

## **Program szkolenia:**

### **E-obywatel – E zdrowie (24 godzin zegarowych)**

Cele szkolenia „E-obywatel – E zdrowie”

Cel główny:

Uczestnik nabeździe wiedzę i umiejętności w zakresie korzystania z usług cyfrowych w obszarze ochrony zdrowia, takich jak Internetowe Konto Pacjenta, e-recepta, e-skierowanie, teleporady oraz elektroniczna dokumentacja medyczna.

Cele szczegółowe:

Uczestnik po szkoleniu:

- potrafi założyć i korzystać z Internetowego Konta Pacjenta (IKP),
- zna zasady działania e-recepty i e-skierowania,
- potrafi umówić się na teleporadę,
- rozumie, czym jest elektroniczna dokumentacja medyczna (EDM),
- potrafi bezpiecznie zarządzać swoimi danymi zdrowotnymi online,
- zna prawa pacjenta w kontekście e-zdrowia.
- Potrafi w Internecie wyszukać rzetelne informacje na tematy związane ze zdrowiem,
- Wie jak korzystać z profilu zaufanego,
- Potrafi zastosować zasady higieny cyfrowej.

Materiały dla trenera:

- Komputery/laptopy/tablety z dostępem do Internetu
- Rzutnik/projektor
- Prezentacja multimedialna
- Test wstępny i końcowy
- Formularze do ćwiczeń praktycznych

Przebieg zajęć:

<b>Informacje podstawowe</b>	<b>Cele sesji</b>	<b>Przebieg</b>	<b>Materiały i linki do zajęć</b>	<b>Uwagi</b>
------------------------------	-------------------	-----------------	-----------------------------------	--------------

<p><b>Moduł 1: Wprowadzenie do e-zdrowia (3h)</b></p>	<p>Zrozumienie podstawowych pojęć i korzyści wynikających z cyfryzacji ochrony zdrowia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna</li> <li>• Dyskusja grupowa</li> <li>• Krótki quiz wprowadzający</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slajdy z definicjami i przykładami</li> <li>• Tablica/flipchart</li> <li>• Quiz wstępny</li> </ul>	<p>Zadbaj o prosty język i przykłady z życia codziennego.</p>
<p><b>Moduł: 2 Profil zaufany – teoria i praktyka (3,5h)</b></p>	<p>Poznanie funkcji profilu zaufanego i jego zastosowań, zapoznanie z opcją incognito w przeglądarce.</p>	<p>Pokaz zakładania profilu, ćwiczenia logowania i podpisu</p>	<p><a href="https://pz.gov.pl/instrukcja/PDF">https://pz.gov.pl/instrukcja PDF</a></p>	<p>Wymagany dostęp do Internetu i konta bankowego, Trener musi zwrócić szczególną uwagę na bezpieczne korzystanie z publicznych urządzeń. Najlepiej korzystać ze swoich urządzeń.</p>

<p><b>Moduł 3: Higiena cyfrowa i bezpieczeństwo (3h)</b></p>	<p>Rozpoznawanie zagrożeń dla zdrowia płynących z nadużywania mediów cyfrowych. Ochrona danych osobowych</p>	<p>Wykład, analiza przypadków, ćwiczenia z hasłami Uczestnicy zapoznają się w grupach z prezentacją o higienie cyfrowej i wykonują quiz.</p>	<p>Materiały PDF, przykłady</p>	<p>Możliwość pracy w grupach</p>
<p><b>Moduł 4: Internetowe Konto Pacjenta (IKP) – zakładanie i obsługa (3h)</b></p>	<p>Nabywanie umiejętności zakładania i korzystania z IKP.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrukcja krok po kroku</li> <li>• Ćwiczenia praktyczne na komputerach/tabletach</li> <li>• Omówienie funkcji IKP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Instrukcja obsługi IKP (wydrukowana i PDF)</li> <li>• e-dowód (dla chętnych)</li> </ul>	<p>Zarezerwuj czas na pomoc indywidualną – tempo pracy może być zróżnicowane.</p>

<p><b>Moduł 5: E-recepta i e-skierowanie (4h)</b></p>	<p>Zrozumienie działania i realizacji e-recept oraz e-skierowań.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja z przykładami</li> <li>• Symulacja odbioru e-recepty w aptece</li> <li>• Ćwiczenia z kodami i PESEL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przykładowe e-recepty i e-skierowania</li> <li>• Dostęp do IKP</li> <li>• Karty pracy</li> </ul>	<p>Zachęć uczestników do przyniesienia własnych kodów (jeśli mają) – ćwiczenia będą bardziej autentyczne.</p>
<p><b>Moduł 6: Bezpieczeństwo danych i prawa pacjenta (3h)</b></p>	<p>Zrozumienie zasad ochrony danych zdrowotnych i praw pacjenta w e-zdrowiu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini wykład</li> <li>• Studium przypadku (np. wyciek danych)</li> <li>• Dyskusja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ulotki RODO w ochronie zdrowia</li> <li>• Przykłady naruszeń prywatności</li> <li>• Karty pracy</li> </ul>	<p>Zachęć do zadawania pytań – temat może budzić niepokój.</p>

<p><b>Moduł 7: Przydatne strony i aplikacje w e- zdrowiu (4h)</b></p>	<p>Poznanie i praktyczne wykorzystanie stron internetowych (m.in. zawierających informacje z zakresu zdrowego stylu życia) oraz aplikacji wspierających dostęp do usług zdrowotnych online.</p>	<p>Prezentacja najważniejszych stron i aplikacji:</p> <p>KtoMaLek.pl – wyszukiwanie dostępności leków w aptekach,</p> <p>ZnanyLekarz.pl – umawianie wizyt i teleporad,</p> <p>mojeIKP – aplikacja mobilna IKP,</p> <p>Rejestracja do lekarza online – dostęp do e-skierowań i e-rejestracji,</p> <p>Szczepienia i profilaktyka – informacje o szczepieniach i programach zdrowotnych.</p> <p>Wyszukiwanie leku w lokalnej aptece,</p> <p>Rejestracja na wizytę przez ZnanyLekarz,</p> <p>Instalacja i konfiguracja aplikacji mojeIKP.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Smartfony uczestników (do instalacji aplikacji)</li> <li>• Lista stron z krótkim opisem i kodami QR</li> <li>• Instrukcja krok po kroku (wydrukowana lub PDF)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Upewnij się, że uczestnicy mają dostęp do swoich danych logowania (np. profil zaufany).</li> <li>• Zadbaj o pomoc techniczną przy instalacji aplikacji.</li> <li>• Można zaprosić farmaceutę lub lekarza do krótkiego wystąpienia online jako gościa.</li> </ul>
---	---	---	---	---

<b>Podsumowanie i test końcowy</b> (0,5 h)	Utrwalenie wiedzy i ocena efektów szkolenia	Powtórka, test wiedzy, omówienie wyników	Test papierowy lub online, formularz ewaluacyjny	Możliwość zadawania pytań końcowych
---	---	--	--	-------------------------------------