

**Tomasz Bonek
Marta Smaga**

INTERNET DLA SENIORA



**Praktyczny poradnik
dla stawiających pierwsze kroki w sieci**

**Tomasz Bonek
Marta Smaga**

INTERNET DLA SENIORA



**Praktyczny poradnik
dla stawiających pierwsze kroki w sieci**

Zamów książkę w księgarni internetowej

profinfo.pl
księgarnia internetowa

Wydawca
Kamila Dołęgowska-Narloch

Redaktor prowadzący
Janina Burek

Opracowanie redakcyjne
Renata Włodek

Redakcja, korekta i łamanie



WYDAWNICTWO
JAK

www.wydawnictwojak.pl

Projekt graficzny okładki
Studio Kozak

Zdjęcie wykorzystane na okładce
© iStockphoto.com/scanrail

Ta książka jest wspólnym dziełem twórcy i wydawcy. Prosimy, byś przestrzegał przysługujących im praw. Książkę możesz udostępnić osobom bliskim lub osobiście znanym, ale nie publikuj jej w internecie. Jeśli cytujesz fragmenty, nie zmieniaj ich treści i koniecznie zaznacz, czyje to dzieło. A jeśli musisz skopiować część, rób to jedynie na użytek osobisty.

prawolubni

Szanujmy prawo i własność.
Więcej na www.legalnakultura.pl
Polska Izba Książki

© Copyright by Wolters Kluwer SA, 2014

ISBN 978-83-264-3170-8

Wydane przez:
Wolters Kluwer SA

Dział Praw Autorskich
01-208 Warszawa, ul. Przyokopowa 33
tel. 22 535 82 00, fax 22 535 81 35
e-mail: ksiazki@wolterskluwer.pl

www.wolterskluwer.pl
księgarnia internetowa www.profinfo.pl

Spis treści

O autorach 9

Wstęp 11

1. **Co to jest internet i jak z niego korzystać** 13
 - Czym jest sieć i co w niej znajdziesz 13
 - Co jest potrzebne do rozpoczęcia korzystania z internetu 14
 - Jak wybrać dostawcę internetu 15
 - Co to są przeglądarki internetowe i z jakich warto korzystać 16
 - Co to są wtyczki do przeglądarki oraz jak znaleźć i zainstalować najbardziej użyteczną 18
 - Czym są wyszukiwarki internetowe 21
 - Jak sprawnie i szybko wyszukać w Google potrzebne informacje 27
 - Jak w internecie, w tym także w wyszukiwarce Google, poznać, co jest reklamą 31
2. **Jak korzystać z poczty elektronicznej** 35
 - Co to jest e-mail 35
 - Gdzie można założyć e-mail 36
 - Jak odbierać i wysyłać e-maile 45
 - Jak korzystać z programu do odbioru poczty 48
 - Jak odbierać wiadomości e-mail przez komórkę 49
3. **Jak prowadzić rozmowy przez komunikatory internetowe** 52
 - Czym są komunikatory internetowe 52
 - Jak zainstalować komunikator GG 53
 - Jak w GG nawiązać kontakt ze znajomymi 57
 - Jak w GG zmienić nasze dane i ustawienia programu 58
 - Jak prowadzić rozmowy przez komunikator GG 60
 - Jak przez komunikator GG wysłać SMS do znajomego 63

- Jak zainstalować komunikator Skype 63
- Jak znaleźć znajomego w komunikatorze Skype 66
- Jak przez komunikatory prowadzić rozmowy z dźwiękiem i przekazem wideo 68
- Jak prowadzić rozmowę wideo przez GG 68
- Jak prowadzić rozmowę wideo przez Skype'a 69
- Jak dzwonić z komunikatora Skype na telefon 71

- 4. Jak w internecie przygotować dokument tekstowy 73**
 - Z jakich programów do edycji tekstów można skorzystać 73
 - Jak stworzyć i sformatować dokument tekstowy w Google Docs 75
 - Jak zapisać i wydrukować stworzony dokument 79

- 5. Jak robić zakupy przez internet 82**
 - Na czym polegają zakupy przez internet 82
 - Dlaczego warto kupować przez internet 84
 - Jak znaleźć produkt w najlepszej cenie 86
 - Jak złożyć zamówienie w sklepie internetowym 89
 - Jak można odebrać produkt zamówiony przez internet 98
 - Jak odebrać przesyłkę z paczkomatu 100
 - Czy w internecie można kupować na raty 102
 - Jak robić przez internet codzienne zakupy 102
 - Jak płacić za towary kupione przez internet 104
 - Jak działa Allegro 107
 - Jak kupować na Allegro 110
 - Jak sprawdzić wiarygodność sprzedawcy na Allegro 111
 - Jak sprzedawać na Allegro 112
 - Jak sprawdzić, czy sklep jest wiarygodny 114
 - Czy można zwrócić towar kupiony przez internet 120
 - Czy złożyć reklamację, jeśli towar jest wadliwy albo niezgodny z umową 121

- 6. Jakie serwisy internetowe mogą być przydatne seniorowi 123**
 - Serwisy z mapami 123
 - Rzeczywiste widoki miejsc – Google Street View 131
 - Rozkład jazdy PKP 133
 - Wyszukiwarka połączeń autobusowych 137
 - Wyszukiwarka komunikacji miejskiej 139
 - Jak zamieścić ogłoszenie w internecie 141

- 7. Jak korzystać z Facebooka 148**
 - Jak założyć konto na Facebooku 149
 - Jak dodać swoje zdjęcie 156
 - Jak znaleźć i zaprosić znajomych 157
 - Jak zamieścić wpis, który zobaczą znajomi 159
 - Co to są przyciski „Lubię to!” 162
- 8. Jak korzystać z forum internetowego 164**
 - Co to są fora internetowe 164
 - Które fora mogą być przydatne seniorowi 170
 - Jak fora wpływają na decyzje klientów 172
- 9. Jak założyć bloga 174**
 - Co to jest blog? 174
 - Jak i gdzie założyć bloga 177
- 10. Gdzie oglądać legalnie filmy wideo w internecie 182**
 - Co możemy legalnie oglądać w internecie 182
 - Jak korzystać z YouTube 183
 - Jak oglądać VOD (telewizję na żądanie) 185
- 11. Jak przez internet korzystać z konta bankowego 191**
 - Dlaczego warto korzystać z konta przez internet 191
 - Jak założyć przez internet konto bankowe 192
 - Jak sprawdzić stan konta i historię transakcji 200
 - Jak zrobić przelew przez internet 201
 - Jak bezpiecznie korzystać z konta bankowego 203
- 12. Jak bezpiecznie korzystać z internetu 206**
 - Z jakimi zagrożeniami wiąże się korzystanie z internetu 206
 - Jak zabezpieczyć komputer przed zagrożeniami 206
 - Jak stworzyć dobre, bezpieczne hasło, na przykład do konta pocztowego 208
 - Jak rozpoznać, że ktoś chce wyłudzić nasze hasło 208
 - Jak nie dać się nabrać na reklamy wyłudzające dane 209
 - Na co uważać, gdy korzystamy z internetu na cudzym komputerze 210
- 13. Jak rozumieć terminy związane z internetem 212**

O autorach

Marta Smaga i Tomasz Bonek uczą się internetu od 2004 roku, kiedy zaczęli pracę w jednej z największych polskich grup internetowych – Money.pl, w której zajmują się rozwojem portalu finansowego będącego najpopularniejszym medium biznesowym w kraju, jak również tworzą nowe serwisy tematyczne. Swoją wiedzę przekazują też studentom kierunków dziennikarskich i PR oraz czytelnikom. Są autorami bestselleru *Biznes w internecie* wydanego przez Wolters Kluwer Polska, wyróżnionego jako jedna z najlepszych książek ekonomicznych 2012 r., oraz *Biznesu na Facebooku i nie tylko...*, praktycznego poradnika o promocji w mediach społecznościowych.

Tomasz Bonek jest redaktorem naczelnym Money.pl. Od ośmiu lat kieruje jedną z największych w Polsce redakcji internetowych, która wypracowała podstawy profesjonalnego dziennikarstwa portalowego w naszym kraju. Jednocześnie pełni funkcję prezesa zarządu Interaktywnie.com – internetowego magazynu poświęconego nowym trendom w biznesie internetowym. Jest wykładowcą na studiach dziennikarskich i z zakresu public relations Uniwersytetu Wrocławskiego. Specjalizuje się w PR internetowym i dziennikarstwie portalowym. Dziennikarstwem zajmuje się od 1997 roku, a wśród swoich doświadczeń zawodowych ma kierowanie działem ekonomicznym dziennika, współtworzenie i prowadzenie autorskiego magazynu TVP, współpracę z działem ekonomicznym „Rzeczpospolitej”, z „Newsweekiem”, „Pressem”, „Pulsem Biznesu”.

Marta Smaga jest dyrektorem Działu Rozwoju i Technologii Money.pl. Od kilku lat zajmuje się projektami służącymi rozwojowi portalu. Była też odpowiedzialna za stworzenie serwisów lifestyle’owych Grupy Money.pl – iWoman.pl, MenStream.pl i Platine.pl. Na Uniwersytecie Wrocławskim i w Wyższej Szkole Psychologii Społecznej we Wrocławiu prowadzi zajęcia m.in. z dziennikarstwa internetowego i PR-u w internecie. Jest też stałą publicystką serwisu Interaktywnie.com. Z wykształcenia jest doktorem nauk humanistycznych.

Wstęp

Zwykło się mawiać, że to, czego nie można znaleźć w internecie, nie istnieje. Jak wiele jest w tym stwierdzeniu prawdy, uświadamiają sobie od razu wszyscy, którzy zaczynają korzystać z sieci. Jeśli więc kupiłeś już komputer, to teraz przyszła pora, żeby podpisać umowę z dostawcą tego medium i rozpocząć jedną z najbardziej fascynujących przygód – poznawanie wirtualnego świata, wzbogacanie wiedzy, zarządzanie finansami i, oczywiście, organizowanie rozrywki za pomocą najważniejszego wynalazku XX wieku. Internet miał w założeniu służyć celom wojskowym, ale gdy doceniono jego ogromne walory i uniwersalność, rozprzestrzenił się i zrewolucjonizował świat. Teraz możemy się nim cieszyć wszyscy i wykorzystywać ogromne możliwości, jakie daje, by uczynić nasze życie nowoczesnym i wygodnym.

Książka ta jest prostym przewodnikiem, który poprowadzi krok po kroku każdego, kto chce zacząć serfowanie w gąszczu internetowych stron i narzędzi. Adresujemy ją specjalnie do seniorów. Podpowiadamy, jak rozpocząć swoją przygodę z internetem i jak wykorzystywać ten fascynujący wynalazek w codziennym życiu. To naprawdę nic trudnego.

1

Co to jest internet i jak z niego korzystać

CZYM JEST SIEĆ I CO W NIEJ ZNAJDZIESZ

Początki internetu sięgają lat 60. XX wieku. W tym okresie RAND Corporation, specjalistyczna komórka zajmująca się badaniami i analizami dla armii Stanów Zjednoczonych, otrzymała zadanie opracowania systemu do zarządzania wojną nuklearną. Miał on działać nawet wtedy, kiedy znaczna jego część zostałaby zniszczona.

Szybko jednak dostrzeżono zalety nowego projektu i zaczęto go używać do cywilnych celów, na początku oczywiście w nauce.

W końcu naukowcy stworzyli pierwszą stronę WWW – czyli dziś najpopularniejszą usługę internetu, z którą obecnie najbardziej ta sieć się kojarzy. Od tego momentu można już było udostępniać każdemu użytkownikowi, który podłączył się do globalnej pajęczyny, wszystko, co tylko się chciało: tekst, obraz, dźwięk. Teraz stron jest około 700 milionów. Szacuje się, że do końca 2017 roku będzie z nich korzystała połowa ludności całego świata.

Polska uzyskała pełny dostęp do internetu w 1991 roku, kiedy USA zniosły blokadę na połączenia komputerowe z naszego kraju. Za narodziny internetu w Polsce uznawana jest data 17 sierpnia 1991 roku. Tego dnia z baraku przed Wydziałem Fizyki Uniwersytetu Warszawskiego do Centrum Komputerowego Uniwersytetu w Kopenhadze dotarł pierwszy wysłany z naszego kraju e-mail.

Szerokopasmowe łącza internetowe dziś pozwalają łączyć się z siecią z prędkością liczoną w megabitach na sekundę, co pozwala oglądać telewizję, słuchać radia i sprawnie przesyłać nawet bardzo duże pliki. Nie zawsze jednak było tak różowo. Pierwsze łącza internetowe miały przepustowość 9600 kB/s. Trudno nawet wyobrazić sobie taką prędkość. Na wyobraźnię niech zatem podziała przykład: pobranie z sieci zwykłej płyty CD trwałoby przy tej prędkości nieco ponad tydzień. Dziś zajmuje kilka minut.

Domena .pl (czyli końcówka wszystkich adresów internetowych charakterystycznych dla Polski) została natomiast utworzona nieco wcześniej, bo w 1990 roku. Trzy lata później w sieci zadebiutowała pierwsza polska strona internetowa. W 1993 roku Wydział Fizyki Uniwersytetu Warszawskiego uruchomił nieistniejący już projekt Polska Strona Domowa, czyli Polish Home Page. Kolejne dwa lata czekaliśmy na pierwszy polski portal internetowy: Wirtualną Polskę. Rok później zadebiutował w sieci pierwowzór Onetu.

Internet stał się drugim pod względem znaczenia medium na świecie. Popularnością ustępuje jedynie telewizji. Również w Polsce jest podobnie. Internet to nie tylko informacje. To cała gałąź gospodarki. A że gdzie pieniądze, tam i złoczyńcy, wypada wspomnieć, że pierwsze włamanie z Polski do komputera za granicą odnotowane zostało już wiosną 1992 roku¹.

Co dziś można znaleźć na stronach WWW? Właściwie wszystko: informacje, artykuły prasowe, poradniki, sklepy umożliwiające robienie zakupów, komunikatory pozwalające na rozmowę wideo, program komputerowe, gry, filmy, muzykę. Trzeba tylko wiedzieć, jak ich szukać.

Drugą najważniejszą usługą działającą na podstawie internetu jest poczta, popularnie zwana e-mail (czytaj: imejl). Pozwala ona na wysyłanie korespondencji w postaci elektronicznej. W takim liście można zamieścić nie tylko tekst, ale także zdjęcia, muzykę, film lub kopię ważnego dokumentu.

CO JEST POTRZEBNE DO ROZPOCZĘCIA KORZYSTANIA Z INTERNETU

Kiedyś internet kojarzony był jednoznacznie z komputerem. Dzisiaj komputer nie jest już niezbędny do przeglądania stron WWW czy wysyłania poczty – wystarczy chociażby nowocześniejszy telefon komórkowy, nazywany smartfonem, lub tablet. Laptopy i komputery stacjonarne są jednak nadal najpopularniejszymi urządzeniami pozwalającymi połączyć się z siecią.

Aby jednak było to możliwe, trzeba najpierw znaleźć się w zasięgu sieci wi-fi (bezprzewodowy dostęp do internetu), na przykład w kawiarni, na lotnisku czy w biurze, lub podpisać umowę z dostawcą sygnału – są nimi między innymi operatorzy telefonii czy telewizje kablowe.

¹ B. Dwornik, *To już 17 lat. Zobacz historię internetu w Polsce*, <http://manager.money.pl/news/arttykul/tojuz;17;lat;zobacz;historie;internetu;w;polsce,130,0,408706.html>, pobrano 20 października 2013.

Potrzebny będzie też program, w którym można przeglądać strony WWW, czyli przeglądarka internetowa – zazwyczaj jest ona już zainstalowana przez producenta na komputerze bądź w telefonie czy tablecie.

JAK WYBRAĆ DOSTAWCĘ INTERNETU

W zależności od szybkości połączenia ceny abonamentu miesięcznego wahają się od kilkunastu do kilkuset złotych miesięcznie. Na początek wystarczy wybrać opcję łącza za kilkadziesiąt złotych. Droższej z pewnością nie wykorzystasz w stu procentach. Jeśli więc nie zamierzasz prowadzić biznesu w sieci, to jedna z najtańszych ofert operatora wystarczy na początek przygody.

Warto przeanalizować też promocje. Ale uwaga! Pamiętaj, że nikt niczego nie daje za darmo, a dostawcy usług są zainteresowani przede wszystkim tym, aby każdego klienta przywiązać do siebie na jak najdłużej. Dlatego właśnie najczęściej kuszą, aby podpisać umowę na dwa lata lub 36 miesięcy. W zamian mogą zaoferować nawet laptopa lub tablet. Zanim jednak zdecydujesz się na taką promocję, przeanalizuj, czy jest ona opłacalna. Z roku na rok dostęp do sieci tanieje, a za trzy lata stawki po prostu muszą być niższe. Sprzęt elektroniczny natomiast szybko się starzeje, bo prawie każdego miesiąca pojawiają się na rynku nowocześniejsze urządzenia.

U operatorów telefonii komórkowej można także zamówić internet mobilny – to urządzenie, które pozwala na łączenie się z siecią bez kabla, właściwie w każdym miejscu, gdzie tylko jest odpowiedni zasięg. Jest to dobre rozwiązanie dla osób często podróżujących. Trzeba się jednak liczyć z tym, że nie w każdym miejscu będziemy mogli skorzystać z internetu, nie wszędzie jakość sygnału będzie wystarczająco dobra, by zapewnić szybkie otwieranie się stron czy pobieranie poczty. Największą stabilność gwarantuje więc tradycyjne łącze z kablem.

Wybierając dostawcę usługi, należy przede wszystkim zwrócić uwagę na następujące sprawy:

- cenę – warto porównać oferty kilku dostawców,
- długość trwania umowy,
- szybkość połączenia (dziś standard to już minimum 2 MB),
- ewentualne limity transferu (nie powinno ich być),
- kontakt z firmą (zawsze lepiej jest skorzystać z renomowanych, znanych marek, które gwarantują dobrą jakość obsługi klienta i mogą odpowiedzieć na ewentualne reklamacje).

Ta książka przekona każdego, że nauczenie się korzystania z sieci nie jest niczym trudnym. W prosty i przejrzysty sposób wskaże, jak szybko zdobyć biegłość w posługiwaniu się internetem, i pomoże docenić zalety tego najważniejszego współczesnego wynalazku.

Krok po kroku wyjaśniono tu wszystkie podstawowe kwestie i opisano funkcje, z którymi należy się zapoznać, żeby w pełni wykorzystać ogromne możliwości, jakie daje internet – by nie tylko ułatwiał codzienne życie, ale także dostarczał wiedzy i rozrywki.

Przystępnie i przejrzysto wskazano między innymi:

- jak korzystać z poczty elektronicznej i komunikatorów internetowych,
- jak robić zakupy przez internet,
- jakie serwisy internetowe mogą być przydatne seniorowi,
- jak korzystać z Facebooka i forów internetowych,
- jak założyć bloga,
- gdzie oglądać legalnie filmy wideo w internecie,
- jak założyć internetowe konto bankowe,
- jak bezpiecznie korzystać z internetu.

Szczegółowe wskazówki ilustrowane są licznymi przykładami, wyjaśniono także podstawowe terminy związane z internetem, co dodatkowo pomoże czytelnikowi w oswojeniu wirtualnego świata.

Patronat:



interaktywnie.com

Zamówienia:

Infolinia 801 04 45 45, fax 22 535 80 01
zamowienia.ksiazki@wolterskluwer.pl
www.wolterskluwer.pl
Księgarnia internetowa: www.profinfo.pl

ISBN 978-83-264-3170-8



9 788326 431708

cena 39 zł
(w tym 5% VAT)