

PROGRAM

Warsztaty: Senior w Internecie

Spotkanie organizowane w ramach Programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025 pt. „Senior w Internecie”.

Termin:



DZIEŃ 1

9.00 – 9.10 Powitanie uczestników

9.10 – 10.10 MODUŁ 1 Podstawy obsługi komputera



- Podstawy obsługi komputera /tabletu/smartfona i Internet dla początkujących – włączanie/wyłączenie,
- obsługa klawiatury/myszki/touchpada/ekranu dotykowego,
- nawigacja na oknach/kartach, zrzucanie zdjęć na komputer,
- ustawienia podstawowe, obsługa wyszukiwarek, nawigacja na stronach i narzędzia zwiększające dostępność cyfrową,
- zakładanie konta mailowego.

10.10 – 10.40 Przerwa

10.40 – 12.10 MODUŁ 2 KomunikujeMY!



- KomunikujeMY się w Internecie! – warsztat pomoże w rozwijaniu umiejętności wykorzystania komunikatorów internetowych np. WhatsApp/Messenger/Skype.
- Rozpoczniemy od części integracyjnej (poznanie się uczestników) i dyskusji o doświadczeniach uczestników, potrzebach Seniorów w sferze komunikacji elektronicznej (także w obliczu pandemii COVID-19) oraz o barierach, które utrudniają Seniorom komunikowanie się online.
- Wykorzystując tablety nauczymy się: nawiązywania/odbierania połączeń, obsługi kontaktów, wysyłania/odbierania wiadomości/filmów/zdjęć, ustawień prywatności.



- warsztat pomoże seniorom uzyskać świadomość z zakresie możliwości wykorzystania nowych technologii teleinformatycznych w codziennym życiu seniorów.
- podczas warsztatu pomożemy Seniorom oswoić się z urządzeniami teleinformatycznymi, proponując ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem tabletów oraz opasek smartband zakupionych w ramach projektu. Nauczymy w praktyce jak monitorować swój puls i natlenienie krwi, jak wykorzystywać krokomierz czy funkcje treningowe np. spacer. Opowiemy także jakie korzyści dla seniorów daje korzystanie z szerokiej gamy usług teleopieki. Dodatkowo, podczas warsztatów zostanie wyemitowany specjalnie w tym celu przygotowany edukacyjny materiał filmowy (dł. 5-10 min., język polski, teletekst) dot. nowych narzędzi teleinformatycznych skierowanych do osób starszych. Materiał zostanie także zamieszczony na stronie projektu i poprzez kanały oferentów udostępniony społeczności lokalnej (trwałość rezultatów).



warsztat otworzy przed uczestnikami ogromne zasoby sieci w dziedzinie kultury, rozrywki i hobby. Uczestnicy zyskają wiedzę i umiejętności w zakresie korzystania z zasobów kultury i rozrywki online. Seniorzy dowiedzą się jak korzystać z zasobów internetowych muzeów, galerii, bibliotek, teatrów, filharmonii, archiwów i innych instytucji kultury. Zobaczą „na własne oczy i uszy” jakie są możliwości współczesnej technologii i bezpłatnych zasobów Internetu dzięki wykorzystaniu podczas warsztatów nowoczesnych tabletów, kamer cyfrowych 360 oraz gogli VR będących na wyposażeniu obu oferentów. Nauczą się odtwarzać muzykę i filmy na kanałach YouTube i platformach cyfrowych oraz poznają zasoby radiostacji internetowych. Chętni uczestnicy doświadczą emocji cyfrowych możliwości dzięki technologii VR (gogle i kamera 360) – będą mogli przejść się na wirtualny spacer nie tylko po muzeum, ale także wśród lwów lub zanurkować w ciepłym morzu wraz z rekinami. Uczestnicy zobaczą także filmy z atrakcjami turystycznymi nagrane lokalnie przez pracowników oferenta kamerą 360 stopni. Gogle będą poddawane koniecznej dezynfekcji. Na koniec uczestnicy będą mogli zrobić sobie grupowe panoramiczne zdjęcie 360 stopni (z zachowaniem dystansu 2m), które organizatorzy chętnym wyślą na adresy mailowe.

DZIEŃ 2

9.00 – 10.30

MODUŁ 4 – SENIOR AKTYWNY OBYWATELSKO W SIECI



- Warsztat na temat wykorzystania Internetu w celu korzystania z pełni praw obywatelskich i publicznych narzędzi e-administracji, w tym profil zaufany, konsultacje społeczne przez Internet (np. spotkania, ankiety, badania online), budżet obywatelski online (zdalne: składanie wniosków, opiniowanie, głosowanie, wyniki).
- **ZADANIE: wypełnienie przez uczestników na tabletach ankiety online dot. potrzeb seniorów.**

10.30 – 10.40

Przerwa

10.40 – 11.50

MODUŁ 5 – SENIOR DBA O E-ZDROWIE



- Podczas warsztatu seniorzy uzyskują aktualną wiedzę i praktycznych umiejętności dot. publicznych usług e-zdrowia np. założenia Internetowego Konta Pacjenta (IKP), e-recepty, e-skierowania, sprawdzanie terminów wizyt u specjalistów online.

11.50 – 14.00

Podsumowanie obu dni, wypełnienie ankiet podsumowujących, wolne wnioski, zdjęcia pamiątkowe.

14.00

Zakończenie dwudniowych warsztatów.

ORGANIZATOR SZKOLENIA:



Stowarzyszenie Aglomeracja Kalisko-Ostrowska (SAKO) jest samorządnym zrzeszeniem 25 jednostek samorządu terytorialnego – gmin i powiatów Aglomeracji Kalisko-Ostrowskiej. SAKO jest zinstytucjonalizowaną płaszczyzną współpracy stowarzyszonych gmin i powiatów w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym oraz ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie powiatowym. Na podstawie art. 10 ust. 1 ustawy z dnia 11 lipca 2014 r. o zasadach realizacji programów w zakresie polityki spójności finansowanych w perspektywie finansowej 2014-2020 (zwanej dalej ustawą wdrożeniową) pełni funkcję Instytucji Pośredniczącej przynajmniej w zakresie wyboru projektów do dofinansowania. Szczegółowy zakres zadań powierzonych SAKO przez IZ WRPO 2014+ określa Porozumienie pomiędzy Zarządem Województwa Wielkopolskiego (ZWW) a SAKO, które zawarte zostało dnia 16.03.2015 r. Podstawowym celem SAKO jest wspieranie i rozwijanie idei samorządu terytorialnego oraz obrona wspólnych interesów członków SAKO, a w szczególności wzmacnianie rozwoju społeczno-gospodarczego jednostek samorządu terytorialnego tworzących AKO oraz współpraca gmin i powiatów w tym zakresie. Więcej informacji: www.sako-info.pl



Projekt dofinansowany ze środków programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025