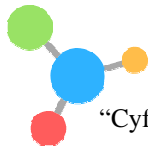


## Przykład Dobrej Praktyki

Kraj	Łotwa
1.	<b>Tytuł:</b> Komunikacja jest kluczowa
2.	<b>Typ praktyki</b> – warsztaty dla seniorów
3.	<b>Cele:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- przedstawienie uczestnikom różnych platform do komunikowania się</li><li>- zachęcenie seniorów do korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych w ich codziennym życiu</li><li>- uproszczenie zwykłych życiowych czynności, np. otrzymywanie faktur e-mailem, a nie pocztą</li><li>- nabycie przez uczestników praktycznego doświadczenia w korzystaniu z platform komunikacyjnych</li></ul>
4.	<b>Opis praktyki:</b> <p>Uczestnicy poznają różne platformy komunikacyjne, takie jak Skype, e-mail, platformy społecznościowe Facebook i draugiem.lv (łotewskie media społecznościowe). Zachęcamy uczestników do wypróbowania wszystkich platform, ale mogą wybrać te, które najlepiej odpowiadają ich indywidualnym potrzebom.</p> <b>Ćwiczenia</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Uczestnicy tworzą swoje adresy e-mail, jeśli ich nie posiadają.</li><li>- Uczestnicy próbują korzystać z różnych opcji na platformie e-mailowej – wysyłania i odbierania wiadomości od siebie, wysyłania załączników.</li><li>- Uczestnicy próbują w prosty sposób korzystać z mediów społecznościowych – najpierw zakładając konto, odnajdując członków rodziny i znajomych, udostępniając posty.</li><li>- Trenerzy omawiają z uczestnikami podstawowe wytyczne dotyczące bezpieczeństwa w Internecie.</li><li>- Uczestnicy korzystają z platform komunikacyjnych, tworząc konto, ucząc się podstaw i próbując praktycznego doświadczenia – na przykład używając Skype lub Whatsapp do dzwonienia do siebie.</li></ul> <b>Metodologia:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- działania integrujące które mają pomóc nawiązać kontakt</li><li>- teoria i punkty do wykonania dostarczone przez trenerów</li><li>- praktyczna praca w grupie i praca indywidualna</li></ul>
5.	<b>Grupa docelowa:</b> seniorzy
6.	<b>Czas trwania i następne kroki (jeśli dotyczy):</b> <p>Uwzględniane są potrzeby grupy docelowej, średnio 1 lekcja na jeden temat Działania uzupełniające: w razie potrzeby indywidualne konsultacje, bardziej</p>



	szczegółowe lekcje z wykorzystaniem łotewskiego portalu e-administracji – którego celem jest świadczenie e-usług dla obywateli i korzystanie z e-podpisu.
7.	<b>Materiały, zasoby:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Komputery, telefony i tablety z połączeniem internetowym</li><li>- Rzutnik multimedialny</li></ul>
8.	<b>Wpływ:</b> <p>Seniorzy są zapoznawani z technologiami i platformami informacyjno-komunikacyjnymi w prosty i przyjemny sposób.</p> <p>Uczestnicy rozumieją, które platformy będą najbardziej przydatne w ich codziennym życiu.</p> <p>Uczestnicy swobodnie korzystają z poczty e-mail, co ułatwia ich codzienne zadania.</p> <p>Uczestnicy poznają podstawy bezpieczeństwa w Internecie i mediach społecznościowych.</p> <p>Uczestnicy mogą łatwo i częściej łączyć się ze swoimi rodzinami i przyjaciółmi za granicą bez żadnych dodatkowych kosztów.</p> <p>Seniorzy są bardziej pewni siebie i potrafią szukać informacji (i ew.pracy).</p>
9.	<b>Nazwa instytucji wdrażającej / trener:</b> <p>Stowarzyszenie “KāpNes”</p> <p>Anete Ziepniece, Iveta Ziepniece</p>

Wsparcie Komisji Europejskiej dla produkcji tej publikacji nie stanowi poparcia dla treści, które odzwierciedlają jedynie poglądy autorów, a Komisja nie może zostać pociągnięta do odpowiedzialności za jakiegokolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.