

Tabela. Taksonomia funkcjonalnych kompetencji cyfrowych seniorów – szczegółowy opis

1. Relacje społeczne

1.1. Korzyść: Utrzymuję stosunki towarzyskie

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię utrzymywać i rozwijać relacje z bliskimi (rodziną, przyjaciółmi, znajomymi) za pośrednictwem sieci
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem wykorzystywać różne narzędzia komunikacji elektronicznej komunikacji z bliskimi w zależności od potrzeb
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Gadu-Gadu, Skype, Messenger
- Potrafię korzystać z narzędzi umożliwiających rozmowę lub inne formy komunikacji *online* w celu rozwijania i utrzymywania relacji z bliskimi
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem nawiązać połączenie głosowe, rozmawiać (z wideo lub bez), a następnie zakończyć rozmowę, umiem korzystać z komunikatorów tekstowych, wysyłając i odbierając wiadomość w czasie rzeczywistym
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Gadu-Gadu, Skype, Messenger
- Potrafię wykorzystywać narzędzia komunikacji *online*, aby wymieniać się informacjami bieżącymi
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem wysłać krótkie informacje, umawiać się na spotkania, informować o najważniejszych wydarzeniach
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Gadu-Gadu, Skype, Messenger
- Potrafię korzystać z serwisów poświęconych poznawaniu osób
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem założyć konto, dodać do niego odpowiednie treści i wykorzystywać je w nawiązywaniu nowych znajomości, również o charakterze prywatnym
 - **Przykładowe serwisy:** nk.pl, edarling.pl, Facebook
- Potrafię komunikować się z nowo poznaną osobą, wykorzystując funkcjonalności serwisów, dbając o własne bezpieczeństwo i prywatność

- **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem odbierać i czytać otrzymywane wiadomości oraz odpowiadać na nie w zależności od potrzeb, umiem korzystać z funkcjonalności serwisów wspierających komunikację („zaczepianie”, wysyłanie uśmiechów)
- **Przykładowe serwisy:** edarling.pl, sympatia.pl

1.2. Korzyść: Dbam o prywatność

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię korzystać z ustawień prywatności w serwisach społecznościowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem skonfigurować ustawienia prywatności w serwisach społecznościowych zgodnie z moimi potrzebami
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Nasza Klasa, GoldenLine, Twitter
 - **Sprzęt:** komputer stacjonarny, laptop, tablet, smartfon
- Potrafię korzystać z trybu prywatnego w przeglądarkach internetowych w zależności od potrzeb
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem przejść w prywatny tryb przeglądarki internetowej, kierując się dbałością o swoją prywatność, gdy mam taką potrzebę
 - **Przykładowe programy:** Mozilla Firefox, Google Chrome, MS Internet Explorer, Safari
- Potrafię zarządzać historią przeglądanych stron w przeglądarce internetowej
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem skorzystać z historii przeglądanych stron, chcąc wrócić do interesującej mnie strony lub skasować ją, gdy mam taką potrzebę
 - **Przykładowe programy:** Mozilla Firefox, Google Chrome, MS Internet Explorer, Safari
- Potrafię zarządzać treściami publikowanymi przez innych w serwisach społecznościowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem zareagować, gdy publikowane przez innych treści nie odpowiadają mi (korzystając z takich opcji serwisu, jak ukrywanie wiadomości lub postów, blokowanie innych użytkowników) lub kiedy chcę je widzieć zawsze (obserwowanie)
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Nasza Klasa, GoldenLine, Twitter

1.3. Korzyść: Zarządzam swoim wizerunkiem i informacjami o mnie

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię kształtować swój wizerunek w Internecie w zależności od potrzeb i odbiorców
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem zdecydować, które z zamieszczanych przeze mnie treści powinny być dostępne dla znajomych i przyjaciół, a które dla kolegów z pracy i przełożonych, kierując się przede wszystkim dbałością o swoją prywatność
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Nasza Klasa, GoldenLine, Twitter
 - **Sprzęt:** komputer stacjonarny, laptop, tablet, smartfon
- Potrafię zarządzać treściami publikowanymi przeze mnie w serwisach społecznościowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem określić, kto może widzieć publikowane przeze mnie treści (wszyscy, znajomi, wybrane osoby), korzystając z możliwości serwisu
 - **Przykładowe serwisy:** Facebook, Nasza Klasa, GoldenLine, Twitter

2. Odpoczynek i hobby

2.1. Korzyść: Zapelniam wolny czas

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć informacje o ofercie kulturalnej i rozrywkowej w mojej okolicy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię sprawdzić w Internecie aktywność ośrodków, które odpowiadają moim zainteresowaniom, i skorzystać z ich oferty: organizowanych spotkań klubu seniora, pielgrzymek, koncertów, pokazów filmowych
 - **Przykładowe serwisy:** www.goknieporet.pl/index.php, www.mozeszwiecej.waw.pl
- Potrafię znaleźć w Internecie serwisy wideo, filmowe, z muzyką i radio internetowe
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** w zależności od swoich zainteresowań potrafię znaleźć w Internecie serwisy, w których legalnie i bezpłatnie (lub uiszczając odpowiednie opłaty) będę mógł oglądać filmy i słuchać muzyki

- **Przykładowe serwisy:** kanał *Sala kinowa* na YouTube (www.youtube.com/channel/UCMy42eSUu30ULX_VmnxiQLA), Deezer (www.deezer.com), Spotify (www.spotify.com/pl), www.polskieradio.pl
- Potrafię znaleźć rozrywkę *online*
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć w Internecie gry towarzyskie *online*, zarejestrować się i wybrać odpowiednią dla mnie grę
 - **Przykładowe serwisy:** <http://gryonline.wp.pl>, <http://darmowe.gry-online.pl>
- Potrafię znaleźć informacje turystyczne o mojej okolicy (lub miejscu, w którym się znajduję)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię korzystać z Internetu, aby odnaleźć informacje o ciekawych miejscach w interesującej mnie okolicy (godzinach otwarcia, dojeździe, cenach biletu) i o odbywających się tam wydarzeniach
 - **Przykładowe serwisy:** Warszawska Informacja Turystyczna (www.warsawtour.pl), Arguido przewodnik turystyczny (aplikacja mobilna), Polskie Szlaki (portal i aplikacja mobilna www.polskieszlaki.pl)

2.2. Korzyść: Rozwijam swoje hobby

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć strony i serwisy z informacjami dotyczącymi moich zainteresowań
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć strony w Internecie zawierające treści zgodne z moimi zainteresowaniami, na przykład dotyczące gotowania czy wędkarstwa, umiem śledzić informacje pojawiające się na tych stronach (za pomocą subskrypcji powiadomień w mediach społecznościowych lub newsletterów, kanałów RSS)
 - **Przykładowe serwisy:** Kwestia smaku (www.kwestiasmaku.com), Gotowanie na Ekranie (www.youtube.com/watch?v=OahO1tJILqQ&list=PLER6LoGsMswtCSqtuXlfBCFWrv9TGKtnv), Wędkarstwo Lucio (www.youtube.com/user/grafiklogo), www.wedkuje.pl
- Potrafię znaleźć społeczności osób dzielących moje zainteresowania i uczestniczyć w ich aktywności
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć strony internetowe, na których mogę nawiązać relację z osobami dzielącymi moje zainteresowania, na przykład zarejestrować się i umieszczać wpisy na forach internetowych

- **Przykładowe serwisy:** www.mojegotowanie.pl/forum/index.php, <http://forum.wedkuje.pl/wedkarskie.html>
- Potrafię kupić *online* sprzęt, materiały i pomoce (na przykład książki) potrzebne do rozwijania moich zainteresowań
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię nabyć przez Internet produkty, które pozwalają mi rozwijać mój zainteresowania: znaleźć odpowiedni sklep, sfinalizować transakcję zgodnie z zasadami bezpiecznego przeprowadzania transakcji w Internecie; znam przysługujące mi prawa związane ze zwrotem produktów kupionych przez Internet
 - **Przykładowe serwisy:** www.kuchnieorientu.pl/, <http://organic24.pl/>, www.fishing-mart.com.pl/sklep/pl/index.html
- Potrafię tworzyć treści dotyczące moich zainteresowań i publikować je w sieci
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię stworzyć w Internecie miejsce, w którym opublikuję treści (na przykład dokumentację fotograficzną, filmy instruktażowe, porady) związane z moimi zainteresowaniami: profile, kanały w mediach społecznościowych, strony lub blogi tematyczne, potrafię właściwie stworzyć taki profil i publikować na nim treści, odpowiednio ustawiając zasięg ich widoczności w Internecie (publiczny, widoczny dla określonego grona odbiorców)
 - **Przykładowe serwisy:** profile na Facebooku, na przykład Kocham gotować (www.facebook.com/kochamgotowac), blogi na www.blog.pl, na przykład <http://targsmaku.pl>

3. Zdrowie

3.1. Korzyść: Prowadzę zdrowy tryb życia

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię porównać wyniki moich badań z optymalnymi dla mojej grupy wiekowej
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć strony podające wiarygodne informacje na temat poprawnych wartości wyników badań kontrolnych, umiem znaleźć kalendarz badań okresowych właściwy dla mojej grupy wiekowej
 - **Przykładowe serwisy:** medonet.pl, poradnikzdrowie.pl
- Potrafię znaleźć w Internecie informacje na temat zdrowego trybu życia, zdrowego odżywiania
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje dotyczące zdrowego stylu życia, w tym zdrowego odżywiania, ocenić ich przydatność w mojej sytuacji zdrowotnej, wybrać odpowiednie do ewentualnego wykorzystania

- **Przykładowe serwisy:** medonet.pl, portal.abczdrowie.pl, mz.gov.pl
- Potrafię korzystać z aplikacji mobilnych rejestrujących moją aktywność fizyczną, publikuję te dane na moim profilu lub blogu
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** znam aplikacje mobilne pozwalające rejestrować aktywność fizyczną, korzystam z wybranych narzędzi tego rodzaju, publikuję uzyskane wyniki w mediach społecznościowych
 - **Przykładowe serwisy:** Fit App, Runtastic Me, Facebook
- Potrafię znaleźć, wybrać i zapisać się w Internecie na zajęcia sportowe (ruchowe) odpowiednie dla mojego stanu zdrowia
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć strony firm lub klubów prowadzących zajęcia sportowe, potrafię wybrać ofertę pasującą do moich potrzeb, umiem zapisać się na takie zajęcia *online*
 - **Przykładowe serwisy:** sportowa.warszawa.pl, senior.fit.pl
- Potrafię wymieniać się informacjami na temat zdrowego trybu życia (publikuję posty lub komentarze na portalach, forach, grupach, blogach)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** wypowiadam się na temat zdrowego stylu życia w mediach społecznościowych różnego typu: publikuję posty, odpowiadam na komentarze, moderuję dyskusję
 - **Przykładowe serwisy:** klub.senior.pl, medonet.pl, blogseniora.pl
- Potrafię prowadzić bloga, w którym piszę tylko (także) o zdrowym trybie życia (ewentualnie stronę lub serwis)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** prowadzę bloga (stronę) dotyczącego zdrowego trybu życia: umieszczam posty, moderuję komentarze, organizuję treści, komunikuję się z czytelnikami
 - **Przykładowe serwisy:** blogseniora.pl

3.2. Korzyść: Korzystam z opieki zdrowotnej

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć placówkę opieki zdrowotnej, z której usług mogę korzystać bezpłatnie lub odpłatnie

- **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć placówkę opieki zdrowotnej – publiczną lub niepubliczną – odpowiadającą moim potrzebom zdrowotnym
 - **Przykładowe serwisy:** rpwdl.csioz.gov.pl, zip.nfz.gov.pl/GSL
- Potrafię znaleźć placówkę opieki zdrowotnej (lekarza, specjalistę), w której można skorzystać z usług opłacanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć lekarza (placówkę), który ma podpisany kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia, według moich potrzeb zdrowotnych
 - **Przykładowe serwisy:** zip.nfz.gov.pl/GSL, www.nfz.krakow.pl
- Potrafię znaleźć informacje dotyczące dostępności bezpłatnych badań i szczepień wskazanych w mojej sytuacji
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje dotyczące zalecanych w mojej sytuacji badań i szczepień, umiem znaleźć informacje o dostępności bezpłatnych badań i szczepień
 - **Przykładowe serwisy:** zdrowie.trojmiasto.pl, seniorzy.uml.lodz.pl, aktywni-seniorzy.info, medonet.pl, szczepienia.pzh.gov.pl
- Potrafię zapisać się do lekarza lub na badania (specjalistyczne) albo na zabiegi rehabilitacyjne (do sanatorium)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informację (stronę) i zapisać się (wypełnić formularz) na poszukiwaną usługę (badania, rehabilitacja, sanatorium)
 - **Przykładowe serwisy:** www.rehabilitacja-mw.pl/kontakt/zapisy-on-line.html, www.sanatoria.org, www.sanatorium.mobi
- Potrafię publikować posty lub komentarze – pomagam innym znaleźć odpowiedniego lekarza (placówkę, usługę, zabiegi, badania)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** publikuję posty dotyczące dostępności opieki medycznej, publikuję komentarze i odpowiadam na komentarze osób poszukujących różnych form opieki medycznej
 - **Przykładowe serwisy:** seniorpodteleopieka.blox.pl
- Potrafię korzystać z wybranych form i urządzeń e-opieki, na przykład zdalnego przekazu wyników monitorowania pracy serca
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje na temat usług teleopieki, korzystam z teleopieki
 - **Przykładowe serwisy:** www.mopsgdynia.pl, teleopieka.net

3.3. Korzyść: Uzyskuję informacje i samopomoc zdrowotną

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć informacje na temat obserwowanych u siebie lub u bliskich objawów oraz ocenić ich wiarygodność
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem nazwać obserwowane objawy, umiem znaleźć wiarygodne informacje na ich temat w sieci
 - **Przykładowe serwisy:** medonet.pl, portal.abzdrowie.pl
- Potrafię znaleźć informacje dotyczące zagrożeń wynikających z niezdrowych zachowań
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem nazwać zagrożenia wynikające z niezdrowych zachowań, znam konsekwencje niezdrowych zachowań, umiem znaleźć informacje dotyczące zagrożeń z tym związanych w sieci
 - **Przykładowe serwisy:** medonet.pl, eufic.org, poradnikzdrowie.pl
- Potrafię znaleźć informacje potrzebne w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje dotyczące pierwszej pomocy w różnych sytuacjach zagrożenia, umiem ocenić ich wiarygodność
 - **Przykładowe serwisy:** www.mp.pl/pacjent/pierwsza_pomoc, pierwszypomoc.pck.org.pl, mz.gov.pl
- Potrafię znaleźć informacje na temat działania leków, które mam przyjmować (terapii lub zabiegów, którym mam się poddać)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje na temat terapii (leków), której mam się poddać, umiem ocenić ich wiarygodność
 - **Przykładowe serwisy:** www.medonet.pl, www.doz.pl/leki, www.leki-informacje.pl, www.mz.gov.pl, medtube.com
- Potrafię ocenić wiarygodność informacji i źródeł informacji dotyczących kwestii zdrowotnych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem wskazać cechy strony internetowej świadczące o wiarygodności informacji lub jej braku
 - **Przykładowe serwisy:** www.hon.ch/HONcode/Polish, www.discern.org.uk
- Potrafię uczestniczyć w wydarzeniach społecznościowych (forach) dotyczących interesującej mnie tematyki zdrowotnej

- **Rozszerzony opis kompetencji:** mam konto na portalach społecznościowych, obserwuję interesujące mnie strony, komentuję wypowiedzi innych
- **Przykładowe serwisy:** facebook.com, youtube.com
- Potrafię prowadzić w mediach społecznościowych profil (wydarzenie, kanał) dotyczący tematyki zdrowotnej
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** mam konto na portalach społecznościowych, umieszczam tam treści dotyczące zdrowia, moderuję i odpowiadam na komentarze innych użytkowników
 - **Przykładowe serwisy:** facebook.com, youtube.com

4. Finanse

4.1. Korzyść: Zarządzam swoimi finansami

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię sprawdzić stan konta *online*
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię za pomocą strony internetowej, aplikacji mobilnej lub bankomatu sprawdzić stan środków znajdujących się na moim rachunku
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO, bankomaty Euronet
- Potrafię wykonać przelew krajowy *online*
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię za pomocą strony internetowej lub aplikacji mobilnej przelać środki finansowe na inny rachunek krajowy
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO
- Potrafię wykonać przelew zagraniczny *online*
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię za pomocą strony internetowej lub aplikacji mobilnej przelać środki finansowe na inny rachunek zagraniczny, właściwie wpisując numer IBAN
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO

- Potrafię ustawić (odwołać) polecenie zapłaty
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** w wypadku stałych płatności, których wysokość ulega zmianie, potrafię załatwić formalności związane z ustawieniem polecenia zapłaty i aktywowania (dezaktywowania) go *online* na stronie banku lub w aplikacji mobilnej
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO
- Potrafię ustawić (odwołać) przelew cykliczny
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** w wypadku stałych płatności, których wysokość nie ulega zmianie, potrafię aktywować (dezaktywować) *online* na stronie banku lub w aplikacji mobilnej przelew, który będzie wysyłany automatycznie z wymaganą częstotliwością (miesięczną, kwartalną, półroczną)
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO
- Potrafię założyć (zerwać) e-lokatę
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię za pomocą strony internetowej lub aplikacji mobilnej założyć (zerwać) e-lokatę
 - **Przykładowe serwisy:** ING BankOnLine, INGMobile, iPKO, IKO
- Potrafię znaleźć informacje o korzystnych metodach inwestowania pieniędzy: funduszach, lokatach, kursach giełdowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć w internecie strony z informacjami na temat korzystnych sposobów lokowania pieniędzy, potrafię ocenić wiarygodność zawartych tam informacji
 - **Przykładowe serwisy:** www.money.pl, www.bankier.pl
- Potrafię wymienić walutę *online*
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię wymienić walutę, korzystając z kantorów internetowych – założyć konto w danym serwisie i zlecić zakup waluty, zachowując reguły bezpiecznych operacji finansowych w Internecie
 - **Przykładowe serwisy:** www.cinkicarz.pl, www.walutomat.pl
- Potrafię zweryfikować *online* informacje na temat korzystnych dla mnie kredytach lub pożyczkach

- **Rozszerzony opis kompetencji:** w wypadku wątpliwości dotyczących kredytów czy pożyczek potrafię znaleźć w Internecie portale, na których mogę szukać odpowiedzi na moje pytania, zdaje sobie sprawę, że wiarygodność tak zdobytych informacji musi być weryfikowana (potwierdzana)
- **Przykładowe serwisy:** www.forum-kredytowe.pl

4.2. Korzyść: Kupuję taniej

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć i porównać ceny różnych produktów w Internecie, wykorzystując odpowiednie narzędzia
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię korzystać z serwisów porównujących ceny produktów w Internecie, aby znaleźć najkorzystniejszą cenę interesującego mnie przedmiotu
 - **Przykładowe serwisy:** www.ceneo.pl, www.skapiec.pl

4.3. Korzyść: Zarabiam *online*

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię sprzedać przedmioty za pośrednictwem serwisów internetowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię korzystać z serwisów internetowych, aby sprzedawać przedmioty z zachowaniem zasad bezpieczeństwa transakcji finansowych w Internecie: potrafię założyć konto na wybranym serwisie, wystawić przedmiot, sfinalizować transakcję
 - **Przykładowe serwisy:** allegro.pl, olx.pl
- Potrafię prowadzić sklep internetowy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię wstawić zdjęcia i opisy przedmiotów, które chcę sprzedać w Internecie, na stronę sklepu internetowego, potrafię prowadzić niezbędną korespondencję mailową z klientami, potrafię sfinalizować transakcję w Internecie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, potrafię sformułować i przestrzegać regulamin sklepu internetowego (zgodny z obowiązującym prawem)

- **Przykładowe serwisy:** dowolne sklepy internetowe, na przykład <http://firany.pl>
- Potrafię zamieścić ogłoszenia (reklamy) na temat moich produktów lub usług w Internecie
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię zredagować reklamę (zamówić przygotowanie reklamy) moich usług lub produktów i umieścić ją w Internecie, tak aby trafiła do potencjalnych klientów
 - **Przykładowe serwisy:** Google AdWords

5. Religia i potrzeby duchowe

5.1. Korzyść: Zaspokajam potrzeby duchowe (religijne)

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię odnajdować i pozyskiwać materiały wspierające rozwój duchowy lub religijny (na przykład teksty, filmy, ale także informacje o spotkaniach)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** znam strony poświęcone rozwojowi duchowemu i religijnemu, potrafię dotrzeć do informacji o życiu wspólnot, do których należę lub chciałbym należeć
- **Przykładowe serwisy:** deon.pl, opoka.org.pl, gosc.pl, joga-medytacja.pl, joga-joga.pl
- Potrafię aktywnie korzystać z forów internetowych i serwisów społecznościowych związanych z duchowością (religijnością)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** znam fora i grupy tematyczne oraz obowiązujące w nich normy komunikacyjne, potrafię zabrać głos, udzielać odpowiedzi
 - **Przykładowe serwisy:** forum opoka.org.pl, grupy tematyczne w serwisie Facebook, na przykład Kościół katolicki, forum joga-joga.pl

6. Sprawy codzienne

6.1. Korzyść: Załatwiam sprawy urzędowe bez wychodzenia z domu

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię sprawdzić, czy interesująca mnie usługa jest dostępna jako e-usługa, i skorzystać z niej

- **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię odnaleźć elektroniczne wersje usług oferowanych przez administrację publiczną przez sieć i z nich skorzystać
- **Przykładowe serwisy:** obecnie głównie rozliczenie VAT i serwisy pojedynczych, także lokalnych, urzędów, w przyszłości powinno się to jednak zmienić
- Potrafię wypełnić odpowiednie formularze i je wysłać, tak aby załatwić sprawę za pośrednictwem e-usługi
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** po znalezieniu odpowiedniej e-usługi potrafię wypełnić formularz i sprawdzić status sprawy *online*
 - **Przykładowe serwisy:** obecnie głównie rozliczenie VAT i serwisy pojedynczych, także lokalnych, urzędów, w przyszłości powinno się to jednak zmienić
- Potrafię znaleźć w Internecie dane teleadresowe i godziny funkcjonowania interesującej mnie instytucji (urzędu)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię sformułować zapytanie do wyszukiwarki internetowej lub za pośrednictwem lokalnej strony, na przykład gminy, potrafię znaleźć serwis potrzebnego urzędu, a w nim informacje o godzinach pracy
 - **Przykładowe serwisy:** wyszukiwarki internetowe, jak Google, serwisy lokalne (na przykład strona gminy, Biuletyn Informacji Publicznej urzędu)

6.2. Korzyść: robię zakupy *online*

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię korzystać ze sklepów internetowych
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć w Internecie sklep internetowy z interesującą mnie ofertą, porównywarkę cenową lub serwis aukcyjny, umiem znaleźć interesujące mnie produkty w tych serwisach
 - **Przykładowe serwisy:** allegro.pl, olx.pl – serwis aukcyjny, ceneo.pl – porównywarka cenowa, empik.com, zalando.pl, okazje.pl
- Potrafię bezpiecznie zapłacić kartą (przelewem) w Internecie
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem dokonać płatności w wybranym przez siebie sklepie internetowym lub serwisie aukcyjnym
 - **Przykładowe serwisy:** allegro.pl – serwis aukcyjny, ceneo.pl – porównywarka cenowa, empik.com, zalando.pl, okazje.pl
- Potrafię zasięgnąć porady na temat (znaleźć recenzje) produktów, które mnie interesują

- **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć w Internecie opinie i recenzje konsumenckie, w tym innych użytkowników, umiem ocenić wiarygodność tych recenzji
- **Przykładowe serwisy:** allegro.pl – serwis aukcyjny, ceneo.pl – porównywarka cenowa, empik.com, zalando.pl, okazje.pl

6.3. Korzyść: Planuję przejazdy i podróże

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć w Internecie, za pośrednictwem wyszukiwarki lub serwisów geolokalizacyjnych, adres miejsca, do którego chcę dotrzeć, jeśli jest ono dostępne, potrafię także obejrzeć zdjęcie lokalizacji
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię sformułować poprawne zapytanie w wyszukiwarce, znam adresy serwisów geolokalizacyjnych i ich funkcjonalności
 - **Przykładowe serwisy:** google.com, maps.google.com, zumi.pl, targeo.pl
- Potrafię wyznaczyć trasę przejazdu komunikacją publiczną lub innym środkiem transportu
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć stronę przewoźnika i informacje na niej, potrafię także skorzystać z niezależnych od przewoźników serwisów wspomagających korzystanie z transportu publicznego i z serwisów geolokalizacyjnych
 - **Przykładowe serwisy:** jakdojade.pl, wymienione wcześniej serwisy geolokalizacyjne
- Potrafię sprawdzić lokalizację przystanku komunikacji publicznej i rozkład jazdy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię wyszukać stronę przewoźnika, odnaleźć na niej rozkład jazdy i lokalizację przystanku
 - **Przykładowe serwisy:** jakdojade.pl, serwisy lokalnych przedsiębiorstw komunikacyjnych (na przykład ztm.waw.pl), wymienione wcześniej serwisy geolokalizacyjne
- Potrafię sprawdzić ceny biletów komunikacji publicznej i kupić bilety przez Internet
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć odpowiedni lub ogólnopolski serwis z informacjami o biletach i – jeśli istnieje taka możliwość – dokonać zakupu *online* (wybrać bilet, uregulować płatność, zapisać bilet elektroniczny)
 - **Przykładowe serwisy:** intercity.pl, polskibus.com, komunikacja lokalna (na przykład www.mpk.krakow.pl)
- Potrafię korzystać z funkcji GPS w smartfonie

- **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię znaleźć aplikację z mapami w serwisie Google Play lub iStore, potrafię ją pobrać i zainstalować, potrafię wyszukać potrzebną lokalizację, wyznaczyć trasę do niej i korzystać z nawigacji podczas podróży
- **Przykładowe serwisy:** aplikacje typu Google Maps, Emapa

7. Zaangażowanie obywatelskie

7.1. Korzyść: Zdobynam wiedzę o gminie, kraju i świecie

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć serwisy informacyjne, w tym serwisy lokalne, i korzystać z nich
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć serwisy urzędu gminnego lub miejskiego, lokalnych instytucji kulturalnych i społecznych (na przykład szkół, domów kultury i bibliotek) oraz serwisów informacyjnych i korzystać z nich
 - **Przykładowe serwisy:** trzeba ustalać lokalnie, na przykład www.nieporet.pl, spb.nieporet.pl
- Potrafię znaleźć informacje o interesujących mnie wydarzeniach bieżących
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć serwisy informacyjne z wiadomościami z kraju i ze świata oraz lokalne serwisy informacyjne i korzystać z nich
 - **Przykładowe serwisy:** portale tematyczne, na przykład sport.pl, warszawa.gazeta.pl
- Potrafię znaleźć program telewizyjny i radiowy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem korzystać z programu telewizyjnego lub radiowego dostępnego na stronie nadawcy lub w serwisach telewizyjnych, umiem obejrzeć lub posłuchać wybranych audycji *online*, jeśli są dostępne
 - **Przykładowe serwisy:** tv.wp.pl, programtv.onet.pl

7.2. Korzyść: Uczestniczę w życiu obywatelskim

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć stowarzyszenia i fundacje działające w miejscu mojego zamieszkania lub w interesującym mnie obszarze tematycznym

- **Rozszerzony opis kompetencji:** potrafię, korzystając z wyszukiwarek, tak sformułować zapytanie, aby znaleźć strony czy informacje o interesujących mnie organizacjach
- **Przykładowe serwisy:** google.pl, <http://bazy.ngo.pl>
- Potrafię nawiązać kontakt ze stowarzyszeniami i z fundacjami (na przykład mailowo lub przez serwis społecznościowy)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem odnaleźć informacje kontaktowe wybranych organizacji lub ich konta w serwisach społecznościowych i z ich pomocą kontaktować się z organizacją
 - **Przykładowe serwisy:** posługiwanie się pocztą elektroniczną, formularzem kontaktu na stronie lub komunikatorami (Messenger)
- Umieję znaleźć informacje o bieżących wydarzeniach i spotkaniach w mojej okolicy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje o bieżących wydarzeniach, na stronach (lub na kontach w serwisach społecznościowych) między innymi urzędu gminnego lub miejskiego, lokalnych instytucji kulturalnych i społecznych (na przykład szkół, domów kultury i bibliotek) oraz serwisów informacyjnych
 - **Przykładowe serwisy:** trzeba ustalać lokalnie, na przykład www.nieporet.pl, spb.nieporet.pl

7.3. Korzyść: Uczestniczę w życiu politycznym

Funkcjonalne kompetencje cyfrowe:

- Potrafię znaleźć strony instytucji publicznych działających w mojej okolicy
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć i korzystać z serwisów urzędu gminnego lub miejskiego, lokalnych instytucji kulturalnych i społecznych (na przykład szkół, domów kultury i bibliotek) oraz serwisów informacyjnych
 - **Przykładowe serwisy:** trzeba ustalać lokalnie, na przykład www.nieporet.pl, spb.nieporet.pl
- Potrafię nawiązać kontakt z politykami *online* (na przykład mailowo lub przez serwis społecznościowy)
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć strony lub konta w serwisach społecznościowych interesujących mnie polityków oraz nawiązać z nimi kontakt, między innymi mailowo lub przez serwisy społecznościowe, w których są obecni

- **Przykładowe serwisy:** poprawne posługiwanie się wyszukiwarką i pocztą elektroniczną, formularzem kontaktu na stronie lub komunikatorami (Messenger) oraz serwisami, takimi jak www.czasdebaty.pl
- Potrafię znaleźć informacje wyborcze
 - **Rozszerzony opis kompetencji:** umiem znaleźć informacje wyborcze, między innymi na stronie Państwowej Komisji Wyborczej, na stronach lokalnych instytucji oraz na stronach partii i organizacji politycznych
 - Przykładowe serwisy: pkw.gov.pl