- Torne Kallio
- Kallio Kallio x 3

- Kanner = 2
- Soft enger = 1
- Schenkel
- Deno Kanner = 1
- Papapelle
- Zule =
- Brückner
- Al. Folge
- Zulepotter = 3

- Name: Kornel
- Alter: 7
- Bleier: 6
- Wohnfläche: 1
- Terasse: 2
- Terrasse: 2
- Kellerräumung: 4
- Kellerräumung: 2

- Comp 2
- Kabonader

KIWI mini
handeliste

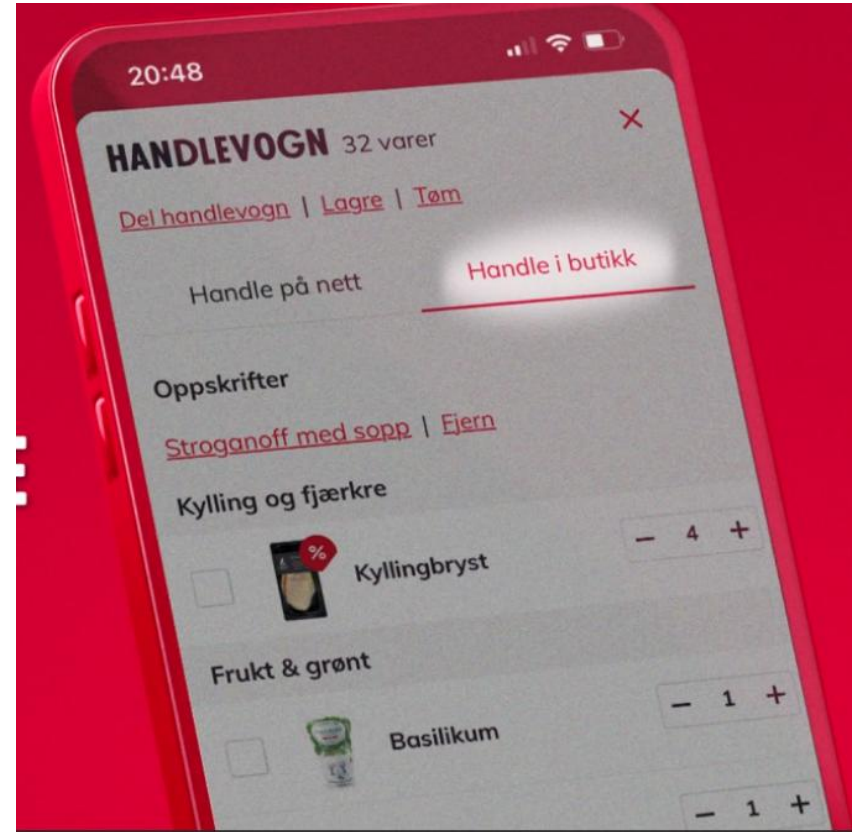
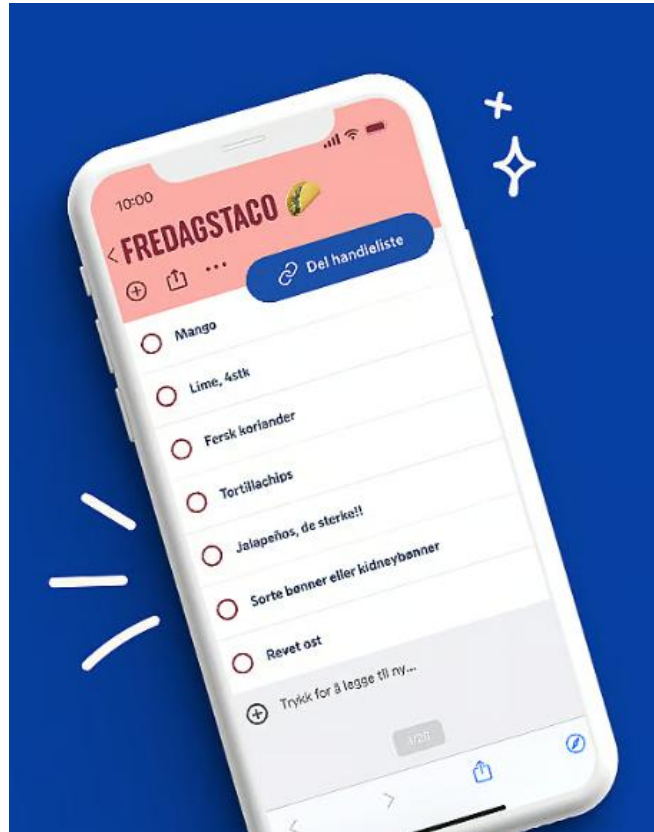
- Kyllingfilet
Laks
Bacon
Biffstrimler
Kokosmelk
Macadamianøtter
- Banan
Avokado
Chili
Jalapeño
Brinsbær (frost)
Varlekk

Notes

A man with a beard and short dark hair is shown from the chest up, wearing a white t-shirt. He has his hands pressed against his eyes and forehead, with a pained or frustrated expression on his face. His mouth is open in a grimace, showing his teeth. The background is a plain, light-colored wall. To the right of his head, there is a large, orange, cloud-shaped speech bubble containing text. Three small orange circles lead from the bubble to his forehead.

**HVOR LA JEG
HUSKELAPPEN
??**

MANGE BUTIKKER TILBYR DIGITALE HANDLELISTER



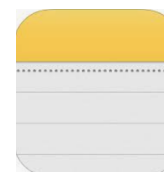
DETTE ER KUN HANDLELISTER

Bente Støverud



Det finnes mange ulike huske-apper

- Google Keep
- Todoist
- Any.do
- TickTick
- Notion
- Notater



**Jeg vil
presentere**

....

**To Do –
appen**

Hva er Microsoft To Do?



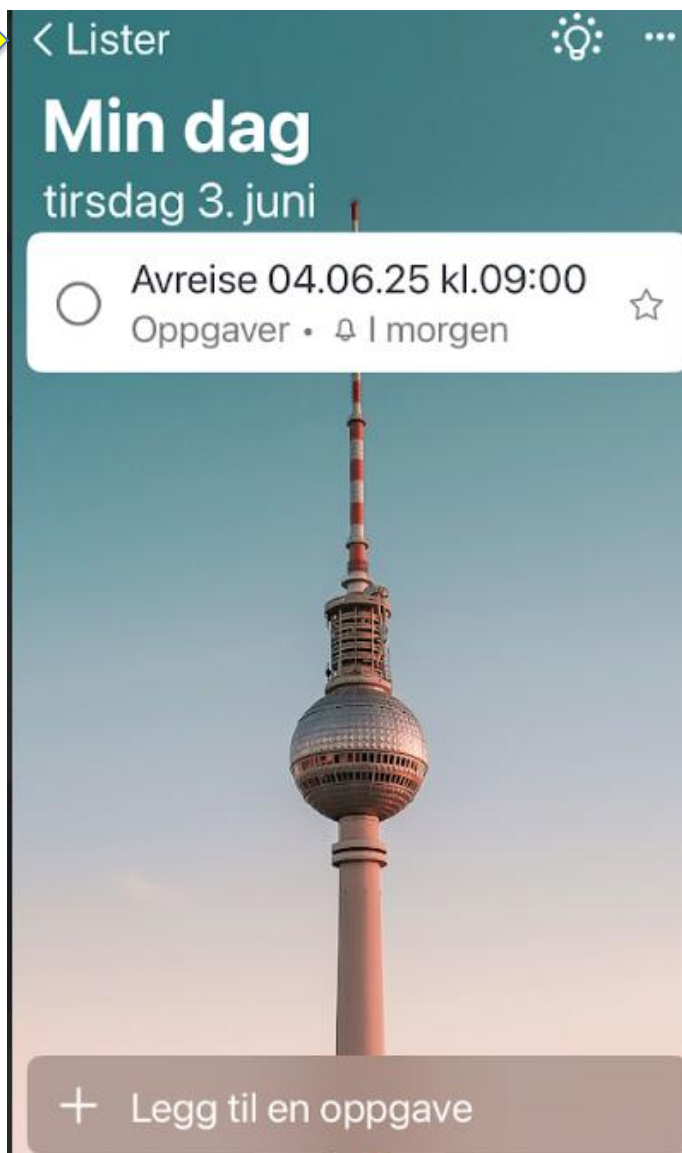
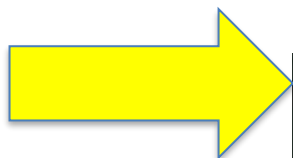
Slik kommer du i gang

1. Last ned appen fra App Store eller GooglePlay
2. Åpne appen og logg inn med din Microsoft-konto
3. Nå er du klar!

Dette skal vi prøve i slutten av økta...



Når du har lastet ned appen...



 **Bente Støverud** 

 Min dag 1

 Viktig 4

 Planlagt 1

 Oppgaver 1

 **HANDLELISTE**  2

 Hytta  1

 HUSK  7

 Barnebarn 

 TYRKIA  10

 **Ny liste** 

< Lister

2

DEL LISTE

HANDLELISTE

☐ Brød



☐ Eplejuice



✓ Fullført

☒ Salat



☒ Frus



☒ Melk



☒ Pålegg



☒ Middag



☒ Poteter



+ Legg til en oppgave

Dele liste med andre

- Trykk på 'Del' i en liste

- Send invitasjon til andre

- Dere kan jobbe sammen om oppgavene

**Om ikke kan
gjøre innkjøp
selv....
eller om du
hjelper andre
med innkjøp**



Send gubben på butikken....

- og fortsett og skriv mens han er ute og handler...



Bente Støverud

HANDLELISTE		
☐	Brød	☆
☐	Eplejuice	☆
▼ Fullført		
☒	Salat	☆
☒	Frus	☆
☒	Melk	☆
☒	Pålegg	☆
☒	Middag	☆
☒	Poteter	☆

Du kan
lage lister
for alt du
måtte
ønske

≡	HANDLELISTE	00	2
≡	Hytta	00	1
≡	HUSK	00	7
≡	Barnebarn	00	
≡	TYRKIA	00	10
≡	Helse		14
≡	IMAL		2
≡	SENIORNETT		7
≡	VERTIKAL		

< Lister



Gi nytt navn til liste

Liste uten navn

Listealternativer Fullført

📄 Gi nytt navn til liste

⌵ Sorter >

🎨 Endre tema >

🔄 Dupliser liste

🖨️ Skriv ut liste

📤 Send en kopi

🗑️ Slett liste

< Lister



Handleliste (1)

Del liste

+ Legg til en oppgave

< Lister



Liste uten navn

Listealternativer Fullført

📄 Gi nytt navn til liste

⌵ Sorter >

🎨 Endre tema >

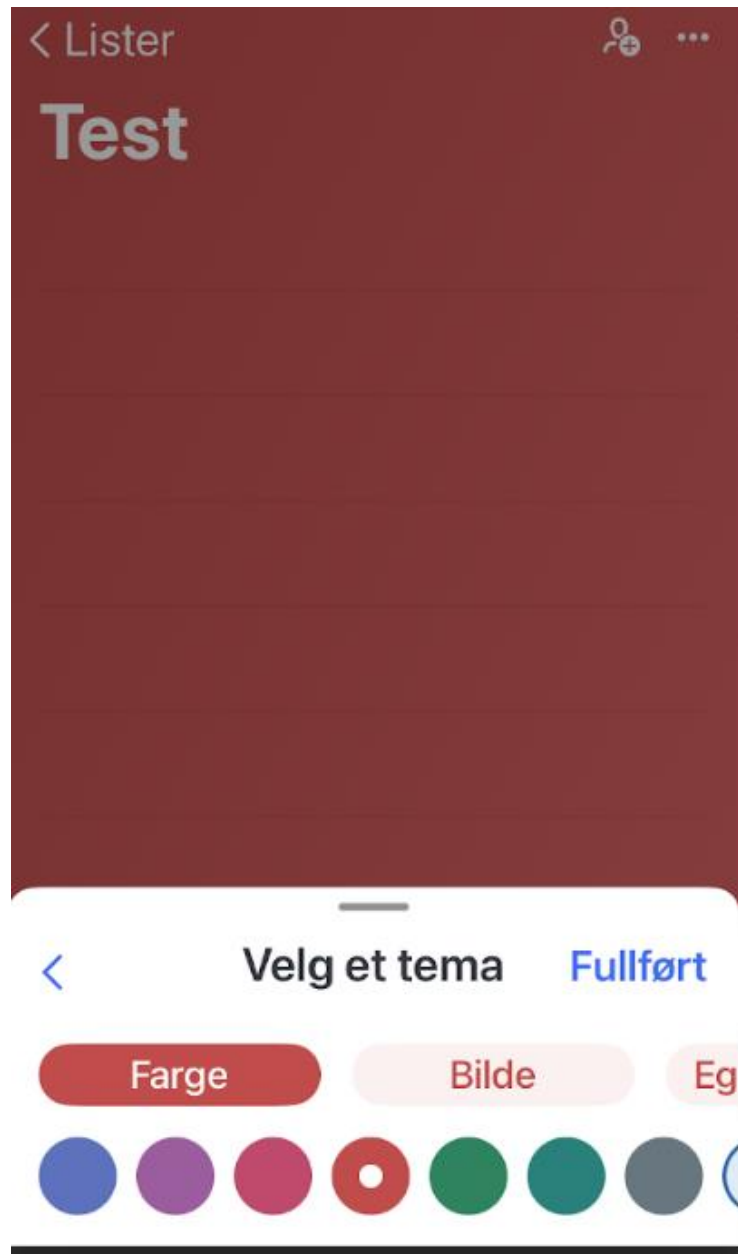
🔄 Dupliser liste

🖨️ Skriv ut liste

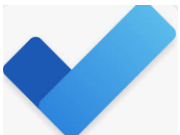
📤 Send en kopi

🗑️ Slett liste





Arbeidsøkt

- Last ned Microsoft TO DO  i Appstore eller Google Play
- Åpne appen og logg inn med din Microsoft-konto
- Lag en HANDLELISTE

Slik oppretter du en ny liste

TRINN

BESKRIVELSE

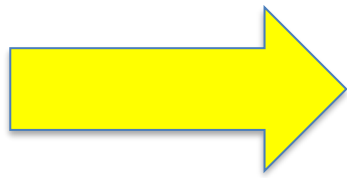
- | | |
|---|--|
| 1 | Trykk på 'Ny liste' nederst i venstre hjørne |
| 2 | Skriv inn et navn for listen |
| 3 | Velg farge eller bakgrunnsbilde |
| 4 | Trykk 'Lagre' for å opprette listen |

Benytter du fordelene du har ved å være medlem i Seniornett?

www.seniornett.no › [logg-inn](#)

[Logg inn - Seniornett Norge](#) ✓

Seniornett Norge er et nettverk for senere som tilbyr tips, triks, opplæring og datahjelp. For å logge inn må du bruke brukernavn eller e-post og passord.



<https://www.seniornett.no/logg-inn/>

Logg inn

Publisert 16.02.2017 Oppdatert 25.03.2020

[SKRIV UT](#)

Username or Email

bente@stoverud.no

Password

.....

☐ **Remember Me**

Log In

[Lost your password?](#)

Når du har logget inn kommer du til denne forsiden



Anbefaling: Grønn reise (del av Vy)

Publisert 29.09.2025 Oppdatert 29.09.2025

[SKRIV UT](#)

Visste du at du kan få gratis aviser og tidsskrifter gjennom VY-appen? Vy-appen fungerer på alle smarttelefoner og nettbrett. Der er det en seksjon som heter Grønn reise. Der finner du mye interessant.

Vy er togselskapet som tidligere het NSB. De har laget en app hvor du blant annet kan finne togreiser og kjøpe billetter.

Det mange ikke er klar over er at det der i tillegg legges ut både aviser, blader og lydbøker helt gratis. Du kan lese dette selv om du ikke har kjøpt noen billetter hos Vy. Den eneste forutsetningen er at du har opprettet en brukerprofil hos Vy. Det er enkelt og gratis.

<https://www.seniornett.no/logg-inn/>

TAKK FOR I DAG

*Velkommen til foredrag
tirsdag 28.10 :*



WIFI



v/ Geir Pettersen