

Wyszukiwanie informacji w Internecie

(informacje praktyczne dla seniorów)

Materiały dla osób prowadzących
zajęcia komputerowe w bibliotekach

Poradnik powstał w ramach projektu „**Informacja dla obywateli – cybernawigatorzy w bibliotekach**”, zainicjowanego przez polskich uczestników programu wymiany rządu amerykańskiego IVLP „Library & Information Science”, realizowanego przez Fundację Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego we współpracy z Ambasadą Stanów Zjednoczonych w Polsce. Publikacja stanowi część zestawu materiałów dydaktycznych dla uczestników szkoleń (bibliotekarzy i wolontariuszy).

FRSI FUNDACJA
ROZWOJU
SPOŁECZEŃSTWA
INFORMACYJNEGO

Opracowanie: Anna Szelağ
Redakcja: Agnieszka Koszowska

Warszawa 2012



Publikacja została sfinansowana ze środków pochodzących z darowizny Departamentu Stanu USA. Zawarte w niej opinie, stwierdzenia i konkluzje wyrażają przekonania autora/autorów i niekoniecznie odzwierciedlają stanowisko Departamentu Stanu USA.

Wyszukiwanie informacji w Internecie

informacje praktyczne dla seniorów



Cz. 1. Przydatne serwisy

Senior.pl <http://www.senior.pl/>



Pierwszy polski serwis dla seniorów zawierający informacje i artykuły z działów, takich jak: zdrowie, praca, edukacja, wakacje, pasje, rodzina, opieka, liczne porady oraz wyszukiwarki. „Misją serwisu jest przeciwstawianie się wykluczeniu osób starszych z jakiegokolwiek dziedziny życia i pokazanie, że seniorzy nie są ‘za starzy’, by realizować się zawodowo, żyć w szczęśliwych związkach czy spełniać swoje marzenia. Pokazujemy, że słowo ‘emeryt’ nie oznacza schorowanego starca, a ‘babcia’ – niewykształconej, dobrotliwej, ale za to darmowej opiekuńki do dzieci. Informujemy o tym, jak żyją i radzą sobie ludzie w ‘złotym wieku’ na całym świecie. Chcemy też przywrócić zanikający w naszym świecie szacunek dla osób starszych - również tych najstarszych, którzy z racji swojego wieku nie są już tak sprawni i ‘przydatni’, jak kiedyś.” [źródło: <http://www.senior.pl/serwis/>]. Właścicielem serwisu jest: KASAT Sp z o.o. - Kąty Wrocławskie

Opiekanadchorym.pl <http://www.opiekanadchorym.pl/>



Portal „Opieka nad chorym” to serwis dla osób opiekujących się osobą chorą lub starszą, niezależnie od tego, czy dopiero niedawno znalazły się w roli opiekuna, czy też mają już duże doświadczenie. W portalu „Opieka nad chorym” znaleźć można: informacje, porady i wsparcie specjalistów oraz osób, które codzienne zmagają się z trudami opieki. [źródło: <http://www.opiekanadchorym.pl/o-nas.html>]

Seniorzy.pl <http://www.seniorzy.pl/>



Portal stworzony z myślą o pokoleniu dorosłych i dojrzałych osób. „Wspólnie poznajemy pasje seniorów, dzielimy się dobrymi radami z zakresu zdrowia i urody. Jesteśmy aktywni i wspieramy aktywizację zawodową oraz społeczną seniorów. Chcemy, by nasz portal łączył pokolenia. Dzięki zróżnicowanym felietonom i odkrywczym artykułom, poznajemy siebie, własne słabości i uczymy się je przezwyciężać. Gromadzimy najświeższe wieści z rynku pracy. Seniorzy.pl to źródło cennych informacji. Piszemy o bezpieczeństwie, promujemy zdrowy styl życia i pomagamy walczyć z dyskryminacją seniorów. Seniorzy.pl to miejsce dla osób dojrzałych.”

[źródło: http://seniorzy.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=6&Itemid=10]

Bycseniorem.pl <http://www.bycseniorem.pl/>



Bycseniorem.pl to portal internetowy stworzony z myślą o potrzebach osób starszych. Tworzą go ludzie, dla których słowo senior pełni bardzo ważną rolę. W portalu publikowane są wszystkie potrzebne informacje dotyczące życia na emeryturze, realizowania samego siebie, swoich pasji i zainteresowań. Znaleźć tu można również informacje na temat zdrowia, finansów i gospodarki. [źródło: http://www.bycseniorem.pl/O_nas_8]

Interseniior.pl <http://www.interseniior.pl/>



Gazeta internetowa dla seniorów. Porusza bieżące problemy osób starszych. Publikowane są w niej informacje o imprezach organizowanych z myślą o seniorach.

Btseniior.pl <http://www.btseniior.pl/>



Strona Biura Turystycznego Senior zawiera wiele ciekawych propozycji: wycieczki autokarowe, wyjazdy w celach wypoczynkowych, rehabilitacyjnych, wyjazdy do sanatoriów. Biuro od wielu lat współpracuje z Polskim Związkiem Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Travelsenior.eu <http://www.travelsenior.eu/>



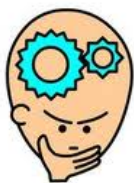
W ramach programu Travel Senior (ang. Europe Senior Tourism, EST) seniorzy mogą odpoczywać w Hiszpanii. Wyjazdy w ramach tego programu są częściowo dofinansowywane przez rząd hiszpański oraz rządy autonomicznych prowincji: Andaluzji i Wysp Balearów. Aby skorzystać z możliwości dofinansowywanego przez stronę hiszpańską wyjazdu na wypoczynek w ramach programu Travel Senior należy: m.in. mieć ukończone 55 lat i być mieszkańcem kraju, którego obywatele mogą brać udział w programie. Wskazana strona posiada polską wersję.

Sanatoria.org <http://www.sanatoria.org.pl/>



Największy polski portal o sanatoriach i uzdrowiskach. Sanatoria podzielone są w zależności od profilu leczenia lub wykonywanych zabiegów.

Szarada.net <http://szarada.net/>



Portal Szarada.net zawiera wiele krzyżówek a także poradniki o krzyżówkach. Jest to portal społecznościowy, który każdy może współtworzyć.

Spryciarze.pl <http://www.spryciarze.pl/>



Spryciarze.pl to pierwszy w polskim Internecie wielotematyczny poradnik wideo, pokazujący jak poradzić sobie z codziennymi problemami. Kluczową dewizą portalu jest hasło „Pokaż, co potrafisz!”. W serwisie wśród kilku tysięcy filmów znaleźć można odpowiedzi na pytania: Jak zabezpieczyć gniazdko elektryczne? Jak zrobić maszynkę do robienia waty cukrowej? Jak obronić się przed napastnikiem? Jak zamontować okap kuchenny? Jak się malować? i wiele, wiele innych. Spryciarze.pl kontynuują myśl kultowego programu Adama Słodowego „Zrób to sam”, emitowanego w Telewizji Polskiej. Spryciarze.pl to również miejsce, gdzie spotykają się ludzie o oryginalnych pomysłach, chcący dzielić się nimi z innymi internautami. [źródło: <http://www.spryciarze.pl/kim-jestesmy>]

Doz.pl <http://www.doz.pl/>



Portal Dbam o Zdrowie doz.pl to portal o zdrowiu, który łączy fachową wiedzę o profilaktyce zdrowotnej oraz opiece farmaceutycznej i medycznej z szeroką ofertą produktów w korzystnych cenach. W odróżnieniu od innych aptek, produkty zamawiane przez www.doz.pl dostarczane są bezpośrednio do apteki, gdzie pacjent ma osobisty kontakt z farmaceutą. Dzięki temu nabywca leków jest pod kontrolą farmaceutyczną. Przed zastosowaniem zamawianych przez www.doz.pl leków może on skorzystać z porady farmaceutycznej i uzyskać dodatkowe informacje na temat stosowanych przez niego leków. [źródło: http://www.doz.pl/strona/s0-o_nas]

Wyszukiwanie informacji w Internecie

informacje praktyczne dla seniorów



Cz. 2. Prawo (bazy danych i serwisy z przepisami prawa)

Internetowy System Aktów Prawnych <http://isap.sejm.gov.pl/>

ISAP to baza danych zawierająca opisy bibliograficzne wszystkich aktów prawnych opublikowanych w Dzienniku Ustaw i Monitorze Polskim, zarówno obowiązujących, jak i nieobowiązujących, od roku 1918 do chwili obecnej. Oferuje także **dostęp do pełnych tekstów aktów prawnych** do pobrania w plikach PDF. W bazie dostępne są również **teksty ujednolicone ustaw** z uwzględnieniem wszystkich dokonanych w nich zmian. Korzystając z funkcji wyszukiwania „wg hasel” odnajdziemy akty prawne dotyczące wybranych, interesujących nas tematów, takich jak „emerytury i renty” czy „opieka zdrowotna”. Np. pod adresem

<http://isap.sejm.gov.pl/KeywordServlet?viewName=thasE&passName=emerytury%20i%20renty>

znaleźć można **akty prawne dotyczące emerytur i rent**.

WieszJak.pl <http://prawa-seniora.wieszjak.pl/>

WieszJak.p - **Prawa seniora** to serwis poradniczy, w którym można sprawdzić np. na jaką pomoc może liczyć osoba starsza, kiedy nabywa prawa do emerytury, jak może uzyskać rentę, do jakich ulg ma prawo.

Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej <http://www.prawapacjenta.eu/>

Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej to fundacja utworzona z inicjatywy księdza Arkadiusza Nowaka, której celem jest popularyzacja wiedzy nt. praw pacjenta. Na stronie Fundacji znaleźć można przepisy prawne: akty prawne, orzeczenia sądowe, a także prasę prawniczą i forum ekspertów. Za pośrednictwem serwisu udzielane są też bezpłatne porady prawne dla pacjentów.

Narodowy Fundusz Zdrowia <http://www.nfz.gov.pl>

Na stronach Narodowego Funduszu Zdrowia można znaleźć m.in. następujące publikacje:

Świadczenia opieki zdrowotnej finansowane ze środków publicznych „Vademecum 2012”

http://www.nfz.gov.pl/new/art/4816/vademecum_2012_03_06.pdf

Listy oczekujących na świadczenia opieki zdrowotnej

<http://www.nfz.gov.pl/new/index.php?katnr=2&dzialnr=1&artnr=1156>

Informator o prawach pacjenta <http://www.nfz.gov.pl/new/index.php?katnr=2&dzialnr=5>

Oddziały NFZ <http://www.nfz.gov.pl/new/index.php?katnr=3&dzialnr=2>

Wyszukiwanie informacji w Internecie

informacje praktyczne dla seniorów

Cz. 3. Wolontariat seniorów

Bajkowaeuropa.eu <http://www.bajkowaeuropa.eu>



Strona projektu „Bajkowa Europa łączy pokolenia”, w ramach którego prowadzone są działania aktywizujące osoby starsze w związku z Europejskim Rokiem Wolontariatu 2011 roku i **Europejskim Rokiem Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej 2012**. Wolontariat jest dla każdego, jednak dla osób starszych, będących na emeryturze to szczególnie interesująca forma spędzania czasu. Zaspokaja ich **potrzebę bycia przydatnym, sprzyja nawiązywaniu nowych znajomości, aktywności fizycznej i umysłowej, profilaktyce zdrowotnej, a także utrzymywaniu i nawiązywaniu więzi międzypokoleniowych**. Celem inicjatywy UE Europejski Rok Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej 2012 jest zwrócenie uwagi na potrzeby społeczne osób starszych i wykorzystanie drzemącego w nich potencjału dla zaspokojenia specyficznych potrzeb społeczności lokalnych, wsparcia rozwoju wolontariatu wśród tej grupy wiekowej i zapewnienia spójności społecznej.

Źródło:

<http://www.bajkowaeuropa.eu/index.php/o-projekcie/europejski-rok-aktywnosci-osob-starszych-i-solidarnosci-miedzypokoleniowej-2012>

Projekty Wolontariatu Seniorów <http://www.grundtvig.org.pl/projekty-wolontariatu>



Projekty Wolontariatu Seniorów mają na celu współpracę dwóch organizacji partnerskich z dwóch krajów w celu umożliwienia zrealizowania wolontariatu za granicą osobom 50+. Program „Uczenie się przez całe życie” ma na celu oferowanie **różnych możliwości edukacyjnych osobom w każdym wieku**, aby ułatwić im kształcenie - zarówno formalne, jak i nieformalne.

Uwaga!

Osoby zainteresowane udziałem w Projekcie Wolontariatu Seniorów w wyszukiwarce Google w polu wyszukiwania mogą wpisać jedno z poniższych zapytań:

- projekty wolontariatu seniorów rekrutacja
- projekty wolontariatu seniorów nabór

Oprócz instytucji europejskich, ofertę programów dla seniorów mają także organizacje pozarządowe w kraju. Szczegółowe informacje na temat wybranych projektów można znaleźć między innymi pod adresami:

<http://www.federacjautw.pl/> (Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku)

<http://www.filantropia.org.pl> (Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce)

www.wolontariat.org.pl (Centrum Wolontariatu)

www.centrumis.pl (Centrum Inicjatyw Senioralnych)

www.niepelnosprawni.pl (Niepełnosprawni.pl. Portal dla osób z niepełnosprawnością)

Wyszukiwanie informacji w Internecie

informacje praktyczne dla seniorów



Cz. 4. Propozycje zapytań w wyszukiwarce Google

A. Strony dla seniorów o różnej tematyce

strony dla seniorów

seniorzy nazwa miasta (np. seniorzy kielce)

seniorzy w polsce

aktywni seniorzy

seniorzy w internecie

aktywni 50

aktywni 50 nazwa miasta (np. aktywni 50 kielce)

uniwersytet trzeciego wieku

uniwersytet trzeciego wieku nazwa miasta (np. uniwersytet trzeciego wieku kraków)

B. Strony dla seniorów wybierających się na wakacje

hiszpania seniorzy

hiszpania senior

wczasy dla seniorów Hiszpania

wczasy dla seniorów z dofinansowaniem

wczasy dla seniorów bieżący rok (wczasy dla seniorów 2012)

wczasy dla seniorów nazwa kraju (np. wczasy dla seniorów cypr)

travel senior opinie

travel senior cena

wakacje last minute senior

wakacje dla seniorów

wakacje dla seniorów bieżący rok (np. wakacje dla seniorów 2012)

C. Strony dla seniorów wybierających się do sanatorium

sanatoria skierowania

sanatoria w Polsce

sanatoria w polsce refundowane przez nfz

sanatoria w polsce cennik

sanatoria w polsce ceny

rehabilitacja sanatoria w Polsce

sanatoria w polsce w górach

sanatoria w polsce nad morzem

ośrodki sanatoryjne nad morzem

ośrodki sanatoryjne nad morzem nfz

lecnicze sanatoria w Polsce

D. Hobby seniora

nazwa naszego hobby (np. wędkarstwo, hafciarstwo)

senior w ogrodzie

sport dla seniorów

sport dla ludzi starszych

rozrywka dla seniorów