



A2.2 – Izobraževalno gradivo za predavatelje

IKT PODPORA PRI OSKRBI

Modul 4: MANAGEMENT V OSKRBI

Pod modul 4.5: IKT PODPORA PRI OSKRBI



Predstavitev

Modul	4. MANAGEMENT V OSKRBI
Pod-modul	4.5. IKT podpora pri oskrbi
Učna ura št.	#1
Trajanje (minute)	30
Datum	

Predstavitev

Informacijske in komunikacijske tehnologije (IKT) so vedno bolj prisotne v vsakdanjem življenju ljudi in ponujajo širok nabor možnosti za različne poklice, kot so prosti čas, družbena udeležba, izobraževanje ali delo.

IKT lahko negovalcem olajša številne dejavnosti in prispeva k izboljšanju kakovosti njihovega življenja in kakovosti življenja oskrbovanca.

Ta podmodul je osredotočen na prednosti in možnosti, ki jih lahko zagotovi IKT pri različnih nalogah, povezanih z nego. Poleg tega obravnava tudi prispevke, ki jih tehnologija lahko prispeva k drugim potrebam oskrbovalcev, povezanih z njihovo osebno sfero, kot sta njihov prosti čas, njihovi družbeni odnosi ali njihovo usposabljanje.

Učni izidi in rezultati

1. Opisati IKT, razvrščanje IKT, splošne koristi uporabe IKT za oskrbovalce.
2. Identificirati glavne IKT, ki se lahko uporabljajo pri nalogah, povezanih z nego.
3. Znati vključiti uporabo IKT v dnevne rutine nege.
4. Prepoznati glavne IKT, ki jih je mogoče uporabiti v dejavnostih za prosti čas, družbeno sodelovanje in izobraževanje.
5. Opredeliti glavna tveganja, ki se lahko pojavijo pri uporabi IKT.
6. Znati uporabljati IKT varno in brez tveganj.

Vsebina

1. IKT: Definicija, konceptualizacija in klasifikacija. Splošne koristi za oskrbovalce.
2. Ključne IKT pri podpori oskrbe.
3. Glavna IKT za prosti čas, družbeno sodelovanje in izobraževanje.
4. Smernice za varno in netvegano uporabo IKT. Etični vidiki uporabe IKT v oskrbi. Etični vidiki uporabe IKT v osebni domeni oskrbovalcev (prosti čas, socialna udeležba in izobraževanje). Varna uporaba IKT in izogibanje tveganjem.

IKT: definicija, konceptualizacija in klasifikacija

Kaj je IKT?

“Raznolik nabor tehnoloških orodij in virov, ki se uporabljajo za prenos, shranjevanje, ustvarjanje, skupno rabo ali izmenjavo informacij.” [UNESCO Institute for Statistics, 2009](#)

“Tehnologije, ki omogočajo dostop do informacij preko telekomunikacij.”
<https://techterms.com/definition/ict>

“Konvergenca več tehnologij in uporaba skupnih prenosnih linij, ki prenašajo zelo različne vrste in formate podatkov in komunikacije. (...) V zelo poenostavljenem smislu se IKT uporablja za govor o vseh tehnologijah, ki olajšajo komunikacijo.” [Techopedia, 2020](#)

IKT: definicija, konceptualizacija in klasifikacija

Ta tehnološka orodja in viri vključujejo: UNESCO Institute for Statistics, 2009



Računalnike

- Namizni računalnik
- Prenosnik



Internet

- Spletna stran
- Blog
- Email



Tehnologijo oddajanja v živo

- Radijo
- Televizija
- Spletno oddajanje



Tehnologije posnetega oddajanja

- Podcasting
- Avdio in video predvajalniki
- Naprave za shranjevanje



Telefonija

- Stacionarni ali mobilni telefon
- Satelit
- Video konference, itd.

IKT: definicija, konceptualizacija in klasifikacija

IKT se lahko deli na :

Omrežja

- Širokopasovna povezava
- Fiksna in mobilna telefonija
- Radio
- Sateliti
- televizija

Terminali

- Avdio in video prenosni predvajalniki
- Računalniki (namizni ali prenosni)
- Igralne konzole
- internetni brskalnik
- Operacijski sistem
- Telefoni in pametni telefoni
- Programska oprema
- Televizija

Storitve

- Avdio in glasba
- E-poslovanje
- E-zdravje
- E-izobraževanje
- E-naslov
- GPS
- Takojšnje sporočanje
- Mobilne storitve
- Internetno bančništvo
- Radio
- Iskanje informacij
- Socialna omrežja in blogi
- Televizija in kino
- Video igre

Benefit (doprinos) oskrbovalcem

Kakšen doprinos mi ponuja uporaba IKT...?

- Izboljšanje kakovosti življenja, dobrega počutja, samospoštovanja, percepcije lastne učinkovitosti in varnosti ter opolnomočenje tako oskrbovalcev kot uporabnikov.
- Dostop do bolj kvalificirane oskrbe in izboljšanje veščin oskrbe.
- Olajšanje oskrbe na domu in sodelovanje v vidikih življenja zunaj doma.
- Povečan stik in povezovanje z drugimi ter s socialnimi in zdravstvenimi ekipami.
- Prihranek časa in denarja, ki prispeva k trajnosti sistemov oskrbe.

Barabella et al, 2011; Buis, 2008; Carretero et al, 2015; Lam & Lam, 2012; Pot et al, 2012; Shaw et al, 2004; Smith & Toseland, 2006; The Princess Royal Trust for Carers, 2012; Torp et al, 2008; Weiner et al, 2005; Wu et al, 2009

Benefit (doprinos) za oskrbovalce

Razpoložljiva IKT za zadovoljevanje potreb oskrbovalcev vključuje:

- a) tehnologije za neodvisno življenje, ki uporabnikom omogočajo, da ostanejo doma brez nenehne podpore oskrbe, s čimer se zmanjša obremenjenost oskrbovalcev.
- b) orodja, ki na daljavo omogočajo usposabljanja, informacije in učenje o vprašanjih, povezanih z oskrbo, kot so spletna mesta in spletno gradivo za usposabljanje.
- c) osebna podpora in socialna integracija, ki zagotavlja socialno, čustveno in vrstniško podporo, sistemi socialnega mreženja za vrstniško podporo in omrežja za prostovoljne klice (mobilno, internetno).
- d) spletna orodja za koordinacijo oskrbe (usklajevanje nalog oskrbe iz formalnega sektorja ter neformalnih in družinsko zaposlenih oskrbovalcev, izmenjave informacij).

From: [Information and communication technologies for informal carers and paid assistants: benefits from micro-, meso-, and macro-levels](#)

Impact analysis (micro-level)			Impact analysis (meso-macro-level)	
Services	Impacts for informal carers	Impacts for older people	Social Services	Health Care
Independent living	(-) hours of care (-) eliminates the need for constant presence (+) peace of mind (-) anxiety (+) health-related quality of life (+) reconciliation of care and work and family	(+) independent living and delay dependency (+) health status (+) perception of safety (+) compliance in treatment (+) improved relation carer-older person	(-) number of care visits (-) overnight care stays Delays institutional care	(-) hospital admissions
Information & learning	(+) accessibility to training (+) finding and receiving appropriate information (+) caring skills and digital competence (+) employability (+) sense of security	(+) Quality of care	Delays institutional care (-) number of care visits (-) overnight care stays (+) quality and effectiveness of formal care	(-) hospital admissions (-) length of hospital stays
Personal support & social integration	(+) promotes development of informal social networks of carers (-) isolation (-) stress (+) Quality of life (+) reconciliation of care and work	(+) Quality of care (+) Quality of life (+) Improved relation carer-older person		
Care coordination	(-) stress (+) Quality of life (-) burden of care (+) reconciliation of care and work (+) builds trust with professionals	(+) Quality of care (+) Quality of life (+) health status	(-) number of care visits Delays institutional care	
			Savings of 79 m GBP (over 5 years), for 20 m GBP investment	

(-) means a decrease in the value of the variable, (+) means increase in the value of the variable. For example, (-) stress in the column of informal carers and paid assistants means that they informed of a decrease in stress due to the use of the ICT-based service. (+) quality in the column of older people means that they informed of a higher level of quality of life due to the use of the ICT-based service

Benefit (doprinos) za oskrbovalce

→ IKT je pot posredovanja
informacij
in razvoja spretnosti

→ IKT je inštrument, ki
spodbuja vrstniško
podporo in preprečuje
izolacijo

→ IKT je inštrument za
koordinacijo oskrbe

→ IKT je orodje, ki omogoča
in podpira neodvisno življenje

→ IKT podpira življenjsko ravnovesje

Večina IKT tehnologij je
dokazano uporabna pri
naslavljanju potreb
in izboljšanju kakovosti
življenja uporabnikov in
oskrbovalcev



Benefit (doprinos) za oskrbovalce

<https://eurocarers.org/>



<http://carict.eu/>

Spletni imenik IKT storitev za neformalne oskrbovalce

Independent
Living



Information
and Learning
for Carers



Personal
Support and
Social
Integration



Care
Coordination



Predstavitev

Modul	4. MANAGEMENT V OSKRBI
Pod-modul	4.5. IKT podpora pri oskrbi
Učna ura št.	#2
Trajanje (minute)	120
Datum	

Ključna IKT za podporo oskrbe

1. Spletne strani in aplikacije z nasveti in priporočili, kako izvajati določena negovalna opravila ali kako skrbeti za svoje zdravje.
2. Video posnetki s smernicami o negovalnih opravilih.
3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.
4. Platforme ali aplikacije za spoznavanje drugih oskrbovalcev in izmenjavo izkušenj in znanja.
5. Postopki samoocenjevanja oskrbovalne obremenitve, za občasno samoocenjevanje, ali je oskrbovalec v situaciji preobremenjenosti in prepozna potrebo po pomoči in podpori.

Sledijo primeri tehnologij, ki obstajajo danes, a ker se tehnologija hitro spreminja, ti primeri v prihodnosti morda ne bodo na voljo.

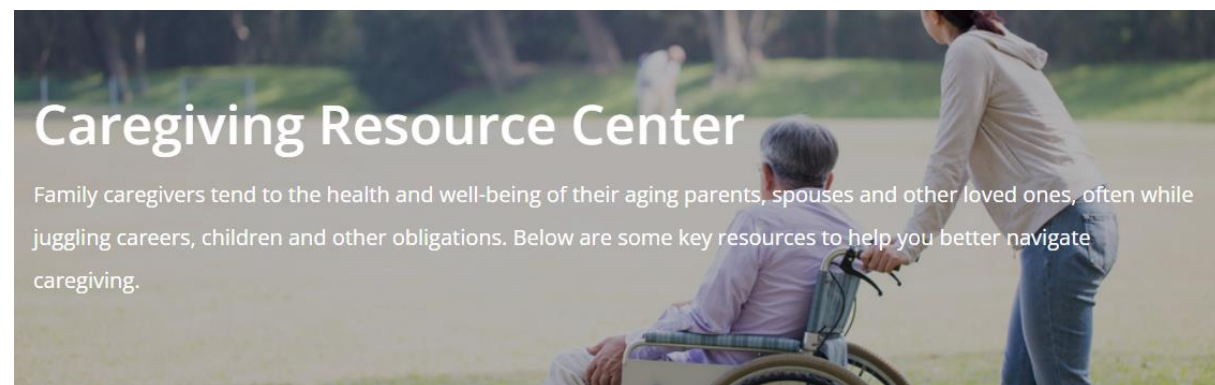
Ključna IKT za podporo oskrbe

1. Spletne strani in aplikacije z nasveti in priporočili, kako izvajati določena negovalna opravila ali kako skrbeti za svoje zdravje.
2. Video posnetki s smernicami o negovalnih opravilih.



<https://www.caring.com/caregivers/>

<https://www.caring.com/caregivers/burnout/>



Ključna IKT za podporo oskrbe

1. Spletne strani in aplikacije z nasveti in priporočili, kako izvajati določena negovalna opravila ali kako skrbeti za svoje zdravje.
2. Video posnetki s smernicami o negovalnih opravilih.

<https://www.caregiver.org/caregiver-resources/>



Caregiver Resources

All Resources

Health Conditions

Caring for Another

Caring for Yourself

Participate In a Study

FAQ

Connections Newsletter



FCA

Family
Caregiver
Alliance®





10 TIPS FOR FAMILY CAREGIVERS

Top 10 Tips for Caregivers

Family Caregiver Toolbox

Caregiver Videos



<https://www.caregiveraction.org/>

Caregiver Video Resource Center

Find comfort in knowing that you are not alone by listening to the experiences of your fellow caregivers.

Video Topics



Schizophrenia
Caregivers, mental health professionals, and leading advocates discuss the importance of early diagnosis and intervention.
[WATCH VIDEO](#)



Alzheimer's Disease
Caregivers talk about their discoveries, share care hints and help you feel less alone.
[WATCH VIDEOS](#)



Huntington's Disease
Family members share their experiences dealing with Huntington's Disease.
[WATCH VIDEOS](#)



Parkinson's Disease
Caregivers describe their journey through Parkinson's Disease.
[WATCH VIDEOS](#)



COPD
Listen as a caregiver describes taking on new responsibilities as her husband ages with COPD.
[WATCH VIDEOS](#)



Hands-On Care
Learn how to best care for your loved one at home.
[WATCH VIDEOS](#)

- 1** Seek support from other caregivers. You are not alone!
- 2** Take care of your own health so that you can be strong enough to take care of your loved one.
- 3** Accept offers of help and suggest specific things people can do to help you.
- 4** Learn how to communicate effectively with doctors.
- 5** Be open to new technologies that can help you care for your loved one.
- 6** Watch out for signs of depression and don't delay getting professional help when you need it.
- 7** Caregiving is hard work so take respite breaks often.
- 8** Organize medical information so it's up to date and easy to find.
- 9** Make sure legal documents are in order.
- 10** Give yourself credit for doing the best you can in one of the toughest jobs there is!



Ključna IKT za podporo oskrbe

1. Spletne strani in aplikacije z nasveti in priporočili, kako izvajati določena negovalna opravila ali kako skrbeti za svoje zdravje.
2. Video posnetki s smernicami o negovalnih opravilih.

mmLearn.org



<https://training.mmlearn.org/caregiver-training-videos>



<https://www.nextstepincare.org/Videos/>

https://www.nextstepincare.org/Caregiver_Home/



<http://www.caregiverslibrary.org/>

Ključna IKT za podporo oskrbe

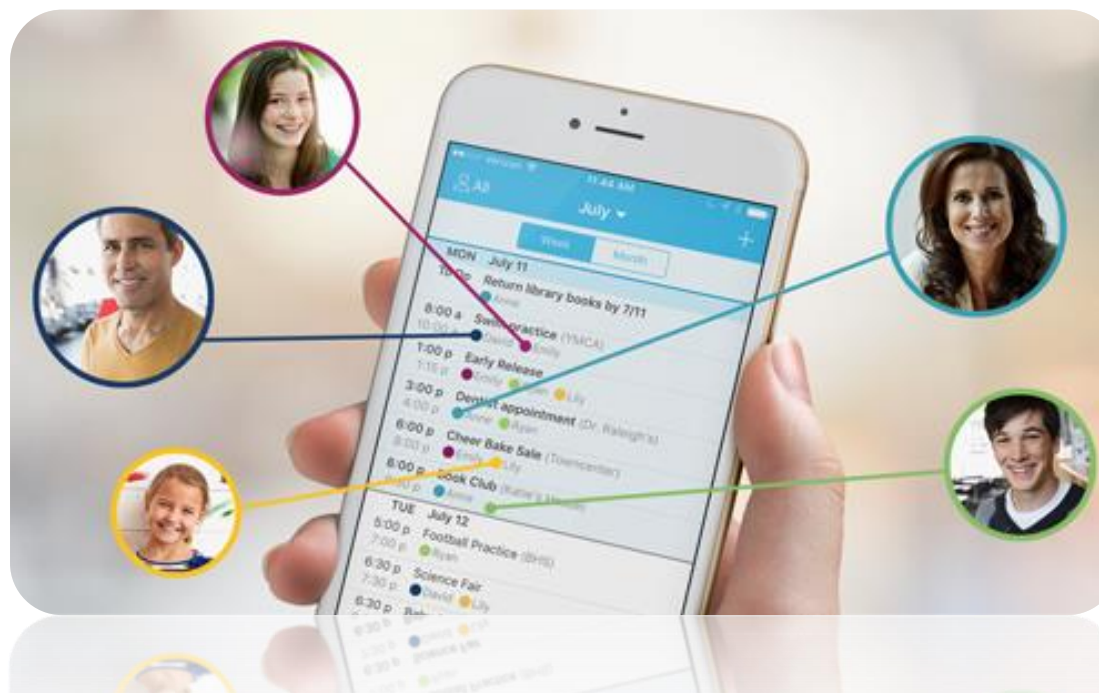
3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Organizator sestankov, dejavnosti in seznamov (npr. sezname nakupov ali opravil).

Primeri:

 **COZI** Family Organizer

<https://www.cozi.com/>



[Video link](#)

Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestankov in dajanja zdravil.

Organizator sestankov, dejavnosti in seznamov (npr. seznam nakupov ali opravil).

Primeri:

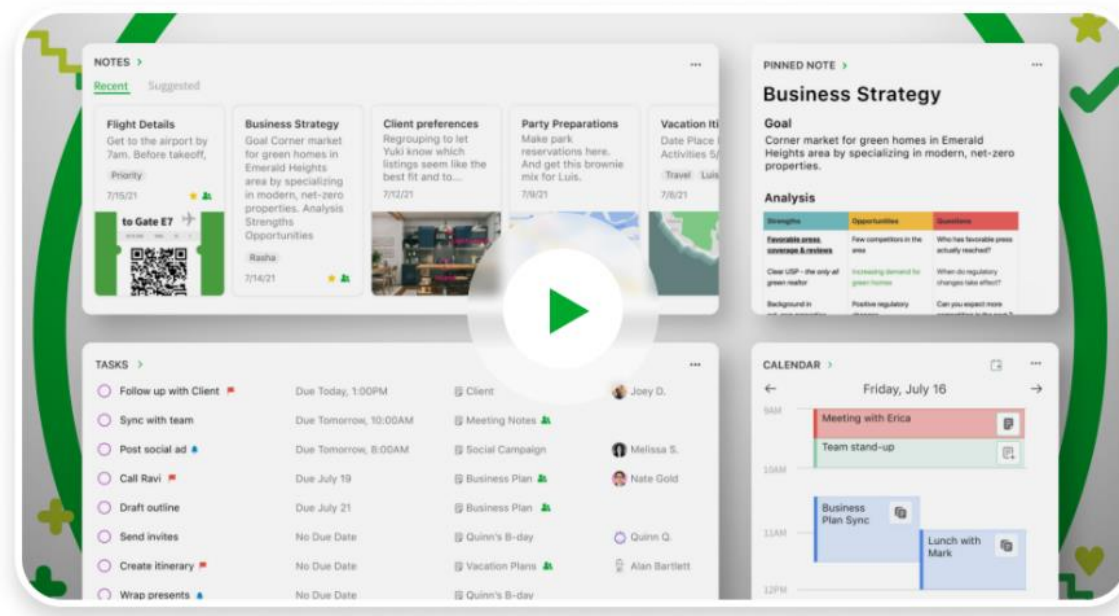


Evernote

<https://evernote.com/>



[Video link](#)

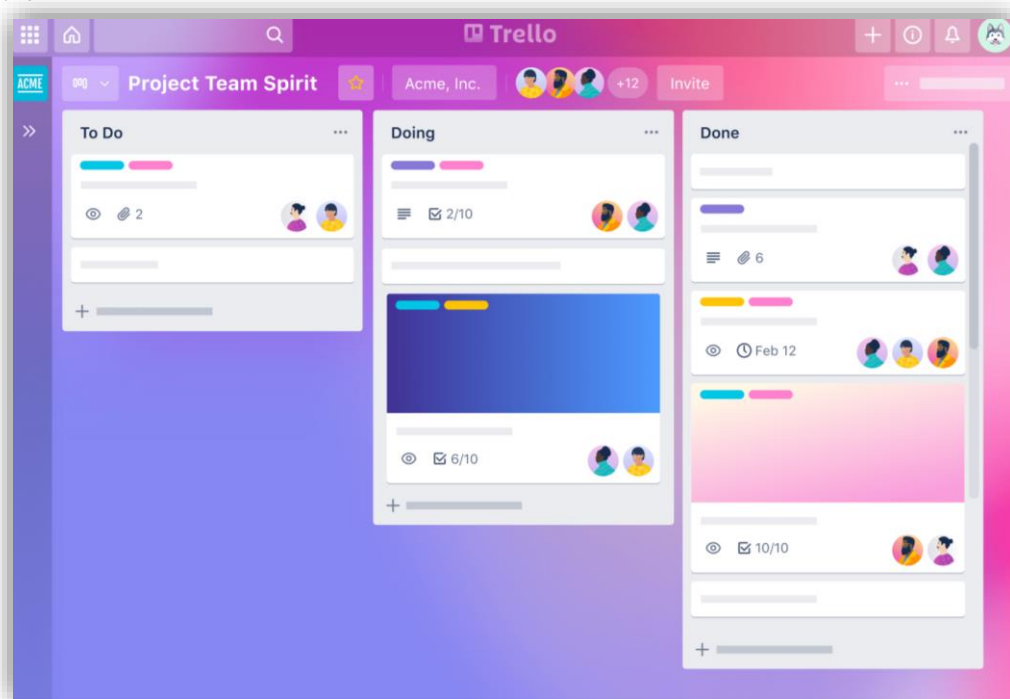


Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikaciji zdravil.

Organizator sestankov, dejavnosti in seznamov (npr. sezname nakupov ali opravil).

Primer:



 **Trello**

<https://trello.com/>

Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Organizator sestankov, dejavnosti in seznamov (npr. seznam nakupov ali opravil).

Primeri:



<https://www.any.do/>



To do list



Calendar



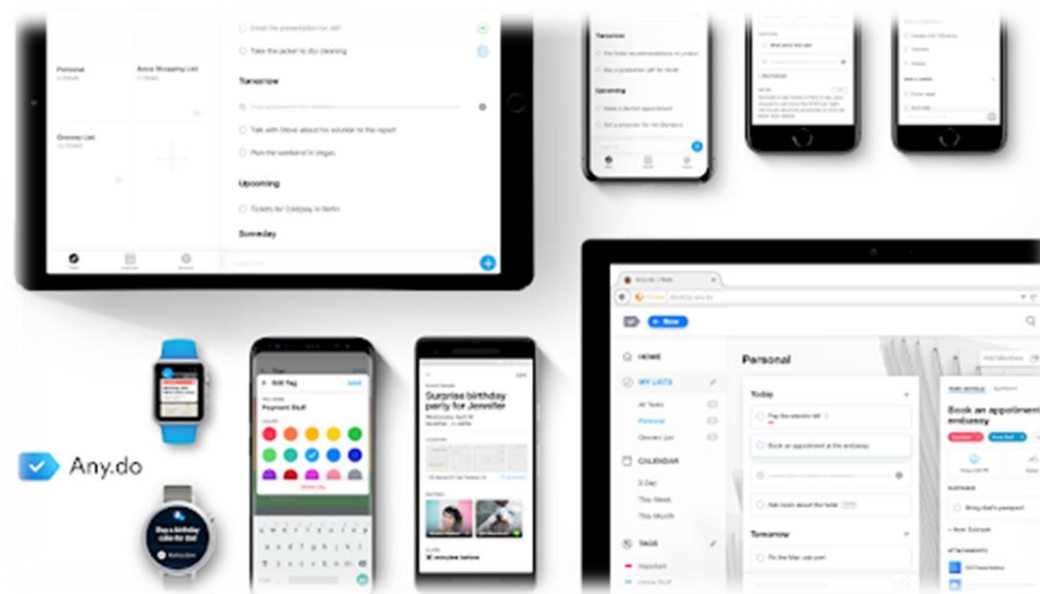
Grocery List



Reminders



Daily Planner



Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Organizator sestankov, dejavnosti in seznamov (npr. sezname nakupov ali opravil).

Primeri:



Lotsa Helping Hands

<https://lotsahelpinghands.com/>



todoist

<https://todoist.com/>



Google Keep

<https://keep.google.com/>



Microsoft To Do

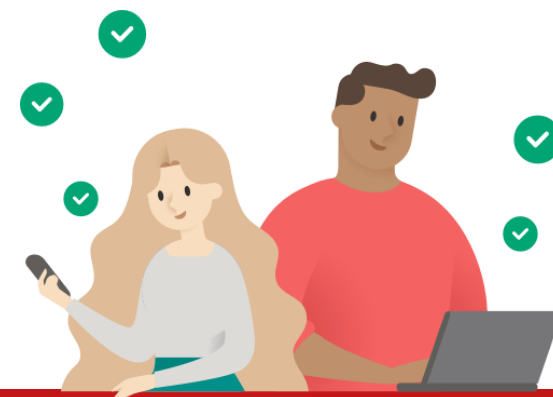
<https://todo.microsoft.com/>



<https://www.meistertask.com/>



<https://ticktick.com/>



Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Upravljanje z zdravili: razpršilniki tablet z vizualnimi, zvočnimi in/ali telefonskimi opozorili ter obvestili, če uporabnik ne vzame zdravila. Primeri:



<https://www.medreadyinc.net/>



[Video link](#)

MedMinder™

<https://www.medminder.com/>



Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Upravljanje z zdravili: aplikacije z opomniki za zdravilo in ponovno polnjenje, obvestila, če uporabnik ne vzame zdravila, in komunikacija s socialnimi in zdravstvenimi ekipami.

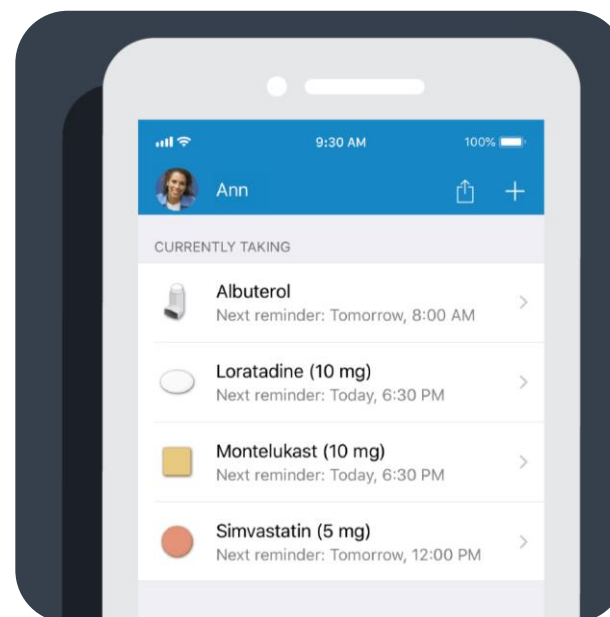
Primeri:

 Medisafe

<https://www.medisafeapp.com/>



[Videos link](#)



Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Upravljanje zdravil: lekarna s polno storitvijo, ki je odgovorna za razvrščanje zdravil po datumu in uri, dostavo na vaš dom vsak mesec, samodejno spremljanje in upravljanje polnjenj ter organiziranje vseh podrobnosti o zdravilih, obračunavanju in receptih na istem mestu za enostaven dostop. Primeri:

<https://www.pillpack.com/>





[Video link](#)



<https://www.pillpack.com/>

Ključna IKT za podporo oskrbe

3. Programi za načrtovanje in beleženje dejavnosti, povezanih z oskrbo, sestanki in aplikacijo zdravil.

Prilagojeni glasovni opomniki.

Primeri:



<https://rosie2.com/>

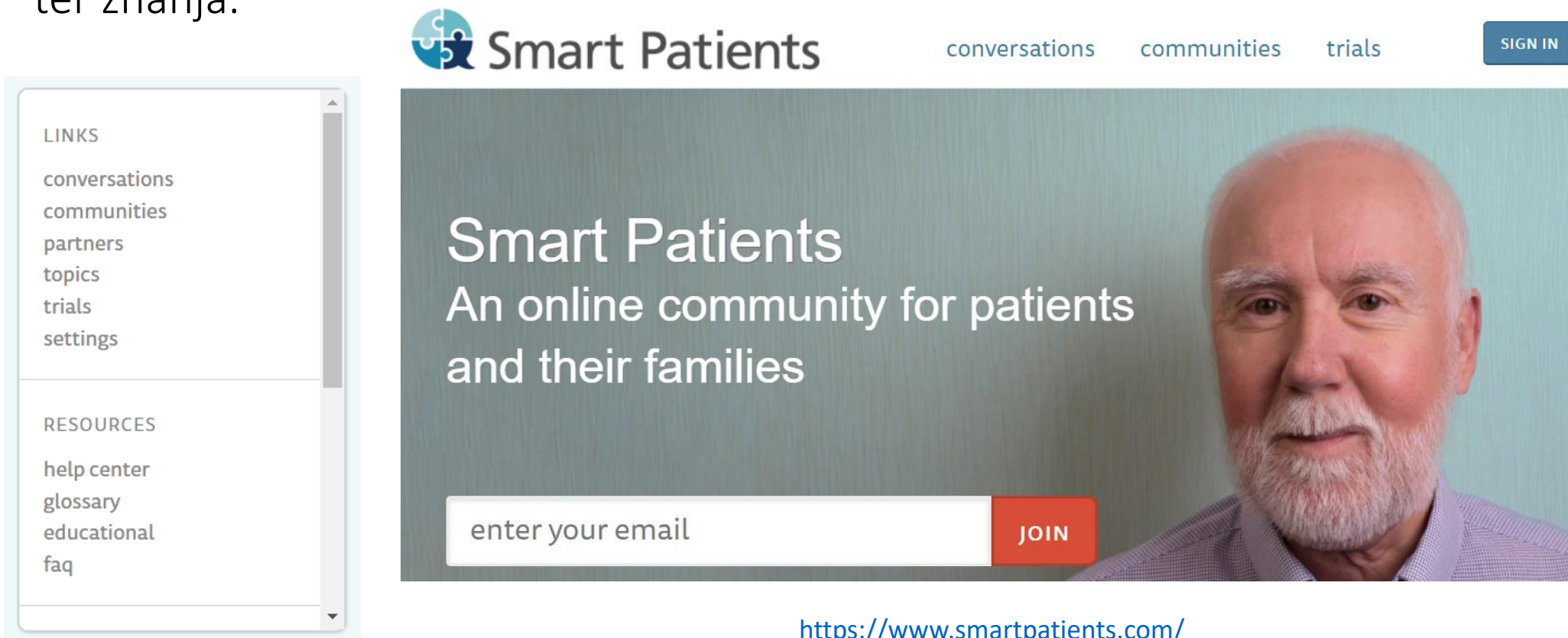


[Video link](#)



Ključna IKT za podporo oskrbe

4. Platforme ali aplikacije za spoznavanje drugih oskrbovalcev in izmenjavo izkušenj ter znanja.



The screenshot shows the homepage of Smart Patients. The header includes the logo, navigation links for 'conversations', 'communities', and 'trials', and a 'SIGN IN' button. A left sidebar contains 'LINKS' (conversations, communities, partners, topics, trials, settings) and 'RESOURCES' (help center, glossary, educational, faq). The main content area features a large image of an elderly man with a white beard, the text 'Smart Patients An online community for patients and their families', and a sign-up form with an 'enter your email' input field and a 'JOIN' button.

<https://www.smartpatients.com/>

Ključna IKT za podporo oskrbe

4. Platforme ali aplikacije za spoznavanje drugih oskrbovalcev in izmenjavo izkušenj ter znanja.



資源 | 자원 | Recursos | Pagaaring yaman | Tài nguyên

Donate

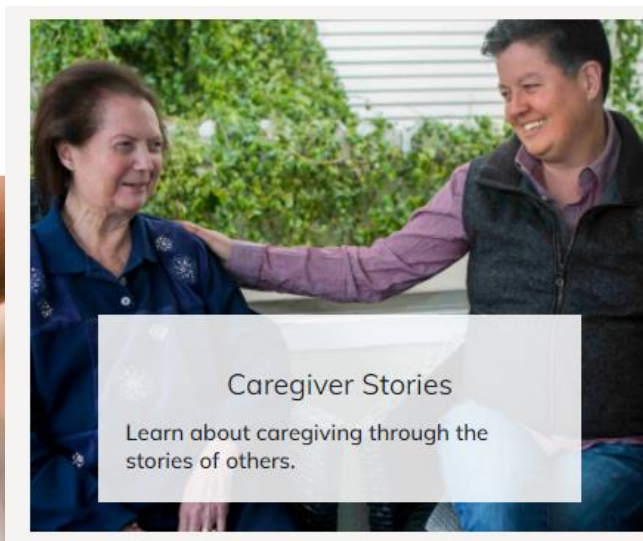


Connecting Caregivers

Caregiver Resources

Research & Policy

About FCA



<https://www.caregiver.org/connecting-caregivers/>

Ključna IKT za podporo oskrbe

4. Platforme ali aplikacije za spoznavanje drugih oskrbovalcev in izmenjavo izkušenj ter znanja.



Caregiver Stories

I am caring for my....

Parent



By Primary Illness:

Frail/Elderly



Text Search

Items per page

10



Begin Search

<https://www.caregiveraction.org/family-caregiver-story-project>

Ključna IKT za podporo oskrbe

4. Platforme ali aplikacije za spoznavanje drugih negovalcev in izmenjavo izkušenj ter znanja.

Caregiver Forum



Ask a Question

Type your question

Post Question

<https://www.agingcare.com/caregiver-forum>

Ključna IKT za podporo oskrbe

5. Postopki samoocenjevanja oskrbovalne obremenitve, za občasno samoocenjevanje, ali je oskrbovalec v situaciji preobremenjenosti in prepoznava potrebo po pomoči in podpori.

Vprašalnik za samoocenjevanje oskrbovalca:

https://www.caregiverslibrary.org/Portals/0/CaringforYourself_CaregiverSelfAssessmentQuestionnaire.pdf

Zarit Burden Interview: https://www.agingcare.com/documents/caregiver_burden_assessment.pdf

The following questionnaire, known as the Zarit Burden Interview, was first developed in the 1980s to help caregivers and mental health professionals evaluate caregiver stress and burnout. While professional psychologists and therapists use this tool to assess clients who are providing care for loved ones, family caregivers who are concerned about their own welfare can use this quick quiz to receive a reliable and objective calculation of the level of strain they are experiencing.

Instructions: Answer the following questions as honestly as possible in order to receive the most accurate assessment of your caregiver burden. Use the following scale to choose a number that best describes how you feel about each question.



Predstavitev

Modul	4. MANAGEMENT V OSKRBI
Pod-modul	4.5. IKT podpora pri oskrbi
Učna ura št.	#3
Trajanje (minute)	120
Datum	

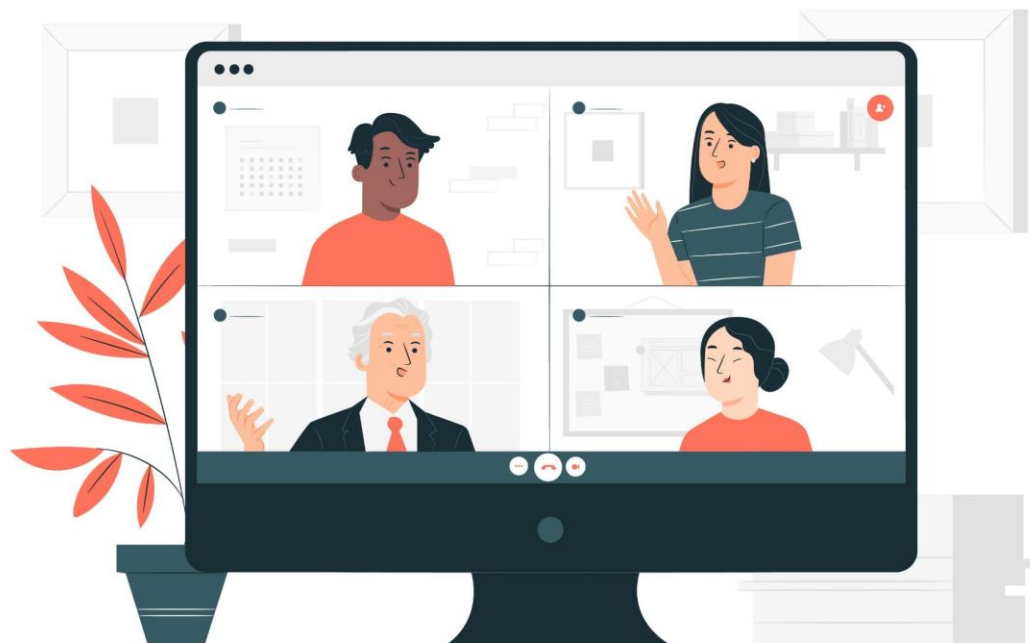
IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

1. Družbena omrežja in videokonferenčne aplikacije.
2. Platforme za brezplačen prenos in ogled kratkih filmov, filmov, glasbe in knjig.
3. Spletna mesta za raziskovanje turističnih znamenitosti in virtualne izlete.
4. Aplikacije s sprostitevimi vsebinami.
5. Platforme za e-učenje različnih vsebin, kot so npr. jeziki.

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

1. Družbena omrežja in videokonferenčne aplikacije

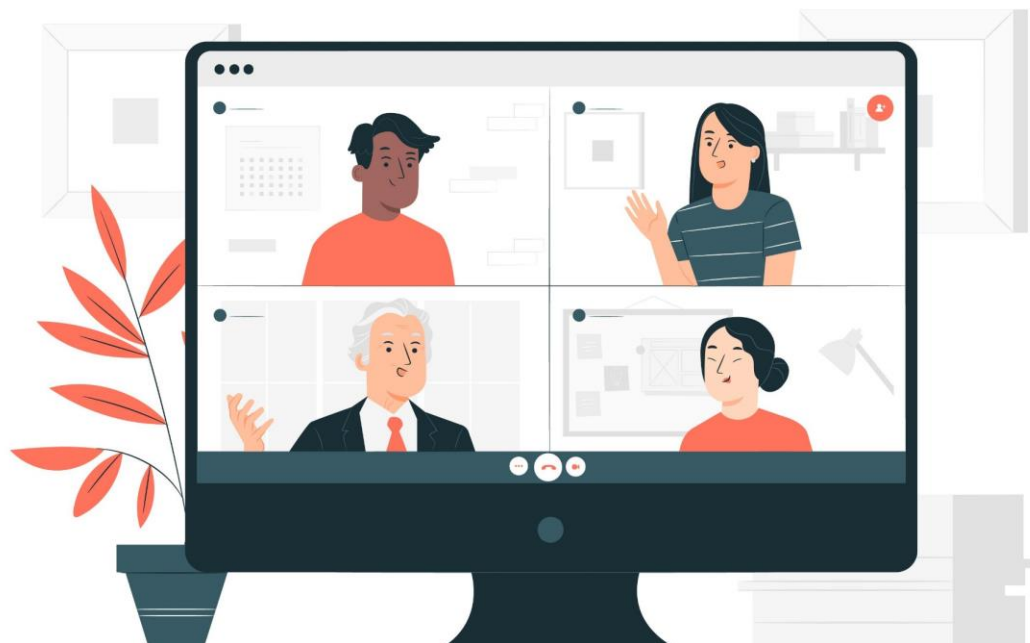
Image extracted from: <https://www.freepik.es/vectores/negocios>



IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

1. Družbena omrežja in videokonferenčne aplikacije.

Image extracted from: <https://www.freepik.es/vectores/negocios>



IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

2. Brezplačne platforme

Filmi in kratki filmi

- <https://archive.org/>
- <https://filmshortage.com/>
- <https://www.filmsshort.com/>
- <https://www.lecinemaclub.com/>
- <https://www.nowness.com/>
- <https://www.pocketmovies.net/>
- <https://shorts.tv/>
- <https://thinkshorts.com/>
- <https://www.viddsee.com/>
- <https://www.youtube.com/>

Glasba in avdio posnetki

- <https://archive.org/>
- <https://www.bensound.com/>
- <https://www.chosic.com/>
- <https://freemusicarchive.org/>
- <https://www.jamendo.com/>
- <https://www.mp3juices.cc/>
- <https://okmusi.com/>
- <https://www.reverbnation.com/>
- <https://www.soundclick.com/>
- <https://soundcloud.com/>
- <https://www.youtube.com/>

Knjige

- <https://archive.org/>
- <https://www.free-ebooks.net/>
- <https://freeditorial.com/>
- <https://www.gutenberg.org/>
- <https://manybooks.net/>
- <https://www.obooko.com/>
- <https://openlibrary.org/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

3. Spletna mesta za raziskovanje turističnih znamenitosti in virtualne izlete.



Google Arts & Culture

<https://artsandculture.google.com/>



☰ Google Arts & Culture

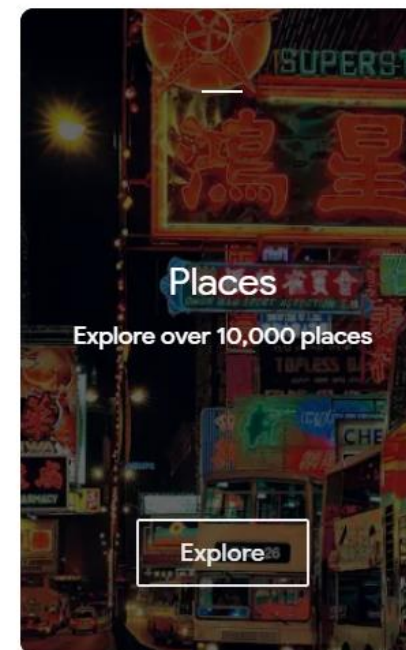
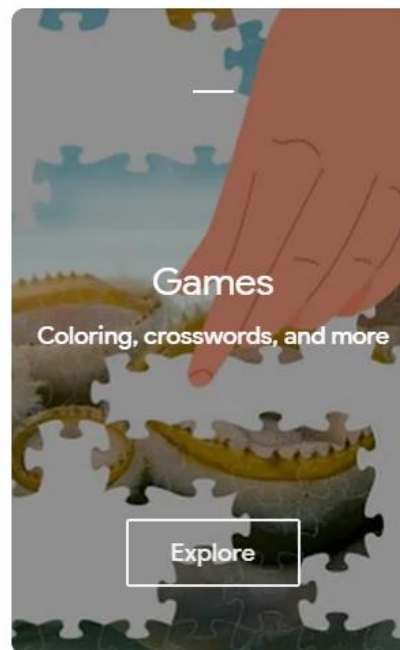
Home

Explore

Play

Nearby

Favourites



IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

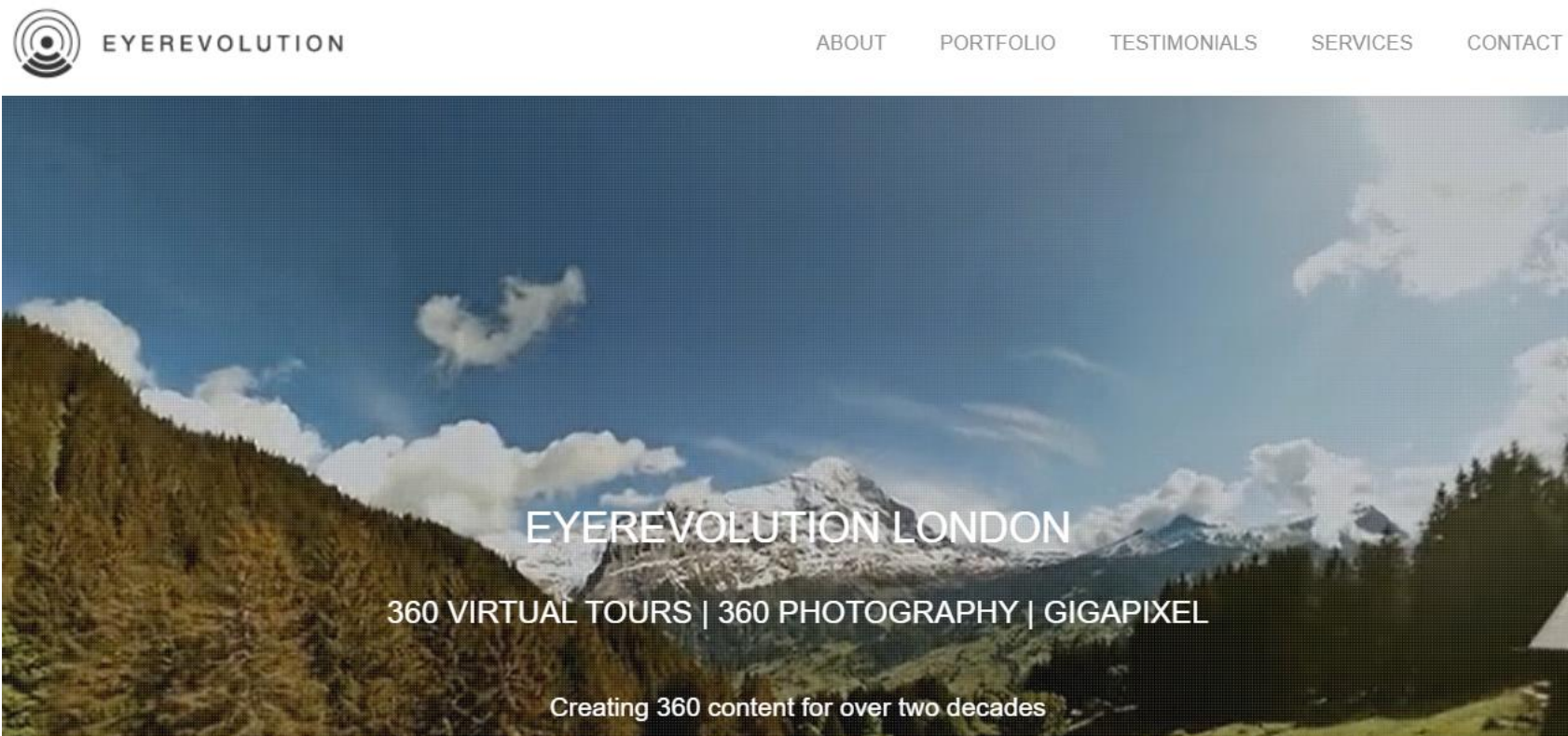
3. Spletna mesta za raziskovanje turističnih znamenitosti in virtualne izlete.



<https://www.youvisit.com/travel>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

3. Spletna mesta za raziskovanje turističnih znamenitosti in virtualne izlete.



<https://www.eyerevolution.co.uk/virtual-tours/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

3. Spletna mesta za raziskovanje turističnih znamenitosti in virtualne izlete.



<https://www.airpano.com/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

4. Aplikacije s sprostitvenimi vsebinami.

InsightTimer

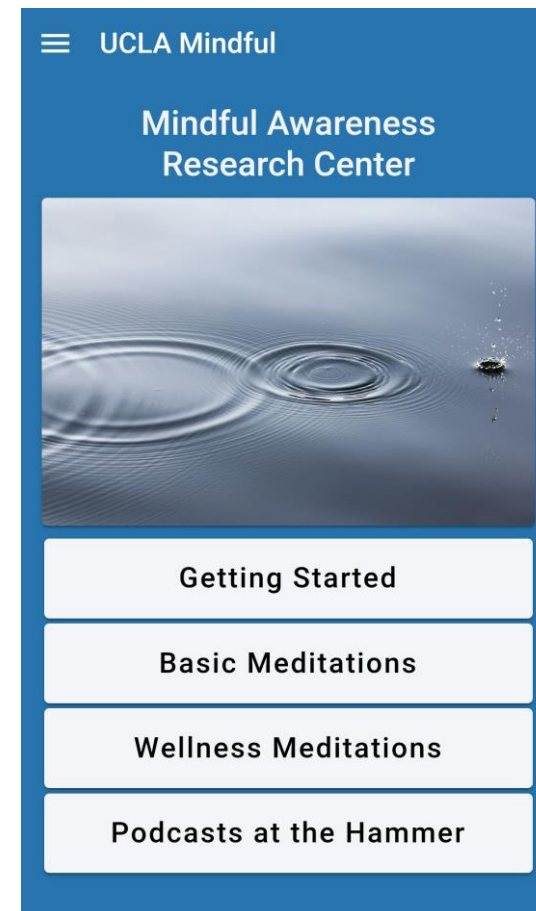
<https://insighttimer.com/>



<https://www.smilingmind.com.au/>

Mindworks®

<https://mindworks.org/>



<https://www.uclahealth.org/ucla-mindful>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

4. Apps with relaxation contents.

<https://my.life/>

Start Your Mindfulness Journey with **MyLife™**

MyLife offers a personalized mindfulness solution tailored to how you're feeling right now.



Learn More

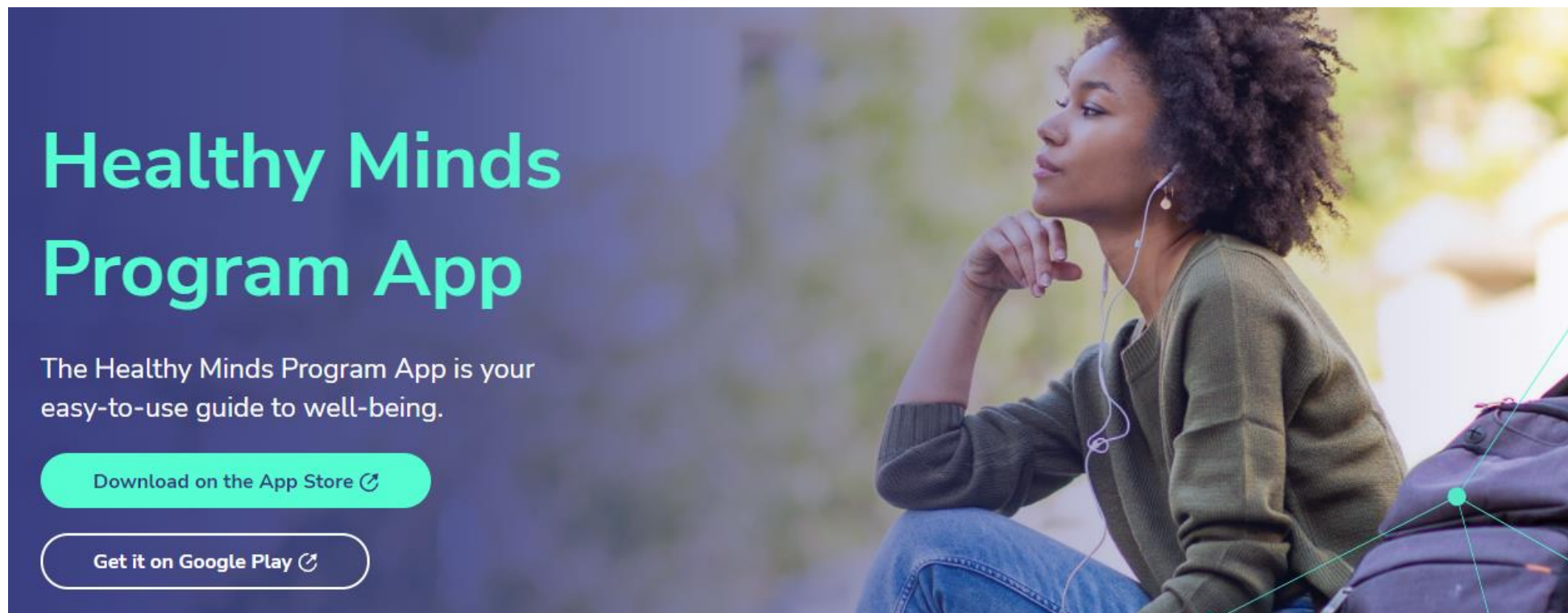
my  **life**
Stop. Breathe. Think.



IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje


4. Aplikacije s sprostitvenimi vsebinami.


<https://hminnovations.org/meditation-app>



Healthy Minds Program App

The Healthy Minds Program App is your easy-to-use guide to well-being.

Download on the App Store 

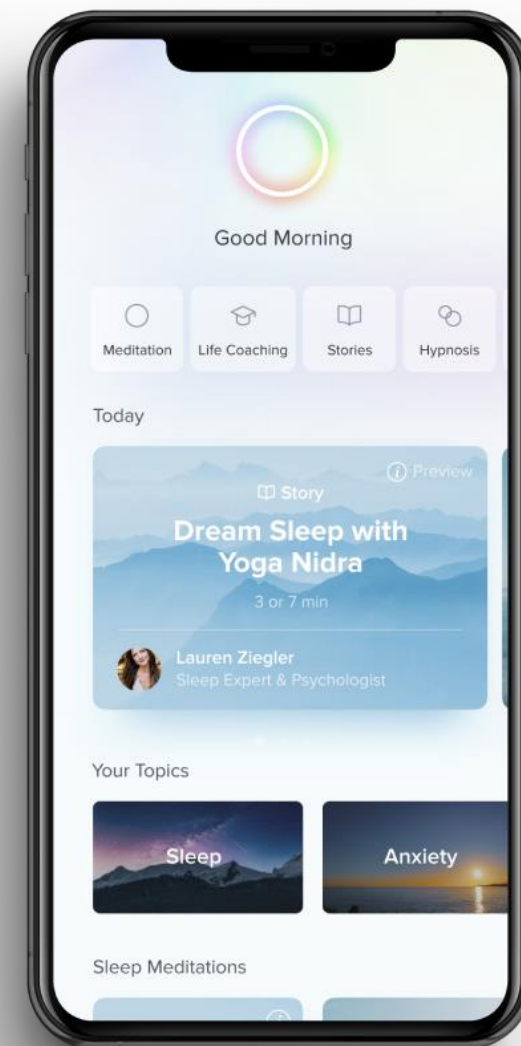
Get it on Google Play 

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

4. Aplikacije s sprostitvenimi vsebinami.



<https://www.aurahealth.io/>



IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

5. Platforme za e-učenje za različne vsebine, kot so npr. jeziki.

MIRIADAX_

<https://formacion.miriadax.net/>



<https://www.edx.org/>

The logo for Udemy, featuring a purple house-like shape above the word 'udemy' in a bold, black, lowercase sans-serif font.

<https://www.udemy.com/>

coursera

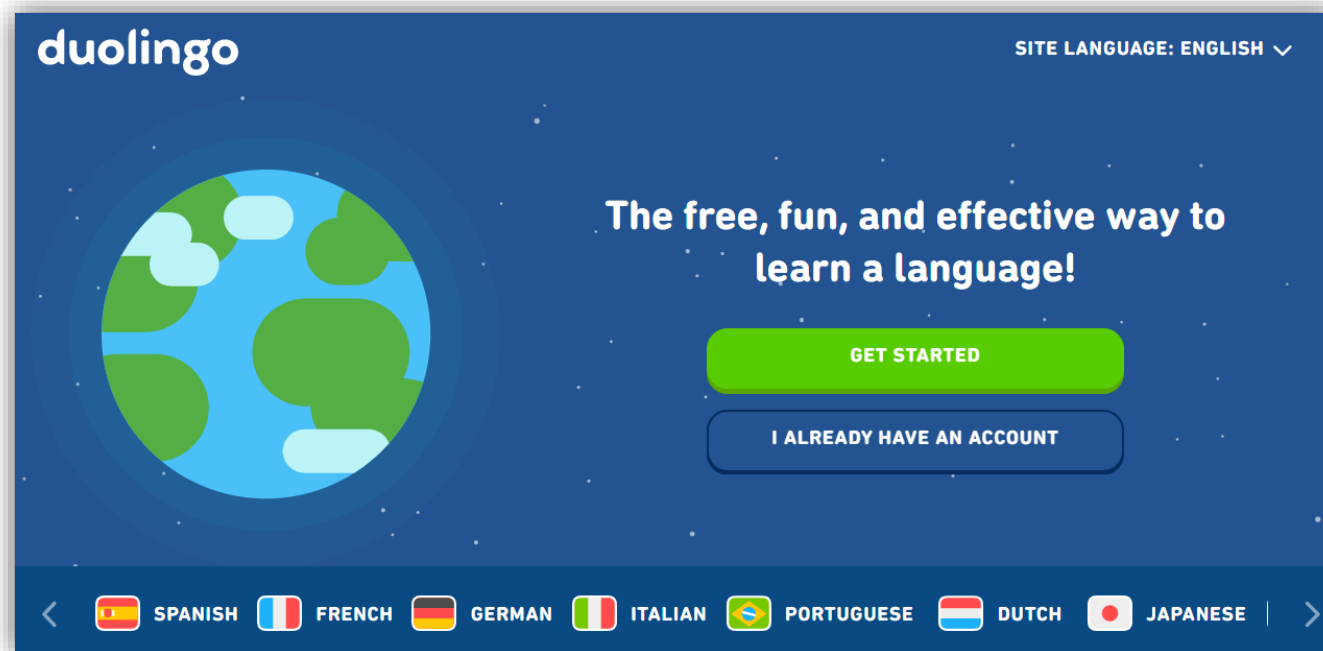
<https://www.coursera.org/>



<https://www.skillshare.com/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

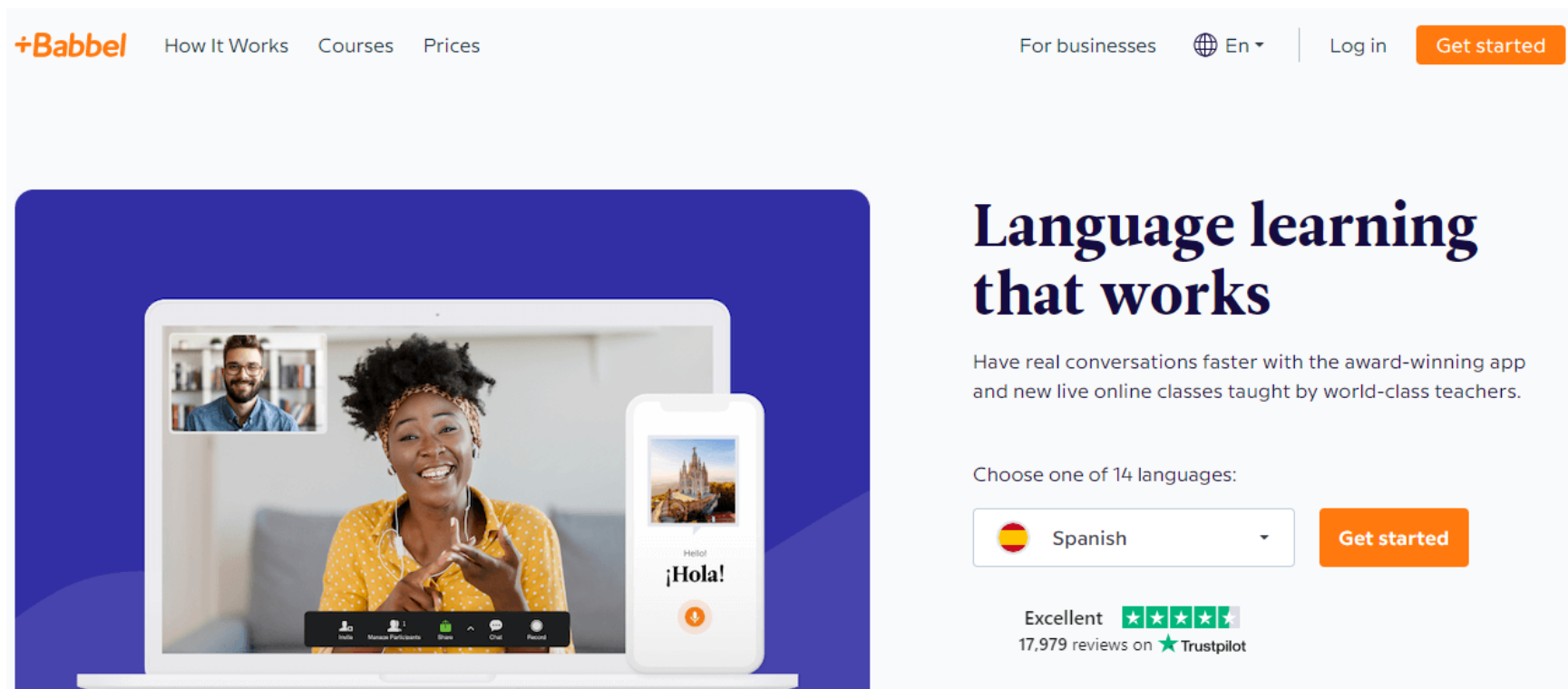
5. Platforme za e-učenje za različne vsebine, kot so npr. jeziki.



<https://www.duolingo.com/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

5. Platforme za e-učenje za različne vsebine, kot so npr. jeziki.



The screenshot shows the Babel website homepage. At the top left is the Babel logo and navigation links: "How It Works", "Courses", and "Prices". At the top right are links for "For businesses", a language selector "En", "Log in", and a "Get started" button. The main content area features a large blue background with a central image of a woman in a yellow polka-dot shirt smiling, with a video call interface overlaid. To the right of the image is the headline "Language learning that works" and a sub-headline: "Have real conversations faster with the award-winning app and new live online classes taught by world-class teachers." Below this is a language selection dropdown menu currently set to "Spanish" with a "Get started" button next to it. At the bottom right, there is a Trustpilot rating of "Excellent" with five stars and "17,979 reviews on Trustpilot".

<https://uk.babel.com/>

IKT za prosti čas, socializacijo in izobraževanje

5. Platforme za e-učenje za različne vsebine, kot so npr. jeziki.



<https://www.lingualia.com/>

Predstavitev

Modul	4. MANAGEMENT V OSKRBI
Pod-modul	4.5. IKT podpora pri oskrbi
Učna ura št.	#4
Trajanje (minute)	30
Datum	

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

1. Etični vidiki uporabe IKT v oskrbi.
2. Etični vidiki uporabe IKT v osebni domeni oskrbovalcev (prosti čas, socializacija in izobraževanje).
3. Ključni za varno uporabo IKT in izogibanje tveganjem.

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

1. Etični vidiki uporabe IKT v oskrbi.
2. Etični vidiki uporabe IKT v osebni domeni oskrbovalcev (prosti čas, socialna udeležba in izobraževanje).

Etična uporaba IKT je označena kot:

Demokratična: Dostopna in uporabna vsem, brez ovir.

Relevantna: Uravnotežena uporaba, ki ustreza specifičnim potrebam vsakega posameznika.

Ustrezna: Uporaba, ki ne škoduje sebi ali drugim.

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

1. Etični vidiki uporabe IKT v oskrbi.
2. Etični vidiki uporabe IKT v osebni domeni oskrbovalcev (prosti čas, socialna udeležba in izobraževanje).

"Etika je sporen koncept, ki ga je težko umestiti v nabor pravil, ki nam dovoljujejo, da se obnašamo ali pričakujemo, da bodo drugi to storili."

Rodríguez-Porrero & Gil, 2014

" Zato ne gre za vprašanje uporabe ali neuporabe tehnologij zaradi strahu, da bi bile zlorabljene. Nasprotno, lahko bi rekli, da so IKT pravica, ki omogoča (...) osebno avtonomijo, socialno vključenost in enake možnosti prebivalstva. "

García-Férez, 2003

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

Spoštujte dostojanstvo
uporabnika

Ne kršite zasebnosti
uporabnika

Priskrbite IKT

Zagotovite uporabnikovo
avtonomijo, svobodo
odločanja in neodvisnost

Izogibajte se "tehnološkemu
paternalizmu"

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

3. Varna uporaba IKT in izogibanje tveganjem.

- Ne odgovarjajte in ne kliknite na povezave, ki jih prejmete od neznanih pošiljateljev; najprej se prepričajte, da so iz zaupanja vrednega vira.
- Ne odpirajte priponk iz sumljivih elektronskih sporočil.
- Ne delite vsega, kar prejmete; analizirajte in preverite resničnost informacij, preden jih posredujete svojim bližnjim.

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

3. Varna uporaba IKT in izogibanje tveganjem.

- Posodablajte operacijski sistem in ne prenašajte nenavadnih aplikacij.
- Namestite protivirusni program na računalnike ali mobilne naprave, kadar koli je to mogoče.
- Računov za družabna omrežja, e-pošto ali druge spletne storitve (npr. spletno bančništvo) ne puščajte odprtih na javnih računalnikih.

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

3. Varna uporaba IKT in izogibanje tveganjem.

- Redno spreminjajte svoja gesla.
- Izogibajte se uporabi istega gesla za vse svoje račune, kot tudi očitnih podrobnosti, kot so vaše ime, telefonska številka ali datum rojstva.
- Nastavite dobro geslo (najmanj 8 znakov, ki združuje velike in male črke, simbole in številke) in aktivirajte dvostopenjski dostop ali preverjanje, kadar koli je to mogoče.

Smernice za varno in netvegano uporabo IKT

3. Varna uporaba IKT in izogibanje tveganjem.

- Pri objavljanju vsebin preverite nastavitve zasebnosti na svojih družbenih omrežjih.
- Ne objavljajte ogrožajočih informacij, kot so podrobnosti o vašem naslovu ali delovnem mestu ali slike drugih ljudi, za katere nimate dovoljenja za skupno rabo.
- Ne objavljajte vsega, kar počnete, ali povsod, kamor koli greste.

Zaključki

“Rešitve, ki temeljijo na IKT, niso rešitev za vse težave, s katerimi se srečujejo neformalni oskrbovalci. Vendar pa zdaj obstajajo jasni dokazi o pozitivnem vplivu, na dobro počutje neformalnih oskrbovalcev in uporabnikov, za katere skrbijo.

Čeprav se uporaba rešitev, ki temeljijo na IKT, v sektorju oskrbe povečuje, je razvoj orodij IKT, posebej zasnovanih za neformalne oskrbovalce, kljub njihovemu potencialu še vedno redek, zato je potreben nadaljnji razvoj na tem področju, da bi zadostili čim več potrebam in zahtevam, ki jih imajo tako oskrbovalci kot uporabniki.

Eurocarers, 2020 (<https://eurocarers.org/publications/information-communication-technology-ict-for-informal-carers/>)



Hvala za sodelovanje!

Ime izobraževalca:

E mail:

Datum izvedbe:

