



„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Projekt współfinansowany z Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa 2014-2020, Działanie 3.1
Działania szkoleniowe na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych.



„Rodzic w Internecie”



Moduł „Rodzic w Internecie” adresowany do rodziców/opiekunów poświęcony jest przygotowaniu rodzica do roli przewodnika dziecka w zakresie bezpiecznego i „mądrego” korzystania z sieci i reagowania na sytuacje zagrożenia. Rodzic/opiekun pozna źródła wartościowych i pochodzących z legalnych źródeł treści dla dziecka, zrozumie, jak zapewnić bezpieczeństwo dziecku w sieci, jak również nauczy się korzystać z podstawowych usług eadministracji dedykowanych rodzinom, takich jak złożenie wniosku Rodzina 500+, uzyskanie Karty Dużej Rodziny i wielu innych. Zawarte w module elementy szkoleniowe służyć mają ponadto podniesieniu kompetencji w zakresie korzystania z kultury i z zasobów edukacyjnych w Internecie, co jest bardzo istotne w niwelowaniu barier i przeciwdziałaniu wykluczeniu kulturowemu.





Kompetencje cyfrowe w życiu codziennym

- tożsamość w sieci
- poczta elektroniczna
- podpis kwalifikowany
- profil zaufany
- potwierdzenie tożsamości
- usługi w sieci
- bezpieczeństwo użytkownika
- bezpieczeństwo danych



Kompetencje cyfrowe w życiu codziennym

- Programy antywirusowe
- Pobieranie plików z sieci
- hasła
- Regulaminy w sieci
- certyfikaty SSL



Testy dla uczestników szkoleń

Miasto Rawa Mazowiecka kod terytorialny 1013011

Elektroniczny system ankietowy dla instruktora, dla trenera oraz dla beneficjenta:

•Pretest

<https://www.webankieta.pl/ankieta/364759/pre-test-dla-uczestnikow-szkolen>

•Posttest (ewaluacja po szkoleniu)

<https://www.webankieta.pl/ankieta/360077/ewaluacja-szkolenia-z-kompetencji-cyfrowych.html>

Kompetencje cyfrowe w życiu codziennym

- Programy antywirusowe
- Pobieranie plików z sieci
- hasła
- Regulaminy w sieci
- certyfikaty SSL

Bezpieczeństwo w sieci to kilka prostych zasad

Czułość i uwaga – klikanie, otwieranie, zapisywanie, rozpakowywanie i instalowanie czegokolwiek musi być poprzedzone chwilą zastanowienia – „Czy to jest to, co na pewno chcę zrobić?“, „Czy znam źródło?“, „Czy mogę mieć pewność, że to jest bezpieczne?“.

Rozsądek – w internecie tak jak w życiu – można wszystko, byle z rozsądkiem. Żadne oprogramowanie nie zastąpi rozsądku, opanowania i trzeźwego myślenia.

Przełożenie sytuacji na zjawiska pozainternetowe – należy zadać sobie pytanie – „Czy moje zachowanie byłoby by takie samo na ulicy, poza domem, czy w sklepie?“ „Czy rzeczywiście podawanie nazwiska jest rozsądne?“.

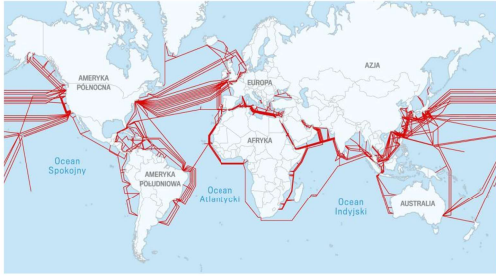
Świadomość – trzeba pamiętać, że sieć to nowe środowisko. Tak jak nie rzucasz się bez maski podziwiać rafę koralową, tak nie „wchodzisz” bez przygotowania do internetu. Maską są wszelkie programy, filtry i rozsądne zachowania, których używasz korzystając z sieci.

Czym jest internet?

Internet to rozległa sieć, o ogólnosiątkowym zasięgu, będąca zbiorem setek tysięcy lokalnych sieci komputerowych, a także pojedynczych komputerów używających protokołu komunikacyjnego TCP/IP.



Oprogramowanie i budowa sieci



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



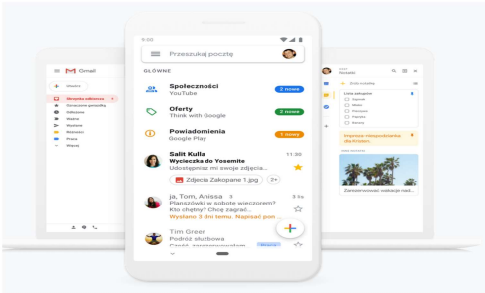
Wymagany sprzęt i oprogramowanie



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Poczta elektroniczna



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Przeglądarki

- Internet Explorer
- Mozilla Firefox
- Chrome
- Opera
- Safari
-





Wyszukiwarki

- Bing
- Google
- MSN
- NetSprint
- Yandex
-





Instalowanie programów dobreprogramy.pl

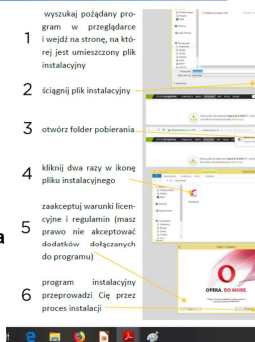
Instalki.pl

sklep Google Play

Licencje i wolne oprogramowa

Prawa autorskie

Piractwo



Jak wspierać dziecko

Coraz częściej także lekarze potwierdzają obsesyjne dążenie do ideału, który oferuje internet, co może mieć fatalne skutki dla pacjentów.

Internet to nie tylko zagrożenia dla komunikacji międzyludzkiej, zdrowia psychicznego i samooceny. To także ryzyko długotrwałego spędzania czasu w niewygodnej pozycji, z ekspozycją na białe lub niebieskie światło. Pozycja, w jakiej siedzą dzieci przy komputerze, lub co gorsza – w której zwisają nad ta-bkletem czy telefonem już teraz domaga się korekty

Jak wspierać dziecko

Światowa Organizacja Zdrowia pod naciskiem psychologów z całego świata wprowadziła na listę chorób powiązanych z uzależnieniami jednostkę chorobową

„uzależnienie od komputera i internetu”,

a coraz większa liczba religii zezwala na rozwód

w wyniku pojawienia się w związku małżeńskim tego uzależnienia.

Jak wspierać dziecko - reagowanie

1. dziecko spędza swój wolny czas w internecie, szczególnie jeżeli robi to kosztem innych zainteresowań lub co gorsza – zadbania o własne ciało i jego potrzeby, czyli jedzenia, picia, czynności fizjologicznych

2. ważniejsze dla dziecka staje się życie w sieci, niż życie „w realu” (dla dużej części użytkowników sieci podział na prawdziwe życie i internet jest sztuczny, ponieważ dla nich to są dwa pełnoprawne światy, które co prawda rządzą się innymi prawami, ale mają takie same możliwości i tak samo intensywnie i prawdziwie się z nich żyje) – w takiej sytuacji dziecko często zaniedbuje swoje obowiązki wobec rodziny, przyjaciół, zwierząt, czy szkoły, ponieważ „wzywa je drugi świat”

Jak wspierać dziecko - reagowanie

3. nie potrafi ocenić ile czasu spędziło w sieci albo okłamuje Cię w tej kwestii

4. ma bardzo emocjonalny stosunek do internetu – kłóci się o internet, jest generalnie rozdrażnione, szczególnie, jeżeli coś uniemożliwia mu korzystanie z internetu lub gdy starsz się ograniczyć mu czas przed internetem

Jak wspierać dziecko – wyprowadzanie z uzależnienia

1.
Zacznij od przyjrzenia się aktywności dziecka, choćby używając narzędzi kontroli rodzicielskiej. Spróbuj zdiagnozować elementy, które przyciągają dziecko do sieci – może są to problemy szkole, w domu, albo nadmierna nieśmiałość? Nie wyleczysz uzależnienia od internetu bez rozwiązania problemów, które skłaniają dziecko do ucieczki w świat wirtualny.

Jak wspierać dziecko – wyprowadzanie z uzależnienia

2.
Jeżeli będzie trzeba, zasięgnij opinii specjalisty – idź do ośrodka pomocy rodzinie, skontaktuj się z psychologiem rodzinnym, albo pedagogiem szkolnym.



Jak wspierać dziecko – wyprowadzanie z uzależnienia

3.

Kiedy już uzbiorz się w wiedzę, porozmawiaj z dzieckiem. Wytłumacz mu na czym polega uzależnienie, jakie są jego fazy i objawy. Uważaj, żeby nie urazić poczucia pewności siebie dziecka – ono i tak najprawdopodobniej ma z nim problemy. Okaż zrozumienie i miłość, chęć wsparcia, ale od tego momentu trzymaj się obranej drogi – dziecko uzależnione to wciąż, więc będzie sięgało po wszelkie metody i środki by uzyskać dostęp do źródła uzależnienia – może płakać, wpaść w apatię, zachowywać się agresywnie. Grunt to konsekwencja. Bez niej walka z żadnym uzależnieniem się nie powie-dzie.

 RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Jak wspierać dziecko – wyprowadzanie z uzależnienia

4.

Ustal sposób i czas korzystania z internetu. Wytłumacz dziecku co robisz i dlaczego. Jeżeli uzależnienie przeszkadza dziecku w codziennym życiu (np. w zaspokajaniu potrzeb fizjologicznych), odetnij dziecko od in-ternetu całkowicie.

 RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Jak wspierać dziecko – wyprowadzanie z uzależnienia

5.

Pamiętaj – „coś za coś”. Jeżeli zabierasz internet, daj dziecku więcej uwagi, troski i czasu wspólnego lub czegoś, co może mu zastąpić inter-net – może zajęcia ruchowe, albo inne zajęcia dodatkowe.

6.

Pracuj nad relacją z dzieckiem – dzieci kochane, które czują się akceptowane, łatwiej wychodzą z nałogu.

7.

Trzymaj się konsekwentnie obranej drogi. Jeżeli nie dajesz rady – zwróć się o pomoc do specjalistów – oni przygotują się program odwy-kowy, a w razie potrzeby doradzą inną pomoc.

 RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying

Bullying (czyt. *buliing*) to prześladowanie dziecka. Najczęściej jest to dziecko czymś się wyróżniające, lub nieśmiałe, które nie potrafi się bronić w żaden sposób przed takim prześladowaniem.

Prześladowca jest wspierany przez inne dzieci, które nie staną w obronie ofiary, choćby z obawy o dołączenie do niej.



„Rawanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying

Bullying (czyt. *buliing*) to prześladowanie dziecka. Najczęściej jest to dziecko czymś się wyróżniające, lub nieśmiałe, które nie potrafi się bronić w żaden sposób przed takim prześladowaniem.

Prześladowca jest wspierany przez inne dzieci, które nie staną w obronie ofiary, choćby z obawy o dołączenie do niej.



„Rawanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying

Bullying (czyt. *buliing*) to prześladowanie dziecka. Najczęściej jest to dziecko czymś się wyróżniające, lub nieśmiałe, które nie potrafi się bronić w żaden sposób przed takim prześladowaniem.

Prześladowca jest wspierany przez inne dzieci, które nie staną w obronie ofiary, choćby z obawy o dołączenie do niej.

sms-y, telefony, wiadomości w sieci, liściki, napisy na ścianach, plecakach, czy rzeczach osobistych ofiary oraz publiczne ośmieszanie, rozpowszechnianie treści, które są wstydlive dla ofiary (np. nagrania dokonanych potajemnie w ubikacji), ubliżanie i upokarzanie. przemoc fizyczna, ustna, społeczna (plotki) i elektroniczna (np. nękanie na portalach społecznościowych).



„Rawanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying – objawy

1. niechęć do chodzenia do szkoły lub innych miejsc, do których dziecko do tej pory chodziło – dziecko może wręcz udawać, że jest chore, albo że zrezygnowało ze swojego hobby
2. dziecko nie ma kolegów i koleżanek (inne dzieci unikają ofiary bullyingu w obawie przed prześladowaniem)
3. stany lękowe i zmiany w zachowaniu dziecka – problemy z koncentracją, gorsze wyniki w nauce
4. objawy traumy – brak apetytu, lub wyraźnie zwiększony apetyt, problemy ze snem, apatia lub przeciwnie – chaotyczne zachowania histeryczne

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying – objawy

5. zainteresowanie samobójstwem jako zjawiskiem, metodami jego przeprowadzenia itp.
6. „gubienie” rzeczy wartościowych i pieniędzy, pojawianie się zniszczonych ubrań i rzeczy osobistych dziecka (zniszczonych lub zabranych przez prześladowców)

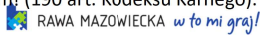
Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying – reakcja

Tak samo jak w przypadku pozostałych problemów najważniejsza jest rozmowa i ciągły kontakt z dzieckiem. Ważne jest, żeby Twoje dziecko wiedziało, że może się do Ciebie zwrócić bez obawy o wyśmianie („No coś ty? Z Adasiem sobie nie poradzisz?!”), zbagatelizowanie problemu („Nie przesadzaj! Od paru słów korona ci z głowy nie spadnie”), brak reakcji, który będzie ostatecznym dowodem dla dziecka, że Ci na nim nie zależy lub przeciwnie – zbyt gwałtowną reakcją, z której poza krzykiem i być może kłótnią z kierownictwem szkoły i rodzicami prześladowcy nic nie wyniknie.

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying – przeciwdziałanie

1. Przede wszystkim – raportuj! Dyrekcji szkoły, wychowawcy, wypowiedz się na zebraniu klasowym. Nie wskazuj palcem, ale możesz opisać prześladowanie i obiekty, które Twojemu dziecku zaginęły. Być może rodzic prześladowcy je rozpozna i podejmie odpowiednie kroki.

2. Zdarza się jednak, że osoby odpowiedzialne za mir społeczny w szkole nie są zainteresowane ingerowaniem w sprawy uczniów. W takim razie zawiadom pedagoga oraz Kuratorium zajmujące się szkołą Twojego dziecka, a jeżeli masz dowody na prześladowanie – smsy, nagrania, czy print screeny, zgłoś sprawę na Policję. Nękanie jest przestępstwem! (190 art. Kodeksu Karnego).



Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Bullying – przeciwdziałanie

3. Zgłoś się ze swoim dzieckiem do psychologa – ofiara powinna być pod ciągłą opieką psychologiczną.

4. Jeżeli nękanie się nie skończy, skieruj sprawę do sądu. Przeniesienie dziecka do innej klasy, czy szkoły jest ostatecznością, ale i takie działanie musisz wziąć pod uwagę. Jeżeli zdecydujesz się przenieść dziecko, postaraj się, żeby przeniesienie było wiarygodne dla innych uczniów (np. przenieś dziecko od września), a także aby dziecko było pod opieką psychologa przez cały czas, kiedy przeniesienie jest w toku. Niektórzy rodzice wręcz wysyłają dziecko na obozy coachingowe w czasie wakacji poprzedzających pierwszy dzień w nowej szkole. Zastanów się jednak czy robiąc tak nie wysyłasz dziecku sygnału, że jest to jego wina i kiedy ono się z tym problemem boryka.

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw. grooming (czyt. gruming)

Niezależnie od Twoich starań dziecko może stać się celem pedofila. Często dziecko nie ma pojęcia, że osoba, z którą dwóch miesięcy dzieli się przez internet codziennymi sekretami to osoba dorosła, z wyrachowaniem wykorzystująca jego bezbronność.



Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw.

grooming (czyt. gruming)

- Więzy emocjonalna z dzieckiem
- Proces wyszukiwania ofiary jest długotrwały – jest badana czy ktoś się nim interesuje, kontroluje jego działania, rozmowy i aktywność.
- (Ważne są rozmowy opiekunów z dzieckiem, aby było świadome ze używają narzędzia kontroli rodzicielskiej)

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw.

grooming (czyt. gruming)

- Nakłanianie do spotkania z dzieckiem
- Nakłanianie do wysyłania zdjęć i filmików, o które poprosi oprawca.
- Na spotkaniu przesuwanie granicy dotyku...

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw.

grooming (czyt. gruming)

Kiedy to się dzieje?

1. Brak dobrego kontaktu z rodzicami i innymi bliskimi dorosłymi – dziecko, które czuje się odrzucone lub którego rodzice są oziębli częściej będzie szukać akceptacji dorosłego, jego ciepła i uwagi.
2. Dziecko nie ma kolegów i koleżanek (odrzucone przez grupę rówieśniczą).
3. Niskie poczucie własnej wartości, problemy emocjonalne, poczucie osamotnienia.
4. Brak wiedzy o zagrożeniach związanych z pedofilią przez internet.

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw. grooming (czyt. gruming)

Objawy budzące zaniepokojenie.

1. Nagła zmiana zachowania.
2. Rysunki i wypowiedzi, które nie są adekwatne do wieku dziecka i jego poziomu rozwoju, które znacząco odbiegają od tymczasowego zachowania.
3. Fakt, że dziecko nie chce zostawać z którymś ze znanych sobie dorosłych, nie chce iść w miejsce, do którego do tej pory chodziło bez żadnych problemów (centrum handlowe, zajęcia, dodatkowe, basen, szkoła).
4. Wyraża obawę przed dorosłymi, przed kontaktem z nimi.
5. Obawa o swoją rodzinę, swoich bliskich, przyjaciół lub ukochane zwierzę – pedofil może grozić dziecku, mówiąc, że jeżeli nie zachowa tajemnicy, skrzywdzi ich.

„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Jak wspierać dziecko – inne zagrożenia Pedofilia w sieci to tzw. grooming (czyt. gruming)

Przeciwdziałanie

Przede wszystkim rozmawiaj z dzieckiem – ważne jest żeby dziecko wiedziało, że nikt nie ma prawa dotykać go w miejscach intymnych, a wyjątkami są tylko wybrane osoby – lekarz i rodzice. Istotny jest też fakt podkreślenia zgody dziecka na ewentualny dotyk, czy kontakt. Warto poszukać w sieci kolorowanek i materiałów informacyjnych dostosowanych do wieku dziecka (takich, jak te wydane przez Komendę Wojewódzką Policji w Katowicach, czyli „Snupek kontra obcy”), aby zaznajomić je z tematyką *w to mi graj!*

„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

<https://rodzicwie.pl/>

<https://rodzicwie.pl/kiedy-potrzebna-jest-pomoc/>

Telefon Zaufania
dla Dzieci i Młodzieży
Tel. 116 111

Kiedy potrzebna jest pomoc



Pod jednym z tych numerów Ty lub Twoje dziecko znajdziesz pomoc w trudnych sytuacjach.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



<https://rodzicwie.pl/kiedy-potrzebna-jest-pomoc/>

Telefon dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie
Bezpieczeństwa Dzieci (Dyżurnet.pl)
pomoc@800100100.pl, tel. 800 100 100

Policja (interwencje w sprawie cyberbezpieczeństwa)
cyber-kgp@policja.gov.pl, tel. 112 lub 997

Podejrzenie uzależnienia od internetu

tel. 801 889 880



RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



<https://rodzicwie.pl/kiedy-potrzebna-jest-pomoc/>

Rzecznik Praw Dziecka (bezpieczeństwo dzieci)
tel. 800 121 212

CERT Polska (zagrożenia sieciowe)

Federacja Konsumentów (oszustwa zakupowe)
tel. 801 440 220 lub 800 007 707



RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Wyszukiwanie treści

Google
Wszystko,
Grafika,
Mapy,
Street View ,
Filmy,
Wiadomości



RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Wyszukiwanie treści – wyszukiwarki zamknięte

Otomoto,
Allegro
ZUS
KRUS
NFZ

Youtube





Wyszukiwanie treści – Tablice pomysłów

Pinterest

Blog

Forum

E-learning

Youtube





Wiarygodne miejsca w sieci

1. Jeżeli wybrana przez Ciebie strona jest stroną wspieraną np. przez uznane instytuty badawcze, albo Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego, sprawa jest jasna. Polska przoduje obecnie w Europie w informatyzacji zasobów edukacyjnych, w ramach których powstają tzw. cyfrowe repozytoria wiedzy, czyli innymi słowy – cyfrowe biblio-teki, takie jak POLONA, doskonałe narzędzie do pozyskania wiarygodnych danych w formie cyfrowej. Pracownicy Polony codziennie wrzucają do sieci kolejne dziesiątki tysięcy skanów i fotografii, by jak naj-szybciej udostępnić zbiory. Co ciekawe, dokumenty nie zawsze są wrzucane jako niezależne pliki - o najbardziej fascynujących obiektach z Polony opowiadają specjaliści i fascynacji w filmikach załączonych do plików.



Wiarygodne miejsca w sieci

2. Wiarygodne są także dane podawane przez oficjalne organy państwa, czyli Policję (np. statystyki), Główny Urząd Statystyczny, czy strony Ministerstw.

3. Rzetelne informacje oferują strony prowadzone przez koła naukowe, stowarzyszenia i organizacje naukowe, a także prywatne stowarzyszenia fascynatów nauki, którzy np. wydają swoje artykuły i wyniki badań w tzw. punktowanych czasopismach czyli czasopismach, które znajdują się na „Wykazie czasopism punktowanych” tworzonym przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Czasopisma te są wiarygodne ponieważ każdy artykuł przeszedł w nich tzw. ślepej re-cenzję prowadzoną przez specjalistów w danej dziedzinie, co oznacza, że otrzymali oni do recenzji artykuły bez cech charakterystycznych dla jego twórcy, m.in. bez jego imienia i nazwiska. Recenzent oceniał więc rzeczywiście zawartość merytoryczną (zawartość naukową tre-ści) artykułu, nie sugerując się np. tytułem naukowym autora.

Wiarygodne miejsca w sieci

4. Podobnie ma się sprawa ze stronami prowadzonymi przez samych ludzi nauki, które nie są przez nich opisane jako strony pry-watne (na których przedstawiają prywatne poglądy), ale jako strony naukowe lub popularnonaukowe. Jeżeli strony są podpisane ich na-zwiskami, tytułami naukowymi i jest na nich ich bibliografia, która po-siada numery ISBN lub ISSN (które oznaczają, że dane dzieło ma ofi-cjalny numer wydawniczy), strona taka jest godna zaufania. Naukow-cy sami często zamieszczają swoje artykuły w formie zeskanowanej w sieci – wtedy obejmuje je prawo tzw. dozwolonego użytku. Sam fakt bycia lub nie bycia naukowcem (czyli osobą, która ma potwierdzone prawo do prowadzenia samodzielnych badań naukowych, która wy-kazała się samodzielnością naukową pisząc rozprawę doktorską i któ-ra obroniła swoją pracę przed komisją złożoną z pełnoprawnych nau-kowców różnych dziedzin) można potwierdzić od momentu uzyskania przez tą osobę (dopóki uzyskała tytuł w Polsce) w portalu POLON (nie mylić z POLONA), który zawiera m.in. Informację o nadanych stop-niach i tytułach.

Wiarygodne miejsca w sieci

5. Także strony prowadzone przez wydawców uznanych punk-towanych czasopism naukowych, można polecić jako sprawdzone (przykład – internetowe czasopismo punktowane „Kultura i Histo-ria”). W tym przypadku warto zauważyć informacje podane na głównej stronie czasopisma dotyczące licencji – twórcy zezwalają na kopio-wanie, rozpowszechnianie, modyfikowanie i ponowne dzielenie się, dopóki oryginalny autor zostanie wspomniany z imienia i nazwiska lub pseudonimu (nicknamu), ale wyłącznie w celach niekomercyj-nych.



Wiarygodne miejsca w sieci

6. Nieco inną kwestią są książki, podręczniki i artykuły zeskanowane wrzucone do sieci przez samych autorów, wydawców, fanów lub uczniów i studentów dzielących się swoją wiedzą (i podręcznika-mi) w sieci. Trudno bowiem o zeskanowanym podręczniku szkolnym, różniącym się od swojego analogowego odpowiednika tylko formą zapisu powiedzieć, że jest o jotę mniej wiarygodny, niż jego fizyczny odpowiednik. Z drugiej strony w tej sytuacji trzeba by było zastanowić się nad legalnością ściągania takich danych. Jednocześnie należy uwzględnić fakt, że internauta ma prawo ściągać już upublicznione dane w ramach tzw. dozwolonego użytku, a co więcej w ramach tego użytku mieści się wykorzystanie w celach edukacyjnych. Jeżeli Twoje dziecko ściągnie podręcznik lub artykuł naukowy np. z Chomikuj.pl w formie elektronicznej i podzieli się nim z innymi uczniami, których zna osobiście, w zasadzie postępuje ono zgodnie z prawem (Ale czy etycznie? Czy autor podręcznika nie zasługuje na swoje wynagrodzenie?)



Wikipedia

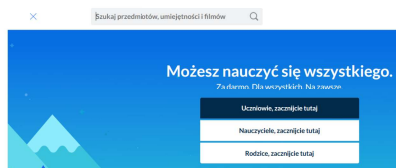
Chociaż Wikipedia ma jeszcze wielu zagorzałych przeciwników raczej kwestią niedalekiej przyszłości jest uznanie jej za oficjalną pomoc naukową. Oczywiście warunkiem jest dalszy, rosnący udział przedstawicieli świata nauki w projekcie.





Khan Academy

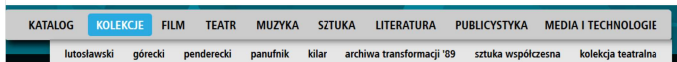
O Khan Academy najtęższe umysły świata wypowiadają się z szacunkiem, m.in. Bill Gates stwierdził, że zasoby edukacyjne Khan Academy są nie-samowite, a także, że korzysta z nich razem ze swoimi dziećmi.





Ninateka

Jest to platforma udostępniająca zasoby Narodowego Instytutu Audiowizualnego, czyli ponad sześć tysięcy filmów, spektakli, koncertów, słuchowisk i programów publicystycznych, dostępnych legalnie i bezpłatnie. W Ninatece znajdziesz m.in. najlepsze filmy Polskiej Szkoły Dokumentu, m.in. filmy Krzysztofa Kieślowskiego i koncerty Pendereckiego, czy Katarzyny Nosowskiej, Mai Kleczek i Meli Koteluk.



58

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Scholaris

Scholaris to portal wiedzy przeznaczony głównie dla nauczycieli. Zawiera bezpłatne, elektroniczne zasoby edukacyjne dla edukacji. Co istotne - materiały dostępne na portalu są zgodne z nową podstawą programową i kompatybilne ze wszystkimi tablicami interaktywnymi i innymi urządzeniami wspomagającymi pracę nauczyciela, np. tabletami. Korzystanie z portalu jest bezpłatne. Z portalu mogą korzystać także uczniowie i osoby po-stronne (nie jest wymagane bycie uczniem, czy nauczycielem).



59

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



e-podreczniki.pl

Elektroniczne podręczniki można także pobrać ze strony e-podreczniki.pl, która umożliwia wyszukiwanie e-podręczników według poziomu szkoły, do której uczęszcza dziecko i według treści, która jest zawarta w e-podręczniku.



karta.org, Xxwiek.pl

portale prowadzące największe w Polsce archiwum społeczne. Archiwalia pozyskiwane są głównie od osób prywatnych i są to m.in. fotografie, dokumenty, korespondencja, dzienniki oraz nagrania audio i wideo, a także pamiątki i muzealia.

otwartazacheta.pl portal oparty o projekt Zachęty Narodowej Galerii Sztuki prezentujący zasoby galerii, dzieła z kolekcji, materiały edukacyjne, dokumentacje wystaw i wernisaży, filmy i dokumentacja towarzyszące wystawom.

otwartzasoby.pl

portale prowadzące największe w Polsce archiwum społeczne. Archiwalia pozyskiwane są głównie od osób prywatnych i są to m.in. fotografie, dokumenty, korespondencja, dzienniki oraz nagrania audio i wideo, a także pamiątki i muzealia.

wolnelektury.pl to biblioteka cyfrowa, utworzona w 2007 roku. Gromadzi lektury szkolne, które są zalecane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej i dzieła klasyki literatury polskiej i światowej, które dostępne są w domenie publicznej.

otwartzasoby.pl

portale prowadzące największe w Polsce archiwum społeczne. Archiwalia pozyskiwane są głównie od osób prywatnych i są to m.in. fotografie, dokumenty, korespondencja, dzienniki oraz nagrania audio i wideo, a także pamiątki i muzealia.

wolnelektury.pl to biblioteka cyfrowa, utworzona w 2007 roku. Gromadzi lektury szkolne, które są zalecane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej i dzieła klasyki literatury polskiej i światowej, które dostępne są w domenie publicznej.

Wyszukiwanie treści – Tablice pomysłów

warto zajrzeć na jeden z portali oferujących ,
takie jak: Niniateka – FilMOTEKA Narodo-wa, Polona,
Encyklopedia Teatru Polskiego, Narodowe Archiwum
Cyfrowe, Baza Legalnych Źródeł, Narodowy
Instytut Fryderyka Chopina i inne takie jak
m.in. Federacja Bibliotek Cyfrowych, Cyfrowe
Zbiory MNW, szukajwarchiwach.pl,
portal www.europeana.eu.

Ciekawe miejsca w sieci

Wiedza o postaciach historycznych lub własnych przodkach:
Family Tree Builder, Canva, Drzewo Genealogiczne, Great Family
2, GenoPro, Drzewo Przodków, lub do wyszukiwarek danych ge-
nealogicznych: wyszukiwarka nagrobków i grobów, Grobonet,
web-cmentarz, geocmentarz, e-cmentarze,
Różnigenealogiczne.pl, mogily.pl, geneteka, Baza Danych Strat
osobowych i ofiar represji pod niemiecką okupacją, Indeks Re-
presjonowanych (baza danych IPN), które mogą być pomocne w
tworzeniu drzew genealogicznych on i offline.

Sieci społecznościowe i komunikacja

Najpopularniejsze na świecie i w Polsce portale społecznościowe

- Facebook – ponad 2,2 miliarda aktywnych użytkowników miesięcznie, 22 miliony w Polsce
- YouTube – (należy do Google) 1,8 miliarda, 20 milionów w Polsce
- Instagram – (należy do Facebooka) 800 milionów, 6 milionów w Polsce.

Źródła: badania Gemius/PBI i serwisu Wirtualnemedial.pl

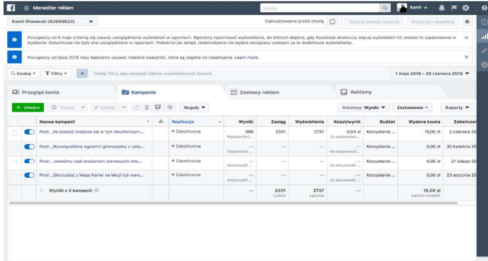
Zakładanie konta na Facebooku



Finanse w mediach społecznościowych

- Większość serwisów społecznościowych dostępna jest za darmo, natomiast ich regulaminy wymagają od użytkowników zgód np. na komercyjne wykorzystanie ich danych, a czasem nawet wizerunku.
- Wiele aplikacji, również społecznościowych oferuje usługi płatne dodatkowo wewnątrz aplikacji.
- Media społecznościowe umożliwiają dziś robienie za ich pomocą zakupów (np. Facebook, Instagram), prowadzenie zbiórek (Facebook) i płatności za produkty (Google, Apple).

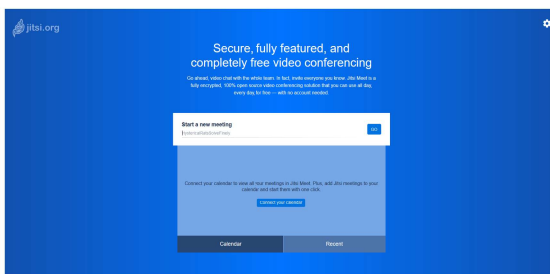
Menedżer reklam w Facebooku, który pozwala na zamawianie i zarządzanie kampaniami reklamowymi zarówno firmom jak również indywidualnym osobom prowadzącym fanpage



Darmowe narzędzia komunikacji online

- Skype jako alternatywa do telefonu,
- Google Hangouts jako darmowy sposób na prowadzenie webinarów lub szkoleń online,
- Facebook Messenger jako wygodny komunikator indywidualny i grupowy,
- Jitsi jako narzędzie do telekonferencji.

<https://meet.jit.si/>





Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Darmowe narzędzia komunikacji online

Messenger

WhatsApp

Czat np. na ZUS



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Rozwiązania mobilne



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Google Play

Miliony najnowszych aplikacji, gier, utworów muzycznych, filmów, seriali telewizyjnych, książek, czasopism oraz innych treści na Androida.

APP Store

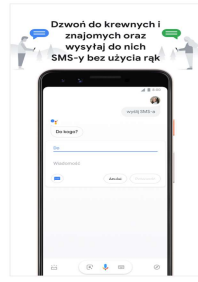
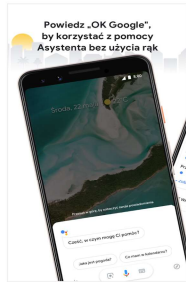
Na telefonie iPhone, iPadzie, iPodzie touch, urządzeniu Apple TV lub komputerze Mac za pośrednictwem sklepu App Store można kupować i pobierać aplikacje, uaktualniać je i korzystać z innych funkcji.



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Asystent Google



RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Tłumacz Google

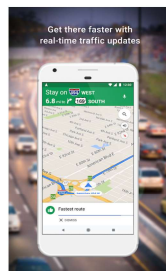
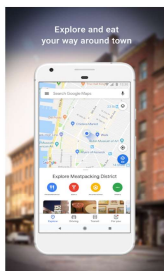
- Wpisz tekst, by go przetłumaczyć – masz do wyboru 103 języki.
- Dotknij, by przetłumaczyć: skopiuj tekst z dowolnej aplikacji, a pojawi się tłumaczenie.
- Tryb offline: tłumacz tekst w 59 językach bez dostępu do internetu
- Tłumaczenie na bieżąco z użyciem aparatu: używaj aparatu, by błyskawicznie tłumaczyć tekst w 38 językach
- Tryb aparatu: rób zdjęcia tekstu, by uzyskać lepsze tłumaczenie w 37 językach.
- Tryb rozmowy: korzystaj z funkcji dwukierunkowego błyskawicznego tłumaczenia mowy w 32 językach.

RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Mapy google



RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Oznaczenia wiekowe PEGI – Ogónoeuropejski system klasyfikacji gier





Oznaczenia wiekowe PEGI

PEGI 3

Treść gier ze znakiem PEGI 3 uznaje się za odpowiednią dla wszystkich grup wiekowych. Gra nie powinna zawierać dźwięków ani obrazów, które mogą przestraszyć dziecko. Dopuszczalna jest pewna ilość przemocy (w komicznym lub dziecięcym kontekście). Nie powinny w niej występować wulgaryzmy.

PEGI 7

W tej kategorii powinny znaleźć się gry, które zawierają dźwięki lub sceny mogące przestraszyć młodsze dzieci. W grach ze znakiem PEGI 7 dopuszczalne są bardzo łagodne formy przemocy (niedosłowne, nieprzedstawione szczegółowo, nierealistyczne).

PEGI 12

Dla tej kategorii wiekowej przeznaczone są gry wideo pokazujące przemoc wobec postaci fantastycznej nieco bardziej dosłownie i/lub przemoc wobec postaci o ludzkim wyglądzie. Pojawiać się mogą odwołania do seksu lub pozy seksualne, jednak wulgaryzmy muszą mieć łagodny charakter w tej kategorii i wiekowej.



Oznaczenia wiekowe PEGI

PEGI 16

Ten znak jest nadawany, jeżeli przemoc (lub czynność seksualna) wygląda tak jak w rzeczywistości. Gry przeznaczone dla kategorii 16 mogą zawierać bardziej rażące wulgaryzmy, zawierać treści o grach losowych, paleniu tytoniu, piciu alkoholu lub zażywaniu narkotyków.

PEGI 18

Za gry dla dorosłych uznaje się gry zawierające poziom przemocy, który należy uznać za daleko posuniętą przemoc, zabijanie bez oczywistego motywu lub przemoc wobec bezbronnych postaci. Do tej kategorii zalicza się również gry gloryfikujące zażywanie narkotyków i dosłowne sceny seksualne.



Bezpieczeństwo w sieci



„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Cechy mocnego hasła

- Ma co najmniej 12 znaków,
- zawiera małe i wielkie litery, cyfry i znaki specjalne (np. %&*#@!),
- jest łatwe do zapamiętania.

Cechy dobrego hasła

- Przypadkowość. Nie korzystaj ze słów ze słownika ani żadnych informacji związanych z Tobą jak imię psa, numer REGON etc.
- Długość. Możesz korzystać z całych zdań, są łatwiejsze do zapamiętania.
- Moc. Poza długością samego hasła dodawaj do niego znaki specjalne np. %\$#_@(), cyfry).
- Unikalność. Nie wykorzystuj tych samych haseł w różnych miejscach, ani nie dziel się nimi.



„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Zmiana hasła

- Hasła i dane z kont w serwisach internetowych wyciekają. Jeśli nasze hasło wycieknie możemy stracić kontrolę nad kontem.
- Jeśli używaliśmy go w wielu miejscach, pozostałe konta są również narażone na atak i należy zmienić tam hasła.



„Rawianie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

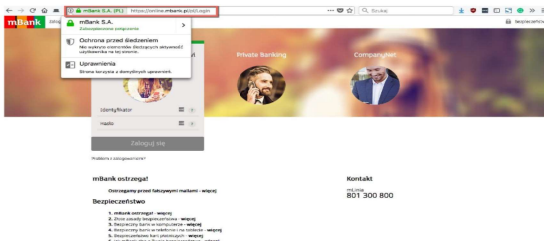


Przykłady elementów w mailu wskazujących na atak phishingowy czyli wiadomość podszywającą się pod zaufanego nadawcę w celu wyłudzenia informacji (np. hasła).
Źródło: mBank.





Oznaczenie szyfrowane połączenia ze stroną za pomocą SSL (https://) na stronie logowania do banku





Bezpieczeństwo logowania

- Dbaj o hasła (zmieniaj je, nie podawaj nikomu, nie zostawiaj nigdzie)
- Nigdy nie korzystaj z tego samego hasła do dwóch różnych usług.
- Tam gdzie to możliwe (m.in. banki, Google, Facebook, twitter, ePUAP) korzystaj z dwustopniowej weryfikacji podczas logowania do poczty, banku, e-usług, np. za pomocą kodów sms, aplikacji etc. Zabezpiecza to przed zalogowaniem się osoby trzeciej, nawet jeśli zna nasze hasło.
- Śledź podejrzane zalogowania i włącz powiadomienia o nich tam gdzie to możliwe, np. Facebook, Google, Twitter.

Zaszyfrowanie danych na dysku



Kurier nie dostarczył przesyłki do numeru zgłoszenia RR4656337798PL na adres 05.07.2015, ponieważ nikt w tym czasie. Proszę zobaczyć informacje na temat wysyłki, drukowania i iść na pocztę, aby otrzymać pakiet.

[Zobacz informacje](#)

Uwaga

Jeżeli przesyłka nie dotrze w ciągu 7 dni roboczych Poczta Polska będzie miała prawo do ubiegania się koszty utrzymania przesyłki 50 zł za jeden dzień. Dziękujemy za korzystanie z naszych usług dostawy. Życząc miłego dnia Twój Poczta Polska.

To jest generowany automatycznie e-mail, kliknij jeżeli chcesz się wypisać.

Poczta Polska S.A. (c) 2015. Wszelkie prawa zastrzeżone.

RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Zaszyfrowanie danych na dysku

Your personal files are encrypted.

Your documents, photos, databases and other important files have been encrypted with strongest encryption and unique key, generated for this computer.

Private decryption key is stored on a secret Internet server and nobody can decrypt your files until you pay and obtain the private key.

Do not try to close program, switch off the computer, run antivirus program or manually recover files. It will lead to destroying private key and you loose all of your files forever.

Press 'View' to view the list of files been encrypted.

Press 'Next' to connect to the secret server and follow instructions.

[View](#) [Next >>](#)

RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

BHP komputera i oprogramowanie antywirusowe

- Nie instaluj programów z nieznanych źródeł.
- Nie otwieraj podejrzanych załączników ani plików, których pochodzenia nie znasz.
- Warto instalować oprogramowanie antywirusowe zarówno na komputerze jak i tabletach oraz smartfonach (choć w tym przypadku należy zachować większą ostrożność), które również mogą paść ofiarą złośliwego oprogramowania.
- Szukaj bieżących informacji o oprogramowaniu polecanym do Twojego sprzętu (zależnie od systemu operacyjnego, który posiadasz na komputerze i smartfonie).

RAWA MAZOWIECKA *w to mi graj!*

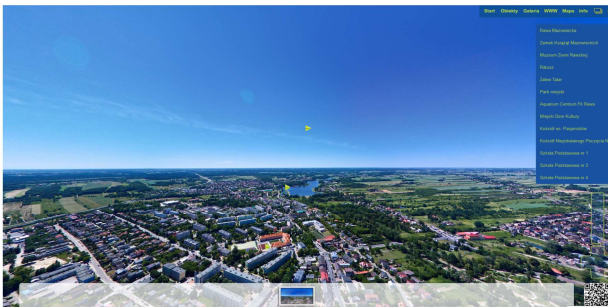
„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

E-usługi

Przykłady e-usług realizowanych przez Urząd Miasta Rawa Mazowiecka:

- Biuletyn Informacji Publicznej (BIP)
- System Informacji Przestrzennej (SIP)
- Transmisje Sesji Rady Miasta
- Spacer Wirtualny
- Platforma „Szybciej, lepiej, skuteczniej – rawska eOświata”

spacer.rawamazowiecka.pl



Czujniki jakości powietrza



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Platforma „Szybciej, lepiej, skuteczniej – rawska eOświata” ponad 3800 użytkowników.



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Portal ePUAP i Profil Zaufany

- Umożliwia załatwianie spraw urzędowych przez internet np.:
 - zgłoszenie narodzin dziecka
 - zameldowanie dziecka
 - złożenie wniosku o 500+ lub wyprawkę "Dobry Start"
 - Świadczenia społeczne
- Można założyć w nim konto weryfikując się z pomocą konta w wybranych bankach lub
- Zakładając konto online i weryfikując tożsamość w wybranym urzędzie (organ potwierdzający).



„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

E-usługi dla każdego obywatela

- obywatel.gov.pl - serwis zbierający wszystkie informacje na temat e-usług dla obywateli.
- biznes.gov.pl - serwis dedykowany dla przedsiębiorców zawierający m.in. porady i szkolenie dla osób zakładających firmy.
- rodzina.gov.pl - portal dedykowany rodzicom, którzy chcą np. uzyskać informacje na temat świadczeń społecznych.

Portal obywatel.gov.pl który udostępnia listę wszystkich e-usług oraz przydatne informacje dot. działań administracji publicznej

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

Logowanie - Serwis informacyjny - Ministerstwo Przedsiębiorczości i Technologii (PUT) | https://logowanie.biznes.gov.pl/module.php/logo/logowanie.php?authState=3803eb5a0b0eb71a22960b40e0af...

gov.pl Serwis informacyjno-usługowy dla przedsiębiorcy Logowanie English

Biznes.gov.pl Szukaj w biznes.gov.pl

Sprawy przedsiębiorcy Usługi online Moje konto Centrum pomocy

Strona główna

Logowanie

Jedli nie posiadasz konta biznes.gov.pl przejdź do [Rejestracji](#)

Logowanie przy pomocy Profilu Zaufanego
 Loguj się do biznes.gov.pl przy pomocy Profilu Zaufanego

Zaloguj przez Profil Zaufany

Logowanie biznes.gov.pl

Email *

Hasło *

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej. 113

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

CENTRALNA EWIDENCJA I INFORMACJA O DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ

CEIDG Centrum pomocy

WYSZUKIWANIE WPROSÓW

Wpisz w pole wyszukiwania nazwę firmy, adres, NIP, REGON, lub inny numer identyfikacyjny firmy w celu aktualizacji danych.

Ważne! Wpisz tylko jedną z opcji: nazwa, adres, NIP lub REGON. Nie wprowadzaj znaków specjalnych (tylko jedno z kryteriów wyszukiwania).

Ważne! Wpisz tylko jedną z opcji: nazwa, adres, NIP lub REGON. Nie wprowadzaj znaków specjalnych (tylko jedno z kryteriów wyszukiwania).

Ważne! Wpisz tylko jedną z opcji: nazwa, adres, NIP lub REGON. Nie wprowadzaj znaków specjalnych (tylko jedno z kryteriów wyszukiwania).

Ważne! Wpisz tylko jedną z opcji: nazwa, adres, NIP lub REGON. Nie wprowadzaj znaków specjalnych (tylko jedno z kryteriów wyszukiwania).

Ważne! Wpisz tylko jedną z opcji: nazwa, adres, NIP lub REGON. Nie wprowadzaj znaków specjalnych (tylko jedno z kryteriów wyszukiwania).

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

funduszeuropejskie.gov.pl

Portal Funduszy Europejskich

Skorzystaj | O Funduszach | Wiadomości | Punkty Informacyjne | Szukaj w serwisie | Serwis programów

Jak skorzystać z Funduszy Europejskich?

Jak uzyskać dostęp do Funduszy? > Jak znaleźć dofinansowanie? > Zobacz ogłoszenia o naborach wniosków > Poznaj obowiązki przy realizacji projektów

Dowiedz się więcej o Funduszach Europejskich

Sprawy oferty dla osób młodych > Sprawdź oferty dla przedsiębiorców > Poznaj Fundusze Europejskie bez barier > Zapytaj o Fundusze

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

„Rawianie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

Platforma Usług Elektronicznych ZUS

ZUS ZARZĄD URZĘDZIENIA SPÓŁCZYNÓW PUE Zaloguj do PUE Zaloguj do PUE

Informujemy, że w przeglądarce Chrome wprowadzono zmiany w technologii Flash, umożliwiające odtwarzanie niektórych formularzy. Wskazujemy na możliwość skorzystania z następujących rozwiązań: Internet Explorer, Mozilla Firefox.

Zaloguj

Logowanie

Zaloguj do PUE

Login:

Hasło:

Zaloguj

Nie masz konta w PUE? [Zarejestruj się](#)

Nie pamiętasz hasła? [Zresetuj hasło](#)

Przebieg jest współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

„Rwanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

Zintegrowany Informator Pacjenta(zip.nfz.gov.pl)

zip

Witajcie w naszym serwisie! Rozpoznajcie: MIOO

zip.nfz.gov.pl

Nie jesteś zalogowany

NFZ Twój portal

Gdzie się leczysz? [Przebieg choroby](#) [Przebieg choroby](#) [Przebieg choroby](#)

Opis choroby [Informacje o chorobach](#) [Recepty](#) [Recepty](#) [Recepty](#) [Leczenie](#) [Przebieg choroby](#)

Twój portal

Czym jest ZIP

ZIP – czyli Zintegrowany Informator Pacjenta, jest narzędziem umożliwiającym pacjentom w sposób wygodny i bezpieczny dostępną dane o ich leczeniu i finansowaniu świadczeń, gromadzone od 2008 r. przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Co zyskujesz rejestrując się w ZIP

- Szybszy dostęp do informacji o Twoim prawie do świadczeń zdrowotnych.
- Większe i łatwiejsze i bardziej świadczonych oraz z przyczynami leczenia.
- Informację o kosztach, które zostały przekazane na afiliasowane Twojego leczenia.

Nie masz konta w ZIP? [Zarejestruj się](#) [Zaloguj się](#)

Ważne! Zaloguj się z wykrzyknikiem! Profil: Zaufanego

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

117

„Rwanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Fundusze Europejskie Polska Cyfrowa Rzeczpospolita Polska Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego

Internetowe Konto Pacjenta - <https://pacjent.gov.pl/>

pacjent.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta: 800 180 300

Internetowe Konto Pacjenta

Te aplikacje są dostępne w Twoim urządzeniu. Zaloguj się do IPK lub do aplikacji. W przypadku zgłoszenia błędów skontaktuj się z nami.

[Jak to działa](#) [Zaloguj się](#)

Jak działają e-usługi?

- Zawieszanie e-recepty
- Wpisywanie skierowań
- Rezerwacja terminów
- e-zwolnienie

RAWA MAZOWIECKA w to mi graj!

118

„Rwanie w sieci” – rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Przeglądarka skierowań na leczenie uzdrowiskowe https://skierowania.nfz.gov.pl/ap-prze-gl-skier/servlet/skierowania/show_app

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia

Przeglądarka skierowań na leczenie uzdrowiskowe

Strona główna

Szanowny Pacjencie,

prezentujemy przeglądarkę skierowań na leczenie uzdrowiskowe, która została przygotowana w celu monitorowania informacji na temat Twego skierowania na leczenie uzdrowiskowe, rozpatrywanego przez Oddział Wzrostki Narodowego Funduszu Zdrowia.

Zapraszamy do skorzystania, aby dowiedzieć się więcej o Twoim skierowaniu.

Wpisz numer skierowania

Wpisz nr cyt z daty umówienia w formacie: AAAA-MM-DD

Informacja o ochronie danych osobowych

Strona ta jest częścią systemu informacyjnego, który umożliwia dostęp do informacji o świadczeniach zdrowotnych. Informacje o ochronie danych osobowych znajdują się w załączniku do niniejszej strony internetowej. Wszelkie pytania prosimy o kierowanie do Biura Obsługi Pacjenta. Informacje o ochronie danych osobowych znajdują się w załączniku do niniejszej strony internetowej.



„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



terminyleczenia.nfz.gov.pl

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia

Informator o Terminach Leczenia

Strona główna

przypadek szalony pilny

jakiego świadczenia szukasz?

województwo miłoścowość

Copyright © Narodowy Fundusz Zdrowia 2018 | [przeglądka statystyk zgłoszeń](#) | [piki i dane](#) | [przebieg uwagi do strony](#) | [kontakt z NFZ](#)



„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Centralna Ewidencja Pojazdów i Kierowców

Centralna Ewidencja Pojazdów i Kierowców | [Kontakt](#) | [A](#) | [A+](#) | [A++](#) | [Słownik pojęć](#) | [Twitter](#) | [Facebook](#) | [YouTube](#)

Strona główna | [Dla obywateli i przedsiębiorców](#)

Dla obywateli i przedsiębiorców

Przebieg informacji na temat pojazdów zarejestrowanych w Polsce lub dotychczasowego historycznego kierowcy? Chcesz upewnić się, że autobus, którym podróżujesz Twoje dziecko ma aktualne badania eksploatacyjne? Chcesz sprawdzić liczbę punktów karnych? Skorzystaj z usług oferowanych przez Ministerstwo Cyfryzacji.

Dla obywateli i przedsiębiorców

Historia Pojazdu

To bezpłatna usługa, dzięki której poznasz historię pojazdu przed zakupem. Pozwala na dostęp do danych z Centralnej Ewidencji Pojazdów, dzięki którym sprawdzisz, czy informacje przedstawiane przez sprzedawcę są zgodne z informacjami w państwowej ewidencji.

[Skorzystaj z usługi ->](#)

Bezpieczny autobus

To bezpłatna usługa, która pozwala na wstępne sprawdzenie autobusu, którym wkrótce wybieramy się na wycieczkę lub którym codziennie jeździmy do pracy i szkoły.

[Skorzystaj z usługi ->](#)

Punkty karne online

Usługa "Sprawdź swoje punkty karne" to możliwość kontroli posiadanych punktów karnych bez wychodzenia z domu i za darmo. Konieczne jest jedynie posiadanie profilu zaufanego UGO.

[Skorzystaj z usługi ->](#)

Mój Pojazd

Masz samochód lub motocykl? Potrzebujesz danych z dowodu rejestracyjnego? Interesuje Cię stan techniczny i ostatniego badania technicznego? Sprawdź dane o pojazdach, których jesteś właścicielem lub posiadaczem.

[Skorzystaj z usługi ->](#)



„Rawanie w sieci” - rozwój kompetencji cyfrowych mieszkańców Rawy Mazowieckiej.

Ciekawe miejsca w sieci

<http://szukajwarchiwach.pl>

W systemie Szukajwarchiwach.pl znajdują się materiały z Archiwów Państwowych i ponad 70 innych instytucji. Można tam znaleźć ponad 7 milionów opisów materiałów archiwalnych oraz około 25 mln zeskanowanych dokumentów

Ciekawe miejsca w sieci

www.dyzurnet.pl

Dyzurnet.pl to zespół ekspertów Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej, działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w Internecie, szczególnie związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci. Dyzurnet.pl prowadzi również działania edukacyjno-popularyzatorskie kierowane do różnych grup odbiorców.

Ciekawe miejsca w sieci

<https://www.cert.pl/ouch/>

OUCH! To cykliczny, darmowy zestaw porad bezpieczeństwa dla użytkowników komputerów. Każde wydanie zawiera krótkie, przystępne przedstawienie wybranego zagadnienia z bezpieczeństwa komputerowego wraz z listą wskazówek jak można chronić siebie, swoich najbliższych i swoją organizację

Przydatne miejsca w sieci

Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów
www.uokik.gov.pl

Ministerstwo Sprawiedliwości
www.ems.ms.gov.pl

<http://www.mojepanstwo.pl>

Wyszukiwarka firm – urzędów i instytucji publicznych
<https://msp.money.pl/baza-firm/urzedy-i-instytucje-publiczne-g21.html>

Programy ochrony kupujących
<https://pok.arena.pl/>

Przydatne miejsca w sieci

<http://www.zus.pl/>

<https://www.finanse.mf.gov.pl/web/wp/pp/e-deklaracje>

<https://www.podatki.gov.pl/e-deklaracje>

<http://www.egospodarka.pl/>

<https://www.portalzp.pl/>

<https://przetargi.pl/>

<https://chronpesel.pl/>

Przydatne miejsca w sieci

<http://www.zus.pl/>

<https://www.finanse.mf.gov.pl/web/wp/pp/e-deklaracje>

<https://www.podatki.gov.pl/e-deklaracje>

<http://www.egospodarka.pl/>

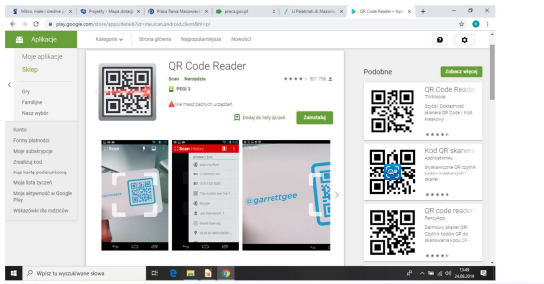
<https://www.portalzp.pl/>

<https://przetargi.pl/>

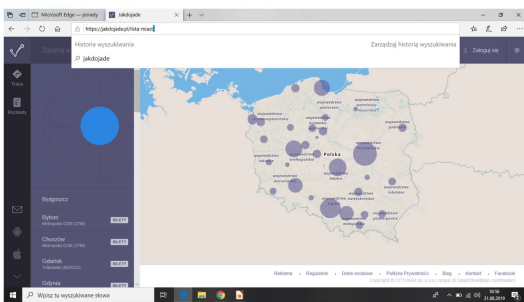
<https://chronpesel.pl/>

E podróznik, jakdojade, polski bus, skyskaner

Kod QR



<https://jakdojade.pl/>



<https://www.e-podroznik.pl/>

