

## מה אפשר ומה כדאי לעשות באינטרנט

בחרנו כמה תחומים שיאפשרו לכם להתנסות בשימושי האינטרנט במכלול של נגישות למידע, תקשורת בין-אישית, שירותים מקוונים, הורדות של טפסים, משחקים ותוכנות חינם.

### 1. התמצאות

✓ מנוע חיפוש, לחיפוש כל מידע שתרצו לפי מילות מפתח: [www.google.co.il](http://www.google.co.il)

✓ לצאת לדרך עם מפה שהודפסה מהאינטרנט: [www.emap.co.il](http://www.emap.co.il)

או בוואלה מפות: [maps.walla.co.il](http://maps.walla.co.il)

✓ להכיר אתרים המכילים מידע שימושי כמו:

קפה [www.kafe.co.il](http://www.kafe.co.il)

UZIT [www.uzit.co.il](http://www.uzit.co.il)

"הכל באחד" [www.all1.co.il](http://www.all1.co.il)

✓ להיות צרכנים נבונים – השוואת מחירים ברשת, למשל זאפ: [www.zap.co.il](http://www.zap.co.il)

✓ חיפושי מידע במנועי חיפוש ישראליים: [www.google.co.il](http://www.google.co.il), [www.walla.co.il](http://www.walla.co.il)

### 2. תעסוקה וחיפושי עבודה

✓ חיפוש עבודה ברשת, למשל באתר "All Jobs": [www.alljobs.co.il](http://www.alljobs.co.il)

✓ התנדבות ברשת: [www.shatil.org.il](http://www.shatil.org.il)

✓ הצעות עבודה מאתר לנשים "הדרך למעלה" – העצמה אישית: [www.haderech.co.il](http://www.haderech.co.il)

### 3. שירותים מקוונים

✓ ממשל זמין – כל אתרי האינטרנט הממשלתיים: [www.gov.il](http://www.gov.il)

✓ טפסים חשובים לטיפול מהבית בנושאים שונים אפשר למצוא באתר שירות הטפסים הממשלתי:

[www.tofes.gov.il](http://www.tofes.gov.il)

✓ לשלם ברשת (למשל מס הכנסה, מע"מ, פתיחת תיק ברבנות, בגרות מועד ב') באתר **שוהם** –

שירות ותשתית תשלומים ממשלתיים: [www.gov.il/firstgov/ecom](http://www.gov.il/firstgov/ecom)

### 4. קשרים

✓ רשתות חברתיות, כמו פייסבוק: [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

ראו ערכה ללימוד השימוש ברשת החברתית פייסבוק בקישור

<http://www.isoc.org.il/senior/kits.html>

ליזום היכרויות באמצעות הרשת: ✓

קופידון [www.cupid.co.il](http://www.cupid.co.il)

J-Date [www.jdate.co.il](http://www.jdate.co.il)

ליצירת קשר ולשמירתו באמצעות דוא"ל (מייל): ✓

[www.gmail.com](http://www.gmail.com) , [www.walla.co.il](http://www.walla.co.il)

### 5. להתעדכן מיד בעיתונות ישראלית מקוונת

ידיעות אחרונות – YNET [www.ynet.co.il](http://www.ynet.co.il) ✓

עיתון מעריב [www.nrg.co.il](http://www.nrg.co.il) ✓

עיתון הארץ [www.haaretz.co.il](http://www.haaretz.co.il) ✓

עיתון גלובס [www.globes.co.il](http://www.globes.co.il) ✓

### 6. תרבות ופנאי

לתכנן טיולים בכיף עם אתר "למטייל": [www.lametayel.co.il](http://www.lametayel.co.il) ✓

חיפוש חופשות ונופש באתר "איסתא": [www.issta.co.il](http://www.issta.co.il) ✓

לפתור תשבצים באתר התשבצים הישראלי: [www.myriddle.co.il](http://www.myriddle.co.il) ✓

לשחק באינטרנט: [www.net-games.co.il](http://www.net-games.co.il) ✓

לתכנן בילויים ורכישת כרטיסי קולנוע ותיאטרון: [www.ticketnet.co.il](http://www.ticketnet.co.il) ✓

להאזין לרדיו ברשת: [radio.coolsite.co.il](http://radio.coolsite.co.il) ✓

לצפות בסרטונים שהעלו גולשים אחרים באתר YouTube: [www.youtube.com](http://www.youtube.com) ✓

### 7. בריאות

הכול על תרופות ומחלות באתר הרפואה הישראלי: [www.infomed.co.il](http://www.infomed.co.il) ✓

קבלת שירותים רפואיים וקביעת תורים בקופות חולים: ✓

שירותי בריאות כללית [www.clalit.co.il](http://www.clalit.co.il)

מכבי שירותי בריאות [www.maccabi4u.co.il](http://www.maccabi4u.co.il)

[www.meuhedet.co.il](http://www.meuhedet.co.il)

קופת חולים מאוחדת

[www.leumit.co.il/](http://www.leumit.co.il/)

לאומית שירותי בריאות

✓ כמוני – רשת חברתית המציעה כלים שונים לבעלי מחלות כרוניות לקיים קשר עם מטופלים אחרים ובני משפחותיהם, מטפלים ומומחים שונים באמצעות רב-שיח, פורומים, דיונים, בלוגים, דואר פנימי

באתר ועוד: <http://camoni.xnet.co.il>

✓ תמיכה נפשית ברשת באתר סה"ר – סיוע והקשבה ברשת: [www.sahar.org.il](http://www.sahar.org.il)

### 8. שימוש נכון ברשת

✓ הבנת המשמעות של גלישה נכונה על ידי טיפים ארגונומיים בעבודה מול מחשב:

[www.shabaton.co.il/health.asp](http://www.shabaton.co.il/health.asp)

✓ שימוש נכון ברשת – מהי התנהגות נאותה ומהם הסיכונים ברשת:

אתר איגוד האינטרנט הישראלי – יותר חכמים מהאינטרנט – [www.safe.org.il](http://www.safe.org.il)

באתר עמותת אשנ"ב – [eshnav.org.il](http://eshnav.org.il)

### 9. לימוד עצמי והשכלה

✓ פורטל לימודים חינוך ברשת: [www.autodidact.co.il](http://www.autodidact.co.il)

✓ שימוש במילון מקוון אנגלי-עברי – מורפיקס: [www.morfix.co.il](http://www.morfix.co.il)

### 10. העצמה אישית

✓ לקבל ולתת תמיכה בפורומים וקהילות ברשת במגוון תחומים:

[www.tapuz.co.il/forums](http://www.tapuz.co.il/forums)

עשרות פורומים בתפוז

[community.walla.co.il](http://community.walla.co.il)

אין-ספור קהילות ופורומים בוואלה

✓ ביטוי עצמי ברשת – סיפורי ארץ ישראל – בלוג סיפורי האנשים שבונים את המדינה בעבר, בהווה

ובעתיד: [story-of-israel.blogspot.com](http://story-of-israel.blogspot.com)

✓ בלוג אזרחים ותיקים המשתפים בחוויית האינטרנט עבורם:

✓ <http://www.seniors-webday.blogspot.com>: Seniors OneWebDay

✓ פתיחת בלוג במאגר יומנים אישיים (בלוגים) של אזרחים ותיקים באתר מוטק'ה:

<http://www.motke.co.il/Blogs.aspx>

✓ בלוגים באתר ישרא-בלוג: [www.israbblog.co.il](http://www.israbblog.co.il)

### 11. אתרים נוספים לאזרחים ותיקים

מוטקה: [www.motke.co.il](http://www.motke.co.il) ✓

אינדקס אתרים לגיל הזהב: [www.gil3.co.il](http://www.gil3.co.il) ✓

גיל הזהב: <http://www.gilhazahav.co.il> ✓

שישים פלוס: <http://www.sixtyplus.com/portal> ✓

חמישים פלוס: <http://www.50plus.co.il> ✓

בלוג אזרחים ותיקים המשתפים גולשים בחוויית האינטרנט עבורם: ✓

[www.seniors-webday.blogspot.com](http://www.seniors-webday.blogspot.com): Seniors OneWebDay

ממשל זמין – גמלאים: ✓

<http://www.gov.il/FirstGov/TopNav/Audience/ASeniorsAndPensioners/>

רעות- משפחה מטפלת: ✓

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

מילבת – מיזם שמטרתו לשפר את רמת חייהם של בעלי מוגבלויות ושל אזרחים ותיקים באמצעות סביבה טכנולוגית נגישה ומותאמת: ✓

<http://www.milbat.org.il/Hebrew/Pages/default.aspx>

והדרת – מועצה לאומית לקידום מעמד האזרח הוותיק: ✓

<http://www.vehadarta.org.il/about/?pid=6>

לדורות – מיזם של המשרד לאזרחים ותיקים לתייעוד סיפורים של ניצולי ✓

שואה: <http://www.ledorot.gov.il/>

### 12. אחרים

מיזם כל זכות – אתר העוסק באיסוף מידע בתחום הזכויות בישראל: ✓

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

פרויקט אגורה – פרויקט שיתוף חפצים: ✓

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

ליקטה וערכה: נאוה גלעד, מנהלת קבוצות המשימה באיגוד האינטרנט הישראלי: [nava@isoc.org.il](mailto:nava@isoc.org.il)

דף הבית של קבוצות המשימה של איגוד האינטרנט הישראלי:  
<http://www.isoc.org.il/workgroup/index.html>