



**Fundusze Europejskie**

**3** | 2025  
**Dane i generacje**

## **Biuletyn**

**Kompetencje cyfrowe dla każdego**



### **Między metryką a megabajtem – gdzie spotykają się pokolenia cyfrowe**

Cyfrowy świat nie pyta o wiek, ale wymaga kompetencji. W tym numerze przyglądamy się, jak różne pokolenia uczą się, korzystają z danych i chronią swoją cyfrową tożsamość. Piszemy o suwerenności w sieci, bezpieczeństwie informacji i wyzwaniach edukacyjnych, które zmieniają się wraz z technologią z nami. Czy cyfrowa dojrzałość rośnie z wiekiem? A może potrzebuje wsparcia niezależnie od metryki. Między danymi a generacjami kryje się wspólna przyszłość.

Zapraszamy do lektury!



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



**KRC**  
Kluby Rozwoju Cyfrowego



## Pomiędzy kliknięciem a refleksją – kim jesteśmy w cyfrowym świecie pokoleń?

Współczesność lubi kategoryzować, snuć opowieści o ludziach nazywając kolejne generacje skrótami: X, Y, Z, Alfa. Każda z tych liter miała – przynajmniej w swoim założeniu – porządkować świat. Miała nadawać sens przemianom, których dynamizm zaskakiwał nawet ich uczestników. Jednak dziś coraz częściej możemy odnieść wrażenie, że te skróty nie tyle tłumaczą, ile spłaszczają. Zamiast przybliżać – oddalają. W erze, w której niemal każdy z nas funkcjonuje online – z wyboru lub z konieczności – podziały pokoleniowe tracą swoją wyrazistość. Między analogiem a algorytmem – czyli kto pamięta, jak pachniał papier? Pokolenie X – Ci, którzy zaczynali dorosłość bez Wi-Fi i bez powiadomień w telefonie – dorastając w ciszy bibliotek, wśród kartek pocztowych, które pachniały odległością, i rozmów twarzą w twarz – tych prawdziwych, z pauzami między słowami, a nie z buforem w transmisji. Ich cyfrowe dojrzewanie przyszło później – jako proces powolny, często świadomy, nierzadko pełny oporu, ale i uważności. Każde kliknięcie miało wagę, nowe narzędzie – wymagało adaptacji, niekiedy zmiany przekonań czy przyzwyczajzeń. Millenialsi – Pokolenie Y – urodzili się „na granicy”. Pamiętają świat z kasetami VHS i zapisywaniem numerów telefonów w notesie. Ale to właśnie oni jako pierwsi tworzyli swoje cyfrowe alter ego: zakładali konta na Naszej-Klasie, ucząc się, że zdjęcie z wakacji może trafić do setek oczu.

Doświadczali cyfrowej transformacji w czasie rzeczywistym – w szkole, pracy, relacjach. Byli testowanym ogniwem – między światem „przed” i „po”. Pokolenia Z i Alfa nie znają świata bez chmury – dorastają w powietrzu, które przesycone jest danymi. Ich rozmowy są wirtualne, ich wspomnienia zapisywane są w pamięciach zewnętrznych. Wyrastają w cyfrowym ekosystemie, gdzie granica między tym, co realne, a tym, co wygenerowane, coraz częściej się zaciera. To świat, w którym aktualizacja bywa szybsza niż refleksja. Informacja jest tu i teraz – ale jej nadmiar nie zawsze idzie w parze ze zrozumieniem. I choć są mistrzami w scrollowaniu, to często również uczestnikami złożonych procesów manipulacji, nadzoru i automatyzacji.

### Kompetencje cyfrowe – mit, który warto rozbroić

To, że ktoś szybko porusza się po Tik Toku, nie oznacza, że rozumie, kto i po co mu ten świat podsuwa. Z kolei to, że ktoś woli rozmowę telefoniczną niż wideokonferencję – nie czyni go mniej nowoczesnym. Czasem to właśnie w prostocie i bezpośredniości głosu kryje się prawdziwa bliskość, której nie zastąpi żaden ekran. Kompetencje cyfrowe to coś więcej niż tylko obsługa urządzeń. To przede wszystkim świadomość. Starsze pokolenia, często odsuwane na margines cyfrowego świata, mają w sobie coś cennego – dojrzałość wypracowaną doświadczeniem. Ich ostrożność, zdrowy dystans i zdolność do stawiania pytań – „po co mi to?”, „jakie to niesie konsekwencje?” – to umiejętności niemierzalne, a jednak niezbędne w tej cyfrowej przestrzeni. Młodsze pokolenia, zanurzone od urodzenia w ciągłym szumie powiadomień, poruszają się po sieci szybko i sprawnie, ale bywają też przeciążone tym tempem. Często brak im narzędzi i czasu, by w pełni zrozumieć długofalowe skutki swoich działań, które zostawiają ślady nie tylko w cyfrowym świecie, ale i w swojej własnej tożsamości.

### Cyfrowa tożsamość – nie tak oczywista, jak się wydaje

Kiedyś to nazwisko i wiek były kluczowe. Dziś pytania są inne: Czy masz świadomość, co się dzieje z Twoimi danymi? Czy potrafisz być offline bez lęku, że coś Cię omija?





Tożsamość cyfrowa przestaje być dodatkiem do „prawdziwego życia”. Staje się jego integralną częścią. To sposób, w jaki myślimy, budujemy relacje, szukamy informacji, zarządzamy swoją obecnością – albo nieobecnością. To świadomy (albo zupełnie nieświadomy) wybór tego, co udostępniamy, komu wierzymy. Tu nie chodzi już o wiek. Chodzi o to, czy umiemy powiedzieć „stop”. Czy potrafimy rozpoznać emocje, które nami kierują.

### Wykluczenia, które nie mają metryki

Dawniej cyfrowe wykluczenie oznaczało brak sprzętu lub dostępu do Internetu. Dziś to pojęcie nabiera nowych znaczeń. Seniorzy wciąż bywają pomijani w projektowaniu usług cyfrowych – aplikacje bankowe, systemy rejestracji wizyt lekarskich nie uwzględniają ich potrzeb. Ale to nie jedyna grupa „na marginesie”. Młodzi też bywają wykluczeni – emocjonalnie, społecznie, psychicznie. Przeciążeni tempem, presją lajków, koniecznością bycia „na bieżąco”. Wykluczenie przybiera dziś bardziej subtelne formy: lęk przed pominięciem, poczucie samotności w cyfrowym tłumie. I dotyczy to każdego – niezależnie od tego, w którym roku się urodził.

### Nie wiek, lecz sposób bycia

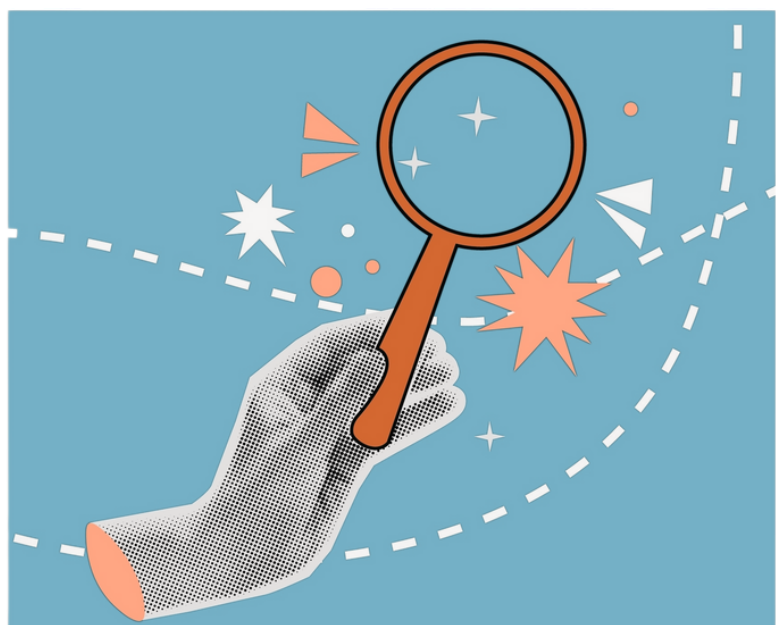
Może więc czas zadać sobie pytanie – czy naprawdę jesteśmy reprezentantami i reprezentantkami pokoleń, czy może uczniami tej samej cyfrowej rzeczywistości, lecz pobierającymi nauki w różnym czasie i w różnych szkołach?? Może warto przestać patrzeć na siebie przez pryzmat metryki, a zacząć rozpoznawać w sobie i innych kompetencje głębokie: zdolność do refleksji, krytyczne myślenie, odwagę, by powiedzieć „nie wiem”.

Cyfrowa rzeczywistość nie jest jednolitym tłem – to złożony, wielowymiarowy krajobraz, w którym każdy z nas porusza się własnym rytmem i świadomością. To przestrzeń, gdzie spotykają się różne historie, doświadczenia i sposoby bycia. Dlatego potrzebujemy więcej rozmów – nie o etykietach pokoleń, lecz o wspólnym uczeniu się człowieczeństwa w świecie, gdzie „online” przestało być wyborem, a stało się kolejnym wymiarem codzienności.

W cyfrowym świecie pytania o metrykę coraz częściej ustępują miejsca pytaniom o to, co naprawdę nas definiuje – o wartości, intencje i codzienne nawyki. Bo tak naprawdę nie ważne, kiedy się urodziliśmy, lecz jak potrafimy odnaleźć się w świecie, który zmienia się szybciej, niż zdążymy go pojąć.

**Sara Kononowicz**

Fundacja Międzynarodowy Instytut Outsourcingu



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



**KRC**  
Kluby Rozwoju Cyfrowego

## Doświadczanie ekranów

### O przezroczystości, nieprzezroczystości i międzypokoleniowych ścieżkach w cyfrowym świecie

Współczesna edukacja cyfrowa osób dorosłych odbywa się w otoczeniu gwałtownych zmian technologicznych. Wraz z dynamiczną cyfryzacją życia codziennego, relacje między użytkownikami a urządzeniami uległy przekształceniu. Ekrany – komputery, smartfony, tablety – stały się wszechobecnym medium przekazu informacji. Jednak sposób, w jaki są one doświadczane, różni się znacząco w zależności od generacji i wcześniejszych doświadczeń edukacyjnych.

#### Przezroczyste - nieprzezroczyste

Doświadczamy ekranów i urządzeń w różnorodny sposób, dla najmłodszych użytkowników komputer czy smartfon jest już czymś innym niż dla starszych pokoleń, dla których urządzenia – w szczególności komputery wobec ich doświadczenia cyfrowego stanowiły maszynę posiadającą możliwość wytwarzania danych, kompletnym systemem, który nie potrzebuje dodatkowego połączenia. Były nieprzezroczyste. W odniesieniu do teorii przezroczystości i nieprzezroczystości, warto przywołać rozumienie przezroczystości semantycznej: narzędzia dziś stały się „niewidzialne”, ponieważ nie zatrzymują na sobie uwagi, lecz kieruje ją na treść. Same stały się wyłącznie interfejsami do obsługi kolejnych systemów i interfejsów. Dla pokoleń zanurzonych w technologii od najmłodszych lat interfejsy są intuicyjne – ekran staje się niemal naturalnym oknem do świata. Dla innych, zwłaszcza osób 50+, urządzenia pozostają „nieprzezroczyste” – nie tylko jako medium, ale jako przedmiot wymagający odrębnego poznania. Komputer czy smartfon to dla nich nie tylko narzędzie, ale nierzadko zamknięty system, w którym trudno dostrzec logikę działania.

Warto spojrzeć na to zjawisko w perspektywie historycznej. W początkach informatyki interfejsem były fizyczne nośniki danych, takie jak karty perforowane – surowe, materialne formy komunikacji z maszyną. W późniejszych dekadach miejsce to zajęły klawiatura i ekran, które umożliwiały interakcję bardziej dynamiczną, lecz nadal osadzoną w urządzeniu. Dane były wytwarzane i przetwarzane lokalnie. Obecnie urządzenia cyfrowe coraz rzadziej są źródłem treści – służą głównie jako bramy do systemów, platform, aplikacji. Obsługują kolejne interfejsy – często warstwowe, złożone i zależne od stałego połączenia z internetem. Odłączone od sieci, tracą swoją funkcjonalność. To fundamentalna zmiana: z technologii produkcji i przetwarzania danych przeszliśmy do technologii dostępu. Użytkownik nie „tworzy” w urządzeniu – korzysta z zasobów osadzonych w chmurze. Tymczasem starsze pokolenia, które nie miały styczności z wcześniejszymi formami interfejsów, nie przeszły tej drogi stopniowo. Wkroczyły w cyfrowy świat w jego późnej, złożonej fazie – bez wcześniejszego oswojenia narzędzi.



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



KRC  
Kluby Rozwoju Cyfrowego

## Edukacja informatyczna, resume

Gdy przyjrzymy się historii polskiej edukacji w zakresie technologii informacyjnych, dostrzeżemy, że osoby, które miały możliwość przejścia pełnego cyklu obowiązkowej edukacji informatycznej (rozpoczynającej się po reformie edukacji od klasy IV szkoły podstawowej), mają dziś około 36 lat. Pokolenie 36–46-latków mogło mieć styczność z informatyką w dalszych etapach edukacji – najczęściej w formie zajęć dodatkowych lub kół zainteresowań. Najstarsi użytkownicy, szczególnie osoby w wieku 60+, byli natomiast całkowicie jej pozbawieni. Dlatego też edukacja cyfrowa osób dorosłych wymaga dziś indywidualizacji i odpowiedniego osadzenia w kontekście pokoleniowym.

Edukacja cyfrowa osób dorosłych nie może być kalką edukacji dzieci i młodzieży. Wymaga refleksji nad tym, czym jest doświadczenie cyfrowe i jak przekłada się na proces uczenia. Kluczowe są tutaj pojęcia afektu, bezpieczeństwa i relacyjności. Uczenie się nie jest wyłącznie przyswajaniem instrukcji – to proces osadzony w relacjach, który wymaga zrozumienia, akceptacji porażek i indywidualizacji.

### Edukacja cyfrowa - dokąd zmierzamy?

Współczesne narzędzia oparte na AI, choć coraz doskonalsze w rozpoznawaniu emocji i personalizacji treści, nie są w stanie zastąpić rzeczywistej obecności i interakcji. Dlatego tak istotne staje się tworzenie przestrzeni, w których osoby dorosłe mogą bezpiecznie uczyć się obsługi cyfrowych interfejsów – przestrzeni, w których ekran przestaje być barierą, a staje się przezroczystym łącznikiem z treścią i innymi ludźmi.

Odpowiedzią na te wyzwania może być model Klubów Rozwoju Cyfrowego (KRC), które łączą elementy edukacji, animacji i wsparcia społecznego.

KRC nie tylko umożliwiają naukę obsługi cyfrowych narzędzi, ale także wspierają budowanie pozytywnej postawy wobec świata cyfrowego. Mogą stać się „trzecim miejscem” – przestrzenią poza domem i pracą, w której można wspólnie uczyć się, eksperymentować i rozwijać kompetencje w rytmie dopasowanym do indywidualnych możliwości. To właśnie w takich środowiskach można zbudować most między „nieprzezroczystością” technologii a jej zrozumiałym, wspierającym doświadczeniem.

### Czuli przewodnicy i brokerzy wiedzy

Kluczową rolę w Klubach Rozwoju Cyfrowego odgrywają edukatorzy i edukatorki, którzy i które nie pełnią ról nauczycielskich, ale poprzez swoją postawę i kompetencje powinni umieć kreować procesy wspierające uczenie się dorosłych w ich indywidualnym tempie i kontekście życiowym. Ich zadaniem jest nie tylko przekazywanie wiedzy, ale przede wszystkim diagnoza potrzeb uczestników i uczestniczek, zrozumienie specyficznych wyzwań różnych grup dorosłych oraz odpowiednie reagowanie na nie. Kluczowe jest również tworzenie przestrzeni – zarówno w sensie symbolicznym (bezpiecznej, sprzyjającej rozwojowi atmosfery), jak i dosłownym: rozwój fizycznych miejsc wspierających uczenie się, dostosowanych do potrzeb lokalnych społeczności. Edukatorzy i edukatorki KRC wspierają także budowanie społeczności, promując wymianę doświadczeń, relacje rówieśnicze oraz wzajemne wsparcie, które okazuje się niezbędne w procesie uczenia się osób pozbawionych cyfrowego backgroundu.

Informacje dotyczące historii edukacji informatycznej w Polsce znajdziesz między innymi w publikacji dr hab. Beaty Stachowiak-Panske, [Edukacja informatyczna w Polsce w latach 1986 - 2000](#)

**Magdalena Foltyniak**

*Centrum Projektów Polska Cyfrowa*



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczypospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską





## Bądź Kapitanem Własnej Łodzi! Twoja Cyfrowa Suwerenność

Jeszcze niedawno suwerenność kojarzyła nam się tylko z granicami kraju, niepodległością i obronnością. Dziś te słowa nabierają zupełnie nowego, fascynującego, a czasem i niepokojącego wymiaru.

Wyobraź sobie, że żyjemy nie tylko w Polsce, ale też na ogromnym, rozległym cyfrowym oceanie. Kiedy surfujemy po Internecie, korzystamy z aplikacji, robimy zakupy online czy wrzucamy zdjęcia – to tak, jakbyśmy wypływali naszymi małymi łódkami na ten bezkresny akwen. Problem w tym, że w tym oceanie nie ma fizycznych granic. Twoje dane, Twoje cyfrowe ja, swobodnie przepływają i często trafiają do ogromnych magazynów należących do globalnych firm, które są ulokowane daleko poza terytorium Polski. W rozmowie z „Gazetą Wyborczą” Minister Cyfryzacji - Krzysztof Gawkowski ujął tę sytuację słowami:

*„Jak patrzę na to, ile zarabiają cyfrowi giganci, to mam wrażenie, że ich apetyty są niespożyte. Chcą zjeść nie tylko dane, którymi zasilają swoje silniki reklamowe, ale całego obywatela, by nim sterować. To jest cyfrowy kolonializm.”*

Ten cytat doskonale oddaje stawkę. Pytanie brzmi: jak być wolnym w XXI wieku, jeśli nie wiesz, co dzieje się z Twoimi informacjami i czy ktoś nie próbuje Tobą sterować?

Właśnie dlatego tak ważne staje się pojęcie cyfrowej suwerenności. To nie tylko sprawa państwa, które dba o nasz wspólny okręt Polska na tym oceanie. To przede wszystkim Twoja własna niezależność i kontrola nad tym, co dzieje się z Twoją cyfrową łódką i jej cennym ładunkiem – Twoimi danymi.

Polska, jako państwo, podejmuje liczne działania, aby wzmocnić swoją cyfrową suwerenność – od budowy Rządowej Chmury Obliczeniowej i rozwoju e-usług (mObywatel, ePUAP)

po wspieranie polskiej sztucznej inteligencji i intensywne działania w zakresie cyberbezpieczeństwa. Wszystko to ma na celu zapewnienie, że nasz po „okręt” będzie bezpieczny i niezależny. Ale aby ta suwerenność była pełna, kluczowa jest Twoja rola, Twoja Cyfrowa Suwerenność.

### Co to znaczy dla Ciebie, zwykłego Kowalskiego?

To Twoja wolność i zdolność do świadomego i samodzielnego decydowania o Twojej obecności w Internecie. To oznacza, że:

- Masz wolność wyboru – decydujesz, jakie aplikacje instalujesz i komu udostępniasz swoje dane.
- Jesteś świadomy/a konsekwencji – rozumiesz, co dzieje się, gdy klikasz "akceptuję" regulamin czy wrzucasz coś do sieci.



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



KR@  
Kluby Rozwoju Cyfrowego

- 
- Potrafisz zadbać o bezpieczeństwo – wiesz, jak chronić swoje konta, rozpoznawać oszustwa i dbać o prywatność.
  - Jesteś samodzielny i samodzielna – umiesz załatwiać swoje sprawy online, bez obaw, że się zgubisz lub ktoś Cię wykorzysta.
  - Dlaczego to Dziś Ważniejsze Niż Kiedykolwiek?

W dzisiejszych czasach, gdy informacja to potęga, a Internet jest głównym źródłem wiadomości, Twoja cyfrowa suwerenność nabiera wręcz krytycznego znaczenia. Jesteśmy zalewani treściami, które często mają nas nie informować, a przekonać do konkretnych idei, produktów czy... kandydatów.

Pomyśl o tym: każde demokratyczne wybory to moment, w którym podejmujesz jedną z najważniejszych decyzji dla przyszłości kraju. Twoje racjonalne, świadome głosowanie jest fundamentem demokracji.

Ale czy jesteś pewien lub pewna, że Twoje poglądy nie są kształtowane przez algorytmy, które pokazują Ci tylko wycinek rzeczywistości? Czy potrafisz odróżnić prawdziwe informacje od celowej dezinformacji, która ma zasiać chaos lub manipulować Twoją decyzją?

Brak cyfrowej suwerenności to dziś realna utrata wpływu na własne życie i losy kraju. Jeśli nie wiesz, jak działają mechanizmy dezinformacji, jak chronić

swoje dane przed wyciekiem, który może być wykorzystany do profilowania, stajesz się łatwym celem. W erze, gdzie #fakenews rozchodzą się szybciej niż prawda, a politycy i sztaby wyborcze potrafią precyzyjnie targetować swoje przekazy na podstawie Twoich cyfrowych śladów, Twoja wiedza i świadomość to Twoja jedyna tarcza.

Dlatego zrozumienie, czym jest Twoja cyfrowa suwerenność, to nie tylko kwestia prywatności, ale też odpowiedzialności obywatelskiej. To Twoja broń w walce o prawdę i niezależność myślenia, szczególnie w gorącym okresie kampanii wyborczej.

### **Cyfrowa Suwerenność Obywatela w Praktyce: Jak ją budować?**

European Movement International w swoim dokumencie Digital Sovereignty and Citizens Rights wskazuje na kluczowe obszary, które idealnie rezonują z naszą codziennością i dążeniem do cyfrowej suwerenności każdej osoby:

**Prawo do (nie)uczestnictwa i analogowych dróg dostępu.** Suwerenność cyfrowa to także prawo do wyłączenia się – do niezgody na cyfryzację każdej dziedziny życia. Jak wskazano, nie każdy obywatel osiągnie pełną biegłość technologiczną, dlatego wszystkie formy partycypacji obywatelskiej muszą być wspierane również środkami analogowymi, aby nikt nie został pominięty. To kwestia sprawiedliwości społecznej i inkluzywności.



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



**KRC**  
Kluby Rozwoju Cyfrowego



## Ochrona danych jako fundament demokracji

**cyfrowej.** Obywatele mają prawo do pełnej informacji o tym, co dzieje się z ich danymi. Ich prawa i prywatność nie mogą być poświęcane na rzecz innowacji czy interesów gospodarczych. Potrzebujemy prostych narzędzi, np. jednego przycisku nie zgadzam się na reklamy profilowane zamiast skomplikowanych zgód, które frustrują użytkowników. Zrozumienie, co dzieje się z Twoimi danymi, jest kluczowe, aby podjąć świadomą decyzję o ich udostępnianiu.

## Edukacja cyfrowa = warunek uczestnictwa

obywatelskiego. Brak biegłości technologicznej to jedna z największych barier dla demokratycznego uczestnictwa. Bez podstawowych kompetencji cyfrowych obywatel nie ma realnego dostępu do informacji, możliwości głosowania czy usług publicznych – traci suwerenność.

Dlatego edukacja cyfrowa i świadomość prywatności muszą być fundamentalne we wszystkich formach edukacji. Musimy inwestować w programy uczenia się przez całe życie, reskilling i upskilling, aby nikt nie został w tyle.

## Odpowiedzialność platform: nie ma wolności

**bez odpowiedzialności.** Platformy cyfrowe to dziś de facto przestrzenie publiczne. Potrzebujemy jasnych wytycznych dotyczących ich odpowiedzialności za zwalczanie mowy nienawiści, fałszywych wiadomości, nielegalnych treści i dezinformacji, z naciskiem na treści oparte na faktach i bezpieczne. To wymaga przejrzystości działania algorytmów i niezależnych instytucji nadzorczych.

## Zielona i suwerenna transformacja cyfrowa.

Twoja cyfrowa suwerenność wiąże się też z wyborem świadomych i zrównoważonych technologii. Cyfryzacja powinna optymalizować zużycie energii i zasobów, ale jednocześnie sama nie może prowadzić do nadmiernego obciążenia środowiska.

## Suwerenność cyfrowa to też prawa

**pracownicze.** W erze cyfrowej suwerenność to również prawo do bycia offline po pracy. Prawo do odłączenia się od obowiązków służbowych w czasie wolnym, jak określono w rezolucji Parlamentu Europejskiego ze stycznia 2021 r., musi zostać przyjęte na poziomie europejskim jako prawo fundamentalne. To ważny aspekt Twojej wolności i kontroli nad własnym życiem w erze cyfrowej.

## Wspólna Podróż po Cyfrowym Oceanie

Prawdziwa cyfrowa niezależność to naczynia połączone. Siła „okrętu Polska” zależy od tego, jak wielu świadomych i bezpiecznych „kapitanów małych łodzi” porusza się po cyfrowym oceanie. Twoja wolność wyboru, Twoja umiejętność ochrony danych i Twoja świadomość zagrożeń – to wszystko buduje nie tylko Twoje bezpieczeństwo, ale i odporność całego państwa na „cyfrowy kolonializm”, o którym mówił Minister Gawkowski.

Nie zostajesz z tym sam lub sama! Wsparciem w Twojej cyfrowej podróży są programy takie jak **Kluby Rozwoju Cyfrowego (#KRC)**, gdzie możesz rozwijać swoje kompetencje i uczyć się od ekspertów. Pamiętaj też o portalu [kompetencjegyfrowe.gov.pl](https://kompetencjegyfrowe.gov.pl) – to Twoje główne centrum dowodzenia wiedzą.

## Dbanie o swoją cyfrową suwerenność to dziś

**nowoczesny patriotyzm.** Każdy świadomy klik, każde sprawdzone źródło, każda rozsądna decyzja w sieci to cegiełka w budowaniu silnej i niezależnej cyfrowej Polski.

A Ty, który z tych kroków w budowaniu swojej cyfrowej suwerenności uważasz za najważniejszy?

**Agnieszka Bilska**

Centrum Projektów Polska Cyfrowa



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską





## Dziewięć prostych kroków, żeby zadbać o swoją cyfrową suwerenność

Nie musisz być ekspertem, żeby być cyfrowo suwerennym. Te proste nawyki pomogą Ci przejąć stery Twojej cyfrowej łodzi:

- Sprawdź, co wiesz o swoich danych. Wejdź w ustawienia prywatności na Facebooku, Google, mObywatelu i innych aplikacjach. Zobacz, jakie dane o Tobie zbierają i kto ma do nich dostęp. Pamiętaj, jeśli coś jest "za darmo", produktem często stajesz się Ty!
- Ucz się rozpoznawać fałszywe wiadomości. Dostałeś/aś SMS-a z prośbą o dopłatę do paczki? STOP! Zawsze sprawdzaj nadawcę, szukaj literówek i nietypowych linków. Lepiej sprawdzić dwa razy niż stracić dane lub pieniądze.
- Zastanów się nad swoim profilem w internecie. Twój profil online to Twoja wizytówka. Jak wygląda Twoje zdjęcie? Co mówią o Tobie Twoje posty? Pomyśl, co inni mogą o Tobie pomyśleć, widząc Twoją obecność online. Czy to na pewno „Ty”?
- Pomóż innym! Jeśli widzisz, że ktoś bliski ma problem z cyfrowymi usługami (np. zalogowaniem się do ZUS-u), pomóż mu. Budowanie cyfrowej solidarności to też część cyfrowej suwerenności całego społeczeństwa.
- Chroń swoje dane. Używaj silnych, unikalnych haseł do różnych serwisów (menadżer haseł to świetne rozwiązanie!). Regularnie twórz kopie zapasowe ważnych dokumentów i zdjęć. Bezpieczeństwo chroni Twoje dane przed utratą, a prywatność przed niekontrolowanym udostępnianiem.
- Nie bój się odmawiać aplikacjom. Jeśli aplikacja do latarki chce mieć dostęp do Twoich kontaktów czy mikrofonu – to czerwona lampka! Odmów jej dostępu do funkcji, których nie potrzebuje do działania. Masz do tego prawo. Wolność to też prawo do nieudostępniania lokalizacji, gdy nie jest to konieczne.

- Poznaj polskie rozwiązania AI. Słyszałeś/aś o polskich modelach językowych, takich jak #Bielik czy #PLLuM? Warto z nich korzystać! Są tworzone z myślą o naszym języku i kulturze, wspierając tym samym naszą cyfrową niezależność.
- Naucz się samodzielnie załatwiać sprawy urzędowe online. Spróbuj zalogować się do mObywatela, sprawdzić swój e-PIT online lub złożyć wniosek przez ePUAP. To przekłada się na Twoją niezależność i oszczędność czasu, a państwo daje nam coraz więcej wygodnych narzędzi.
- Bądź na bieżąco i interesuj się! Świat cyfrowy dynamicznie się zmienia. Aby nie dać się zaskoczyć "cyfrowym burzom" i w pełni wykorzystać możliwości, które daje państwo, interesuj się i szukaj sprawdzonych informacji.

### Co robić?

Śledź oficjalne kanały Ministerstwa Cyfryzacji (gov.pl, media społecznościowe), NASK (Państwowy Instytut Badawczy) oraz Centralnego Ośrodka Informatyki (COI).

Kluczowe źródło: Koniecznie odwiedź portal [kompetencjegyrowe.gov.pl](https://kompetencjegyrowe.gov.pl). To centralne miejsce, gdzie znajdziesz informacje o wszystkich działaniach państwa w zakresie podnoszenia kompetencji cyfrowych Polaków, o projektach edukacyjnych, szkoleniach i kampaniach informacyjnych.

### Dodatkowo: Regularnie sprawdzaj

powiadomienia w aplikacji mObywatel. Często znajdziesz tam ważne informacje o zagrożeniach cyfrowych czy nowych usługach, które ułatwiają życie.

Dlaczego to ważne? Będąc na bieżąco z informacjami z wiarygodnych źródeł, zwiększasz swoją odporność na zagrożenia, pełniej wykorzystujesz możliwości i stajesz się świadomym uczestnikiem cyfrowej rzeczywistości.

**Agnieszka Bilska**

Centrum Projektów Polska Cyfrowa



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



**Biuletyn redagowany przez zespół  
Kluby Rozwoju Cyfrowego - projekt  
wspierający (KRC Wsparcie)**

**Partner Wiodący:**

Centrum Projektów Polska Cyfrowa

**Partnerzy Projektu:** Edukacja Bez Barrier –  
Fundacja na Rzecz Rozwoju Edukacji w Polsce,  
Stowarzyszenie „Miasta w Internecie”, Fundacja  
Pro Cultura, Fundacja Międzynarodowy Instytut  
Outsourcingu, Politechnika Łódzka

Skład i redakcja: Magdalena Foltyniak

W korektach i wybranych pracach redakcyjnych  
korzystamy z narzędzi AI zgodnie z wytycznymi  
UE dotyczącymi transparentności i etyki.

Pod hasłem #KompetencjeCyfroweDlaKażdego  
upowszechniamy ideę rozwoju kompetencji  
cyfrowych osób dorosłych.

**Masz uwagi, sugestie, pytania? Napisz do nas:**  
**[krc@cppc.gov.pl](mailto:krc@cppc.gov.pl)**



**Fundusze Europejskie**

**dla Rozwoju Społecznego**



Fundusze Europejskie  
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



**KRC**  
Kluby Rozwoju Cyfrowego