



מה אני יכולה וכדאי לי לעשות באינטרנט??

בחרנו בעשרה תחומים אשר יאפשרו לכן ולכם להתנסות בשימושי האינטרנט במכלול של נגישות למידע, תקשורת בין-אישית, שירותים מקוונים והורדות של טפסים, משחקים ותוכנות חינם.

1. התמצאות

- ✓ לצאת לדרך עם מפה שהודפסה מהאינטרנט : www.emap.co.il
או בוואלה מפות – <http://maps.walla.co.il>
- ✓ להכיר אתרים המכילים מידע שימושי כמו: קפה www.uzit.co.il , www.kafe.co.il , UZIT
או אתר שימושי "הכל באחד" www.all1.co.il
- ✓ להיות צרכנים נבונים - השוואת מחירים ברשת, למשל זאפ [/http://zap.co.il](http://zap.co.il)
- ✓ חיפוש מידע במנועי חיפוש ישראליים: www.start.co.il , www.google.co.il
או קלי-קלות: חיפוש נושאי בעברית בשורת הכתובת!
(יש להתקין את תוכנת NETEX בחינם מאתר www.netex.co.il)

2. תעסוקה וחיפוש עבודה

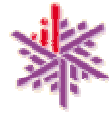
- ✓ חיפוש עבודה ברשת - למשל באתר "עבודה לכל" [/http://www.job4all.co.il](http://www.job4all.co.il)
- ✓ התנדבות ברשת www.shatil.org.il
- ✓ הצעות עבודה מאתר לנשים "הדרך למעלה" - העצמה אישית
<http://www.haderech.co.il/jobs.html>

3. שירותים מקוונים – ממשל זמין: WWW.GOV.II

- ✓ לעשות שימוש בשירותים מקוונים: בנקים, ארנונה, חידוש רשיון נהיגה, דרכונים
או למשל ממשל זמין – שער הממשלה
- ✓ לאתר טפסים חשובים לטיפול מהבית בנושאים שונים אפשר למצוא בשורת
הטפסים הממשלתי: <http://www.tofes.gov.il/tfasim/homepage.aspx>
- ✓ לשלם ברשת (למשל מס הכנסה, מע"מ, פתיחת תיק ברבנות, בגרות מועד ב')
באתר שוהם- שירות ותשתית תשלומים ממשלתיים
<http://www.tofes.gov.il/tfasim/homepage.aspx>

4. קשרים:

- ✓ ליזום הכרויות באמצעות הרשת (JDATE, קופידון)
<http://www.jdate.com> , <http://www.cupid.co.il>
- ✓ לשוחח ברשת באמצעות "טלפוניה" כמו Skype
- ✓ ליצור ולשמור על קשר באמצעות e-mail
www.nana.co.il , www.walla.co.il , www.gmail.com



5. להתעדכן מיד בעיתונות ישראלית מקוונת

www.ynet.co.il YNET ✓

www.nrg.co.il מעריב ✓

www.haaretz.co.il הארץ ✓

www.globes.co.il גלובס ✓

6. תרבות ופנאי

✓ [/http://www.lametayel.com](http://www.lametayel.com) לתכנן טיולים בכיף , למשל: למטייל

יוצאים לחופשה – מדריכים YNET

<http://www.ynet.co.il/home/1,7340,L-413,00.html>

✓ מלכי המטבח- לחלוק מתכונים ומידע על בישול ואפיה אפשר

ב- [/http://www.goodfood.co.il/recipes](http://www.goodfood.co.il/recipes)

✓ לפתור תשבצים באתר התשבצים הישראלי

<http://www.crossword.co.il/>

✓ לשחק ברשת :

<http://www.upload.co.il/stage/studio/subcategory.asp?id=41>

✓ לתכנן בילויים ורכישת כרטיסי קולנוע ותאטרון למשל

<http://tickets.wallashops.co.il/>

7. בריאות

✓ פורומים בנושאי בריאות בסטארמד [/http://www.starmed.co.il/Forums](http://www.starmed.co.il/Forums)

✓ הכל אודות תרופות ומחלות באתר הרפואה הישראלי <http://www.infomed.co.il/>

✓ קבלת שירותים רפואיים וקביעת תורים בקופות חולים למשל בכללית

<http://www.clalit.org.il/asppage1.asp>

✓ תמיכה נפשית ברשת באתר סה"ר – סיוע הקשה ברשת

<http://www.sahar.org.il>

8. שימוש נכון ברשת

✓ יותר חכמים מהאינטרנט – אתר לשימוש נכון ברשת שהוקם ב- 2008 על ידי

איגוד האינטרנט ובזק, מיועד לילדים, לנוער ולהורים ומחנכים:

www.safe.org.il

✓ להבין את המשמעות של גלישה נכונה לילדים ונוער על ידי :

טיפים ארגונומים בעבודה מול מחשב

<http://www.shabaton.co.il/health.asp>

✓ שימוש נכון ברשת- מהי התנהגות נאותה ומהם הסיכונים ברשת

באתר עמותת אשנ"ב www.esnav.org.il



9. לימוד עצמי והשכלה

✓ לדעת שלעולם לא מאוחר מידי ללמוד:

*ולהכיר מאגרי מידע ללמידה עצמית במגוון נושאים למשל:

1. פורטל לימודים חינם ברשת www.autodidact.co.il

(כולל פנאי ובידור, שפות, מתכונים, תחביבים ועוד)

2. יחידות לימוד בשימושי מחשב ואינטרנט (כולל סרטונים להמחשה-מכללת איתן)

בסדנאות איתן ללימוד אופיס ואינטרנט:

<http://vlib.eitan.ac.il/cgi-bin/BrowseCats.cgi?a=c&n=23>

3. שימוש במילון מקוון אנגלי-עברי, עברי-רוסי, עברי-צרפתי (מילון סנופי)

<http://www.snopi.com/dictionaries%5Cdicit.asp>

או באתר זולו מילון עברי-אנגלי <http://www.zooloo.co.il/calc/edic>

10. העצמה אישית

✓ לקבל ולתת תמיכה בפורומים וקהילות ברשת במגוון תחומים

פורום נש"ר- נשים ברשת <http://www.wol.co.il/forums/default.asp>

עשרות פורומים בתפוז- <http://www.tapuz.co.il/forums>

אין ספור קהילות ופורומים בוואלה <http://community.iol.co.il>

✓ ביטוי עצמי ברשת

למשל בלוגים באתר ישרא-בלוג <http://israblog.nana.co.il/>

באתר רשימות <http://www.notes.co.il/>

לקטה וערכה:

נאוה גלעד- יועצת לצמצום הפער הדיגיטלי באיגוד האינטרנט הישראלי.

nava@isoc.org.il

לדף הבית של קבוצות המשימה של איגוד האינטרנט הישראלי:

<http://www.isoc.org.il/workgroup/index.html>