

Harmonogram

Nazwa Beneficjenta: Centrum Edukacji w Bartoszycach

Numer projektu: KPOD.05.08-IW.06-0029/24

Tytuł projektu: Wczoraj e-wykluczeni dziś włączeni

Nazwa szkolenia zawodowego/kursu: Usługi

Nr kursu: 5/019/2025

Uczestników: 5 w tym kobiet: 3, mężczyzn: 2

Termin realizacji: 06.02.2025-21.02.2025

1. Harmonogram

Data realizacji	Godziny realizacji zajęć od-do	Temat zajęć	Wykładowca	Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu, nr sali)
06.02.2025	08:00-10:00	Elementy budowy komputera. Praca na plikach, folderach. Skróty i ich zastosowanie	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	10:00-10:05	PRZERWA		
	10:05-10:35	Elementy budowy komputera. Praca na plikach, folderach. Skróty i ich zastosowanie	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	10:35-11:35	Word, Notatnik, Word Pad. Redagowanie dokumentów. Formatowanie tekstu.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	11:35-11:40	PRZERWA		
	11:40-13:10	Word, Notatnik, Word Pad. Redagowanie dokumentów. Formatowanie tekstu.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
07.02.2025	08:00-10:00	Podstawowe funkcje. Wykorzystanie funkcji i tworzenie formuł. Formatowanie tabel. Wykresy.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	10:00-10:05	PRZERWA		
	10:05-10:35	Podstawowe funkcje. Wykorzystanie funkcji i tworzenie formuł. Formatowanie tabel. Wykresy.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	10:35-11:35	Korespondencja elektroniczna. Zasady bezpiecznej obsługi poczty elektronicznej. Przeglądarki internetowe – jak korzystać.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol
	11:35-11:40	PRZERWA		
	11:40-13:10	Korespondencja elektroniczna. Zasady bezpiecznej obsługi poczty elektronicznej. Przeglądarki internetowe – jak korzystać.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępapol

13.02.2025	08:00-10:00	Przegląd popularnych portali zdrowotnych np.: abcZdrowie.pl, Forumzdrowia.pl, Zdronet.pl i inne. Wyszukiwanie informacji, poradników, magazynów dotyczących profilaktyki pro zdrowotnej. Internetowe Konto Pacjenta (IKP) na stronie pacjent.gov.pl – sprawdzanie historii swojego zdrowia. Czym jest karta EKUZ i jak złożyć wniosek o jej wydanie?. Wyszukiwanie placówek i lekarzy na przykładzie strony ZnanyLekarz.pl. Sprawdzanie opinii o wybranej placówce, specjaliście oraz dzielenie się swoimi doświadczeniami z innymi internauta-mi np. za pośrednictwem mediów społecznościowych. Zapisy na wizyty lekarskie. Apteki internetowe - wyszukiwanie leków na bezpiecznych stronach aptek internetowych. Apteczne portale rezerwacyjne, jak sprawdzić czy dany lek jest dostępny w aptece - na przykładzie platformy KtoMaLek.pl. Porady online poprzez formularz „zapytaj farmaceutę”, sprawdza-nie stopnia refundacji leków. Poszukiwanie artykułów nt. zdrowego stylu życia w gazetach i magazynach online. Higiena cyfrowa jako przykład promocji zdrowego stylu życia.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	10:00-10:05	PRZERWA		
	10:05-12:05	Przegląd popularnych portali zdrowotnych np.: abcZdrowie.pl, Forumzdrowia.pl, Zdronet.pl i inne. Wyszukiwanie informacji, poradników, magazynów dotyczących profilaktyki pro zdrowotnej. Internetowe Konto Pacjenta (IKP) na stronie pacjent.gov.pl – sprawdzanie historii swojego zdrowia. Czym jest karta EKUZ i jak złożyć wniosek o jej wydanie?. Wyszukiwanie placówek i lekarzy na przykładzie strony ZnanyLekarz.pl. Sprawdzanie opinii o wybranej placówce, specjaliście oraz dzielenie się swoimi doświadczeniami z innymi internauta-mi np. za pośrednictwem mediów społecznościowych. Zapisy na wizyty lekarskie. Apteki internetowe - wyszukiwanie leków na bezpiecznych stronach aptek internetowych. Apteczne portale rezerwacyjne, jak sprawdzić czy dany lek jest dostępny w aptece - na przykładzie platformy KtoMaLek.pl. Porady online poprzez formularz „zapytaj farmaceutę”, sprawdza-nie stopnia refundacji leków. Poszukiwanie artykułów nt. zdrowego stylu życia w gazetach i magazynach online. Higiena cyfrowa jako przykład promocji zdrowego stylu życia.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól

13.02.2025	12:05-12:10	PRZERWA		
	12:10-13:10	Przegląd popularnych portali zdrowotnych np.: abcZdrowie.pl, Forumzdrowia.pl, Zdronet.pl i inne. Wyszukiwanie informacji, poradników, magazynów dotyczących profilaktyki pro zdrowotnej. Internetowe Konto Pacjenta (IKP) na stronie pacjent.gov.pl – sprawdzanie historii swojego zdrowia. Czym jest karta EKUZ i jak złożyć wniosek o jej wydanie?. Wyszukiwanie placówek i lekarzy na przykładzie strony ZnanyLekarz.pl. Sprawdzanie opinii o wybranej placówce, specjaliście oraz dzielenie się swoimi doświadczeniami z innymi internauta-mi np. za pośrednictwem mediów społecznościowych. Zapisy na wizyty lekarskie. Apteki internetowe - wyszukiwanie leków na bezpiecznych stronach aptek internetowych. Apteczne portale rezerwacyjne, jak sprawdzić czy dany lek jest dostępny w aptece - na przykładzie platformy KtoMaLek.pl. Porady online poprzez formularz „zapytaj farmaceutę”, sprawdza-nie stopnia refundacji leków. Poszukiwanie artykułów nt. zdrowego stylu życia w gazetach i magazynach online. Higiena cyfrowa jako przykład promocji zdrowego stylu życia.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól

14.02.2025	08:00-10:00	Czym są sklepy internetowe i platformy zakupowe - przegląd najpopularniejszych platform zakupowych. Jak sprawdzić wiarygodność e-sklepu, sprzedawcy oraz opinię o produkcie?. Przebieg procesu zakupu na przykładzie wybranej platformy np. Allegro: Zakładanie konta na platformie z uwzględnieniem ochrony danych osobowych, wyszukiwanie ofert konkretnego produktu, filtrowanie produktów, sprawdzanie informacji o produkcie, zadawanie pytań sprzedającemu, dobieranie parametrów produktu (np. koloru, rozmiaru), składanie zamówienia, przeglądanie koszyka, wybór sposobu dostawy i płatności, finalizowanie transakcji. Sprawdzanie szczegółów zakupu/zamówienia - pytanie o zakup, ocena sprzedającego i produktu, zgłaszanie reklamacji i zwrot produktu. Prawa konsumenta - wyszukiwanie informacji o prawach konsumenta w różnych źródłach internetowych. Gdzie zgłosić problem z kupionym towarem lub usługą? Uzyskanie porady przez stronę Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Sprawdzanie cen wybranego produktu poprzez porównywarkę cen np. Skąpiec.pl. Ochrona danych osobowych kupujących i sprzedających – funkcja plików cookies i Polityki Prywatności.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	10:00-10:05	PRZERWA		

14.02.2025	10:05-12:05	Czym są sklepy internetowe i platformy zakupowe - przegląd najpopularniejszych platform zakupowych. Jak sprawdzić wiarygodność e-sklepu, sprzedawcy oraz opinie o produkcie?. Przebieg procesu zakupu na przykładzie wybranej platformy np. Allegro: Zakładanie konta na platformie z uwzględnieniem ochrony danych osobowych, wyszukiwanie ofert konkretnego produktu, filtrowanie produktów, sprawdzanie informacji o produkcie, zadawanie pytań sprzedającemu, dobieranie parametrów produktu (np. koloru, rozmiaru), składanie zamówienia, przeglądanie koszyka, wybór sposobu dostawy i płatności, finalizowanie transakcji. Sprawdzanie szczegółów zakupu/zamówienia - pytanie o zakup, ocena sprzedającego i produktu, zgłaszanie reklamacji i zwrot produktu. Prawa konsumenta - wyszukiwanie informacji o prawach konsumenta w różnych źródłach internetowych. Gdzie zgłosić problem z kupionym towarem lub usługą? Uzyskanie porady przez stronę Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Sprawdzanie cen wybranego produktu poprzez porównywarkę cen np. Skąpiec.pl. Ochrona danych osobowych kupujących i sprzedających – funkcja plików cookies i Polityki Prywatności.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	12:05-12:10	PRZERWA		

14.02.2025	12:10-13:10	Czym są sklepy internetowe i platformy zakupowe - przegląd najpopularniejszych platform zakupowych. Jak sprawdzić wiarygodność e-sklepu, sprzedawcy oraz opinię o produkcie?. Przebieg procesu zakupu na przykładzie wybranej platformy np. Allegro: Zakładanie konta na platformie z uwzględnieniem ochrony danych osobowych, wyszukiwanie ofert konkretnego produktu, filtrowanie produktów, sprawdzanie informacji o produkcie, zadawanie pytań sprzedającemu, dobieranie parametrów produktu (np. koloru, rozmiaru), składanie zamówienia, przeglądanie koszyka, wybór sposobu dostawy i płatności, finalizowanie transakcji. Sprawdzanie szczegółów zakupu/zamówienia - pytanie o zakup, ocena sprzedającego i produktu, zgłaszanie reklamacji i zwrot produktu. Prawa konsumenta - wyszukiwanie informacji o prawach konsumenta w różnych źródłach internetowych. Gdzie zgłosić problem z kupionym towarem lub usługą? Uzyskanie porady przez stronę Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Sprawdzanie cen wybranego produktu poprzez porównywarkę cen np. Skąpiec.pl. Ochrona danych osobowych kupujących i sprzedających – funkcja plików cookies i Polityki Prywatności.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
------------	-------------	--	----------------------	--

20.02.2025	08:00-10:00	Korzystanie z Google Maps – wyszukiwanie i planowanie tras podróży. Tworzenie mapy trasy samochodowej, rowerowej lub pieszej. Strony internetowe i aplikacje do wyszukiwania noclegów. Funkcje aplikacji do wyszukiwania noclegów. Filtrowanie ofert noclegów w zależności od: ceny, lokalizacji, udogodnień oraz ocen innych uczestników. Sprawdzanie opinii i prawdziwości informacji o noclegach. Poszukiwanie informacji o dostępności i cenie wybranej oferty turystycznej lub kulturalnej np. kino, teatr, wydarzenie sportowe. Rezerwacja i zakup atrakcji przez system rezerwacyjny lub wybraną aplikację. Wyszukiwanie opinii o atrakcjach turystycznych, restauracjach i miejscach noclegowych w źródłach internetowych i mediach społecznościowych np. Facebook. Wyszukiwanie i dołączenie do grup tematycznych, wyrażanie swoich opinii i poglądów pod publikacjami innych użytkowników na temat atrakcji turystycznych. Tworzenie i udostępnianie postów dotyczących atrakcji turystycznych, zamieszczanie zdjęć i opisów. Wyszukiwanie ofert wycieczek na stronie biura podróży, przeglądanie wideo nagrań oraz prowadzenie komunikacji za pomocą e-maila z przedstawicielem biura.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	10:00-10:05	PRZERWA		

20.02.2025	10:05-12:05	Korzystanie z Google Maps – wyszukiwanie i planowanie tras podróży. Tworzenie mapy trasy samochodowej, rowerowej lub pieszej. Strony internetowe i aplikacje do wyszukiwania noclegów. Funkcje aplikacji do wyszukiwania noclegów. Filtrowanie ofert noclegów w zależności od: ceny, lokalizacji, udogodnień oraz ocen innych uczestników. Sprawdzanie opinii i prawdziwości informacji o noclegach. Poszukiwanie informacji o dostępności i cenie wybranej oferty turystycznej lub kulturalnej np. kino, teatr, wydarzenie sportowe. Rezerwacja i zakup atrakcji przez system rezerwacyjny lub wybraną aplikację. Wyszukiwanie opinii o atrakcjach turystycznych, restauracjach i miejscach noclegowych w źródłach internetowych i mediach społecznościowych np. Facebook. Wyszukiwanie i dołączenie do grup tematycznych, wyrażanie swoich opinii i poglądów pod publikacjami innych użytkowników na temat atrakcji turystycznych. Tworzenie i udostępnianie postów dotyczących atrakcji turystycznych, zamieszczanie zdjęć i opisów. Wyszukiwanie ofert wycieczek na stronie biura podróży, przeglądanie wideo nagrań oraz prowadzenie komunikacji za pomocą e-maila z przedstawicielem biura.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	12:05-12:10	PRZERWA		

20.02.2025	12:10-13:10	Korzystanie z Google Maps – wyszukiwanie i planowanie tras podróży. Tworzenie mapy trasy samochodowej, rowerowej lub pieszej. Strony internetowe i aplikacje do wyszukiwania noclegów. Funkcje aplikacji do wyszukiwania noclegów. Filtrowanie ofert noclegów w zależności od: ceny, lokalizacji, udogodnień oraz ocen innych uczestników. Sprawdzanie opinii i prawdziwości informacji o noclegach. Poszukiwanie informacji o dostępności i cenie wybranej oferty turystycznej lub kulturalnej np. kino, teatr, wydarzenie sportowe. Rezerwacja i zakup atrakcji przez system rezerwacyjny lub wybraną aplikację. Wyszukiwanie opinii o atrakcjach turystycznych, restauracjach i miejscach noclegowych w źródłach internetowych i mediach społecznościowych np. Facebook. Wyszukiwanie i dołączenie do grup tematycznych, wyrażanie swoich opinii i poglądów pod publikacjami innych użytkowników na temat atrakcji turystycznych. Tworzenie i udostępnianie postów dotyczących atrakcji turystycznych, zamieszczanie zdjęć i opisów. Wyszukiwanie ofert wycieczek na stronie biura podróży, przeglądanie wideo nagrań oraz prowadzenie komunikacji za pomocą e-maila z przedstawicielem biura.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
21.02.2025	08:00-10:00	Platformy e-learningowe – możliwość korzystania ze szkoleń/kursów online i darmowych webinarów. Przegląd popularnych platform e-learningowych i ich funkcjonalności. Wady i zalety kształcenia na odległość. Wyszukiwanie ofert wybranych szkoleń i sprawdzanie warunków uczestnictwa. Zadawanie pytań w sprawie wybranego szkolenia/kursu, webinaru poprzez formularz kontaktu – wysyłanie e-maili z zapytaniem. Darmowe aplikacje do nauki online w czasie rzeczywistym (Skype, Teams, Jitsi) – prowadzenie rozmów przez Internet za pomocą aplikacji Skype, poznanie funkcjonalności komunikatora. Przesyłanie plików. Aplikacje mobilne umożliwiające naukę na odległość w dowolnym momencie np. duolingo. Quizlet. Zarejestrowanie w wybranej aplikacji, poznanie jej funkcji. Wyszukiwanie aplikacji na wybrany temat. Darmowe filmiki edukacyjne, instrukcje i poradniki na platformie YouTube. Wyszukiwanie materiałów na wybrany temat. Problematyka korzystania z legalnych źródeł w Internecie. Prawa autorskie.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	10:00-10:05	PRZERWA		

21.02.2025	10:05-12:05	Platformy e-learningowe – możliwość korzystania ze szkoleń/kursów online i darmowych webinarów. Przegląd popularnych platform e-learningowych i ich funkcjonalności. Wady i zalety kształcenia na odległość. Wyszukiwanie ofert wybranych szkoleń i sprawdzanie warunków uczestnictwa. Zadawanie pytań w sprawie wybranego szkolenia/kursu, webinaru poprzez formularz kontaktu – wysyłanie e-maili z zapytaniem. Darmowe aplikacje do nauki online w czasie rzeczywistym (Skype, Teams, Jitsi) – prowadzenie rozmów przez Internet za pomocą aplikacji Skype, poznanie funkcjonalności komunikatora. Przesyłanie plików. Aplikacje mobilne umożliwiające naukę na odległość w dowolnym momencie np. duolingo. Quizlet. Zarejestrowanie w wybranej aplikacji, poznanie jej funkcji. Wyszukiwanie aplikacji na wybrany temat. Darmowe filmiki edukacyjne, instrukcje i poradniki na platformie YouTube. Wyszukiwanie materiałów na wybrany temat. Problematyka korzystania z legalnych źródeł w Internecie. Prawa autorskie.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól
	12:05-12:10	PRZERWA		
	12:10-13:10	Platformy e-learningowe – możliwość korzystania ze szkoleń/kursów online i darmowych webinarów. Przegląd popularnych platform e-learningowych i ich funkcjonalności. Wady i zalety kształcenia na odległość. Wyszukiwanie ofert wybranych szkoleń i sprawdzanie warunków uczestnictwa. Zadawanie pytań w sprawie wybranego szkolenia/kursu, webinaru poprzez formularz kontaktu – wysyłanie e-maili z zapytaniem. Darmowe aplikacje do nauki online w czasie rzeczywistym (Skype, Teams, Jitsi) – prowadzenie rozmów przez Internet za pomocą aplikacji Skype, poznanie funkcjonalności komunikatora. Przesyłanie plików. Aplikacje mobilne umożliwiające naukę na odległość w dowolnym momencie np. duolingo. Quizlet. Zarejestrowanie w wybranej aplikacji, poznanie jej funkcji. Wyszukiwanie aplikacji na wybrany temat. Darmowe filmiki edukacyjne, instrukcje i poradniki na platformie YouTube. Wyszukiwanie materiałów na wybrany temat. Problematyka korzystania z legalnych źródeł w Internecie. Prawa autorskie.	Badurowicz Katarzyna	Świetlica Wiejska w Masunach, 11-210 Sępól