

IŠMANUSIS DARŽAS

- Jums naudingos informacijos ieškokite ne tik google.lt ar kt. paieškų svetainėse, bet ir vaizdo įrašų portaluose, pvz., youtube.com. Čia rasite gausybę naudingos informacijos video formatu.
- Skaitydami straipsnius, patarimus jums rūpima tema – būkite kritiški. Pasidomėkite straipsnio autoriaus kompetencija.
- Rinkdami informaciją patikrinkite bent keletą šaltinių. Taip išsamiau suprasite dominančią temą.
- Atkreipkite dėmesį į informacinių svetainių saugumą. Saugūs tinklapiai prasideda raidelėmis https.



PRISIJUNGUSI
LIETUVA



SENJORŲ
DIENOS
INTERNETE
2019

INTERNETO VARTOTOJO ATMINTINĖ SENJORAMS

Patarimai išmaniam senjorui,
nesustojančiam
tobulėti!



TECHNOLOGIJŲ VITAMINAI

- Internetu galite paprastai ir greitai užsiregistruoti pas gydytoją.
- Svetainėje www.vvtk.lt sužinosite visą reikalingą informaciją apie Lietuvoje registruotus vaistus.
- Užsiregistravus esveikata.lt sistemoje, galėsite bet kada peržiūrėti gydytojo išrašytus receptus, pažymas ir kt. svarbią informaciją.
- Pametus vaisto informacinį lapelį – jį visada surasite internete! Lieka tik paieškos laukelyje suvesti vaisto pavadinimą.
- Oficialiose medicinos įstaigų svetainėse surasite reikalingą informaciją apie mokamus ir nemokamus tyrimus, jų kainą, laboratorijų darbo laikus ir kt. naudingą informaciją.

PATS SAU GIDAS

- Paprasčiausias būdas planuoti kelionę – pasitelkti interneto pagalbą.
- Internetu galite įsigyti autobusų, traukinių, lėktuvų bilietus, o parsisiuntę atitinkamas programėles – taip pat ir viešojo transporto bilietėlius.
- Planuojate kelionę po Lietuvą? Apsilankykite svetainėse www.pamatykLietuvoje.lt, www.lithuania.travel.lt, www.lietuvon.lt ar kituose vietinio turizmo tinklapiuose. Čia surasite puikių patarimų, ką pamatyti ar paragauti, kur apsistoti ir kaip pramogauti keliaujant po Lietuvą.
- Turite išmanųjį telefoną? Suraskite programėlę Google žemėlapiui (google maps), į paieškos laukelį suveskite norimą pamatyti objektą ir sekite nurodymus. Programėlė jums parengs artimiausią maršrutą, kaip nukeliauti iki norimo taško!
- Naudokitės turizmo informacijos, saugomų teritorijų lankytojų centrų ar panašiose svetainėse skelbiama informacija. Ten sužinosite lankomų objektų bilietų kainas, vietas nakvynei, žygių maršrutus ir kt. vertingą informaciją.

BANKAS TAVO DELNE

- Svarbu įsiminti, kad elektroninės bankininkystės prisijungimo kodai ir slaptažodžiai yra tik jums žinotina informacija. Ja dalintis negalima net su jus aptarnaujančiais banko darbuotojais.
- Internetinėje banko paskyroje galite pasitikrinti sąskaitos likutį, lengvai ir greitai pervesti pinigus draugams ir artimiesiems, sumokėti už paslaugas ar internetu įsigytus pirkinius, apmokėti mokesčius.
- Baigę naudotis internetiniu banku, visuomet atsijunkite nuo paskyros.
- Jungdamiesi prie savo banko, įsitikinkite, kad tikrai esate reikiamoje svetainėje.
- Prisijungdami prie internetinio banko naudokitės tik saugiais kompiuteriais.

BENDRAVIMO MADOS

- Registruojantis socialiniuose tinkluose, būtina tinkamai sutvarkyti paskyros privatumo nustatymus.
- Socialiniai tinklai – tai ir apgavikų traukos objektas, dėl to rekomenduojama bendrauti tik su pažįstamais asmenimis.
- Rašydami komentarus, dalindamiesi nuotraukomis, keldami įrašus laikykitės interneto etikos taisyklių ir visada būsite tinkamai suprasti!
- Socialiniuose tinkluose venkite dalintis itin asmenine informacija.
- Kitiškai vertinkite socialiniuose tinkluose siūlomą reklamą.