



SENIORZY DLA SENIORÓW

Podręcznik

SILNI W SIECI



Seniorzy dla Seniorów
Podręcznik

Spis Treści

01

Jak nauczać dorosłych

02

Jak przeprowadzić kurs

03

Prawo cybernetyczne w Polsce i
na Litwie

04

Sieć Edukatorów

05

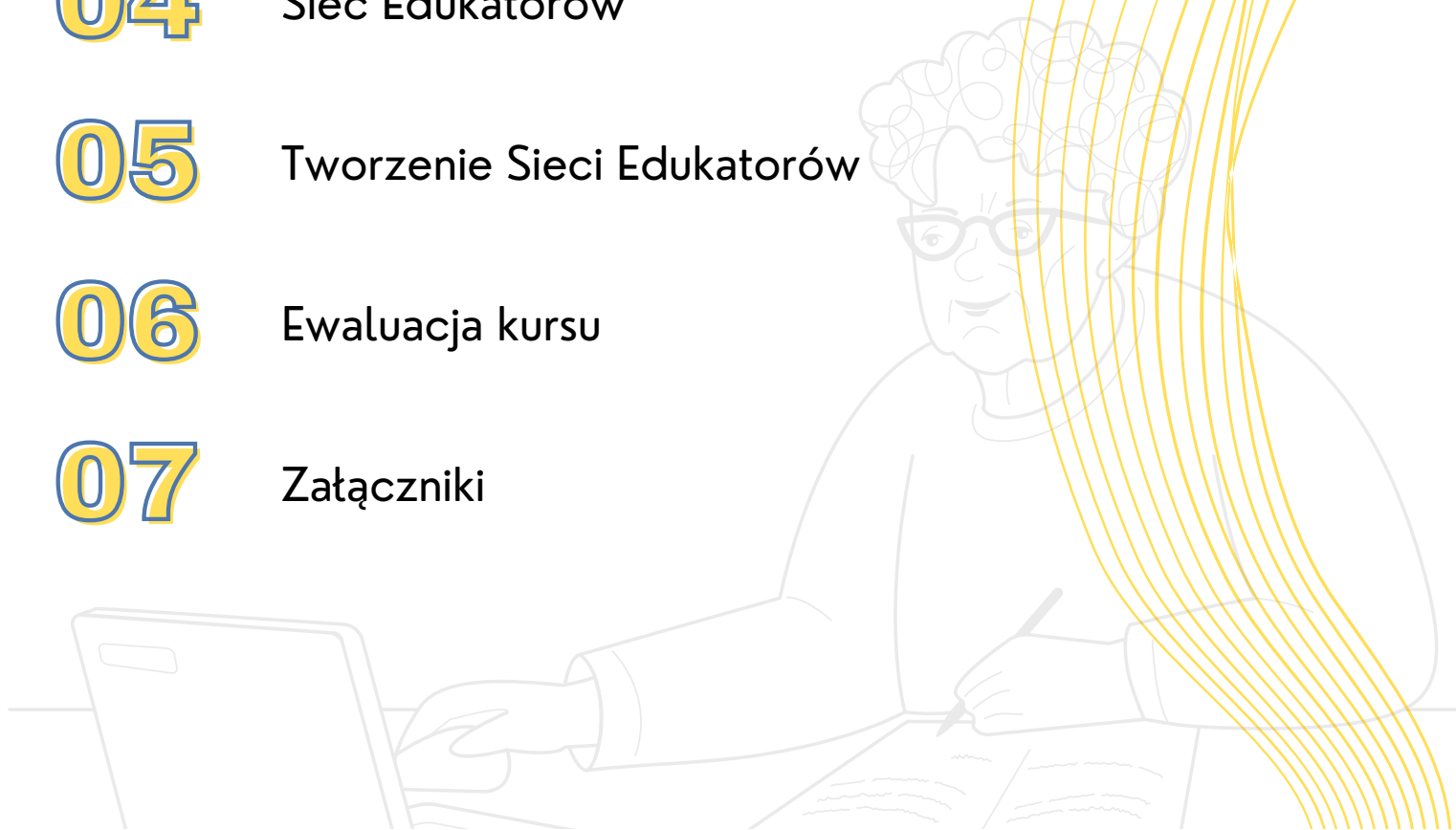
Tworzenie Sieci Edukatorów

06

Ewaluacja kursu

07

Załączniki



O projekcie

Projekt „Seniorzy dla Seniorów”, to wyjście poza klasyczne akcje czy kampanie edukacyjne. Ten projekt daje Seniorom konkretne narzędzia do samostanowienia i samoobrony na własnych zasadach. Daje możliwość realizowania siebie, rozwijania się i dbania o siebie nawzajem.

Autorzy Projektu chcą wspierać gotowość i odporność seniorów w cyfrowym świecie. Projekt zapewnia wsparcie rozwoju kompetencji, a nie edukacji z pozycji autorytetu młodego cyfrowego pokolenia.

Seniorzy, jak pokazuje ich zaangażowanie w Uniwersytety Trzeciego Wieku i organizacje pozarządowe chcą być jak najdłużej samodzielni. Podejmować aktywności w dogodny dla siebie sposób, dostosowany do ich możliwości, bez stawiania barier, wynikających z ograniczeń wiekowych.

Autorzy Projektu dostrzeliли siłę inicjatyw senioralnych i potencjał Seniorów do jednoczenia się i wspólnego działania. Dlatego projekt opiera się na tutoringach rówieśniczym jako najlepszej formie przekazywania wiedzy i umiejętności w środowisku senioralnym.



Dofinansowane przez
Unię Europejską

Partnerzy projektu



Rozdział 1

JAK NAUCZAĆ DOROSŁYCH

WSTĘP

Wydawać by się mogło, że skoro mówimy o nauczaniu dorosłych przez dorosłych, Seniorów przez Seniorów nie ma potrzeby poruszać i szerzej omawiać zagadnień związanych ze sposobami nauki, przekazywania wiedzy, pracy indywidualnej i w grupach. Nic bardziej mylnego. Nauczanie dorosłych jest o tyle trudniejsze od nauczania dzieci i młodzieży, z uwagi na to, że o ile są to osoby już ukształtowane pod wieloma względami przez swoje nawyki, przekonania, lęki, a nawet strach, i przyzwyczajenia. Powyższe czynniki mają często kluczową rolę w przyswajaniu wiedzy i zdobywaniu nowych kompetencji.

Projekt „Seniorzy dla Seniorów” porusza temat edukacji osób starszych, a także tutoringu rówieśniczego. W tym rozdziale skupimy się na nauczaniu osób dorosłych, wyposażając korzystających z tego Podręcznika w niezbędną wiedzę i narzędzia. Najpierw jednak, należy zrozumieć dogłębnie temat kursu i projektu. Liderzy projektu, starali się odpowiedzieć na trudności, z którymi muszą mierzyć się osoby starsze, korzystające z Internetu, tj:

- Rosnące wykluczenie cybernetyczne;
- Ponowna wiktylizacji ofiar cyber przestępców;
- Niska skuteczność systemowej pomocy;
- Niski odsetek zgłaszanych cyberprzestępstw

Dodatkowo na etapie zbierania danych, liderzy projektu dostrzegli niepokojące zjawisko, rozwoju mitów, sprzeczności, fałszywych informacji dotyczących Seniorów i ich aktywności w Sieci, tj.:

- Seniorzy nie posiadają kompetencji w zakresie sprawnego poruszania się w Internecie;
- Są mało aktywni zarówno w swoich rodzinach jak i grupach rówieśniczych;
- Najnowsze technologie są tylko dla „młodych”;
- Ofiarami cyberprzestępstw padają wyłącznie dzieci i Seniorzy, a więc grupy powszechnie uznawane za wrażliwe, nieświadome;
- Nauka w późnym wieku ma słabe rezultaty;
- Seniorzy boją się nowych inicjatyw i wyzwań.



JAK UCZYĆ OSOBY DOROSŁE?

Wincenty Karawajczyk stworzył 6 zasad modelu andragogicznego, który pozwala zrozumieć, jak dotrzeć do dorosłych uczniów, aby efektywniej przekazywać wiedzę:

1. Poznanie powodów oraz skutków uczenia się lub zaniechania wiedzy - dorośli muszą wiedzieć dlaczego się czegoś uczą, jakie korzyści przyniesie im pozyskanie wiedzy, lub też jakie konsekwencje może mieć jej brak. Przed decyzją, następuje kalkulacja zysków i strat.
2. Proces nauki nie może odbierać dorosłym samodzielności, ani poczucia o samostanowieniu. W przeciwnym razie budzić będzie opór, niechęć i wycofanie.
3. Większy zasób doświadczeń do których należy odwoływać przekazywane treści, pokazując związki korelacyjne, pozwalające na wykorzystanie posiadanych zasobów. Skuteczniejsze będą zajęcia oparte na dyskusji, case studies, konwersatoria, zadania polegające na praktycznym znalezieniu rozwiązania. Dorośli nawet w podobnym wieku mogą mieć odbiegające od siebie wiedzę, doświadczenie, które wpłynąć będą na przyswajanie wiedzy. Posiadane zasoby mogą jednak być przeszkodą, zwłaszcza jeśli dorośli z góry prezentują przekonanie, że "wiedzą lepiej".
4. Dorośli chętniej uczą się mając pewność, że posiadana wiedza pozwoli im być skuteczniejszymi, efektywniejszymi. Dobrowolność jest kluczowa.
5. Nauczanie dorosłych, częściej opiera się na zadaniowości, uczeniu się określonych czynności, niż na całościowym uczeniu się podręczników "od deski do deski".
6. Dorośli są motywowani zarówno poprzez czynniki wewnętrzne, jak ambicja, pozyskanie nowych umiejętności, odpowiedzialność i zewnętrzne, takie jak awans, podwyżka, lepsza praca.

JAK UCZYĆ OSOBY DOROSŁE?

Aby nauczanie osób dorosłych było skuteczne, należy zadbać o kilka elementów:

- Stworzenie atmosfery wzajemnego szacunku, współpracy i zaufania;
- Odpowiednie warunki techniczne w miejscu zdobywania wiedzy;
- Współdecydowanie o procesie nauczania przez uczestników, zamiast narzucania gotowych rozwiązań;
- Różnorodne formy kształcenia, uzależnione od nauczanych osób;
- Wskazanie celów kształcenia;
- Opracowanie planu osiągnięcia założonych celów, przygotowanego konkretnie dla grupy lub indywidualnych osób;
- Ewaluację procesu nauczania.

Dorośli, w tym Seniorzy, lepiej przyswajają wiedzę, gdy:

- Mają możliwość odwołania się, nawiązania do swojego doświadczenia, podzielenia się z nim z innymi uczestnikami;
- Czują, że mieli wpływ na wybór treści szkolenia, lub na sposób ich przekazania, mogli zdecydować o tym jak będą się uczyć;
- Udział jest dobrowolny, a cele i znaczenie konkretnego działania są im wcześniej przekazane i z nimi potwierdzone;
- Zajęcia są wolne od oceniania, pozwalają na interpretację treści, bez bycia osądzanym.

Chętniej podejmowane są działania, które zakładają:

- Aktywne uczestnictwo;
- Dużą wagę przekazywanych treści, (znaczenie rozumiane dwojako; dla jednostki i dla społeczeństwa);
- Interakcję między uczestnikami i między prowadzącym a uczestnikami.

Wobec tego osoby prowadzące zajęcia dla dorosłych, w tym również dla seniorów, powinny:

- Stworzyć atmosferę otwartości, partnerstwa i tolerancji;
- Wskazać uczestnikom, przydatność prezentowanych treści, powiązać je bezpośrednio z ich potrzebami i wartościami;
- Ukazać możliwości wykorzystania doświadczeń i wiedzy uczestników podczas nauki;
- Znać powody decydujące o wyborze konkretnych tematów, czy metod przekazywania wiedzy, jeśli seniorzy nie mieli wpływu na dobór materiału;
- Przedstawić zależności i powiązania pomiędzy konkretnymi blokami zajęciowymi, aby uczestnicy nie stracili ostatecznego celu z punktu widzenia.

Jak zostało wielokrotnie podkreślone, budowanie odpowiedniej atmosfery podczas prowadzonych zajęć jest kluczowe dla osiągnięcia założonych celów edukacyjnych. Może dojść do porzucenia lub zaprzestania nauki w przypadku, gdy prowadzący nie zadba o to, by uczestnicy czyli się „dobrze w swojej klasie”.

Przyjazną i otwartą atmosferę, buduje się poprzez:

- "Język prowadzącego, wolny od protekcyjnych komunikatów (ocen, pouczeń, moralizatorstwa);
- Stymulowanie dyskusji, wymiany doświadczeń;
- Dawanie wyborów, uznanie prawa do własnego zdania, pamiętając jednak zawsze o celach szkolenia;
- Uwzględnianie potrzeb;
- Współdecydowanie (zawieranie kontraktów na zasady, które mają obowiązywać na szkoleniu, umów, wspólne rozwiązywanie problemów, wspólne decyzje);
- Dyskrecję, rozumianą jako nie wynoszenie informacji ze szkolenia na zewnątrz bez wiedzy i zgody uczestników;
- Dbanie o przyjazną atmosferę i konstruktywny sposób komunikowania się uczestników"[1].

BARIERY W UCZENIU SIĘ OSÓB DOROSŁYCH

Jedną z największych zmór edukacji, jest podeście osób ją pobierających, zbudowane na przekonaniu braku przydatności poznawanych treści. Brak możliwości zrozumienia, jaki cel niesie ze sobą konkretna wiedza, powoduje, że będziemy ją odrzucać. Dorośli jednakże, mają tę przewagę nad dziećmi, iż wskazanie im konkretnych i realnych korzyści i celów, spowoduje znaczny wzrost ich zaangażowania. Zostanie to spotęgowane poprzez nawiązywanie do wiedzy i doświadczenia zdobytego poprzez doświadczenia życiowe i zawodowe. Wykorzystanie tego niezwykle cennego źródła wiedzy i informacji, znacznie urozmaici zajęcia.



Co więcej, zadecyduje o ich niepowtarzalnym i unikatowym charakterze, bowiem, każda grupa, prezentować będzie inne doświadczenia, podejścia i wartości. W ten sposób temat przedstawiany przez prowadzącego, będzie modyfikowany przez uczestników, dając im realny wpływ na kształt i metody pobierania wiedzy. Poziom abstrakcyjności wiedzy, sprowadzany jest więc do minimum, poprzez zarówno przekazanie uczestnikom decyzyjności, sprawczości, poczucia ważności ich osiągnięć i wiedzy, wyjątkowości i celowości.

Oznacza to, że przykładanie uwagi do pragmatyki zajęć, opieraniu ich o przykłady, ćwiczenia, prace w grupach i dyskusję dawać będzie pozytywne rezultaty.

"Jeżeli dorośli chcą i potrzebują się uczyć poprzez doświadczenie, a do uczenia się podchodzą jak do rozwiązywania problemów, trener powinien przeprowadzić warsztaty w taki sposób, żeby umożliwić im eksperymentowanie, doświadczenie nowych umiejętności, jak również stymulować ich często do myślenia i samodzielnego rozwiązywania zadań i problemów.

Do tego najbardziej nadają się warsztatowe formy szkolenia, czyli takie, w których większość aktywności jest po stronie uczestników. Jedną z najbardziej efektywnych form warsztatowych jest trening, na którym uczestnicy są aktywni, ale w specyficzny sposób" [2].

Niemniej, nawet wykorzystując powyższe wskazówki, możemy jako prowadzący spotkać się z oporem osób pobierających wiedzę lub innymi barierami. Emilia Mazurek i Tomasz Stępień wyróżnili kilka barier w nauczaniu i uczeniu się dorosłych [3].

Bariera 1:. Niechęć do edukacji organizowanej przez instytucję:

Rola Edukatora: Wykorzystanie aktywizujących metod działania. Budowanie klimatu akceptacji i współpracy. Budowanie relacji z uczniem, opartej na szacunku i dialogu, utworzenie przestrzeni na doświadczenia życiowe ucznia. Zachęcanie do pracy w grupie.

Bariera 2: Postrzeganie treści jako nie potrzebnych:

Rola Edukatora: Nauczyciel powinien oferować indywidualne wsparcie nastawione na wspólne zdefiniowanie potrzeb i celów, a także planu działania. Wykorzystanie metod, które będą miały odniesienie w realnych problemach. Wzmacnianie wyników edukacyjnych osoby zmagającej się negatywnym postrzeganiem edukacji.

Bariera 3: Brak lub niska motywacja.

Rola Edukatora: Wsparcie indywidualne polegające na aktywizowaniu danego ucznia i wskazywania jego sukcesów, mocnych stron. Budowanie relacji opartej na zaufaniu i współpracy. Docenianie małych postępów. Wykorzystywanie doświadczenia życiowego ucznia.

Bariera 4: Niepełnosprawność.

Rola Edukatora: Zapewnienie warunków technicznych, które wesprą osobę z niepełnosprawnością w procesie zdobywania wiedzy. Zapewnienie wsparcia emocjonalnego i upewnienie się, że nastąpiła odpowiedź na zgłoszone potrzeby. Zachęcanie do skorzystania ze wsparcia systemowego.



Materiały źródłowe

- [2] "Andragogika, czyli jak uczyć dorosłych?", <https://www.ore.edu.pl/wp-content/plugins/download-attachments/includes/download.php?id=5521>
- [3] E. Mazurek, T. Stępień, "Kompedium wiedzy koniecznej edukatora dorosłych", online: https://pwr.edu.pl/fcp/cGBUQOQtTKIQhbx08SlkTWwRQX2o8DAoHNiWFE1wZDyEPG1gnBVcoFW8SBDRTxMKRyOSODwBBAEIMQheCFVAORFCHzY/80/publi/c/docs/projekt_lowe/kompedium_wiedzy_koniecznej_edukatora_doroslych_.pdf

PODUSMOWANIE

W zależności od tego na jakim etapie są dorośli pobierający edukację, prowadzący, może przybrać różne role. Nauczanie dorosłych to proces dwustronny, zaangażowanie obydwu stron, korzystanie ze wzajemnych doświadczeń jest konieczne. Możemy więc w tej relacji, zarówno uczyć się i podnosić swoje kompetencje, jak i nauczać.

Wypracowane podejście andragogiczne zawiera wiele cennych wskazówek. Wykorzystując je unikniemy licznych pułapek jak:

- patronizacji osób, którym będziemy przekazywać naukę;
- powstania w dorosłych uczniach barier i niechęci, których pokonanie może z czasem okazać się niezwykle trudne, a nawet niemożliwe;
- wycofania się z procesu nauczania, lub sprawić, że proces ten będzie nieefektywny.

Podejście andragogiczne do uczenia się dorosłych opiera się na kilku zasadach, które przestrzegane znacząco wesprą edukatora.

Rola edukatora: Marginalna. Ograniczona do motywowania i wspomagania w procesie edukacyjnym. Osoba dorosła posiada dużą niezależność i autonomię, którą należy uszanować. Nauczyciel powinien stworzyć odpowiednie ramy, które wspierają samodzielność ucznia.

Znaczenie doświadczenia: Nauczyciel, powinien odwoływać się do doświadczenia uczniów. Uczenie się poprzez działanie, jest główną zasadą w edukacji dorosłych.

Motywacja do nauki: Główną motywacją osoby dorosłej, jest możliwość skorzystania z wiedzy w życiu codziennym. Nauczanie powinno być skoncentrowane na praktycznym zastosowaniu nowo nabytej wiedzy i umiejętności. Osoba dorosła szuka w zdobywaniu kompetencji szansy na poprawę swojej sytuacji życiowej.

Atmosfera: zaufanie, obustronny szacunek, nieformalne relacje, wsparcie i troska.

Plan uczenia się: opracowany wspólnie, przez nauczyciela i ucznia. Wspólne diagnozowanie potrzeb. Nauczyciel zapewnia niezbędne informacje i pomaga w osiągnięciu celów.

Metody i techniki: Eksperymentowanie, dyskusje, symulowanie i case studies.

Ewaluacja: Wspólna ocena efektów edukacji.



Rozdział 2

Jak przeprowadzić kurs

WPROWADZENIE

Podręcznik ten powstał, aby pomóc innym Edukatorom, nauczycielom i wszystkim, którzy chcieliby skorzystać z tego kursu, w edukacji i podnoszeniu umiejętności bezpieczeństwa i obrony Seniorów w sieci. W tym właśnie podręczniku mamy też rozdział o edukacji dorosłych. Wierzymy, że owocne będzie zapoznanie się z tym rozdziałem przed rozpoczęciem kursu.

Cały kurs „Silni w Sieci” musi być przekazywany jako całość, został jednak podzielony na 7 rozdziałów dla większej przejrzystości. Kurs powstał z elementów uzupełniających się, co oznacza, że tylko jako całość może spełniać założenia edukacji w zakresie cyberbezpieczeństwa.

Poniżej znajdziesz opis poszczególnych jednostek, przeczytaj go uważnie. Ukazany sposób prowadzenia kursu został stworzony specjalnie przez twórców projektu „Seniorzy seniorom”. Wierzymy, że będzie to pomocne nie tylko w zrozumieniu istoty kursu, ale także ułatwi przekazywanie wiedzy innym Seniorom. Oczywiście nie oznacza to, że nie można nic zmienić, ale proszę pamiętać o celach, które stoją za projektem i kursem.

REKRUTACJA

Ponieważ kurs jest skierowany do Seniorów, dlatego powinien być prowadzony wśród osób w wieku 60+. Po wprowadzeniu pewnych zmian, z pewnością może być również przeprowadzony w młodszych grupach. Należy zaznaczyć, iż kurs „Silni w Sieci” został oparty na metodach edukacji andragogicznej. Co oznacza, że w tej postaci może być stosowany tylko u osób dorosłych.

Kluczowym warunkiem uczestnictwa w kursie jest podstawowa znajomość obsługi komputera i/lub telefonu oraz aktywne korzystanie z Internetu. Warunek ten ma swoje uzasadnienie, kurs pomaga uniknąć cyberprzestępczości, co oznacza, że uczestnicy powinni być przynajmniej w podstawowym stopniu aktywni w przestrzeni wirtualnej. Dodatkowo, uczestnicy powinni wykazać się chęcią podzielenia się z innymi wiedzą, którą posiadają podczas kursu, co pomoże w realizacji jednego z głównych celów projektu „Seniorzy Seniorom”.

Możesz skorzystać z formularza rekrutacyjnego, który został stworzony przez Liderów Projektu, sprawdź listę załączników.

Podsumowując:

1. Kurs przeznaczony jest dla osób dorosłych, w szczególności Seniorów.
2. Uczestnikami powinni być aktywni użytkownicy sieci, posiadający podstawową wiedzę z zakresu obsługi komputera i/lub telefonu.
3. Uczestnicy powinni wyrazić chęć szerzenia wiedzy w swoim środowisku lokalnym.

PROWADZENIE KURSU

I. MIEJSCE:

Kurs „Silni w Sieci” może odbywać się w dowolnej sali, która została przygotowana na potrzeby warsztatów. Ważne jest zapewnienie komfortu uczestnikom. Biorąc pod uwagę fakt, że kurs dotyczy bezpieczeństwa w sieci, w trosce o nasze środowisko zdecydowanie polecamy salę wyposażoną w komputer lub ekran i rzutnik. Zapobiegnie to niepotrzebnemu drukowaniu materiałów.

II.GRUPA:

Poza tym, co zostało już powiedziane o uczestnikach, zalecamy prowadzenie kursu w grupach dostosowanych liczebnie do formy warsztatu. Kurs „Silni w sieci” został przygotowany dla maksymalnie 12 uczestników w jednej grupie. W dużych grupach czas trwania warsztatu może się wydłużyć, również w większej grupie możemy zaobserwować brak zaufania, które jest potrzebne podczas warsztatu. Podczas prowadzenia kursu niektórzy uczestnicy mogą przyznać się, że padli ofiarą cyberprzestępców. Zauważamy, że cyberoszustwa mogą powodować traumę lub inne problemy psychiczne.

III.PORZĄDEK:

Kurs podzielony jest na 6 odrębnych jednostek. Zalecamy zachowanie zaproponowanego sposobu wykonania. Nie jest jednak wymagane ścisłe podążanie za przydzielonymi cyframi poszczególnym modułom. Możesz wybrać, które jednostki będą prowadzone jako pierwsze lub jako ostatnie. Proszę pamiętać, że kurs był testowany i oceniany w grupach Seniorów, więc zaproponowana kolejność przyniesie najlepsze efekty.

IV.CZAS JEDNEJ JEDNOSTKI ZAJĘCIOWEJ:

W sumie kurs zaplanowano na 12 godzin zegarowych. Po konsultacjach z organizacjami wyższego szczebla wybraliśmy opcję z 45 minutami pracy i 15 minutami przerwy. Pozwala to na utrzymanie koncentracji uczestników na niezmiennie wysokim poziomie. 15-minutowe przerwy dadzą wystarczająco dużo czasu na odpoczynek i przygotowanie do kolejnych części.

V.CZAS JEDNEGO DNIA ZAJĘCIOWEGO:

Najlepszą formą, według naszego doświadczenia, to od 3 do maksymalnie 4 godzin dziennie. Oznacza to, że kurs powinien trwać od trzech do czterech dni. Zdecydowanie odradzamy spędzanie większej ilości godzin dziennie w grupach seniorów, chyba, że Seniorzy wykażą taką potrzebę. Dostosuj przerwy i zajęcia do możliwości oraz chęci uczestników. Pamiętaj, że:

1. Uczestnicy nie znają większości prezentowanego materiału, co oznacza, że mózg będzie potrzebował czasu na przyswojenie nowej wiedzy.
2. Intensywny kurs może budzić opór, nie dla treści, ale dla umiejętności prezentacyjnych Edukatora. Dlatego jeśli Ty lub Twoja organizacja preferujecie kurs intensywny – warto to skonsultować z grupą.
3. Mimo, że uczestnikami są Seniorzy, prosimy nie wpadać w pułapkę stereotypów na temat nadmiaru czasu wolnego. Seniorzy, jak wszyscy inni, mają swoje obowiązki i zobowiązania.

Pomimo zaprezentowanego harmonogramu, proszę pamiętać, że każdy rozpoczęty temat powinien zostać zakończony tego samego dnia. Nie zalecamy również długich przerw pomiędzy poszczególnymi dniami kursu. Rozsądne może być przeprowadzenie całego kursu w ciągu jednego tygodnia lub dwóch kolejnych weekendów. Dłuższe przerwy będą wymagały intensywnego powtarzania poprzednich jednostek, co może wpłynąć na wydłużenie czasu trwania kursu.

Zaleca się również przeprowadzenia szybkiego powtórzenia kluczowych treści z poprzednich zajęć na początku kolejnego dnia warsztatowego.

VI. FORMA:

Dwa z sześciu modułów mają formę wykładu, jednak i tam znajdziesz przykłady lub ćwiczenia, które warto przedstawić uczestnikom. Uczucie się dorosłych powinno opierać się na metodach aktywnych, takich jak: ćwiczenia, dyskusje, aktywny udział oraz możliwość wykorzystania doświadczenia i wiedzy w praktyce. Ważne jest również stworzenie atmosfery wzajemnego zrozumienia i szacunku. Pomoże to osiągnąć najlepsze rezultaty.

Rozdziały 2, 3, 5 i 6 oparte są na aktywnym udziale uczestników. Kurs zawiera szeroką gamę przykładów i ćwiczeń. Obejmuje również: pracę w grupach, pracę indywidualną i dyskusję. Możesz zastosować własne sposoby prowadzenia poszczególnych modułów – pamiętaj jednak o zasadach edukacji dorosłych i wartościach kursu „Silni w sieci”.

Możesz dodać własne przykłady lub ćwiczenia do kursu, jednak pamiętaj i szanuj prawa intelektualne projektu „Seniorzy Seniorom”. Liderzy projektu są otwarci na dyskusję nad zmianami w treści kursu. Jeśli chcesz podzielić się z nami swoją opinią, skontaktuj się z nami przez e-mail.

W trosce o środowisko zalecamy udostępnienie kursu wyłącznie w formie cyfrowej, np. pokazywanie przykładów i ćwiczeń na komputerach.

EWALUACJA KURSU

OCENA MODUŁU:

Aby upewnić się, że kurs przebiega prawidłowo, a jego cele są osiągnięte, proponujemy codzienną ewaluację. Wypełnianie kwestionariuszy zaraz po zakończeniu modułu daje rzetelną i aktualną odpowiedź. Cały kurs zaplanowano na 12 godzin. Niezwykle trudno będzie na koniec zapamiętać wszystkie ważne elementy z każdego modułu.

OCENA KOŃCOWA

Liderzy projektu postanowili również przeprowadzić ewaluację na koniec kursu – sprawdzić, czy ogólne potrzeby i oczekiwania zostały spełnione. Otrzymamy również dzięki temu komentarze i opinie uczestników oraz informacje o tym, jak uczestnicy odnoszą się do treści kursu, zastosowanych metod i sposobach ich prezentacji.

OCENA WYKŁADOWCÓW

Liderzy projektu zgodzili się z tym, iż nie tylko Seniorzy powinni ocenić kurs, ale także wykładowcy i opiekunowie (nazywani przez nas: obserwatorami), którzy również powinni wypełniać ankiety. Obserwatorzy mogą w rzeczywistości wydawać bezstronne opinie. Zalecamy skorzystanie z całej zaproponowanej przez nas ewaluacji.

PODSUMOWANIE:

1. Seniorzy powinni wypełniać ankiety po każdym module i po zakończeniu całego kursu. Da to holistyczne spojrzenie na prezentowany kurs.
2. Edukatorzy i obserwatorzy powinni wypełnić ankietę po zakończeniu całego kursu.
3. Wyniki powinny być wykorzystane do doskonalenia nie tylko treści kursu, ale także umiejętności wykładowcy.
4. Pamiętaj, że kurs jest własnością intelektualną, dlatego wszelkie zmiany należy konsultować z liderami projektu „Seniorzy Seniorom”.

Zalecamy skorzystanie z formularzy ewaluacyjnych zamieszczony w rozdziale 6. Uprzejmie prosimy jednak o przesyłanie opinii lub wyników formularzy ewaluacyjnych na nasz adres e-mail seniorzy_edukatorzy@goluchowski.edu.pl. Wykorzystamy te dane do ulepszenia naszego kursu i sieci społecznych Edukatorów Senioralnych.

Rozdział 3

Prawo cybernetyczne w Polsce i na Litwie

Cyberprzestępstwa są dynamiczne i trudne do przewidzenia. W trakcie zajęć dowiadujemy się, że większość działań podejmowanych przez instytucje państwowe w celu zwalczania cyberprzestępców mają charakter reaktywny. Ważne jest jednak, aby prawo próbowało dogonić rzeczywistość.

<i>Nowelizacja Kodeksu karnego 2004</i>	<i>Wprowadzenie do prawa polskiego postanowień Konwencji Rady Europy o Cyberprzestępczości (tzw. Konwencji Budapeszteńskiej) podpisanej przez Polskę w 2001 roku.</i>
<i>27 września 2011</i>	<i>Prezydent RP podpisał nowelizację ustawy o stanie wojennym. Wprowadza do polskiego prawa pojęcie „cyberprzestrzeni”.</i>
<i>1 sierpnia 2018</i>	<i>Prezydent podpisał ustawę o Krajowym Systemie Cyberbezpieczeństwa, wdrażającą Dyrektywę Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) w sprawie środków na rzecz wspólnego wysokiego poziomu bezpieczeństwa sieci i systemów informatycznych na terytorium Unii.</i>
<i>5 października 2022</i>	<i>Nowy projekt nowelizacji ustawy o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa. Ustawa pozwala dostosować polski porządek prawny do obowiązków wynikających z wejścia w życie Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2019/881 z dnia 17 kwietnia 2019 r. w sprawie ENISA oraz certyfikacji cyberbezpieczeństwa w zakresie informacji i komunikacji.</i>

Z różnych dostępnych statystyk i badań przeprowadzonych w ostatnich latach wynika, iż wiele organizacji, w tym administracja publiczna, wciąż ma niewystarczającą wiedzę na temat cyberzagrożeń związanych z użytkowaniem urządzeń elektronicznych.

- Brak odpowiedniej wiedzy i polityki prewencyjnej może być jedną z przyczyn wysokiej skali skuteczności oszustw;
- Wyciek danych osobowych – to jedno z największych zagrożeń;
- Wykorzystywanie krypto walut jako najpopularniejszego środka transakcji dla cyberprzestępców;
- Firmy tracą dane za pośrednictwem złośliwego oprogramowania (malware) i phishingu;
- Szantaż oprogramowaniem — średnia wysokość okupu podwoiła się;
- Dezinformacja – obecna we wszystkich rodzajach mediów pomaga cyberprzestępcom;
- Fałszywe e-maile – najpopularniejszym oszustwem jest wciąż Covid-19.

Powyższe wypowiedzi pokazują, że istnieje duża luka w świadomości, nie tylko wśród zwykłych obywateli, ale przede wszystkim wśród władz i mediów. Druga grupa oddziałuje na ludzi m.in. poprzez możliwość przyciągania opinii społecznej do ważnych spraw.



Ataki phishingowe -
12.7%

Komputery zainfekowane
złośliwym
oprogramowaniem - 3.69%

2021 – 26 900 incydentów
związanych z
cyberbezpieczeństwem

Lokalne ataki złośliwym
oprogramowaniem -
7.54%

Maile spam - 2.05%

Ataki na
użytkowników
mobilnych - 1.48%

Złośliwe mailingi -
0.65%

Telefony zainfekowane
złośliwym
oprogramowaniem - 2.79%

2021 - 25 500 ilość
oszustw
cybernetycznych



Polacy za największe zagrożenie dla danych osobowych uważają oszustów, którzy próbują je wyłudzić za pomocą fałszywych SMS-ów, e-maili i rozmów telefonicznych (43%).

92% seniorów uważa, że niekontrolowany wyciek ich danych osobowych może zagrozić ich finansom.

Co trzeci badany (34,5%) obawia się wycieku swoich danych.

Ankietowani częściej obawiali się wycieków z baz prywatnych firm. Blisko 1/5 badanych (19,3%) uznała je za największe zagrożenie.

Zdecydowana większość polskich pracowników deklaruje, że wie, jak zabezpieczyć swoje urządzenia elektroniczne, które służą do pracy. Tylko 40% z nich myśli o tym w praktyce i stosuje odpowiednie mechanizmy.

Mniej niż 1/5 przedstawicieli tej grupy podejmuje zdecydowane działania w celu ochrony swoich danych.



Według deklaracji respondentów tylko mniej niż połowa z nich (46%) wiedziałaby, jak zareagować w przypadku wycieku danych osobowych. Najwięcej pewności co do tego, co zrobić w takiej sytuacji, mają ludzie młodzi (ponad 57%).

Z kolei największe problemy mieliby z tym Seniorzy. Z badania wynika, że 2/3 osób powyżej 65 roku życia nie wiedziałoby, jak zareagować.

Badania potwierdzają, że to właśnie w najstarszej grupie wiekowej respondenci najczęściej nie potrafili wskazać adresu strony internetowej, która nie budziła zaufania. Tylko 11% respondentów faktycznie go zidentyfikowało, co było najniższym wskaźnikiem spośród wszystkich kategorii wiekowych, wyraźnie niższym od średniej dla wszystkich respondentów, która wynosi 20%.

Prawo cybernetyczne na Litwie

11 grudnia 2014
nr XII-1428 Wilno

Ustawa ta określa organizację, zarządzanie i kontrolę systemu cyberbezpieczeństwa, określa instytucje formułujące i realizujące politykę cyberbezpieczeństwa, ich kompetencje, funkcje, prawa i obowiązki.

XII-1428 Ustawa o bezpieczeństwie cybernetycznym Republiki Litewskiej

Uchwała nr 818 Rządu
Republiki Litewskiej z dnia 5
sierpnia 2018 r

Opis organizacyjnych i technicznych wymagań cyberbezpieczeństwa dla podmiotów cyberbezpieczeństwa

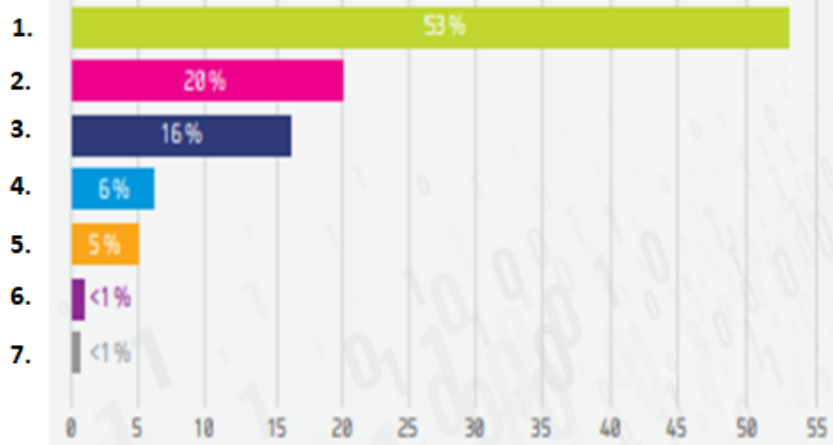
Uchwała nr 818 Rządu
Republiki Litewskiej z dnia 13
sierpnia 2018 r

Krajowy plan zarządzania incydentami cybernetycznymi

Rozkład wszystkich incydentów cybernetycznych zarejestrowanych przez NCSC w 2021 r. według obszaru działania

Rozkład cyber-incydentów w 2021 według obszarów działalności

1. Dostawcy usług hostingowych;
2. Dostawcy usług internetowych;
3. Podmioty zarządzające infrastrukturą krytyczną;
4. Podmioty zarządzające państwowymi zasobami informacyjnymi;
5. Inne podmioty;
6. Osoby prawne;
7. Dostawcy usług cyfrowych.



W 2021 roku zarejestrowano 4088 incydentów cybernetycznych.

Dostawcy usług hostingowych (EISP): zapewniają dostęp do narzędzi do tworzenia i zarządzania informacjami elektronicznymi i/lub przechowują informacje elektroniczne dostarczone przez użytkownika usługi.

Statystyki incydentów cybernetycznych w 2021 r

- 53% cyberincydentów zarejestrowanych przez CERTLT dotyczyło infrastruktury litewskich dostawców usług hostingowych, która może być wykorzystywana dla m.in. stron internetowych, wirtualnych miejsc pracy, usług poczty elektronicznej itp.

- Drugą największą liczbą odnotowanych incydentów cybernetycznych (20%) są incydenty związane głównie z urządzeniami końcowymi (komputerami, urządzeniami inteligentnymi itp.) klientów korzystających z usług litewskich dostawców usług internetowych.
- Trzecie miejsce zajmują cyber-incydenty rejestrowane w systemach teleinformatycznych Zarządców Krytycznej Infrastruktury Informatycznej. W 2021 roku tego typu incydenty stanowiły 16% wszystkich incydentów.
- W pierwszym kwartale 2022 roku intensywność cyber-incydentów utrzymywała się na wysokim poziomie. W pierwszych trzech miesiącach 2022 r. NCSC odnotowało 1020 incydentów cybernetycznych. To nieco więcej niż 981 incydentów odnotowanych w tym samym okresie rok temu.

Liczba cyber-incydentów według Cyber Incident Group odnotowanych przez CERT-LT w 2020 i 2021 r.

NIE.	Zespoły incydentów cybernetycznych	w 2021 r ilość	w 2020 r ilość	Zmiana w szt.
01	Uszkodzenie IP	1 890	1 966	↓ 76
02	Zbieranie informacji (phishing)	1 187	962	↑ 225
03	Spam, rozpowszechnianie wprowadzających w błąd informacji	399	739	+340
04	próba ataku hakerskiego	278	171	↑ 107
05	Nielegalna działalność, oszustwo	136	85	↑ 51
06	Udane hakowanie	125	61	↑ 64
07	Odmowa usługi (DDoS)	43	75	↓ 32
08	Inne incydenty (osobne, niepasujące do opisów żadnej z określonych grup)	22	271	+241
Całkowicie:		4088	4330	↓ 242

Badanie zostało przeprowadzone przez firmę badawczą SKDS. Na Litwie w ankiecie przeprowadzonej online wzięło udział 1017 respondentów w wieku od 18 do 75 lat. Poniżej możesz znaleźć najważniejsze wyniki tej ankiety.

- W ciągu ostatnich kilku miesięcy co druga osoba (47%) na Litwie otrzymała wiadomość lub maila, który pochodził od oszustów;
- Tylko jedna do dwóch na dziesięć (11-18%) osób w wieku 55-75 lat korzystających z Internetu wie, jak chronić się przed cyberzagrożeniami;
- 1/3 (36%) mężczyzn i 1/5 (24%) kobiet określa swoją wiedzę na temat bezpieczeństwa cybernetycznego jako dobrą, mężczyźni częściej niż kobiety oceniali swoją wiedzę jako dobrą;
- Na Litwie 29% respondentów uważa, że ich wiedza na temat cyberbezpieczeństwa osobistego jest dobra;
- 47% respondentów ma średnie zdanie na temat swojego osobistego bezpieczeństwa cybernetycznego, a 20% czuje się źle;
- Jedna trzecia (36%) mieszkańców Litwy byłaby skłonna podać sprzedawcy swoje zdjęcie i wymiary ciała, aby wirtualnie przymierzyć ubranie i zobaczyć, jak leży na jego sylwetce;
- 30% mieszkańców Litwy zmienia hasło producenta;
- 15% Litwinów regularnie śledzi aktualności dotyczące cyberbezpieczeństwa oraz aktualizuje swoją wiedzę i umiejętności.

- Większość mieszkańców Litwy, bo 77%, twierdzi, że nigdy nie otwiera e-maili i wiadomości wysyłanych przez oszustów ani nie klika zawartych w nich linków;
- 66% Litwinów chroni swoje urządzenia i regularnie aktualizuje oprogramowanie na swoich komputerach i smartfonach;
- Bezpieczne hasła, to te które zawierają cyfry lub symbole, a także litery. 60% litewskich respondentów twierdzi, że właśnie takich haseł używa;
- 36% respondentów na Litwie łączy się z Internetem w miejscach publicznych, korzystając z mobilnej transmisji danych, a nie z sieci bezprzewodowej (Wi-Fi) w danym miejscu, co może być niebezpieczne.



Rozdział 4

Spółeczna Sieć Edukatorów Senioralnych

Czym jest Spółeczna Sieć Edukatorów Senioralnych?

Jest jednym z rezultatów Projektu „Seniorzy dla Seniorów”. Osoby 60+ uczestniczące w kursie „Silni w Sieci” dzielą się zdobytą wiedzą pośród przyjaciół, rodziny i w społeczności lokalnej. Wspomniana sieć społeczna jest oparta na idei tutoringu rówieśniczego, który możemy zdefiniować jako: ludzie podobni do siebie pod względem umiejętności, statusu uczą się od siebie nawzajem.

Każdy Senior, który uczestniczy w kursie „Silni w Sieci” otrzymał Starter Kit i został poproszony o rozpowszechnienie zdobytej nowej wiedzy i nabytych umiejętności. Liderzy projektu wierzą, że tutoring rówieśniczy to lepsza forma informowania ludzi w tej konkretnej grupie wiekowej, niż inne akcje i projekty.

Dlaczego tutoring rówieśniczy wśród osób starszych jest tak ważny?

Odpowiedź na to pytanie, powstała w roku 1993 i została udzielona przez Storm’a: „*Starsi nauczyciele i uczniowie są nie tylko rówieśnikami pod kątem wieku, ale także jako grupa dzielą podobne doświadczenia i poczucie historii. To może przynieść bardzo owocną kooperację pomiędzy nimi i aktywne uczestnictwo w procesie uczenia*”. Badania pokazują, że osoby dorosłe biorące udział w tutoringu rówieśniczym wykazują poprawę samopoczucia i ogólnego zadowolenia z życia. Co więcej, osoby starsze widzą więcej zalet niż przeszkód, a uczucie robienia czegoś ważnego w życiu było dla nich ważniejsze niż zdobyte umiejętności. To pokazuje, jak ważne jest by pozwolić Seniorom brać aktywny udział w społeczeństwie, być częścią zmiany i dokonywać zmian. Dodatkowo tutoring rówieśniczy jest ważny dla Polski i Litwy, ponieważ badania pokazują pozytywne oddziaływanie tego rodzaju edukacji na ludzi w gorszej sytuacji socjoekonomicznej jak np. niski dochód, czy pochodzenie mniejszościowe. W krajach, które w późnych latach 80 i wczesnych 90 zmieniły ustrój polityczny, z komunistycznego opresyjnego systemu wspieranego przez Związek Sowiecki na demokrację, obserwujemy duży odsetek Seniorów, którzy są w złej kondycji ekonomicznej – szczególnie w obszarach rolniczych i małych miastach.

Dlaczego sieć społeczna jest tak ważna?

Spółeczeństwo powinno pomóc Seniorom, by Ci zostali jak najdłużej niezależni i samodzielni. Musimy walczyć z samotnością, izolacją społeczną i poczuciem zbędności które są obecne w środowisku senioralnym. Sieć społeczna wydaje się odpowiedzią na te problemy, szczególnie biorąc pod uwagę, że możemy ją wypełnić zaspokajając pięć typów potrzeb związanych ze starzeniem się, według H. McClusky:

1. Potrzeby radzenia sobie – Seniorzy muszą czuć, że mają chociaż minimalny poziom kompetencji i są samowystarczalni.
2. Potrzeba ekspresji – Seniorzy muszą mieć szansę wyrazić siebie.
3. Potrzeba bycia potrzebnym – Potrzeba altruistycznego i wolontarystycznego służenia innym, uczestniczenia w czymś.
4. Potrzeba wpływu – Seniorzy chcą brać aktywny udział w lokalnej społeczności i mieć wpływ na swoje otoczenie.
5. Potrzeba wzrostu ponad ograniczenia związane z wiekiem – Potrzeba zdobywania umiejętności i rozszerzania swoich możliwości.

Bazując na powyższym, sieć społeczna daje Seniorom:

- Kompetencje i umiejętności, które są potrzebne w cyfrowym świecie. Kurs „Silni w Sieci”, wyposaża uczestników w kompetencje i narzędzia by mogli chronić siebie, ale też uczyć innych ludzi na temat zagrożeń i metod ochrony.
- Ścieżkę ekspresji samego siebie. Pozwalając seniorom na rozpowszechnianie wiedzy i informacji w swoich społecznościach lokalnych w sposób w jaki oni chcą – kreujemy unikatową szansę. Każdy senior może użyć swoich umiejętności, sposobu pracy, dzielenia się, działać zgodnie z własnym charakterem i potrzebami by informować inne osoby.
- Kontrolować w jaki sposób zadanie jest wykonywane, wziąć odpowiedzialność (której tak bardzo chcą) za rezultaty.
- Szansę zostania wysłuchanym. Ponieważ zbierzemy informację zwrotną w nieoceniający sposób, seniorzy będą mogli mówić swobodnie.
- Szansę, aby mieć realny wpływ na lokalną społeczność. Seniorzy edukatorzy będą mogli dzięki swojej działalności ostrzec innych, pomóc innym i zmniejszyć liczbę osób, które stały się ofiarami cyber-przestępców. Pierwszą linią obrony przeciwko cyber-zagrożeniom, to tak naprawdę wyedukowani ludzie, którzy wiedzą jak się chronić.
- Dać szansę na zmniejszenie poczucia wykluczenia, wyobcowania. Bycie postrzeganym jako potencjalna ofiara – może towarzyszyć, gdy seniorzy są uczeni przez młode osoby, a jest niezwykle niekorzystnym zjawiskiem.

Jaka jest rola Starter Kit?

Starter Kit – to zestaw informacji, które każdy Senior uczestniczący w kursie „Silni w Sieci” otrzymał. Zawiera podsumowanie najważniejszych informacji z kursu takich jak: jak zabezpieczyć się w sieci, jak rozpoznać fałszywą domenę, co zrobić jeśli stało się ofiarą cyberprzestępstwa, jakie są rodzaje oszustw. Został stworzony po to by wyposażać Seniorów w narzędzie pomagające im w edukowaniu innych. Mogą pokazać te materiały osobie, która nie uczestniczyła w kursie, mogą przeczytać na głos podczas spotkania rodzinnego, pożyczyć przyjaciółom, pokazać w klubie seniora. Jeśli są aktywni w lokalnych mediach, mogą napisać na tej podstawie artykuł, lub opublikować w całości. Seniorzy mogą używać go dowolnie, zgodnie ze swoimi potrzebami, w sposób, który oni uważają jako adekwatny do osiągnięcia założonego celu. Starter Kit został przygotowany przez liderów projektu i jest dostępny dla każdego kto przeprowadza kurs. Dla dobra środowiska, Starter Kit jest w formie pdf'u, aby Seniorzy, którzy mają laptopy lub smartfony nie musieli go drukować i jednocześnie byli w stanie pokazać większej ilości osób.

Jak stworzyć Społeczną Sieć Edukatorów Senioralnych w mojej lokalnej wspólnocie?

Jeśli pracujesz z Seniorami lub chcesz wdrożyć rezultaty projektu „Seniorzy dla Seniorów” w twoim lokalnym środowisku i stworzyć Społeczną Sieć Edukatorów Senioralnych postępuj zgodnie z poniższymi krokami:

1. Przeprowadź kurs „Silni w Sieci”;
 2. Porozmawiaj z Seniorami na temat bycia Edukatorem Senioralnym:
- Omów sposoby dzielenia się informacjami z innymi. Możesz zasugerować sposób, ale pamiętaj, aby dać Seniorom szansę do decydowania, jak oni chcą rozpowszechniać informacje. Zaufaj im, pozwól im się sprawdzić, być aktywnymi w sposób, który pasuje im, nie Tobie;
 - Omów problemy, które mogą się pojawić, porozmawiaj z nimi o ich obawach, odpowiedz na pytania, wspieraj niezależność seniorów w procesie informowania innych;
 - Jeśli trzeba, stwórz indywidualne plany dla każdego Edukatora Senioralnego. Pamiętaj, aby niczego nie narzucać. Plan powinien być stworzony we współpracy z Edukatorem;

3. Poinformuj Seniorów, że ich aktywność będzie monitorowana. Wyjaśnij zasady. Daj im poczucie, że nie będą oceniani, sprawdzani przez Ciebie;
4. Przekaż Seniorom Starter Kit;
5. Monitoruj ich aktywność, ustal kiedy zbierzesz informację zwrotną i poinformuj Seniorów o tym. Pamiętaj, aby być systematycznym.
6. Bądź wyczulony na to co Seniorzy mówią, nikt nie chce mieć poczucia bycia ignorowanym, wprost przeciwnie, Seniorzy chcą być częścią zmiany w swoim środowisku. Pamiętaj, aby sprawdzać co się dzieje u Edukatorów. W miarę możliwości przekazuj im nowe informacje, na temat aktualnych metod jakie wykorzystują cyberprzestępcy, o ostatnich regulacjach prawnych. Pomóż Seniorom, jeśli chcą zgłosić cyber-oszustwo. Bądź w stałym kontakcie z liderami projektu – tak byśmy mogli pomóc rozwijać Twoją sieć.

Jak prowadzić monitoring?

Monitoring to nie kontrola, to wsparcie. Możesz użyć planu stworzonego przez liderów projektu. Pamiętaj, by przestrzegać podstawowych zasad takich jak:

- Bądź systematyczny. Miej plan i trzymaj się go. Nikt nie chce być w kontakcie z kimś, kto sprawia wrażenie, że nie wie co robi.
- Nie oceniał, nie krytykuj Seniorów. Bądź ich wsparciem, rozmawiaj z nimi, ale nie traktuj ich protekcjonalnie.
- Słuchaj i odpowiadaj na ich potrzeby. Dyskutuj z nimi na temat problemów, z którymi się mierzą. Jeśli zdecydujesz, że jest to ważne dla rozwoju twojej sieci, bądź w kontakcie z liderami projektu.
- Odpowiedz na informację zwrotną, którą przekazali Ci Seniorzy. Jeśli Edukatorzy potrzebują, daj im dodatkowe informacje, materiały, które znalazłeś samodzielnie, stworzyłeś na potrzeby swojej Sieci lub otrzymałeś od liderów projektu.

Bądź w kontakcie z liderami projektu, i uzyskaj zgody od Seniorów, by dzielić się informacjami, które uzyskałeś od nich. Wyjaśnij, że są one przekazywane anonimowo. Doradzamy spisywanie problemów, a także odczuć, opinii współpracujących z Tobą Edukatorów i przestanie ich liderom projektu. Pomoże to usprawnić prace innych sieci i oferować lepsze wsparcie.

Tworzenie Sieci Edukatorów

KROK 1: INFORMACJA

Seniorów, którzy uczestniczyli w kursie „Silni w sieci” i otrzymali Pakiet Startowy, należy poinformować, że koordynator sieci skontaktuje się z nimi za 2-3 miesiące i zbierze informację zwrotną (ewaluację).

Bądź w kontakcie z Seniorami (telefonicznie, mailowo i osobiście), aby odpowiadać na ich pytania i potrzeby. Może chcieliby o czymś porozmawiać, coś zgłosić? Mogą potrzebować więcej materiału, aktualnych informacji lub natknęli się na nowy rodzaj cyberprzestępczości.

Dlaczego okres 2-3 miesięcy?

Sitą sieci są Seniorzy Edukatorzy, którzy edukują innych. 2-3 miesiące to optymalny czas, aby uczestnicy kursu podzielili się swoją nową wiedzą. Jeśli jednak Seniorzy, z którymi pracujesz, są w stanie aktywnie dzielić się swoją wiedzą w krótszym czasie, możesz szybciej przeprowadzić ewaluację.

PAMIĘTAJ:

Przed rozmową z Seniorami przeczytaj ankietę ewaluacyjną, upewnij się, że rozumiesz wszystkie pytania i bądź gotowy do omówienia wątpliwości. Pamiętaj, że w trosce o środowisko możesz wypełnić ankietę elektronicznie.

KROK 2: WYWIAD

Skontaktuj się z Edukatorem i umów się na spotkanie. Pamiętaj, że Seniorzy nie czekają na Ciebie i mogą nie mieć czasu na rozmowę w wybranym przez Ciebie momencie. Zapytaj ich, jaką formę oceny preferują: przez telefon czy osobiście. Poinformuj o czasie wypełnienia ankiety - ok. 15-20 minut. Na początku spotkania upewnij się, że Senior rozumie zasady ewaluacji:

1. Ewaluacja nie jest formą kontroli, służy jedynie zbieraniu informacji zwrotnej na temat przydatności kursu w codziennym życiu Edukatorów;
2. Seniorzy nie są „rozliczani” z efektywności swoich działań;
3. Informacje zwrotne od Seniorów zostaną wykorzystane do ulepszenia kursu i innych sieci;
4. Informuj, że ankieta jest anonimowa, a zebrane dane osobowe zostaną wykorzystane wyłącznie do celów statystycznych.

Ankieta powinna być kompletna od pierwszego do ostatniego pytania, szczególną uwagę należy zwrócić na pytania otwarte, a w razie potrzeby w trakcie wywiadu należy zadawać pytania pomocnicze.

Czym jest ewaluacja?

Z każdym Seniozem skontaktuje się koordynator sieci i zada kilka pytań. Informacje zwrotne, które otrzyma, będą zawierały dane o sposobach przekazywania wiedzy, liczbie osób, czy też z jakimi problemami spotkali się Seniorzy. Koordynator nie zbiera danych osobowych, a wypełniane przez niego ankiety są anonimowe. Pytania o wiek lub płeć służą wyłącznie do celów statystycznych.

Czy Seniorzy są oceniani?

NIE. Ocena ma na celu zebranie opinii, które pomogą ulepszyć kurs i inne sieci. Koordynator zbiera i przetwarza informacje.

KROK 3: OPRACOWANIE WYNIKÓW BADANIA

Wszystkie uzyskane informacje powinny być wykorzystywane do ulepszania kursu i innych sieci.

KROK 4: UTRZYMUJ KONTAKT

Utrzymuj kontakt z Edukatorami Seniorów w sposób odpowiedni dla Twojej organizacji, może to być grupa na portalach społecznościowych lub cykliczne spotkania. Dziel się informacjami, potrzebami i doświadczeniami.

Jak wesprzeć Seniora Edukatora?

- Możesz omówić z Seniorami sposoby dzielenia się informacjami z innymi. Możesz zaproponować metody, ale pamiętaj, aby dać Seniorom szansę decydowania, w jaki sposób chcą rozpowszechniać informacje. Zaufaj im, pozwól im się wykazać i bądź aktywny w sposób, który im odpowiada, a nie Tobie;
- Omów problemy, które mogą się pojawić, porozmawiaj z nimi o ich obawach, odpowiedz na ich pytania i wspieraj samodzielność seniorów w procesie informowania innych;
- W razie potrzeby stwórz indywidualne plany dla każdego Seniora Edukatora. Pamiętaj, aby niczego nie narzucać. Plan powinien powstać we współpracy z Edukatorem;
- Bądź wrażliwy na to, co mówią Seniorzy, nikt nie chce czuć się ignorowany, wręcz przeciwnie, Seniorzy chcą być częścią zmiany w swoim otoczeniu. Pamiętaj, aby sprawdzać, co się dzieje u Edukatorów. Jeśli to możliwe, przekaż im nowe informacje o aktualnych metodach stosowanych przez cyberprzestępców oraz o najnowszych regulacjach prawnych. Pomóż Seniorom, jeśli chcą zgłosić oszustwo internetowe.

Dobre zasady efektywnego zarządzania Siecią

1. Bądź systematyczny. Miej plan i trzymaj się go. Nikt nie chce mieć kontaktu z kimś, kto wydaje się nie wiedzieć, co robi.
2. Nie oceniaj i nie krytykuj Seniorów. Bądź ich wsparciem, rozmawiaj z nimi, ale nie traktuj ich protekcjonalnie.
3. Słuchaj i reaguj na ich potrzeby. Omów z nimi problemy, z którymi się borykają.
4. Regularnie odbieraj telefony i odpowiadaj na e-maile. Jeśli wybierzesz elektroniczne metody komunikacji, pamiętaj o regularnym kontakcie.
5. Bądź zawsze przygotowany do spotkań. Pamiętaj, że czas Twój i Seniorów jest cenny. Jeśli spotykasz się z Edukatorami, przygotuj się, zbierz i opracuj informacje przed spotkaniem.

EWALUACJA KURSU

Aby skutecznie sprawdzać wynik kursu i ćwiczeń, zespół projektowy opracował szerokie spektrum ankiet ewaluacyjnych. Więcej o nich znajdziesz w modułach „Jak przeprowadzić kurs” oraz „Sieć Edukatorów”. Proszę pamiętać, że ten punkt to nie smutna konieczność, a jeden z najważniejszych etapów. Pomoże to w przekazaniu rzeczowej informacji zwrotnej oraz w dalszym rozwoju Sieci, twojej organizacji i Ciebie.

Poniżej znajdziesz ankiety wykorzystane podczas realizacji projektu "Seniorzy dla Seniorów". Zachęcamy do skorzystania z formularzy stworzonych przez zespół projektowy. Zachęcamy również do kontaktu, w razie wątpliwości.

1. Ankieta dla Seniorów po każdym module, lub po jednym dniu szkoleniowym

SENIORS FOR SENIORS PROJECT ERASMUS KA210-ADU

KWESTIONARIUSZ EWALUACYJNY, PO MODULE, DLA SENIORÓW UCZESTNICZĄCYCH W KURSIE "SILNI W SIECI"

Prosimy o wypełnienie kwestionariusza ewaluacyjnego dotyczącego kursu „Silni w sieci”. Dziękując nam za opinię i odpowiadając na pytania, **prosimy ocenić moduł w którym uczestniczyłeś/łaś**. Kwestionariusz jest anonimowy a wyniki posłużą do ulepszenia kursu. Proszę o zaznaczenie wybranej odpowiedzi kółkiem. Dziękujemy za wszystkie opinie, uwagi i komentarze.

PYTANIE 1		Jak oceniasz ogólnie jakość materiałów prezentowanych podczas modułu? (Oceniając, weź pod uwagę: czy były interesujące, ciekawe, dobrze zaprezentowane). 1 – Materiały w ogóle nie interesujące, źle zaprezentowane 10 – Materiały bardzo interesujące, bardzo dobrze zaprezentowane							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 2		Czy zaprezentowany podczas modułu materiał był zrozumiały dla Ciebie? 1 – Nie. Nic nie było zrozumiałe 10 – Tak. Wszystko było zrozumiałe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 3		Jakbyś ocenił/oceniła ogólnie jakość: przykładów, ćwiczeń, dodatkowych materiałów prezentowanych podczas modułu? 1 – Jakość przykładów, ćwiczeń była bardzo zła 10 – Jakość przykładów, ćwiczeń była bardzo dobra							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 4		Czy uważasz, że obecność przykładów był niezbędna do zrozumienia modułu? 1 – Nie. Zrozumiałbym/łabym moduł bez nich tak samo jak z nimi 10 – Tak. Bez nich nie zrozumiałbym/łabym modułu w ogóle							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 5		Czy dowiedziałeś/łaś się czegoś nowego? 1 – Nie, nie dowiedziałam się niczego nowego 10 – Tak. Wszystko było nowe dla mnie							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 6		Czy miałeś/miałaś wystarczająco czasu, by zapoznać się z materiałami/zobaczyć przykłady/ wykonać ćwiczenia? 1 – Nie Powinno być więcej czasu 10 – Tak. Ilość czasu była wystarczająca							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 7		Czy poleciłbyś uczestnictwo w kursie innym osobom: innym seniorom, przyjaciołom, członkom rodziny? 1 – Nie. To była strata czasu 10 – Tak. Wszyscy powinni w nim uczestniczyć							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 8		Czy kurs spełnił Twoje oczekiwania? 1 – Kompletnie nie 10 – Absolutnie tak							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 9		Czy masz jakieś inne uwagi, skargi, komentarze?							

2. Ankieta dla Seniorów po całym kursie

SENIORS FOR SENIORS PROJECT ERASMUS KA210-ADU

KWESTIONARIUSZ EWALUACYJNY DLA SENIORÓW UCZESTNICZĄCYCH W KURSIE "SILNI W SIECI"

Prosimy o wypełnienie kwestionariusza ewaluacyjnego dotyczącego całego kursu „Silni w sieci”. Dziękując nam za opinię i odpowiadając na pytania, prosimy ocenić kurs jako całość. Kwestionariusz jest anonimowy a wyniki posłużą do ulepszenia kursu. Proszę o zaznaczenie wybranej odpowiedzi kółkiem.

Dziękujemy za wszystkie opinie, uwagi i komentarze.

PYTANIE 1	Jak oceniasz ogólnie jakość materiałów prezentowanych podczas kursu? (Oceniając, weź pod uwagę: czy były interesujące, ciekawe, dobrze zaprezentowane). 1 – Materiały w ogóle nie interesujące, źle zaprezentowane 10 – Materiały bardzo interesujące, bardzo dobrze zaprezentowane								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9

PYTANIE 2	Czy zaprezentowany podczas kursu materiał był zrozumiały dla Ciebie? 1 – Nie. Nic nie było zrozumiałe 10 – Tak. Wszystko było zrozumiałe								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9

PYTANIE 3	Jakbyś ocenił/oceniła ogólnie jakość: przykładów, ćwiczeń, dodatkowych materiałów prezentowanych podczas kursu? 1 – Jakość przykładów, ćwiczeń była bardzo zła 10 – Jakość przykładów, ćwiczeń była bardzo dobra								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9

PYTANIE 4	Czy uważasz, że obecność przykładów była niezbędna do zrozumienia całego kursu? 1 – Nie. Zrozumiałbym/łabym kurs bez nich tak samo jak z nimi 10 – Tak. Bez nich nie rozumiałbym/łabym kursu w ogóle								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9

PYTANIE 5			Czy spotkałeś/łaś się z podobnymi treściami, jak te prezentowane podczas kursu, podczas innych spotkań/kursów/szkoleń? 1 – Tak. Wszystkie informacje były mi znane/spotkałem/łam się z nimi wcześniej 10 – Nie, nigdy nie spotkałem się z podobnymi treściami						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 6			Proszę, oceń sposób organizacji kursu pod względem czasu. (Oceniając weź pod uwagę: czas trwania kursu- 12 godzin, system pracy tj. przerwy pod każdych 45 minutach, czas przyznany na każdy z modułów- może któryś powinien trwać krócej, dłużej?) 1 – Sposób organizacji pod względem czasu był bardzo zły 10 – Sposób organizacji pod względem czasu był bardzo dobry						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 7			Czy powinno być więcej czasu na wykonywanie ćwiczeń, zapoznavanie się z przykładami? 1 – Tak. Powinno być więcej czasu 10 – Nie. Ilość czasu była wystarczająca						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 8			Czy polecilibyś uczestnictwo w kursie innym osobom: innym seniorom, przyjaciołom, członkom rodziny? 1 – Nie. To była strata czasu 10 – Tak. Wszyscy powinni w nim uczestniczyć						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 9			Czy kurs spełnił Twoje oczekiwania? 1 – Kompletnie nie 10 – Absolutnie tak						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

PYTANIE 10	Czy masz jakieś inne uwagi, skargi, komentarze?

3. Ankieta dla prowadzących i obserwatorów po całym kursie

SENIORS FOR SENIORS PROJECT ERASMUS KA210-ADU

KWESTIONARIUSZ EWALUACYJNY DLA WYKŁADOWCÓW/OBSERWATORÓW UCZESTNICZĄCYCH W KURSIE "SILNI W SIECI"

Prosimy o wypełnienie kwestionariusza ewaluacyjnego dotyczącego całego kursu „Silni w sieci”. Dziękując nam za opinię i odpowiadając na pytania, prosimy ocenić kurs jako całość. Kwestionariusz jest anonimowy a wyniki posłużą do ulepszenia kursu. Proszę o zaznaczenie wybranej odpowiedzi kółkiem. Proszę postarać się uzupełnić sekcję „dodatkowe uwagi” przy każdym pytaniu – dzieląc się swoimi obserwacjami, uwagami, myślami, pomysłami, problemami które zaobserwowałeś. Dziękujemy za wszystkie opinie, uwagi i komentarze.

PYTANIE 1	Jak oceniasz ogólnie jakość materiałów prezentowanych podczas kursu? (Oceniając, weź pod uwagę: czy były interesujące, ciekawe, dobrze przygotowane). 1 – Materiały w ogóle nie interesujące dla uczestników, źle przygotowane 10 – Materiały bardzo interesujące dla uczestników, bardzo dobrze przygotowane									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 2	Czy zaprezentowane podczas kursu materiały by zrozumiałe dla uczestników? 1 – Nie. Uczestnicy nic nie zrozumieli. 10 – Tak. Wszyscy wszystko zrozumieli.									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 3			Jakbyś ocenił/oceniła ogólnie jakość: przykładów, ćwiczeń, dodatkowych materiałów prezentowanych podczas kursu? 1 – Jakość przykładów, ćwiczeń był bardzo zła 10 – Jakość przykładów, ćwiczeń była bardzo dobra							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 4			Czy uważasz, że obecność przykładów był niezbędna do zrozumienia całego kursu? 1 – Nie. Uczestnicy zrozumieli by kurs bez nich tak samo jak z nimi 10 – Tak. Uczestnicy bez nich nie zrozumieliby kursu w ogóle							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 5			Czy spotkałeś/łaś się z podobnymi treściami, jak te prezentowane podczas kursu, podczas innych spotkań/kursów/szkoleń/projektów? 1 – Tak. Wszystkie informacje były mi znane/spotkałem/łam się z nimi wcześniej 10 – Nie, nigdy nie spotkałem się z podobnymi treściami							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 6			Czy uważasz, że wszystkie niezbędne informacje zostały przedstawione w kursie? (Czy dodałbyś/łabyś cokolwiek?) 1 – Nie. Kurs nie zrealizował wszystkich tematów, które uważam za ważne 10 – Tak, kurs zrealizował wszystkie tematy, które uważam za ważne							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 7			Proszę, oceń sposób organizacji kursu pod względem czasu. (Oceniając weź pod uwagę: czas trwania kursu- 12 godzin, system pracy tj. przerwy pod każdych 45 minutach, czas przyznany na każdy z modułów- może któryś powinien trwać krócej, dłużej? 1 – Sposób organizacji pod względem czasu był bardzo zły							
			10 – Sposób organizacji pod względem czasu był bardzo dobry							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 8			Czy powinno być więcej czasu na wykonywanie ćwiczeń, zapoznanie się z przykładami? 1 – Tak. Powinno być więcej czasu 10 – Nie. Ilość czasu była wystarczająca							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 9			Czy poleciłbyś uczestnictwo w kursie innym osobom: innym seniorom, członkom rodziny, przyjaciołom? 1 – Nie. To była strata czasu 10 – Tak. Wszyscy powinni w nim uczestniczyć							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 10			Czy kurs spełnił oczekiwania uczestników? 1 – Kompletnie nie 10 – Absolutnie tak							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 11			Jakbyś ocenił zaangażowanie uczestników podczas kursu? (oceni zaangażowanie wykonywanie ćwiczeń, uczestniczenie w dyskusji, zadawanie pytań). 1 – Bardzo niskie zaangażowanie 10 – Bardzo wysokie zaangażowanie							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Dodatkowe uwagi:										

PYTANIE 12	Czy masz jakieś inne uwagi, skargi, komentarze?

4. Ankieta ewaluacyjna dla Seniorów Edukatorów

ANKIETA EWALUACYJNA DLA EDUKATORÓW SENIORALNYCH						
DANE PODSTAWOWE						
Wiek:	60-65	65-70	Płeć:	KOBIETA	MĘŻCZYZNA	
	70-75	75+				
Termin ukończeniu kursu:						
Data wykonania ewaluacji:						
PYTANIA						
Pytanie 1	Proszę oszacować liczbę osób, którym mówili Państwo o kursie i o swoim uczestnictwie w nim.					
Liczba osób:						
Pytanie 2	Proszę wskazać, wszystkie grupy wiekowe, z którymi podzieli się Państwo informacjami.					
Grupa wiekowa:	Młodzież	20-30 latkowie	30-40 latkowie	40-50 latkowie	50-60 latkowie	60+
Liczba osób:						

Pytanie 3	Czy inni byli zainteresowani kursem?						
TAK (Proszę oszacować liczbę zainteresowanych osób:)			NIE				
Pytanie 4	Proszę oszacować liczbę osób i ich zainteresowanie poszczególnymi tematami, które były poruszane podczas kursu:						
Tematy:		Liczba osób:	Czy temat wzbudził większe, czy mniejsze zainteresowanie?				
			1 Zerowe	2	3	4	5
z którymi rozmawiali Państwo o technikach używanych przez cyber przestępców, dzięki którym oszukują tak dużo osób (np. socjotechniki, wzbudzanie strachu w rozmówcy):							
którym dostarczyli Państwo informacje o rodzajach cyber przestępstw:							
których poinformowali Państwo o metodach zabezpieczania się podczas korzystania z Internetu (np. tworzenie haseł, zainstalowanie antywirusa):							
z którymi rozmawiali Państwo o ochronie danych osobowych, prawa konsumenta (np. zwroty, RODO):							
których informowali Państwo o sposobie działania mediów społecznościowych, szansach i zagrożeniach podczas korzystania z nich:							
z którymi rozmawiali Państwo o kursie ogólnie, o wszystkich tematach bez poruszania konkretnego zagadnienia:							
Pytanie 5	Proszę oszacować liczbę osób, z którymi nawiązali Państwo kontakt, przekazali informacje, które doświadczyły cyber przestępstwa w przeszłości (zostali oszukani, zgłosili lub nie sprawę na Policję, do innych instytucji, lub takie osoby, które próbowano oszukać).						
Liczba osób:							
Pytanie 6	Jeśli w pytaniu 5 odpowiedzieli Państwo przynajmniej 1 osoba, proszę o krótkie opisanie rodzaju przestępstwa/przestępstw (np. wyłudzenie danych, wyłudzenie pieniędzy, oszustwo na lekarza, matrymonialne, fałszywy esklep):						

Pytanie 7	Czy wykorzystali Państwo wiedzę z kursu w codziennym życiu (np. dzięki kursowi nie stali się Państwo ofiarą cyber przestępstwa):		
TAK (Proszę opisać krótko sytuacje):		NIE	
Pytanie 8	Czy dzięki wiedzy, którą Państwo przekazali, osoba z Państwa otoczenia uniknęła próby oszustwa, nie padła ofiara cyberprzestępców?		
TAK (Proszę oszacować liczbę osób):	NIE	NIE WIEM	
Pytanie 9	Proszę ocenić, na ile Starter Kit pomógł Państwu w rozpowszechnianiu wiadomości. Czy wykorzystywali go Państwo, pokazywali, udostępniali?		
BARDZO	ŚREDNIO	SŁABO	WCALE
Pytanie 10	Czy inni seniorzy byli zainteresowani Starter Kit? Czy pytali o możliwość pozyskania go?		
TAK (Proszę oszacować liczbę osób:)		NIE	
Pytanie 11	Czy mieli Państwo okazję publikować informacje uzyskane na kursie? Proszę o opisanie gdzie i w jakich ilościach?		
Facebook, inne media społecznościowe	Lokalne gazety/gazetki/prasa senioralna	Newsletter	Inne (jakie?)
Liczba postów:	Liczba artykułów:	Liczba:	Liczba:
Pytanie 12	Czy przekazywali Państwo wiedza poprzez lokalne instytucje? (Np. zorganizowali wykład dla Uniwersytet Trzeciego Wieku, wykład w domu opieki, lub w kole gospodyń wiejskich?)		
TAK (Proszę oszacować liczbę uczestników i podać miejsce. Czy wykorzystali Państwo materiały z kursu?)		NIE	
Pytanie 13	Czy chcieliby Państwo otrzymywać nowe informacje (np. za pośrednictwem email, strony facebook)?		
TAK (Proszę o określenie, który kanał komunikacji Państwo preferują?)		NIE	

Pytanie 14	Z jakimi przeszkodami spotkali się Państwo w trakcie przekazywania wiedzy? (np. brak zainteresowania ze strony innych osób? przeszkody instytucjonalne? za mała liczba dostarczonych materiałów? problemy osobiste?)		
Pytanie 15	Proszę podać jakimi sposobami dzielili się Państwo wiedzą z innymi osobami? (np. podczas spotkań rodzinnych, na tzw. „kawie”, podczas codziennych aktywności, na spotkaniach w UTW?)		
Pytanie 16	Proszę ocenić, na ile Kurs „Silni w sieci” odpowiadał na pojawiające się potrzeby? (Czy uważają Państwo kurs za przydatny dla siebie i lokalnej społeczności?)		
BARDZO	ŚREDNIO	SŁABO	WCALE

ZAŁĄCZNIKI

1. Formularz rekrutacyjny

SENIORS FOR SENIORS PROJECT
ERASMUS KA210-ADU

Formularz Rekrutacyjny do Projektu „Seniorzy dla Seniorów”.

Uzupełnij formularz rekrutacyjny, dane zawarte w nim są poufne, zgodnie z wdrożonymi politykami ochrony danych osobowych w instytucjach realizujących projekt.

I. Dane podstawowe:

Imię:	
Nazwisko:	
Płeć:	
Wiek:	
Miejscowość:	
Telefon kontaktowy:	
Email:	

II. Dane kwalifikacyjne do Projektu:

Jak oceniasz swoje zdolności komputerowe? (posługiwanie się przeglądarką internetową, obsługa maila, korzystanie z aplikacji bankowych itp.)	Dobrze	Średnio	Słabo
Czy jesteś aktywny w lokalnej społeczności? Jeśli tak, zaznacz opcję poniżej:			
Uniwersytet Trzeciego Wieku	Dom pobytu dziennego	Organizacja pozarządowa	Inne:

III. Skąd dowiedziałeś/łaś się o Projekcie?

IV. Akceptacja warunków uczestnictwa:

Będę uczestniczył/a w 4 dniowym kursie po 1-3 godzin dziennie?	TAK	NIE
Zamierzam przekazywać zdobytą wiedzę kolegom/rodzinie?	TAK	NIE
Jestem zainteresowany/a otrzymaniem po ukończeniu kursu Certyfikatu?	TAK	NIE
Zgłoszę się po upływie 1-3 miesięcy od ukończeniu kursu w celu przeprowadzenia ze mną ewaluacji.	TAK	NIE

V. Specjalne potrzeby uczestnika/uczestniczki:

Problemy z poruszaniem się:	TAK	NIE
Inne:		

VI. Inne

Czy porozumiewasz się w języku angielskim? (ocień swoje umiejętności biorąc pod uwagę czytanie, rozumienie ze słuchu, możliwość rozmowy w tym języku)	Dobrze	Średnio	Słabo	Brak
---	--------	---------	-------	------



Seniorzy dla Seniorów



Dofinansowane przez
Unię Europejską

KONTAKT:



www.goluchowski.edu.pl - zakładka "Akademia"



seniorzy_edukatorzy@goluchowski.edu.pl



Akademia Nauk Stosowanych im. J. Gołuchowskiego, Rektorat
ul. Akademicka 12 , Ostrowiec Świętokrzyski 27-400
z dopiskiem "Projekt Seniorzy dla Seniorów"