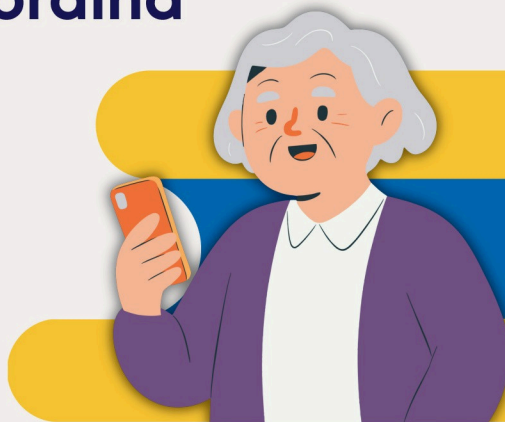


Usługi publiczne dla seniora przez... Internet? Pigułka senioralna



W XXI wieku w erze cyfryzacji Internet służy nie tylko do rozrywki czy jest domeną młodych. Za pomocą kilku kliknięć w smartfonie lub komputerze otrzymujesz również dostęp do usług publicznych. Te dostęp przez Internet bywają nazywane e-usługami publicznymi. Są one projektowane w taki sposób, by poradziła sobie z nimi osoba, która nigdy nic nie załatwiała w urzędzie czy... nigdy niczego nie załatwiała przez Internet.

E-usługi publiczne to przede wszystkim oszczędność czasu i nerwów - bez kolejek, bez dojazdów. Wnioski i informacje dostępne są przez całą dobę, a sprawy załatwia się niezależnie od godzin pracy urzędów. Nie musisz nikogo prosić o pomoc w drobnych sprawach, a wszystkie dane przetrzymywane są w jednym miejscu. Przez proces tworzenia konta internetowego przeprowadzi Cię również pracownik urzędu w ramach usługi asysta cyfrowa (więcej informacji w sekcji „Zaufani pomocnicy”).



Zadanie publiczne jest finansowane ze środków otrzymanych od Zleceniodawcy w ramach edycji w roku 2025 rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025.

Publikacja wyraża jedynie poglądy autora/ów i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Kancelarii Prezesa Rady Ministrów

Usługi online dla seniora

Aktualnie sprawy codzienne związane ze zdrowiem, świadczeniami czy proste sprawy urzędowe można załatwić za pośrednictwem Internetu.

Z których e-usług publicznych skorzystają seniorzy?

Internetowe Konto Pacjenta (IKP) to skarbnica Twojej wiedzy o zdrowiu. Po zalogowaniu się do panelu zyskasz informacje o receptach, skierowaniach i wynikach badań. Recepty i skierowania na badania/do lekarzy specjalistów realizujesz współcześnie za pomocą kodu oraz numeru PESEL.

To właśnie IKP przechowuje te pierwsze, więc nie musisz skrupulatnie pilnować karteczek otrzymywanych podczas wizyt. IKP gwarantuje również dostęp do historii leczenia (wizyt lekarskich i leczenia szpitalnego) oraz szczepień.

Za pośrednictwem platformy Zakładu Ubezpieczeń Społecznych **PUE ZUS** sprawdzisz nie tylko przypisane Tobie świadczenia, ale także złożysz o nie wnioski.

Wszelkie dodatki, 13. i 14. emerytura, dodatki można uzyskać bez wizyty w urzędzie i stania w długich kolejkach.



Informacje o podatkach do zapłacenia uzyskasz w **e-Urzędzie Skarbowym** lub wpisując Twój **e-PIT** w wyszukiwarkę internetową. Dodatkowo system automatycznie wyliczy Twoje zeznanie podatkowe bezpłatnie, które złożysz za pomocą dwóch kliknięć.

EPUAP to z kolei urząd przez Internet. Załatwisz tam takie sprawy jak zweryfikowanie się na liście wyborców, dopisanie do tej listy, złożenie wniosku o dowód osobisty, zgłoszenie zameldowania, złożenie wniosku o dodatek ośłonowy, mieszkaniowy, 500+ dla seniora. Zweryfikujesz również punkty karne, zarejestrowane na Ciebie pojazdy czy mandaty.

W aplikacji **mObywatel** znajdziesz natomiast swoje dokumenty tj. dowód osobisty w formie cyfrowej.



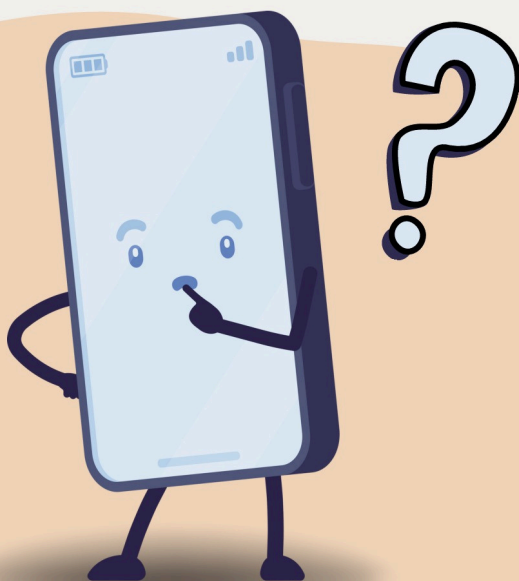
Jak zacząć?

Kluczem do logowania się do e-usług publicznych jest **Profil Zaufany**, który założysz w urzędzie, banku lub przez Internet.

To klucz potwierdzający Twoją tożsamość, który pokazujesz zabezpieczeniom portali jak urzędnikom, do których się zgłaszasz w placówce.

Logowanie do wcześniej wymienionych usług następuje za pośrednictwem Profilu Zaufanego. Może to być: aplikacja mObywatel, login i hasło założone w urzędzie, bankowość elektroniczna. W zależności od tego, czy zakładasz profil w urzędzie, czy w banku, będziesz korzystać z innego klucza.

Przez procesy zakładania konta przeprowadzi Cię „zaufany pomocnik”.



Następnie w zależności od portalu może albo sprawdzić swoje dane, albo złożyć wniosek w sekcji Usługi/Wnioski. Następnie wypełnione wnioski musisz zweryfikować, tzn. podpisać ponownie Profilem Zaufanym. Potwierdzenie złożenia wniosku otrzymasz na adres e-mail lub w systemie.



Zaufani pomocnicy

Istnieje kilka punktów, do których możesz się udać, by otrzymać pomoc.

- ➔ Punkt Cyfrowego Wsparcia Seniora w bibliotekach publicznych, Uniwersytetach Trzeciego Wieku, Miejskich i Gminnych Ośrodkach Pomocy Społecznej.
- ➔ Skorzystanie z pomocy wolontariuszy cyfrowych i kursów obsługi Profilu Zaufanego.
- ➔ Na infoliniach:
 - **222 500 115** - pomoc techniczna gov.pl,
 - **800 100 100** - bezpieczeństwo w sieci,
 - **19 457** - infolinia ZUS.
- ➔ Możliwość poproszenia pracownika urzędu lub banku o „asystę cyfrową”.



Bezpieczeństwo w e-urzędzie

Podając swoje dane w Internecie, musisz zachować szczególną ostrożność. Choć strony rządowe i urzędowe są bardzo dobrze zabezpieczone, oszuści wynajdują wciąż nowe sposoby na wykradzenie danych. Dlatego też istotne jest przestrzeganie zasad bezpieczeństwa.

1

Nigdy klikaj w linki z SMS-ów o dopłatach i mandatach. To wirusy mające za zadanie wkraść się do systemów teleinformatycznych przez Twoje urządzenie. Zamiast klikania w podejrzany link - weryfikuj dane na EPUAP.

2

Korzystaj wyłącznie ze stron zakończonych na .gov.pl.

3

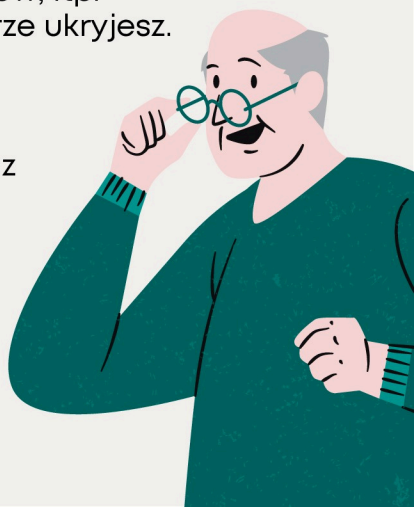
Nie podawaj hasła do Profilu Zaufanego lub bankowości internetowej przez telefon, e-mail lub komunikator internetowy.

4

Regularnie zmieniaj hasło i zapisuj je bezpiecznie. Silne hasło będzie składało się z losowej kombinacji min. 8 dużych i małych liter, cyfr oraz znaków specjalnych, czyli kropek, wykrzykników, podkreślników, itp. Zapisz je najlepiej na kartce, którą dobrze ukryjesz.

5

Ustal zaufaną osobę do pomocy. Może to być dziecko, wnuk, wolontariusz z zaufanej organizacji społecznej. Nikomu jednak nie podawaj hasła do konta - w przypadku danych osobowych i wrażliwych stosuj zasadę ograniczonego zaufania.





Pamiętaj seniorze!

W Internecie tak jak w życiu zachowaj ostrożność!

Pigułka senioralna to seria materiałów edukacyjnych Fundacji Nowy Przemysł Śląska mająca na celu realizowanie zadań związanych z działaniem na rzecz społeczności województwa śląskiego.

Opracowanie merytoryczne: mgr Klaudia Żubryk, Szkoła Doktorska Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach

Opracowanie graficzne i przygotowanie do druku: Marta Warczek