

Czego się nauczysz podczas szkolenia?

Relacje z bliskimi

- ✓ jak zadbać o bezpieczeństwo dziecka w Internecie
- ✓ jak utrzymywać i rozwijać relacje z bliskimi za pośrednictwem sieci
- ✓ jak korzystać z narzędzi umożliwiających rozmowę lub inne formy komunikacji online w celu rozwijania i utrzymywania relacji z bliskimi
- ✓ jak zadbać o bezpieczeństwo swoich aktywności w sieci
- ✓ jak zarządzać treściami publikowanymi przez innych w serwisach społecznościowych
- ✓ jak rozpoznać zagrożenia wynikające z cyfrowego obiegu treści i jak reagować na nie

Sprawy codzienne

- ✓ jak sprawdzić, czy jest dostępna jakaś e-usługa i skorzystać z niej
- ✓ jak znaleźć, wypełnić i wysłać odpowiednie formularze, tak aby załatwić sprawę za pośrednictwem e-usługi
- ✓ jak korzystać ze sklepów internetowych
- ✓ jak wyznaczyć trasę przejazdu komunikacją publiczną bądź innym środkiem transportu
- ✓ jak sprawdzić miejsce przystanku komunikacji publicznej i rozkład jazdy
- ✓ jak korzystać z funkcji GPS w smartfonie
- ✓ jak korzystać z serwisów, aplikacji turystycznych

Odpoczynek i hobby

- ✓ jak znaleźć informacje o ofercie kulturalnej i rozrywkowej w swojej okolicy
- ✓ jak znaleźć w Internecie serwisy wideo i filmowe, muzyczne, radio i telewizję internetową oraz sklepy z audiobookami i ebookami
- ✓ jak znaleźć w Internecie ofertę instytucji kultury – bibliotek, muzeów, archiwów itd.
- ✓ jak znaleźć i uczestniczyć w społecznościach osób o podobnych zainteresowaniach
- ✓ jak kupić online sprzęt, materiały, pomoce potrzebne dla rozwijania swoich zainteresowań

Zdrowie

- ✓ jak znaleźć w Internecie informacje na temat zdrowego trybu życia, w tym zdrowego odżywiania
- ✓ jak wymieniać się z innymi informacjami na temat zdrowego stylu życia
- ✓ jak korzystać z e-usług oferowanych przez system opieki zdrowotnej
- ✓ jak znaleźć lekarza / specjalistę / placówkę opieki zdrowotnej, w której można skorzystać z usług płatnych przez NFZ
- ✓ jak zapisać się do lekarza / na badania / zabiegi rehabilitacyjne / do sanatorium przez Internet
- ✓ jak znaleźć informacje na temat obserwowanych u siebie lub bliskich objawów oraz ocenić ich wiarygodność

Finanse

- ✓ jak sprawdzić stan konta bankowego przez Internet
- ✓ jak wykonać przelew krajowy, zagraniczny lub cykliczny online
- ✓ jak ustawić/odwołać polecenie zapłaty
- ✓ jak wymienić walutę online
- ✓ jak dokonywać płatności internetowych za pomocą przelewu online, karty kredytowej lub „cyfrowych portfeli”
- ✓ jak znaleźć i porównać ceny różnych produktów w Internecie, wykorzystując odpowiednie narzędzia
- ✓ jak sprzedać przedmioty poprzez serwisy internetowe lub aukcyjne

Praca i rozwój zawodowy

- ✓ jak korzystać z serwisów pośrednictwa pracy
- ✓ jak umówić się na rozmowę kwalifikacyjną korzystając wyłącznie z Internetu
- ✓ jak korzystać z różnych form podnoszenia kwalifikacji zawodowych w Internecie
- ✓ jak wykorzystywać media społecznościowe, aby budować swój profil zawodowy i nawiązywać kontakty zawodowe on-line
- ✓ jak przez Internet założyć własną działalność gospodarczą

Edukacja

- ✓ jak wyszukać online informacje na temat różnych form kształcenia, w tym studiów wyższych, kursów, szkoleń – zarówno internetowych, jak i tradycyjnych
- ✓ jak korzystać z różnych form, metod i narzędzi uczenia się wykorzystujących nowoczesne technologie
- ✓ jak uczestniczyć w procesach dydaktycznych on-line
- ✓ jak samemu tworzyć treści cyfrowe ważne dla swojej edukacji, wykorzystując także w tym celu istniejące zasoby

Zaangażowanie obywatelskie

- ✓ jak znaleźć i korzystać z serwisów informacyjnych, w tym z serwisów lokalnych
- ✓ jak znaleźć informacje o interesujących nas wydarzeniach bieżących
- ✓ jak skorzystać z platformy e-PUAP i platform regionalnych
- ✓ jak znaleźć stowarzyszenia i fundacje działające na naszym obszarze lub w interesującym nas obszarze tematycznym
- ✓ jak nawiązać kontakt ze stowarzyszeniami i fundacjami
- ✓ jak znaleźć informacje o bieżących wydarzeniach i spotkaniach w swojej okolicy
- ✓ jak znaleźć strony instytucji publicznych działających w okolicy
- ✓ jak nawiązać kontakt z politykami przez Internet
- ✓ jak znaleźć informacje wyborcze