



SENJORAI SENJORAMS VADOVAS

SAUGŪS INTERNETE



Turinys

Senjorai senjorams

01

Kaip mokyti suaugusiuosius.

02

Kaip vykdyti mokymus.

03

Kibernetinė teisėtvara Lenkijoje ir Lietuvoje.

04

Senjorų edukatorių tinklas.

05

Tinklo valdymas.

06

Vertinimas.

07

Priedai.



Apie projektą

Projektas „Senjorai senjorams” - tai žingsnis toliau nei klasikinės švietimo kampanijos. Šis projektas suteikia senjorams konkrečių savignyos ir sąmoningumo didinimo priemonių. Palaikydami jų kompetencijas, norime ugdyti jų pasirengimą ir atsparumą skaitmeniniame pasaulyje. Projektas „Senjorai senjorams” - tai priemonė, kai senjorus moko senjorai, o ne jaunoji karta, dažnai rodydama savo autoritetą.

Senjorų dalyvavimas Trečiojo amžiaus universitetų, nevyriausybių ir vietos organizacijų veiklose rodo, kad senjorai nori kuo ilgiau būti savarankiški, imtis veiklos jiems patogiu, jų galimybėms pritaikytu būdu, be kliūčių, kurias sukuria amžiaus apribojimai.

Mes matome senjorų iniciatyvų jėgą, matome, kaip senjorai, sprenddami daugelį svarbių klausimų ne tik savo amžiaus grupei, bet ir visai visuomenei, vienijasi ir veikia kartu. Tuo pat metu matome teigiamus veiklos rezultatus, kai tos pačios amžiaus grupės žmonės moko vieni kitus, dalijasi savo patirtimi ir žiniomis. Tikime, kad šių dviejų veiksmų sinergija prisidės prie šio projekto sėkmės ir taps svarbiu senjorų veiklos tinklų elementu.



Finansuoja
Europos Sąjunga

Projekto partneriai



1 skyrius

Kaip mokyti suaugusius

ĮVADAS

Kalbant apie suaugusiųjų ugdymą, kurį vykdo suaugusieji, nereikia kalbėti apie mokymo būdus, grupinį ir individualų darbą. Nieko negali būti klaidingiau, nes toks teiginys rodo nesuvokimą, kaip žmonės mokosi. Suaugusiųjų mokymas yra sudėtingesnis nei vaikų, nes jų įpročiai, baimės ir įsitikinimai jau yra susiformavę. Šie veiksniai yra labai svarbūs ir gali turėti įtakos visam mokymosi ir naujų įgūdžių įgijimo procesui.

Projektas „Senjorai senjorams“ orientuotas į senjorų mokymąsi ir tarpusavio mokymą. Šiame skyriuje daugiausia dėmesio skirsime suaugusiųjų mokymui. Pateiksime metodiką, kad kiekvienas asmuo, kuris naudosis šiuo vadovu, turėtų žinių ir priemonių, kaip dirbti su suaugusiais, ypač su senjorais. Pirmiausia įsitikinkite, kad suprantate pagrindines vertybes, kuriomis grindžiama projekto idėja. Projekto vadovai siekė atkreipti dėmesį į sunkumus, su kuriais susiduria vyresnio amžiaus žmonės naudodamiesi internetu, t. y.:

- didėjanti kibernetinė atskirtis;
- pakartotinė kibernetinių nusikaltimų aukų viktimizacija;
- mažas sisteminės pagalbos, kurią siūlo, pvz., socialinės tarnybos, policija ir vietos valdžia, veiksmingumas;
- mažas pranešimų apie kibernetinius nusikaltimus procentas.

Be to, rinkdami duomenis projekto vadovai pastebėjo keletą nerimą keliančių tendencijų: mitų, prieštaravimų ir netikrų naujienų apie senjorus ir jų veiklos internete plitimą, pvz.:

- senjorai neturi įgūdžių ir kompetencijos naudotis internetu;
- senjorai nėra aktyvūs arba yra mažai aktyvūs šeimos gyvenime ir vietos bendruomenėse;
- elektroninių nusikaltimų aukos daugiausia yra vyresnio amžiaus žmonės ir vaikai - šios grupės laikomos silpnomis, nieko nesuvokiančiomis;
- vyresnio amžiaus žmonių mokymosi rezultatai yra nepatenkinami;
- senjorai bijo naujovių ir iššūkių.

Projektas įrodo, kad šie teiginiai yra klaidingi, ir parodo, kad senjorai yra aktyvūs ir supranta, kad internetas yra ir naudingas, ir pavojingas.



KAIP MOKYTI SUAUGUSIUOSIUS?

Dr. Vincentas Karavajčikas sukūrė 6 andragoginio modelio principus, kurie padeda suprasti, kaip dirbti su besimokančiais suaugusiais, kad žinios būtų perduodamos veiksmingiau.

1. Žinojimas, kodėl jie vis dar mokosi. Suaugusieji turi žinoti, kodėl jie mokosi, kokią naudą tai duos ir kokios pasekmės jų laukia, jei jie atsisakys mokymosi proceso. Prieš priimdami sprendimą, jie apskaičiuos visus už ir prieš.
2. Mokymo procesas negali atimti savarankiškumo ir apsisprendimo. Priešingu atveju sulauksime pasipriešinimo, nenoro ir pasitraukimo.
3. Apeliavimas į suaugusiųjų gyvenimišką patirtį. Mokytojas turi parodyti, kaip turinys siejasi su besimokančiųjų patirtimi ir kaip jie gali panaudoti naujas žinias. Veiksmingiausi metodai - atvejų analizė, seminarai ir praktinės užduotys. Suaugusieji, net jei jie yra panašaus amžiaus, gali turėti skirtingą patirtį, kuri turės įtakos mokymosi procesui. Net jei jie ir nori mokytis, remdamiesi savo patirtimi jie gali susidaryti požiūrį, aš žinau geriau.
4. Suaugusieji noriau mokosi, jei yra tikri, kad įgytos žinios ir įgūdžiai bus naudingi jų kasdieniame gyvenime, padės būti operatyvesniais ir rezultatyvesniais.
5. Mokymo metodai turėtų būti orientuoti į užduočių atlikimą, mokymąsi darant, o ne mokantis iš knygų kartojant teorijas.
6. Suaugusiuosius motyvuoja tiek vidiniai, tiek išoriniai veiksniai, pavyzdžiui: siekiai, atsakomybė ar galimybė būti paaukštintiems pareigose, galimybė gauti geresnį darbą

Siekiant užtikrinti mokymo proceso veiksmingumą, reikėtų atsižvelgti į tam tikrus veiksnius:

- mokytojo ir mokinių tarpusavio pagarba, pasitikėjimas ir noras bendradarbiauti;
- geros techninės sąlygos toje vietoje, kur suaugusieji mokosi;
- bendras apsisprendimas, kaip vyks mokymosi procesas, nes parengti sprendimai bus atmetami;
- dalyviams pritaikytų mokymo metodų įvairovė;
- mokymosi uždavinių nurodymas;
- planas, kaip jie bus pasiekti, paruošti grupei arba pavieniams asmenims;
- mokymosi proceso vertinimas.

Suaugusieji, ypač senjorai, mokysis geriau, jei:

- jie matys, kad naujos žinios ir įgūdžiai yra susiję su jų jau įgyta patirtimi;
- jaus, kad jie gali rinktis, ko ir kaip mokytis, kaip ir kokia forma informacija bus perduodama;
- dalyvavimas bus savanoriškas ir pagrįstas jų pačių noru, mokymo proceso tikslai jau jiems žinomi ir priimtini;
- praktiniuose užsiėmimuose nebus smerkimo ir kiekvienas nesigėdydamas galės interpretuoti turinį savaip.

Suaugusieji noriau imasi veiklų, kurios yra pagrįstos:

- aktyviu dalyvavimu;
- didele turinio svarba tiek asmeniniame gyvenime, tiek visuomenės labui;
- tarpusavio ryšiu tarp dalyvių bei tarp dėstytojų ir dalyvių.

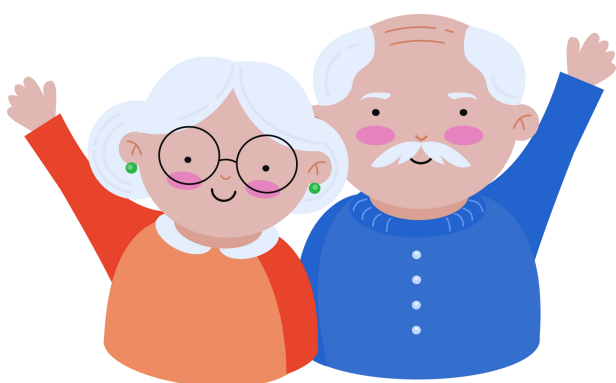
Atsižvelgiant į tai, kas paminėta anksčiau, lektoriai, kurie moko suaugusiuosius, įskaitant senjorus, turėtų:

- sukurti atvirumo, partnerystės ir tolerancijos atmosferą;
- parodyti dalyviams dabartinio turinio naudingumą bei, kaip jis siejasi su jų gyvenimu, poreikiais ir vertybėmis;
- parodyti, kaip mokymosi procese galima panaudoti dalyvių gyvenimo patirtį;
- paaiškinti konkrečių temų ar mokymo metodų pasirinkimo priežastis, jei senjorai nedalyvavo juos renkantis;
- pateikti sąsajas tarp skyrių, poskyrių, modulių tam, kad senjorai nepamestų iš akių galutinio tikslo;
- kaip jau buvo minėta anksčiau, dėstytojo ir dalyvio ryšys yra labai svarbus siekiant ugdymo tikslų. Dalyviai gali nutraukti mokymąsi arba išeiti, jei dėstytojas per užsiėmimus nesugeba užtikrinti saugios ir pasitikėjimu grįstos atmosferos;
- laikytis diskretiškumo, kuris suprantamas kaip informacijos, gautos per mokymus, neviešinimas be dalyvių žinios ir sutikimo;
- puoselėti draugišką atmosferą ir konstruktyvų dalyvių bendravimą" [1].

Vienas didžiausių švietimo košmarų yra žmonių požiūris į švietimą, kuris paremtas įsitikinimu, kad turinys, kurio jie mokosi, yra nenaudingas. Nesugebėjimas suprasti konkrečių žinių paskirties sukelia atmetimą. Tačiau suaugusieji turi pranašumą prieš vaikus, nes parodžius jiems konkrečią ir realią naudą bei tikslus, jų įsitraukimas gerokai padidėja. Tai galima sustiprinti, jei dėstytojas remsis žiniomis ir patirtimi, įgyta per besimokančiųjų gyvenimo ir profesinę patirtį. Dalyvių gyvenimiška patirtis gali būti itin vertingas žinių ir informacijos šaltinis ir gerokai pajvairins užsiėmimus.

Dar daugiau, tai lems kiekvienos grupės unikalumą, nes jie pateiks skirtingą patirtį, požiūrį ir vertybes. Dėl to lektoriaus pateiktą temą dalyviai modifikuos, suteikdami jiems realią įtaką žinių įgijimo formai ir metodams. Todėl žinių analizės lygis sumažinamas iki minimumo, suteikiant dalyviams sprendimų priėmimo galią, veiksnumą, jų pasiekimų ir žinių svarbos, unikalumo ir tikslingumo pojūtį.

„Jei suaugusieji nori ir turi mokytis per patirtį ir mokymąsi supranta kaip problemų sprendimo procesą, lektorius turėtų vesti seminarus taip, kad jie galėtų eksperimentuoti ir įgyti naujų įgūdžių, taip pat turėtų skatinti juos savarankiškai mąstyti ir leisti patiems spręsti užduotis ir problemas"[2].



SUAUGUSIŲJŲ MOKYMOSI KLIŪTYS

Vis dėlto, net ir naudodamiesi mūsų gairėmis, galite susidurti su besimokančiųjų žmonių pasipriešinimu. Emilija Mazurek ir Tomasz Stępień mokymo ir mokymosi procese išskyrė keletą kliūčių [3].

1 kliūtis - nenoras dalyvauti įstaigos organizuojamuose mokymuose.

Dėstytojo funkcija: naudoti aktyvinančius metodus; su studentais užmegzti santykius, pagrįstus pasitikėjimu, sąžiningumu, pagarba ir dialogu; sukurti erdvę studentų gyvenimo patirčiai; skatinti darbą grupėse.

2 kliūtis - nuomonė, kad mokymų turinys nereikalingas.

Dėstytojo funkcija: teikti individualią pagalbą, orientuotą į bendru sutarimu apibrėžtus poreikius ir tikslus bei veiksmų planą. Parodyti, kaip naujas žinias galima panaudoti realiame gyvenime. Jei asmuo patiria sunkumų dėl neigiamo požiūrio į mokymąsi, sutelkite dėmesį į jo mokymosi rezultatus, naudą.

3 kliūtis - menka motyvacija arba jos nebuvimas.

Dėstytojo funkcija: siūlyti individualią paramą ir sutelkti dėmesį į studentų sėkmingus rezultatus bei stiprybes; kurti pasitikėjimu ir bendradarbiavimu pagrįstus santykius; pagirti net ir mažytę pažangą; pasitelkti besimokančiojo gyvenimiškąją patirtį.

4 kliūtis – neįgalumas.

Lektoriaus funkcija: užtikrinti technines sąlygas, padedančias asmeniui su negalia mokymosi procese; teikti emocinę paramą ir užtikrinti, kad būtų reaguojama į iškylančius poreikius; skatinti naudotis sistetine parama.



Šaltiniai:

[1] "Andragogika, czyli jak uczyć dorosłych?", <https://www.ore.edu.pl/wp-content/plugins/download-attachments/includes/download.php?id=5521>

[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, "Kompendium wiedzy koniecznej edukatora dorosłych", online:

<https://pwr.edu.pl/fcp/cGBUQOQtTKlQhbx08SlkTWwRQX2o8DAoHNiwFE1wZDyEPG1gnBVcoFW8SBDRTxMKRyOSODwBBAEIMQheCFVAORFCHzY/80/publi>
c/docs/projekt_lowe/kompendium_wiedzy_koniecznej_edukatora_doroslych.pdf

Apibendrinimas.

Priklausomai nuo to, kokioje švietimo proceso stadijoje yra suaugusieji, lektorius gali atlikti skirtingus vaidmenis. Suaugusiųjų mokymas yra abipusis procesas, jame turi dalyvauti abi pusės ir būtina naudotis abipuse patirtimi. Tik esant tokiam ryšiui galime ir mokytis, ir mokyti. Andragoginiuose mokymo yra daug vertingų patarimų. Jais naudodamiesi išvengsime daugybės sunkumų, tokių, kaip:

- globėjiskasis požiūris į besimokančius suaugusiuosius;
- kliūčių atsiradimas ir suaugusiųjų besimokančiųjų nenoras, kurį įveikti gali būti labai sudėtinga ar net neįmanoma;
- pasitraukimas iš mokymosi proceso arba tai, kad mokymosi procesas tampa neveiksmingas.

Andragoginis metodas grindžiamas keliais principais, kurių laikantis galima dėstytojui gerokai padėti.

1. **Pedagogo vaidmuo.** Neesminis. Apsiriboja motyvacija ir parama ugdymo procese. Besimokantis suaugusysis turi daug savarankiškumo ir autonomijos, kuriuos reikėtų gerbti. Mokytojas turėtų sukurti tinkamą sistemą, kuri palaikytų mokinio savarankiškumą.
2. **Patirties svarba.** Mokytojas turėtų remtis mokinių patirtimi. Pagrindinis suaugusiųjų švietimo principas yra mokymasis per praktiką.
3. **Motyvacija mokytis.** Pagrindinė suaugusiųjų motyvacija yra gebėjimas panaudoti žinias kasdieniame gyvenime. Mokymas turėtų būti orientuotas į praktinį naujai įgytų žinių pritaikymą, žinias ir įgūdžius. Suaugęs žmogus ieško galimybės pagerinti savo gyvenimo situaciją.
4. **Atmosfera.** Pasitikėjimas, abipusė pagarba, neformalus bendravimas, parama ir rūpestis.
5. **Mokymosi planas.** Bendrai parengtas mokytojo ir mokinio. Bendra poreikių diagnostika.
6. **Mokytojas** suteikia reikiamą informaciją ir padeda siekti tikslų.
7. **Metodai ir būdai.** Eksperimentavimas, diskusijos, imitavimas ir atvejo analizė.
8. **Vertinimas.** Bendras mokymo rezultatų vertinimas.



2 skyrius

Kaip organizuoti kursus

IVADAS

Šis Vadovas buvo sukurtas siekiant padėti kitiems edukatoriams, mokytojams ir visiems, kurie norėtų pasinaudoti šiuo kursu, kad galėtų suteikti žinių ir pagerinti senjorų saugumo ir gynybos internete įgūdžius. Šiame vadove taip pat yra skyrius apie suaugusiųjų švietimą. Manome, kad prieš pradedant kursus bus naudinga susipažinti su šiuo skyriumi. Kursai „Saugūs internete“ suskirstyti į 6 skyrius. Jie buvo sukurti kaip visuma, iš vienas kitą papildančių sudedamųjų dalių, o tai reiškia, kad tik kaip visuma gali išpildyti kibernetinio saugumo švietimo prielaidas. Žemiau rasite konkrečių skyrių aprašymą, atidžiai jį perskaitykite. Pateikiame projekto „Senjorai senjorams“ kūrėjų sukurtą kursų vedimo būdą. Tikime, kad tai padės ne tik suprasti kursų esmę, bet ir palengvins žinių perdavimą kitiems senjorams. Žinoma, tai nereiškia, kad jūs negalite nieko keisti, bet prašome prisiminti, kad būtina atsižvelgti į tikslus, kuriais grindžiamas projektas ir kursai.

ĮDARBINIMAS

Kadangi kursai skirti senjorams, todėl juos turėtų lankyti 60+ amžiaus žmonės. Tačiau mes nedraudžiame jums, atlikus tam tikrus pakeitimus, rengti juos jaunesnėse grupėse. Reikia pasakyti, kad kursai „Saugūs internete“ buvo parengti remiantis andragoginiais mokymo metodais. Tai reiškia, kad tokios formos kursai gali būti naudojami tik suaugusiesiems.

Pagrindinė sąlyga norint dalyvauti kurse - turėti pagrindinių kompiuterinių žinių ir aktyviai naudotis internetu. Ši sąlyga yra labai pagrįsta tuo, kad kursai padeda išvengti kibernetinių nusikaltimų internete, vadinasi, dalyviai turėtų juo naudotis. Be to, dalyviai turėtų pademonstruoti norą dalytis kurso metu įgytomis žiniomis su kitais, o tai padėtų įgyvendinti vieną iš pagrindinių projekto „Senjorai senjorams“ tikslų. Galite naudotis projekto vadovų sukurtą įdarbinimo forma, peržiūrėkite priedų sąrašą.

Apibendrinant:

1. kursas skirtas suaugusiesiems, ypač senjorams;
2. dalyviai turėtų būti aktyvūs interneto naudotojai, turintys pagrindinių žinių, kaip naudotis kompiuteriu ir (arba) telefonu;
3. dalyviai turėtų būti pasirengę skleisti žinias savo aplinkoje.

KURSŲ VYKDYMAS

I. VIETA

Kursai „Saugūs internete“ gali vykti bet kurioje seminarams vesti skirtoje patalpoje.

Svarbu užtikrinti dalyviams patogias sąlygas. Atsižvelgiant į tai, kad kursai skirti saugumui internete ir mūsų aplinkos labui, primygtinai patariame naudoti patalpą, kurioje yra įrengtas kompiuteris arba yra ekranas ir projektorius. Tai padės išvengti nereikalingo medžiagos spausdinimo.

2, 3, 5 ir 6 skyriai grindžiami aktyviu dalyvių dalyvavimu. Kursas pateikia daug įvairių pavyzdžių ir pratimų. Be to, dirbama grupėse, individualiai ir diskutuojama. Galite naudoti savus tam tikrų skyrių vedimo būdus, tačiau reikėtų nepamiršti suaugusiųjų švietimo principų ir kurso „Saugūs internete“ vertybių.

II. GRUPĖ

Be to, kas jau buvo pasakyta apie dalyvius, patariame kursus vesti grupėse, kurių dydis pritaikytas prie seminaro formato. Kursai „Saugūs internete“ buvo sukurti ne daugiau kaip 12 dalyvių vienoje grupėje. Didelėse grupėse užsiėmimų trukmė gali pailgėti, taip pat didesnėse grupėse galime pastebėti dalyvių pasitikėjimo trūkumą. Kurso metu kai kurie dalyviai gali prisipažinti, kad buvo tapę kibernetinių nusikaltėlių aukomis. Pažymime, kad kibernetinis sukčiavimas gali sukelti traumas ar kitas psichologines problemas.

III. TVARKA

Kursai suskirstyti į atskirus 6 skyrius. Patariame išlaikyti siūlomą vykdymo eigą. Tačiau nebūtina griežtai laikytis rekomenduojamos tvarkos nuo 1 iki 6. Galite pasirinkti, kurie skyriai bus atliekami pirmiausia, o kurie - paskiausiai. Atminkite, kad kursai buvo išbandyti ir įvertinti vyresniųjų grupėse, todėl siūloma tvarka duos geriausius rezultatus.

IV. VIENO SKYRIAUS TRUKMĖ

Kursų trukmė - 12 valandų. Pasikonsultavę su senjorų organizacijomis, pasirinkome variantą, pagal kurį darbas trunka 45 minutes, o pertrauka - 15 minučių. Tokiu būdu suteikiama galimybė išlaikyti nepakitęs aukštą dalyvių dėmesį. 15 minučių pertraukos suteiks pakankamai laiko pailsėti ir pasiruošti kitoms dalims.

V. VIENOS MOKYMO DIENOS TRUKMĖ

Geriausia forma, remiantis mūsų patirtimi, yra nuo 3 iki ne daugiau kaip 4 valandų per dieną. Tai reiškia, kad kursai turėtų trukti nuo trijų iki keturių dienų. Mes primygtinai nerekomenduojame senjorų grupėse praleisti daugiau valandų per dieną. Atminkite, kad:

1. dalyviai nėra susipažinę su didesne pateiktos medžiagos dalimi, todėl jų smegenims reikės laiko naujoms žinioms įsisavinti;
2. intensyvus kursas gali sukelti pasipriešinimą ne turiniui, o lektoriaus mokymo įgūdžiams. Todėl, jei jūs ar jūsų organizacija pirmenybę teikia intensyviai kursui, reikėtų pasitarti su grupe;
3. nors dalyviai yra senjorai, prašome nepakliūti į stereotipų spąstus apie jų laisvalaikio perteklių. Senjorai, kaip ir visi kiti, turi savo pareigų ir įsipareigojimų.

Nepaisant pasirinkto tvarkaraščio, nepamirškite, kad kiekviena pradėta tema turėtų būti baigta tą pačią dieną. Taip pat nerekomenduojame tarp atskirų kursų dienų daryti ilgų pertraukų. Gali būti tikslinga visus kursus rengti per vieną savaitę arba per du savaitgalius iš eilės.

Ilgesnės pertraukos pareikalaus intensyvaus ankstesnių skyrių kartojimo, o tai gali turėti įtakos kursų trukmės pratęsimui.

VI. FORMA

Du iš šešių skyrių yra paskaitų formos, tačiau net ir juose rasite pavyzdžių ar užduočių, kurias dalyviams reikėtų pateikti. Suaugusiųjų mokymasis turėtų būti grindžiamas aktyviais metodais, pavyzdžiui, pratybomis, diskusijomis, aktyviu dalyvavimu ir galimybe praktiškai panaudoti patirtį bei žinias. Be to, svarbu sukurti abipusio supratimo ir pagarbos atmosferą. Tai padės pasiekti geriausių rezultatų.

Jūs galite įtraukti savo pavyzdžių ar pratimų, tačiau nepamirškite ir gerbkite projekto „Senjorai senjorams“ autorių intelektines teises. Projekto vadovai yra atviri diskusijoms apie kurso turinio pakeitimus. Jei norite pasidalyti savo nuomone, susisiekite su mumis el. paštu. Aplinkosaugos labai rekomenduojame kursą pateikti tik skaitmenine forma, pvz., rodant pavyzdžius ir pratimus kompiuteriuose.

KURSŲ ĮVERTINIMAS

SKYRIAUS ĮVERTINIMAS

Siekdami užtikrinti, kad kursas būtų vykdomas kokybiškai ir kad būtų pasiekti tikslai, siūlome atlikti kasdienį vertinimą. Klausimynų pildymas iš karto pabaigus skyrių suteikia sąžiningesnį atsakymą. Visa kursų trukmė - 12 valandų. Būtų labai sunku prisiminti visus svarbius kiekvieno konkretaus skyriaus dalykus pabaigoje.

VERTINIMAS KURSŲ PABAIGOJE

Projekto vadovai taip pat nusprendė kursų pabaigoje atlikti vertinimą, kuriuo būtų patikrinta, ar bendri poreikiai ir lūkesčiai buvo patenkinti. Mes taip pat gausime dalyvių komentarus, nuomonę ir informacijos apie tai, kaip dalyviai vertina kursų turinį ir jo išdėstymo metodus bei būdus.

DĖSTYTOJŲ VERTINIMAS

Projekto vadovai sutarė, kad vertinti kursą turėtų ne tik senjorai, bet ir dėstytojai, vadovai (mūsų įvardyti kaip stebėtojai), kurie taip pat turėtų užpildyti klausimynus. Stebėtojai gali pateikti nešališką nuomonę. Rekomenduojame naudoti visą mūsų siūlomą vertinimo būdą.

IŠVADOS

1. Senjorai turėtų užpildyti apklausas po kiekvieno skyriaus ir kursų pabaigoje. Tokiu būdu bus galima susidaryti visapusišką nuomonę apie išdėstytus kursus.
2. Pedagogai ir stebėtojai turėtų užpildyti apklausą po viso kurso.
3. Rezultatai turėtų būti naudojami ne tik kurso turiniui, bet ir lektoriaus įgūdžių tobulinimui.
4. Atminkite, kad kursai yra intelektinė nuosavybė, todėl dėl bet kokių pakeitimų reikėtų konsultuotis su projekto „Senjorai senjorams“ vadovais.

Rekomenduojame naudotis vertinimo formomis, pateiktomis 6 skyriuje. Prašome savo atsiliepimus arba vertinimo formų rezultatus siųsti mūsų el. pašto adresu tezaurask@gmail.com. Gautus duomenis panaudosime kurso ir senjorų edukatorių socialinio tinklo tobulinimui.

3 skyrius

Kibernetinio saugumo įstatymai Lenkijoje

Kibernetiniai nusikaltimai yra dinamiški ir sunkiai nuspėjami. Kursų metu sužinojome, kad dauguma veiksmų, kurių imasi valstybės institucijos kovai su kibernetiniais nusikaltėliais, yra atsakomojo pobūdžio. Vis dėlto svarbu, kad įstatymais būtų stengiamasi pasivyti realybę.

2004 m. iš dalies pakeistos baudžiamasis kodeksas	2001 m. Lenkijos pasirašytos Europos Tarybos konvencijos dėl elektroninių nusikaltimų (vadinamosios Budapešto konvencijos) nuostatų įtraukimas į Lenkijos teisę.
2011 m. rugsėjo 27 d.	Lenkijos Respublikos Prezidentas pasirašė Karo padėties įstatymo pataisą. Ją į Lenkijos teisę įtraukiama „kibernetinės erdvės“ sąvoka.
2018 m. rugpjūčio 1 d.	Prezidentas pasirašė Nacionalinės kibernetinio saugumo sistemos įstatymą, kuriuo įgyvendinama Europos Parlamento ir Tarybos direktyva (ES) dėl Europos saugumo ir dėl priemonių, skirtų aukštam bendram tinklo ir informacinių sistemų saugumo lygiui Europos Sąjungos teritorijoje užtikrinti.
2022 m.	Naujas nacionalinės kibernetinio saugumo sistemos įstatymo pataisų projektas. Įstatymas leidžia pritaikyti Lenkijos teisinę tvarką prie įsipareigojimų, atsirandančių įsigaliojus 2019 m. balandžio 17 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamentui (ES) 2019/881 dėl ENISA ir kibernetinio saugumo sertifikavimo informacijos ir komunikacijos srityje.

Remiantis įvairiais turimais statistiniais duomenimis ir pastaraisiais metais atliktais tyrimais, daugelis organizacijų, įskaitant viešojo administravimo institucijas, vis dar turi nepakankamai žinių apie kibernetines grėsmes, susijusias su elektroninių prietaisų naudojimu.

Tinkamų žinių ir prevencinės politikos trūkumas gali būti viena iš priežasčių, kodėl dauguma apgavysčių yra tokios veiksmingos:

- asmens duomenų nutekėjimas - viena didžiausių grėsmių;
- kriptovaliutų, kaip populiariausios kibernetinių nusikaltėlių sandorių priemonės, naudojimas;
- įmonių duomenų praradimas dėl kenkėjiškų programų ir sukčiavimo;
- programinės įrangos šantažas - vidutinė išpirkos suma padvigubėjo;
- kibernetiniams nusikaltėliams padeda dezinformacija - esanti visų rūšių žiniasklaidoje;
- suklastoti elektroniniai laiškai - populiariausia apgavystė vis dar yra Covid-19.

Šie teiginiai rodo, kad ne tik eiliniai piliečiai yra labai menkai informuoti, bet ir valdžios institucijos bei žiniasklaida, o jos juk daro įtaką žmonėms ne tik per įstatymus, bet ir per galimybę formuoti visuomenės nuomonę svarbiais klausimais.



Lenkai mano, kad didžiausią grėsmę asmens duomenims kelia sukčiai, kurie bando juos išvilioti melagingomis SMS žinutėmis, elektroniniais laiškais ir skambučiais (43 %).

92 % senjorų mano, kad nekontroliuojamas jų asmens duomenų nutekėjimas gali kelti grėsmę jų finansams.

Kas trečias respondentas (34,5 %) baiminasi duomenų nutekėjimo. Respondentai dažniau baiminasi nutekėjimo iš privačių įmonių duomenų bazių. Beveik 1/5 respondentų (19,3 %) juos laikė didžiausia grėsme.

Didžioji dauguma Lenkijos darbuotojų teigia, kad jie žino, kaip apsaugoti savo elektroninius prietaisus, naudojamus darbe. Tik 40 % jų apie tai iš tikro galvoja ir taiko atitinkamus mechanizmus.



Mažiau nei 1/5 šios grupės atstovų imasi ryžtingų priemonių savo duomenims apsaugoti. Remiantis respondentų pareiškimais, tik mažiau nei pusė jų (46 %) žinotų, kaip elgtis asmens duomenų nutekėjimo atveju. Jauni žmonės (daugiau nei 57 %) daugiausiai įsitikinę, ką reikėtų daryti tokioje situacijoje.



Tuo tarpu senjorams tai sukeltų daugiausiai problemų. Tyrimo duomenimis, 2/3 vyresnių nei 65 metų žmonių nežinotų, kaip reaguoti.

Tyrimai rodo, kad būtent vyriausio amžiaus grupėje respondentai dažniausiai negalėtų nurodyti interneto svetainės, kėlusios nepasitikėjimą, adresu. Tik 11 % respondentų ją nurodė, o tai buvo mažiausias rodiklis tarp visų amžiaus kategorijų, akivaizdžiai mažesnis nei visų respondentų vidurkis, kuris yra 20 %.

Kibernetinio saugumo įstatymai Lietuvos Respublikoje

2014 m. gruodžio 11 d. Nr. XII-1428 Vilnius

Šis įstatymas nustato kibernetinio saugumo sistemos organizavimą, valdymą ir kontrolę, apibrėžia kibernetinio saugumo politiką formuojančias ir įgyvendinančias institucijas, jų kompetenciją, funkcijas, teises ir pareigas.

XII-1428 Lietuvos Respublikos kibernetinio saugumo įstatymas

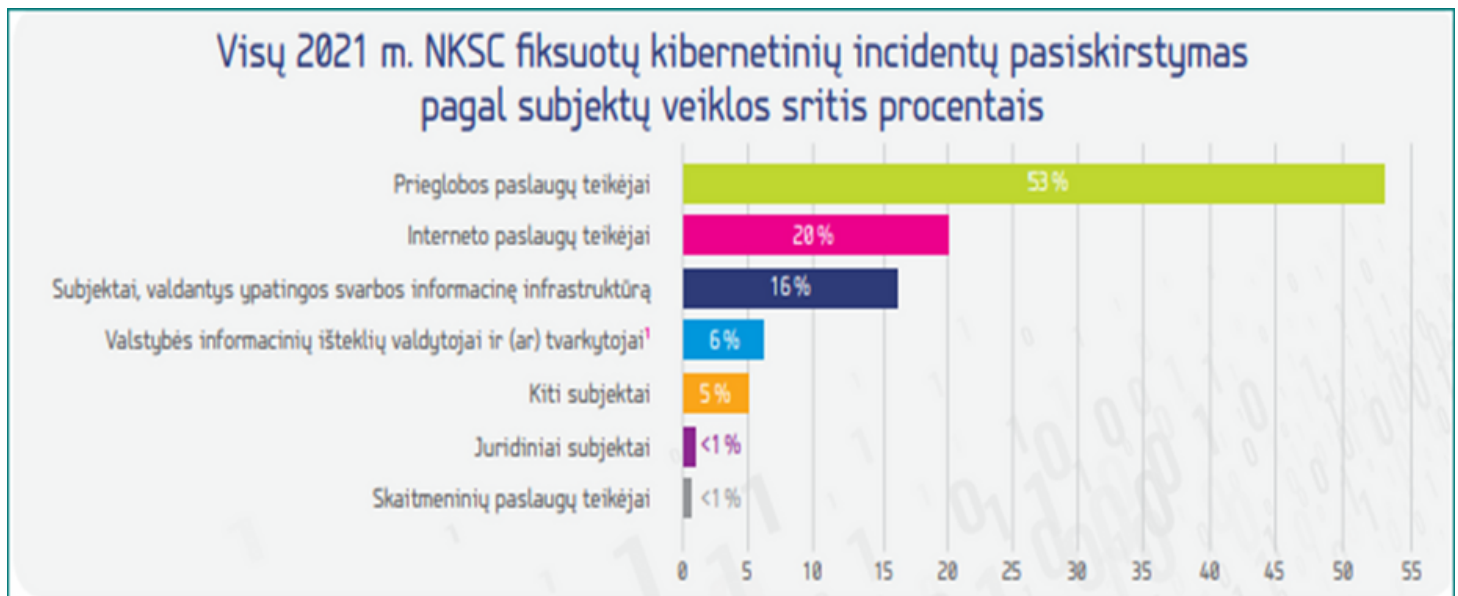
Patvirtinta 2018 m. rugpjūčio 5 d. Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimu Nr.818

Organizacinių ir techninių kibernetinio saugumo reikalavimų, taikomų kibernetinio saugumo subjektams, aprašas

Patvirtinta 2018 m. rugpjūčio 13 d. Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimu Nr. 818

Nacionalinis Kibernetinių incidentų valdymo planas

Visų 2021 m. NKSC fiksuotų kibernetinių incidentų pasiskirstymas pagal subjektų veiklos sritis



2021 m. iš viso fiksavo 4 088 kibernetinius incidentus.

Elektroninės informacijos apsaugos paslaugų teikėjas – informacinės visuomenės paslaugų teikėjas, suteikiantis galimybę naudotis elektroninės informacijos kūrimo ir tvarkymo priemonėmis ir (arba) saugantis paslaugos gavėjo pateiktą elektroninę informaciją.

2021 m. kibernetinių incidentų statistika.

- 53 proc. CERTLT fiksuotų kibernetinių incidentų buvo susiję su Lietuvos interneto prieglobos (hostingo) teikėjų infrastruktūra, kurią, pvz., galima naudoti svetainėms, virtualioms darbo vietoms kurti, el. pašto paslaugoms ir pan.

- Antroje vietoje (20%) pagal fiksuotų kibernetinių incidentų skaičių yra incidentai, daugiausia susiję su Lietuvos interneto teikėjų paslaugomis besinaudojančių klientų galiniais įrenginiais (kompiuteriais, išmaniaisiais įrenginiais ir pan.).
- Trečioje vietoje yra kibernetiniai incidentai, fiksuoti ypatingos svarbos informacinės infrastruktūros valdytojų ryšių ir informacinėse sistemose. 2021 m. tokie incidentai sudarė 16 % visų incidentų.
- 2022 m. pirmą ketvirtį kibernetinių incidentų intensyvumas išliko aukštas. Per pirmus tris 2022 m. mėnesius NKSC fiksavo 1 020 kibernetinių incidentų. Jų skaičius kiek didesnis nei prieš metus per tą patį laikotarpį, kai fiksuotas 981 incidentas.

CERT-LT 2021 m. ir 2020 m. fiksuotų kibernetinių incidentų skaičius pagal grupes

Nr.	Kibernetinio incidento grupės	2021 m. kiekis	2020 m. kiekis	Pokytis vnt.
01	Kenkimo PĮ	1 890	1 966	↓ 76
02	Informacijos rinkimas (angl. <i>phishing</i>)	1 187	962	↑ 225
03	Nepageidaujamų laiškų, klaidinančios informacijos platinimas	399	739	↓ 340
04	Mėginimas įsilaužti	278	171	↑ 107
05	Neteisėta veikla, sukčiavimas	136	85	↑ 51
06	Sėkmingas įsilaužimas	125	61	↑ 64
07	Paslaugų trikdymas (angl. DDoS)	43	75	↓ 32
08	Kiti incidentai (atskiri, neatitinkantys nė vienos iš nurodytų grupių aprašymų)	22	271	↓ 241
Iš viso:		4088	4330	↓ 242

Apklausą atliko tyrimų bendrovė SKDS. Lietuvoje 1017 respondentų nuo 18 iki 75 metų amžiaus dalyvavo apklausoje, kuri buvo atliekama internetu. Žemiau galite rasti svarbiausius šios apklausos rezultatus.

- Per keletą pastarųjų mėnesių kas antras gyventojas (47%) Lietuvoje yra gavęs sukčių siunčiamų elektroninių laiškų ar žinučių.
- Tik vienas-du iš dešimties (11-18%) 55-75 m. internetu besinaudojančių gyventojų gerai žino, kaip apsisaugoti nuo kibernetinių grėsmių.
- Vyrų dažniau nei moterų savo kibernetinio saugumo žinias vertino gerai – taip atsakė trečdalis (36%) vyrų ir penktadalis (24%) moterų.
- Lietuvoje asmeninio kibernetinio saugumo žinias geromis laiko 29% apklaustųjų.
- Kibernetinio saugumo srityje jaučiasi vidutiniškai 47%, o blogai – 20% apklaustųjų.
- Trečdalis (36%) gyventojų Lietuvoje sutiktų duoti savo nuotrauką, kūno išmatavimus prekybininkui tam, kad galėtų pasimatuoti drabužį virtualiai ir matytų, kaip jis gulės ant jo ar jos figūros.
- 30% gyventojų Lietuvoje pakeičia gamintojo slaptažodį.
- 15% Lietuvos gyventojų reguliariai domisi kibernetinio saugumo naujienomis, atnaujiną savo turimas šios srities žinias bei įgūdžius.

- Dauguma (77%) gyventojų Lietuvoje teigia niekada neatidarantys sukčių siunčiamų laiškų ir žinučių, nespaudžiantys juose esančių nuorodų.
- Savo įrenginius saugo ir reguliariai atnaujina kompiuterių ir išmaniųjų telefonų programinę įrangą 66% Lietuvos gyventojų.
- Saugiai naudoja slaptažodžius, kuriuos sudaro tiek skaičiai ar simboliai, tiek raidės. Taip teigia besielgiantys 60% Lietuvos apklaustųjų.
- 36% apklaustųjų Lietuvoje viešose vietose prie interneto jungiasi per mobiliuosius duomenis, o ne per toje vietoje esantį bevielį (Wi-Fi) tinklą, kuris gali būti nesaugus.



4 skyrius

Senjorų edukatorių tinklas

Kas yra senjorų edukatorių socialinis tinklas?

Vienas iš projekto „Senjorai senjorams“ rezultatų yra socialinis tinklas. Senjorai, dalyvavę kursuose „Saugūs internete“, skleis žinias savo draugams, šeimos nariams ir savo vietos bendruomenėse. Socialinis tinklas pagrįstas bendraamžių mokymosi idėja, kuri gali būti apibūdinama kaip žmonės, turintys panašų statusą ir gebėjimus arba esantys to paties amžiaus ir besimokantys vieni iš kitų.

Kiekvienas senjoras, dalyvavęs kursuose „Saugūs internete“, gavo pradedančiojo rinkinį ir buvo paprašytas skleisti savo naujas žinias ir parodyti kitiems ką tik įgytus įgūdžius. Projekto vadovai mano, kad bendraamžių mokymas yra geresnis būdas informuoti šios specifinės amžiaus grupės žmones nei daugelis kitų veiksmų ir projektų.

Kodėl vyresnio amžiaus žmonių tarpusavio mokymas yra toks svarbus?

Atsakymus 1993 m. pateikė Stromas ir Stromas: „Vyresnio amžiaus suaugusieji mokytojai ir besimokantieji yra bendraamžiai ne tik kaip chronologiškai to paties amžiaus grupė, bet ir kaip grupė, kurią sieja bendra gyvenimo patirtis ir tas pats istorijos suvokimas“. Tai gali atnešti labai vaisingą bendradarbiavimą ir aktyvų dalyvavimą mokymosi procese [1]. Tyrimų duomenimis, vyresnio amžiaus suaugusieji, dalyvavę bendraamžių mokyme, jautė reikšmingus sveikatos ir bendro pasitenkinimo gyvenimu pokyčius. Dar daugiau, jo metu vyresnio amžiaus suaugusieji įžvelgė daugiau naudos nei iššūkių. Jausmas, kad kažką darai svarbaus kasdieniniame gyvenime, teikė didesnę pasitenkinimą nei įgūdžių įgijimas.[2] Tai rodo, kaip svarbu leisti senjorams aktyviai dalyvauti visuomenės gyvenime, būti pokyčio dalimi, dalyvauti pokyčiuose. Be to, Lenkijai ir Lietuvai bendraamžių mokymas yra svarbus, nes kaip rodo tyrimai, jis gali atnešti didelę naudą žmonėms, kurių socialinė ir ekonominė padėtis yra blogesnė, pavyzdžiui, mažas pajamas gaunantiems žmonėms arba mažumoms[3]. Šalyse, kuriose aštuntojo dešimtmečio pabaigoje ir devintojo dešimtmečio pradžioje pasikeitė politinė sistema iš Sovietų Sąjungos primastos ir palaikomos komunistinės priespaudos į demokratiją, galime pastebėti, kad nemaža dalis senjorų, kurių socialinės ir ekonominės sąlygos yra blogos, dažnai gyvena kaimiškose ir mažų miestelių vietovėse.

Kodėl socialinis tinklas yra toks reikalingas?

Visuomenė turėtų padėti senjorams kuo ilgiau išlikti savarankiškiems ir nepriklausomiems. Reikia kovoti su vieatve, socialine izoliacija ir atleidimu iš darbo, kurių esama vyresnio amžiaus piliečių aplinkoje. Socialinis tinklas atrodo kaip geras sprendimas, ypač atsižvelgiant į tai, kad juo naudodamiesi galime patenkinti penkių rūšių su senėjimu susijusius poreikius, kaip teigia H. McClusky:

1. Susidorojimo poreikiai - senjorai turi jausti, kad jie turi būtiniausias kompetencijas ir yra savarankiški.
2. Saviraiškos poreikiai - senjorams reikia išreikšti save.
3. Poreikis būti reikalingam - noras tarnauti kitiems, prie ko nors prisidėti dažnai susijęs su altruizmu ir savanoryste.
4. Poreikis ką nors paveikti - senjorai nori aktyviai dalyvauti savo vietos bendruomenės veikloje ir daryti įtaką savo aplinkoje.
5. Poreikis peržengti su amžiumi susijusius apribojimus - noras siekti įgūdžių ir galimybių. [4].

Remiantis tuo, kas buvo išdėstyta pirmiau, socialinis tinklas senjorams suteiks:

- kompetencijų ir įgūdžių, reikalingų skaitmeniniame pasaulyje. Kursų „Saugūs internete“ dalyviai įgyja įgūdžių ir įrankių, padedančių apsisaugoti patiems, taip pat mokyti kitus žmones apie grėsmes ir apsisaugojimo būdus;
- būdų išreikšti save. Suteikdami senjorams galimybę skleisti žinias ir informaciją savo vietos bendruomenėse taip, kaip jie nori, sukuriame unikalią galimybę. Kiekvienas senjoras informuotų kitus žmones, gali naudotis savo įgūdžiais, darbo ir dalijimosi būdais bei veikti pagal savo charakterį ir poreikius;
- galimybę kontroliuoti, kaip atliekama užduotis, ir prisiimti atsakomybę (kurios jie taip nori) už rezultatus;
- galimybę būti išklausytam. Kadangi grįžtamąjį ryšį rinksime be išankstinio vertinimo, senjorai galės laisvai kalbėti;
- galimybę daryti realią įtaką savo vietos bendruomenėms. Senjorai edukatoriai savo veiksmais galėtų įspėti kitus, padėti kitiems ir sumažinti žmonių, kurie nukentėjo nuo kibernetinių vagių, skaičių. Pirmoji gynybos nuo kibernetinių nusikaltimų linija iš tiesų yra išsilavinę žmonės, kurie žino, kaip apsisaugoti;
- galimybę sumažinti jausmą, kad yra pasenę arba kad į juos žiūrima kaip į silpnas, potencialias aukas - taip gali jaustis senjorai, kai juos moko jaunesni žmonės.

Koks yra „Rinkinio pradedantiesiems“ vaidmuo?

„Rinkinys pradedantiesiems“ - tai informacijos rinkinys, kurį gavo kiekvienas senjoras, dalyvavęs projekte „Saugūs internete“. Jame pateikiama svarbiausios kurso informacijos santrauka, pvz., saugiai elgtis internete, kaip atpažinti suklastotą interneto domeną, ką daryti, jei taptume nusikaltimų elektroninėje erdvėje auka, populiarių sukčiavimo būdų rūšys ir kt. Jis buvo sukurtas siekiant aprūpinti senjorus priemonėmis, kurios padėtų jiems šviesti kitus žmones. Senjorai Rinkinį pradedantiesiems gali parodyti žmonėms, kurie nedalyvavo kursuose, gali jį garsiai perskaityti per šeimos susitikimą, gali jį pasiskolinti iš draugo tam, kad parodytų senjorų klube. Senjorai, aktyviai dalyvaujantys vietos žiniasklaidoje, gali jį paskelbti arba parašyti straipsnį. Senjorai gali rinkinį pradedantiesiems naudoti laisvai ir taip, kaip jiems atrodo tinkama savo tikslams pasiekti.

„Rinkinį pradedantiesiems“ parengė projekto vadovai ir juo gali naudotis visi, norintys organizuoti kursus. Siekiant tausoti aplinką „Rinkinys pradedantiesiems“ yra pdf formato, todėl senjorams, kurie turi nešiojamuosius kompiuterius ar išmaniuosius telefonus, tam, kad galėtų parodyti didesnei auditorijai, nereikia jo spausdinti.

Kaip sukurti socialinį tinklą vietos bendruomenėje?

Jei dirbate su senjorais arba norite įgyvendinti projekto „Senjorai senjorams“ rezultatus savo vietos bendruomenėje ir sukurti Senjorų švietėjų socialinį tinklą, atlikite šiuos veiksmus:

1. organizuokite kursus „Saugūs internete“;
2. pasikalbėkite su senjorais apie tai, kaip tapti švietėjais:
 - aptarkite naujienų ir informacijos sklaidos būdus. Galite pasiūlyti būdą, bet nepamirškite duoti senjorams galimybę nuspręsti, kaip jie nori skleisti informaciją. Pasitikėkite jais, leiskite jiems įrodyti savo vertę, būti aktyviems jiems, o ne jums tinkamu būdu;
 - aptarkite galinčias kilti problemas, kalbėkite apie senjorų baimę, atsakykite į jų klausimus ir palaikykite jų savarankiškumą;
 - jei reikia, kiekvienam senjorui edukatoriui sudarykite individualų planą. Atminkite, kad negalima nieko primesti. Planas turėtų būti kuriamas kartu su edukatoriumi.
3. informuokite senjorus, kad jų veikla bus stebima. Paaiškinkite šios veiklos taisykles. Suteikite jiems jausmą, kad jūs jų nevertinate;

4. aprūpinkite senjorus pradedančiojo rinkiniu;

5. stebėkite senjorų veiklą. Nuspręskite, kada rinksite grįžtamąjį ryšį, ir apie tai senjorus informuokite. Nepamirškite būti nuoseklūs.

6. Būkite atidūs senjorų žodžiams, nes niekas nenori jaustis ignoruojamas, priešingai, senjorai nori dalyvauti keičiant savo aplinką. Nepamirškite pasitarti su edukatoriais. Jei įmanoma, suteikite jiems naujos informacijos apie dabartinius metodus, kuriuos naudoja kibernetiniai nusikaltėliai, apie naujausius teisės aktus. Padėkite senjorams, jei jie nori pranešti apie kibernetinį sukčiavimą. Palaikykite ryšį su projektų vadovais tam, kad galėtumėte padėti plėtoti savo tinklą.

Kaip atlikti stebėseną?

Stebėseną - tai ne kontrolė, o pagalba. Galite naudoti projekto vadovų sukurtą planą.

Prisiminkite, kad reikia laikytis kai kurių pagrindinių taisyklių, pvz.:

- būkite nuoseklūs. Turėkite planą ir jo laikykitės. Niekas nenori bendrauti su žmogumi, kuris nežino, ką daryti;
- nesmerkite ir nekritikuokite senjorų. Būkite jiems parama, kalbėkite su jais, bet ne globėjiškai;
- išklausykite ir reaguokite į poreikius. Aptarkite problemas, su kuriomis jie susidūrė. Jei nuspręsite, kad tai naudinga jūsų tinklui, susisiekit su projektų vadovais ir paprašykite jų pagalbos;
- reaguokite į gautą grįžtamąjį ryšį. Jei senjorams to reikia, pateikite papildomos medžiagos, kurią radote arba gavote iš projektų vadovų.

Palaikykite ryšį su projektų vadovais ir gaukite senjorų leidimą pateikti jų atsiliepimų analizę projektų vadovams. Paaškindite, kad ji bus anoniminė. Patariame užsirašyti ugdytinių problemas, jausmus ir nuomones ir pateikti jas projektų vadovams. Tai padės mums tobulinti kitus tinklus ir galėsime suteikti jums geresnę pagalbą.

Šaltiniai:

[1] Ilseon Choi „How do older adult volunteer instructors describe their peer teaching experiences at a Lifelong Learning Institute (LLI)“ Adult Education research Conference: 2006. (<https://newprairiepress.org/cgi/viewcontent.cgi?article=2466&context=aerc>; Acces: 08/08/2022)

[2] Pihlainen K. Perceived benefits from non-formal digital training sessions in later life: views of older adult learners, peer tutors, and teachers. (Acces: 08.08.2022 <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02601370.2021.1919768>)

[3] <https://study.com/academy/lesson/peer-tutoring-definition-pros-cons.html>. Access: 2/08/2022

[4] Piłkuła N. „Senior w centrum oddziaływań edukacyjnych” in” Studia i Rozprawy, p.135

<https://przegladpedagogiczny.ukw.edu.pl/archive/article/243/senior-w-centrum-oddzialywan-edukacyjnych/article.pdf>

SENIORŲ EDUKATORIŲ TINKLO VALDYMAS

PIRMAS ŽINGSNIS. INFORMACIJA.

1. Senjorai, dalyvavę kursuose „Saugūs internete“ ir gavę pradinį rinkinį, turėtų būti informuoti, kad tinklo koordinadorius su jais susisieks po 2-3 mėnesių ir surinks grįžtamąjį ryšį projekto rezultatų vertinimui.
2. Palaikykite ryšį su senjorais (telefonu, el. paštu ar asmeniškai susitikus), kad būtų reaguojama į jų poreikius. Galbūt jie norėtų apie ką nors pasikalbėti ar pranešti? Galbūt jiems reikia daugiau medžiagos arba susidūrė su naujo tipo kibernetiniu nusikaltimu.

Kodėl 2-3 mėnesių laikotarpis?

Tinklo stiprybė – senjorų edukatoriai, kurie moko kitus. 2-3 mėnesiai yra optimalus laikas, per kurį kursų dalyviai gali pasidalyti įgytomis žiniomis. Tačiau, jei senjorai, su kuriais dirbate, galėtų aktyviai dalytis savo žiniomis per trumpesnį laiką, vertinimą galite atlikti anksčiau.

PRISIMINKITE

Prieš pradėdami bendrauti su senjorais perskaitykite vertinimo apklausą, įsitikinkite, kad suprantate visus klausimus ir esate pasirengę aptarti abejones. Prisiminkite, kad aplinkosaugos sumetimais klausimyną galima užpildyti elektroniniu būdu.

ANTRAS ŽINGSNIS. INTERVIU.

Susisiekite su edukatoriumi ir susitarkite dėl susitikimo. Atminkite, kad senjorai jūsų nelaukia ir gali neturėti laiko pasikalbėti jūsų pasirinktu laiku. Paklauskite, kokios vertinimo formos jie pageidauja: telefonu ar asmeniškai. Informuokite apie apklausos pildymo laiką - maždaug 15-20 minučių. Susitikimo pradžioje įsitikinkite, kad senjoras supranta vertinimo principus:

1. vertinimas nėra kontrolės forma, jis skirtas tik gauti edukatorių nuomonę apie kurso naudingumą jų kasdieniniame gyvenime;
2. senjorai nėra „atsakingi“ už savo veiksmų rezultatus;
3. senjorų pateiktas grįžtamas ryšys bus naudojamas kursui ir kitiems tinklams tobulinti.

Informuokite, kad apklausa yra anoniminė ir kad surinkti asmens duomenys bus naudojami tik statistikos tikslams.

Klausimyną reikia užpildyti nuo pirmo iki paskutinio klausimo, ypatingą dėmesį skiriant atviriems klausimams, o prireikus, pokalbio metu užduoti papildomus klausimus.

Kas yra vertinimas?

Su kiekvienu senjorų edukatoriumi susisieks tinklo koordinadorius ir užduos keletą klausimų. Grįžtamąjį ryšį, kurį jis gaus, sudarys duomenys apie žinių perdavimo būdus, žmonių skaičių arba, su kokiomis problemomis senjorai susidūrė. Koordinadorius nerenka asmens duomenų, o jo pildomos apklausos yra anoniminės.

Ar senjorai yra vertinami?

NE. Vertinimu siekiama surinkti grįžtamąjį ryšį, kuris padės tobulinti kursą ir kitus tinklus. Koordinatorius renka ir apdoroja informaciją, tačiau negali jos gauti.

3 ŽINGSNIS. APKLAUSŲ REZULTATŲ ANALIZĖ.

Gauta informacija turėtų būti analizuojama ir naudojama siekiant pagerinti kursą ir kitus tinklus.

4 ŽINGSNIS. RYŠIO PALAIKYMAS.

Palaikykite ryšį su senjorų edukatoriais jūsų organizacijai tinkamu būdu - tai gali būti grupė socialiniuose tinkluose arba reguliarūs susitikimai. Dalinkitės informacija, poreikiais ir patirtimi.

KAIP PADĖTI SENJORŲ EDUKATORIUI

- Su senjorais galite aptarti būdus, kaip dalytis informacija su kitais. Galite pasiūlyti būdą, tačiau suteikite senjorams galimybę patiems nuspręsti, kaip jie nori informaciją skleisti. Pasitikėkite jais, leiskite jiems išbandyti save ir aktyviai veikti jiems, o ne jums tinkamu būdu.
- Aptarkite problemas, kurios gali iškilti, pasikalbėkite su jais apie jų rūpesčius, atsakykite į jų klausimus ir skatinkite senjorų savarankiškumą informuojant kitus.
- Jei reikia, kiekvienam senjorui edukatoriui sudarykite individualius planus. Prisiminkite, kad nieko negalima primesti. Planas turėtų būti kuriamas su edukatoriumi bendradarbiaujant.
- Būkite jautrūs tam, ką sako senjorai - niekas nenori jaustis ignoruojamas. Priešingai - senjorai nori prisidėti prie pokyčių savo aplinkoje. Būtinai patikrinkite, kaip edukatoriams sekasi. Jei įmanoma, pateikite jiems naujos informacijos apie pastaruoju metu kibernetinių nusikaltėlių naudojamus metodus ir apie naujausius teisinius reglamentus. Jei senjorai nori pranešti apie kibernetinį sukčiavimą, padėkite jiems.

Geros efektyvaus tinklo valdymo taisyklės

1. Būkite nuoseklūs. Turėkite planą ir jo laikykitės. Niekas nenori bendrauti su žmogumi, kuris, atrodo, nežino, ką daro.
2. Nesmerkite ir nekritikuokite senjorų. Būkite jiems parama, kalbėkitės su jais, bet jų neauklėkite.
3. Išklausykite ir atsižvelgkite į jų poreikius. Aptarkite su jais problemas, su kuriomis jie susiduria.
4. Reguliariai atsiliepkite į telefono skambučius ir atsakykite į elektroninius laiškus. Jei pasirenkate elektroninius bendravimo būdus, prisiminkite reguliariai susisiekti.
5. Pasiruoškite susitikimams. Atminkite, kad jūsų ir senjorų laikas yra brangus. Jei susitinkate su edukatoriais, prieš susitikimą pasiruoškite, surinkite ir parenkite informaciją.

VERTINIMAS

Siekdama veiksmingai patikrinti kursų rezultatus ir pratimus, projekto komanda rengia plataus spektro vertinimo tyrimus. Daugiau apie tai rasite skyriuose „Kaip vykdyti kursus „Saugūs internete“ ir „Senjorų edukatorių tinklo valdymas“. Atminkite, kad šis skyrius sukurtas ne tam, kad pasijustumėte nejaukiai, jis yra vienas iš svarbiausių etapų. Jis padės pateikti faktinį grįžtamąjį ryšį ir padės toliau tobulinti jūsų tinklą, organizaciją ir jus pačius. Žemiau rasite apklausas, naudotas vykdant projektą „Senjorai senjorams“.

1. Senjorų apklausa po kiekvieno skyriaus / kiekvienos mokymo dienos

PROJEKTAS SENJORAI SENJORAMS ERASMUS KA210-ADU

VERTINIMO KLAUSIMYNAS BAIGUS SKYRIŲ, SKIRTAS SENJORAMS, DALYVAUJANTIEMS KURSUOSE „SAUGŪS INTERNETE“

Užpildykite šią aplausos anketą pasidalindami savo nuomone. Pildydami anketą pagalvokite apie skyrių, kurį išklausėte. Ši apklausa yra anoniminė, o atsakymai bus naudojami kursui tobulinti. Pasirinktą atsakymą pažymėkite apskritimu skalėje nuo 1 iki 10. Dėkojame už Jūsų nuomonę ir pasiūlymus.

1 KLAUSIMAS			Kaip vertinate šiame skyriuje pateiktą medžiagą. (Įvertinkite jos pateikimo formą ir tai, kiek ji jums buvo įdomi.) 1 - Medžiaga buvo visiškai nepatraukli. 10 - Medžiaga buvo labai įdomi.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

2 KLAUSIMAS			Ar pateikta medžiaga Jums buvo suprantama? 1 - Ne, visiškai nieko nesupratau. 10 - Taip, supratau viską.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

3 KLAUSIMAS			Kaip vertinate šio skyriaus metu pateiktus pavyzdžius /pratimus/ papildomą medžiagą? 1 - Pavyzdžių /pratybų kokybė buvo bloga, neįdomi. 10 - Kokybė buvo labai gera, viskas buvo labai įdomu, nauja ir kūrybiška.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

4 KLAUSIMAS			Ar manote, kad pateikti pavyzdžiai buvo labai svarbūs šio skyriaus supratimui? 1 - Ne, be jų šio skyriaus medžiagą suprasčiau taip pat gerai, kaip ir su jais. 10 - Taip, be jų šio skyriaus medžiagos nebūčiau supratęs.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

5 KLAUSIMAS			Ar sužinojote ką nors naujo? 1 - Nesužinojau nieko naujo. 10 - Taip, visa informacija man buvo nauja.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

6 KLAUSIMAS			Ar turėjote pakankamai laiko, kad suprastumėte visą pateiktą medžiagą / pamatytumėte pavyzdžius / atliktumėte pratimus? 1 - Ne, laiko visiškai nepakako. 10 - Taip, laiko pakako.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

7 KLAUSIMAS			Ar rekomenduotumėte kitiems žmonėms susipažinti su šiuo skyriumi - senjorams, šeimos nariams? 1 - Visiškai ne, tai buvo laiko švaistymas. 10 - Žinoma, taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

8 KLAUSIMAS			Ar šis skyrius atitiko Jūsų lūkesčius? 1 - Tikrai ne. 10 - Tikrai taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

9 KLAUSIMAS	Ar turite kitų pastabų, pasiūlymų, išvadų?

2. Senjorų apklausa baigus kursą

PROJEKTAS „SENJORAI SENJORAMS” ERASMUS KA210-ADU

VERTINIMO KLAUSIMYNAS, SKIRTAS SENJORAMS BAIGUS KURSUS „SAUGŪS INTERNETE”

Užpildykite šią apklausos anketą pasidalindami savo nuomone. Pildydami anketą pagalvokite apie visus kursus. Ši apklausa yra anoniminė, o atsakymai bus naudojami kursui tobulinti. Pasirinktą atsakymą pažymėkite apskritimu skalėje nuo 1 iki 10. Dėkojame už Jūsų nuomonę ir pasiūlymus.

1 KLAUSIMAS			Kaip vertinate visuose kursuose pateiktą medžiagą. (Įvertinkite jos pateikimo formą ir tai, kiek ji jums buvo įdomi.) 1 - Medžiaga buvo visiškai nepatraukli. 10 - Medžiaga buvo labai įdomi.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

2 KLAUSIMAS			Ar pateikta medžiaga Jums buvo suprantama? 1 - Ne, visiškai nieko nesupratau. 10 - Taip, supratau viską.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

3 KLAUSIMAS			Kaip vertinate visų kursų metu pateiktus pavyzdžius /pratimus/ papildomą medžiagą? 1 - Pavyzdžių /pratybų kokybė buvo bloga, neįdomi. 10 - Kokybė buvo labai gera, viskas buvo labai įdomu, nauja ir kūrybiška.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

4 KLAUSIMAS			Ar manote, kad pateikti pavyzdžiai buvo labai svarbūs šių kursų supratimui? 1 - Ne, be jų kursų medžiagą suprasčiau taip pat gerai, kaip ir su jais. 10 - Taip, be jų kursų medžiagos nebūčiau supratęs.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

5 KLAUSIMAS		Ar jau teko susidurti su panašiu turiniu kituose kursuose/mokymuose/susitikimuose? 1 – Taip, visa pateikta informacija man buvo žinoma. 10 – Ne, niekada.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

6 KLAUSIMAS		Prašome įvertinti kursų trukmę ir laiko paskirstymą.							
		(Įvertinkite, ar ruošiant kursus, trunkančius 12 valandų, pertraukos turėtų būti daromos kas 45 minutes, ar skyrių trukmė turėtų būti ilgesnė, ar trumpesnė) 1 - Trukmė buvo labai bloga. 10 -Trukmės atžvilgiu kursas buvo puikus.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

7 KLAUSIMAS		Ar pratyboms atlikti, pamatyti pavyzdžius turėtų būti skiriama daugiau laiko ? 1 - Taip, reikėtų skirti daugiau laiko. 10 - Ne, laiko pratyboms atlikti, pamatyti pavyzdžius buvo pakankamai.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

8 KLAUSIMAS		Ar rekomenduotumėte šiuos kursus kitiems - senjorams, šeimos nariams? 1 - Visiškai ne, tai būtų laiko švaistymas. 10 - Žinoma, taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

9 KLAUSIMAS		Ar kursai atitiko Jūsų lūkesčius? 1 - Tikrai ne. 10 - Tikrai taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

10 KLAUSIMAS		Ar turite kitų pastabų, pasiūlymų, išvadų?							

3. Dėstytojų ir stebėtojų apklausa baigus kursą

SENIORS FOR SENIORS PROJECT ERASMUS KA210-ADU

VERTINIMO KLAUSIMYNAS, SKIRTAS DĖSTYTOJAMS/STEBĖTOJAMS, DALYVAUJANTIEMS KURSUOSE „SAUGŪS INTERNETE“

Užpildykite šį klausimyną ir pasidalykite savo nuomone. Ją pildydami galvokite apie visą kursą. Ši apklausa yra anoniminė, o atsakymai bus naudojami kursui tobulinti. Pasirinktą atsakymą pažymėkite apskritimu. Prašome užpildyti komentarų skiltį. Ji skirta Jūsų pastebėjimams, išsamiam vertinimui, nusiskundimams. Dėkojame už Jūsų nuoširdžią nuomonę.

1 KLAUSIMAS		Kaip vertinate visuose kursuose pateiktą medžiagą. (Įvertinkite jos pateikimo formą ir tai, kiek ji dalyviams buvo įdomi.) 1 - Medžiaga buvo visiškai nepatraukli. 10 - Medžiaga buvo labai įdomi.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentarai:									

2 KLAUSIMAS		Ar pateiktą medžiagą dalyviai suprato? 1 - Ne, jie visiškai nieko nesuprato. 10 - Taip, jie suprato viską.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentarai:									

3 KLAUSIMAS		Kaip vertinate visų kursų metu pateiktus pavyzdžius/pratimus/ papildomą medžiagą? 1 - Pavyzdžių /pratybų kokybė buvo bloga, neįdomi. 10 - Kokybė buvo labai gera, viskas buvo labai įdomu, nauja ir kūrybiška.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentarai:									

4 KLAUSIMAS		Ar manote, kad pateikti pavyzdžiai buvo labai svarbūs šių kursų supratimui? 1 - Ne, kursų medžiaga būtų taip pat gerai suprantama ir be jų. 10 - Taip, be jų šių kursų medžiaga dalyviams nebūtų suprantama.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentaram:									

5 KLAUSIMAS		Ar esate susidūrę su panašiu turiniu kituose kursuose/mokymuose /susitikimuose/projektuose? 1 - Taip, visa informacija man buvo žinoma. 10 - Ne, niekada.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentaram:									

6 KLAUSIMAS		Ar šiame kurse visi svarbūs elementai buvo aptarti? (Ar pridėtumėte ką nors papildomai?) 1 - Ne, mano nuomone, kursas visų temų, kurios, yra reikalingos, neapėmė. 10 - Taip, mano nuomone, kursas apima visas temas, kurios reikalingos.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentaram:									

7 KLAUSIMAS		Prašome įvertinti kursų trukmę ir laiko paskirstymą. (Įvertinkite, ar ruošiant kursus, trunkančius 12 valandų, pertraukos turėtų būti daromos kas 45 minutes, ar skyrių trukmė turėtų būti ilgesnė, ar trumpesnė). 1 - Trukmė buvo labai bloga. 10 - Trukmės atžvilgiu kursas buvo puikus.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentariai:									

8 KLAUSIMAS		Ar pratyboms atlikti, pamatyti pavyzdžius turėtų būti skiriama daugiau laiko? 1 - Taip, turėtų būti skiriama daugiau laiko. 10 - Ne, laiko pratyboms atlikti, pamatyti pavyzdžius buvo pakankamai.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentariai:									

9 KLAUSIMAS		Ar rekomenduotumėte šiuos kursus kitiems - senjorams, šeimos nariams? 1 - Visiškai ne, tai buvo laiko švaistymas. 10 - Žinoma, taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentariai:									

10 KLAUSIMAS		Ar kursai atitiko dalyvių lūkesčius? 1 - Tikrai ne. 10 - Tikrai taip.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentariai:									

11 KLAUSIMAS		Kaip vertinate dalyvių aktyvumą kursų metu? (Pagalvokite apie pratimų atlikimą/ dalyvavimą diskusijose/ klausimų uždavimą ir pan.). 1 - Labai blogai. 10 - Labai gerai.							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Komentarai:									

12 KLAUSIMAS	Ar turite kitų pastabų, pasiūlymų, išvadų?

4. Senjorų edukatorių apklausa

VERTINIMO KLAUSIMYNAS						
SENJORŲ EDUKATORIAMS						
PAGRINDINĖ INFORMACIJA						
Amžius:	60-65	65-70	Lytis:	Moteris	Vyras	
	70-75	75+				
Kursų baigimo data:						
Vertinimo anketos pildymo data:						
Klausimai						
Klausimas 1	Apskaičiuokite, su kiek žmonių kalbėjote apie kursus ir savo dalyvavimą juose?					
Žmonių skaičius:						
Klausimas 2	Nurodykite visas amžiaus grupes, su kuriomis dalijatės informacija.					
Amžius:	Youth	20-30	30-40	40-50	50-60	60 +
Žmonių skaičius:						
Klausimas 3	Ar žmonėms buvo įdomu išgirsti apie kursus?					
(Nurodykite jų skaičių): TAIP NE						

Klausimas 4	Prašome nurodyti žmonių skaičių ir jų susidomėjimą konkrečiomis temomis.						
Temos	Žmonių skaičius	Ar ši kurso dalis sulaukė didesnio ar mažesnio susidomėjimo?					
		1 Jokio susidomėjimo	2	3	4	5	6 Didelis susidomėjimas
Su kuo kalbėjotės apie metodus, kuriuos naudoja kibernetiniai nusikaltėliai, kad apgautų daugybę žmonių (pvz., socialinė inžinerija, baimės sukėlimas pašnekovui)?							
Kam suteikėte informacijos apie kibernetinių nusikaltimų rūšis?							
Kuriuos informavote apie apsaugos būdus naudojantis internetu (pvz., kaip susikurti slaptažodžius, įsidiesti antivirusinę programą)?							
Su kuriais kalbėjote apie BDAR ir vartotojų apsaugą (pvz., grąžinimas, BDAR teisė)?							
Kuriuos informavote apie socialinės žiniasklaidos platformą, grėsmes ir galimybes, susijusias su naudojimu?							
Su kuriais kalbėjote apie kursą apskritai, apie visus skyrius, o ne apie konkrečią temą?							
Klausimas 5	Nurodykite, kiek žmonių, su kuriais bendravote, praeityje buvo susidūrę su kibernetiniais nusikaltimais (buvo apgauti, pranešė arba nepranešė apie kibernetinį nusikaltimą policijai, kitoms valdžios institucijoms arba tiems, kuriuos kas nors bandė apgauti tinkle).						
Žmonių skaičius:							
Klausimas 6	Jei 5 klausime nurodėte bent 1 žmogų, nurodykite, kokio pobūdžio sukčiavimas buvo (pvz., suklastota parduotuvė, suklastota nuoroda, SMS žinutė, el. paštas, asmens duomenų vagystė, sukčiavimas, susijęs su santuoka).						
Klausimas 7	Ar naudojote kurso metu įgytas žinias kasdieniame gyvenime? (pavyzdžiui, ar išklausius kursus netapote kibernetinio sukčiavimo auka).						
TAIP				NE			
(Jei taip, trumpai papasakokite apie šią situaciją):							
Klausimas 8	Ar pasinaudojęs Jūsų suteiktomis žiniomis Jūsų aplinkos žmogus išvengė apgaulės?						
TAIP		NE		NEŽINAU			
Prašom nurodyti žmonių skaičių:							
Klausimas 9	Įvertinkite, kiek rinkinys pradedančiajam edukatoriui padėjo Jums skleisti informaciją. Ar juo naudojotės, rodėte, dalijotės?						
LABAI		VIDUTINIŠKAI		SILPNAI		VISAI NE	

Klausimas 10	Ar kiti senjorai domėjosi rinkiniu pradedančiajam edukatoriui? Ar jie teiravosi apie galimybę jį gauti?		
TAIP Nurodykite žmonių skaičių:		NE	
Klausimas 11	Ar turėjote galimybę publikuoti kurso metu gautą informaciją?		
Facebook, kita socialinė žiniasklaida	Vietiniai laikraščiai, spauda, skirta senjorams	Naujienlaiškis	Kita (kokia?):
Pranešimų skaičius	Straipsnių skaičius:	Informacijos skaičius:	Skaičius:
Klausimas 12	Ar perdavėte žinias per vietos institucijas? (pavyzdžiui, ar organizavote paskaitą Trečiojo amžiaus universitete, paskaitą slaugos namuose?)		
TAIP (Prašome nurodyti dalyvių skaičių. Ar naudojote kurso medžiagą?)		NE	
Klausimas 13	Ar norėtumėte gauti daugiau naujos informacijos apie kibernetinį saugumą? (pvz., el. paštu, facebook puslapyje)		
TAIP (Nurodykite, kuriam komunikavimo kanalui teikiate pirmenybę):		NE	
Klausimas 14	Su kokiomis kliūtimis susidūrėte perduodami žinias? (pvz., kitų susidomėjimo stoka, institucinės kliūtys, nepakankamai pateikta medžiaga, asmeninės problemos).		
Klausimas 15	Papasakokite, kaip dalijotės savo žiniomis su kitais? (pvz., per šeimos susitikimus, prie kavos puodelio, kasdienėje veikloje, per susitikimus Trečiojo amžiaus universitete).		
Klausimas 16	Įvertinkite, kiek kursai „Saugūs internete“ atitiko iškilusius poreikius? (Ar kursas buvo naudingas Jums patiems ir Jūsų vietos bendruomenei?)		
LABAI	VIDUTINIŠKAI	SILPNAI	VISAI NE

PRIEDAI

1. Dalyvio registracijos anketa

PROJEKTAS "SENJORAI SENJORAMS" ERASMUS KA210-ADU

Projekto „Senjorai senjorams“ dalyvio registracijos anketa

Užpildykite registracijos anketą. Jūsų asmens duomenys bus saugomi pagal kiekvienos institucijos asmens duomenų apsaugos politiką.

I. Pagrindiniai duomenys.

Vardas	
Pavardė	
Lytis	
Amžius	
Miestas	
Kontaktinis telefono numeris	
El. paštas	

II. Duomenys apie projekto dalyvio kvalifikaciją.

Kaip vertinate savo gebėjimus naudotis kompiuteriu? (naudojimasis interneto naršykle, elektroniniu paštu, bankininkystės programomis ir kt.)	Geri	Vidutiniški	Silpni
Ar aktyviai dalyvaujate vietos bendruomenės veikloje? Jei taip, pažymėkite toliau pateiktą variantą.	TAIP		NE
Trečiojo amžiaus universitetas	Dienos centras	NVO	Kitos:

III. Kaip sužinojote apie projektą?

IV. Sutikimas su dalyvavimo sąlygomis.

Dalyvausiu 4 dienų kursuose po 1-3 valandas per dieną.	TAIP	NE
Po mokymų ketinu pasidalyti žiniomis su draugais/šeima.	TAIP	NE
Mane domina galimybė gauti sertifikatą.	TAIP	NE
Sutinku, kad praėjus 3 mėnesiams po kursų, projekto darbuotojai susisiektų su manimi įvertinimo tikslais.	TAIP	NE

V. Poreikiai.

Judėjimo problemos: pvz., negaliojo vežimėlis.	TAIP	NE
Kita:		

VI. Kita:

Ar bendraujate anglų kalba? (skaitymas, supratimas, susikalbėjimas)	GERAI	VIDUTINIŠKAI	BLOGAI	VISAI NE
---	-------	--------------	--------	----------



Projektas "Senjorai senjorams"



Finansuoja
Europos Sąjunga

Kontaktai:



Asociacija Tezauras <https://www.facebook.com/profile.php?id=100092026013697>



tezaurask@gmail.com



Projektas „Senjorai senjorams“, Respublikos g. 32-40, LT-57405 Kėdainiai,
Lietuva

