

Easy Digital Access +

Itinerár pre jednoduchý inkluzívny prístup k vzdelávaniu v digitálnom prostredí

1. Úvod a osvedčené postupy.

Tento kurz je určený pre ľudí s malými digitálnymi znalosťami.

Jednoduchým a intuitívnym spôsobom sa pokúsime získať prístup k potrebným znalostiam, aby sme mohli bezpečne fungovať v bežne používaných digitálnych prostrediach.



1. Úvod a osvedčené postupy.

Počítač a digitálne zariadenia sú inteligentné nástroje, ktoré vám umožňujú robiť veci, ako je komunikácia, práca alebo zábava.

Používanie digitálnych zariadení musí byť vnímané ako niečo pozitívne, čo nám pomáha v živote na osobnej aj profesionálnej úrovni.



1. Úvod a osvedčené postupy.

Musíme sa naučiť používať digitálne zariadenia bezpečne a zodpovedne.

To sa týka nás samých, aj ostatných.



1. Úvod a osvedčené postupy.

Naučíme sa základy, aby sme vedeli napísať text, používať internet, komunikovať s verejnou správou a inými subjektmi, ako sú banky...

Naučíme sa tiež používať komunikačné nástroje, získavať vedomosti, zabávať sa či bezpečne nakupovať na diaľku...okrem iného.



1. Úvod a osvedčené postupy.

Digitalizácia je tiež veľmi dôležitým nástrojom starostlivosti o životné prostredie.

Príkladom je zníženie spotreby papiera, práca na diaľku a videokonferencie, alebo efektívna správa zdrojov.



1. Úvod a osvedčené postupy.

Počas tohto kurzu sa dozvieme o postupoch, ktoré podporujú starostlivosť o životné prostredie.

Počas kurzu sa budeme snažiť využívať verejnú či ekologickú dopravu, využijeme iba nevyhnutný papier, naučíme sa využívať digitálnu administratívu a e-learning, aby sme sa vyhli cestovaniu...



1. Úvod a osvedčené postupy.

Dozvieme sa aj o ďalších dôležitých témach, ako je rovnosť a inklúzia v digitálnych médiách.

Na záver vás budeme informovať o význame EÚ programov a európskeho občianstva a ich príspevku k realizovaným projektom, najmä programu Erasmus+.





A. Všeobecné znalosti o počítačoch, internetu a digitálnom prostredí.

20 hodín

2. Počítač.

Počítač je zariadenie na spracovávanie informácií.

Je dôležité rozlišovať dve časti, hardvér (fyzickú- čoho sa môžete dotknúť a vidieť)... a softvér (programy a aplikácie), čoho sa nemôžete dotknúť.



2. Počítač.

Digitálne zariadenie, aby fungovalo, potrebuje „mozog“, ktorým je operačný systém (Windows, macOS, Linux...)

Počítače majú ďalšie zariadenia-pripojené prvky, nazývané periférie, ktoré môžu byť vstupné a výstupné.



2. Počítač.

Minimálne periférie potrebné na interakciu sú klávesnica a/alebo myš a obrazovka na zobrazenie informácií.

Periférne zariadenia je možné integrovať ako do notebookov, mobilných telefónov alebo tabletov .



2. Počítač.

Pre prácu s počítačom je potrebné poznať základné pojmy, ako pamäť a rýchlosť.

Pamäť je schopnosť počítača ukladať dáta a rýchlosť je rýchlosť, akou môže počítač pracovať.



2. Počítač.

Je tiež potrebné poznať pojmy ako súbory a priečinky.

Súbory sú softvérové prvky potrebné na to, aby programy fungovali alebo zobrazovali údaje alebo prvky, ktoré vytvárame alebo ukladáme, a priečinky sú miesta, kde sa ukladajú súbory.



2. Počítač.

Aby boli digitálne zariadenia užitočné, musíme sa naučiť používať základné programy. Existujú bezplatné programy a iné, ktoré sú platené.

Existuje niekoľko základných, ako sú textové procesory alebo internetové prehliadače.



2. Počítač.

Podstatné je vedieť používať myš, ktorá pri pohybe pohybuje kurzorom po obrazovke a aktivuje prvky na obrazovke či v menu.

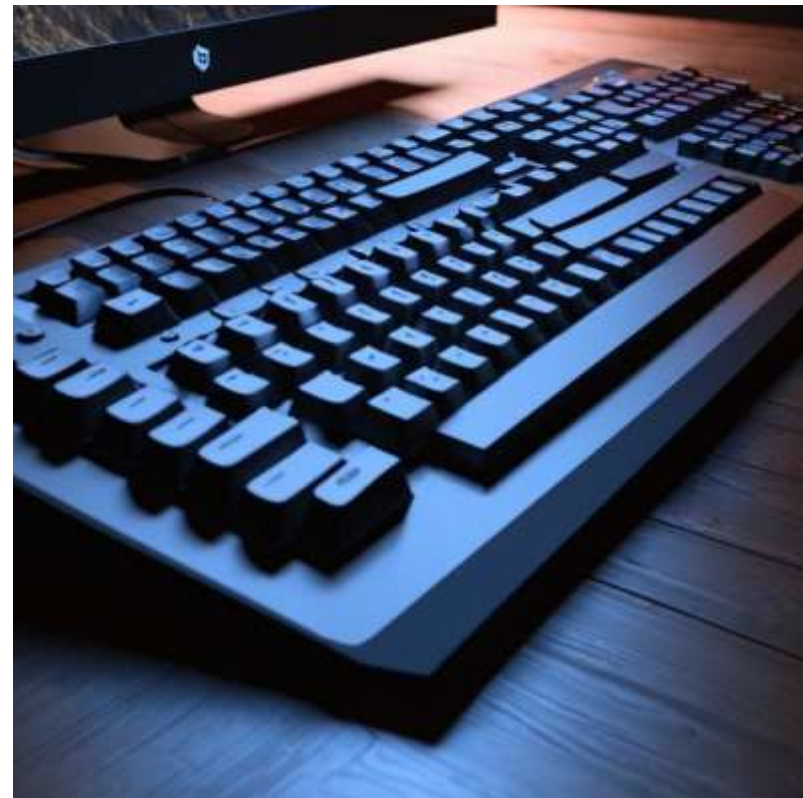
Na to slúži ľavé a pravé tlačidlo myši; štandardne sa ľavým vyberá jedným kliknutím (podržaním a ťahaním vyberáte) a vykonáva sa dvoma, pravé slúži na zobrazenie rozšírenej ponuky.



2. Počítač.

Klávesnica slúži na zadávanie textu a čísel, mazanie, presúvanie kurzora, ako aj aktiváciu ďalších funkcií.

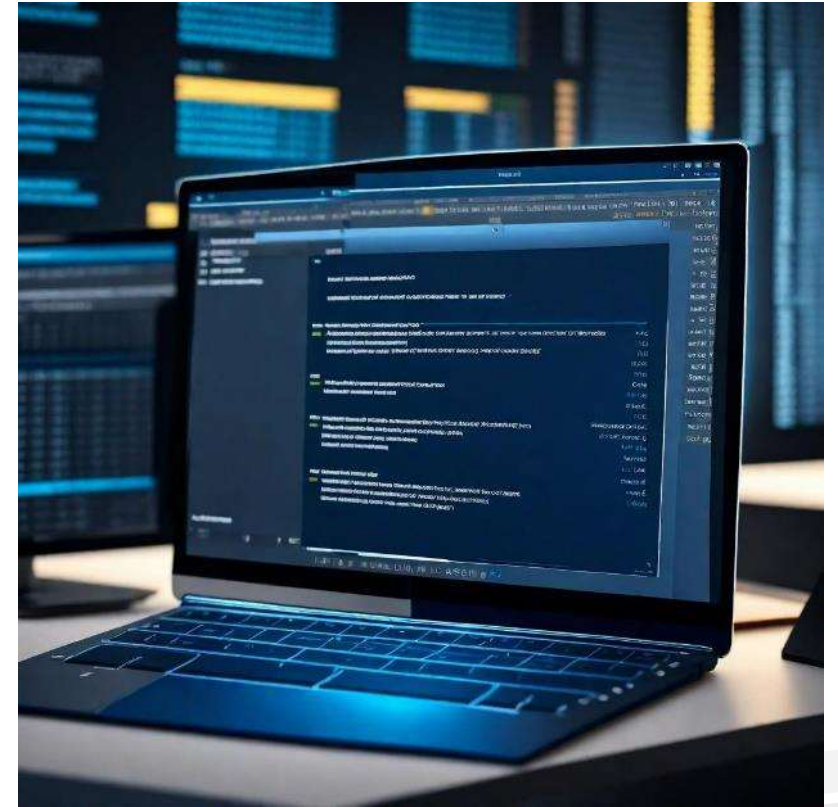
Klávesnice môžu byť v rôznych jazykoch, na každej klávese sa objavujú symboly a písmená a existujú aj také, ktoré majú niekoľko funkcií.



3. Tvorba a úprava základného digitálneho obsahu.

Na prácu s počítačom je potrebné použiť program na písanie, najznámejší je program MS Word.

Existujú jednoduchšie, napríklad textový editor, ale nemusia mať všetky funkcie.



3. Tvorba a úprava základného digitálneho obsahu.

Po otvorení programu uvidíme plochu ako hárok s prvkom nazývaným kurzor, kde sa objaví text zadaný na klávesnici.

Tieto programy sú ekvivalentom písacích strojov, ale sú digitálne.



3. Tvorba a úprava základného digitálneho obsahu.

Text môžete vybrať myšou a zmeniť jeho veľkosť, farbu, zarovnanie, písmo.

Do textu je možné pridať aj obrázky, tabuľky, zoznamy a ďalšie zložitejšie prvky.



3. Tvorba a úprava základného digitálneho obsahu.

Dokument je možné uložiť do priečinka, aby bolo možné ho obnoviť a pokračovať v ňom neskôr pomocou možnosti „uložiť súbor“.

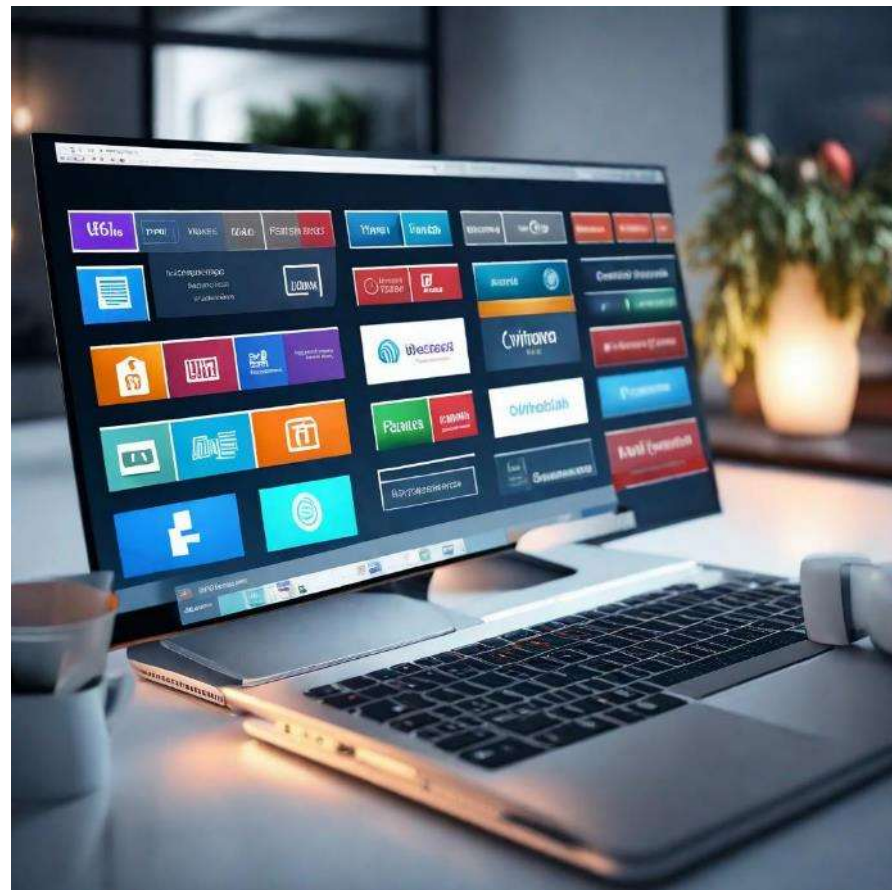
Dokumenty je tiež možné vytlačiť alebo odoslať na iné počítače.



4. Prehľadávajte internet.

Internet je sieť, ktorá nás spája so svetom.

Môžeme vyhľadávať informácie, komunikovať s inými ľuďmi, nakupovať a obchodovať, školiť sa, zabávať sa...



4. Prehľadávajúte internet.

Informácie na internete sa zvyčajne objavujú na stránkach, ktoré nazývame webové stránky.

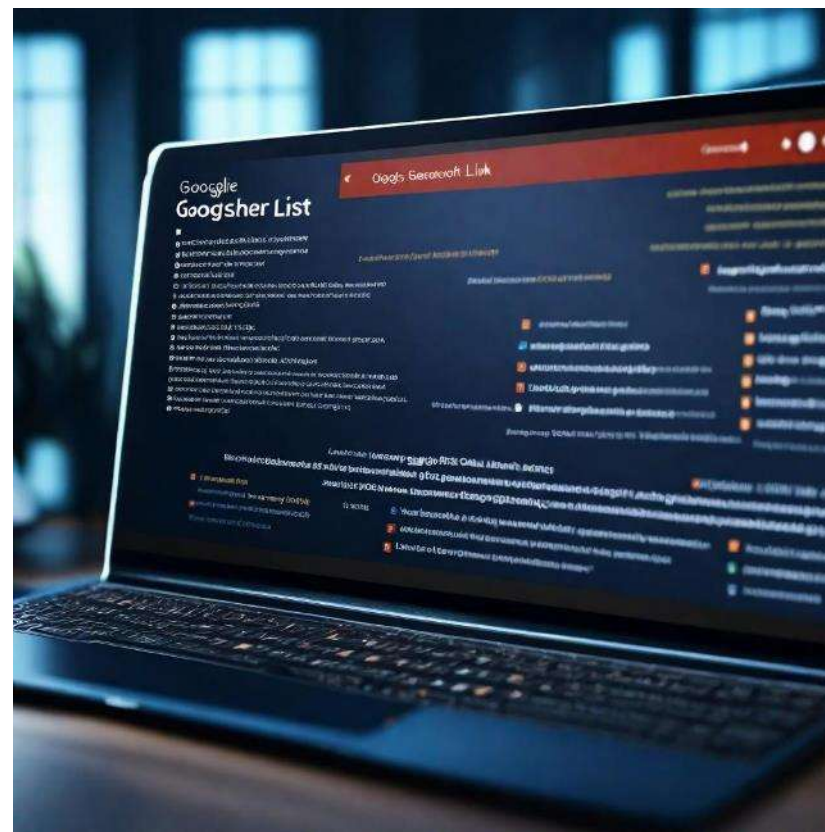
Na prístup na internet sa používajú takzvané internetové prehliadače, ako napríklad Microsoft Edge, Chrome.....



4. Prehľadávajúte internet.

Aby sme niečo našli, otvoríme si internetový prehliadač a do vyhľadávača napíšeme text s tým, čo chceme nájsť.

Zobrazí sa zoznam s odkazmi, na ktoré je možné kliknúť, aby ste sa dostali na webové stránky s informáciami.



4. Prehľadávajúte internet.

Vyhľadávať možno všetky typy prvkov vrátane textov, obrázkov, videí, správ...

Musíte sa pohybovať bezpečne a snažiť sa neklikáť na neznáme odkazy alebo podozrivé miesta, ktoré môžu obsahovať škodlivé prvky, ako sú vírusy.



4. Prehľadávajúte internet.

Existujú prvky z internetu, ktoré je možné stiahnuť, ako sú súbory, obrázky, hudba, videá...

Texty môžete vybrať aj myšou a skopírovať ich pravým tlačidlom a vložiť do textových dokumentov.



4. Prehľadávajújte internet.

Internetové platformy ponúkajú rôzne online služby ako e-mail, cloudové úložisko, online videá...

Na to, aby sme mohli mať niekoľko týchto služieb, môžeme použiť platformu Google.



5. Email. Gmail

E-mail je ekvivalentom poštovej pošty, ale je digitálny.

V e-maile môžete mať adresu, poštovú schránku a môžete posilať listy (e-maily), ak poznáte adresu príjemcu.



5. Email. Gmail

Ak to chcete urobiť, musíte si vytvoriť e-mailový účet, ktorý bude mať jedinečný názov, symbol zavináč (@) a spoločnú doménu.

Domény môžu byť rôznorodé, ale my použijeme tú z platformy Google, ktorá sa volá Gmail.



5. Email. Gmail

Vstúpime do prehliadača Chrome a vytvoríme si účet zadáním základných údajov a teda budeme mať svoju emailovú adresu (text@gmail.com) a profil.

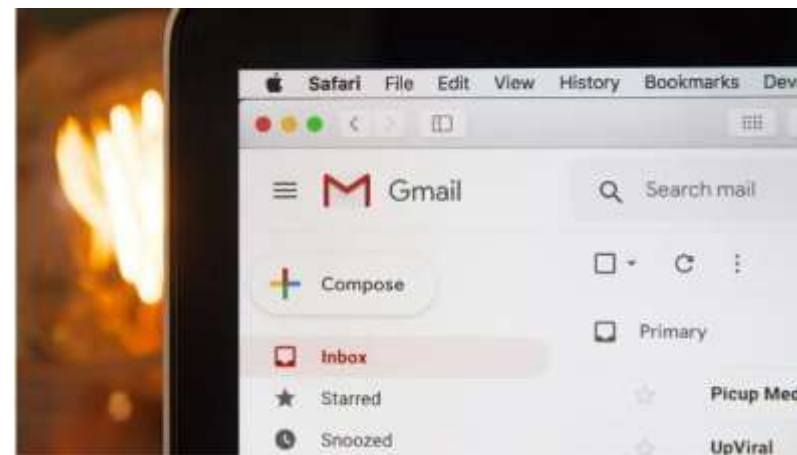
Na prístup k tomuto profilu budeme musieť použiť našu e-mailovú adresu a heslo, ktoré si musíme zapamätať a zachovať v tajnosti.



5. Email. Gmail

Keď vstúpime do Gmailu, uvidíme doručenú poštu, kde sa objavia e-maily, ktoré nám boli odoslané.

Na odoslanie e-mailu musíme kliknúť na tlačidlo „Napísať“, zadáme e-mail osoby, ktorej chceme poslať e-mail a v časti Predmet dáme našej správe názov.



5. Email. Gmail

Do tela správy napíšeme text, ktorý chceme odoslať, môžeme priložiť aj súbory.

Po dokončení písania správy stlačíme odoslať a správa dorazí do schránky príjemcu.



6. Sociálne siete. Facebook. Instagram. YouTube.

Ďalším spôsobom komunikácie a interakcie s inými ľuďmi sú sociálne siete.

Sociálne siete sú miesta na internete, kde sa môžete spojiť a zdieľať veci s inými ľuďmi, ako sú fotografie a správy.





6. Sociálne siete. Facebook. Instagram. YouTube.

Facebook je sociálna sieť, kde sa môžete spriateliť s ľuďmi a zdieľať s nimi udalosti, videá, fotografie, texty.

Ak sa chcete zapojiť do všetkých sociálnych sietí, musíte sa zaregistrovať pomocou používateľského mena a hesla.



6. Sociálne siete. Facebook. Instagram. YouTube.

Instagram je sociálna sieť primárne zameraná na zdieľanie fotografií a krátkych videí.

V tejto sieti máte namiesto priateľov sledovateľov a môžete sledovať aj iné osoby alebo subjekty.





6. Sociálne siete. Facebook. Instagram. YouTube.

Na YouTube môžete sledovať videá všetkého druhu a existujú kanály, kde môže mať človek niekoľko videí, ktoré sú zvyčajne tematické.



7. Bezpečné používanie v digitálnom prostredí.

Tipy na bezpečný pohyb v digitálnom prostredí.

Nevstupujte na webové stránky, ktoré nepoznáte, neotvárajte e-maily od neznámych ľudí a nestahujte súbory pochybného pôvodu.





B. Všeobecné znalosti o používaní online vzdelávacích nástrojov a platforiem.

10 hodín

1. Videokonferenčné systémy. Google Meet

Videokonferenčné systémy sú nástroje, ktoré vám umožňujú organizovať virtuálne stretnutia, na ktorých môžete vidieť iných ľudí a rozprávať sa s nimi prostredníctvom vášho počítača alebo smartfónu.

Existuje niekoľko systémov s podobnými funkciami: Zoom, Teams, Google Meets ...





1. Videokonferenčné systémy. Google Meet

Pri používaní služieb Google budeme používať systém Meet .

Videohovor môžete zorganizovať sami alebo sa k nemu môžete pripojiť od inej osoby s pozvánkou.



1. Videokonferenčné systémy. Google Meet

Ak chcete začať videokonferenciu, v aplikáciách Google vyhľadajte sekciu Meet a kliknite na nové stretnutie.

Ak chcete odoslať pozvánku na schôdzu prostredníctvom odkazu alebo e-mailu, kliknite na položku Odoslať pozvánku.



1. Videokonferenčné systémy. Google Meet

Cez webkameru bude vidieť váš obraz, s mikrofónom vás bude počuť a cez slúchadlá budete počuť ostatných.

Môžete hovoriť s jedným alebo viacerými ľuďmi, chatovať, zdieľať obrazovku počítača alebo posilať dokumenty.



2. Online školenia

Online školenie predstavuje formu kurzov realizovaných prostredníctvom internetu bez toho, aby ste museli navštevovať prezenčné kurzy.

Tento systém, okrem toho, že je oveľa pohodlnejší a flexibilnejší, prospieva životnému prostrediu, pretože sa vyhnete cestovaniu na miesto fyzického stretnutia.



2. Online školenie

Online školenia môžu využívať rôzne nástroje ako videokonferencie, videá, dokumenty, texty...

Vo všeobecnosti poskytuje flexibilitu, pretože sa môžete dostať pred počítač a absolvovať školenie, kedykoľvek budete chcieť.



2. Online školenie

Online kurzy môžu mať viacero tém a ich trvanie môže byť variabilné...

Niektoré kurzy bývajú spoplatnené, ale existuje aj veľa bezplatných kurzov.



2. Online školenie

Takmer všetky kurzy majú cvičenia a ak ich absolvujete, máte možnosť získať certifikát o absolvovanom štúdiu.

Na prihlásenie do kurzu spravidla používame vyhľadávač a keď nájdeme ten správny, zaregistrujeme sa / prihlásime sa.



3. Ponuka školení

Ponuka školení online kurzov je obrovská, existujú subjekty, ktoré ponúkajú online kurzy a dokonca existujú školiace centrá, ktoré ponúkajú prezenčné, zmiešané a online školenia.





B1. Hybridný modul: registrácia a účasť na online školení

2 hodiny



Bezplatný online kurz netikety/Google

Bezplatný online kurz o digitálnej pohode

<https://skillshop.exceedlms.com/student/collection/690495/path/2004074>



C. Elektronická komunikácia so štátom.

12 hodín

1. Elektronická komunikácia so štátom

Elektronická komunikácia so štátom má mnohé výhody, od vybavenia agendy v pohodlí domova, cez nižšie poplatky až po možnosti automatizácie.

Podľa zákona o e-governmente by mal občan väčšinu vecí vedieť vybaviť elektronicky. Výminkou sú povinnosti, kde je nutná osobná prítomnosť (napr. výsluch na polícii, súdne pojednávanie...).

V praxi sa však bežne stáva, že úrad núti občana do papierového vybavenia, pretože samotní úradníci nevedia ako postupovať pri elektronickej komunikácii, ktorá je pre nich nová.



1. Elektronická komunikácia so štátom

Elektronická komunikácia prináša niekoľko výhod:

- možnosť zaslania žiadosti z domova v ľubovoľnom čase, aj mimo úradných hodín
elektronické podania spravidla majú nižšie poplatky
- nemusíte chodiť na poštu pre odpoveď a komunikácia je preto často rýchlejšia
- umožňuje prepojenia na iné informačné systémy a následne automatizáciu pre hromadné spracovanie



1. Elektronická komunikácia so štátom

Avšak ani elektronická komunikácia nie je úplne bez nevýhod. Je preto dobré sa vopred zamyslieť a zvážiť, či to čo idete riešiť, naozaj ľahšie vybavíte elektronicky, ak napríklad:

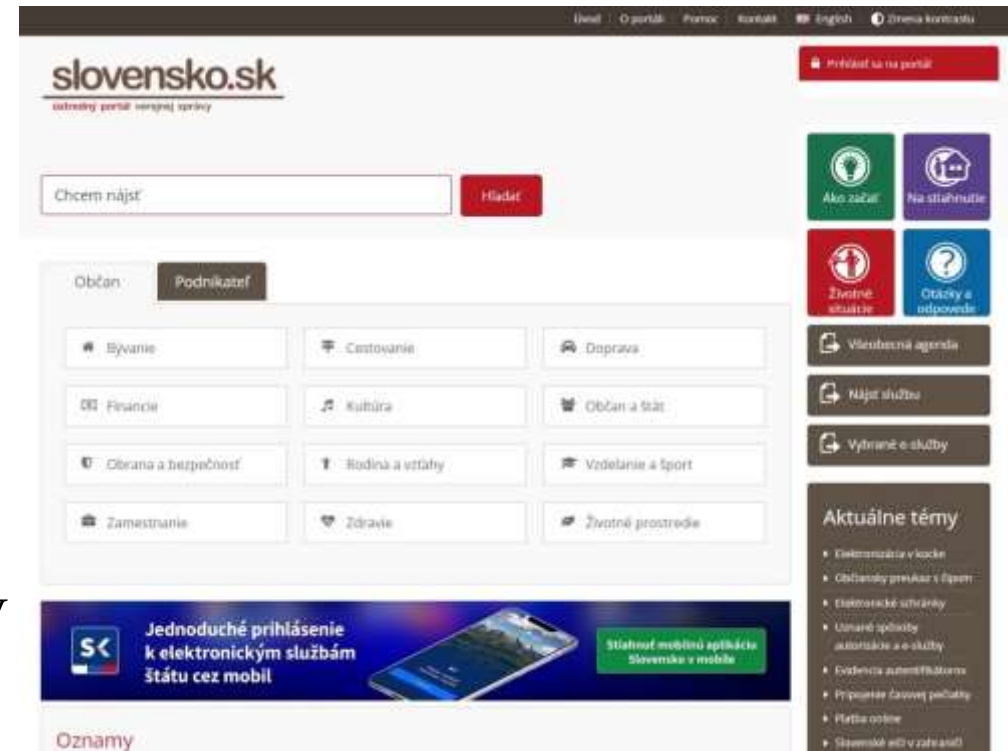
- máte problémy s inštaláciou a nastavením programov potrebných pre elektronickú komunikáciu
- druhá strana, s ktorou komunikujete je neznalá alebo nepripravená riešiť (prijímať, posilať, podpisovať atď.) veci elektronicky
- potrebujete poradiť, je to niekedy rýchlejšie osobne (aj napriek existujúcim online podporám)
- keď skúšate niečo úplne nové, prípadne ide len o jednorázovú vec



2. Elektronická schránka, odosielanie podaní a podpisovanie

Väčšina komunikácie so štátom sa deje cez ústredný portál verejnej správy www.slovensko.sk alebo cez špecializované portály (napr. portál finančnej správy, portál sociálnej poisťovne a iné). Štát naopak zasiela správy do schránok na slovensko.sk, pričom aby sa tak stalo je potrebné mať schránku aktivovanú na doručovanie.

V momente, keď schránku na doručovanie aktivovanú máte, má štát povinnosť zasielať vám úradnú poštu elektronicky. Zaslanie úradnej pošty fyzickou poštou je v tomto prípade považované za porušenie zákona o e-governmente zo strany štátu.



3. Elektronická schránka: Ako prakticky využijem eID?

- Zmena trvalého pobytu – vďaka eID nemusíte navštevovať oddelenie Policajného zboru vo vašom okresnom meste pri vybavovaní nového občianskeho preukazu, vyzdvihnúť si ho však osobne musíte.
- Sociálna pomoc – z pohodlia domova vybavíte zmenu miesta výplaty sociálnej dávky, vyhotovenie parkovacieho preukazu pre fyzickú osobu so zdravotným postihnutím, rodičovský príspevok, príspevok v hmotnej núdzi, osobná asistencia atď.
- Prístup do elektronickej schránky a iné elektronicke služby na ústrednom portáli verejnej správy nájdete [tu](#)



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

- eID karta
- BOK
- KEP
- Čítačka kariet
- Inštalácia softvéru
- Prihlásenie



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

eID karta

- Na úspešné prihlásenie do e-schránky potrebujete [slovenský občiansky preukaz s elektronickým čipom](#), tzv. eID kartu, ktorá slúži na overenie identity. O vybavenie môžete požiadať na ktoromkoľvek oddelení dokladov Okresného riaditeľstva Policajného zboru.
- Na účel autentifikácie je možné využiť aj [doklad o pobyte s elektronickým čipom](#), [alternatívny autentifikátor](#), [autentifikačný certifikát](#) alebo prostriedok elektronickej identifikácie z iného štátu EÚ.



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

BOK

- K eID karte si osobne na ktoromkoľvek oddelení dokladov Okresného riaditeľstva Policajného zboru zvolíte 6-miestny bezpečnostný osobný kód - BOK, s ktorým sa budete prihlasovať do vašej e-schránky na portáli slovensko.sk v časti „Prihlásiť sa na portál“. Z dôvodu bezpečnosti odporúčame zvoliť náhodné číslice, nie rodné číslo a v prípade, že si BOK potrebujete zapísať, uschovajte ho na inom mieste ako eID kartu.



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

KEP

- Následne je potrebné požiadať o nahratie certifikátov na podpisovanie na eID kartu, aby ste mohli podpísať elektronické podania kvalifikovaným elektronickým podpisom - KEP. Nahratie certifikátov je možné nielen na ktoromkoľvek oddelení dokladov Okresného riaditeľstva Policajného zboru, ale aj online. Viac informácií nájdete v [Používateľskej príručke](#).



Obrázok 4: Voľba KEP PIN

4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

Čítačka kariet

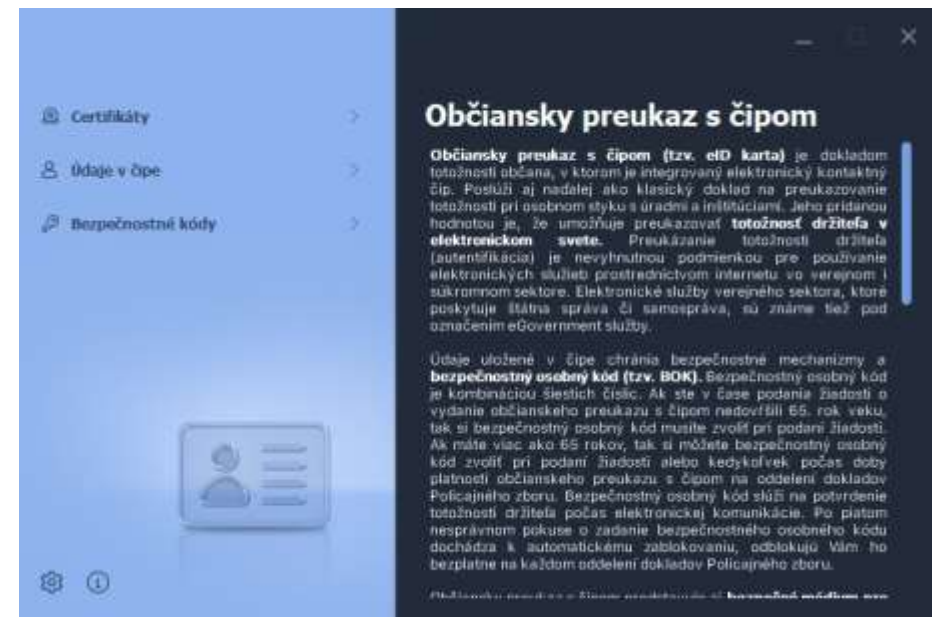
- K eID karte budete potrebovať čítačku kariet, ktorú je potrebné si zadovážiť. [Ministerstvo vnútra SR zverejnilo zoznam](#) najčastejšie využívaných čítačiek, ktoré sú kompatibilné. V súčasnosti už tiež mnoho stolových počítačov, či notebookov disponuje zabudovanou kompatibilnou čítačkou.



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

Inštalácia softvéru

- Ďalším potrebným nástrojom na prácu s e-schránkou je softvér, ktorý si musíte nainštalovať do svojho počítača. Nájdete ho na portáli slovensko.sk v rámci inštalačného balíčka, ktorý je bezplatne dostupný v sekcii [Na stiahnutie](#). Odporúčame vám, aby ste si najskôr preverili, či váš počítač spĺňa uvedené systémové požiadavky, aby vám všetko fungovalo tak, ako má.
- Inštalačný balíček obsahuje ovládače k čítačke kariet, aplikáciu eID klient, pomocou ktorej sa budete môcť prihlásiť do vašej elektronickej schránky a balík aplikácií na vytvorenie a overenie kvalifikovaného elektronického podpisu (KEP).



4. Podmienky pre získanie prístupu k elektronickým službám

Prihlásenie

- E-schránka je dostupná prostredníctvom portálu www.slovensko.sk, kde sa môžete prihlásiť po kliknutí na tlačidlo „Prihlásiť sa na portál“. Viac informácií o prihlasovaní do e-schránky nájdete v [Návode na prihlasovanie sa do e-schránky](#) a informácie ako pracovať s e-schránkou, nájdete v dokumente [Používateľská príručka k elektronickým schránkam](#).



Prihlásiť sa pomocou slovenského dokladu

Prihláste sa občianskym preukazom s čipom, dokladom o pobyte s čipom alebo alternatívnym autentifikátorom pomocou čítačky kariet.

[Prihlásiť sa](#)

[Viac o prihlásení pomocou občianskeho preukazu s čipom](#)



Prihlásiť sa mobilným kľúčom cez aplikáciu Slovensko v mobile

Prihláste sa QR kódom alebo číselným kódom pomocou mobilného telefónu a aplikácie Slovensko v mobile.

[Prihlásiť sa](#)

[Viac o aktivácii a prihlásení pomocou aplikácie Slovensko v mobile](#)



Prihlásiť sa pomocou iného európskeho dokladu

Pre prihlásenie použite prihlasovací prostriedok vydaný v krajine Európskej únie.

[Prihlásiť sa](#)

[Viac o prihlásení občanov z inej krajiny EÚ](#)



D. Online nakupovanie.

8 hodín

1. Nakupujte online

Nákup online znamená nakupovanie vecí cez internet, výber produktov a platbu za produkty z vášho domova.

Po zakúpení a zaplacení sú produkty odoslané kuriérom k vám domov alebo si ich môžete vyzdvihnúť na špeciálnych doručovacích miestach.



1. Nakupujte online

Existujú rôzne typy internetových obchodov, predávajú produkty, služby, zájazdy, poskytujú rezerváciu hotelov...

Vo všeobecnosti, aby ste si kúpili produkt online, musíte poskytnúť osobné údaje a často aj informácie o bankovom účte alebo kreditnej karte.



1. Nakupujte online

Je nevyhnutné dávať veľký pozor na webové stránky, kde nakupujete a komu svoje osobné údaje poskytujeme.

Musíte overiť bezpečnosť platieb a chrániť bankové účty a platby kartou pomocou bezpečnej identifikácie.



1. Nakupujte online

Online nakupovanie prináša revolúciu do spôsobu, akým nakupujeme v dnešnom svete.

Nesmieme však vylúčiť lokálne predajne a kamenné obchody, kde je prístup ľudskejší a osobnejší.



2. E-shopy na Slovensku: tipy

[Heureka.sk](https://www.heureka.sk) je nákupný radca, kde vyberiete ten najlepší produkt, porovnáte ceny z tisícov internetových obchodov a pohodlne nakúpite.

[AndreaShop.sk](https://www.andreashop.sk): Slovenský internetový obchod s elektronikou

[Alza.sk](https://www.alza.sk): Najväčší obchod s počítačmi, elektronikou a ďalším tovarom

[Martinus](https://www.martinus.sk): Najväčšie internetové kníhkupectvo

[Dr. Max](https://www.drmax.sk): Internetová lekáreň



3. Bezpečné nakupovanie online

Pozor na podvodné e-mailly

Ak dostanete e-mail od neznámeho alebo falošného odosielateľa, ktorý vám sľubuje exkluzívne ponuky na obmedzený čas, je dôležité zachovať si opatrnosť a nespadať do pasce. Nenalette na tlak, ktorý vytvára umelá ponuka, trvajúca iba krátky čas. Tí, ktorí stoja za e-mailovými podvodmi, často využívajú taktiku naliehavej exkluzívnosti na to, aby získali váš záujem a nútili vás k okamžitému jednaniu.

Nikdy neklikajte na odkazy alebo nesťahujte súbory z e-mailov, ktoré vyzerajú podozrivo alebo pochádzajú od neznámych odosielateľov. Tieto odkazy a súbory môžu obsahovať škodlivý softvér alebo vás presmerovať na falošné stránky, kde by mohli získať vaše citlivé informácie.

Ak máte akékoľvek pochybnosti o legitímnosti e-mailu, kontaktujte priamo spoločnosť alebo organizáciu, ktorá vám e-mail poslala a pravdivosť ponuky si overte.



3. Bezpečné nakupovanie online

Aktualizujte svoj prehliadač a sledujte skratku “https”

- Pri návšteve webovej stránky predajcu dôkladne skontrolujte adresu URL a uistite sa, že začína s "https".
- Protokol HyperText Transfer Protocol Secure (HTTPS) zabezpečuje, že daná stránka disponuje platným certifikátom Secure Sockets Layer (SSL) a vaše poskytnuté informácie sú spoľahlivo šifrované. Týmto spôsobom sa výrazne znižuje riziko krádeže informácií zo strany hackerov.
- Symbol zámku vedľa adresy webovej stránky by mal svietiť na zeleno, čo signalizuje bezpečné pripojenie.
- Pre dodatočnú kontrolu môžete skontrolovať platnosť certifikátu. Kliknutím na symbol zámku, alebo naľavo od panela s adresou by ste mali vidieť informácie o certifikáte stránky. V prípade, že sa zobrazí varovanie o neplatnom certifikáte, odporúčame vám vyhnúť sa takejto stránke, čím zabezpečíte bezpečnosť vašich online aktivít.



3. Bezpečné nakupovanie online

Používajte silné heslá

Vaše účty budú v bezpečí, ak k nim budete mať vytvorené unikátne silné heslá. Ak zvolíte jednoduché heslá alebo používate rovnaké heslo na rôznych webových stránkach, otvárate dvere hackerom, ktorí by mohli získať prístup k vašim dôležitým digitálnym údajom ako sú bankové účty, obchodné účty, súbory a osobné informácie.

Pre vytváranie hesiel sa odporúča používať rozmanitú kombináciu:

- písmen
- číslíc
- symbolov



3. Bezpečné nakupovanie online

Na internetový nákup použijete kreditnú alebo virtuálnu kartu

- Pri online nákupech je odporúčané uprednostňovať kreditné karty, pretože poskytujú dodatočnú úroveň ochrany. Na rozdiel od debetných kariet, ktoré sú priamo spojené s vaším bankovým účtom, kreditné karty často poskytujú väčšiu istotu v prípade, že by váš účet bol ohrozený.
- Po každom online nákupe je dôležité skontrolovať výpisy z účtu a zabezpečiť, aby sa zhodovali s vašou nákupnou aktivitou.
- Ak zistíte akúkoľvek neznámu transakciu alebo podozrivú aktivitu, ihneď informujte svoju banku. Rýchla reakcia vám pomôže minimalizovať možné finančné riziká a ochrániť vaše účty pred neoprávneným používaním.
- Bezpečnejšie je tiež neukladať údaje o vašej platobnej karte do prehliadača a radšej stráviť pár sekúnd navyše vypisovaním informácií, čo v konečnom dôsledku môže zachrániť vaše peniaze.
- V prípade, že máte z platby kartou vopred obavy, stále môžete využiť možnosť platby na dobierku. V tomto prípade zaplatíte za vašu zásielku až pri prevzatí.



3. Bezpečné nakupovanie online

Pozor na verejné WiFi pripojenie

- Vyhýbajte sa zdieľaniu osobných údajov pri online nakupovaní cez verejné pripojenia WiFi. Tieto siete zvyčajne disponujú obmedzenými bezpečnostnými opatreniami, čo otvára možnosť hackerom na odchyťovanie vašich informácií počas ich prenosu. Dôrazne odporúčame obmedziť citlivé operácie na zabezpečené siete a vyhnúť sa verejným pripojeniam pre maximalizáciu bezpečnosti vašich osobných údajov.
- V prípade, že je nevyhnutné nakupovať cez verejnú WiFi sieť, odporúčame vám využiť oficiálnu aplikáciu obchodníka namiesto webového prehliadača.
- Ak aplikáciu nemáte stiahnutú, sťahujte ju iba zo zabezpečenej siete, nie cez verejnú WiFi sieť, aby ste minimalizovali riziko neoprávneného prístupu.
- Zároveň sa uistite, že máte zapnutú bránu firewall vo vašom zariadení. Táto funkcia zabezpečuje kontrolu všetkých pripojení medzi sieťou a vaším systémom, čím vás chráni pred potenciálnymi kybernetickými hrozbami.



3. Bezpečné nakupovanie online

Vypĺňajte len nutné informácie

Pri online nakupovaní od vás bude e-shop požadovať určité informácie, ktoré sú nutné pre doručenie tovaru a vystavenie faktúry. Zvyčajne sa jedná o vaše meno, priezvisko, adresu doručenia, telefónne číslo, e-mailovú adresu a platobné informácie, ak ste sa rozhodli zaplatiť za tovar okamžite.

- Svoju pozornosť zvýšte vtedy, ak obchod vyžaduje ďalšie informácie, ako sú údaje o bankovom účte, číslo občianskeho preukazu alebo vodičského preukazu, alebo heslá. Takýto e-shop je často nedôveryhodný a lepšie urobíte, ak v nákupe nebudete pokračovať.
- Niektoré spoločnosti tiež môžu zisťovať vaše záujmy, nákupné preferencie alebo pohlavie na účely štatistík o spotrebiteľskom správaní. Tieto informácie by však mali byť vždy dobrovoľné a vždy sa môžete rozhodnúť, či ste ochotný ich poskytnúť alebo nie.



3. Bezpečné nakupovanie online

Nezabudnite sa odhlasovať

Pri nákupe cez internetový prehliadač je dôležité uistiť sa, že sa po každom nákupe bezpečne odhlásite zo svojho účtu. Táto opatrnosť je dôležitá napríklad v prípade, ak sa k vášmu zariadeniu dostane niekto iný, napríklad vaše dieťa, ktoré by mohlo nevedomky uskutočniť nákupy.

- Rovnaké bezpečnostné opatrenia platia aj pre mobilné zariadenia. Zabezpečte svoj smartfón alebo tablet dostatočne silným PIN kódom alebo odtlačkom prsta, aby ste minimalizovali riziko neoprávneného prístupu a náhodných nákupov.



3. Bezpečné nakupovanie online

Vyhňte sa nedôveryhodným e-shopom

Svet online nakupovania ponúka milión webových stránok, kde môžete nájsť to, čo hľadáte. Aj keď väčšina z nich je spoľahlivá, rozpoznať podvodné stránky si vyžaduje zvýšenú pozornosť. Pred nákupom si vždy overte informácie o prevádzkovateľovi e-shopu.

Súlad s platnou legislatívou vyžaduje, aby prevádzkovatelia online obchodov zverejnili svoje údaje, a to:

- názov firmy
- sídlo
- fakturačné informácie
- IČO, DIČ
- podmienky nákupu, reklamácie a kontaktné údaje

Ak obchodník nezverejňuje fyzickú adresu, ale iba P.O.BOX, a máte pochybnosti o jeho serióznosti, je bezpečnejšie sa vyhnúť nákupu a hľadať spoľahlivejšie možnosti.



3. Bezpečné nakupovanie online

Recenzie zákazníkov veľa prezradia

Pri posudzovaní bezpečnosti e-shopu vám môžu poslúžiť aj recenzie od používateľov, či už priamo na danom e-shope alebo na rôznych weboch s recenziami.

- Ak má e-shop recenzií príliš málo, alebo ak má jednomyselne niekoľko desiatok recenzií s piatimi hviezdikami bez komentárov, môže ísť o falošné recenzie.
- Podozrivé sú aj recenzie, ktoré sú plné nadšenia alebo gramatických chýb.

Je dôležité uvedomiť si, že žiadny internetový obchod nemôže poskytovať dokonalé služby, ktoré by vyhovovali všetkým zákazníkom. Negatívne recenzie sú preto prijateľné. Kladom je, ak sa k nim predajca prizná, neskrýva ich a snaží sa poskytnúť riešenie, čím demonštruje transparentnosť a zodpovednosť voči zákazníkom.



3. Bezpečné nakupovanie online

Pozor na podvodníkov!!

Čoraz častejšie sa nechajú Slováci nachytať na podvody s kuriérmi, ku ktorým zvyčajne prichádza nie na e-shopoch, ale rôznych bazároch, prostredníctvom ktorých ľudia predávajú tovar medzi sebou. Často sa stáva, že podvodníci oslovujú ľudí pod zámienkou záujmu o ich predávaný tovar. Na začiatku komunikácie prejavia zdanlivý záujem, ktorý neskôr potvrdia. Scenár býva zvyčajne nasledovný:

- Zvyčajne vám podvodník oznámi, že zaplatí vopred, pretože sa momentálne nenachádza v rovnakom meste ako vy.
- Postupne vám pošle odkaz na fiktívne platobné alebo doručovateľské služby.
- Podvodník tvrdí, že už poslal platbu prepravnej spoločnosti, ktorá ju uvoľní, až keď sa preukážete poštovým dokladom, že ste tovar odoslali kupujúcemu – v tomto prípade podvodníkovi. Ak však tovar skutočne odošlete, peniaze nikdy nedostanete späť.
- Existujú však aj prípady, že v odkaze, ktorý vám podvodník poslal máte vyplniť údaje z vašej platobnej karty, aby vám mohla byť suma, ktorú podvodník poslal pripísaná na účet. V tomto prípade majte na pamäti, že nikdy nikde nezadávať údaje zo svojej karty, nech už odkaz ktorý podvodník poslal vyzerá akokoľvek dôveryhodne.




3. Bezpečné nakupovanie online

Čo robiť, ak ste sa stali obeťou podvodu?

- **Zmeňte heslo** - ak máte pocit, že má niekto prístup k vášmu účtu, okamžite zmeňte jeho heslo. Svoje účty vám odporúčame zabezpečiť aj dvojfaktorovou autentifikáciou, ak je to možné.
- **Urýchlene kontaktujte banku** - ak dôjde ku krádeži platobných údajov, bezodkladne sa spojte so svojou bankou, aby ste zablokovali prístup a podnikli potrebné kroky na obnovenie bezpečnosti vášho účtu.
- **Skontrolujte zariadenie** - v prípade, že je váš počítač, notebook alebo iné zariadenie zasiahnuté malvérom, vykonajte hĺbkovú kontrolu pomocou bezpečnostného softvéru a aktualizujte operačný systém.
- **Blokovanie podvodníkov** - ak vás podvodníci kontaktujú na sociálnych sieťach, okamžite si zablokujte ich profily a informujte oficiálny profil predajcu o podvodných aktivitách.
- **Kontaktujte SOI** (Slovenská obchodná inšpekcia) - ak máte podozrenie na pofidérny e-shop.
- **Kontaktujte políciu** - v prípade, že ste pri phishingovom útoku utrpeli finančné straty, bezodkladne informujte políciu a poskytnite im relevantné informácie o podvode..





D. Všeobecné znalosti v oblasti životného prostredia aplikované na digitalizáciu, rovnosť a aktívne európske občianstvo

20 hodín

1. Digitalizácia a životné prostredie

Digitalizácia môže do značnej miery prispieť k trvalej udržateľnosti životného prostredia.

V čoraz viac digitalizovanom svete je nevyhnutné pochopiť, ako môžu byť technológie našim spojencom pri ochrane životného prostredia.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Zníženie spotreby papiera.

Prechod na digitálne dokumenty znižuje dopyt po papieri, chráni lesy a znižuje uhlíkovú stopu spojenú s výrobou papiera.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Príklad zníženia spotreby papiera.

Digitálna fakturácia:
Prechod na elektronické faktúry nielen zefektívňuje obchodné procesy, ale výrazne prispieva aj k zníženiu spotreby papiera.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Energetická účinnosť.

Implementácia digitálnych technológií umožňuje efektívnejšie hospodárenie s energiou, čo prispieva k šetreniu zdrojov a znižovaniu emisií.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Príklad energetickej účinnosti.

Senzory pre riadenie zdrojov:
Použitie digitálnych senzorov pri monitorovaní zdrojov, ako je voda a energia, umožňuje presnejšie a udržateľnejšie hospodárenie, čím sa predchádza zbytočnému plytvaniu.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Práca na diaľku a redukcia cestovania.

Prijatie práce na diaľku a videokonferencie znižuje potrebu každodenných ciest a znižuje emisie znečisťujúcich plynov.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Príklad práce na diaľku a redukcii cestovania.

Práca na diaľku a videokonferencie: Začlenenie práce na diaľku nielenže zlepšuje kvalitu života, ale má aj pozitívny vplyv na znižovanie emisií znížením denného dochádzania.



1. Digitalizácia a životné prostredie

Prijatím uvedomelých digitálnych praktík môžeme byť činiteľmi zmeny v ochrane životného prostredia.

Digitalizácia nielen zvyšuje efektivitu, ale ponúka aj významné riešenia na vybudovanie udržateľnejšej a ekologickejšej budúcnosti.



2. Digitalizácia a rovnosť

Digitalizácia a technológie môžu a mali by podporovať rovnosť.

Digitalizácia nielenže zmenila spôsob, akým žijeme a pracujeme, ale môže byť aj silným nástrojom na budovanie spravodlivejších a inkluzívnejších spoločností.



2. Digitalizácia a rovnosť

Prístup k informáciám:

Digitalizácia poskytuje rovnaký prístup k informáciám, odstraňuje geografické a ekonomické bariéry a umožňuje väčšiemu počtu ľudí zapojiť sa do informačnej spoločnosti.



2. Digitalizácia a rovnosť

Možnosti vzdelávania:

Technológia uľahčuje prístup k online vzdelávaniu a poskytuje spravodlivejšie vzdelávacie príležitosti pre ľudí z rôznych lokalít a sociálno-ekonomického prostredia.



2. Digitalizácia a rovnosť

Online vzdelávanie:

Digitalizácia umožnila rozšírenie online vzdelávacích platforiem, ktoré poskytujú prístup k vzdelávacím kurzom a zdrojom pre ľudí všetkých vekových kategórií a miest.



2. Digitalizácia a rovnosť

Pracovné zaradenie:

Digitalizácia pracovných procesov a osvojenie si práce na diaľku rozširujú pracovné príležitosti a znižujú rozdiely v prístupe na trh práce.



2. Digitalizácia a rovnosť

Práca na diaľku:

Práca na diaľku sa ukázala ako životaschopná možnosť pre rôzne profesie, ktorá umožňuje väčšiu flexibilitu práce a prináša výhody tým, ktorí čelia prekážkam pri práci na tradičných miestach.



2. Digitalizácia a rovnosť

Finančné začlenenie:

Digitálne finančné služby zlepšili finančné začlenenie tým, že poskytli prístup k bankovým službám a bezpečným transakciám pre predtým marginalizované komunity.



2. Digitalizácia a rovnosť

Digitalizácia môže byť katalyzátorom rovnosti, je však nevyhnutné riešiť výzvy, ako je digitálna priepašť.

Porozumením a inkluzívnym využívaním technológií môžeme pracovať na spravodlivejšej spoločnosti, v ktorej má každý možnosť prosperovať a plne sa podieľať na digitálnom veku.



3. Aktívne európske občianstvo

Význam aktívneho európskeho občianstva je nepopierateľný.

Európska únia podporuje zásah občanov a kľúčové programy, ako je Erasmus Plus, zohrávajú kľúčovú úlohu pri jeho podpore.



3. Aktívne európske občianstvo

Kľúčové body:

Participácia občanov: Dôležitosť aktívneho zapojenia sa do rozhodovania na miestnej a európskej úrovni.

Európske hodnoty: Rešpektovanie rozmanitosti, ľudské práva a solidarita ako základy európskeho občianstva.

Zodpovednosť a prínos: Úloha každého občana pri budovaní zjednotenej a prosperujúcej Európy.



3. Aktívne európske občianstvo

Projekty neprospievajú len jednotlivcom, ale posilňujú aj prepojenie a spoluprácu v rámci Európskej únie.

Programy ako Erasmus Plus majú zásadný význam.



3. Aktívne európske občianstvo

Erasmus Plus sa zameriava na školské vzdelávanie, ako aj na odborné vzdelávanie a prípravu dospelých.

Má programy mobility a spolupráce a funguje centrálné v Španielsku prostredníctvom SEPIE alebo decentralizovane v Bruseli, centrále EÚ.



3. Aktívne európske občianstvo

Erasmus Plus podporuje mobilitu a spoluprácu medzi mladými Európanmi v oblasti vzdelávania.

Erasmus Plus podporuje kultúrne obohatenie prostredníctvom medzikultúrnych skúseností, ktoré podporujú porozumenie a toleranciu.

Erasmus Plus prispieva k osobnému a profesionálnemu rozvoju prostredníctvom dlhodobého vplyvu účasti na európskych programoch na životy jednotlivcov.



3. Aktívne európske občianstvo

Aktívnou účasťou na európskom občianstve a podporou programov ako Erasmus Plus každý z nás prispieva k upevňovaniu komunitných väzieb a napredovaniu zjednotenej Európy.

Nezabúdajme, že naša účasť je kľúčom k ďalšiemu úspechu týchto projektov a vytváraníu integrovanejšej európskej budúcnosti založenej na spolupráci.





Očakávané výsledky

Asimilácia obsahu. Účasť na online kurze. Digitálny podpis. Vzťah k administratíve alebo iným subjektom.



Prieskum spokojnosti

Hodnotenie a dopad kurzu