

AKTYWNY

SENIOR

6

2022/2023

STR. 3

**SENIORZE BĄDŹ
BEZPIECZNY!**
ABC CYBERBEZPIECZEŃSTWA

STR. 5

Jak odróżnić oszusta
od pracownika banku

STR. 6

Aktorką chciałam być
od zawsze. Może sprawił to
właśnie Winetou?
– rozmowa z **Ewą Kasprzyk**

STR. 8

Nowoczesne płatności

STR. 11

Srebrna gospodarka



Partner merytoryczny



ZWIĄZEK
BANKÓW
POLSKICH

W ramach działań



WARSZAWSKI
INSTYTUT
BANKOWOŚCI
30 LAT

Oddajemy w Państwa ręce kolejny numer biuletynu informacyjno-edukacyjnego „Aktywny Senior”. Tym razem skupiamy się na zagadnieniach dotyczących miejsca seniorów w dzisiejszych czasach i mówimy o tym dlaczego Seniorzy są przyszłością dla Polski. Poruszamy tematy dotyczące zagadnień coraz bardziej cyfrowej rzeczywistości, ale również możliwości jakie świat cyfrowy nam daje. Przez zmieniający się świat często jesteśmy zmuszani do załatwiania spraw elektronicznie. Wiele seniorów radzi sobie z tym bardzo dobrze. Są jednak tacy, którzy w świecie cyfrowym nie znajdują dla siebie miejsca, lub poruszają się w nim bez świadomości niebezpieczeństw. Dlatego piszemy o zagrożeniach w cyberprzestrzeni, bezpiecznym korzystaniu ze sklepów internetowych, higienie systemów płatniczych, a nawet oszustwach i metodach manipulacji.

Zapraszamy do zapoznania się z „Aktywnym Seniorem”. Bądźmy dla siebie wsparciem, nie bójmy się pytać. Pielęgnowmy międzypokoleniowy dialog, w którym możemy być dla siebie nawzajem źródłem wiedzy i doświadczenia. Do zobaczenia podczas działań realizowanych w ramach Programu „Bankowcy dla Edukacji”.

Redakcja Aktywnego Seniora

Redakcja wydania: Eliza Rokicka, Monika Kondek, materiały partnerów



**UTRACIŁEŚ
DOKUMENTY?**

Zastrzeż je w banku!

**NIE POZWÓL UKRAŚĆ
SWOJEJ TOŻSAMOŚCI!**

System
DOKUMENTY
ZASTRZEŻONE

(+48) 828 828 828

**Wiele banków.
Jeden numer
do zastrzegania kart
i dokumentów.**

Zapamiętaj i zapisz.

zastrzegam.pl
SYSTEM ZASTRZEGANIA KART



Seniorze bądź bezpieczny!

ABC Cyberbezpieczeństwa



Postępująca cyfryzacja dzisiejszego świata stwarza zarówno wiele nowych możliwości, jak i zagrożeń dla naszego bezpieczeństwa w sieci. Bardzo szybki rozwój nowych technologii oraz powszechność Internetu sprawiają, że bezpieczeństwo cyfrowe jest ważne jak nigdy dotąd, a surfowanie po nieznanym stronach internetowych, brak aktualnego oprogramowania antywirusowego, udostępnianie swoich wrażliwych danych w Internecie, zbyt proste hasła lub ich całkowity brak - to tylko niektóre z podstawowych błędów, które popełniamy codziennie.

Dbając o swoje cyberbezpieczeństwo możesz uniknąć tragedii. Dowiedz się jak to zrobić. Zapoznaj się z zasadami cyberbezpieczeństwa i poczuć się bezpiecznie w sieci.



8 zasad cyberbezpieczeństwa

► Chronić swoje dane osobowe!



Ludzie często świadomie pokazują zbyt wiele w Internecie, a czasem po prostu chwalą się, np. biletem lotniczym na wakacje marzeń, nie znając konsekwencji swoich działań. Dziś oszuści dokładnie wiedzą kogo atakują, a dzięki informacjom, które zostawiasz w sieci oszustwa stają się dużo bardziej wiarygodne, bo złodzieje wiedzą z jakiego banku korzystasz, znają twój pesel, adres lub numer telefonu. Zastanów się dwa razy nad tym co publikujesz w sieci i nie pomagaj cyberprzestępcom.

► Aktualny program antywirusowy jest obowiązkiem dla każdego!



Nigdy nie wiesz kiedy możesz stać się ofiarą cyberataku. Zabezpiecz swoje urządzenia elektroniczne antywirusem i bądź o krok do przodu przed oszustami. Pamiętaj jednak aby ochrona była skuteczna musisz regularnie aktualizować program. Nie zapomnij o innych urządzeniach poza komputerem. Według najnowszych badań tylko 51% grupy badawczej miało pewność ochrony np. swojego telefonu. Nie daj się zaskoczyć oszustom, bądź zawsze gotowy.

► **Zawsze ustawiaj silne hasła!**



Czy wiesz, że według najnowszych analiz tylko 31 % badanych, na pytanie o stosowanie tych samych haseł do różnych kont (banku, poczty, mediów społecznościowych itd.), odpowiedziało, że nie korzysta z identycznych zabezpieczeń. Tworząc hasło należy pamiętać aby było ono silne, długie i nieoparte o ciągi skojarzeń, liczby i znaki specjalne. Takie hasło warto zmieniać co trzy miesiące. Dla stu procentowej pewności można również włączyć m.in. opcję logowania dwuetapowego. Pamiętaj, że jest to pierwszą barierą z jaką musi się spotkać cyberoszust, próbując włamać się na twoje konto. Spraw aby ta ochrona była dla niego nie do przejścia.

► **Nie zapomnij o wylogowaniu się!**



Posiadanie silnego, wręcz antywłamaniowego hasła ma sens dopóki będziesz pamiętał o jeszcze jednej sprawie – wylogowaniu! Ta czynność po zakończeniu pracy z danym systemem, aplikacją lub usługą powinno być naturalnym odruchem dla każdego. Jeśli pozostajesz zalogowany dłużej niż potrzebujesz, stwarzasz możliwość nadużycia, włamania czy przejęcia konta. Pamiętaj o wylogowaniu się i w ten prosty sposób zapobiegaj tragedii.

► **Bądź ostrożny w kwestii bankowości elektronicznej!**



Aż 70% badanych osób uważa, że banki mają najwyższe standardy ochrony swoich klientów. To przekonanie stało się świetną przykrywką dla oszustów podszywających się pod instytucje finansowe. Dlatego przede wszystkim należy stosować się do ustalonych zasad bezpieczeństwa zamieszczonych na stronie twojego banku. Jeśli coś odbiega od normy to natychmiast skontaktuj się z obsługą klienta. Pamiętaj, kupując w sklepach internetowych, sprawdzaj czy mają one szyfrowane połączenie – oznaczone kłódką i odpowiednim certyfikatem. Dokonuj płatności tylko z własnego komputera lub telefonu. Dodatkowo, nie wchodź na stronę banku z linku w wyszukiwarce, lecz wpisz adres ręcznie. A jeśli „bank” pyta Cię o hasła, czy też inne poufne dane, np. kod PIN do karty płatniczej, nie odpowiadaj! Na pewno nie jest to bank! Bądź ostrożny!

► **Uważaj na wiadomości, strony i linki nieznanego pochodzenia!**



Zanim wejdiesz na nieznaną Ci stronę internetową, upewnij się, że jest ona bezpieczna. Możesz w tym celu użyć wbudowanych narzędzi bezpieczeństwa przeglądarek internetowych, jednak najlepiej zastosuj zewnętrzne narzędzie do sprawdzania witryn. Warto również zweryfikować czy strona posiada certyfikat https. Dodatkowo nigdy nie otwieraj wiadomości i dołączonych do nich załączników z nieznanymi źródłami. Zawsze weryfikuj linki, które chcesz otworzyć i upewnij się, że wiesz, dokąd one zaprowadzą. Najedź myszką na dowolny link, aby zweryfikować adres URL. Chodzi o twoje bezpieczeństwo, dlatego pamiętaj - podejrzane strony i linki to także źródło wirusów.

► **Uważaj na fake newsy!**



Uświadom sobie, że klikasz najchętniej w to, co najbardziej lubisz. To sprawia, że widzisz tylko to, co znasz i z czym się zgadzasz. W ten sposób tworzysz wokół siebie tzw. bańkę informacyjną. Pozostając w niej jesteś podatny na fake newsy, które wpływają na nasze emocje, a często nawet na postępowanie. Dlatego cokolwiek czytasz – daj sobie czas na sprawdzenie źródła, autorów, daty publikacji, dokładną analizę tekstu i porównanie go z opiniami ekspertów. Cyberprzestępcom chodzi o grę na twoich emocjach i wprowadzenie chaosu lub paniki. Bądź ponad to i nie wierz we wszystko co czytasz w Internecie.

► **Pamiętaj – nigdy nie jest za późno na edukację!**



Prawda jest taka, że ludzie nawet nie są świadomi jak wiele jeszcze nie wiedzą! Brakuje im ogólnej edukacji o zagrożeniach w sieci. Dlatego właśnie stają się łatwą ofiarą dla cyberoszustów. Fundacja Warszawski Instytut Bankowości wychodzi temu naprzeciw i edukuje społeczeństwo w tym zakresie od najmłodszych lat, tak aby człowiek był gotowy na czynniki na niego niebezpieczeństwa dzisiejszego świata.

Jak odróżnić oszusta od pracownika banku

Nowoczesna bankowość jest wygodna i do załatwienia większości spraw nie jest już wymagana wizyta w placówce. Pandemia pokazała, jak ważne jest, by móc korzystać z usług bankowych przez internet czy telefon. To również ogromne ułatwienie dla osób z ograniczoną mobilnością i seniorów. Niestety zmiany w bankowości próbują wykorzystać oszuści, którzy dzwonią do naszych domów podszywając się pod pracowników banku. Na szczęście można ich dość łatwo zdemaskować!

Oszuści co chwila wymyślają nowe sposoby by wykraść nasze oszczędności, ale też dane. Potrafią przez telefon podać się za policjanta, pracownika naszego banku, przedstawiciela Komisji Nadzoru Finansowego czy Biura Informacji Kredytowej. Mówią, że dzwonią w ważnej, pilnej sprawie, bo np. ktoś włamuje się na nasze konto albo pojawia się wyjątkowa okazja inwestycyjna. Wzbudzają zaufanie, usypiają czujność, a potem wypytują o ważne informacje, lub proszą o wykonanie pewnych czynności na naszym komputerze czy telefonie. Jeżeli uda im się wyłudzić np. dane do logowania albo skłonić nas do zainstalowania złośliwego oprogramowania mogą wyczyścić konto bankowe lub wziąć kredyt w naszym imieniu!

Po czym poznać oszusta?

To właśnie nietypowe pytania i oczekiwania rozmówcy podającego się za pracownika banku powinny wzbudzić naszą czujność. Przedstawiciele banku **nigdy** nie proszą o dane do logowania do systemów bankowych, takie jak numer klienta, login czy hasło. **Nie oczekują** dyktowania kodów BLIK, czy haseł jednorazowych. Takie informacje potrzebne są złodziejom, by dostać się na konto!

Pracownicy banku nie pytają również o pełny numer PESEL czy dane dokumentu tożsamości. Te dane już znajdują się w systemie twojego banku. Oszuści mogą je jednak wykorzystać np. do zaciągnięcia pożyczki w twoim imieniu.

Przedstawiciele banku nie oczekują również klikania w linki wysyłane mailem czy SMS-em ani instalowa-



nia aplikacji na telefonie czy komputerze. Nie wymagają również aktualizowania aplikacji. Oszuści pod tym pretekstem próbują nakłonić do zainstalowania na urządzeniu złośliwego programowania. Ostatnio coraz częściej instalują w ten sposób tzw. pulpit zdalny, który pozwala przejąć pełną kontrolę nad komputerem czy smartfonem. Dzięki temu mogą łatwo dostać się na konto ofiary i ukraść pieniądze.

Co robić, gdy podejrzewasz oszustwo?

Jeżeli podczas rozmowy z osobą podającą się za pracownika banku (urzędnika, funkcjonariusza itp.) coś wzbudzi twoje podejrzenia to po prostu przerwij rozmowę. Nie przejmuj się, że rozmówca się obrazi, bezpieczeństwo twoich pieniędzy jest ważniejsze! Następnie zadzwoń na oficjalny numer infolinii twojego banku z pytaniem czy rzeczywiście ktoś z banku się z tobą przed chwilą kontaktował. Możesz również zgłosić sprawę na policję.

O zdalnym pulpicie i o tym jak odróżnić oszusta od pracownika banku opowiada **Cezary Pazura** w filmie kampanii edukacyjnej „Bankowcy dla CyberEdukacji”.

Zobacz!: <https://youtu.be/wwwP1dUTpbDk>

Pamiętaj!

Pracownik banku podczas rozmowy telefonicznej nigdy nie prosi o:

- ▶ login i hasło (do bankowości internetowej, mobilnej ani do systemu telefonicznego),
- ▶ pełny numer PESEL,
- ▶ serię i numer dowodu osobistego,
- ▶ numer karty płatniczej, dane karty ani o kod CVV/CVC,
- ▶ podanie hasła jednorazowego,
- ▶ podanie kodu BLIK,
- ▶ instalację żadnego programu, aktualizacji ani aplikacji,
- ▶ kliknięcie w link wysłany e-mailem lub SMS-em.

Aktorką chciałam być od zawsze. Może sprawił to właśnie Winetou?

Rozmowa z **Ewą Kasprzyk**, aktorką teatralną i filmową, reżyserką, absolwentką PWST w Krakowie

Spotykamy się na chwilę przed jedną z filmowych premier. Z błyskiem w oku, zaangażowaniem i uśmiechem opowiada o tym, ile się dzieje. Plany filmowe, próby w teatrze, podróże, serdeczne powroty do domu. Rozmawiamy o zagadnieniach, które poruszamy w filmowej kampanii edukacyjnej dotyczącej cyberbezpieczeństwa, którą Fundacja Warszawski Instytut Bankowości realizuje w partnerstwie ze Związkiem Banków Polskich i ponad dwudziestoma bankami. Ewa Kasprzyk jest jej ambasadorem.

Aktywny Senior: Kto, w czasach Pani dzieciństwa, był dla Pani bohaterem?

Ewa Kasprzyk: Winetou. Prawy, odważny, inspirujący i ciekawy. Bohater filmów, które uwielbiałam, i których byłam bardzo ciekawa. Wtedy wydawało mi się, że ma wszystko – życie pełne przygód, sukcesów, wspaniałego przyjaciela...

A Pani takiego wspaniałego przyjaciela miała?

Tak. Wtedy w zasadzie uczyłam się tych relacji, poznawałam. Przyjaźń jest dla mnie do dziś szczególnie ważna, choć różnie z tym w życiu było.

Czym pachniał i smakował Pani rodzinny dom?

Świeżymi bułeczkami maślanymi, które piekła moja mama i które były przysmakiem wszystkich. Pachniał miłością, dobrocią i troską o nas – dzieci. Nie zawsze było różowo, ale z czułością wspominam ten czas.

Kiedy po raz pierwszy pomyślała Pani, że aktorstwo to jest to? Czy to była konkretna chwila, czy myśl, która długo dojrzewała?

Aktorką chciałam być od zawsze. Może sprawił to właśnie Winetou? (śmiech) Gdy jako dziecko, a później dorastająca dziewczyna, myślałam o sobie w przyszłości to właśnie aktorstwo ciągnęło mnie jak magnes. To było moje wielkie marzenie. Konkretnie plany pojawiły się w liceum, a że jestem i zawsze byłam optymistką, wierzyłam, że mi się uda. Dlatego, gdy dowiedziałam się, że nie będzie łatwo dostać się do szkoły teatralnej, potraktowałam to jako wyzwanie i dużą motywację.

Bliższe są Pani deski teatru czy plan filmowy?

Gdyby to ująć w jednym zdaniu: teatr jest domem a film hotelem. Ale myśląc globalnie to aktorstwo jest po prostu pięknym zawodem. To nieustanna nauka, możliwość stawiania się kimś innym, kimś, kim nie było nam dane się urodzić.

W nawiązaniu do nieustannej nauki - czym dla Pani jest świat wirtualny, świat cyber - czy to środowisko przyjazne, czy mało znane? Czy korzysta Pani z nowinek technicznych?

Staram się dotrzymać kroku, ale postęp techniki pędzi w zastraszającym tempie. Mam świadomość, że to wielka szansa i możliwości, których jeszcze chwilę temu nie było – np. ostatnio telefonem nowej generacji udało się nakręcić film do spektaklu bardzo profesjonalnie. Wiem jednak, że to także zagrożenia i granie na ludzkich emocjach. Ludzie



- szczególnie samotni - są przecież tak podatni na zagrożenia, a jeśli dotyczą spraw sercowych to często szach mat...

Co konkretnie ma Pani na myśli?

Moją koleżankę, której znajoma padła ofiarą oszusta matrymonialnego online. I ta właśnie koleżanka wiedziała o tym, знаła mechanizm, mówiła: „jak to możliwe? Przecież można się było łatwo domyślić, że to oszust. Związek w internecie to nie związki”. I trafiło na nią... Rok ją zwodził. Cały rok! Nie widząc gościa na żywo, zakochała się jak nastolatka... Myślenie wróciło, jak wysłała pieniądze, a ukochany zaginął...

Czyli jednak edukacja przez całe życie?

A jak inaczej? Stanie w miejscu to cofanie się. Uczenie nieustannie pobudza szare komórki. Uczymy się całe życie, ale myślę jednak, że umieramy głupi...

Aktywny Senior, czyli kto? Co to dla Pani oznacza?

To ktoś kto ciągle jest otwarty na nowe, społeczny, ciekawy świata. Staram się taką być.

Gdybym mogła zmienić jedną rzecz w przeszłości:

Może zostałabym w Ameryce?

Marzenie do spełnienia:

Zatańczyć tango na ulicy w Buenos Aires z moim narzeczonym.

Nigdy nie wychodzę z domu bez:

Herbatki.

Senior najbardziej potrzebuje:

Sympatii.

Aktor to inaczej:

Traktor ☺

Socjotechnika – co to takiego i jak wpływa na emocje?

Cyberprzestępcy kojarzą się z niezwykle zdolnymi hakerami, którzy do perfekcji opanowali technologię i potrafią złamać cyfrowe systemy bezpieczeństwa. Prawda jest inna. Większość cyberprzestępców nie wykorzystuje luk w oprogramowaniu komputerów, ale nieuwagę, brak wiedzy i błędy ludzi. Przydatniejsza od wiedzy informatycznej jest dla nich znajomość inżynierii społecznej, czyli socjotechniki oraz metod manipulowania emocjami.

Specjaliści od cyberbezpieczeństwa wiedzą, że najsłabszym ogniwem wszystkich systemów jest człowiek. Na nic nie zda się najbardziej skomplikowane hasło do logowania, jeśli użytkownik zapisze je na kartce przyklepionej do monitora. Wiedzą o tym również oszuści, którzy na wszelkie sposoby starają się wykorzystać ludzkie słabości do swoich celów.

Cyberataki z zastosowaniem socjotechniki stanowią zwykle przeciwieństwo spamu. Są skierowane do konkretnych osób, a przestępcy potrafią się do nich bardzo dobrze przygotować, zbierając potrzebne informacje. Wiedzą, że jeśli podadzą się za konkretnego członka rodziny (metoda na wnuczka), policjanta czy pracownika banku w którym masz konto to mają duże szanse wzbudzić zaufanie i uśpić twoją czujność. Oszuści mogą kontaktować się telefonicznie, mailowo a nawet przez SMS-y i media społecznościowe. Forma kontaktu ma znaczenie drugorzędne, dlatego w każdym przypadku powinniśmy zachować czujność.

Pośpiech nie jest dobrym doradcą

Przestępcy wiedzą, że działając pod wpływem potencjalnego zagrożenia jesteśmy mniej uważni i nie myślimy w sposób krytyczny. Dlatego próbują wzbudzić w nas silne emocje np. sugerując, że ktoś właśnie włamuje się na nasze konto, albo że bliska nam osoba potrzebuje pomocy. Zwykle okazuje się, że trzeba podjąć określone działanie i to możliwie jak najszybciej. Może chodzić o przełanie pieniędzy na wskazane konto, podanie hasła jednorazowego, kodu BLIK lub danych do logowania. Rzekomy pracownik banku może też nakłaniać do zainstalowania jakiejś



aplikacji, aktualizacji czy kliknięcia w link (prawdziwy przedstawiciel banku nigdy nie prosi o takie działania!). Pamiętaj, że pośpiech jest złym doradcą i zawsze możesz poprosić o czas do namysłu.

Jeżeli zorientujesz się, że działasz pod wpływem emocji, które wywołał rozmówca, najlepiej przerwij rozmowę i rozłącz się. Koniecznie sprawdź, czy to, co zostało powiedziane przez telefon, jest prawdą. Zadzwoń do swojego banku, do rodziny, bliskich, albo nawet na policję i zweryfikuj usłyszaną historię. Prawdopodobnie okaże się, że nikt z banku ani z komendy do ciebie nie dzwonił, a twoim bliskim nic złego nie grozi.

W celu weryfikacji warto też korzystać z różnych kanałów komunikacji. Jeśli ktoś pisze do ciebie przez media społecznościowe, warto do niego zadzwonić, bo może hakerzy przejęli jego konto. Gdy ktoś podszycywszy się pod bank wysłał ci maila - zadzwoń na infolinię banku.

Pamiętaj, że w starciu z cyberoszustami najlepszą strategią jest zachowanie spokoju.

O socjotechnice i emocjach opowiada
Ewa Kasprzyk w filmie kampanii edukacyjnej
„Bankowcy dla CyberEdukacji”.

Zobacz!: <https://youtu.be/exNJCSj4SxI>

Nowoczesne płatności

Świat cały czas idzie do przodu, a razem z nim zmienia się nasza codzienność. Smartfony zastąpiły telefony stacjonarne, a serwisy z wideo online wyparły kasety wideo i płyty DVD. Dynamiczne zmiany dotyczą również tego w jaki sposób korzystamy z naszych pieniędzy. Tradycyjna gotówka, a również karty płatnicze zostają coraz częściej zastępowane przez nowocześniejsze formy płatności.

Ostatnio coraz większą popularnością cieszą się płatności telefonem. Nic dziwnego, nowoczesne smartfony to wielofunkcyjne urządzenia, z którymi większość z nas nie rozstaje się ani na krok. Pomysł wykorzystania telefonu do płacenia za zakupy spodobał się Polakom, o czym świadczy liczba ponad siedmiu milionów kart płatniczych podpiętych w naszym kraju do urządzeń mobilnych. Płatności telefonem bazują bowiem na tradycyjnej karcie płatniczej, która łączy się z telefonem w aplikacji banku, albo w usłudze płatniczej któregoś z największych producentów oprogramowania na smartfony. W praktyce zamiast wyjmować kartę przy kasie w sklepie, wyjmujemy telefon i zbliżamy do terminala. Co ważne - żeby zapłacić musimy odblokować telefon, co oznacza, że w razie utraty telefonu nikt inny nie będzie mógł skorzystać z naszych pieniędzy. Oczywiście, żeby płatności były w pełni bezpieczne należy pamiętać o odpowiedzialnym korzystaniu z telefonu, zainstalowaniu oprogramowania antywirusowego i regularnej aktualizacji systemu operacyjnego.

Inna nowoczesną formą płatności z wykorzystaniem smartfonu jest Polski Standard Płatności BLIK. To wymyślone i stworzone przez polski sektor bankowy narzędzie płatnicze pozwala płacić w sklepach stacjonarnych i internetowych, a także wypłacić gotówkę z bankomatu poprzez wpisanie sześciocyfrowego kodu, który generuje aplikacja twojego banku. To bardzo bezpieczny i anonimowy sposób płatności.

Jeśli nie chcemy korzystać ze smartfonu do płacenia, równie dobrze możemy w tym samym celu wykorzystać zegarek, a mówiąc precyzyjnie smartwatch. Może to być urządzenie współpracujące z naszym telefonem lub niezależny zegarek sportowy z funkcją płatności. Również w tym przypadku konieczne jest powiązanie karty płatniczej z urządzeniem. Jest to rozwiązanie nawet bezpieczniejsze od karty. Zegarki po zdjęciu z ręki automatycznie blokują funkcję płatności i wymagają podania kodu PIN.

Z pozoru podobnym rozwiązaniem do płacenia zegarkiem jest opaska płatnicza, którą również nosi się na nadgarstku. Nie jest ona jednak na stałe połączona z naszą kartą, tylko trzeba zasilać ją pieniędzmi „na zapas”. Działa to tak jak karta przedpłacona i może



być ciekawą formą wypłacania kieszonkowego dzieciom czy wnukom.

Nowoczesnych rodzajów płatności jest bardzo dużo i wciąż powstają nowe, by zwiększyć wygodę naszego życia. Chodzi przede wszystkim o płatności w różnych aplikacjach, które mogą się dziać „w tle” bez konieczności naszego działania. Przykładem może być aplikacja bankowa, która po podaniu numeru rejestracyjnego naszego samochodu automatycznie zapłaci za przejazd autostradą. Wystarczy podjechać pod bramkę, a szlaban sam się podniesie, a pieniądze zostaną pobrane z naszego konta.

Korzystanie z nowych rodzajów płatności może wydawać się czymś rodem z literatury fantastyczno-naukowej, ale w rzeczywistości jest bardzo proste. Rozwiązania te są też projektowane z dużą dbałością o bezpieczeństwo naszych pieniędzy. Trzeba jednak pamiętać, że najczęściej do utraty pieniędzy dochodzi na skutek błędów i niefrasobliwości użytkowników nowych technologii. Pamiętając o tym - z naszym smartfonem, zegarkiem czy kodami BLIK - powinniśmy obchodzić się, jak z portfelem pełnym gotówki. Nie trzymać na widoku, nie dawać obcym osobom do ręki ani nie zostawiać bez opieki. Trzymając się tych prostych zasad możemy spokojnie cieszyć się wygodą płynącą z rozwoju techniki.

Dzień Seniora w ZUS

Dzień Seniora to ważna i potrzebna społecznie inicjatywa, która na stałe wpisała się w kalendarz cyklicznych wydarzeń organizowanych przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych. W tym roku Dzień Seniora odbywał się pod hasłem „bezpiecznie, zdrowo, bezgotówkowo”, a jego współorganizatorem był Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów.

Tegoroczne obchody Dnia Seniora to powrót do bliższych spotkań i możliwości społecznej integracji. W tym roku, przy zachowaniu odpowiednich zasad bezpieczeństwa, znowu mogliśmy być razem i celebrować wspólnie wyjątkowe chwile. Wydarzenia przygotowane z okazji Dnia Seniora odbywały się w ramach zajęć na Uniwersytetach III Wieku, w klubach seniora, miejskich ośrodkach pomocy społecznej, a także siedzibach stowarzyszeń i fundacji działających na rzecz osób starszych. Atrakcje dla seniorów były organizowane również w instytucjach kultury i na imprezach plenerowych. Były spotkania i wykłady tematyczne oraz prelekcje na temat ubezpieczeń społecznych, profilaktyki zdrowotnej, przeciwdziałania różnego rodzaju zagrożeniom i wykluczeniu. Eksperti ZUS oraz partnerzy akcji byli obecni na stoiskach w punktach informacyjnych, prowadzili dyżury telefoniczne, brali udział w wystawach, przedstawieniach i występach artystycznych oraz innych wydarzeniach aktywizujących seniorów.

– W tym roku odbyło się ponad 560 wydarzeń edukacyjnych, aktywizujących i integracyjnych seniorów. Przeprowadzenie tak licznych działań w czasie kilku tygodni nie byłoby możliwe bez udziału współorganizatora – Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów oraz partnerów akcji: Narodowego Funduszu Zdrowia, Policji, Urzędu Ochrony Konkuren-



**ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH**

cji i Konsumentów, Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Rzecznika Praw Obywatelskich, Rzecznika Praw Pacjenta, Fundacji Polska Bezgotówkowa, Warszawskiego Instytutu Bankowości, Krajowego Związku Banków Spółdzielczych, a także współpracujących banków: m.in. PKO Banku Polskiego czy Banku Pocztowego – mówiła prof. Gertruda Uścińska, prezes ZUS podczas uroczystego spotkania podsumowującego Dzień Seniora, które odbyło się 27 października.

W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele rządu, administracji, organizacji senioralnych, organizacji finansowych oraz banków i policji. Gośćmi honorowymi spotkania byli wiceprezesi Związku Powstańców Warszawskich - pan Jerzy Mindziukiewicz oraz pan Jerzy Substyk.

Mamy nadzieję, że w przyszłym roku takich wydarzeń i okazji do wyjątkowych spotkań będzie jeszcze więcej. Wszystkie informacje o Dniu Seniora oraz innych inicjatywach ZUS są dostępne na stronie www.zus.pl

Dzień Seniora 2022



Naucz się obsługi komputera i bezpiecznie korzystaj z Internetu razem z CDT!

Centralny Dom Technologii zaprasza osoby dorosłe, chcące poszerzyć swoją wiedzę oraz nabyć praktyczne umiejętności związane z obsługą komputera, smartfona oraz Internetu do udziału w **bezpłatnych warsztatach** realizowanych w ramach projektu „**Cyfrowi Debiutanci** – oswajamy technologie”!



Warsztaty umożliwią osobom w dojrzałym wieku zdobycie nowych umiejętności w zakresie korzystania z nowych technologii i pomogą przełamać obawy związane z korzystaniem z nich. Uczestnicy zajęć otrzymują konkretne wskazówki na temat korzystania z aplikacji, poczty elektronicznej i bezpieczeństwa w Internecie.

Uczestnicy zajęć dowiedzą się:

- ▶ jak obsługiwać komputer i smartfon
- ▶ jak korzystać z przydatnych programów i aplikacji
- ▶ jak bezpiecznie poruszać się w internecie
- ▶ czym są media społecznościowe i jak z nich korzystać
- ▶ jak prosto i szybko załatwiać codzienne sprawy online.

W ramach projektu „**Cyfrowi Debiutanci - Oswajamy Technologie**” organizowane są warsztaty online oraz stacjonarne. **Wszystkie spotkania są bezpłatne.**



Centralny Dom
Technologii

ZAJĘCIA ONLINE

Zajęcia online odbywają co tydzień, w każdą środę w godz. 14:30 – 16:00. Aby dołączyć, wystarczy kliknąć w link we środę o godzinie 14:30: <https://cedet.clickmeeting.com/oswajamy-technologie>

Kampania filmowa BdE



Warszawski Instytut Bankowości we współpracy ze Związkiem Banków Polskich, Bankowym Centrum Cyberbezpieczeństwa i ponad 20 bankami w ramach realizacji wspólnej edukacyjnej filmowej kampanii „Bankowcy dla CyberEdukacji” ZAPRA-SZA SENIORÓW na film „BEZPIECZNE ZAKUPY ONLINE. A Ty jak wybierzesz?”.

Film zrealizowany został w formule „nauka przez działanie” i polega na dokonywaniu wyborów i kreowaniu losów bohaterów. Poznaj Basię i Andrzeja, wyrusz z nimi do świata cyber i wybieraj bezpiecznie!



Srebrna gospodarka

„Srebrna gospodarka to proces przemian systemu gospodarczego w taki sposób, aby wyjść naprzeciw potrzebom osób starszych, ale i młodszych pokoleń w ramach przygotowania ich do starości. To nie sektor specjalnej troski z uwagi na „kruchość” elementu ludzkiego, ale to wyzwanie i czynnik sprawczy innowacyjności.”

Podstawowym zadaniem instytucji finansowych jest zrozumienie kim i jaki jest senior w dzisiejszym świecie. Raport Srebrna Gospodarka ma na celu ułatwić instytucjom finansowym zrozumienie dla czego warto być bankiem przyjaznym seniorom, dzięki czemu łatwiej im będzie dostosowywać się do zmieniających się potrzeb starzejącego się społeczeństwa. Lepiej przecież świadczyć usługi istniejącym i nowym klientom i zwiększać ich zadowolenie.

Portret seniora w dzisiejszym świecie.

Starzenie się polskiego społeczeństwa jest faktem. Seniorzy to rosnąca w szybkim tempie grupa demograficzna. Jak podaje Główny Urząd Statystyczny w roku 2019 liczba Polaków wynosiła 38,38 mln mieszkańców, z czego osoby w wieku 60 lat i więcej stanowiły 1/4, zaś już w roku 2050 osoby 60+ będą stanowiły 40% społeczeństwa Rzeczypospolitej (GUS, 2021a).

Jak podaje Raport w populacji seniorów przeważają kobiety. W 2020 r., podobnie jak rok wcześniej, udział kobiet w zbiorowości osób starszych wyniósł 58,1%. W grupie osób w wieku 60 lat i więcej na 100 mężczyzn przypadło 139 kobiet. Wynika to z tego, że w 2020 r. przewidywane przeciętne dalsze trwanie życia noworodka płci męskiej wynosiło 72,6 roku, natomiast płci żeńskiej – 80,7 roku. W stosunku do roku poprzedniego w obu przypadkach nastąpiło pogorszenie tego wskaźnika, dla mężczyzn spadek ten był wyższy niż dla kobiet (odpowiednio o 1,5 i 1,1 roku).

Jak podaje Zakład Ubezpieczeń Społecznych, w marcu 2021 r. wypłacane przez niego emerytury pobierało 5,982 mln osób w Polsce, a w marcu 2022 r. już 6,028 mln. To nie zmienia faktu, że potencjał finansowy gospodarstw domowych w miarę zaawansowania wieku znacznie spada. Stopa ubóstwa skrajnego wyznacza poziom zaspokojenia potrzeb, poniżej którego występuje biologiczne zagrożenie życia oraz rozwoju psychofizycznego człowieka. Zaspokajanie potrzeb na tym poziomie i zakresie rzeczowym umożliwia jedynie przeżycie. Dla osób 65+ wyniosła ona 4,4% (dla ogółu ludności, według GUS, w roku 2020 wyniosła 5,2%).



Jak więc idzie seniorom korzystanie z usług bankowych? Według Raportu aż 59% pytanych wskazuje, że kontakt z bankowością nie sprawia im, żadnych problemów, a 80% seniorów korzystających z internetu zadeklarowało, iż zarządza swoimi finansami poprzez bankowość mobilną lub internetową. Dodatkowo 88% seniorów deklaruje posiadanie karty płatniczej, a 70% korzysta z niej bardzo często. Z drugiej zaś strony osoby w wieku zaawansowanym wskazują na niedostępność produktów kredytowych dla osób powyżej 65. roku życia.

Dlatego też warto i należy opracowywać usługi i produkty, które są lepiej dostosowywane do specyficznych potrzeb konsumentów w różnym wieku. Robić wszystko, by ograniczać potencjalne oszustwa i wykorzystywanie finansowe, aby polepszać relacje banku z interesariuszami, stosować się do wymogów równego traktowania konsumentów – bez względu na wiek, płeć, wiarę, kolor skóry, jak też inne prawa obywatelskie. To wszystko wpływa na rozbudowę potencjału gospodarki senioralnej, która dziś i jutro jest tak ważna.

Przedstawione powyżej dane to tylko niewielka część informacji, które można przeczytać w Raporcie Srebrna Gospodarka. Więcej informacji dlaczego i jak zadbać o seniorów można przeczytać poniżej: https://alebank.pl/wp-content/uploads/2022/10/Raport_Srebrna-gospodarka.pdf

Bankowcy dla Edukacji

Program BdE to kilkanaście projektów, zróżnicowanych pod kątem grup odbiorców, form i częstotliwości realizacji. Łącznie uczestniczy w nich ponad 800 podmiotów. To wspólna inicjatywa banków i firm infrastruktury bankowej realizowana we współpracy z instytucjami publicznymi, samorządami, organizacjami pozarządowymi i mediami.



Jeden z największych w Europie programów edukacyjnych w zakresie finansów osobistych, ochrony dokumentów i tożsamości oraz cyberbezpieczeństwa zaprasza do współpracy Uniwersytety Trzeciego Wieku i organizacje senioralne.

AKTYWNY

SENIOR

Świadome poruszanie się w internecie, bezpieczne korzystanie z komputera, smartfonu, bankomatu, karty płatniczej – to umiejętności, których wymaga od nas współczesny świat. Odpowiedzialne poruszanie się w świecie finansów, bankowości i cyberprzestrzeni, to także ochrona danych osobowych i uwierzytelniających, takich jak kod PIN do karty płatniczej, czy hasło do bankowości elektronicznej. To pierwszy krok do finansowego bezpieczeństwa. Warto o nie zadbać, aby uniknąć przykrych sytuacji.



Dla Uniwersytetów Trzeciego Wieku i organizacji senioralnych, uczestniczących w Programie BdE wszystkie działania są **BEZPŁATNE**.

Więcej szczegółów na www.bde.wib.org.pl i pod adresem seniorzy@wib.org.pl.



Najważniejsze działania i inicjatywy projektu Aktywny Senior:

- Wykłady i webinary z udziałem ekspertów
- Konferencje i spotkania online
- Raport „InfoSenior”
- Poradniki i materiały informacyjne
- Biuletyny i newslettery
- Broszury edukacyjne
- Kampania filmowa „Bankowcy dla CyberEdukacji”