DIGITALIATORS - Ψηφιακή εξειδίκευση των ηλικιωμένων, με έμφαση στις καθημερινές αναγκαίες ηλεκτρονικές συναλλαγές τους, ιδίως μετά την πανδημία

Αρ. έργου 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085900

Πρόγραμμα μαθημάτων: Εργαστήρια για Ηλικιωμένους.

IDEC

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Πίνακας Περιεχομένων

Εισαγωγή....3
Συνολική δομή και μαθήματα....4
Μάθημα 01: Πώς να χρησιμοποιήσετε το κινητό σας τηλέφωνο....5
Μάθημα 02: Πώς να χρησιμοποιήσετε τον φορητό σας υπολογιστή....6
Μάθημα 03: Ένας ασύρματος κόσμος: Σύνδεση στο WIFI....7
Μάθημα 04: Γεφυρώνοντας τον κόσμο με τη συνδεσιμότητα δεδομένων....7
Μάθημα 05: Πώς να εξερευνήσετε τη συνδεσιμότητα Bluetooth....8
Μάθημα 06: Βασικές συμβουλές για την αναζήτηση στο Google....9
Μάθημα 07: Τι πρέπει να γνωρίζετε για να αποφεύγετε τις παγίδες των ψευδών ειδήσεων....9
Μάθημα 08: Τι είναι το email και πώς να το αποκτήσετε....10
Μάθημα 09: Πώς να χρησιμοποιήσετε το email σας....11
Μάθημα 10: Πώς να χρησιμοποιήσετε το WhatsApp και το Viber....11
Μάθημα 11: Πώς να αποτυπώσετε αναμνήσεις (φωτογραφίες και βίντεο)....12
Μάθημα 12: Πώς να μοιραστείτε τις αναμνήσεις σας με άλλους (φωτογραφίες και βίντεο)....13
Μάθημα 13: Πώς να πλοηγηθείτε στο Facebook....13
Μάθημα 14: Πώς να ξεκινήσετε με το Zoom....14
Μάθημα 15: Κοινή χρήση πληροφοριών στο διαδίκτυο με σύνεση....14
Μάθημα 16: Πώς να προστατεύσετε τους διαδικτυακούς λογαριασμούς σας....15
Μάθημα 17: Πώς να χρησιμοποιήσετε με ασφάλεια το διαδίκτυο....16
Μάθημα 18: Pop-ups (αναδυόμενα παράθυρα) και cookies....16
Μάθημα 19: Ενημερώστε τις συσκευές σας με απλό τρόπο....17
Μάθημα 20: Πλοήγηση σε έγγραφα Word, PDF και PPT....18
Μάθημα 21: Λήψη ψηφιακών εγγράφων: πώς γίνεται;....19
Μάθημα 22: Παραγγείλετε φαγητό απλά και αποτελεσματικά στο διαδίκτυο....19
Μάθημα 23: Πώς να κλείσετε ηλεκτρονικά ένα ιατρικό ραντεβού....20
Μάθημα 24: Πώς να ελέγξετε και να πληρώσετε τους φόρους σας ηλεκτρονικά....21
Μάθημα 25: Τι είναι οι ηλεκτρονικές τραπεζικές συναλλαγές και πώς να τις χρησιμοποιήσετε....22
Μάθημα 26: Πώς να διατηρήσετε μια καλή συμπεριφορά στο διαδίκτυο....23
Μάθημα 27: Υπάρχουν καλοί τρόποι στο διαδίκτυο;....24

Εισαγωγή

Το DIGITALIATORS είναι ένα έργο Erasmus+ KA220-ADU με στόχο να εξοπλίσει τους ηλικιωμένους με τις ψηφιακές δεξιότητες που χρειάζονται στην καθημερινότητα. Προσφέροντάς τους τις ικανότητες για τη διεκπεραίωση καθημερινών διαδικτυακών γραφειοκρατικών συναλλαγών και την αποφυγή απάτης, περιηγούνται με αυτοπεποίθηση στον διαδικτυακό κόσμο.

Το παρόν έγγραφο παρουσιάζει το πρόγραμμα μαθημάτων που υποστηρίζει βήμα προς βήμα τους εκπαιδευτές που θα διεξάγουν τα εργαστήρια με τους ηλικιωμένους σε όλες τις συμμετέχουσες χώρες.

Αυτό το πρόγραμμα μαθημάτων αποτελείται από 27 μαθήματα. Ο εκπαιδευτής αποφασίζει τη διάρκεια του κάθε μαθήματος. Το ζητούμενο δεν είναι μόνο να αποκομίσουν οι ηλικιωμένοι τις απαιτούμενες γνώσεις, αλλά και να τις εφαρμόσουν σε ασκήσεις με πραγματικά παραδείγματα μέσω της συσκευής που προτιμούν (τηλέφωνο ή φορητό υπολογιστή).

Ιδιαίτερη έμφαση πρέπει να δοθεί στις διαλέξεις 26 και 27, «Πώς να διατηρείτε μια καλή συμπεριφορά στο διαδίκτυο» και «Υπάρχουν καλοί τρόποι στο διαδίκτυο;». Λόγω του σύνθετου χαρακτήρα τους, πρέπει οι εκπαιδευόμενοι να εμπεδώσουν πρώτα καλά τα ψηφιακά εργαλεία. Ως εκ τούτου, οι διαλέξεις αυτές είναι στο τέλος της ενότητας, ούτως ώστε οι εκπαιδευτές να έχουν την ευελιξία να αποφασίσουν αν και πώς θα παρουσιάσουν τα θέματα αυτά στην τάξη με βάση τις ψηφιακές δεξιότητες και τον ρυθμό μάθησης των μαθητών.

Το πρόγραμμα αυτό αποσκοπεί στην ενδυνάμωση των εκπαιδευτών με τις απαιτούμενες γνώσεις, τα εργαλεία και τις διδακτικές στρατηγικές για την αποτελεσματική διδασκαλία των ψηφιακών δεξιοτήτων σε ηλικιωμένους. Το πρόγραμμα σπουδών έχει σχεδιαστεί για τα εξής:

Ενίσχυση Ικανοτήτων: Οι εκπαιδευτές αποκτούν δεξιότητες και σύγχρονες γνώσεις για τις τεχνολογικές τάσεις προκειμένου να διασφαλιστεί ότι θα παραδώσουν το υλικό με αυτοπεποίθηση.

Συνέπεια και Αλληλεπίδραση: Αναπτύσσονται στρατηγικές για τη δημιουργία ελκυστικών, διαδραστικών και συμμετοχικών εργαστηρίων που παρακινούν τους μαθητές και διευκολύνουν την ενεργό μάθηση.

Αξιολόγηση και Προσαρμογή: Οι εκπαιδευτές μαθαίνουν πώς να αξιολογούν την πρόοδο των εκπαιδευομένων και να προσαρμόζουν τις μεθόδους διδασκαλίας τους σύμφωνα με τις διαφορετικές ανάγκες των εκπαιδευομένων τους.

Καλλιέργεια Ψηφιακού Γραμματισμού: Οι εκπαιδευτές έχουν στόχο να μάθουν στους ηλικιωμένους τις απαραίτητες δεξιότητες ψηφιακού γραμματισμού, καθιστώντας τους ικανούς να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά την τεχνολογία στην καθημερινή τους ζωή.

Ο στόχος του προγράμματος μαθημάτων και, συνεπώς, των εργαστηρίων, είναι τελικά η προσφορά των απαραίτητων γνώσεων και ικανοτήτων στους ηλικιωμένους προκειμένου να εξοικειωθούν με την τεχνολογία, να μπορέσουν να χρησιμοποιήσουν τους φορητούς υπολογιστές και τα smartphone τους, να κατανοήσουν τη χρησιμότητα των ηλεκτρονικών συναλλαγών, να πάψουν να φοβούνται τις ηλεκτρονικές οικονομικές δραστηριότητες και να κατανοήσουν πώς να γίνουν πιο κοινωνικοί με τους οικείους τους στο διαδίκτυο.

Υποστηρίζοντας την ψηφιακή τους ανεξαρτησία, βελτιώνοντας την ευκολία ορισμένων πτυχών της ζωής τους και εντείνοντας την εμπιστοσύνη τους στις ψηφιακές τους δεξιότητες, αυτό το πρόγραμμα μαθημάτων και τα εργαστήρια που ακολουθούν τελικά ενισχύουν την ευημερία των ηλικιωμένων.

Συνολική δομή και μαθήματα

Διάρκεια των εργαστηρίων	16 ώρες
Ομάδες-στόχοι	Ηλικιωμένοι
Στόχοι	Παροχή των απαιτούμενων δεξιοτήτων πληροφορικής στους εκπαιδευτές για να διδάξουν σε ηλικιωμένους πολίτες
Μάθημα 1	Πώς να χρησιμοποιήσετε το κινητό σας τηλέφωνο
Μάθημα 2	Πώς να χρησιμοποιήσετε τον φορητό σας υπολογιστή
Μάθημα 3	Ένας ασύρματος κόσμος: Σύνδεση στο WIFI
Μάθημα 4	Γεφυρώνοντας τον κόσμο με τη συνδεσιμότητα δεδομένων
Μάθημα 5	Πώς να εξερευνήσετε τη συνδεσιμότητα Bluetooth
Μάθημα 6	Βασικές συμβουλές για την αναζήτηση στο Google
Μάθημα 7	Τι πρέπει να γνωρίζετε για να αποφεύγετε τις παγίδες των ψευδών ειδήσεων
Μάθημα 8	Τι είναι το email και πώς να το αποκτήσετε
Μάθημα 9	Πώς να χρησιμοποιήσετε το email σας
Μάθημα 10	Πώς να χρησιμοποιήσετε το WhatsApp & το Viber
Μάθημα 11	Πώς να αποτυπώσετε αναμνήσεις (φωτογραφίες και βίντεο)
Μάθημα 12	Πώς να μοιραστείτε τις αναμνήσεις σας με άλλους (φωτογραφίες και βίντεο)
Μάθημα 13	Πώς να πλοηγηθείτε στο Facebook

Μάθημα 14	Πώς να ξεκινήσετε με το Zoom
Μάθημα 15	Συνετή κοινοποίηση πληροφοριών στο διαδίκτυο
Μάθημα 16	Πώς να προστατεύσετε τους διαδικτυακούς σας λογαριασμούς
Μάθημα 17	Πώς να χρησιμοποιήσετε με ασφάλεια το διαδίκτυο
Μάθημα 18	Pop-ups (αναδυόμενα παράθυρα) και cookies
Μάθημα 19	Ενημερώστε τις συσκευές σας με απλό τρόπο
Μάθημα 20	Πλοήγηση σε έγγραφα Word, PDF και PPT
Μάθημα 21	Λήψη ψηφιακών εγγράφων: πώς γίνεται;
Μάθημα 22	Παραγγείλετε φαγητό απλά και αποτελεσματικά στο διαδίκτυο
Μάθημα 23	Πώς να κλείσετε ηλεκτρονικά ένα ιατρικό ραντεβού
Μάθημα 24	Πώς να ελέγξετε και να πληρώσετε τους φόρους σας ηλεκτρονικά
Μάθημα 25	Τι είναι οι ηλεκτρονικές τραπεζικές συναλλαγές και πώς να τις χρησιμοποιήσετε
Μάθημα 26	Πώς να διατηρήσετε μια καλή συμπεριφορά στο διαδίκτυο
Μάθημα 27	Υπάρχουν καλοί τρόποι στο διαδίκτυο;

Μάθημα 01: Πώς να χρησιμοποιήσετε το κινητό σας τηλέφωνο

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση των βασικών λειτουργιών ενός smartphone • Πλοήγηση στην αρχική οθόνη • Πραγματοποίηση κλήσεων • Αποστολή μηνυμάτων
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Επισκόπηση και Επίδειξη: ο εκπαιδευτής εξηγεί τα βασικά στοιχεία του smartphone. • Πρακτική εξάσκηση: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στην πραγματοποίηση κλήσεων, στην αποστολή μηνυμάτων, στην εξερεύνηση των ρυθμίσεων του τηλεφώνου. • Ερωτήσεις και Απαντήσεις: Ανοιχτός χώρος για ερωτήσεις.
Προτεινόμενη Άσκηση	• Κλήση σε έναν φίλο/ένα μέλος της οικογένειας: λάβετε και πραγματοποιήστε κλήσεις. • Αποστολή ενός μηνύματος κειμένου: στείλτε ένα μήνυμα στον εκπαιδευτή ή σε κάποιον άλλο συμμετέχοντα.

	• Εξερεύνηση ρυθμίσεων: βρείτε και αλλάξτε μια απλή ρύθμιση (π.χ., ρυθμίστε τη φωτεινότητα της οθόνης). • Για πιο προχωρημένους μαθητές: χρήση ιστορικού κλήσεων, διαχείριση μηνυμάτων κειμένου, διαχείριση προηγμένων ρυθμίσεων
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει βοήθεια μεμονωμένα σε όσους δυσκολεύονται. • Χρησιμοποιεί οπτικά βοηθήματα και οδηγίες βήμα προς βήμα. • Ενισχύει θετικά και έχει υπομονή. Χωρίζει τους εκπαιδευόμενους σε ομάδες με βάση την εμπειρία

Μάθημα 02: Πώς να χρησιμοποιήσετε τον φορητό σας υπολογιστή	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Εκμάθηση του τρόπου ενεργοποίησης ενός φορητού υπολογιστή • Πλοήγηση στην επιφάνεια εργασίας • Άνοιγμα/κλείσιμο εφαρμογών • Χρήση βασικών συντομεύσεων πληκτρολογίου
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Παρουσίαση και επίδειξη: επεξήγηση των εξαρτημάτων του φορητού υπολογιστή και της πλοήγησης στην επιφάνεια εργασίας. • Διαδραστική συνεδρία: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στη χρήση του πληκτρολογίου αφής, στο άνοιγμα/κλείσιμο προγραμμάτων και στις συντομεύσεις πληκτρολογίου. • Συμβουλές αντιμετώπισης προβλημάτων: συνήθη προβλήματα και λύσεις.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Άνοιγμα ενός προγράμματος: ανοίξτε ένα προεγκατεστημένο πρόγραμμα (π.χ. Notepad ή Paint). • Δημιουργία και αποθήκευση εγγράφου: πληκτρολογήστε μια σύντομη πρόταση και αποθηκεύστε την. • Χρήση συντομεύσεων πληκτρολογίου: Αντιγραφή (Ctrl+C) και επικόλληση (Ctrl+V). • Οι πιο προχωρημένοι εκπαιδευόμενοι μαθαίνουν περισσότερες συντομεύσεις, διαχειρίζονται φακέλους και κατεβάζουν εφαρμογές, διαχειρίζονται την αποθήκευση
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει πρακτική βοήθεια. • Χρησιμοποιεί φυλλάδια με μεγάλα τυπογραφικά στοιχεία για πιο εύκολη ανάγνωση.

	• Παρακινεί τους εκπαιδευόμενους να θέσουν ερωτήσεις και παρέχει σαφείς, απλές απαντήσεις. • Χωρίζει τους εκπαιδευόμενους σε ομάδες με βάση την εμπειρία.

Μάθημα 03: Ένας ασύρματος κόσμος: Σύνδεση στο WIFI	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Αναγνώριση ενός δικτύου WiFi • Σύνδεση σε δίκτυα WiFi • Κατανόηση των βασικών πρακτικών ασφαλείας
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Σύνδεση σε δίκτυο WiFi: οι συμμετέχοντες συνδέονται στο WiFi της τάξης. • Έλεγχος ασφάλειας WiFi: προσδιορίζουν αν ένα δίκτυο είναι ασφαλές ή ανοιχτό. • Για τους πιο προχωρημένους εκπαιδευόμενους: μάθετε πώς να αποσυνδέεστε από ένα δίκτυο και να το διαγράφετε.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Σύνδεση σε δίκτυο WiFi: οι συμμετέχοντες συνδέονται στο WiFi της τάξης. • Έλεγχος ασφάλειας WiFi: προσδιορίζουν αν ένα δίκτυο είναι ασφαλές ή ανοιχτό. • Οι πιο προχωρημένοι εκπαιδευόμενοι μαθαίνουν πώς να αποσυνδέονται από ένα δίκτυο και να το διαγράφουν.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει ατομική καθοδήγηση. • Χρησιμοποιεί διαγράμματα και στιγμιότυπα οθόνης. • Καθησυχάζει και ενθαρρύνει. • Χωρίζει τους εκπαιδευόμενους σε ομάδες με βάση την εμπειρία.

Μάθημα 04: Γεφυρώνοντας τον κόσμο με τη συνδεσιμότητα δεδομένων	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση των δεδομένων κινητής τηλεφωνίας • Ενεργοποίηση/απενεργοποίηση δεδομένων κινητής τηλεφωνίας • Παρακολούθηση χρήσης

Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Επισκόπηση: Επεξήγηση των δεδομένων κινητής τηλεφωνίας και της χρήσης τους. • Πρακτική δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες ενεργοποιούν/απενεργοποιούν τα δεδομένα κινητής τηλεφωνίας και ελέγχουν τη χρήση των δεδομένων τους. • Συζήτηση: συμβουλές για την αποτελεσματική διαχείριση της χρήσης δεδομένων.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ενεργοποίηση δεδομένων κινητής τηλεφωνίας: ενεργοποιήστε τα δεδομένα κινητής τηλεφωνίας και περιηγηθείτε στο διαδίκτυο. • Παρακολούθηση της χρήσης δεδομένων: ελέγξτε την τρέχουσα χρήση δεδομένων στις ρυθμίσεις. • Οι πιο προχωρημένοι εκπαιδευόμενοι μαθαίνουν πώς να ορίζουν ένα όριο δεδομένων ή μια προειδοποίηση. Καθορίζουν ποιες εφαρμογές μπορούν να χρησιμοποιούν δεδομένα και μαθαίνουν για τα Hotspots.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής βοηθάει με τις ρυθμίσεις της συσκευής. • Παρουσιάζει τα βήματα σε βιντεοπροβολέα ή στη μεγάλη οθόνη. • Παρέχει εξατομικευμένη βοήθεια και ενθάρρυνση.

Μάθημα 05: Πώς να εξερευνήσετε τη συνδεσιμότητα Bluetooth	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση της τεχνολογίας Bluetooth • Εκμάθηση του τρόπου σύνδεσης συσκευών • Εκμάθηση του τρόπου αποσύνδεσης συσκευών • Κατανόηση των πτυχών ασφάλειας και ιδιωτικότητας του Bluetooth
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Θεωρητικό μάθημα: τι είναι η τεχνολογία Bluetooth, σε τι μπορεί να χρησιμοποιηθεί και σε τι μπορεί να είναι χρήσιμη • Καταγραφή οθόνης του τρόπου λειτουργίας της τεχνολογίας Bluetooth • Πρακτική εξάσκηση • Ερωτήσεις και απαντήσεις
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Τρόπος ενεργοποίησης του Bluetooth στο τηλέφωνό σας • Προσπάθεια αλλαγής του προσωπικού σας ψευδώνυμου και διαχείριση των ρυθμίσεων προσβασιμότητας. • Συνδεθείτε μέσω Bluetooth με άλλους συμμετέχοντες ανά ζεύγη • Αποστολή ενός κενού εγγράφου/εικόνας ανά ζεύγη

Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής προσφέρει εξατομικευμένη βοήθεια στους συμμετέχοντες κατά τις ασκήσεις • Παρέχει σαφές και έξυπνο υλικό, συμπεριλαμβανομένων επεξηγηματικών βίντεο. • Εξηγεί προβλήματα που μπορεί να παρουσιαστούν στο bluetooth

Μάθημα 06: Βασικές συμβουλές για την αναζήτηση στο Google

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Αποτελεσματική αναζήτηση πληροφοριών με τη χρήση του Google • Κατανόηση των τελεστών αναζήτησης και των φίλτρων
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Διάλεξη: λειτουργίες αναζήτησης Google και συμβουλές. • Διαδραστικές ασκήσεις αναζήτησης: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στην αναζήτηση συγκεκριμένων πληροφοριών χρησιμοποιώντας προηγμένες τεχνικές αναζήτησης. • Συζήτηση: αξιολόγηση της αξιοπιστίας των αποτελεσμάτων αναζήτησης.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Πρακτική αναζήτηση: χρησιμοποιήστε το Google για να βρείτε πληροφορίες για ένα συγκεκριμένο θέμα. • Σύνθετη αναζήτηση: (π.χ., εισαγωγικά για ακριβείς φράσεις, σύμβολο μείον για αποκλεισμό). • Έλεγχος αξιοπιστίας: αξιολογήστε την αξιοπιστία των αποτελεσμάτων αναζήτησης.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει παραδείγματα και ασκήσεις αναζήτησης. • Βοηθάει με προηγμένες τεχνικές αναζήτησης. • Προσφέρει συμβουλές για την αξιολόγηση της αξιοπιστίας των διαδικτυακών πληροφοριών.

Μάθημα 07: Τι πρέπει να γνωρίζετε για να αποφεύγετε τις παγίδες των ψευδών ειδήσεων

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Εντοπισμός ψευδών ειδήσεων και παραπληροφόρησης • Κατανόηση του αντίκτυπού τους • Εκμάθηση του τρόπου επαλήθευσης των πληροφοριών
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Παρουσίαση: χαρακτηριστικά των ψευδών ειδήσεων και κοινές πηγές.

	• Κριτική ανάλυση: οι συμμετέχοντες αναλύουν άρθρα ειδήσεων για να εντοπίσουν ενδείξεις παραπληροφόρησης. • Εργαλεία επαλήθευσης: παρουσίαση εργαλείων και τεχνικών για την επαλήθευση των πηγών ειδήσεων.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ανάλυση ειδησεογραφικών άρθρων: επανεξετάστε και εντοπίστε ψευδείς ειδήσεις στα άρθρα που παρέχονται. • Πρακτική επαλήθευσης: χρησιμοποιήστε εργαλεία ελέγχου των γεγονότων για να επαληθεύσετε αν οι ειδήσεις αυθεντικές. • Συζήτηση: σκεφτείτε τον αντίκτυπο των ψευδών ειδήσεων και μοιραστείτε στρατηγικές για τον εντοπισμό τους.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει παραδείγματα ψευδών ειδήσεων και εργαλεία επαλήθευσης. • Βοηθά σε ασκήσεις κρίσιμης ανάλυσης και επαλήθευσης. • Ενθαρρύνει την ανοιχτή συζήτηση και την ανταλλαγή εμπειριών.

Μάθημα 08: Τι είναι το email και πώς να το αποκτήσετε	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Δημιουργία λογαριασμού Gmail • Κατανόηση των βασικών λειτουργιών email • Πλοήγηση στο περιβάλλον εργασίας του Gmail
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Οδηγός βήμα προς βήμα: ο εκπαιδευτής καθοδηγεί τους συμμετέχοντες στη δημιουργία ενός λογαριασμού Gmail. • Περιήγηση στη διεπαφή: επισκόπηση του περιβάλλοντος εργασίας του Gmail. • Πρακτική δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες δημιουργούν και εξερευνούν τους λογαριασμούς τους στο Gmail
Προτεινόμενη Άσκηση	• Δημιουργία λογαριασμού: ακολουθήστε τα βήματα για να δημιουργήσετε έναν λογαριασμό Gmail. • Αποστολή email καλωσορίσματος: συντάξτε και στείλτε ένα email καλωσορίσματος στον εκπαιδευτή. • Εξερεύνηση φακέλων: πλοηγηθείτε στα εισερχόμενα, στον φάκελο των απεσταλμένων μηνυμάτων email και στους φακέλους ανεπιθύμητης αλληλογραφίας.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει γραπτές οδηγίες με στιγμιότυπα οθόνης. • Βοηθά μεμονωμένα κατά τη διαδικασία δημιουργίας λογαριασμού. • Αντιμετωπίζει άμεσα τυχόν σφάλματα ή ζητήματα.

	• Χωρίζει τους εκπαιδευόμενους σε ομάδες με βάση την εμπειρία.

Μάθημα 09: Πώς να χρησιμοποιήσετε το email σας	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Σύνταξη, αποστολή, λήψη και διαγραφή μηνυμάτων email • Διαχείριση φακέλων και ετικετών email
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Διαδραστική Επίδειξη: σύνταξη, αποστολή και λήψη μηνυμάτων email • Συνεδρία εξάσκησης: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στις ενέργειες αυτές στον λογαριασμό τους. • Συμβουλές οργάνωσης: χρήση φακέλων και ετικετών για την οργάνωση των email.
Προτεινόμενη Άσκηση	• Σύνταξη email: γράψτε και στείλτε ένα email σε έναν συνάδελφο συμμετέχοντα. • Ανάγνωση και Απάντηση: ανοίξτε ένα email και απαντήστε σε αυτό. • Διαγραφή μηνυμάτων email: επιλέξτε και διαγράψτε τα ανεπιθύμητα email.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει παραδείγματα και πρότυπα για τη σύνταξη email. • Καθοδηγεί τους συμμετέχοντες σε κάθε βήμα. • Ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να θέσουν ερωτήσεις και προσφέρει άμεση υποστήριξη.

Μάθημα 10: Πώς να χρησιμοποιήσετε το WhatsApp και το Viber	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Μαθησιακοί στόχοι: • Χρήση του WhatsApp και του Viber για μηνύματα και κλήσεις • Κατανόηση των ρυθμίσεων απορρήτου
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Επίδειξη: ρύθμιση λογαριασμών, αποστολή μηνυμάτων, πραγματοποίηση κλήσεων. • Διαδραστική συνεδρία: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στη χρήση του WhatsApp και του Viber. • Συμβουλές απορρήτου και ασφάλειας: συζήτηση σχετικά με την ασφάλεια των επικοινωνιών.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ρύθμιση λογαριασμού: ρυθμίστε τους λογαριασμούς WhatsApp και Viber.

	• Αποστολή μηνυμάτων: στείλετε μηνύματα και πραγματοποιήστε κλήσεις. Επεξήγηση της χρήσης δεδομένων. • Προσαρμογή των ρυθμίσεων απορρήτου: εξερευνήστε και προσαρμόστε τις ρυθμίσεις απορρήτου.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει σαφείς οδηγίες για τη δημιουργία λογαριασμών. • Προσφέρει ατομική βοήθεια κατά την εξάσκηση. • Τονίζει τη σημασία των ρυθμίσεων απορρήτου και ασφάλειας.

Μάθημα 11: Πώς να αποτυπώσετε αναμνήσεις (φωτογραφίες και βίντεο)	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Εκμάθηση λήψης και διαχείρισης φωτογραφιών και βίντεο σε smartphone • Κατανόηση βασικών τεχνικών φωτογράφησης και λήψης βίντεο
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Επίδειξη: τρόπος χρήσης της εφαρμογής της κάμερας, προσαρμογή ρυθμίσεων και λήψη φωτογραφιών/βίντεο υψηλής ποιότητας. • Πρακτική εξάσκηση: οι συμμετέχοντες τραβούν φωτογραφίες και βίντεο, εξερευνώντας τις ρυθμίσεις. • Ανασκόπηση και ανατροφοδότηση: κοινή χρήση και αναθεώρηση φωτογραφιών/βίντεο με την ομάδα.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Λήψη φωτογραφιών: τραβήξτε φωτογραφίες ποικίλης θεματολογίας. • Εγγραφή βίντεο: τραβήξτε ένα σύντομο βίντεο. • Αναθεώρηση και κοινή χρήση: μοιραστείτε και συζητήστε φωτογραφίες/βίντεο με την ομάδα.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει συμβουλές σχετικά με τις τεχνικές φωτογράφησης και βιντεοσκόπησης. • Βοηθά με τις ρυθμίσεις και τα χαρακτηριστικά της φωτογραφικής μηχανής. • Προσφέρει εποικοδομητική ανατροφοδότηση και ενθάρρυνση.

Μάθημα 12: Πώς να μοιραστείτε τις αναμνήσεις σας με άλλους (φωτογραφίες και βίντεο)	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Δημοσίευση και κοινή χρήση φωτογραφιών/βίντεο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στις εφαρμογές ανταλλαγής μηνυμάτων. • Κατανόηση των ρυθμίσεων απορρήτου
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Σεμινάριο: βήματα για την δημοσίευση φωτογραφιών/βίντεο σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εφαρμογές ανταλλαγής μηνυμάτων. • Πρακτική άσκηση: οι συμμετέχοντες δημοσιεύουν και μοιράζονται τις φωτογραφίες/τα βίντεό τους. • Συζήτηση: ρυθμίσεις απορρήτου και ζητήματα κοινής χρήσης.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Δημοσίευση φωτογραφιών: κοινοποιήστε μια φωτογραφία στο Facebook ή στο WhatsApp. • Προσαρμογή των ρυθμίσεων απορρήτου: ρυθμίστε τις επιλογές απορρήτου για το περιεχόμενο που κοινοποιείτε. • Συνεδρία ανατροφοδότησης: συζητήστε εμπειρίες και αντιμετωπίστε τις προκλήσεις.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει σαφείς οδηγίες για τη μεταφόρτωση και την κοινή χρήση περιεχομένου. • Βοηθά με τις ρυθμίσεις και την προσαρμογή απορρήτου. • Ενθαρρύνει την ανταλλαγή και παρέχει υποστηρικτική ανατροφοδότηση

Μάθημα 13: Πώς να πλοηγηθείτε στο Facebook	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Πλοήγηση στο Facebook • Κατανόηση των ρυθμίσεων απορρήτου • Υπεύθυνη διαχείριση περιεχομένου
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Παρουσίαση: ρύθμιση προφίλ, πλοήγηση στην ροή ειδήσεων και ρυθμίσεις απορρήτου. • Πρακτική δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες δημιουργούν ή ενημερώνουν το προφίλ τους στο Facebook. • Συζήτηση: οι καλύτερες πρακτικές για την ασφαλή και την υπεύθυνη χρήση του Facebook.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ρύθμιση προφίλ: δημιουργήστε ή ενημερώστε ένα προφίλ στο Facebook. • Ασχοληθείτε με το περιεχόμενο: κάντε like, σχολιάστε και κοινοποιήστε υπεύθυνα.

Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής δίνει οδηγίες βήμα προς βήμα για τη δημιουργία προφίλ και τις ρυθμίσεις απορρήτου. • Βοηθά τους συμμετέχοντες να πλοηγηθούν στις λειτουργίες του Facebook. • Συμβουλεύει όσον αφορά την ασφαλή και την υπεύθυνη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Μάθημα 14: Πώς να ξεκινήσετε με το Zoom

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Ρύθμιση και χρήση του Zoom για βιντεοκλήσεις • Κατανόηση των βασικών λειτουργιών και ρυθμίσεων
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Σεμινάριο: εγκατάσταση και ρύθμιση του Zoom. • Συνεδρία εξάσκησης: συμμετοχή και φιλοξενία συναντήσεων, χρήση συνομιλίας και κοινής χρήσης οθόνης. • Ερωτήσεις και απαντήσεις: αντιμετώπιση κοινών θεμάτων και ερωτήσεων σχετικά με τη χρήση του Zoom.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Προτεινόμενες ασκήσεις: • Συμμετοχή σε συνάντηση: εξασκηθείτε σχετικά με τη συμμετοχή σας σε μια προγραμματισμένη συνάντηση Zoom. • Διοργάνωση συναντήσεων: διοργανώστε μια συνάντηση και προσκαλέστε άλλους συμμετέχοντες. • Χαρακτηριστικά χρήσης: δοκιμάστε τη συνομιλία, την κοινή χρήση οθόνης και τις αντιδράσεις.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει οδηγίες εγκατάστασης βήμα προς βήμα. • Βοηθά σχετικά με την αντιμετώπιση προβλημάτων κατά την εξάσκηση. • Ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να θέσουν ερωτήσεις και προτείνει λύσεις.

Μάθημα 15: Κοινή χρήση πληροφοριών στο διαδίκτυο με σύνεση

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Αναγνώριση ευαίσθητων πληροφοριών • Κατανόηση των λόγων για τους οποίους δεν πρέπει οι ευαίσθητες πληροφορίες να κοινοποιούνται στο διαδίκτυο
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Διαδραστική διάλεξη: είδη ευαίσθητων πληροφοριών και πιθανοί κίνδυνοι από την κοινοποίησή τους. • Μάθηση βάσει σεναρίων: οι συμμετέχοντες συζητούν σενάρια και καθορίζουν ποιες πληροφορίες δεν πρέπει να κοινοποιηθούν.

	• Συμβουλές και βέλτιστες πρακτικές: Οδηγίες για την ασφαλή ανταλλαγή πληροφοριών στο διαδίκτυο.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Συζήτηση σεναρίου: αναλύστε και συζητήστε διάφορα σενάρια σχετικά με την ανταλλαγή πληροφοριών. • Κατάλογος ελέγχου πληροφοριών: δημιουργήστε έναν κατάλογο ελέγχου με τις πληροφορίες που δεν πρέπει ποτέ να κοινοποιούνται στο διαδίκτυο. • Παιχνίδι ρόλων: εξασκηθείτε στην ασφαλή ανταλλαγή πληροφοριών σε προσομοιωμένες διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει σαφή παραδείγματα και επεξηγήσεις. • Συντονίζει συζητήσεις για σενάρια και παιχνίδια ρόλων. • Ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις δικές τους εμπειρίες και να θέσουν ερωτήσεις.

Μάθημα 16: Πώς να προστατέψετε τους διαδικτυακούς σας λογαριασμούς

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση της σημασίας των ισχυρών, μοναδικών κωδικών πρόσβασης • Εκμάθηση του τρόπου δημιουργίας και της ασφαλούς διαχείρισης των κωδικών
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Συζήτηση: η σημασία της ασφάλειας των κωδικών πρόσβασης και ο κίνδυνος των αδύναμων κωδικών πρόσβασης. • Εργαστήριο: δημιουργία ισχυρών κωδικών πρόσβασης και χρήση διαχειριστών κωδικών πρόσβασης. • Πρακτική άσκηση: οι συμμετέχοντες δημιουργούν ισχυρούς κωδικούς πρόσβασης για τον λογαριασμό τους.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Δημιουργία ισχυρών κωδικών πρόσβασης: δημιουργήστε κωδικούς πρόσβασης βάσει οδηγιών (π.χ. συνδυασμό χαρακτήρων). • Ρύθμιση διαχείρισης κωδικού πρόσβασης: εισάγετε και ρυθμίστε ένα εργαλείο διαχείρισης κωδικών πρόσβασης, εάν υπάρχει. • Κατάλογος ελέγχου κωδικών πρόσβασης: Επαληθεύστε την ισχύ των τρεχόντων κωδικών πρόσβασης.

Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής δίνει παραδείγματα ισχυρών και αδύναμων κωδικών πρόσβασης. • Βοηθά με την εγκατάσταση και τη ρύθμιση του εργαλείου διαχείρισης κωδικών πρόσβασης. • Τονίζει τη σημασία των μοναδικών κωδικών πρόσβασης για διαφορετικούς λογαριασμούς.

Μάθημα 17: Πώς να χρησιμοποιήσετε με ασφάλεια το διαδίκτυο

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Εντοπισμός και αποφυγή μηνυμάτων email spam και phishing • Κατανόηση των κοινών τακτικών που χρησιμοποιούν οι απατεώνες
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Παρουσίαση: κοινά χαρακτηριστικά των email spam και phishing. • Διαδραστική ανάλυση: επανεξέταση παραδειγμάτων μηνυμάτων phishing για τον εντοπισμό κινδύνου. • Πρακτική δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες εξασκούνται στον εντοπισμό και την αναφορά μηνυμάτων email spam/phishing
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ανάλυση μηνυμάτων email: αναθεωρήστε και συζητήστε παραδείγματα απόπειρας phishing. • Φίλτρα spam: προσαρμόστε τις ρυθμίσεις email για την ενίσχυση των φίλτρων spam. • Αναφορά Phishing: εξασκηθείτε στην αναφορά ύποπτων μηνυμάτων email.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει πραγματικά παραδείγματα phishing. • Δίνει αναλυτικές οδηγίες για την αναφορά και τον αποκλεισμό των ανεπιθύμητων μηνυμάτων. • Ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και να θέσουν ερωτήσεις.

Μάθημα 18: Pop-ups (αναδυόμενα παράθυρα) και cookies

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση των pop-ups (αναδυόμενων παραθύρων) και των cookies • Διαχείριση των pop-ups και των cookies • Κατανόηση των λόγων που είναι χρήσιμα • Κατανόηση του τρόπου με τον οποίο βλάπτουν την ιδιωτική ζωή

Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Θεωρητική παρουσίαση για την επεξήγηση των pop-ups και των cookies (πώς μοιάζουν με τη χρήση καταγραφής οθόνης, τους λόγους που είναι χρήσιμα και τα παραδείγματα των σχετικών κινδύνων). • Διαδραστικές ασκήσεις σχετικές με όσα αναφέρθηκαν παραπάνω • Παρουσίαση μιας μεγάλης ποικιλίας από αναδυόμενα παράθυρα και στυλ cookies και του τρόπου απόρριψης των όρων χρήσης. Χρήση έντυπου υλικού αν είναι πιο σαφές από το θεωρητικό.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Βοηθήστε τους να αναγνωρίσουν τι είναι τα pop-ups και τα cookies μέσω ιστότοπων που μπορεί να χρειαστούν στο μέλλον (υπουργεία, δήμοι, υπηρεσίες για ηλικιωμένους κ.λπ.). • Δείξτε στους εκπαιδευόμενους πώς να απορρίπτουν διαφόρων ειδών pop-ups και cookies • Οι πιο προχωρημένοι εκπαιδευόμενοι αναζητούν ιστότοπους που έχουν συγκεκριμένα δυσνόητα pop-ups / cookies και τα διαχειρίζονται.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής κατά τη διάρκεια του μαθήματος απαντά σε ερωτήσεις και αμφιβολίες σχετικά με τις ασκήσεις • Προετοιμάζει σαφές και έξυπνο υλικό • Εκφράζει σαφώς τη σημασία της ορθής διαχείρισης των αναδυόμενων παραθύρων και των cookies.

Μάθημα 19: Ενημερώστε τις συσκευές σας με απλό τρόπο

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση της σημασίας των ενημερώσεων • Προσδιορισμός διαθέσιμων ενημερώσεων • Εκτέλεση ενημερώσεων • Διαχείριση πιθανών προβλημάτων κατά τη διάρκεια των ενημερώσεων (π.χ. περιορισμένος αποθηκευτικός χώρος ή αργή σύνδεση στο διαδίκτυο)
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Διάλεξη για το θεωρητικό μέρος με τη χρήση καταγραφής οθόνης (τι είναι οι ενημερώσεις, γιατί είναι σημαντικές, ποια καταστήματα εφαρμογών είναι ασφαλή, πώς να ελέγξετε αν είναι διαθέσιμη μια ενημέρωση) • Διαδραστικές ασκήσεις για όλα τα χαρακτηριστικά που εξηγήθηκαν προηγουμένως • Συνεδρία ερωτήσεων και απαντήσεων σχετικά με τις αμφιβολίες που μπορεί να έχουν οι ηλικιωμένοι

Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Άσκηση διαθεσιμότητας Ενημέρωσης: ελέγξτε αν κάποια από τις εφαρμογές σας χρειάζεται ενημέρωση • Ασκήσεις ενημέρωσης: εκτελέστε χειροκίνητες και αυτόματες ενημερώσεις. • Άσκηση διαχείρισης αποθήκευσης: διαγράψτε μια αχρησιμοποίητη εφαρμογή ή καθαρίστε την προσωρινή μνήμη μιας υπάρχουσας εφαρμογής.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει θεωρητικό και πρακτικό υλικό • Βοηθάει όσον αφορά τις προηγμένες ασκήσεις (π.χ. άσκηση διαχείρισης αποθήκευσης) • Απαντά σε τυχόν αμφιβολίες και δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι κατά τη διάρκεια των ασκήσεων.

Μάθημα 20: Πλοήγηση σε έγγραφα Word, PDF και PPT

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Αναγνώριση και χρήση διαφορετικών μορφών εγγράφων (Word, PDF, PPT) • Κατανόηση των βασικών εργαλείων επεξεργασίας και προβολής
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Εισαγωγή: επισκόπηση των ειδών εγγράφων και των χρήσεών τους. • Πρακτική δραστηριότητα: οι συμμετέχοντες ανοίγουν, διαβάζουν και δημιουργούν βασικά έγγραφα. • Συνεδρία εξάσκησης: επεξεργασία και αποθήκευση εγγράφων σε διάφορες μορφές.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Δημιουργία εγγράφου: πληκτρολογήστε και αποθηκεύστε ένα απλό έγγραφο στο Word. • Άνοιγμα ενός PDF: ανοίξτε και διαβάστε το αρχείο PDF που παρέχεται. • Πρακτική παρουσίαση: δημιουργήστε μια βασική διαφάνεια στο PowerPoint.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει παραδείγματα και υποδείγματα για κάθε είδος εγγράφου. • Βοηθά στην επεξεργασία και την αποθήκευση εγγράφων. • Δίνει συμβουλές για τη δημιουργία εγγράφων

Μάθημα 21: Λήψη ψηφιακών εγγράφων: πώς γίνεται;	
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Λήψη και οργάνωση εγγράφων σε συσκευές • Κατανόηση κοινών πρακτικών διαχείρισης αρχείων
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Σεμινάριο: βήματα για τη λήψη εγγράφων από μηνύματα email και ιστότοπους. • Πρακτική άσκηση: οι συμμετέχοντες κατεβάζουν και οργανώνουν αρχεία στις συσκευές τους. • Συζήτηση: συμβουλές και βέλτιστες πρακτικές διαχείρισης αρχείων.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής καθοδηγεί τους εκπαιδευόμενους βήμα - βήμα για τη λήψη και την οργάνωση των αρχείων. • Βοηθά σχετικά με καθήκοντα διαχείρισης αρχείων. • Δίνει συμβουλές για τη διατήρηση ενός οργανωμένου ψηφιακού χώρου εργασίας.

Μάθημα 22: Παραγγείλετε φαγητό απλά και αποτελεσματικά στο διαδίκτυο	
Εθνικές Ενότητες	• Ενότητα για τη Βουλγαρία • Ενότητα για την Ελλάδα • Ενότητα για την Κύπρο • Ενότητα για τη Ρουμανία • Ενότητα για τη Σλοβενία • Ενότητα για την Ιταλία
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Οι πιο αποτελεσματικές και έξυπνες εφαρμογές στη χώρα σας • Τρόπος χρήσης φίλτρων για να εμφανίζονται γρήγορα τα διαθέσιμα εστιατόρια βάσει των προτιμήσεών σας • Τρόπος επιλογής καταστήματος και εξατομίκευση προϊόντων • Τρόπος ορισμού της διεύθυνσης παράδοσης • Τρόπος πληρωμής στην εφαρμογή
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Επεξήγηση του τρόπου με τον οποίο αυτή η υπηρεσία μπορεί να είναι χρήσιμη σε πραγματικές καταστάσεις • Επίδειξη βήμα προς βήμα του τρόπου παραγγελίας με τη χρήση καταγραφής οθόνης τουλάχιστον τριών εθνικών εφαρμογών (φίλτρα, εξατομίκευση, διεύθυνση παράδοσης και τρόποι πληρωμής). • Άσκηση προσομοίωσης παραγγελίας φαγητού

Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Για όλα τα βήματα εκτός από την πληρωμή, αναθέστε στους εκπαιδευόμενους να κάνουν μια παραγγελία βάσει των προτιμήσεών τους. • Για το κομμάτι των πληρωμών, δημιουργήστε μια προσομοίωση όπου οι εκπαιδευόμενοι πρέπει να χρησιμοποιήσουν τις διάφορες επιλογές πληρωμών.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρουσιάζει με σαφήνεια σχεδόν όλες τις εθνικές εφαρμογές • Παρέχει υποστήριξη για την άσκηση βήμα-προς-βήμα με προσοχή ώστε οι εκπαιδευόμενοι να μην προχωρήσουν στην πληρωμή • Παρέχει καινοτόμο και αποτελεσματικό υλικό για την προσομοίωση του τμήματος πληρωμών • Προσαρμόζει την κατάρτιση σύμφωνα με τις διαθέσιμες ειδικές εθνικές ενότητες και τις υπηρεσίες

Μάθημα 23: Πώς να κλείσετε ένα ιατρικό ραντεβού ηλεκτρονικά

Εθνικές Ενότητες	• Ενότητα για τη Βουλγαρία • Ενότητα για την Ελλάδα • Ενότητα για την Κύπρο • Ενότητα για τη Ρουμανία • Ενότητα για τη Σλοβενία • Ενότητα για την Ιταλία
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση της ηλεκτρονικής κράτησης ιατρικών ραντεβού (τα διαφορετικά είδη ραντεβού και τα οφέλη της ηλεκτρονικής κράτησης) • Κατανόηση και καθορισμός των απαιτήσεων της υπηρεσίας (π.χ. χρειάζεστε λογαριασμό; Ψηφιακή ταυτότητα; Πώς να τα ρυθμίσετε) • Πλοήγηση στις διαδικτυακές ιατρικές πύλες για να εξοικειωθείτε με αυτές • Κράτηση και διαχείριση ραντεβού, όπως επιλογή της ημερομηνίας, της ώρας και του παρόχου υγειονομικής περίθαλψης. • Κατανόηση του τρόπου που ακυρώνετε ή αναπροσαρμόζετε τα ραντεβού σας εάν είναι απαραίτητο. • Εκμάθηση του τρόπου που διατηρείτε τους διαδικτυακούς ιατρικούς λογαριασμούς ασφαλείς και των ειδοποιήσεων που επιτρέπονται ή όχι από τον ιστότοπο (π.χ. μπορεί ο ιστότοπος να

	σας ζητήσει να πληρώσετε διαδικτυακά; Εάν όχι, μια τέτοια ειδοποίηση είναι απάτη)
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Παρουσίαση των επίσημων εθνικών ιστότοπων και της περιήγησης σε αυτούς (καταγραφή οθόνης) • Προετοιμασία ενός οδηγού βήμα προς βήμα για τον τρόπο που οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να κλείσουν / προγραμματίσουν / ακυρώσουν ένα ραντεβού. • Οι συμμετέχοντες εκτελούν τα παραπάνω τρία βήματα στη συσκευή τους. • Ερωτήσεις και απαντήσεις
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ξεκινώντας από την αναζήτηση στο πρόγραμμα περιήγησης ή στο κατάστημα εφαρμογών, βρείτε τον επίσημο ιστότοπο/κατεβάστε την επίσημη εφαρμογή. • Εγγραφείτε, αποσυνδεθείτε και επανασυνδεθείτε • Πλοηγηθείτε στην εφαρμογή εντοπίζοντας την πιο χρήσιμη ενότητα και κάντε διευκρινιστικές ερωτήσεις στον εκπαιδευτή. • Κλείστε ένα ραντεβού, τροποποιήστε το και στη συνέχεια ακυρώστε το
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει λεπτομερές αλλά έξυπνο υλικό, ιδίως όσον αφορά τον οδηγό βήμα-προς-βήμα. • Χρησιμοποιεί υλικό βίντεο για την καλύτερη επεξήγηση της διαδικασίας • Προσφέρει εξατομικευμένη βοήθεια για τη χρήση της πλατφόρμας και την κράτηση ραντεβού • Προσαρμόζει την κατάρτιση σύμφωνα με τις ειδικές διαθέσιμες εθνικές ενότητες και υπηρεσίες

Μάθημα 24: Πώς να ελέγξετε και να πληρώσετε τους φόρους σας ηλεκτρονικά

Εθνικέσ Ενότητες	• Ενότητα για τη Βουλγαρία • Ενότητα για την Ελλάδα • Ενότητα για την Κύπρο • Ενότητα για τη Ρουμανία • Ενότητα για τη Σλοβενία • Ενότητα για την Ιταλία
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Γνώση των διαφορετικών φόρων που μπορούν να καταβληθούν ηλεκτρονικά • Εκμάθηση των επίσημων εθνικών ηλεκτρονικών υπηρεσιών για τον έλεγχο και την πληρωμή των φόρων

	• Κατανόηση των σχετικών απαιτούμενων πληροφοριών για τη χρήση στον συγκεκριμένο ιστότοπο και ικανότητα συλλογής/δημιουργίας αυτών (π.χ. λογαριασμός). • Εκμάθηση του τρόπου ελέγχου του φορολογικού σας ιστορικού και του τρόπου πληρωμής φόρων • Γνώση απειλών και του τρόπου αποφυγής τους
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Παρουσίαση του επίσημου εθνικού ιστότοπου για τις φορολογικές πληρωμές με έμφαση στα σημαντικότερα χαρακτηριστικά και τις απαιτήσεις • Πρακτικές ασκήσεις για τον έλεγχο και την πληρωμή φόρων • Ερωτήσεις και απαντήσεις
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Δημιουργήστε λογαριασμό και προσπαθήστε να συνδεθείτε και να αποσυνδεθείτε • Πλοηγηθείτε στη Διαδικτυακή Φορολογική Πύλη για να εξοικειωθείτε με αυτήν • Ελέγξτε το φορολογικό σας ιστορικό • Προσομοιώστε τον τρόπο πληρωμής φόρων
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει σαφές υλικό σχετικά με τους κανόνες, τα χαρακτηριστικά και τις απαιτήσεις του επίσημου ιστότοπου • Παρουσιάζει προηγούμενες περιπτώσεις απάτης και τον τρόπο που μπορεί κανείς να προστατευτεί • Παρέχει βοήθεια βήμα-προς-βήμα για τη διαδικασία εγγραφής, σύνδεσης και σωστής πλοήγησης στον ιστότοπο • Προσαρμόζει την κατάρτιση σύμφωνα με τις διαθέσιμες ειδικές εθνικές ενότητες και υπηρεσίες

Μάθημα 25: Τι είναι οι ηλεκτρονικές τραπεζικές συναλλαγές και πώς να τις χρησιμοποιήσετε

Εθνικές Ενότητες	• Ενότητα για τη Βουλγαρία • Ενότητα για την Ελλάδα • Ενότητα για την Κύπρο • Ενότητα για τη Ρουμανία • Ενότητα για τη Σλοβενία • Ενότητα για την Ιταλία
Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση των ηλεκτρονικών τραπεζικών συναλλαγών και των υπηρεσιών που μπορούν να γίνουν από το σπίτι • Κατανόηση των επίσημων εφαρμογών • Κατανόηση των κινδύνων που μπορεί να προκύψουν και πώς να υπερασπιστείτε τον εαυτό σας

Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Βίντεο που παρουσιάζει την ευκολία εκτέλεσης της συγκεκριμένης διαδικασίας στο σπίτι (=χρησιμότητα των ηλεκτρονικών τραπεζικών συναλλαγών) • Παρουσίαση των εθνικών τραπεζών και των ηλεκτρονικών υπηρεσιών τους • Προβολή βίντεο σχετικά με τους πιθανούς κινδύνους και τις συνέπειες της απροσεξίας κατά τη χρήση των ηλεκτρονικών τραπεζικών συναλλαγών • Προληπτικές και διορθωτικές λύσεις με συμβουλές για κάθε μία από τις παραπάνω απειλές.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Δημιουργήστε λογαριασμό στην εφαρμογή/ιστοσελίδα της τράπεζάς σας • Πλοηγηθείτε στις διάφορες ενότητες εντοπίζοντας αυτές που μπορεί να είναι περισσότερο αναγκαίες. • Δημιουργήστε κουίζ με εικόνες για να διακρίνετε την απάτη από τις επίσημες ειδοποιήσεις/τα αιτήματα • Κάντε κουίζ με θέμα τις προληπτικές λύσεις
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει λεπτομερές υλικό σχετικά με τις εθνικές αξιόπιστες πηγές ηλεκτρονικών τραπεζικών συναλλαγών • Παρέχει εξίσου αξιόπιστο υλικό για τα οφέλη και τους πιθανούς κινδύνους των ηλεκτρονικών τραπεζικών συναλλαγών • Δημιουργεί κουίζ με διαβαθμισμένο βαθμό δυσκολίας για να βεβαιωθεί ότι οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να αντιμετωπίσουν ψηφιακούς κινδύνους στην πραγματική ζωή • Είναι πρόθυμος να απαντήσει σε ερωτήσεις, αμφιβολίες και παρανοήσεις • Προσαρμόζει την κατάρτιση σύμφωνα με τις διαθέσιμες ειδικές εθνικές ενότητες και υπηρεσίες

Μάθημα 26: Πώς να διατηρείτε μια καλή συμπεριφορά στο διαδίκτυο

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Εκμάθηση ψηφιακών αποτυπωμάτων • Πώς οι διαδικτυακές ενέργειες συμβάλλουν σε αυτό • Οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	• Παρουσίαση: επεξήγηση των ψηφιακών αποτυπωμάτων και της σημασίας τους.

	• Μελέτες περιπτώσεων: ανάλυση πραγματικών παραδειγμάτων ψηφιακών αποτυπωμάτων. • Οι συμμετέχοντες αξιολογούν τα δικά τους ψηφιακά αποτυπώματα και συζητούν στρατηγικές για τη διαχείρισή τους.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Ανάλυση αποτυπώματος: σκεφτείτε την προσωπική σας διαδικτυακή δραστηριότητα και τον αντίκτυπό της. • Συζήτηση μελετών περίπτωσης: ανασκόπηση και συζήτηση μελετών περιπτώσεων ψηφιακών αποτυπωμάτων. • Σχέδιο δράσης: ανάπτυξη στρατηγικών για τη διαχείριση και την προστασία του ψηφιακού αποτυπώματος
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής παρέχει μελέτες περιπτώσεων και προτάσεις για συζήτηση. • Παρέχει ιδέες και συμβουλές σχετικά με τη διαχείριση των ψηφιακών αποτυπωμάτων.

Μάθημα 27: Υπάρχουν καλοί τρόποι στο διαδίκτυο;

Μαθησιακά Αποτελέσματα	• Κατανόηση του κατάλληλου κώδικα διαδικτυακής επικοινωνίας • Αλληλεπίδραση με σεβασμό σε ψηφιακά περιβάλλοντα
Μέθοδοι Διδασκαλίας	• Διάλεξη: Βασικές αρχές των διαδικτυακών κανόνων συμπεριφοράς. • Ασκήσεις παιχνιδιού ρόλων: προσομοίωση διαδικτυακών αλληλεπιδράσεων για επικοινωνία με σεβασμό. • Ομαδική συζήτηση: ανταλλαγή εμπειριών και συζήτηση για τον αντίκτυπο της διαδικτυακής συμπεριφοράς.
Προτεινόμενες Ασκήσεις	• Παιχνίδι ρόλων: συμμετοχή σε σενάρια παιχνιδιού ρόλων που δείχνουν την καλή και την κακή συμπεριφορά. • Δημοσίευση στο φόρουμ: δημοσίευση ή σχόλιο με σεβασμό σε ένα διαδικτυακό φόρουμ. • Συζήτηση: προβληματισμός σχετικά με τις προσωπικές συνήθειες διαδικτυακής επικοινωνίας.
Υποστήριξη από Εκπαιδευτή	• Ο εκπαιδευτής συντονίζει το παιχνίδι ρόλων και τη συζήτηση. • Δίνει παραδείγματα καλής και κακής διαδικτυακής συμπεριφοράς. • Ενθαρρύνει την εποικοδομητική ανατροφοδότηση με σεβασμό.