



16 jó gyakorlat

Magyary Zoltán Népfőiskola Társaság (Tata)

CNESA Oktatási és Művelődési Intézmény (Magyarkanizsa)

Humán Reform Egyesület (Székelyudvarhely)

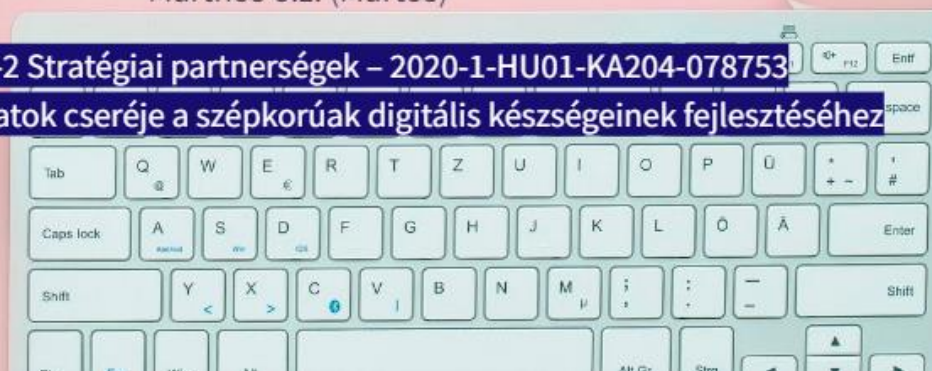
Marthos o.z. (Martos)



Erasmus+

Erasmus+ KA-2 Stratégiai partnerségek – 2020-1-HU01-KA204-078753

Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez



Tartalom

Jó gyakorlat gyűjtemény a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez – fiatal mentorok bevonásával	2
Bevezető	2
A modellről.....	3
A projektről.....	4
1. jó gyakorlat: A számítógép kora - Ismerkedés a számítógéppel - Alapfogalmak, alapszinten	6
2. jó gyakorlat: Fiatalok motivációs kérdőíve	10
3. jó gyakorlat: Írd meg, mondd ki!.....	14
4. jó gyakorlat: A jól előkészített program fél siker	17
5. jó gyakorlat: Hogyan látja a másik oldal?	20
6. jó gyakorlat: Pár lépés London!.....	23
7. jó gyakorlat: Segítenék, ha segíthetek!.....	31
8. jó gyakorlat: Na, milyen volt?	34
9. jó gyakorlat: Sorban állás nélkül a hivatalban.....	40
10. jó gyakorlat: „Álhír? Kösz nem!” a fake news – álhírek, nem kért tartalmak kezelése	46
11. jó gyakorlat: Okostelefon használók baráti köre	50
12. jó gyakorlat: OkosTV, -hűtőszekrény, -porszívó, -óra, gondosóra	52
13. jó gyakorlat: „A kenyér is házhoz jön!” Rendelés, vásárlás a neten	55
14. jó gyakorlat: Egy próba margójára	58
15. Jó gyakorlat: Közösségi oldalak vs. szomszédolás? avagy Digitálisan nem lehet koccintani!	61
16. Jó gyakorlat: A jó pap holtig tanul! Az online oktatás, képzés, önképzés a számítógép és az internet segítségével.....	64

Jó gyakorlat gyűjtemény a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez – fiatal mentorok bevonásával

Készült az Erasmus+ KA-2 Stratégiai partnerségek – 2020-1-HU01-KA204-078753 azonosító számú, *Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez* című nemzetközi projekt keretében 2023-ban.

A projekt partnerei és elérhetőségei

Magyary Zoltán Népfőiskolai Társaság (koordinátor), Tata (HUN) www.mznt.hu; info@mznt.hu

CNESA Oktatási és Művelődési Intézmény, Magyarkanizsa (SRB) <http://www.cnesa.rs/>; cnesa@cnesa.rs

Humán Reform Egyesület, Székelyudvarhely (RO) www.huref.ro; hurefslodorhei@gmail.com

Marthos o.z., Martos (SK) <https://esterhazyakademia.eu/>; marthos.office@gmail.com

A 16 jó gyakorlatot tartalmazó gyűjtemény szerzői a projekt partnerszervezeteinek munkatársai.

A szerzők minden érdeklődő számára nyílt hozzáférést biztosítanak a gyűjtemény felhasználására.

A projektet az Erasmus+ programon keresztül az Európai Bizottság támogatta.

Bevezető

„Az "öregedő társadalmak" megléte európai szintű jelenség. Az Európai Unió "aktív idősödéssel" kapcsolatos tényfeltárása alapján ismert a tény, mely szerint 2060-ig az eddigi 19,3%-ról 29%-ra nőhet a 65 év fölötti idősök száma Európában¹. Időseink azok, akik a legnehezebben jutnak hozzá azokhoz a lehetőségekhez, melyek az információs társadalom vívmányaiként megkönnyítenek oly sok tényezőt a mindennapi életben (a családdal való szoros kapcsolattartás, a hivatalos ügyek intézése, a megfelelő szintű tájékozódás, az elszigeteltség

¹ <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1062>

érzésének oldása stb). Ők azok európai társadalmainkban, akik vagy a feltételek (internet elérés és/vagy IT eszközök) hiánya, vagy a felhasználói alapkészségek nem megléte miatt szorulnak ki a digitális világból.

Mind a négy együttműködő partner országában általános és konstans társadalmi jelenség a 65 év feletti lakosság létszámának emelkedése. Tata lakossága például a 2015. évi népszámlálás alapján 23 613 fő, ebből a 65 év felettek száma 8 073. Az állandó népességen belül a 0-59 évesek aránya csökken, míg a 60 éven felüliek aránya nő. Tatán is jellemző a lakosság elöregedése, az eltartott népesség arányának emelkedése.

Szerbiában a népszámlálási adatok szerint 2019.01.01-jén 6 963 764 lakos élt (3,54%-kal kevesebb, mint 2012.01.01-jén) (Szerbiai Köztársasági Statisztikai Hivatal). Az elkészült korfákból látható a fiatal korosztályok fogyása és az idősebb korosztályok részarányának növekedése. A fiatalok nagy számban külföldre költöznek munka reményében, az idősebb korosztály marad, és arra kényszerül, hogy kapcsolatait az elektronikus eszközök révén tartsa fenn, melyeket viszont nem használt aktív korában.

Romániában, Hargita megyében több mint 50 település lakossága 100 fő alatti, falusiak. A fiatalok száma 30%-kal csökkent, az időseké 30%-kal nőtt. A 60 év felettek száma több mint 60 000 fő. A 60 éven felüliek semmiféle képzést nem kapnak jelenleg. A szépkorúak közel 50%-a semmilyen IT ismerettel sem rendelkezik (városban 25-30%, falvakban 90%).

Szlovákiában az idősek száma folyamatosan nő. Szinte minden községben található nyugdíjasklub, mely számukra programot biztosít, de nincs részükre képzés a komáromi régióban. A legnagyobb lemaradások az online hivatalos ügyintézéseknél és az internet megfelelő használatában vannak.

A modellről

A választott célcsoport tagjai (idősek, szépkorúak) megismerkedhetnek az infokommunikációs eszközök használatával, elsajátíthatják azok kezelését, a digitális világban való eligazodás támpontjait. Sőt, tudomást szerezhetnek az ezzel kapcsolatos veszélyekről, és megtanulják kezelni is azokat. A fiatalok szó szerint leülnek az idős résztvevők mellé, és gyakorlati segítséget nyújtanak a tanult ismeretek alkalmazásában. Mint ahogyan az unoka segít nagyszüleinek. Fiataljaink birtokában vannak az átadandó tudásnak, hiszen laptopot, tabletet, okostelefont napi szinten és nem is akármilyen felkészültséggel használnak.

A nívum tehát ebben a módszerben rejlik: az informatika oktató átadja az ismereteket, a fiatalok pedig a konkrét gyakorlati fogások, alkalmazások elsajátításában segítők. Ott, helyben elérhetően, kellő létszámmal, kérdések megválaszolására is nyitottan, türelemmel és magas szintű gyakorlati tudással. Van olyan szépkorú „tanuló”, aki már bizonyos szintű informatikai tudással rendelkezik, de egyesek még egyáltalán nem. Ezért látjuk nagyon fontos tényezőnek a fiatalok megerősítő részvételét a képzéseken: az oktatói magyarázat mellett

segítenek a kevésbé gyorsaknak, a gyakorlatlanabbaknak. Csökken az ún. „generation gap” a két nemzedék között. Ugyanakkor az esélyegyenlőség is érvényesül mint hozzáadott érték. Mindenki egyformán kap segítséget, saját képességeire szabva. A jelenlévők kompakt kis közösséggé formálódnak, és megvalósul a kívánt másodlagos célunk: az időseink helyi közössége erős és összetartó lehessen a kialakuló internetes kapcsolattartás által. A képzés végül azt az érzést hozhatja szépkorú résztvevőink számára – a digitális tudás megszerzése mellett -, hogy kevésbé érzik magukat inkompetensnek az infokommunikáció terén, és nem elszigetelődve, teljes magányban töltik napjaikat. Itt jegyezzük meg, hogy projektünkben felhívjuk a figyelmet a kényelmesebb digitális mellett a személyes kapcsolattartás megőrzésére is.

A projektről

A négy országot érintő nemzetközi projekt keretében jó gyakorlatok születtek az idők digitális kompetencia-fejlesztése témában. A tatai Magyary Zoltán Népfőiskolai Társaság szerteágazó közművelődési, értéktartó és közösségépítő tevékenységrendszerrel mellett koordinátora ennek az Erasmus+ nemzetközi projektnek.

A projekt eredményeként létrehozott jó gyakorlatok gyűjteménye az idők digitális kompetencia-fejlesztésén alapszik – mely innovatív módszerrel párosul a gyakorlati ismeretek elsajátítása fázisban.

Kidolgoztuk a fiatalok bevonását célzó motivációs kérdőívet, melyet középiskolások és fiatal felnőtt korúak részére javasolunk felhasználni. A kitöltése alapján felmérhetjük, hogy az adott fiatal alkalmas-e a szépkorúak részére tervezett program mentori feladataira. Ehhez kérdéseket állítottunk össze, melyekre az „igen” válaszok száma ad tájékoztató információt a motiváció mértékéről. Itt elérhető: https://erasmusplusz.hu/fiatalok_motivacios_kerdoive.pdf.

A jó gyakorlatok között szerepel elégedettségi kérdőív is, mely a képzések utáni, az idők általi értékelést segíti rögzíteni. A bevont fiatalok esetében a visszacsatolást – gyakorlati tapasztalataink alapján – inkább a személyes beszélgetés formájában javasoljuk. Itt elérhető: https://erasmusplusz.hu/elegedettségi_kerdoiv.pdf.

A projekt három éve során összesen négy digitális kompetencia-fejlesztő képzés zajlott le a szépkorúak részére (Horgos, Magyarkanizsa, Tata). Mindegyik tanfolyamon felhasználták az oktatók az addig elkészült jó gyakorlatokat. Sőt, fiatalokat vontak be a motivációs kérdőív alapján, akik a teljes kurzus során segítették az időseket. Az elégedettségi kérdőíveket is kitöltötték a szépkorú „hallgatók”, a fiatalokkal pedig megvalósult a személyes beszélgetés („élménybeszámoló”) és egy műhelybeszélgetés is. A pilot programok alapján kijelenthetjük, hogy a képzési modell működik.

Az alábbi táblázat segíti a képzésszervezőket, a tervezett képzés oktatóját, hogy a feltüntetett kategóriák alapján ki tudják választani a megfelelő jó gyakorlatot.

Erasmus+ KA-2 Stratégiai partnerségek – 2020-1-HU01-KA204-078753

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

jó gyakorlat sorszama, címe	tanterv	szervezési tapasztalatot nyújt	hatékonyságot növel	sikerességet növel	képzésvezetésben segít	elégedettségmérésben segít	fiatalok bevonásában segít	szakmai tartalom frissítő	Op.rendszer/platfor mfüggetlen	távoktatásban alkalmazható
1. A számítógép kora – ismerkedés a számítógéppel – alapfogalmak, alapszinten	x				x			x		
2. Fiatalok motivációs kérdőíve			x	x			x		x	x
3. Írd meg, mondd ki!			x	x			x			x
4. A jól előkészített program fél siker		x	x	x	x					x
5. Hogyan látja a másik oldal		x	x	x	x	x				x
6. Pár lépés London!	x							x		x
7. Segítenék, ha segíthetnek!		x	x	x	x		x		x	
8. Na, milyen volt?				x		x				
8. melléklete: elégedettségi kérdőív				x		x				
9. Sorban állás nélkül a hivatalban	x							x		
10. „Álhír? Kösz nem!” - a fake news – álhírek, nem kért tartalmak kezelése	x							x		x
11. Okostelefon használók baráti köre									x	
12. OkosTV, -hűtőszekrény, -porszívó, -óra, gondosóra	x							x		
13. A kenyér is házhoz jön!	x							x		
14. Egy próba margójára			x	x	x				x	
15. Közösségi oldalak vs. szomszédolás? avagy Digitálisan nem lehet koccintani!				x					x	
16. A jó pap is holtig tanul – az online oktatás, képzés, önképzés a számítógép és az internet segítségével	x							x	x	

1. jó gyakorlat: A számítógép kora - Ismerkedés a számítógéppel - Alapfogalmak, alapszinten

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **A számítógép kora - Ismerkedés a számítógéppel - Alapfogalmak, alapszinten.**

Megvalósító szervezet/közösség neve/megnevezése: Human Reform Alapítvány

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): **Szépkorúak digitális készségeinek fejlesztése**

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A mai korban a digitális készségek fejlesztése, használata nélkülözhetetlen. A szépkorúak ilyen jellegű készségei hiányosak, lévén, hogy az alapképzésük során még nem volt ennyire elterjedve a digitálizáció. A hétköznapi élet, az átalakulóban lévő ügyintézés, a családtagok közti állandósuló távolság, a kapcsolattartás online térbe való átirányulása szükségessé teszi a digitális készségek fejlesztését, használatát.

A jó gyakorlat leírása:

A jó gyakorlat célcsoportja: általában az idősödő, szépkorúnak is mondott korosztály

A gyakorlat célja: az idősödő generáció digitális kompetenciájának fejlesztése

Ajánlott tanterv számítógépes alapismeretek elsajátítására – szépkorúak számára *

Sor sz.	Tematika	Összóraszám	Melyből	
			Elmélet	Gyakorlat
1	Bevezető – alapfokú informatikai és számítógépes ismeretek	4	4	-
2	A számítógép felépítése, használata,	6	2	4
3	Szövegszerkesztés, mappák létrehozása, kezelése	10	2	8
4	Táblázatkezelési alapok	6	2	4
5	Az internet. Kommunikáció az internet segítségével	14	4	10
	Összesen:	40	14	26

* A résztvevők előképzettségétől és konkrét elvárásaitól függően módosítandó!!

Bevezető – alapfokú informatikai és számítógépes ismeretek

Tartalom:

Bevezető beszélgetés melyben a főbb, érintett kulcsszavak:

- meghatározza korunkat – NÉLKÜLÖZHETETLEN! - innováció, szakmai fejlődés, hatékonyság, nélkülözhetetlenség, „csak szerszám”, függőség, kinyílik a világ, munkatárs, ismeretek bővítése,

új lehetőségek

A számítógép felépítése, használata

Szakmai tartalom:

- Ismerkedés** a leggyakrabban használt okos eszközökkel: a számítógép, kiemelten az okostelefon
 - a táblagép
 - alapfunkciók, elsődleges használati praktikumaik megismerés
- A Windows operációs rendszer elindítása. Használata**
 - A Windows operációs rendszerek funkcionalitásai: a könnyen kezelhetőség, a „minden egyben” filozófia (a számos beépített böngésző, médialejátszó stb. alkalmazás)
 - A kurzor – egér összefüggésének megismerése, használata, begyakorlása
 - A fiatal mentor segíti az időst abban, hogy az egeret megfelelően vegye a kezébe, a kurzort pici mozdulatokkal is mozgatni tudja.*
 - Start Menü, Ablakok, Fejléc, menüsor, munkaterületek megismerése
 - A fiatal mentor segítségével az idős megnyitja a START menüt, és végignézik együtt az elérhető eszközöket.*
 - Alkalmazói programok használata (pl. szövegszerkesztő program),-
 - Alkalmazások indítása, fájlok létrehozása, mentése
 - A fiatal mentor segít a fájl létrehozásában - először megmutatja, hogyan, majd megkéri az időst, hozzon létre saját fájlt. Közben figyel a mozdulatokat, segít, tanácsot ad.*
 - Mentett fájlok beolvasása, módosítása, mentés, mentés másként
 - A létrejött fájlt együtt elmenti a fiatal mentor és az idős. Az idős mindkét módon elmenti a dokumentumot. A fiatal megkéri az időst, hogy nyissa meg az elmentett fájlt, módosítsa, majd mentse el ismét.*
 - Nyomtatás
 - Rendrakás a képernyőn
 - Adatok másolása és mozgatása (Vágólap műveletek)
 - Lemez, könyvtár és fájl műveletek
 - Meghajtó kiválasztása, tájékozódás a könyvtárrendszerben
 - Könyvtár létrehozása, törlése, átnevezése
 - Fájlok megkeresése, megnyitása
 - Fájlok kijelölése, másolása, törlése, átnevezése, áthelyezése, tömörítése, törölt fájlok visszaállítása
 - Másolás pendrive-ról merevlemezre és fordítva

Amennyiben az alpműveletek mindegyikét egyénileg is el kell végezniük az időseknek, a fiatal mentorok minden ponton végig követik a kézmozdulatot, és segítik a műveleteket.

Szövegszerkesztés, mappák létrehozása, kezelése

Szakmai tartalom:

- Szövegírás, szerkesztés
- A fiatal mentor tollbamondhat egy egyszerű, rövid szöveget, melyet az idős begépel. A mentor segít a kezdőbetűk, a leütések, a betűméret és -fajta használatában. A létrejött fájlt az idős elnevezi, elmenti a kijelölt helyre.*
- Mentett fájlok beolvasása, módosítása, mentés, mentés másként
- Nyomtatás
- Rendrakás a képernyőn
- Adatok másolása és mozgatása (Vágólap műveletek)
- Lemez, könyvtár és fájl műveletek
- Meghajtó kiválasztása, tájékozódás a könyvtárrendszerben
- Könyvtár létrehozása, törlése, átnevezése
- Fájlok megkeresése, megnyitása
- Fájlok kijelölése, másolása, törlése, átnevezése, áthelyezése, tömörítése, törölt fájlok visszaállítása
- Másolás pendrive-ról merevlemezre és fordítva

Táblázatkezelési alapok

Szakmai tartalom:

- A táblázat és a táblázatkezelés alapjai (excel)
- Alkalmazott táblázatok létrehozása
- Alapfokú számolási funkciók alkalmazása

Az internet. Kommunikáció az internet segítségével

Szakmai tartalom:

Az internet használata

- az internetre való csatlakozás módja és eszközei
- elektronikus levelezés, levelező rendszerek, ezek használata, regisztráció lépései

- *Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez* -

- a Skype és egyéb online beszélgetéseket lehetővé tevő alkalmazások használata
- a digitális térben való viselkedésünk szabályai, köszönés, magánszféra védelme, személyiségi jogok védelme, kommentelés, kép- és videóközlés, sértő tartalmak, csevegések szabályai
- közösségi oldalak és kommunikáció lehetősége az interneten, regisztráció, használat
- Hírportálok, képek, zenék, videók kezelése
- az internet, mint önképzési, tanulási lehetőség (Wikipédia, elektronikus könyvek, tananyagok használata)
- A biztonságos számítógép használat általános szabályainak megismerése
- vírus, vírusirtás, tűzfal, saját adataink védelme

További, megfontolandó kérdések

Milyen rendszerességgel, illetve milyen időtartamban induljanak a képzések?

Hatékonyaság

Mennyire volt sikeres a tanfolyam - a folyamat során felmerült nehézségek

Együttműködés megvalósítása, a megvalósítás támogatói.

Nyilvánosság biztosítása

A fenntarthatóság ismérvei

A tevékenység közösségi-, gazdasági hatásai

INNOVATÍV aspektusok a fiatalok bevonása, lehetséges szerepe kapcsán:

Már a képzések tervezése és kivitelezése előtt jó lenne, ha sikerülne bevonni a tervezésbe és a kivitelezésbe helyi, ifjúsági szervezeteket. Ugyancsak érdemesnek tűnik együttműködési felületeket találni iskolákkal, tanítónőkkel, osztályfőnökökkel, tanárokkal, és jó lenne hosszútávú partnerségeket kialakítani a Nugdíjas Klubok és ifjúsági szervezetek, iskolák között a képzést szolgáltató koordinációjával.

A bevont fiatalok felkészítése fontos lépés a sikeres együttműködéshez. Ismertetjük velük a tanfolyam egyes lépéseit, a témaköröket. Elmondjuk a közös tanulási helyzet részleteit: ők aktív segítőként vesznek részt, és "helyben", a laptopnál, okostelefonnál segítik az időseket. Az oktató instrukcióit a gyakorlatban segítik megértetni, a feladatokat elvégezni. Segítik azt is, ha eltérő az oktató kivetített eszköze és az időseé.

2. jó gyakorlat: Fiatalok motivációs kérdőíve

*Tájékoztatjuk Önöket a személyes adatok feldolgozásának elveiről és eljárásairól, amelyek összhangban állnak a személyes adatok kezelésének védelméről és az ilyen adatok szabad áramlásáról szóló, 2016. április 27-i (EU) 2016/679 európai parlamenti és tanácsi rendelettel valamint a 95/46/EK rendelet (GDPR) hatályon kívül helyezéséről szóló rendelettel.

A kérdőív az Erasmus + pályázat megvalósulásának elősegítéséhez készült. A pályázat során 4 ország (Magyarország, Románia, Szlovákia és Szerbia) által képviselt szervezetek megteremtik a feltételeket, hogy szépkorú embertársaink előtt szélesre táruljon a digitális ismeretszerzés, művelődés, a társadalmi és családi kapcsolattartás kapuja az infokommunikációs eszközök megismerésével.

A kérdéssor a környezetében élő idősök és szépkorúak (55 év feletti) digitális és technikai tudásuk elősegítéséről szól. A kérdőív kitöltésével Ön részt vesz egy felmérésben, amely által kiderül alkalmassága a programban való részvételre, mint mentor. Hozzájárul a tanár sikeres munkájához a szépkorúak digitális oktatása során. A tanársegéd feladata az oktató utasításait követni és segítséget nyújtani az idősebb számára, ha lemarad a tanulás során, vagy nem érti pontosan az instrukciókat.

A kérdőív kitöltése önkéntes!

Az Ön neme:

- férfi
- nő

Kérem, jelölje meg melyik csoportba tartozik!

- 18 év alatti
- 18-25 év közötti
- 25 év feletti

Kapcsolatban van-e napi szinten 55 év feletti?

- igen
- nem

Rendelkeznek a szűkebb, családi környezetében az idősök, szépkorúak otthoni internet eléréssel?

- csak mobilinternettel
- rendelkeznek vezeték nélküli internettel
- nem rendelkeznek internettel

A szűkebb, családi környezetében az idősek, a szépkorúak rendelkeznek az alábbi eszközök valamelyikével?

Több lehetőség megjelölése is lehetséges

- okostelefon
- tablet
- okosóra
- laptop/notebook
- asztali számítógép (PC)
- okos tv

Segített már a környezetében élő időseknek, szépkorúak digitális eszköz használatában ?

- igen
- nem

Ha az előző kérdésre igennel válaszolt, kérem fejtse ki, hogy pontosan hogyan és miben tudott segíteni. Nem válasz megjelölése esetén, kérem folytassa a 8. kérdés kitöltésével.

.....
.....
.....
.....

Jelölje be, hogy az alábbi állítások mennyire jellemzőek a környezetében élő idősekre, szépkorúakra, illetve ezzel összefüggésben Önre?

Kérjük, értékelje egy 1-5-ig terjedő skálán! (1= legkevésbé jellemző; 5= leginkább jellemző)

<u>TELEFON</u>	1	2	3	4	5
a) Az alapvető funkciókat könnyedén tudják kezelni (hívás, sms elolvasása, sms írása)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) Szükséges számukra segítséget nyújtanom az alapvető funkciók kezelésében is	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Összetettebb funkciókat is képesek kezelni (ébresztő, fényképező, képgaléria)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) Applikációkat is képesek működtetni/	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

használni

LAPTOP/TÁBLAGÉP

A kérdőív ezen részét csupán akkor szükséges kitölteni, ha az Ön környezetében az idős, szépkorú rendelkezik táblagéppel, lappal vagy asztali számítógéppel.

+ Tudnak segítség nélkül applikációkat letölteni az eszközre:

- igen
- nem

	1	2	3	4	5
e) Applikációkat használnak (játék, csevegő program)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f) Használják a keresőprogramot (google vagy akár youtube)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g) Tudják használni a közösségi médiát (facebook, messenger, viber)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h) Interneten keresztül tudnak rendelni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Jelölje be, hogy az alábbi állításokkal mennyire ért egyet.

Kérjük, értékelje egy 1-5-ig terjedő skálán! (1= legkevésbé egyetért; 5= teljes mértékben egyetért)

	1	2	3	4	5
a) A digitális eszközök kezelésének ismerete csökkentené a generációs szakadékot Ön és idős, szépkorú családtagja között	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b) A digitális eszközök ismerete és használata közelebb hozná idős, szépkorú családtagját Önhöz, elősegítené a másik megértését	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c) Telefonhívás helyett szívesebben video chatelne idős, szépkorú családtagjával	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d) A digitális eszközök használatának ismerete pozitív hatással lenne idős, szépkorú családtagja szociális állapotára (csökkentené az elmagányosodást)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e) Fontosnak tartja, hogy az idősek, szépkorúak is elsajátítsák a digitális ismereteket	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

- *Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez* -

- | | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| f) Részt venne idősek, szépkorúak digitális oktatási programjában, mint mentor | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| g) Rendelkezik a tanításhoz szükséges jellemzőkkel (segítőkészség, türelem) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| h) Az idősek, szépkorúak digitális oktatásával foglalkozó programhoz való csatlakozás kedvezően hatna egyes készségeire (mások problémái iránti érzékenysége előadói képesség, kreativitás) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| i) Az idősek, szépkorúak digitális oktatásán való részvétele hozzájárulhat az Ön iskolai, munkahelyi vagy egyéb előmeneteléhez | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| j) Az internet használatával több kapcsolódási pont alakulhat ki Ön és idősebb családtagja között | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Mi motiválná Önt, hogy a programban részt vegyen?

.....

Véleménye szerint, milyen hasznos módszerrel lehetne az időseket, szépkorúakat a digitális eszközök használatának elsajátítására oktatni? Ötleteit sorolja fel, kérem:

pl. hagyományos tanár- diák tanítással

.....

Kérem, jelölje meg, mennyi időt tudna eltölteni a programban, mint önkéntes mentor?

A megfelelő választ jelölje X-szel!

	IGEN	NEM
Részt tudok venni az előkészítő folyamatokban is (kb. 10 óra)

Az alábbiak közül csak egyet jelöljön meg a kérdés előtt szereplő betű bekarikázásával.

- a) Heti 2-4 órát részt tudok venni a programban fél éven keresztül
- b) Havi 2-4 órát részt tudok venni a programban fél éven keresztül
- c) Negyedévente 2-4 órát részt tudok venni a programban fél éven keresztül
- d) Félévente 2-4 órát részt tudok venni a programban fél éven keresztül
- e) Nem szeretnék a programban részt venni

3. jó gyakorlat: Írd meg, mondd ki!

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: Írd meg, mondd ki!

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i):

Az idősek, szépkorúak alapvető digitális készségeinek elsajátítása, szorosan kapcsolódva az 1. sz. jó gyakorlathoz (“A számítógép kora”)

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani:

Sok esetben a szépkorúak korosztálya a fiatalabb generáció tagjaira van utalva digitális kérdések tekintetében. Köszönhetően annak, hogy egyre több korosodó személy rendelkezik okostelefonnal, táblagéppel, számítógéppel, így szélesebbre nyílik számukra a világ. A jelenlegi probléma, amelyre a jó gyakorlat is fókuszál az, hogy míg az említett eszközöket a fiatalabb nemzedékek könnyedén kezelik, az idősebbek számára nem magától értetődő a használatuk. A digitális eszközök kezelésének hiánya hozzájárul a generációs szakadék elmélyüléséhez, hozzájárulhat e korosztály társadalmi elmagányosodásához. Bizonyos esetekben, akár az egyszerűbb ügyintézés sem tud megvalósulni.

Ahhoz, hogy azokat a fiatalokat megtaláljuk, akik szívesen segítenek és kellő türelemmel viszonyulnak az idősebb korosztály digitális oktatásához, elkészült egy motivációs kérdőív. A kitöltését követően az értékelési pontrendszer alapján egyértelműen be lehet majd azonosítani azokat a fiatalokat, akik megfelelő segítséget tudnak nyújtani az idősek, szépkorúak digitális képzésében.

Várhatóan a digitális eszközök magabiztosabb kezelése hozzájárul a szépkorúak elmagányosodásának csökkentéséhez, képesek lesznek egészséges életmóddal, mozgással kapcsolatos híreket és információkat keresni és az ott leírtakat a gyakorlatban alkalmazni, a közhasznú információkat gyorsabban és szélesebb körben tudják megtekinteni (hírek, menutrendváltás, ügyintézés), a szórakozáshoz és a kikapcsolódáshoz pedig új alternatívákat találnak az internet segítségével.

Előreláthatólag amellet, hogy az idősek elsajátíthatják a számítógépes készségeket, könnyebben tudják tartani a kapcsolatot családtagjaikkal, képessé válnak társadalmi és közhasznú ügyeket intézni, vásárolni, különböző mediális forrásokból hírekhez jutni. A fiatalok segítségével megvalósuló digitális oktatás lehetővé teszi az idősek, szépkorúak és az ifjúság közti kommunikáció elősegítését egymáshoz való viszonyulásának pozitív irányba történő eltolódását. Közvetett cél, hogy ennek köszönhetően könnyebben megértsék egymást, és több közös ponton tudnak majd egymáshoz kapcsolódni.

A jó gyakorlat leírása:

A jó gyakorlat során a fentebb említett problémákat szeretnénk csökkenteni oly módon, hogy a fiatalok bevonásával fejlődnek a szépkorúak digitális készségei.

Első körben átismétlik együtt a már elsajátított tudás anyagot (az internet fogalma, az internetes böngészők, a Google). Felelevenítik a kétfajta keresési módszert. Az első, amikor az internetes böngésző címsorába írjuk be a weboldal pontos nevét. A második, amikor a GOOGLE segítségével keresünk rá kulcsszavakra.

A szépkorúakat három csoportba osztják be (igény szerint lehet kevesebb vagy több is) digitális tudásuk alapján, “Kezdő”, “Középhaladó”, és “Haladó”. A csoportba való beosztás elősegíti, hogy minden szépkorú a képességének megfelelően és ütemben sajátítsa el az új ismereteket.

Következő pontként létrehozunk egy **gmail e-mail fiókot** az idősek számára, hiszen ez elengedhetetlen a Google alapfunkcióinak a megismeréséhez, illetve, hogy később applikációkat tudjunk letölteni a **Play áruházról**. Ezen a ponton hasznos segítség lesz számunkra a romániai partner által átadott tudás (1. jó gyak.), hiszen ők dolgozzák ki az elektronikus levelezésről szóló ismeretanyagot.

A jobb átláthatóság érdekében 3 fő kategóriát hoztunk létre. Ennek mentén tekintjük át az internetes oldalakat és az applikációkat is.

Közhasznú információk (posta, tömegközlekedés, hírek, térkép használata, időjárás stb.)

Egészséggel kapcsolatos információk (webbeteg oldal, egészségügyi biztosítók oldala, elektronikus recept, túra útvonalak, gyógyszer emlékeztető)

Szórakozás és kikapcsolódás (youtube, játékok, hobbival kapcsolatos oldalak, főzéssel és kertészkedéssel kapcs. oldalak, keresztrejtvény, sudoku)

Ezekben a kategóriákban fogjuk az internet hasznos oldalait megosztani a szépkorúakkal.

A szépkorúak többsége okostelefonnal is rendelkezik, így a számítógép által kínált hasznos oldalakat követően az applikációk telepítését és azok használatának megtanítását tűztük ki célul gyakorlati feladatok által.

Az egyik leghasznosabb applikáció lehet a telefon menüjének leegyszerűsítésére szolgáló Phonotto vagy Big Launcher letöltése. A következő lépésként minden ország meg tudja vizsgálni, hogy mely applikációk letöltése lehet hasznos az adott ország szépkorú lakosai számára. Illetve mi összegyűjtöttünk olyan applikációkat, amelyeket bármely magyarul értő személy alkalmazni tud.

Az oktatás végső fázisában a két digitális eszköz (táblagép- számítógép, okosmobil- számítógép) összekapcsolására, együttes használatára is megtanítják az idősebb generációt.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A jó gyakorlat egyik célcsoportja az idősek és szépkorúak, vagyis azon személyek, akik már 55. életévüket betöltötték. A másik célcsoport az Y generáció (1980-1995) és a Z generáció (1995-2010) tagjai, ők mint

önkéntes segédek fognak részt venni a szépkorúak tanításában, ha a kitöltött kérdőív alapján megfelelőek lesznek az oktatáshoz, mivel kellően motiváltak és empatikusak.

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorúak korosztálya elsajátítsa, hogyan tud hasznos tartalmat keresni az interneten. Megtanulják, hogyan kell a Play áruházra regisztrálni, applikációkat letölteni és ezeket használni. Továbbá elősegíteni a két generáció közötti szakadék csökkentését, egymás könnyebb megértését és több közös kapcsolódási pont megtalálását.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

Szépkorúak képzésének segítése a fiatalabb generáció tagjai által.

Milyen módszert alkalmaz a gyakorlat?

Cél interaktívan oktatni az időseket, ehhez powerpoint diasor készül, ahol az egyes folyamatok, metodikai lépések láthatóak lesznek. A diasor könnyen alakítható pdf. fájl verzióba, amit kinyomtatva hazavihetnek az idősek. Ezen kívül a Youtube-on elérhetőek magyarul oktató videók az internetezéssel kapcsolatban, ezekre felhívják a figyelmet, így ez segítség lesz számukra az otthoni gyakorlás során is.

Igények, melyekre reagál a gyakorlat

A szépkorúak digitális felzárkóztatásában segít a gyakorlat, továbbá a generációs szakadékot csökkenti, és elősegíti a két generációs közötti kapcsolódási pontok megtalálását.

Hatékonyság

Két generáció együttműködése, illetve a fiatalok motivációja mennyire volt sikeres. Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is? A fiatal mentorok közreműködését mindenképpen mérnünk kell a tanfolyam végén. Ezzel a kérdéssel majd az 5. jó gyakorlat foglalkozik (az idősek elégedettségi mérésével együtt).

A fenntarthatóság ismérvei

A képzés hosszútávon tud megvalósulni, az egyesülethez 2 évente új diákok érkeznek, akiket be lehet vonni a programba. A meglévő applikációk listáját frissíteni lehet.

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

A program megvalósulásával az időskori elmagányosodás csökken, elősegíti a generációk közös kapcsolódási pontjainak megtalálását, egymás megértését. Hozzájárul az ökológia lábnyom csökkentéséhez és az egészségesebb életmód folytatásához (otthoni ügyintézés, online reklámanyag böngészése, hírek és könyvek online formátumban történő olvasása, elektronikus kapcsolattartás).

4. jó gyakorlat: A jól előkészített program fél siker

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **A jól előkészített program fél siker!**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): Előkészületi, szervezési feladatok a képzés indítása előtt

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A képzés lebonyolítása során sok olyan hátráltató körülmény merülhet fel, amely a legrosszabb esetben megtorpedózhatja a program sikerét. Többéves képzési tevékenységünk során többször szembesültünk azzal a problémával, hogy az egymást követő programok megvalósítása nem tud azonos módon zajlani, mert megváltozott a célcsoport igénye (más az előtudás - elővégzettség, mások a fizikai képességek, más a támogatási konstrukció, más a kivitelezés időszaka, a jelentkezők száma stb.).

További nehézséget jelent a korosztály „idegenkedése az iskolapadtól”. A félelmek leküzdésére fontos időt szentelni. A célcsoport megszólításánál sem mindegy, hogy milyen platformon folyik a toborzás. A nem megfelelő platformok alkalmazásának eredményeül elmaradhat a megfelelő válasz. Ezen jó gyakorlat témájaként a képzés indítását megelőző tevékenységének feladatait járjuk körül.

A jó gyakorlat leírása:

A sikeres program kivitelezésében nagy segítséget jelent a jó előkészítés. Már a program tervezésekor és annak meghirdetésekor sok tényezőt kell figyelembe venni. Ilyenek például:

- *az óraszám célcsoporthoz illeszkedését:* az eredetileg tervezett óraszám növelése, amennyiben a célcsoportban alacsonyabb a résztvevők iskolai végzettsége, vagy olyan egészségügyi problémákkal küszködnek (nagyothallás, gyengénlátás, mozgást korlátozó betegségek), melyek akadályozzák a zavartalan tanmenetet. A nagyothallásnál és gyengénlátásnál segíthet a hallgatók előre ültetése, az egyéb hátráltató körülményekhez pedig a tanterem berendezésével kell alkalmazkodni.
- *minél homogénebb csoport kialakítása:* az iskolai végzettség, az aktív munkaévek alatt végzett feladatok jelentős előtudás különbséget jelenthetnek, amelyre ügyelni kell, mert lehet a csoport egyik része kellemetlenül lassúnak érezheti a haladást, még a másik fele lemarad. Ennek érdekében a jelentkezésnél figyelni kell ezen információkra (szellemi frissesség, városi, falusi vagy esetleg vegyes összetétel). Nagyszámú jelentkezés esetén lehetőség nyílik a homogén (azonos, vagy közel azonos tulajdonságokkal bíró hallgatók) csoporttal dolgozni. Az inkluzív elveken kialakított csoportoknál a nehezebb előrehaladást óraszám bővítéssel kell kompenzálni.
- *a célcsoport megszólítása:* mely média, reklámhordozó éri el a leginkább a célcsoportot? Nyilvánvalóan az informatikában járatlanokat nem az internetes hirdetőfelületeken szólítjuk meg, hanem a plakátolás, röpcédulázás, a televíziós és rádiós hirdetések, riportok, újságcikkek, újságokban megjelenő hirdetések a célravezetők. Ezek a megjelentetések nem csak tervezési, szervezési feladatokat jelentenek, de a költségeket is jelentősen befolyásolhatják.
- *a képzés helyszínének megválasztása:* akadálymentesítés, a helyiség befogadóképessége,

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

fűthetősége/hűthetősége, a zavaró utcazaj kiszűrése.... Az idősebb embereknél fokozott az érzékenység a környezeti behatásokra. Amennyiben lehetőség van rá, olyan előadótermet kell választani, amelyben a korosztályhoz legoptimálisabb körülmények alakíthatók ki. A képzések helyszínének megválasztásánál ügyelni kell a tömegközlekedési járművekkel történő megközelíthetőségre, a képző helyiség épületen belüli elhelyezkedésére (lehetőleg földszint, ellenkező esetben felvonó megléte).

- *csoportlétszám optimalizálása*: sajnos a súlyosabb hátrányokkal küzdő hallgatók több figyelmet igényelnek az előadótól. Ezen hallgatókra fordított többlet idő csökkenti az előadások eredményes haladását. Megoldás, ha ilyen esetben kisebb létszámú csoportot szervezünk egybe.
- *nyelvi akadályok leküzdése*: fokozottan figyelni kell a kommunikáció formájára és nyelvezetére, szakszavak és idegen kifejezések használatára. Fogalmak, szakszavak összeállítása magyarázattal összefűzve jó segítség a hallgatóknak.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A célcsoport idősödő felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

Mi a gyakorlat célja?

Az idősödő, szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

Az idősödő embertársaink és a szépkorúak digitális kompetencia-fejlesztése.

Milyen módszert alkalmaz a gyakorlat?

Interaktív tantermi oktatás, okostábla és egyéb szemléltető eszközök alkalmazásával. A képzéshez nyomtatott vagy elektronikus formában kapcsolunk jegyzeteket. Lehetőség szerint fiatalok bevonásával zajlik az oktatás, akik segítőként, mentorként vesznek részt egy-egy órán. A fiatalok bevonása egy-egy ismeretrész átadása után lehetséges, a gyakorlás elősegítésének céljával. Ez a 40-50 iskolai órából 6-8 órát jelenthet.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az időskorú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia. Az időskorúak szüksége az IT eszközök alkalmazására a kapcsolattartás, tájékozódás, közösségi élet megélése, egészségügyi és közigazgatási online szolgáltatások igénybevétele iránt jelentősen megnövekedett, miközben sokaknak komoly gondot jelent az IT eszközök kezelésének elsajátítása. A tanfolyam végeztével biztos felhasználói lesznek a modern eszközöknek, és ez által boldogabb, eredményesebb, teljesebb életet élhetnek.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek? A több éve zajló programokban csak részben tudtuk kielégíteni a lakosság igényét, mert a viszonylag kis jövedelmű nyugdíjas emberek nem tudják finanszírozni a képzések díját. A pályázatból biztosított

eszközök viszont nem voltak elégségesek ahhoz, hogy minden érdeklődőt befogadjunk. Így alakultak ki várakozási listák, melyekből újra és újra merítünk egy-egy tanfolyam csoportjának szervezésénél. Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

Az eredményességet jól mutatja az okostelefont használók képzése után létrehozott Facebook csoport mely tovább él, aktív és taglétszáma egyre bővül. Akadtak olyan résztvevők, akik a készpénz automatákhoz sem mertek nyúlni. A tanfolyam elvégzése után megszűnt az IT eszközök kezelésétől való félelmük.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt nem tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A szervezett tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és regionális TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Az érdeklődés nagyságát tekintve még jó ideig lesz kereslet a jelzett célcsoportban. Amennyiben nem kapunk pályázati támogatást, akkor résztvevői költségtérítés mellett is elképzelhető a képzések folytatása. A technika fejlődésével lépést tartva előbb utóbb új elemekkel is bővíthet a program (okos TV, okos háztartás, e-ügyintézés stb.)

A tevékenység közösségi-, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára, mely jelentősen befolyásolja az országot, illetve a régiót, település gazdasági viszonyait. Az elsajátított tudással a résztvevők bekapcsolódhatnak az e-kereskedelembé, ami által bővül a lehetőségük az önellátás területén. Hasonló lehetőséget nyújt az elektronikus ügyintézés és a banki szolgáltatások elektronikus úton történő lebonyolításának elsajátítása is.

5. jó gyakorlat: Hogyan látja a másik oldal?

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **HOGYAN LÁTJA A MÁSIK OLDAL?**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): Hallgatói visszajelzések begyűjtése és értékelése

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A képzési program tervezésekor igyekszünk minden lehetséges állapotra jó megoldást találni. Az lenne az ideális, hogy ha minden adódó problémát előre tudnánk látni. Az élet azonban rendre újabb és újabb helyzetekkel szolgál, melyekre nem mindig sikerül menetközbeni válaszokat adni. Nem minden program teszi lehetővé a rugalmas hozzáállást és a menetközbeni módosításokat, de az újabb kellemetlenségek elkerülése érdekében a következő program tervezésekor be lehet és be is kell építeni a szükséges módosításokat. A siker fokozásának érdekében a hallgatói oldalon összegyűlt észrevételekhez hozzájutva a célközönség érdekeit szolgálva tudjuk a kellő fejlesztést megvalósítani.

A jó gyakorlat leírása:

Nagyon fontosnak tartjuk a képzők menet közbeni visszajelzését. Ők azok, akik a hallgatókkal folyamatosan együtt vannak, és velük együtt élik át a tanfolyam menetét. Az odafigyeléssel menet közben is el lehet érni a megfelelő „léggör” kialakulását. A program végeztével hallgatóink elégedettségi kérdőív kitöltésére kérjük fel, melynek eredményét beépíthetjük a következő tanfolyamunkba. Kíváncsiak vagyunk:

- a képzési program kidolgozottságának minőségére,
- a képzési program terjedelmének elégségére,
- az elmélet – gyakorlat arányának megfelelőségére,
- az előadó érthetőségére,
- az előadó felkészültségére,
- elégedettek-e az alkalmazott képzési, oktatási módszerekkel,
- egyáltalán a tanfolyammal kapcsolatos elvárásaik teljesülésére,
- elégedettek-e az oktatás fizikai körülményeivel (fény, hőmérséklet, terem nagyság, megközelíthetőség, higiéniai feltételek stb.)
- elégedettek-e a gyakorlati képzés tárgyi feltételeivel,
- a képzés megszervezésével és lebonyolításával összefüggő tevékenységgel,
- hogy tudja-e a megszerzett tudást hasznosítani a magán- vagy üzleti életben,
- ajánlaná-e a képzést másoknak,
- részt venne-e egy esetleges folytatáson,
- mennyire segítettek a fiatalok a képzés megvalósításában, milyen volt az együttműködés az idős partnerrel
- vannak-e egyéb megjegyzései.

A hallgatók megkérdezésén túl a képzésbe bevont fiatal segítők visszajelzései is fontosak. Az ő megtapasztalásuk segíthet a következő program jobb megszervezésénél. Fontos hogy tudjuk:

- *jókor, a képzés megfelelő helyén lettek-e bekapcsolva a programba,*
- *elégséges volt-e a tudásuk a segítséghez,*
- *igénylik-e a részvételt már a program tervezésénél is,*
- *megfelelő volt-e az előadóval létrejött munkakapcsolat.*

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A célcsoport idősödő felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

Mi a gyakorlat célja?

A hallgatók és fiatal mentorok véleményének begyűjtése, értékelése és a változások beépítése a következő képzési programba.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

Az idősödő embertársaink és a szépkorúak digitális kompetenciafejlesztése.

Milyen módszert alkalmaz a gyakorlat?

A tanfolyam végeztével a hallgatóknak nyomtatott formában adjuk át a kérdőíveket, melyen a kérdésekre osztályzatot lehet adni 1-4-ig. Megfelelő kérdésekkel szemben szabadon is megfogalmazhatóak a válaszok.

A segítőként bevont fiatalokkal egy rövid (személyes) műhelymunka során beszélünk át a tapasztaltakat.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az időskorú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek?

Elérte-e a kezdeti célokat?

Volt-e más, az eredeti céltől eltérő eredménye is?

A kérdőívezés eredményeit együtt dolgozzuk fel. Statisztika vezetése mellett, jó szolgálatot tesznek a képzések minőségének javítására és a hallgatókkal történő foglalkozások fejlesztésére.

Az idősek és a fiatal mentorok tapasztalatainak összegzése más tanfolyamok előkészítését és munkáját is kedvezően befolyásolja.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt nem tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és regionális TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Az érdeklődés nagyságát tekintve még jó ideig lesz kereslet a jelzett célcsoportban. Amennyiben nem kapunk pályázati támogatást, akkor résztvevői költségtérítés mellett is elképzelhető a képzések folytatása. A technika fejlődésével lépést tartva előbb-utóbb új elemekkel is bővíthet a program (okos TV, okos háztartás, e-ügyintézés stb.)

A tevékenység közösségi-, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az ország, illetve a régió, település gazdasági viszonyait. Az elsajátított tudással a résztvevők bekapcsolódhatnak az e-kereskedelembé, ami által bővül a lehetőségük az önellátás területén. Hasonló lehetőséget nyújt az elektronikus ügyintézés és a banki szolgáltatások elektronikus úton történő lebonyolításának elsajátítása is.

6. jó gyakorlat: Pár lépés London!

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Pár lépés London!_Internet, mi az Internet?**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): **Szépkorúak digitális készségeinek fejlesztése**

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani:

A 6. Jó gyakorlat témája nagyon időszerű és szükséges: szépkorúak felzárkózása a világháló kínálta lehetőségekhez, tájékozódást, ügyintézés és nem utolsósorban szándéka áthidalni a személyes kapcsolatok ellehetetlenítését a közösségi platformok segítségével.

A jó gyakorlat témája: segítséget nyújtani az idősek és szépkorúak többismeretlenes problémájára, a digitális világ, a világháló hasznosságának, használhatóságának bemutatásával.

A hétköznapi élet, az online térben lévő ügyintézés, a családtagok közti állandósuló távolság, a virtuális kapcsolattartás szükségessé teszik a különböző alkalmazások ismeretét, használatát.

A legelterjedtebb internetes böngészők, kommunikációs csatornák, elektronikus levelező, közösségi platformok, Skype, Viber, Zoom, Google Meet ismertetése, elérhetőségének, használatának és alkalmazásainak a elsajátítása.

A jó gyakorlat leírása

A jó gyakorlat célcsoportja: általában az idősödő, szépkorúnak is mondott korosztály, nemre való tekintet nélkül

A gyakorlat célja: az idősödő generáció, szépkorúak digitális kompetenciájának fejlesztése, okoseszközök használatának elsajátítása

A megvalósuló konkrét program:

Ajánlott tanterv számítógépes alapismeretek elsajátítására – idősek, szépkorúak számára *

Sor sz.	Tematika	Össz. óraszám	Melyből	
			Elmélet	Gyakorlat
1	Rövid bevezető az alapfokú számítógépes ismeretekbe	3	1	2
2	Mi az Internet?	6	2	4
3	A legelterjedtebb internet böngészők ismertetése	4	1	3
4	Kommunikációs csatornák használata	17	4	13
	Összesen:	30	8	22

* A résztvevők előképzettségétől és konkrét elvárásaitól függően módosítandó!

Rövid bevezető az alapfokú számítógépes ismeretekbe

- Az 1. jó gyakorlat témáját képező alapismeretek felvázolása: a számítógép, laptop, okostelefon, akár okosóra kezelőszervei, alapfunkciók, elsődleges használati praktikumaik megismerése - Be-, illetve kikapcsolás

Ezáltal kinyílik a lehetőség az adott csoportban résztvevő szépkorúak befogadó képességének feltérképezéséhez, következésképpen kialakítható a megfelelő rugalmasság oktató részéről.

Mi az internet?

Bevezető:

-Az internet történetének rövid ismertető áttekintése

Tartalom:

- A különböző eszközök, mint okostelefon, laptop, táblagép, asztali gép technikai feltételei a világhálózathoz való csatlakozáshoz
- Szerződéses feltételek elemzése által segíteni a szerződéskötés döntésében, ismertetve a hasznos funkciók kulcsfontosságát mint: hozzáférés, sávszélesség, sebesség, biztonság, adatvédelem.
- Mik a süti/ *cookie*?
- Hogyan kezeljük a felugró reklámokat?
- Fiókok, file fogalmak megismerése

INNOVATÍV aspektusok a fiatalok bevonása, lehetséges szerepe kapcsán:

Már a képzések tervezése és kivitelezése előtt jó lenne, ha sikerülne bevonni a tervezésbe és a kivitelezésbe helyi, ifjúsági szervezeteket. Ugyancsak érdemesnek tűnik együttműködési felületeket találni iskolákkal, tanárokkal, osztályfőnökökkel, és jó lenne hosszútávú partnerségeket kialakítani a nyugdíjas klubok és ifjúsági szervezetek, iskolák között a képzés szolgáltató koordinációjával.

A legelterjedtebb internet böngészők ismertetése:

Bevezető:

- Mivel a böngésző kapu az internethez, ezért a sebesség, biztonság, adatvédelem és a hasznos funkciók kulcsfontosságúak,
- Legismertebb böngészők szemléltetése:
 - Google Chrome

- Firefox
- Microsoft Edge

Tartalom:

A **Google Chrome** a Google által fejlesztett, ingyenesen használható, számítógépeken, táblagépeken és okostelefonokon futó, legelterjedtebb webböngésző.

A Google Chrome gyors, egyszerűen kezelhető és biztonságos böngésző.

A **Mozilla Firefox** egy ingyenes webböngésző program, amit a Mozilla Alapítvány fejleszt. Piacvezető böngésző volt 2009-től, míg a Chrome 2013 októberében át nem vette szerepét.

A **Microsoft Edge** egy többplatformos webböngésző, amelyet a Microsoft készített és fejlesztett Windows 10-zel a Microsoft bevezette az Edge böngészőt, hogy versenyezzen a Firefoxszal és a Chrome-mal.

Beavatás a kommunikációs csatornák használatába idősek, szépkorúak részére

Bevezető:

A tantervbe vett kommunikációs csatornák:

- Elektronikus levelező/e-mail
- Közösségi média platformok
- Közösségi kommunikációs platformok
- Zoom, Google Meet- online konferencia felületek
- A YouTube csatorna

Tartalom:

Elektronikus levelező/ e-mail:

-Az e-mail szolgáltatók általános ismertetése, yahoo, outlook, freemail, hotmail, google-mail.

A **Gmail** a Google ingyenes e-levelező szolgáltatása. Több mint 10 GB tárhelyet nyújt, lényegesen megnövelte az ingyenes levelező szolgáltatásokkal szembeni előnyét.

Kiemelkedő, elsődleges helyet foglal el, megkerülhetetlenné vált már az android telefonok szükségessége.

- E-levelező postafiók létrehozása különböző szolgáltatóknál

- levél írása, szerkesztése, küldése, fogadása

- csatolmányok kezelése/ dokumentumok, fotók, linkek/

- tartalmak mentése mappákba

- postaláda fiók karbantartása/ fiókok „takarítása”
- mi a spam, spam tartalmának rendszerezése, eltávolítása
- nagyméretű fájlok letöltése, kibontása, mentése, továbbítása
- A felhőben/Google Drive-on való tárolás, szerkesztés, megosztás. Az első 15 GB tárhely díjmentes a Google-fiók mellé.

Közösségi média platformok:

Bevezető:

Facebook, Twitter, Instagram, Tik-Tok- közösségi platformok ismertetése, használatának bemutatása

Tartalom:

A **Facebook** amerikai alapítású közösségi hálózat, amely 2004-ben kezdte meg a működését. Az egyik legnagyobb közösségi hálózat a világon.

Saját Facebook/Meta profil létrehozása:

- szerkesztési alapismeretek
- ismeretségi kör kialakítása, szabályozása- etikai követelmények,
- esetleges buktatók ismertetése
- csatolmányok megosztásának módjai
- események létrehozása, közzététele, követése, megosztása
- online csatlakozások lehetősége
- csoportok létrehozása, csoportos online értekezletek indítása
- facebook messenger használatának elsajátítása
- a Meta, mint a Facebook újítása metaverzumá

A fiatal mentorok segíthetik a Facebook regisztráció létrejöttét, az oldal kialakítását (profilkép, borító). Amikor Fb. csoportot hoznak létre az oktató útmutatása szerint, javasolt fölvenni ideiglenesen a segítő fiatalokat is, hogy követhessék az ott folyó tevékenységeket. A tanfolyam végeztével kiléphetnek a csoportból.

Twitter közösségi hálózat és mikroblog-szolgáltatás, amely lehetővé teszi a felhasználóknak, hogy rövid bejegyzéseket vagy egymásnak szánt üzeneteket írjanak SMS-ben.

- twitter bemutatása,
- esetleges igénylésre a letöltése

Az **Instagram** fényképek és rövid videók megosztásán alapuló amerikai közösségi hálózat.

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

A felhasználók fényképeket és videókat tölthetnek fel, amelyeket feliratozhatnak, különböző művészi hatású effektekkel/szűrőkkel láthatnak el, beállíthatják a készítés helyét, majd ezt követően a képeket, videókat megoszthatják másokkal. A megosztás mehet az Instagramon belül és azon kívül több különböző közösségi hálózaton (Facebook, Twitter), valamint e-mailben is. A felhasználók az Instagramon belül tudják követni egymást, nyilváníthatják tetszésüket, illetve kommentálhatják a feltöltött képeket vagy videókat.

-Instagramra való rákeresés általi bemutatás, valamint esetleges igénylésre a letöltése, beállítások eszközlése.

A **TikTok** egy kínai videomegosztó közösségi hálózati szolgáltatás, amit 2012-ben alapított a pekingi cég. Az alkalmazás lehetővé teszi a felhasználók számára, hogy rövid zenei és szinkronizáló videókat készítsenek 3–15 másodpercig és rövid ismétlődő videókat 3–60 másodpercig.

- esetleges igénylésre a letöltése és beállításainak bemutatása

A fiatal mentorok saját okostelefonjukon megmutathatják ezen platformokat, a működésüket. A résztvevők nem feltétlenül fognak ennyi közösségi platformot igényelni saját használatra, de a bemutatásuk praktikus módja a fiatalok segítségével javasolt.

Közösségi kommunikációs platformok

Bevezető:

A chatprogramok segítségével jöhet létre chat(csevegés), egy olyan társalgási forma, amely 2 vagy több ember között online (leggyakrabban az interneten keresztül) történik. Ugyanakkor teret biztosítanak az üzenetek váltásához. Online kapcsolat szükséges hozzájuk.

A legtöbb ilyen programhoz ingyen hozzájuthatunk a fejlesztőktől és a legismertebbek, széles körben a leghasználtabbak:

Messenger, Skype, Viber, Yahoo! Messenger, WhatsApp

Tartalom:

A **Facebook Messenger** (közismert nevén **Messenger**) egy amerikai üzenetküldő alkalmazás és platform, amelyet a Facebook fejlesztett ki.

A felhasználók üzeneteket, fényképeket, videókat, matricákat, hanganyagokat és fájlokat cserélhetnek, valamint reagálhatnak más felhasználók üzeneteire.

A szolgáltatás támogatja a hang- és videóhívásokat is.

- messenger alkalmazás aktuális verzió letöltése
- emberek, ismerősök megkeresése
- csoportok létrehozása
- csatolmányok küldése, fogadása, mentése, törlése
- interakció a felhasználók között
- tartózkodási hely megosztása,
- alkalmazáson belüli vásárlások

A fiatal mentorok üzenetet küldenek az újonnan regisztrált időseknek, és közösen megfigyelik ennek módját. Az idős fogadja, megtekinti az üzenetet, majd válaszol a saját készülékén.

Skype

- skype profil létrehozása
- csoportos skype -lás lehetősége, dokumentumok, csatolmányok képernyőn való megosztása
- élő kapcsolatok létrehozása
- gyors hívás lehetősége, hang és kép beállításai
- chat, csevegés használata

A fiatal mentorok segítik a Skype-hoz csatlakozást. Ott, a tanfolyamon párban kipróbálják a Skype használatát (az idős felhívja a mentorát, majd az oktatót). A mentor abban is segítheti az idős hallgatót, hogy a családtagokat - gyereket, unokát - is megkeresik együtt Skype-on, bejelölik őket, felveszik a kapcsolataik közé.

Viber

- a Viber egy okostelefonra készített ingyenes VoIP szolgáltatás,
- segítségével a felhasználó telefonálhat, üzenetet küldhet és videóchatelhet internetkapcsolaton keresztül.
- a program a felhasználó névjegyzékéből alkotja a Viber szolgáltatáson belüli névjegyeket.
- letöltése, beállításainak bemutatása igény szerint

WhatsApp

- a WhatsApp Messenger egy ingyenes üzenetküldő alkalmazás Androidra és más okostelefonokra. A WhatsApp a telefon internetkapcsolatát használja (4G/3G/2G/EDGE vagy WIFI, amennyiben elérhető),
- csevegni és telefonálni ad lehetőséget
- SMS-használatát helyettesíti, gyorsabbá és költségmentessé teszi a fényképek, videók, dokumentumok és hangüzenetek küldését és fogadását.
- A címjegyzék segítségével gyorsan és egyszerűen kapcsolatot teremt azokkal, akik rendelkeznek WhatsApp-pal
- letöltése, beállításainak bemutatása igény szerint

Mind a Viber, mind a WhatsApp bemutatása történhet úgy, hogy a fiatal mentorok a saját készülékükön mutatják meg az applikációt, annak működését. Nem szükséges minden applikációt letölteni a tanfolyam alatt az időseknek, de a bemutatás fontos.

Zoom és Google Meet

Bevezető:

- mindkét alkalmazás ismertetése megadva a választási lehetőséget, testesztelhetően kinek melyik alkalmazás a könnyebb, barátságosabb, használhatóbb

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- gmail levelező-fiókkal való kapcsolódás jelentőségének megmutatása

mindkét alkalmazás esetében

Tartalom:

A **Zoom** egy olyan online eszköz, melynek segítségével sokan “találkozni” tudunk, helytől függetlenül. Működik böngészőből, és letölthető számítógépre, telefonra, táblagépre is. A Zoom egy csoportbeszélgetés vagy egy kisebb konferencia élményét képes nyújtani úgy, hogy e közben otthon, vagy akár egy kávézóban ülünk. Hisszük azt, hogy a személyes beszélgetésnél, találkozásnál nincs jobb mód az információ átadásra, egyeztetésre, de amikor erre nincs lehetőségünk, Zoom -ot használunk (vö. pandémia időszak).

- Zoom alkalmazás letöltési lehetőségeinek bemutatása okostelefonra, asztali számítógépre, laptopra - *a fiatal mentorok személyes segítségével*
- Személyes Zoom fiók létrehozása
- Zoom értekezlethez való csatlakozás (csoportos)
- képernyőmegosztások, bejegyzések,
- kép és hang megbeszélés közben
- írás, rajzolás képernyőre
- biztonsági tanácsok
- értekezletek rögzítése

A **Google Meet** egy videókommunikációs szolgáltatás, amelyet a Google fejlesztett ki.

Minden, Google-fiókkal rendelkező felhasználó díjmentesen létrehozhat akár 100 résztvevős és alkalmanként akár 60 perces online megbeszéléseket.

- bekapcsolódás megbeszélésre
- megbeszélés létrehozása, indítása
- előnézeti képernyő videó- és hangbeállítások
- elrendezések és képernyő-beállítások
- képernyőmegosztás a résztvevőkkel
- üzenetküldés a résztvevőknek
- adatvédelem és titkosítás

YouTube

A YouTube nyilvános videómegosztó webhely, ahol a felhasználók videókat tölthetnek fel, és nézhetnek meg.

A feltöltött tartalmak között egyaránt megtalálhatók film- és tévéműsorrészletek, zenei videók és házi készítésű videófelvevételek is.

- jogvédelem

- YouTube díj
- Gyorslista
- Értékelés
- Listák készítése
- Kifogásolás

Módszertani ajánlások:

- *fiatalok bevonása és felkészítése, VONALVEZETÉS témákban oktató és fiatal között*
- *fiatalok bevonása a gyakorlati ismeretek bemutatásába minden releváns ponton*
- kiscsoportos foglalkozások/7-8 fő+ segítő fiatalok/ pl.max.10 fő szépkorú
- a csoportalkotás, kérdőívezés, a már kidolgozott jó gyakorlatok alkalmazása
- párban gyakorlás (*mentor-idős*, idős-idős)
- ajánlatos saját okostelefont vagy táblagépet használni
- időkeret: min.16 óra / max 30 óra lassúság, befogadóképességet tekintetbe véve kérdés a modulokra való osztása a jó gyakorlatoknak
- vizsgarendszer kialakítása (modulokra)
- javasolt közösen visszatekinteni az addig elhangzottakról minden óra elején
- az új ismeretek megerősítésében segít a szépkorúaknak a házi feladat megoldása, az önálló munka (a következő óra elején közösen megbeszéljük az otthoni feladatokat)

7. jó gyakorlat: Segítenék, ha segíthetek!

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Segítenék, ha segíthetek!**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): Fiatalok bevonása a képzésbe, feladatok a képzés indítása előtt

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A fiatalok bevonása több okból is kedvezően hat a képzésre:

az időseknek:

-segítő kéz a tanulásban,

-közvetlen kapcsolat, “face to face” segítség,

-a képzésben felmerült egyéni problémák, akadályok közvetlen kezelése a bizonytalanság felfedése nélkül a többi hallgató előtt,

-emocionális támogatás

-a rendelkezésre álló idő jobb kihasználása

- biztonságérzet növekedése

a fiataloknak:

-társadalmi hasznos munka

-a segítségnyújtás által átélt jó érzés

-kapcsolat az idősebb generációval

-a tolerancia erősítése

A képzésben részt vevő hallgatók adva vannak, viszont a fiatalok bevonása több akadályba ütközik. Különböző az eltérő korosztály rendelkezésre álló időbeosztása. A különböző méretű településeken jelentősen eltérhet a feladatba bevonható fiatalok száma, korosztálya. A 12-15 éves korosztály érettségi foka, esetleges tudásszintje eltér a 16-19 és a 20-24 évesekétől. A különböző korosztályok együtt való bevonása problémás. Eltérhet a képzésbe bevont fiatal segítők száma a hallgatók számától. Azokban a térségekben, ahol rendeletekkel nem szabályozták a fiatalok önkéntes munkáját (önkéntes kreditpontok), hogyan lehet fellelni a kellő motivációt, milyen szervezeteken keresztül lehet megszólítani a fiatalokat.

A jó gyakorlat leírása:

A sikeres program kivitelezésében nagy segítséget jelent a jó előkészítés. A fiatalok megszólítását is komolyan

tervezni kell. Ahol az önkéntes kreditpontok gyűjtése elvárás a fiatalok felé, talán könnyebb a fiatalok bevonása, de itt is fellelhető a verseny a különböző önkéntes lehetőségek között. A megszólításnál be kell vetni minden lehetséges érvet, és el kell találni a megfelelő csatornát és nyelvet, melyek a fiatalokhoz szólnak.

Az általunk kipróbált lehetőségek:

- általános iskola felső tagozatai (12-15 éves korosztály), az informatika tanár közbenjárásával és ajánlásával,
- pedagógiai főiskola hallgatói, kik a céltelepülésekről származnak,
- **Ehhez a ponthoz kapcsolódóan szeretnénk megfogalmazni egy ajánlást a tanítóképző főiskolák felé, mely szerint igen hasznos lenne a hallgatóik programjába beiktatni olyan közreműködést, ahol idősebb emberek irányában, képzéseken vállalhatnának mentori – segítő szerepet. A kreditpontokat eredményező tevékenység által kialakulhatna egy együttérzőbb, támogatóbb hozzáállás az idősebbek felé, mely érzéseket így a majdani tanítványaik felé jobban tudnák közvetíteni.*
- a helyi ifjúsági klub tagjai, kik aktívan részt kívánnak venni a helyi élet jobbá tételében.
- Felmerülhet még:
- egyházi szervezetek jótékonyági tevékenységében szereplő fiatalok
- cserkész szervezetek
- Vöröskereszt szervezetek ifjú tagjai bevonásának ötlete is
- mozgássérült fiatalok szervezete
- Amennyiben nem tudunk a felsorolt helyeken együttműködőket találni, segítségül lehet hívni a médiát:

-plakátok,

-helyi rádió, TV,

-az intézmény honlapja,

-facebook (meta) stb.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

A közreműködő segítő fiatalok három korcsoportja: 12-15, 16-19, 20-24 életév

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

A szépkorúak oktatása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek

Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

A több éve zajló programokban csak részben tudtuk kielégíteni a lakosság igényét, mert a viszonylag kis jövedelmű nyugdíjas emberek nem tudják finanszírozni a képzések díját. A pályázatból biztosított eszközök viszont nem voltak elégségesek ahhoz, hogy minden érdeklődőt befogadjunk. Így alakultak ki várakozási listák, melyekből újra és újra merítünk egy-egy tanfolyam csoportjának szervezésénél. A hallgatók a programok zárultával egy feladatsor teljesítésével bemutatják a megszerzett tudásukat és a tanfolyam befejezéséről bizonylatot kapnak. A hallgatóink visszajelzése szerint elsajátították a megcélzott tudást.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt csak részben tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Az érdeklődés nagyságát tekintve még jó ideig lesz kereslet a jelzett célcsoportban. Amennyiben nem kapunk pályázati támogatást, akkor résztvevői költségterítés mellett is elképzelhető a képzések folytatása. A technika fejlődésével lépést követve előbb utóbb új elemekkel is bővíthet a program (okos TV, okos háztartás, e-ügyintézés stb.)

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az ország, illetve a régió, település gazdasági viszonyait. A fiatalok bevonása kedvezően hat, mint az idősebb korosztályra, mint pedig a bevont fiatalokra. Közelebb kerül a két korosztály és hasonló segítő készség könnyebben kialakulhat az élet más területein is.

8. jó gyakorlat: Na, milyen volt?

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Na, milyen volt?**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): A képzésbe bevont fiatalok, és a segítségnyújtásban részesült idősök tapasztalatainak összegzése

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A képzés sikerességének növelése céljával, valamint az idősök félelmének leküzdése miatt fiatal segítőköt vontunk be a képzésbe. A további eredményesség növelése érdekében szükségünk van minél szerteágazóbb információra a képzés sikerességéről, *a bevont fiatalok és az idős hallgatók benyomásairól a képzéssel kapcsolatban*. Kérdéseink főleg a következő irányban vetődtek fel:

- Mennyire volt sikeres az együttműködés:
- az előadó és a segítő fiatalok között,
- az idősök és a fiatalok között?
- Melyik bevont korosztály tudta jobban megtalálni a hangot az idősökkel?
- Milyen érzések alakultak ki a bevont fiatalok körében:
- a képzés előtt
- a képzés zárultával?
- Milyen javaslatok vannak a bevont fiataloknak a további együttműködés terén?

A jó gyakorlat leírása:

Mivel az időskorúak informatikai képzésébe nemrég vontunk be fiatalokat, a területről még kevés az értékelhető visszajelzés. A jelenleg zajló két képzésünkbe (*Magyarokanizsán és Horgoson*) két különböző korcsoportból vontunk be fiatalokat. *Magyarokanizsán* a 20 év fölötti segítők vesznek részt a programban, *Horgoson* viszont a 12-15 évesek járulnak hozzá a programunk sikeréhez. A folyamatban lévő képzés a jelen projektben kialakult eddigi jó gyakorlatok alkalmazásával zajlik. Az Erasmus+ projektben együttműködő partnereink ajánlásait, tapasztalatait most próbáljuk ki a mi képzésünkben és a képzések során így felhalmozódó tapasztalatokat valójában módszertani ajánlásokként osztjuk meg a partnerségben. Jó gyakorlattá a futó képzések zárultával válnak az így szerzett tapasztalatok.

Szeretnénk kérdőíves felméréssel és tapasztalat-megosztó beszélgetés által felmérni a kialakult benyomásokat a képzés minél szélesebb köréből.

A rövid kérdőívek választ kell, hogy adjanak a következő kérdésekre:

- valós segítséget nyújtottak-e a fiatalok,
- kielégítő volt-e a fiatalok tudása a segítséghez,

- enyhítették-e az idősek félelmeit az eszközök használata iránt,
- mennyire voltak türelmesek és érthetők a fiatalok,
- melyik bevont korosztály találta meg a megfelelőbb módot, hangot az együttműködésre.

A fiatalokkal inkább a beszélgetős formát választanánk a tapasztalataik, benyomásaik felől való érdeklődésre. Az ő vélekedésükre fokozottan kíváncsiak vagyunk. Válaszaik abban is segíthetnek, hogy átgondoljuk, vajon milyen terjedelemben, milyen programrészeknél hasznos az ő bevonásuk. Sikerült-e átérezniük az idősek gondjait? Ilyennek gondolták-e a feladatvállalásukat, abban saját megítélésük szerint sikeresek voltak-e? Részt vennének-e hasonló feladatban, tudnák-e ajánlani társaiknak az ilyen és hasonló feladatvállalást?

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

A közreműködő segítő fiatalok három korcsoportja: 12-15, 16-19, 20-24 életév

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

A szépkorúak oktatása fiatal közreműködő mentorok részvételével.

Milyen rendszerességgel, illetve milyen időtartamban?

A képzések az igényekhez idomulnak. 2013-tól éves gyakorisággal, de az utóbbi időkben a pályázati eredményektől függően évi 1-2 csoporttal halad. Egy-egy képzés 40-50 iskolai óra (45 perc) terjedelmű. Az okostelefon kezelő tanfolyam 20 iskolai óra alatt valósul meg.

Milyen módszert alkalmaz a gyakorlat?

Interaktív tantermi oktatás, okos tábla és egyéb szemléltető eszközök alkalmazásával. A képzéshez nyomtatott vagy elektronikus formában kapcsolunk jegyzeteket. A fiatalok 2-4 óra terjedelemben segítenek a programban. Főleg a hallottak és tanult elemek gyakorlásakor. Az időseket kérdőív, a fiatalokat kibeszélős összejövetel segítségével kérdeznénk meg.

Milyen lehetőségekre épít? Mik a rendelkezésre álló feltételek- speciális körülmények?

Leginkább az intézmény oktatási épületében kialakított IT kabinetet használjuk, melyben okos tábla, kivetítő, flipchart és más személtető eszközök állnak rendelkezésre, 15 személyi számítógéppel (laptop) melyeknek természetesen hálózatalérési lehetősége van. Ezen kívül szerveztünk már képzést Horgoson is, ahol a helyi általános iskola számítógépes tantermet használtuk.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is? A több éve zajló programokban csak részben tudtuk kielégíteni a lakosság igényét, mert a viszonylag kis jövedelmű nyugdíjas emberek nem tudják finanszírozni a képzések díját. A pályázatból biztosított eszközök viszont nem voltak elégségesek ahhoz, hogy minden érdeklődőt befogadjunk. Így alakultak ki várakozási listák, melyekből újra és újra merítünk egy-egy tanfolyam csoportjának szervezésénél. A hallgatók a programok zárultával egy feladatsor teljesítésével bemutatják a megszerzett tudásukat és a tanfolyam befejezéséről bizonylatot kapnak.

A hallgatóink visszajelzése szerint elsajátították a megcélzott tudást.

Együttműködés megvalósítása, a megvalósítás támogatói.

A szervezéskor sikeres együttműködést tudtunk kialakítani a médiával (újság, rádió és TV), valamint a helyi nyugdíjas klubokkal és iskolákkal. A programok megvalósítását pályázaton keresztül, pénzzel támogatta a szerb állam és programokkal és anyagilag is támogatta a KárpátHáló Magyarországon bejegyzett szervezet. A fiatalok bevonásában partner volt a szabadkai Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, a Magyararkanizsa Község Ifjúsági Irodája, valamint a horgosi Kárász Karolina Általános Iskola.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt csak részben tudtunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A CNESA által szervezett tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Az érdeklődés nagyságát tekintve még jó ideig lesz kereslet a jelzett célcsoportban. Amennyiben nem kapunk

pályázati támogatást, akkor résztvevői költségtérítés mellett is elképzelhető a képzések folytatása. A technika fejlődésével lépést követve előbb utóbb új elemekkel is bővíthet a program (okos TV, okos háztartás, e-ügyintézés stb.)

A tevékenység közösségi-, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az országot, illetve a régiót, település gazdasági viszonyait. A fiatalok bevonása kedvezően hat, mint az idősebb korosztályra, mint pedig a bevont fiatalokra. Közelebb kerül a két korosztály és hasonló segítő készség könnyebben kialakulhat az élet más területein is.

8. jó gyakorlat (melléklet)

Elégedettségmérő kérdőív idős és szépkorú hallgatóknak

Kérjük, tegyen x-t az elégedettségének mértékével megegyező cellába!

1. Mennyire elégedett az elvégzett képzés elméleti és gyakorlati részének oktatójával?

1	2	3	4
---	---	---	---

2. Ön szerint megfelelő volt-e az elméleti és gyakorlati rész aránya?

1	2	3	4
---	---	---	---

3. Mennyire felelt meg elvárásainak a képzés tananyaga?

1	2	3	4
---	---	---	---

4. Mennyire elégedett az elvégzett képzésen alkalmazott oktatási módszerekkel?

1	2	3	4
---	---	---	---

5. Mennyire elégedett a képző szervezet által biztosított infrastrukturális feltételekkel? (oktatástechnikai eszközök, gyakorlati képzés tárgyi feltételei, berendezés, fűtés, világítás, higiénia stb.)

1	2	3	4
---	---	---	---

6. Mennyire elégedett a képző szervezetnek a képzés megszervezésével összefüggő tevékenységével?

1	2	3	4
---	---	---	---

7. Mennyire felelt meg elvárásainak a képzés összességében?

1	2	3	4
---	---	---	---

8. Van-e olyan témakör, amit nem érintett a képzés?

1	2	3	4
---	---	---	---

9. Ajánlaná-e ismerősének a képzést?

1	2	3	4
---	---	---	---

10. Ha a képző szervezet megszervezné ennek a képzésnek a folytatását, kibővített tananyaggal, jelentkezne-e rá?

1	2	3	4
---	---	---	---

11. Mit gondol, milyen mértékben fogja tudni alkalmazni az elsajátított ismereteket?

1	2	3	4
---	---	---	---

12. Milyen volt az együttműködés a fiatal mentorral?

1	2	3	4
---	---	---	---

13. Egyéb megjegyzések:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Nagyon szépen köszönjük, hogy a kérdőív kitöltésével segíti munkánkat!

Dátum: _____

9. jó gyakorlat: Sorban állás nélkül a hivatalban

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Sorban állás nélkül a hivatalban**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): **Szépkorúak digitális készségeinek fejlesztése - „Sorban állás nélkül a hivatalban” - online ügyintézés laptopról és mobiltelefonról**

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

Korunk gyors léptekkel halad a teljes körű digitalizáció útján, ami kötelezővé teszi a felhasználói ismereteket minden korosztály számára. A szépkorúak zöme e téren hátrányos helyzetűnek számít, mivel nincsenek elterjedt képzési lehetőségek a szükséges kompetenciák megszerzésére. Egyre több hivatalos ügyintézés lehet, sőt ajánlott online intézni.

Közüzemi, önkormányzati, banki ügyek lebonyolítása online, elektronikus ügyfélkapuk által, ahova egyszeri regisztrációt követően pár gombnyomással megtehető, ezáltal **pénzt és időt spórolunk meg.**

Egyrészt a **pandémia okán**, másrészt a **viszonylagos mozgási nehézségek és a sorban állással járó fáradtság elkerülése** indokolja a modernizáció adta lehetőség kihasználását.

A jó gyakorlat leírása:

A jó gyakorlat célcsoportja: általában az idősödő, szépkorúnak is mondott korosztály

A gyakorlat célja: az idősödő generáció digitális kompetenciájának fejlesztése a hivatalos ügyintézés online kivitelezésére.

A megvalósuló konkrét program:

Tanterv és módszertani javaslatok kidolgozása, az időskorúak online ügyintézési kompetenciáinak fejlesztésére

Ajánlott tanterv az online ügyintézési alapismeretek elsajátítására – szépkorúak számára *

Sor sz.	Tematika	Összóraszám	Melyből	
			Elmélet	Gyakorlat
A	ONLINE ÜGYINTÉZÉS LAPTOPPAL	8	2	6
	Bevezető: az eddig tanultak átisméltése (Kommunikáció az internet segítségével)	4	1	3
	Saját felhasználói fiók létrehozása a szolgáltató platformhoz: (e-mail cím és jelszó)	1	-	1

	A jól felépített menü rendszer követése lépésről-lépésre, a megadott instrukciók segítségével	3	1	2
B	ÜGYINTÉZÉS OKOSTELEFONNAL			
1	Applikációk letöltése	4	1	3
2	Adó és illetékfizetés otthonról	10	1	9
	Online befizetések: <ul style="list-style-type: none"> - bankkártya adatok megadása <input type="checkbox"/> adók: ingatlan, jármű illeték kifizetése <input type="checkbox"/> személyi igazolvány cserére jelentkezés <input type="checkbox"/> más nevére is fizethetsz, ha neki nincs kártyája (szomszédasszony segítése pl.) 			
3	Online kitölthető nyomtatványok	2	.	2
4	Parkolási jegy vásárlása	1		1
5	Szolgáltatói számlakifizetések (villany, gáz, víz, szemét)	10	1	9
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Felhasználói fiók létrehozása <input type="checkbox"/> online szinkronizáció <input type="checkbox"/> a menü rendszer követése lépésről-lépésre, a megadott instrukciók segítségével <input type="checkbox"/> óraállás elküldése <input type="checkbox"/> a már kiállított számlák követése <input type="checkbox"/> fizetetlen számlák <input type="checkbox"/> a kiválasztott számla kifizetése 			
6	Adó és egyéb ügyek intézése:	10	1	9
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> gépjármű vagy ingatlan ügyintézés <input type="checkbox"/> Gépjármű vagy <input type="checkbox"/> Új ingatlan bejelentése <input type="checkbox"/> adóügyi igazolás lekérése <input type="checkbox"/> adóbevallás <input type="checkbox"/> adóigazolás kérése <input type="checkbox"/> gépjárműhöz kapcsolódó ügyek <input type="checkbox"/> Anyakönyvi ügyek intézése, születés, elhalálozás <input type="checkbox"/> Időpontfoglalás pl. személyi cseréhez... 			
7	Egészségbiztosítás, egészségügyi szolgáltatás	5	-	5
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> időpont foglaló <input type="checkbox"/> egészségügyi biztosítókártya cseréjéhez szükséges űrlapok letöltése, kitöltése, megküldése 			

<input type="checkbox"/>	javaslatok és panaszok			
	Összesen:	50	6	44

A résztvevők előképzettségétől és konkrét elvárásaitól függően módosítandó!

A: ONLINE ÜGYINTÉZÉS LAPTOPPAL

Tartalom:

- ismétlés –az eddig tanultak átismétlése (kommunikáció az internet segítségével)
- alapfunkciók ismétlése a táblagépen, az okos telefonon
- gépkezelési alapismeretek ismétlése
- az internet használata
- saját felhasználói fiók létrehozása a szolgáltató platformhoz (e-mail cím és jelszó)
- a jól felépített menürendszer követése lépésről lépésre, a megadott instrukciók segítségével

B: ÜGYINTÉZÉS OKOSTELEFONNAL

Tartalom:

Applikációk letöltése

Adó és illetékfizetés otthonról

Online befizetések:

- bankkártya adatok megadása
- adók: ingatlan, jármű illeték kifizetése
- személyi igazolvány cserére jelentkezés
- más nevére is fizethetsz, ha neki nincs kártyája (szomszédasszony segítése pl.)

Online kitölthető nyomtatványok

Parkolási jegy vásárlása

Fontosnak tartjuk az előzetes egyeztetést arról, valóban szüksége van-e a csoporttagoknak erre az online szolgáltatásra. Amennyiben igen, akkor javasoljuk egy parkolójegy vásárlás folyamatát kivetíteni, képernyőképekre bontva (mivel “élesben” ez nem releváns).

Szolgáltatói számlakifizetések (villany, gáz, víz, szemétdíj)

Felhasználói fiók létrehozása

- online szinkronizáció
- a menürendszer követése lépésről lépésre, a megadott instrukciók segítségével (óraállítás elküldése, a

már kiállított számlák követése, fizetetlen számlák, a kiválasztott számla kifizetése)

Adó és egyéb ügyek intézése:

- Gépjármű vagy ingatlan ügyintézés
- Gépjármű -, vagy
- Új ingatlan bejelentése
 - adóügyi igazolás lekérése
 - adóbevallás
 - adóigazolás kérése
 - gépjárműhöz kapcsolódó ügyek
 - anyakönyvi ügyek intézése, születés, elhalálozás
 - időpontfoglalás pl. személyi cseréhez...

Egészségbiztosítás, egészségügyi szolgáltatás

- időpont foglaló
- egészségügyi biztosítókártya cseréjéhez szükséges űrlapok letöltése, kitöltése, megküldése
- **javaslatok és panaszok**

Az applikációk letöltésénél fontos a fiatal mentorok segítségnyújtása: minden idős a saját okostelefonjára tölti le az applikációt, és gyakorolja a megnyitást, a belépést, a menü kezelést. Kérdés esetén a mellette ülő mentort tudja megkérdezni.

MÓDSZERTANI JAVASLATOK:

Népszerűsíteni kell és bátorítani a hallgatókat az online ügyintézés használatára. Tudatosítani, hogy nem is nehéz, és a már elérhető közüzemi, önkormányzati, banki ügyek online lebonyolításával pénzt és időt spórolunk meg. És biztonságos is!

Mindenekelőtt ismételni kell az előzőekben tanultakat, elsődlegesen a google fiók, az e-mail cím létrehozását és használatát.

Tudatosítsuk, hogy miért előnyös pl. az adó- és illetékfizetés otthonról. Az online befizetést, amelyet biztonságosan, számítógépről vagy okostelefonról 3 perc alatt elintézhető.

Ha csak egy illetéket akar fizetni (például személyi igazolvány cserére), akkor be sem kell jelentkezni!

Más nevére is fizethet, ha az illetőnek nincs kártyája, pl. a szomszéd segítése.

Az online kitölthető nyomtatványok elérhetőek – ehhez viszont mindenképpen e-mail fiók szükséges a kitöltött dokumentumok csatolásához, küldéséhez. Nem komplikált!

Elektronikus ügyfélkapu nyitásával, egyszeri regisztrációt követően pár gombnyomással kérhet adóigazolást, időpontfoglalást, online űrlapokat tölthet le/ki a továbbiakban is, bármikor.

Személyes szolgáltatásokhoz időpontot foglalhat!

A különböző szolgáltatók irányába történő számlakifizetések, számlák követése online fiók létrehozásával könnyedén intézhető.

Fel kell hívni a figyelmet:

A biztonságos adatvédelem fontosságára (személyes adatok, e-mail cím, jelszó generálása)

Mi az a fogyasztási pont kódszám? Hol található? / Mi az ügyfélszám kód?

Az e-mailre érkező regisztráció sikerét igazoló linkkel való belépés mikéntje.

Általában jóvá kell hagyni, hogy “nem vagy robot”!

Továbbá tudatosítjuk a saját felhasználói fiók használatát és előnyeit, és hogy ehhez e-mail cím és jelszó megadása szükséges. Minden következő alkalommal a belépéshez egyszerűen a jelszóval beléphet a fiókjába, és ott csak követni kell a jól felépített menürendszert, lépésről lépésre.

A felhasználói fiók létrehozásához a szolgáltató és felhasználó közötti online szinkronizáció akár 24 órába is telhet! Csak nyugi!

Ha megtörtént a belépés, az adott szolgáltatói platformon belül a menüpontokban lehetőség van

- óraállást elküldeni
- a már kiállított számlákat követni
- fizetetlen számlákat látni
- a kiválasztott számla kifizetését intézni

Fontos! - A bankkártya minél alaposabb megismerése és az bankkártya adatok tudatosítása! (16 számjegyű kód/, a név (ahogyan a kártyán szerepel), a lejárat dátum (hónap/év) és a kártya hátán található háromjegyű kód stb.).

A konkrét foglalkozások megtervezéséhez ajánljuk a következő fejléces terv használatát:

Fejezet/témakör	Téma	Módszer	Időtartam	Szemplétető	Megjegyzések
-----------------	------	---------	-----------	-------------	--------------

(célkitűzések)				eszközök	pl. ki az oktató, mi a fiatal mentorok dolga
-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-

Milyen rendszerességgel, illetve milyen időtartamban?

A megnyilvánuló igények figyelembevételével akár 4 -5 csoport is indulhat évenként 50 – 50 órás időtartammal.

Hatékonyság

Fontos az ismétlések menetének időtartama - ebben nagy segítség az oktatónak a fiatal mentorok jelenléte. Továbbá az egyes applikációk használatában is a mentorok közreműködése is gyorsítja a tanulási folyamatot.

A fenntarthatóság ismérvei

A fenntarthatóság legfontosabb ismérve a megelégedett résztvevők! Természetesen a géppark állandó karbantartása és fejlődéshez igazodó modernizálása szintén fontos elem, akárcsak az előadók állandó módszertani továbbképzése.

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

Az idősek, szépkorúak megtanulják az otthoni ügyintézés, tehát napi “hivatalos”, házon kívüli kötelezettségei csökkennek. Ezáltal az ezzel járó költségek (utazás) megszűnnek. A személyes ügyintézés hosszadalmas és fárasztó az idős korosztály számára, így a felszabaduló idő más, hasznos tevékenységre fordítható.

10. jó gyakorlat: „Álhír? Kösz nem!” a fake news – álhírek, nem kért tartalmak kezelése

Definiálás

Az "álhírek", fake news kifejezést a hírmédia, a közösségi média és az általános viták során is gyakran használják. Politikai kontextusban valamilyen "álhírnek" neveznek, hogy eltereljék a tisztviselők figyelmét, és segítsék a félretájékoztatás elterjedését. A rengeteg ingyenes online információ mellett könnyű elvonatkoztatni a világhálót szennyező hamis anyagoktól. Az egykor hivatalosnak tekintett hiteles forrásokat elárasztották a szándékosan alacsony minőségű, hamis információk megosztására és terjesztésére létrehozott online platformok.

A Massachusetts Institute of Technology (MIT) 2018-ban publikálta az álhírekről szóló eddigi legnagyobb kutatás eredményeit. Az álhírek gyorsabban és szélesebb körben terjednek, mint a valós információk. Míg az álhíreket ezer és százezer közötti felhasználó osztotta meg, addig a valós információ ritkán jutott el legalább ezer felhasználóhoz.

A félretájékoztatás olyan hamis vagy téves információk terjesztése, amelyeket nem feltétlenül azért hoztak létre, hogy kárt okozzanak Önnek.

A dezinformáció olyan információ, amelyet azért hoztak létre, hogy megtéveszsen, hazudjon vagy támogassa akár egy egyén, akár egy társadalmi/politikai csoport céljait. Ez olyan elfogult információ, mint az "agymosásra" használt propaganda. A félretájékoztatás és dezinformáció célja, hogy reakciót (érzelmi reakciót) váltson ki és cselekvést (tartalom megosztása) érjen el.

Könnyű gondolkodás nélkül félretájékoztatást terjeszteni, ha valami erős érzelmeket vált ki belőlünk.

Fontos és hasznos a kezdő kifejezés-magyarázat a szépkorúak számára, körültekintően, félelem előidézésének elkerülésével kell említeni a fals tartalmakról, hírekről.

Javasolt, hogy óra elején olvasson föl az oktató álhíreket, és kérdezze meg az időseket, mi a véleményük róluk. A válaszok orientálják az oktatót: ha nem veszik észre a fals tartalmat a hírek mögött, akkor éppen emiatt szükséges ez a jó gyakorlat. Ha észreveszik, akkor még többet kell tudni róla.

A hamis információk különböző típusai

- Kitalált hírek, álhírek
- Kattintásvadász cikkek,
- Politikailag elfogult tartalmak,
- Áltudományos cikkek,
- Konteós cikkek,
- Szatirikus anyagok.

Álhírek

Hazug vagy koholt információk/hírek, amelyek nem ellenőrizhetők forrásokkal, tényekkel vagy idézetekkel. Ide tartoznak a következők: hoaxok (beugratás, megtévesztés) összeesküvés-elméletek, hamis weboldalak, legitim weboldalaknak álcázott clickbait oldalak (szenzációhajhász, kattintásvadász), mémek, hivatalos csatornáknak álcázott Youtube-csatornák és "zombi-állítások" (manipulált vagy szerkesztett, valóságosnak tűnő fotók vagy posztok, amelyek folyamatosan felbukkannak a közösségi médiában).

Így ismerhető fel:

- többsoros, érzelmekre, pénztárcára ható címek,
- a cikk alján – szintén az érzelmeinkre apellálva – megosztásra buzdítanak,
- a hírt közlő oldal neve/URL-je gyakran egy valós újság, tévé vagy műsor nevére *hasonlít*, de nem .hu-s vagy .ro-s domain végződése van, hanem például .me, .info vagy .club/természetesen nem minden nem .hu-s domain név álhír oldal/,
- a forrás hiányzik, vagy a cikk épp egy másik álhír oldalra hivatkozik,
- az egyik népszerű átverési mód során a cikkben egy videót kell elindítani, a felvétel azonban – még ha az elindításához szükséges kérdőívet ki is töltjük – nem ad választ a felvetett kérdésre,
- célcsoportjai elsősorban az idősebb netezők, ezért az őket leginkább érdeklő témák dominálnak (például nyugdíj, időskori betegségek kivédése, nyeresemények ígérete stb.).

Kattintásvadász cikkek

Szenzációvadász anyagok túlhúzott, félrevezető címekkel, újrafelmelegített témákkal, közösségi oldali posztok ellenőrizetlen feldolgozásával.

Így ismerhető fel:

- hosszú, figyelemfelkeltő cím, amelyet a cikk tartalma nem mindig támaszt alá,
- megosztásra buzdító szöveg a cikk végén,
- a forrás egy "olvasói levél" vagy egy közösségi oldali bejegyzés, minden további utánajárás nélkül,
- a közlő oldal egészét tekintve nagyon vegyes tematika, a receptektől kezdve a baleseteken, híres emberekkel kapcsolatos sztorikon át a nosztalgikus események/használati tárgyak felidézéséig.

Politikailag elfogult cikkek

A saját politikai nézőpontok terjesztése érdekében egyoldalúan közreadott tartalmak. Célja a befogadó értékrendjének, világképének és magatartásának befolyásolása, formálása.

Így ismerhető fel:

- A szerző csak a saját álláspontját megerősítő információkat használja fel, az annak ellentmondókat, az eredeti mondanivalót árnyaló tényeket, kontextust elhallgatja.
- Az elfogultság már a címadásban felbukkan, a szöveget pedig szenvedélyes és manipulatív nyelvhasználat, illetve állandó, értékítéleten alapuló jelzők jellemzik (például "szemkilövető", "népnyúzó"),

- A szerző a másként gondolkodókat ellenségként, saját csoportját pedig pozitívan, esetleg áldozatként mutatja be.

Áltudományos cikkek

Tudományosan megkérdőjelezhető nézeteket terjesztő cikkek.

Így ismerhető fel:

- szakszerűen hivatkozott kutatások helyett bizonytalan, esetenként idejétmúlt forrásokra, anekdotikus történetekre támaszkodik (“nagyanyáink is így gyógyították magukat”; “Amerikában kifejlesztették”, “örökre elfelejtheted a fájdalmaidat” stb.),
- egyszerű megoldásokat kínál komplex problémákra (“a citrom mindennél jobban gyógyítja a rákot”),
- kulcsszavai a modern orvoslással való szembenállást fejezik ki: “hagyományos”, “ősi”, “természetes”, “elhallgatott”, “betiltott”, “titkos”, “alternatív” stb.
- a tartalom nem támasztja alá a bombasztikus címet (további tippek az áltudományos anyagok felismeréséhez ebben az infografikában).

Konteós cikkek

Komplex kérdésekre egyszerű megoldást kínáló teóriák, amelyek általában valamiféle információs hiányt töltenek be. Jellemzői a titkos csoportok ártó cselszövésének feltételezése, a bűnbakképzés.

Így ismerhető fel:

- feltáratlan események mögé valamiféle titkos összeesküvést vizionál,
- a bizonyítható tények és véletlen párhuzamok figyelmen kívül hagyása,
- súlyos egyszerűsítések és általánosítások,
- minden összefügg mindennel, a legapróbb események is felfűzhetők ugyanarra az elméletre.

Szatirikus anyagok

Közéleti kérdésekre a gúny eszközeivel reagáló cikkek, amelyek célja egyszerre lehet a figyelemfelhívás és a szórakoztatás. Saját környezetében általában nem okoz problémát a felismerése, de ha például egy Facebook hírfolyamban bukkan fel – ahol a felhasználó csak a címet látja –, meglepészhetheti az oldal profilját nem ismerő olvasót.

Így ismerhető fel:

- Fejlécben vagy impresszumban satirikus jellegre utaló megjegyzések, szlogenek (például: “Álhírportál. Alapítva 1351.”),
- végletekig túlhúzott, abszurd részletek.

Releváns kérdés: honnan tudom, hogy melyik információ valós?

Mindig ellenőrizze a megtekintett tartalom forrását vagy "szerzőjét".

Megbízható és jó hírű forrás: mélyreható, bizonyítékokon alapuló, hiteles információkat szolgáltat, elfogulatlan és kiegyensúlyozott megközelítést kínál, jól ismert, és idővel megbízható hírnevet szerzett magának

Példák a megbízható forrásokra:

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- a bevett média - nyomtatott/digitális hírek, magazinok vagy televízió, szakértői véleményezett cikkek vagy "tudományos folyóiratok" (szakértő által írt és szakértők egy csoportja által felülvizsgált cikkek), kormányzati vagy közfinanszírozott szervezetek jelentései, adatlapok vagy multimédiás anyagok. Tudományos kutatási dokumentumok és adatbázisok, könyvek és könyvtárak.
- a megbízható szervezetek elkötelezett munkatársakból álló csapatokat fizetnek a tények kutatásáért, vizsgálatáért és hitelesítéséért, hogy biztosítsák a közzétett információk jogszerűségét és igazságtartalmát.
- a téves információk terjesztésének kerülése
- a tények ellenőrzése megosztás előtt
- az értékelési készségek gyakorlása és fejlesztése, pl. feltenni a kérdést magunknak:

Miért hozták létre ezt az információt, és mi a célja?

- Nem csak azt nézni, hogy mit mond magáról egy weboldal, internetes keresés által utána nézni, hogy mások mit mondanak róluk, ez segít megállapítani az információ pontosságát.
- megnézi egy, az oldal "Rólunk" menüpontját a kiadványra vonatkozó információkért. Lehet, hogy gyanús részleteket veszünk észre, ezeket az adatokat ajánlott összehasonlítani jó hírforrásokkal.

Javasolt megkeresni a következőket:

- -Ki a szerző, és honnan származik az elem?
- -Pontosság - a pontos és hibáktól mentes információk megbízhatóbbnak tekinthetők. A túl sok helyesírási hibát tartalmazó szöveg nem tűnnek szakszerűnek. Esetleg vannak-e hivatkozások más forrásokra, amelyek alátámasztják a forrás állításait?
- -Objektivitás - ellenőrizni, hogy az információ a lehető legkevesebb előítéletet, személyes elfogultságot tükrözi-e. Véleményről van szó, vagy el akarnak adni valamit?
- -Időszerűség - mikor jelent meg először az információ? Naprakész-e a tartalom, vagy a weboldal rendszeresen frissül, vagy valami régi, új információnak látszónak álcázott dologról van szó?
- Wikipédia-kereséssel bármilyen témában információt lehet gyűjteni, általában jó kiindulópont

Fontos információ: ha bizonytalan, ne nyissa meg!

Innovatív aspektus:

A fiatal mentorok bevonása rendkívül lényeges ebben a szerteágazó, az idősektől aránylag távoli(nak tűnő) témában. Fontos ennél a témakörnél a személyes segítségnyújtás, a saját mobiltelefonon való ismerkedés.. A fiatalokkal együtt keresnek Facebook hírfolyamukban kéretlen tartalmakat, álhíreket. A mentorok meg tudják mutatni, hogyan kell kezelni ezeket (pl. hangsúlyozni, hogy sosem kattintunk gyanús forrású linkre, nem adunk meg személyes adatokat indokolatlanul, nem továbbítunk még ismerősöknek sem számunkra ismeretlen eredetű és tartalmú információkat).

A fiatal mentorok akár meg is mutathatnak egy kapott kéretlen tartalmat vagy álhírt, és elmagyarázhatják, hogy ők hogyan kezelték ezeket. Minél többféle megközelítést, példát látnak az idősek, annál világosabbá válik számukra maga a téma, és az eredendő félelmük is eloszlik feltehetőleg.

11. jó gyakorlat: Okostelefont használók baráti köre

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Okostelefont használók baráti köre**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): A tudásgyarapítás folyamatának innovatív módszere, mely nem alkalmaz csoporton kívüli segítséget

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

Nem minden alkalommal és nem minden településen lehetséges a fiatalok segítségének igénybevétele az időskorúak informatikai képzésébe. Ennek lehetséges okai a települések lakosság összetételének alakulása, a fiatalok más településen történő iskoláztatása, mely okok miatt a képzés lebonyolításába nehezen, vagy egyáltalán nem lehetséges a fiatakorúak bevonása. Ám a képzésben résztvevők eltérő ismeretszintje és agilitása alkalmat adhat az előadó munkájának könnyítésére.

A jó gyakorlat leírása:

Az időskorúak okostelefonos képzésének szervezése során merült fel első alkalommal, hogy az eltérő telefonos háttér (szinte minden hallgatónak más volt az okostelefonja, más gyártó, más típus) rendkívül megnehezítette az előadó munkáját. A legfőbb hátráltató tényező az volt, hogy a készülékgyártók a készülékekre nem telepítettek azonos rendszereket. A képzésen nem lehetett azonos, mindenki által felismerhető bemutatót tartani, mert a különböző rendszereken használt ikonok és elnevezések külön-külön kitérőket kívántak. A Covid 19 járvány elleni intézkedések miatt pedig az zárt helyiségben tartózkodók száma 10 főben volt korlátozva, így *nem lehetett fiatal mentorokat sem bevonni a képzésbe.*

A probléma áthidalására az előadónak több időt kellett volna a külön személyes magyarázatra fordítani, ami miatt a csoport többi tagjai tétlenül maradtak volna. Ekkor alakult ki a felismerés és utána a gyakorlat is, hogy *a több tapasztalattal rendelkező csoporttagok besegíthetnek a lemaradók felzárkóztatásába.*

Az ilyen kísérleti képzést nem is lehetett képzésnek nevezni, inkább az “okostelefont használók baráti köre” elnevezést kapta, hiszen a baráti légkör biztosította a megfelelő ütemű haladást. Azok az idősek, akik már rendelkeztek némi ismerettel, örömmel adták tovább a tudást a botladozó társaiknak, és ez elégedettségüket fokozta, míg az ily módon segítséget kapók közvetlenebbül tudták társaik elé tárnai kérdéseiket. A tudásátadás nem csak az oktatótól a hallgatóig folyt, hanem a hallgatók is átadták tapasztalataikat egymásnak. A foglalkozások csoportokban folytak, mely csoportok nem voltak állandók, hanem a lehetőségek szerint alakultak. Az így kialakult légkör eredményezte a megfelelő ütemű haladást. A kitűzött tanmenet szerint az egyik cél volt a **közös Facebook csoport** megalakítása. A régi és új ismeretségek hamarosan a hálózaton is gyümölcsözően folytatódtak, és a lelkes csapat a hallgatóságon kívülről is toborzott újabb tagokat. Így lett a

9 hallgatót számláló csoportból mára 61 tagból álló közösség. Természetesen azóta már kibővült tartalommal a csoportot érdeklő és őket érintő hasznos információkkal. A megosztható tartalmak végtelen számúak, de láthatóan többnyire a célcsoport életkorához, érdeklődési köréhez illeszkednek.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

A szépkorúak oktatása oly módon, hogy egymást segítik a felzárkózásban, az új ismereteket befogadásában. Facebook csoportjukban állandó a “mozgás”, a kapcsolattartás, az információcsere.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek?

Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

Az oktató munkáját jelentős mértékben könnyíti az idős hallgatók egymást segítése. Általában minden csoportban akad egy-egy olyan idős, aki kevésbé bizonytalanul használja a digitális eszközöket. Többnyire bevállalós, magabiztos is az ilyen személy, így az oktató támogatója lesz a képzésen. Az idősek egymással való külön kontaktusa időhatékony is a tapasztalatok szerint. Jó megoldás tehát arra az időszakra, amikor nem tudunk fiatal mentorokat bevonni.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt csak részben tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

12. jó gyakorlat: OkosTV, -hűtőszekrény, -porszívó, -óra, gondosóra

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **OkosTV, -hűtőszekrény, -porszívó, -óra, gondosóra**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): A képzésbe bevont fiatalok, és a segítségnyújtásban részesült idősök tapasztalatainak összegzése

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

A tudomány és a technológia fejlődésével egyre több eszközbe építenek bele olyan IT elemeket, melyek az eszközök alkalmazásának könnyítését, azok energiatakarékosságát, környezettudatos alkalmazását teszik fejlettebbé. Ezek az eszközök az élet minden területén megtalálhatók. A munka, a tanulás, az egészségügy, a közlekedés, a hivatali ügyintézés és az otthonunk csak egy-egy területe az okoseszközök alkalmazásának. Ezen új eszközök megjelenése nem egyszerre jelentkezett, és fejlődésük töretlenül napjainkban is tart. Céljuk az életkörülmények könnyítése és a környezettudatos hasznosítás. Az új technológiákat leginkább a fiatalok és az aktív munkaviszonyban lévő lakosság tudja legkönnyebben átvenni. A szépkorúak, kiknek talán a legnagyobb segítséget nyújthatnák ezek az eszközök, ezen a területen is támogatásra szorulnak, és fontosnak tartjuk az ezekről való tájékoztatást, ismeretek átadását. Az eddigi jó gyakorlatokban már tárgyaltuk az okostelefon használatának oktatását, az eszköz kezelésének előnyeinek bemutatását. Az okostelefon az első okoseszköz a kezünkben, mely alkalmazásának alapvető ismerete képezi a további okoseszközök kezelésének alapját. A foglalkozások során a környezetünkben fellelhető okos (SMART) alkalmazások bemutatása nem csak a puszta lehetőségekre való felhívás, hanem a program fenntarthatóságát is növeli.

A jó gyakorlat leírása:

A Bluetooth és WiFi csatlakozási lehetőségeket tárgyalva mindig kitérünk a telefon csatlakoztatási lehetőségeinek bemutatására különböző „külső eszközökhöz” (a vezeték nélküli fejhallgató, a Bluetooth-os hangszórók). Ettől már csak egy lépés a telefon és az autó összekapcsolhatósági lehetőségének megemlézése, hiszen a legtöbb ma használatos autó rendelkezik ezzel a közlekedésbiztonságot növelő lehetőséggel. E hasznos példából kiindulva érdekes felfedezés veszi kezdetét, hiszen felsorolni is nehéz az összes alkalmazási lehetőséget. A hallgatók szinte versengve sorolják azokat az alkalmazási területeket, melyekről már ők is hallottak, de belegondolni sem mertek azok használatába. Pedig mint közösen megtárgyaljuk, elismertem sok gondot vesznek le az emberek válláról. Könnyebbé, biztonságosabbá teszik életünket, több szabadidőt hagyva, melyet az élet más területein (pl. személyes kapcsolatok ápolása) hasznosíthatunk. A felsorolások általában kiterjednek a következő területekre:

Okoseszközök az otthonokban:

- világítás
- árnyékolás/redőny
- ablak
- garázskapu/kertkapu
- hűtés/fűtés/melegvíz szolgáltatás
- medence/jacuzzi
- porszívó
- dugalj
- szenzor
- riasztó
- kamera
- kaputelefon
- média (TV, médialejátszó)
- háztartási eszközök (hűtőgép, mosógép, mikrohullámú sütő) – ezek összekapcsolásának nehézségei a különböző gyártók által alkalmazott rendszerek miatt (Samsung – SmartThings)

A felsoroltak közül kiemelkedik egy eszköz, a **gondosóra**,

melynek alkalmazására egy rendszer jött létre (Magyarországon). Az életet is mentő rendszer abban különbözik a többi felsorolt okoseszköztől, hogy nem különálló okos megoldás, hanem egy működő rendszert is felölel. Ez a „rendszer” hiányzik leginkább a többi okoseszköz alkalmazásának egységes vezérléséhez.

A lehetőségek bemutatása mellett szólni kell a kiberbiztonságról is, melynek helyes alkalmazása eloszthatja a félelmeket az „okosvilág”-tól. A témához kapcsolódóan megemlítendő a TRANSZHUMANIZMUS – az ember és gépek kapcsolata – egyre jobban támaszkodunk a gépekre – egyre nagyobb függőség alakul ki a gépektől, mely nem csak pozitív hatással vannak az életünkre.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

A közreműködő segítő fiatalok három korcsoportja: 12-15, 16-19, 20-24 életév

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Milyen konkrét tevékenység, program valósul meg a gyakorlat keretében?

A szépkorúak oktatása fiatal közreműködő mentorok részvételével.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek

Elérte-e a kezdeti célokat?

Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

Az okoseszközök megismerése és használata az idősek, szépkorúak életét talán még inkább megkönnyíti, mint a fiatalabbakét. Érdemes tehát a tudás átadása, a gyakorlati alkalmazás megtanítása. Különös tekintettel a gondosórára, mely akár életet is menthet.

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt csak részben tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A szervezett tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Az okoseszközök használatának megtanítása, a tanmenetben való szerepeltetése vonzó tényező lehet a tanfolyam elindításakor. Ezért várhatóan több jelentkezőre számíthatunk, mint az okoseszközök témakörét kihagyó képzéseknél.

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az ország, illetve a régió, település gazdasági viszonyait. A létbiztonság nőhet a biztonsági berendezések használatával, különösen a gondosóra elterjedésével.

13. jó gyakorlat: „A kenyér is házhoz jön!” Rendelés, vásárlás a neten

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **A kenyér is házhoz jön! Rendelés, vásárlás a neten**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): **Szépkorúak digitális készségeinek fejlesztése –**

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani:

Korunk gyors léptekkel halad a teljes körű digitalizáció útján, ami kötelezővé teszi a felhasználói ismereteket minden korosztály számára. A szépkorúak zöme e téren hátrányos helyzetűnek számít, mivel nincsenek elterjedt képzési lehetőségek a szükséges kompetenciák megszerzésére.

Egyre több hivatalos ügyintézés, megrendelést, foglalást, vásárlást lehet, sőt ajánlott online intézni. A covid járvány még inkább indokoltá tette ezt.

Az idősök és szépkorúak egyre nagyobb igénye mutatkozik, hogy bekapcsolódhassanak az e-kereskedelembé, ami által bővül a lehetőségük az önellátás területén. Eme korosztály érzékenyítése az online vásárlást illetően: legyenek bátrak és nyitottak, hiszen előttük a nagyvilág, bármit beszerezhetnek bárhonnét a saját otthonukban maradva.

Összességében tudatosítani kell, hogy *az online vásárlás kényelmes, számtalan lehetőség közül választhatnak, gyakorta olcsóbban juthatnak hozzá a kedvenc termékeikhez, mint a boltokban, ugyanakkor, mint minden az interneten, ez is körültekintést igényel.*

A JÓ GYAKORLAT VÁZLATA:

Bevezető:

- Ismétlés –az eddig tanultak átismétlése (kommunikáció az internet segítségével)
- alapfunkciók ismétlése a táblagépen, az okostelefonon
- világháló használata, böngésző programok, eszközeink és adataink védelme
- saját felhasználói fiók létrehozása a szolgáltató platformhoz: (e-mail cím és jelszó)
- a jól felépített menü rendszer követése lépésről lépésre, a megadott instrukciók segítségével egy adott honlapon
- közösségi oldalak

A fiatal mentorok segítséget nyújtanak az ismétlésben, az idős, szépkorú saját okostelefonjára figyelve.

Tartalom:

Online vásárlás, rendelés-beszerzés az interneten:

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- a személyes és az online vásárlás egyes lépéseinek összehasonlítása azok kedvéért, akik még sosem próbáltak webboltból rendelni (ezzel az egyszerű szemléltetéssel a webes vásárlás minden pontja érthetővé válhat, pl. kosarat veszünk el a boltban - virtuális kosarat használunk a webboltban is) - *ezt megmutathatja az idősnek a fiatal mentor egyelőre még csak a saját telefonján, egy vásárlást elindítva*
- tájékozódás, böngészés online felületen kínálatról, árakról termékcsoportok szerint/pl. Árukereső, Árgép/ - *a mentorral megnyitják a böngészőt, megkeresik és megnyitják az árgépet, és tájékozódnak a felületen*
- webáruház címének felvétele a Kedvencekbe - *az idős elvégzi feladatot, a mentor ellenőrzi azt*
- EU-n belüli és kívüli vásárlások /vám, szállítási költség/
- hangsúlyozni szükséges, hogy Nagy-Britannia már nem uniós tagállam, tehát érdemes ezt a tényt észben tartani a termék kiválasztásakor
- azon weboldalak bemutatása, amely különböző online boltok árainak összehasonlításában segíthet, online piactér
- kommentek követése kiszolgálással, termék-minőséggel kapcsolatban
- mire érdemes figyelniük?
- minél több oldalon a menükre, kínálati paletták leosztására –

fiatalok bevonása konkrét szűrésre, saját eszközökön végigmenni apró lépésekkel egy rendelési folyamaton, akár többször is megismételve

Helyek, ahonnan rendelhetünk, vásárolhatunk:

- lista közös készítése termékcsoportok elérési helyeiről- mentorok saját ajánlásait elmondják, saját tapasztalataik alapján
- célcsoport lakhelyétől függő bevásárló szolgálatok:
- - belföldi és külföldi megbízható webshopok, világméretű vagy országos online piacterek, márka szakáruházak
- alapélelmiszerek, napi menü, pl. KFC, Tesco, Metro,
- cipő,-ruházat, pl. Ebay, Amazon, AliExpress, Deichmann, CCC
- háztartási alapeszközök, gépek, cserealkatrészek: eMag, Altex, Media Markt, Extreme Digital, Dedeman, Diego
- gyógyszerek, vitaminok: pl. DM, Rossmann,
- ajándékok, hobby kellékek, rövidáru, pl. Bookline, Tchibo, Kik, Top Shop.....
- kozmetikai cikkek, tisztító szerek: DM, Notino...
- közösségi oldalak nyújtotta beszerzési lehetőségek, akár használt termékek eladása-vásárlása pl. Marketplace, helyi termelők piaca, bolhapiac stb.
- mozgóboltok, alapélelmiszerek házhoz rendelése
- napi menü rendelés helyi kiszolgáló egységektől
- catering szolgáltatások családi eseményekre
- szálláshelyek keresése, foglalása, pl. Booking, Travelminit, Trivago
- virágküldés szolgálatok

Kockázati tényezők, veszélyek:

- Fb.-on hirdetett áruházak nem minden esetben hitelesek/reklámok csapdája/
- ajánlott figyelni a gyanús jellemzőkre, mint pl.: gyorsan-olcsón, helytelen vagy hiányos magyar nyelvhasználat, címsor ellenőrzése
- vásárlói kommentek, vélemények követése vásárlás előtt
- személyes adatok, melyeket sosem adunk meg: kártyaszám, személyi igazolvány száma, PIN kódok, jelszavainkat
- változatos jelszavak használata különböző oldalakon /születési évek, postacímek, gyerekek, unokák neveinek megadása kerülendő/
- jelszavak időszakonkénti frissítése
- ajánlott az utánvétes fizetés kiválasztása

Fiatal mentorok segítenek jelszó megadásában, jelszó frissítésének menetében.

Vásárlás folyamata:

- regisztráció - amennyiben szükséges, annak menetének megbeszélése, egy példa bemutatása - *fiatalok bevonása*
- termék,- termékek kiválasztása, kosárba gyűjtése
- fizetési módok/utánvétes vagy bankkártyás/ - a bankkártyás fizetés fajtái: a webáruházban, a futárnál, a postán – s ezek előnyei, akár hátrányai
- megrendelés véglegesítése, visszavonása, törlése
- e-mailes, telefonos ügyfélszolgálat, mint visszaigazolás a vásárlás biztonságát illetően
- kiszállítás, csomagátvétel – csomagpontok kiválasztása, az átvétel menete; a futárszolgálat információi (van-e előzetes telefonos és/vagy e-mailes értesítés, van-e kártyás fizetési lehetőség stb.) átvételi pontok, easy box- *fiatalok tapasztalatainak beemelése*
- termék visszaküldés,-csere lehetőségei
- csomagküldő szolgálatok használata küldőként is
- virtuális kártyával és a PayPal-on keresztül történő fizetés lehetőségeinek ismertetése

MÓDSZERTANI JAVASLATOK:

Először is a csoportalkotás, kérdőívezés (a már kidolgozott jó gyakorlatok alkalmazása).

Ismételni kell a korábban tanultakat: Google fiók, az e-levélcím létrehozása és használata, online bankolás, kártyás kifizetés. *Fontos szempont a gyakorlati megközelítés: az órán a webes vásárlás lépéseinek szemléltetése, bemutatása „éles” regisztrációval, képernyőképekkel, videóval.*

Fel kell hívni a figyelmet a biztonságos adat- és eszközvédelem fontosságára, a virtuális kártyával és a PayPal-on keresztül történő fizetésekre, mivel ezek biztonságosabbak.

A különféle eszközökön, hogyan győződjenek meg a kártevőmentességről, miket használjanak.

INNOVATÍV aspektusok: Helyi szervezetek bevonása a tervezésbe és a kivitelezésbe, valamint a *fiatal mentorok bevonása a gyakorlati részeknél, a saját eszközön való navigálásnál.*

14. jó gyakorlat: Egy próba margójára

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: **Egy próba margójára**

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): Szépkorúak informatikai képzése, marketing

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

Felnőttképzési projektek megszokott menete szerinti programokat szeretnénk érdekesebbé, élménydúsabbá, emlékezetesebbé tenni. A képzés meghirdetése, jelentkezések begyűjtése, összegzése, a képzés lebonyolítása, majd a képzés zárása utáni elválás, mint rutin sor, talán nem elég vonzó, hogy az embereket megmozgassa. Kell valami, ami oldottabbá tudja tenni a képzési programot. Több szépkorú ember nehezen áll rá, hogy újra iskolapadba üljön. A régi emlékek, a tudásvisszakérések szorongással járó félelmei mind olyan tényezők, melyeket enyhíteni kell.

A „legjobb reklám az elégedett vevő” elv mentén, olyan elemekkel szeretnénk bővíteni a képzéseket, amelyek a program elfogadottságához vezetnek.

A jó gyakorlat leírása:

Intézményünk egy nyertes pályázatnak köszönhetően olyan ingyenes informatikai tanfolyamot tudott szervezni szépkorúaknak, melyben helyet kaptak olyan elemek is, melyek nem közvetlen a képzés és tudásátadás céljait szolgálták. Egyrészt létezett a támogatói elvárás, mely szerint olyan arculati elemekkel kellett felruházni a programot, melyek hirdették a programot, annak célját és a támogató kilétét. Erre adott válaszként készült, plakát, szórólap, roll-up, reklámfeliratos toll, jegyzetömb és feliratos póló. Az arculati elemeket külön ehhez a programhoz terveztük, és a támogató előzetes jóváhagyásával, egységesen lettek alkalmazva minden elemen. A plakátok és szórólapok a program meghirdetésében tettek jó szolgálatot, majd a képzés helyszínén kihelyezett roll-up, a képzés kezdetén kiosztott jegyzetömb és tollak okoztak kellemes meglepetést az érkező hallgatóknak. Mi magunk is meglepődtünk, mennyire oldotta a kezdeti feszültséget ez a kis figyelmesség.

Még nagyobb volt a meglepetés amikor a viselt pólók méreteiről kértünk információt, hiszen a program céljaira készített pólókat méret szerint rendeltük meg. Az örömet csak tetézte a kész pólók átadása. A következő órákra már abban érkeztek a hallgatóink, és büszkén hirdették a feliratukkal, hogy ők már „digitális nagyk”. Amellett, hogy a pólók viselése (mely természetesen nem korlátozódott csak a képzés helyszínére és idejére) örömet okozott a viselőinek, hirdette az együvé tartozást és természetesen a programot is. Elmondhatjuk, hogy ezek a kis ajándékok sokat lendítettek a képzés körüli fenntartások, félelmek szerte foszlatásában. Elértük, hogy a hallgatóink oldottabb lelki állapotba kerüljenek és felszabadultabban jobb haladási eredményeket érjenek el.

Természetesen ezekkel az elemekkel nem merítettük ki a lehetőségek tárházát. Amennyiben sikerül megfelelő támogatót szerezni, akkor a fent leírtakon kívül még alkalmazhatunk további elemeket, mint:

- papírlap, melyet minden résztvevő aláír, -a képzés zárásával sokszorosításra kerül
- közös fotó, melyet mindenki továbbíthat, vagy a nyomtatott változatot akár be is keretezheti
- jelvény
- érintős végű (kapacitív) toll
- kitűző
- matrica
- ajándék matrica lájkolásért cserébe
- szemüvegtörlő kendő
- kis kéztörlő kendő
- konyharuha
- csésze, bögre, kulacs
- hűtőmágnes
- kulcstartó, világító kulcstartó
- pendrive
- naptár
- fém szívószál
- baseball sapka
- vászontáska
- esernyő

Mindez a lehetséges szponzorok lehetőségeit, a célcsoport érdeklődési köreit és a program céljait figyelembe véve. Mindezek természetesen a fiatal segítő mentorok számára is rendelkezésre állnának.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

A közreműködő segítő fiatalok három korcsoportja: 12-15, 16-19, 20-24 életév

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek

Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

A képzés elején kiosztott, feliratos pólók vagy tárgyak a kezdeti szorongást, az ismeretlentől való félelmet oldják. Erősítik az együvé tartozást. A képzés emléke tovább él, a továbbajánlás száma is emelkedhet az elején és a végén átadott tárgyak nyomán (marketing).

Egyedi elemek

A pandémia alatt sikerült először megvalósítani egy okostelefonos képzést, melyre egyre nagyobb igény jelentkezik. A program jó sajtóvisszhangja nagy érdeklődést keltett, melyet egyelőre a korlátozások miatt csak részben tudunk kielégíteni.

Nyilvánosság biztosítása

A szervezett tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

A jó gyakorlat hozzásegíti a képzőket a következő tanfolyam megszervezéséhez elsősorban a továbbajánlások alapján. A felkészült oktató, a segítő fiatal mentorok és a részletes, kiváló tananyag mellett a marketing eszközök is hozzájárulhatnak a kötődés és az elismerő vélemény kialakulásához.

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az ország, illetve a régió, település gazdasági viszonyait. A fiatalok bevonása kedvezően hat, mint az idősebb korosztályra, mint pedig a bevont fiatalokra. Közelebb kerül a két korosztály és hasonló segítő készség könnyebben kialakulhat az élet más területein is.

15. Jó gyakorlat: Közösségi oldalak vs. szomszédolás? avagy Digitálisan nem lehet koccintani!

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: Közösségi oldalak vs. szomszédolás? avagy digitálisan nem lehet koccintani!

A gyakorlat leírása

A jó gyakorlat téma/szakterülete(i): Szépkorúak informatikai képzése (védelem a “túladaogolás” ellen)

A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani

Az informatikai eszközök használatának vannak kétségkívül hasznos eredményei, különben nem is használnánk a mindennapi életünkben. De! A jóból is megárt a sok!

Idővel megerősödhetnek olyan tapasztalatok, hogy az információs technológia által nyújtott szolgáltatások, információk jók. A jóra pedig könnyű rászokni. Már nem lapozunk lexikonokat, nem veszünk lemezeket, nem nézünk ki az ablakon, hogy megállapítsuk, milyen az idő, hanem megnyitjuk az interneten az érdeklődésünknek megfelelő céloldalt, és onnan tájékozódunk - ha kell, ha nem. Ezáltal folyamatosan szűkülhet a közösségi létünk. Ha nem járunk el könyvtárakba, ha nem találkozunk személyesen barátainkkal sem, nemhogy idegenekkel, elhalhatnak az emberi kapcsolatok, és helyette a szobában ülve tengethetjük életünket. Persze van, amikor minden eddigi felsorolt előnyét indokoltan használjuk az információs technológia nyújtotta rendszereknek, de az indokolatlan géphasználat elvesz, és nem hozzáad az életminőségünkhöz.

A kutatások szerint egyre jobb egészségnek örvendenek a szépkorú embertársaink. Ha ez valóban így van, akkor miért nem járnak el egymáshoz beszélgetni a facebookolás helyett? Mindez pedig értelmezhető a fiatal segítők korosztályára is!

A jó gyakorlat leírása:

A tanfolyam során az újonnan szerzett tudás előnyei mellett a lehetséges függőség veszélyeire is fel kell hívni a hallgatók és segítők figyelmét. Maga a képzés formája is jól szemlélteti a közösségi élet előnyit, hogy hogyan és miként tudjuk egymást az ismeretszerzés folyamatában segíteni.

A képzés alkalmával az előadó adhat olyan feladatokat, amelyekben a hallgatókat arra ösztönözheti, hogy a természetben járva különböző megjelölt pontokon készítsen fotókat és ossza meg a többiekkel, az előadóval. Testmozgásos csoportos feladat lehet a Google Térkép idővonalának bemutatása (pl. a közös Fb. csoportban), és esetleg megadott útvonalak bejárása. Tapasztalataink szerint, a tanfolyam előrehaladtával valóban kialakulhatnak új barátságok, melyek a mindennapi életben is folytatódnak. A csoport nem ritkán folytatja a képzésen töltött együttlétet egy kávézóban vagy cukrászdában. A képzés zárásaként meg lehetne szervezni egy közös szabadtéri pikniket is hallgatók, az oktató és a fiatal mentorok részvételével. Segíthet a rossz szokások kialakulásával szemben, ha a tanfolyam végén lehetőséget adunk arra, hogy a résztvevők személyesen nyilatkozzanak, hogy a megszerzett tudást hogyan fogják az életükben hasznosítani, de arról is, hogy milyen új kapcsolatokra tettek szert.

Figyelmet kell fordítani az előadások során arra, hogy hangsúlyozzuk a személyes kapcsolatok előnyeit – *nem lehet digitálisan koccintani, csevegés közben nem láthatjuk a másik fél teljes alakját, nem figyelhetünk fel és nem reagálhatunk olyan részletekre, melyeket a személyes találkozáskor bizonyára észrevennénk.* Ezzel szemben a bezártság a társadalomtól való elidegenedés s a depresszió melegágya. Ha elhagyjuk a sétákat és több időt töltünk ülve, az fokozatosan rontja az egészségünket.

Ezeket a meglátásokat jó, ha hallják a fiatal segítők is, hiszen a fiatal korosztály sem mentes az informatikai eszközök túlzott használatától. Az ő esetükben hatványozottan fontos, hogy egészségüket, erőnlétüket minél tovább meg tudják őrizni.

Kik tartoznak a jó gyakorlat célcsoportjába?

A hallgatók célcsoportja a nyugdíjas korosztály, némely esetben esetleg az 55. életévét betöltött felnőtt lakosság, nemre való tekintet nélkül.

A közreműködő segítő fiatalok három korcsoportja: 12-15, 16-19, 20-24 életév

Mi a gyakorlat célja?

A szépkorú embertársaink informatika felzárkóztatása. Számítógépes tanfolyamok és okostelefon alkalmazásának elsajátítását célzó programok eredményes megvalósítása fiatal közreműködő segítőkön részvételével.

Igények, amikre reagál a gyakorlat

Az idős korú lakosság fokozott igénye az informatikai eszközök használatára, melyet csak fokozott a Covid 19-es pandémia, továbbá a fiatalok elvándorlása térségünkben.

Hatékonyság

Mennyire volt sikeres, a folyamat során felmerült nehézségek

Elérte-e a kezdeti célokat? Volt-e más, az eredeti céltól eltérő eredménye is?

A jó gyakorlatok összessége arra irányul, hogy az idősek, szépkorúak eligazodását segítse a digitális világban - a fiatal mentorok segítségével. Csak látszólag ellentmondásos az a törekvés, ha a túlzásba vitt digitális eszközhasználat hátrányaira is felhívjuk a figyelmet. Ettől függetlenül még ugyanúgy tudja alkalmazni a hallgató a megtanult digitális eljárásokat, csak a mértéket is tudatosítjuk benne.

Egyedi elemek

Nem minden tanfolyamon hangzik el a figyelmeztetés a mértéktartásra. Egyedivé válik a képzési anyagunk azzal, ha foglalkozunk a személyes kapcsolattartás megtartásával is, és jelezzük az egyes eszközök túlzott használatának veszélyét is.

Nyilvánosság biztosítása

A szervezett tanfolyamokat követi a környező média. Helyi és régiós TV, rádió és írott sajtó. A programokról beszámolunk az intézmény honlapján és Facebookon is.

A fenntarthatóság ismérvei

Amennyiben az oktató kitér a részletekre is, időt szentel akár a digitális eszközök túlzott használata okozta veszélyekre is, a hallgatók úgy érzik, a teljes spektrumát megkapták a lehetséges tudásnak.

A tevékenység közösségi, gazdasági hatásai

Az egyre inkább elmagányosodó társadalmi réteg felzárkóztatása és a társadalmi folyamatokba való bekapcsolódása lehetőséget teremt az élhetőbb körülmények létrehozására. A körülmények javulása pedig kihat a korosztály egészségi állapotára mely jelentősen befolyásolja az ország, illetve a régió, település gazdasági viszonyait. A személyes kapcsolatok megtartása, a személyes érintkezés megléte elengedhetetlen az idősek korosztályában is.

A fiatalok bevonása kedvezően hat, mint az idősebb korosztályra, mint pedig a bevont fiatalokra. Közelebb kerül a két korosztály és hasonló segítő készség könnyebben kialakulhat az élet más területein is.

16. Jó gyakorlat: A jó pap holtig tanul! Az online oktatás, képzés, önképzés a számítógép és az internet segítségével

Általános információk a jó gyakorlatról

Jó gyakorlat elnevezése: 16. Jó gyakorlat: A jó pap holtig tanul! Az online oktatás, képzés, önképzés a számítógép és az internet segítségével

- **A gyakorlat leírása**

- **A jó gyakorlat téma/szakterülete(i):**

- szépkorúak továbbképzése, általános műveltségének bővítése online felületek segítségével
- szépkorúak online képzéseiben tevékenykedő szakemberek önképzése, továbbképzése online felületek használatában
- Szépkorúak digitális kompetenciafejlesztő képzéseiben segédkező fiatal mentorok bevonása, módszertani felkészítése az online felületek hatékony alkalmazására

- **A probléma leírása, amelyre választ kívántak nyújtani**

a) Civilizációnk, mindennapi életünk – a szépkorúaké nem különben! - a teljes körű digitalizáció útján halad. A digitális felületek használata nélkülözhetetlen, nem csak természeti katasztrófák, járványok idején, de a „békebeli” időkben is. A projekt célcsoportját képező szépkorúak számára eddig szinte ismeretlen területnek számított a továbbtanulás, az önképzés, az általános műveltséget bővítő előadások követése az online felületek adta lehetőség által.

b) A szépkorúak online képzéseiben tevékenykedő szakemberek – szervezők, előadók – számára nagy kihívás az újabb és újabb online képzésekre alkalmas felületek bővülése, ami megköveteli a fejlődés követését, az állandó önképzést, továbbképzést.

c) szükségesnek mutatkozik a szépkorúak digitális kompetenciafejlesztő képzéseiben segédkező-, közreműködő fiatalok szelektív bevonása, módszertani felkészítése az online felületek hatékony alkalmazására

A jó gyakorlat részletesebb leírása:

A) Szépkorúak továbbképzése, általános műveltségének bővítése online felületek segítségével

- A projekt során bemutatott képzéseket elvégző szépkorúak számára a képzésekre is alkalmas online felületek használata nem jelenthet különösebb nehézséget. Amennyiben szervezett képzésről van szó: a képzést vezető előadó által küldött meghívó linkre mindössze rá kell kattintaniuk és a továbbiakban a tréner egyszerű utasításait kell követni. Az interaktivitást biztosító, lehetővé tevő, a felület adta lehetőségeinek megismerése szintén az előadó utasításai alapján nem okozhat gondot.
- Amennyiben önképzés jellegű, saját kezdeményezésű tudásbővítés a cél, az előző ismereteket felhasználva a következő felületek aktiválhatóak:
 - Google kereső alkalmazása – az elérni kívánt képzési-, továbbképzési tematikák és a tartalmi felületek, honlapok, YouTube csatornák keresése, beazonosítása

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- (a regisztrációval kapcsolatos ismeretek ismételése, az online felületek ismerete)
- összevetni az okostelefon adta lehetőségekkel – átmenni az előző jó gyakorlatokból a vonatkozó részt
- a megtalált, kiválasztott honlapok használata, a már tanultak alkalmazásával
- a YouTube csatorna keresőjének használata
- a tanulmányozni óhajtott tematikákat tartalmazó képek, filmek, videók elindítása / megállítása / futtatása / visszavitele,
- rögzítése, letöltése, mentése és tárolása (hang- és képmásolás, felvétel készítése)
- a fiatal segítők asszisztenciájával, - kontakt lehetőség megadása konzultáció céljából
- probléma „diszpécser”, közvetítő szerep – kérdezők bátorítása (a bizalom!! kialakítása, megerősítése)
- a használandó felület alapos átismételése, ismertetése
- oktató videók használata

B) A szépkorúak online képzéseiben tevékenykedő szakemberek önképzése-, továbbképzése online felületek használatában

- A digitális oktatást/képzést segítő online felületek, programok állandóan fejlődnek, megújulnak, amit a képzést szervező, vezető szakembereknek állandóan követniük kell. Lényeges szempont a képzések hatékonyságának biztosítása érdekében ismerni és kiválasztani a legmegfelelőbb felületet, programot, ami a szépkorú célcsoport ismereteihez, képességeihez és a képzés tematikájához leginkább illeszkedik, alkalmas, alkalmazható.
- Mindenképp ajánlott a hasznosságuk szempontjából csökkenőben felsorolt online felületek, alkalmazások adta lehetőségek ismerete:
 - google meet
 - zoom
 - google classroom/tanterem
 - (Menük és beállítások, you tube link: google classroom használata)
 - Viber
 - skype
 - redmenta
 - TEAMS (nem ingyenes, professzionális szint)
 - BIG BLUE BUTTON (csoportbontásra, műhelymunkára igazán ajánlott)
 - ZELLO – csak hang, de üzenet visszahallgatás, azonnal
 - OBS stúdió
 - oktató videók használata
 - A képzési célok elérése érdekében nagyon fontos a képzési folyamatot elősegítő alkalmazások ismerete és használatának magas fokú tudása. Fontos tudatosan használni:
 - a használandó felület alapos átismételése, ismertetése – ajánlott a Chrome böngésző!!
 - az azonnali interaktivitást (írásban, rajzban, szóban)
 - használni a „táblát” - írni, rajzolni, ábrákat, táblázatokat szerkeszteni, illeszteni
 - a szövegszerkesztést (közös is)
 - az előadásokat felvenni, menteni, megosztani - és prezentációk megosztása is (!
hozzájárulás, adatkezelési nyilatkozat)
 - lehetőség teremtése a felvett anyagok otthoni többszöri meghallgatására, megnézésére

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- használni a felület(ek) által kínált teljes menühasználatot
- az oktatási CÉL és az alkalmas online felület kiválasztása, maximális összehangolása
- mindenképp ajánlott az online képzések előtt néhány személyes találkozó
- osztály létrehozása
- tesztek, szerkesztése, használata
- házi feladatok – kiadása, fogadása, a visszajelzés lehetősége
- a segítő önkéntesekkel való foglalkozás előkészítése
- a társadalmi hasznosulás tudatosítása

C) A szépkorúak digitális kompetenciafejlesztő képzéseiben segédkező, közreműködő fiatal mentorok módszertani felkészítése

- módszertani ismeretek alapos ismételése -! „lassan”, nyugodtan, tisztelettel, segítőkészen
- képessé tenni az idősekkel való foglalkozásra
- az elvárások alapos tisztázása (a segítőik iránt, a hallgatók iránt) motiváció frissítése
- abszolút összhangban az oktatóval (csak az oktató által előadottak ismételése)
- a „végén” visszajelzés lehetőség biztosítása, a tapasztalatok tudatosítása
- - összehangolni, kapcsolatot építeni és ápolni, együttműködni a fiatalok intézmény-képviselőivel (illetékes iskolák)
 - Mennyire volt sikeres, ill. hatékony a képzési-, önképzési és felkészítő folyamat
 - a képzésekre ajánlott online felülethasználati ismeretek képzéseket megelőző időszakos ismeret-frissítő foglalkozások garantálják a képzés hatékonyságát
 - „kötelező” visszajelzés, - elégedettségi elemzés, az előzőekben használt kérdőívek alapján
 - mint nehézség, főleg az első időkben, a szépkorú képzésvezetők eléggé nehezen szokták meg az online felület képzésre használható applikációinak használatát, de belejöttek
 - Együttműködés megvalósítása, a megvalósítás támogatói
 - a kivitelezésben és a folyamatos fejlesztésben a fiatal előadóink, munkatársaink segédkeztek, segédkeznek
 - cserkészek, iskolák, nyugdíjas klubok, felnőttképzésben érdekeltek, mint támogatók
 - a segítő ifjak iskoláival, ifjúsági szervezeteivel és későbbi projekt kivitelezőkkel, (stakeholder-ekkel) megvalósítókkal érdemes együttműködni
 - az Erasmus+ projektünk partnerei szintén hathatós szakmai és módszertani segítséget nyújtanak
 - a tantermi helyszínek biztosítói
 - Nyilvánosság biztosítása
 - a projekt eredményeit disszeminálva eljuttatjuk az információkat a széles szakmai és nemcsak szakmai közönséghez
 - a jó gyakorlatokat elérhetővé tesszük különböző felületeken
- A fenntarthatóság ismérvei

- Innovatív jó gyakorlatok cseréje a szépkorúak digitális készségeinek fejlesztéséhez -

- a fenntarthatóság garanciája az online technikák ismeretének folyamatos frissítése és a folyamatos elérés biztosítása
- a képzések, önképzések folyamatos utánkövetése
- A tevékenység közösségi-, társadalmi, gazdasági hatásai
 - az online képzési felületek használata lehetővé teszi, hogy regionális, országos és akár nemzetközi résztvevőket is tudjunk beiskolázni, bevonhatóak előadásokra, foglalkozásokra
 - az ismereteket a munkaerőpiacon értékesíthetik
 - az aktív életszakasz meghosszabítása,
 - életminőség javulása
 - az elszigeteltségi érzés csökkentése, közösségi élmény megélése
 - gazdaságélénkítő, ügyintézés hatékonyságát elősegítő hatás
 - a mentális egészség megőrzése, - „értékes vagyok”
- INNOVATÍV aspektusok a fiatalok bevonása, lehetséges szerepe kapcsán:
 - *a képzéseken segédkező fiatalok kamatoztathatják online-felület ismereteiket*
 - *megkönnyíti az idősek életét*
 - *a nemzedékek közti jó kapcsolat megerősítése*
 - *a segítségnyújtás élménye*