

Program szkoleń:

Temat 1: Rodzic online: jak korzystać z internetu z myślą o przyszłości dzieci

Cel główny szkolenia: przygotowanie rodziców do roli przewodnika, ucząc ich, jak reagować na zagrożenia w sieci oraz jak mądrze prowadzić dzieci przez cyfrowy świat. Uczestnicy poznają źródła, w których mogą szukać rzetelnych informacji na temat bezpieczeństwa online, oraz zdobywają umiejętności korzystania z przydatnych e-usług i aplikacji, które wspierają edukację zdalną i codzienne funkcjonowanie w sieci. Szkolenie kładzie nacisk na budowanie kompetencji rodzicielskich w obszarze cyfrowym.

Moduły:

1. Metody sprawdzania i wyszukiwania wiarygodnych źródeł informacji w Internecie
2. Wartościowe treści edukacyjne dla dzieci i rodziców
3. Korzystanie przez rodziców z profilu zaufanego oraz publicznych e-usług
4. Bezpieczne i świadome korzystanie z serwisów społecznościowych i platform
5. Rozpoznawanie i reagowanie na treści szkodliwe i niebezpieczne
6. Umiejętność nadzorowania aktywności dziecka w sieci i korzystanie z narzędzi kontroli
7. Wiedza na temat zasad bezpieczeństwa, których powinno przestrzegać dziecko
8. Uświadomienie dziecku sposobu i konsekwencji działania transakcji w Internecie
9. Praca z pakietem Google

Temat 2: Finanse w sieci: jak kontrolować swoje transakcje i oszczędności online

Cel główny szkolenia: kompleksowe przygotowanie uczestników do bezpiecznego i efektywnego zarządzania finansami online. Program obejmuje szeroki zakres zagadnień, od zasad ochrony kont bankowych, po zaawansowane techniki zabezpieczania transakcji internetowych. Uczestnicy dowiedzą się, jak unikać zagrożeń związanych z zakupami w sieci, rozpoznawać wiarygodne sklepy internetowe oraz przeprowadzać bezpieczne płatności online. Szkolenie porusza także tematykę rezerwacji podróży przez internet, z naciskiem na bezpieczne korzystanie z portali rezerwacyjnych i unikanie oszustw. Ważnym elementem jest wprowadzenie do e-administracji, w tym proces składania e-PITów oraz korzystania z elektronicznych usług ZUS i US.

Moduły:

1. Ogólne zasady bezpieczeństwa, których należy przestrzegać w internecie
2. Korzystanie z profilu zaufanego oraz publicznych e-usług
3. Bankowość elektroniczna i mobilna bez tajemnic
4. Edukacja finansowa – jak odnajdywać wartościowe treści edukacyjne nt. finansów w internecie
5. Metody płatności w internecie
6. Bezpieczne zakupy w sieci
7. Jak wyszukiwać i bezpiecznie zarezerwować podróż (wycieczki/lot/hotel) z wykorzystaniem Internetu
8. Zakup ubezpieczeń przez internet
9. Praca z wybranymi narzędziami Google na potrzeby organizacji i zarządzania własnymi finansami

Temat 3: Media społecznościowe – jak być świadomym użytkownikiem

Cel główny szkolenia: poznanie zasad funkcjonowania sieci społecznościowych, by efektywnie wykorzystywać je zarówno w działalności na rzecz swojej społeczności lokalnej, jak i prywatnie. Program obejmuje szeroki zakres tematów, począwszy od nawiązywania i utrzymywania relacji online, aż po kształtowanie własnego wizerunku w mediach społecznościowych. Uczestnicy nauczą się jak bezpiecznie poruszać się w cyfrowym świecie, dzielić się swoją twórczością oraz korzystać z materiałów innych, z uwzględnieniem regulacji prawa autorskiego.

Moduły:

1. Ogólne zasady bezpieczeństwa, których należy przestrzegać w Internecie
2. Zagrożenia płynące z sieci
3. Sieci społecznościowe we współczesnej dobie internetu
4. Zasady bezpieczeństwa/prywatności podczas korzystania z serwisów społecznościowych
5. Nawiązywanie i kontynuowanie znajomości w sieci
6. Tworzenie treści do mediów społecznościowych z wykorzystaniem aplikacji Canva
7. Czym jest wizerunek w sieci
8. Prawo autorskie, domena publiczna, Creative Commons czyli jak być legalnym w sieci
9. Korzystanie z profilu zaufanego oraz publicznych e-usług

Temat 4: Wprowadzenie do świata kompetencji cyfrowych

Cel główny szkolenia: poznanie i przyswojenie przez uczestników podstawowych kompetencji cyfrowych i informacyjnych, które umożliwią im swobodne i świadome poruszanie się w przestrzeni cyfrowej. Uczestnicy nauczą się skutecznego wyszukiwania oraz oceny informacji, komunikacji online z wykorzystaniem poczty elektronicznej i narzędzi współpracy. Nauczą się jak tworzyć treści cyfrowe, a także rozwiązywać podstawowe problemy techniczne związane z instalacją i obsługą oprogramowania.

Moduły:

1. Czym są kompetencje cyfrowe
2. Umiejętności informacyjne oraz korzystanie z danych Wyszukiwanie informacji o towarach i usługach
3. Komunikacja i współpraca online
4. Umiejętność tworzenia treści cyfrowych – tworzenie dokumentów, edycja tekstu
5. Umiejętności niezbędne do poruszania się w przestrzeni cyfrowej
6. Korzystanie z e-usług publicznych - Profil Zaufany, gov.pl Ochrona prywatności i bezpieczeństwo w sieci

Temat 5: Cyfrowa administracja: jak korzystać z e-urzędu

Cel główny szkolenia: Uczestnik pozna zasady efektywnego korzystania z elektronicznych usług administracji publicznej, rozumie system e-administracji w Polsce, potrafi wykorzystywać profil zaufany i platformę ePUAP do załatwiania spraw urzędowych oraz bezpiecznie korzystać z różnych e-usług publicznych. Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie w stanie samodzielnie i sprawnie załatwiać sprawy urzędowe drogą elektroniczną.

Moduły:

1. Zagrożenia i ochrona w sieci
2. Zapoznanie z platformą ePUAP i serwisem gov.pl
3. Cyfrowa identyfikacja obywatela - Profil Zaufany
4. Cyfrowe usługi publiczne związane ze zdrowiem i finansami
5. Cyfrowe usługi publiczne związane z przedsiębiorczością
6. mObywatel jako narzędzia wspierającego kontakt obywatela z administracją publiczną

Temat 6: Ochrona danych w Internecie: jak zapewnić sobie bezpieczeństwo w sieci

Cel główny szkolenia: Uczestnik potrafi świadomie i odpowiedzialnie korzystać z Internetu oraz usług cyfrowych, w tym chronić swoje dane i finanse, stosować zasady cyberhigieny, weryfikować informacje, bezpiecznie realizować transakcje online oraz reagować na incydenty w sieci.

Moduły:

1. Czym jest e-bezpieczeństwo?
2. Cyberhigiena i bezpieczna tożsamość online
3. Media społecznościowe, komunikatory i prywatność
4. Fake news, manipulacja i netykieta
5. Bankowość elektroniczna i płatności online
6. E-usługi publiczne i ochrona danych
7. Reagowanie na incydenty i kodeks bezpieczeństwa
8. Rozwijanie kompetencji cyfrowych

Temat 7: E-usługi w praktyce: łatwe i szybkie załatwianie spraw online

Cel główny szkolenia: Uczestnik potrafi świadomie i odpowiedzialnie korzystać z e-usług w obszarach administracji, zdrowia, finansów, transportu, edukacji i rozrywki; rozumie podstawowe zasady bezpieczeństwa cyfrowego, prawa konsumenta i obywatela; potrafi korzystać z wybranych usług online oraz budować własny plan rozwoju kompetencji cyfrowych.

Moduły:

1. Wprowadzenie do e-usług
2. Bezpieczeństwo w korzystaniu z e-usług
3. Bezpieczeństwo w korzystaniu z e-usług
4. E-usługi publiczne
5. Ćwiczenia praktyczne z e-usług publicznych
6. Bankowość i płatności online
7. Prawa w sieci oraz edukacja i zdrowie online
8. Media społecznościowe i komunikacja online

Temat 8: Pracownik online: jak wykorzystać sieć do efektywnej pracy

Cel główny szkolenia: podniesienie kompetencji cyfrowych pracowników w zakresie świadomego, profesjonalnego, a także bezpiecznego funkcjonowania w sieci. Budowania wizerunku zawodowego, ochrony danych oraz odpowiedzialnej komunikacji online, korzystania narzędzi cyfrowych i nowoczesnych technologii.

Moduły:

1. Wprowadzenie i mapa zagrożeń
2. Hasła, logowanie i MFA
3. Ochrona urządzeń i aktualizacje
4. Profil Zaufany i e-usługi publiczne
5. Ochrona danych i RODO
6. Bezpieczne finanse online
7. Narzędzia cyfrowe w pracy
8. Praca zdalna i hybrydowa oraz higiena cyfrowa
9. Komunikacja online i netykieta
10. Media społecznościowe, treści cyfrowe, marka osobista, fact-checking