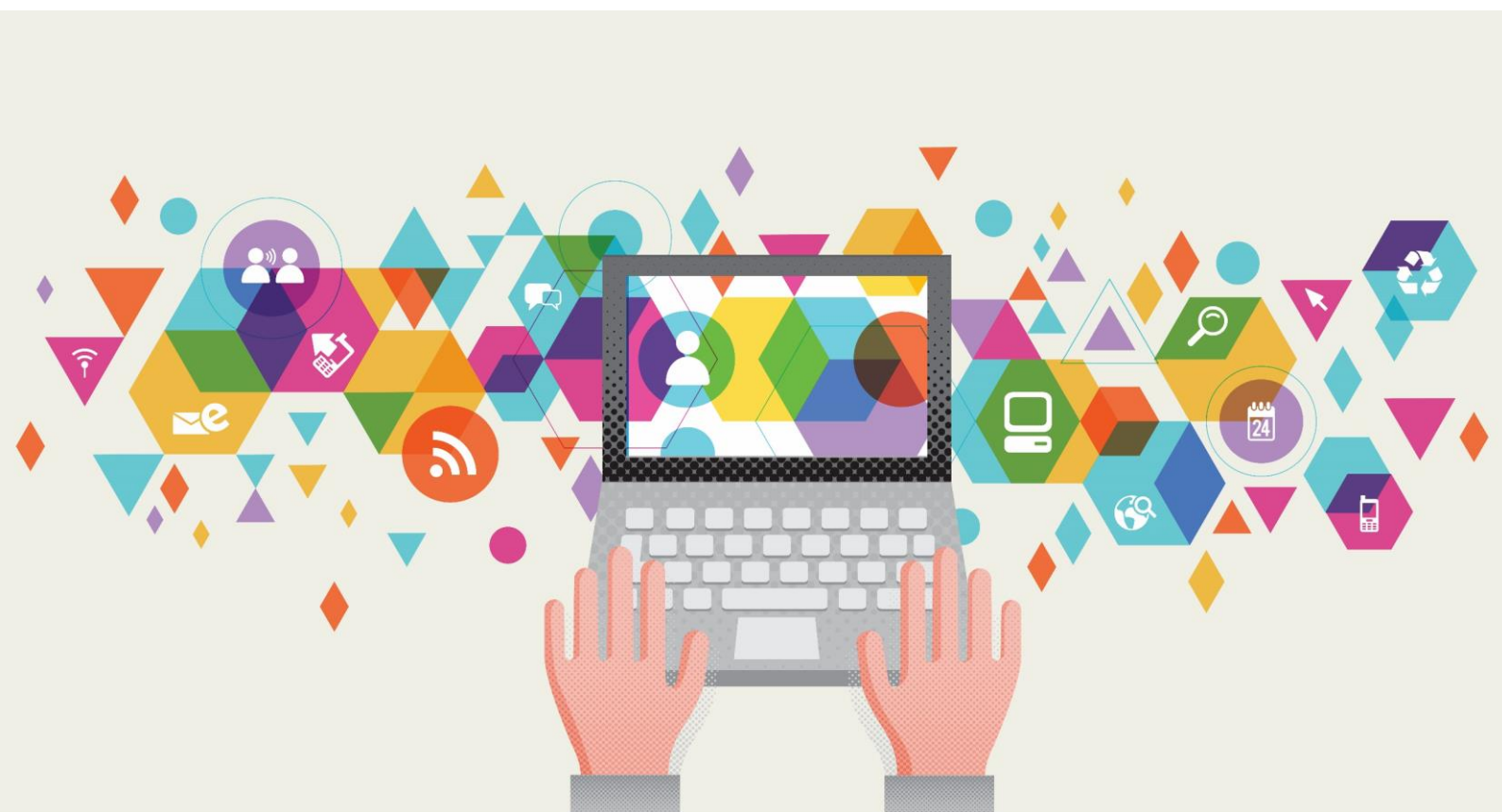




E-obywatel nowe umiejętności cyfrowe

Informacje o projekcie



KRAJOWA IZBA GOSPODARCZA



1. Uczestnicy szkoleń

- Osoby w wieku 18 lat i powyżej
- Mieszkańcy gmin biorących udział w Projekcie w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego (miejscem zamieszkania osoby fizycznej jest miejscowość, w której osoba ta przebywa z zamiarem stałego pobytu);
- Osoby nieposiadające kompetencji obsługi komputera z dostępem do Internetu (lub posiadających je w stopniu podstawowym), zainteresowanych udziałem w szkoleniach

2. Miejsce realizacji szkoleń

Szkolenia zostaną zrealizowane na terenie Gminy Starogard Gdański – lokalizacje szkoleń zależne od ilości osób zebranych w danym rejonie (grupa licząca od 7-10osób które deklarują jeden z tematów szkolenia).

3. Okres przeznaczony na rekrutację oraz realizację szkoleń

Do końca 10.2019 – do momentu wyczerpania się liczby miejsc w projekcie.

4. Dokumentacja zgłoszeniowa do projektu uczestników szkoleń

- Umowa szkoleniowa wraz z załącznikami (w dwóch egzemplarzach)
 - Formularz zgłoszeniowy uczestnika projektu (Załącznik nr 1)
 - Oświadczenie o zapoznaniu się obowiązkiem informacyjnym (Załącznik nr 2)
 - Zgoda na przetwarzanie danych osobowych (Załącznik nr 3)
 - Zgłoszenie na szkolenie (Załącznik nr 4)

Wzory dokumentacji zgłoszeniowej do pobrania na portalu projektu pod adresem:
<https://e-obywatel.eduportal.pl/>

5. Tematy szkoleniowe realizowane w projekcie

W projekcie realizowanych jest 9 tematów szkoleniowych z zakresu podstawowych kompetencji cyfrowych:

Nazwa szkolenia:	Czas trwania
Obsługa komputera i internetu	8 godz.
E-usługi publiczne	4 godz.
Edukacja: uczyć się przez internet i zdobywam kwalifikacje	4 godz.
E-finance: zarządzam swoimi finansami, kupuję taniej	4 godz.
Odpoczynek i hobby: wypełniam wolny czas i rozwijam swoje hobby	4 godz.
Praca i rozwój zawodowy: znajduję pracę i podnoszę kwalifikacje zawodowe	4 godz.



Nazwa szkolenia:	Czas trwania
Relacje z bliskimi: utrzymuję stosunki towarzyskie	4 godz.
Sprawy codzienne i zaangażowanie obywatelskie: załatwiam sprawy urzędowe bez wychodzenia z domu, robię zakupy online, planuję przejazdy i podróże, zdobywam wiedzę o gminie, kraju, świecie	4 godz.
Zdrowie: korzystam z systemu opieki zdrowotnej, uzyskuję informacje i samopomoc zdrowotną	4 godz.

Dokładne zakresy szkoleń zamieszczono w załączniku nr 2.

7 Czas i forma realizacji szkoleń

- Szkolenia realizowane są w formie stacjonarnej z udostępnionym dla uczestników e-learningiem (tzw. blended learning)
- Szkolenia zostaną zrealizowane nie później niż do końca **10.2019**.
- Liczebność grupy szkoleniowej powinna wynosić nie mniej niż 10 osób.

8 Limit szkoleń na uczestnika/gminę

- Dany uczestnik może wziąć udział tylko w 1 szkoleniu.
- Jeżeli jest więcej chętnych w danej gminie na szkolenie można uruchomić kilka grup szkoleniowych. Nie ma limitu grup szkoleniowych dla gminy.



Załącznik nr 1 Wykaz gmin objętych wsparciem w projekcie

Projekt realizowany jest na terenie poniższych 68 gmin:

Lp.	Województwo	Gmina	Kod gminy
1	Lubelskie	Nielisz	0301
2	Lubuskie	Bogdaniec	0401
3	Lubuskie	Bytom Odrzański	0402
4	Lubuskie	Nowogród Bobrzański	0403
5	Lubuskie	Tuplice	0404
6	Łódzkie	Gidle	0501
7	Łódzkie	Opoczno	0502
8	Mazowieckie	Bielsk	0601
9	Mazowieckie	Drobin	0602
10	Mazowieckie	Mała Wieś	0603
11	Mazowieckie	Nowy Duniów	0604
12	Mazowieckie	Radzanowo	0605
13	Mazowieckie	Rościszewo	0606
14	Mazowieckie	Słubice	0607
15	Mazowieckie	Wyszogród	0608
16	Podlaskie	Czeremcha	0701
17	Podlaskie	Hajnówka	0702
18	Podlaskie	Juchnowiec Kościelny	0703
19	Podlaskie	Kleszczele	0704
20	Podlaskie	Lipsk	0705
21	Podlaskie	Łomża	0706
22	Podlaskie	Perlejewo	0707
23	Podlaskie	Puńsk	0708



Lp.	Województwo	Gmina	Kod gminy
24	Podlaskie	Siemiatycze	0709
25	Podlaskie	Stawiski	0710
26	Podlaskie	Suwałki	0711
27	Pomorskie	Bobowo	0801
28	Pomorskie	Debrzno	0802
29	Pomorskie	Gniewino	0803
30	Pomorskie	Karsin	0804
31	Pomorskie	Kartuzy	0805
32	Pomorskie	Kosakowo	0806
33	Pomorskie	Lubichowo	0807
34	Pomorskie	Przodkowo	0808
35	Pomorskie	Pszczółki	0809
36	Pomorskie	Skarszewy	0810
37	Pomorskie	Skórcz	0811
38	Pomorskie	Słupsk	0812
39	Pomorskie	Starogard Gdański	0813
40	Pomorskie	Sztutowo	0814
41	Pomorskie	Wicko	0815
42	Pomorskie	Żukowo	0816
43	Warmińsko-Mazurskie	Budry	0901
44	Warmińsko-Mazurskie	Działdowo	0902
45	Warmińsko-Mazurskie	Młynary	0903
46	Warmińsko-Mazurskie	Olecko	0904
47	Warmińsko-Mazurskie	Pozezdrze	0905
48	Warmińsko-Mazurskie	Ruciane-Nida	0906



Lp.	Województwo	Gmina	Kod gminy
49	Warmińsko-Mazurskie	Węgorzewo	0907
50	Zachodniopomorskie	Będzino	1001
51	Zachodniopomorskie	Bierzwnik	1002
52	Zachodniopomorskie	Boleszkowice	1003
53	Zachodniopomorskie	Czaplinek	1004
54	Zachodniopomorskie	Człopa	1005
55	Zachodniopomorskie	Dobra	1006
56	Zachodniopomorskie	Kalisz Pomorski	1007
57	Zachodniopomorskie	Kołbaskowo	1008
58	Zachodniopomorskie	Krzęcin	1009
59	Zachodniopomorskie	Łobez	1010
60	Zachodniopomorskie	Mielno	1011
61	Zachodniopomorskie	Ostrowice	1012
62	Zachodniopomorskie	Połczyn-Zdrój	1013
63	Zachodniopomorskie	Przelewice	1014
64	Zachodniopomorskie	Radowo Małe	1015
65	Zachodniopomorskie	Sianów	1016
66	Zachodniopomorskie	Siemyśl	1017
67	Zachodniopomorskie	Szczecinek	1018
68	Zachodniopomorskie	Złocieniec	1019



Szkolenie – Obsługa komputera i internetu

RKKC – 1.1. Przeglądanie, szukanie i filtrowanie informacji

RKKC - 1.3. Przechowywanie i wyszukiwanie informacji

Czas trwania szkolenia	Metoda dostarczania szkolenia
8 H	<i>blended learning</i>
Informacje o szkoleniu	
Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy oraz umiejętności pozwalających na korzystanie z komputera i systemu operacyjnego Windows, pracę z plikami i folderami, obsługę klawiatury i myszy, a także obsługę Internetu w zakresie uruchamiania stron internetowych, poruszania się po nich oraz wyszukiwania informacji.	
Czego się nauczysz	
• Uruchamiać i wyłączać komputer. • Korzystać z urządzeń wejścia (klawiatura, mysz). • Uruchamiać programy komputerowe. • Pracować z plikami i folderami. • Łączyć się z Internetem. • Korzystać ze stron internetowych. • Wyszukiwać informacje w Internecie. • Zmieniać podstawowe ustawienia systemu. • Zachowywać zasady bezpieczeństwa podczas pracy w sieci. • Diagnostować proste problemy.	
Uczestnicy szkolenia	
Szkolenie dedykowane jest osobom początkującym, które nie znają zasad obsługi komputera i nie potrafią korzystać z Internetu w stopniu podstawowym. Osoby, które ukończą szkolenie, nabydą wiedzę i umiejętności wystarczające do skorzystania z dowolnego z pozostałych szkoleń podstawowych.	
Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (<i>kursywą</i> zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)	
• Podstawy obsługi komputera ○ Jak poprawnie uruchamiać i wyłączać komputer? ○ Jak obsługiwać pulpit i pasek zadań? ○ Jak uruchomić program zainstalowany na komputerze? ○ Jak dostosować ustawienia ekranu i dźwięku komputera do swoich potrzeb? ○ Jak wprowadzać dane do komputera?	



- Pliki i foldery
 - Czym są i do czego służą pliki oraz foldery?
 - Jak wykonywać podstawowe operacje na plikach?
- Urządzenia podłączane do komputera
 - Jak korzystać z zewnętrznych nośników danych?
 - Jak obsługiwać zewnętrzne urządzenia podpięte do komputera?
- Obsługa Internetu
 - Jakie są możliwości podłączenia do Internetu?
 - Jak korzystać z przeglądarki internetowej?
 - Jak poruszać się po stronach internetowych?
 - Jak szukać informacji w Internecie?
 - *Jak usprawnić korzystanie z Internetu?*
 - *Bezpieczeństwo w sieci*
- Korzystanie z lekcji e-learningowych
 - Wymogi techniczne
 - Uruchamianie lekcji



Szkolenie - E-usługi publiczne

RKKC – 8.1. Korzystać: załatwiam sprawy urzędowe bez wychodzenia z domu

Czas trwania szkolenia

4 H

Metoda dostarczania szkolenia

blended learning

Informacje o szkoleniu

Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na korzystanie z elektronicznych usług publicznych, z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa i dostępnych metod uwierzytelnienia.

Czego się nauczysz

- Gdzie szukać informacji na temat usług dostępnych elektronicznie?
- Jak wypełniać formularze?
- Jak podpisywać wnioski?
- Jak wysyłać wnioski i pisma do urzędów oraz innych instytucji?

Uczestnicy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom zainteresowanym wykorzystaniem Internetu do załatwiania różnego rodzaju spraw (urzędowych i innych). Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.

Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (*kursywą zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu*)

- Czym są elektroniczne usługi publiczne?
 - Czym są usługi elektroniczne?
 - Jakie usługi elektroniczne są już dostępne?
- Czym jest i do czego służy platforma ePUAP?
 - Gdzie znaleźć usługi elektroniczne?
 - Jak założyć konto na ePUAP?
- Jak korzystać z platformy ePUAP?
 - Jak korzystać z zewnętrznych nośników danych?
 - Jak obsługiwać zewnętrzne urządzenia podpięte do komputera?
- W jaki sposób uwierzytelnić dane na ePUAP?
- Jak uruchomić usługę i przygotować elektroniczny wniosek?
- *Jak podpisać i wysłać wypełniony wniosek?*
- *Jak prowadzić korespondencję z urzędem za pomocą ePUAP?*
 - *Jak upewnić się, czy wniosek jest złożony?*
 - *Korespondencja z urzędem – jak to zrobić elektronicznie?*



- *Jak zrealizować przykładowe e-usługi publiczne?*
 - *Jak zdobyć kartę EKUZ?*
 - *Jak złożyć deklarację dot. podatku od nieruchomości?*
 - *Jak złożyć wniosek Rodzina 500+?*
 - *Jak złożyć wniosek o wydanie dowodu osobistego?*
- *Gdzie – oprócz ePUAP – szukać e-usług?*
- *Jak zrealizować inne przykładowe e-usługi?*
 - *Jak wyrobić kartę komunikacji miejskiej?*
 - *Jak zapisać dziecko do placówki edukacyjnej?*



Szkolenie – Edukacja: uczyć się przez internet i zdobywam kwalifikacje

RKKC – 3.1. Zdobynam nowe kwalifikacje

RKKC – 3.2. Uczę się przez Internet

RKKC – 3.3. Tworzę zasoby edukacyjne i dzielę się nimi

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

Czas trwania szkolenia	Metoda dostarczania szkolenia
4 H	<i>blended learning</i>
Informacje o szkoleniu	
Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na aktywne i świadome korzystanie z różnych form kształcenia się oraz zdobywania kwalifikacji z wykorzystaniem Internetu.	
Czego się nauczysz	
• Jak wyszukać i wybrać właściwą dla siebie formę kształcenia? • Jak uczyć się samodzielnie za pomocą e-learningu, serwisów wideo itd.? • Jak zdobywać informacje w różnych źródłach internetowych? • Jakie możliwości daje Internet w zakresie nauki języków obcych?	
Uczestnicy szkolenia	
Szkolenie dedykowane jest osobom zainteresowanym poszerzaniem wiedzy, zdobywaniem kwalifikacji, wykorzystaniem różnych źródeł informacji i form edukacji za pomocą Internetu. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.	
Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (<i>kursywą</i> zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)	
• Jak znaleźć w Internecie informacje na temat kształcenia? • Jak znaleźć szkołę językową w swojej okolicy? • <i>Jak szukać informacji na stronach szkół i uczelni?</i> • Jak korzystać z edukacyjnych platform elektronicznych? • Jak korzystać ze słowników internetowych? • Jak korzystać z tłumacza online? • <i>Jak korzystać ze szkoleń elektronicznych?</i> • Jak wymieniać się w sieci doświadczeniami z innymi uczącymi się? • Jak uczyć się za pomocą internetowych serwisów wideo? • <i>Jak uczyć się języka online?</i> • <i>Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?</i> • <i>Jakie zasady bezpieczeństwa warto zachować, korzystając z Internetu?</i>	



Szkolenie – E-finance: zarządzam swoimi finansami, kupuję taniej

RKKC – 6.1. Zarządzam swoimi finansami

RKKC – 6.2. Kupuję taniej

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Czas trwania szkolenia	Metoda dostarczania szkolenia
4 H	<i>blended learning</i>

Informacje o szkoleniu

Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na wybranie korzystnej dla siebie oferty sektora finansów, korzystanie z e-bankowości, kupowanie w sieci z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

Czego się nauczysz

- Jak wyszukać i wybrać właściwą dla siebie lokatę, konto itp.?
 - Jak wykonać przelew przez Internet?
 - Jak tanio i bezpiecznie kupować w sieci?
-

Uczestnicy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom zainteresowanym korzystaniem z bankowości internetowej, używaniem Internetu do wyszukiwania informacji pozwalających na zarządzanie swoimi finansami, znajdowaniem tanich ofert i bezpiecznym dokonywaniem zakupów przez Internet. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.

Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (*kursywą* zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)

- Jak szukać informacji na temat korzystnych metod lokowania pieniędzy?
 - Jak zarządzać własnymi finansami?
 - Jak sprawdzać kursy giełdowe, fundusze inwestycyjne, kursy walut?
- *Jak korzystać z e-bankowości?*
 - *Jak bezpiecznie korzystać z e-bankowości?*
 - *Jak logować się na e-konto i sprawdzać stan finansów?*
 - *Jak wykonywać przelewy?*
 - *Jak nawiązać kontakt z pracownikiem banku w celu zadania pytania?*
- *Jak oszczędzać, kupując w sieci?*
- *Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?*



Szkolenie – Odpoczynek i hobby: zapętniam wolny czas i rozwijam swoje hobby

RKKC – 4.1. Korzyść: zapętniam wolny czas

RKKC – 4.2. Korzyść: rozwijam swoje hobby

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Czas trwania szkolenia	Metoda dostarczania szkolenia
4 H	<i>blended learning</i>
Informacje o szkoleniu	
Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na rozwijanie własnych zainteresowań oraz organizowanie wolnego czasu z wykorzystaniem możliwości oferowanych w Internecie.	
Czego się nauczysz	
• Jak wyszukać i wybrać właściwą dla siebie ofertę kin i lokalnych instytucji? • Jak znaleźć informacje o koncertach i innych wydarzeniach kulturalnych? • Jak kupić bilet za pomocą Internetu? • Jak zwiedzać ciekawe miejsca, nie wychodząc z domu? • Jak publikować w sieci ciekawe informacje? • Jak wykorzystać zakupy w sieci do rozwijania własnych zainteresowań?	
Uczestnicy szkolenia	
Szkolenie dedykowane jest osobom, które pragną rozwijać własne zainteresowania, nawiązywać kontakty z osobami je podzielającymi, organizować sobie wolny czas z wykorzystaniem sieci internetowej. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.	
Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (<i>kursywą</i> zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)	
• Jak znaleźć w Internecie informacje o repertuarze kin? • Jak znaleźć w Internecie interesujące wydarzenie kulturalne? • Jak znaleźć w Internecie informacje o koncertach? • Jak w Internecie sprawdzić ofertę kulturalną lokalnych instytucji? • Jak korzystać z cyfrowych katalogów i kolekcji udostępnianych przez instytucje kultury?	



- Jak w Internecie sprawdzić ofertę instytucji kultury?
- W jaki sposób zwiedzać ciekawe miejsca, nie wychodząc z domu?
- *Jak kupić bilet online?*
- *Jak rozwijać swoje zainteresowania – zakupy w sieci?*
- Jak uczestniczyć w internetowej społeczności dzielącej moje zainteresowania?
- *Jak publikować w sieci treści związane z moim hobby?*
- *Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?*
- *Jakie zasady bezpieczeństwa stosować, poruszając się w Internecie?*



Szkolenie – Praca i rozwój zawodowy: znajduję pracę i podnoszę kwalifikacje zawodowe

RKKC – 1.1. Znajduję pracę

RKKC – 1.2. Podnoszę kwalifikacje zawodowe

RKKC – 1.3. Dbam o swoją karierę

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Czas trwania szkolenia

4 H

Metoda dostarczania szkolenia

blended learning

Informacje o szkoleniu

Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na aktywne wyszukanie ofert pracy w Internecie.

Czego się nauczysz

- Jak wyszukiwać i wybrać właściwą dla siebie ofertę pracy?
 - Jak napisać poprawne CV?
 - Jak kontaktować się z potencjalnym pracodawcą?
 - Jak zamieścić własną ofertę na portalu pośrednictwa pracy?
-

Uczestnicy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom, które pragną wykorzystać możliwości Internetu do znalezienia pracy. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.

Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (*kursywą* zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)

- Jak szukać pracy w sieci?
 - Jak korzystać z portali pośrednictwa pracy?
 - Jak wyszukiwać oferty pracy na portalu Pracuj.pl?
- *Jak aktywnie szukać pracy w Internecie?*
 - *Jak założyć konto na portalu?*
 - *Jak utworzyć i opublikować własną ofertę?*
- Jak przygotować CV w edytorze tekstu?
- Jak prowadzić korespondencję elektroniczną z potencjalnym pracodawcą?
 - Jakich są zasady kontaktu e-mailowego z potencjalnym pracodawcą?
 - Jak przygotować i wysłać wiadomość?
- Jak zdobyć nowe kwalifikacje zawodowe?



- *Jak budować swój profil zawodowy i nawiązywać nowe kontakty, korzystając z mediów społecznościowych?*
- *Jak nawiązać kontakt z osobami, które mogą udzielić mi wsparcia?*
- *Jak szukać ofert pracy w administracji publicznej?*
- *Jak kształtować swój wizerunek w sieci?*
- *Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?*
- *Jak dbać o bezpieczeństwo?*



Szkolenie – Relacje z bliskimi: utrzymuję stosunki towarzyskie

RKKC – 2.2. Korzyść: utrzymuję stosunki towarzyskie

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

RKKC – 7.1. Korzyść: zaspokajam potrzeby duchowe/religijne

Czas trwania szkolenia	Metoda dostarczania szkolenia
4 H	<i>blended learning</i>
Informacje o szkoleniu	
Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na aktywne utrzymywanie stosunków towarzyskich z innymi osobami.	
Czego się nauczysz	
• Jak korzystać z portali społecznościowych? • Jak kontaktować się za pomocą komunikatorów i poczty? • Jak publikować treści w sieci?	
Uczestnicy szkolenia	
Szkolenie dedykowane jest osobom, które pragną wykorzystać różne kanały komunikacji do utrzymywania stosunków towarzyskich ze znajomymi i rodziną. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.	
Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (kursywą zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)	
• Jak założyć i skonfigurować konto na portalu społecznościowym? • Czym są portale społecznościowe i jak można z nich korzystać? • Jak założyć konto na portalu i je skonfigurować? • Jak tworzyć bazę znajomych na portalu społecznościowym? • Jak otrzymywać informacje na temat znanych osób, firm i instytucji? • Jak komunikować się z innymi użytkownikami portalu społecznościowego? • Jak publikować samodzielnie utworzone treści? • <i>Jak nawiązywać relacje z osobami dzielącymi te same zainteresowania?</i> • <i>Jak w Internecie zrelaksować się ze znajomymi?</i> • <i>Jak komunikować się za pośrednictwem Skype?</i> • <i>Jak komunikować się za pośrednictwem poczty elektronicznej?</i> • <i>Jak wysłać kartkę pocztową online?</i> • <i>Jak i gdzie w sieci znaleźć informacje związane z rozwojem duchowym?</i> • <i>Jak dbać o wizerunek i bezpieczeństwo w sieci?</i> • <i>Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?</i>	



Szkolenie – Sprawy codzienne i zaangażowanie obywatelskie: załatwiam sprawy urzędowe bez wychodzenia z domu, robię zakupy online, planuję przejazdy i podróże, zdobywam wiedzę o gminie, kraju, świecie

RKKC – 8.1. Korzyść: załatwiam sprawy urzędowe bez wychodzenia z domu

RKKC – 8.2. Korzyść: robię zakupy online

RKKC – 8.3. Korzyść: planuję przejazdy i podróże

RKKC – 9.1. Korzyść: zdobywam wiedzę o gminie, kraju i świecie

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Czas trwania szkolenia

4 H

Metoda dostarczania szkolenia

blended learning

Informacje o szkoleniu

Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na załatwianie spraw urzędowych, robienie zakupów, planowanie podróży i zdobywanie wiedzy o wybranych miejscach za pomocą sieci internetowej.

Czego się nauczysz

- Jak robić zakupy w Internecie?
- Jak załatwić sprawę urzędową za pomocą sieci?
- Jak zaplanować przejazd i nocleg z wykorzystaniem możliwości Internetu?
- Jak szukać w Internecie informacji o charakterze lokalnym, krajowym i światowym?

Uczestnicy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom, które pragną wykorzystać Internet w życiu codziennym do zaplanowania przejazdów, zamówienia noclegów, zrobienia zakupów czy też załatwienia sprawy w urzędzie. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.



Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (*kursywą* zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)

- Jak za pomocą BIP znaleźć informację o lokalnym urzędzie?
 - Czym jest BIP?
 - Jak korzystać z BIP?
- *Jak załatwić sprawę urzędową online?*
- Jak zdobywać informacje za pomocą serwisów lokalnych instytucji?
 - W jakich godzinach czynny jest wybrany urząd?
 - Co oferują okoliczne instytucje kulturalne?
- Gdzie szukać informacji o wydarzeniach z mojej okolicy, kraju i ze świata?
- Jak sprawdzić program telewizyjny w Internecie?
- Jak posłuchać radia przez Internet?
- Jak obejrzeć film przez Internet?
- Jak zaplanować podróż?
 - Jak dojechać do wybranej miejscowości?
 - Jak zaplanować przejazd komunikacją miejską?
 - Jak podróżować po wybranym mieście?
 - *Jak kupić bilet w Internecie?*
 - *Jak przygotować wydruk trasy?*
- Jak kupować online?
- Jak zachować zasady bezpieczeństwa w Internecie?
- Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?



Szkolenie – Zdrowie: korzystam z systemu opieki zdrowotnej, uzyskuję informacje i samopomoc zdrowotną

RKKC – 5.1. Prowadzę zdrowy tryb życia

RKKC – Korzystam z systemu opieki zdrowotnej

RKKC – Uzyskuję informacje i samopomoc zdrowotną

RKKC – 2.3. Korzyść: dbam o prywatność

RKKC – 2.4. Korzyść: zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Czas trwania szkolenia

4 H

Metoda dostarczania szkolenia

blended learning

Informacje o szkoleniu

Celem szkolenia jest dostarczenie wiedzy i umiejętności pozwalających na wyszukanie w Internecie danych placówki medycznej, zapisanie się na wizytę, poszerzenie informacji o lekach.

Czego się nauczysz

- Jak znaleźć w Internecie informacje o placówce medycznej i lekarzu?
 - Jak odszukać dane leku?
 - Jak zweryfikować potencjalne przyczyny objawów chorobowych?
 - Jak znaleźć i opublikować informacje na temat zdrowego trybu życia?
-

Uczestnicy szkolenia

Szkolenie dedykowane jest osobom, które pragną wykorzystać Internet jako wsparcie w pozyskaniu opieki zdrowotnej i zastosowaniu samopomocy zdrowotnej. Uczestnik przystępujący do szkolenia powinien w podstawowym zakresie obsługiwać komputer oraz Internet, czyli dysponować umiejętnościami równoważnymi osobie, która ukończyła szkolenie 1P.

Zagadnienia poruszane podczas szkolenia (*kursywą* zapisano zagadnienia realizowane metodą e-learningu)

- Czym jest ZIP i jak z niego korzystać?
- Gdzie i jak szukać informacji na temat pierwszej pomocy?
- Gdzie i jak szukać informacji na temat leków?
- *Jak znaleźć informacje na temat dolegliwości i ich objawów?*
- Jak znaleźć medyczną placówkę niepubliczną?
- *Jak zapisać się na poszukiwaną usługę medyczną?*



- *Jak pomóc innym znaleźć odpowiedniego lekarza lub placówkę medyczną?*
- *Jak – korzystając z e-usługi – wyrobić kartę EKUZ?*
- *Jak założyć i prowadzić bloga na tematy zdrowotne?*
- *Jak i gdzie szukać informacji na temat zdrowego trybu życia?*
- *Jak wymieniać się informacjami na temat zdrowego trybu życia?*
- *Jak skutecznie i selektywnie wyszukiwać informacje w sieci?*
- *Jakie zasady bezpieczeństwa stosować, poruszając się w Internecie?*