MANO INTERNETO KELRODIS

BIBLIOTEKOS REKOMENDUOJA

LIETUVOS NACIONALINĖ MARTYNO MAŽVYDO BIBLIOTEKA

Lietuvos Respublikos kultūros ministerija

Bibliotekos pažangai

UDK 004.7

MANO INTERNETO KELRODIS

Mokomoji medžiaga

Autoriai:

Vilija Dzingienė, Meilutė Kretavičienė, Irena Kuzminskienė, dr. Lina Šarlauskienė, Jevgenija Ševcova

Leidinys išleistas vykdant projektą „Bibliotekos pažangai“, kurį įgyvendina Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka kartu su Lietuvos Respublikos kultūros ministerija.

Knyga išspausdinta ant ekologiško popieriaus, pagaminto iš 100% perdirbtos makulatūros.

Sudarytojai – recenzentai:

Dr. Gintarė Tautkevičienė, Aušra Vaškevičienė

Konsultantė

Laima Lapinienė

Redaktorius

Gytis Vaškelis

Dizaineris bei maketuotojas

Darius Petrulaitis | www.petrulaitis.lt

Spausdino UAB „Lodvila“

Tiražas 16200

ISBN 978-609-405-002-2

© Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka

MANO INTERNETO KELRODIS

Mokomoji medžiaga

Vilnius, 2008

TURINYS

1 ELEKTRONINIS BENDRAVIMAS

1.1 Viskas apie elektroninį paštą
1.2 Skambučiai ir pokalbiai internetu
1.3 Apie forumus, pokalbių svetaines ir interneto dienoraščius (blogus)
1.4 Apie paslaugą „Klausk bibliotekininko“
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas
Rekomenduojame paskaityti

12-29

2 KAS IEŠKO – TAS RANDA

2.1 Nuo ko pradėti paiešką?
2.2 Pagrindinės užklausos formulavimo taisyklės
2.3 Patobulinkite paieškos įgūdžius
2.4 Ar be paieškos įrankių turite kitų alternatyvų?
2.5 Paieška duomenų bazėse
2.6 Rastos informacijos vertinimas
2.7 Paieškos etapai
2.8 Patarimai, kurie padės sėkmingai atlikti paiešką internete
2.9 Paieškos pavyzdžiai
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas
Rekomenduojame paskaityti

30-41

3 REIKALUS GALIU TVARKYTI INTERNETU

3.1 Kaip naudotis elektroninės valdžios paslaugomis?
3.2 Kokios savivaldos paslaugos Jūsų laukia internete?
3.3 Kur galiu rasti teisinę informaciją ir pagalbą?
3.4 Kur ieškoti statistinės informacijos?
3.5 Kur ieškoti informacijos apie kelionių dokumentus ir migraciją?
3.6 Kaip surasti informaciją apie visuomenines organizacijas?
3.7 Kaip surasti Lietuvos elektroninius laikraščius, žurnalus, naujienas?
3.8 Kaip sužinoti adresą ir maršrutą bei nepamiršti reikšmingo susitikimo?
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas

42-57

4 TAUPYKIME LAIKĄ IR PINIGUS

4.1 Valstybinės mokesčių inspekcijos informacija internete
4.2 Internetu galite ieškoti ir darbo, ir darbuotojų
4.3 Naudokitės internetine bankininkyste
4.4 Pirkite virtualiose parduotuvėse
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas
Rekomenduojame paskaityti

58-81

TURINYS

5 MOKYTIS NIEKADA NEVĖLU IR LABAI PATOGU INTERNETU

5.1 Kur mokytis ir kokią profesiją pasirinkti?
5.2 Kur ieškoti informacijos mokymuisi ir studijoms?
5.3 Kaip surasti bibliotekų knygas ir užsakyti internetu?
5.4 Ką galite rasti duomenų bazėse?
5.5 Ką galite rasti Lietuvos duomenų bazėse?
5.6 Kuriomis užsienio duomenų bazėmis galite naudotis bibliotekose?
5.7 Kaip mokytis kalbų internetu?
5.8 Kaip mokytis ar studijuoti nuotoliniu būdu?
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas

82-95

6 KAIP LAISVALAIKĮ LEISTI LINKSMAI IR TURININGAI?

6.1 Imkite mane ir skaitykite
6.2 Meno gerbėjams atsiveria virtualios durys
6.3 Virtualios bendruomenės laukia Jūsų
6.4 Pagalba laisvalaikio planavimui
6.5 Keliaujantiems
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas

96-109

7 SVEIKATA – BRANGIAUSIAS TURTAS

7.1 Valstybė garantuoja nemokamą gydymą ir teisę žinoti
7.2 Registruokis pas gydytoją internetu
7.3 Noriu žinoti apie sveikatą ir ligas
7.4 Viskas apie vaistus
7.5 Ką siūlo alternatyvios medicinos svetainės?
7.6 Ir dar kai kas naudingo
7.7 Jei mėgsti skaityti knygas
Rekomenduojamų nuorodų sąrašas

110-125



ĮVADAS

Kompiuteriai ir internetas užima svarbią vietą daugelio žmonių gyvenime. Interneto vartotojų skaičius nuolat auga, kadangi jis tapo prieinamas ne tik didžiuosiuose miestuose ar miesteliuose, bet ir kaimo vietovėse. Daugelis žmonių, neturinčių kompiuterio ir interneto savo namuose, juo gali naudotis darbo vietose, ugdymo institucijose ar viešosiose bibliotekose. Pagrindinis interneto privalumas – galimybė greitai ir dažniausiai nemokamai gauti informacijos, bendrauti su bet kurioje pasaulio vietoje esančiais draugais, giminaičiais, pažįstamais ar netgi visai nepažįstamais žmonėmis. Interneto forumai padeda susirasti draugų ir bendraminčių, su kuriais galima pasidalinti informacija ir patirtimi, kurie gali padėti spęsti darbe ar asmeniniame gyvenime kylančias problemas.

Šis interneto vadovėlis skirtas pradedantiesiems interneto vartotojams. Jis padės Jums susigaudyti interneto labirintuose. Knygoje gausu patarimų, kaip greitai rasti reikalingą informaciją, kaip naudojant internetą taupyti laiką ir pinigus. Išsamus knygos turinys padės Jums rasti reikiamą temą. Pateiksime trumpą kiekvieno skyriaus apžvalgą.

Skyriuje **„Elektroninis bendravimas“** susipažinsite su elektroninio bendravimo priemonių privalumais ir trūkumais. Jeigu dar neturite el. pašto dėžutės, rasite patarimų, kaip pasirinkti ir sukurti asmeninę pašto dėžutę. Sužinosite, kokie el. telefonijos privalumai, kokios galimybės bendrauti realiame laike: rašyti žinutes, kalbėtis telefonu ir netgi matyti su Jumis bendraujančio asmens vaizdą. Taip pat sužinosite apie grupinio bendravimo priemones. Bendravimas naudojant el. priemones, kaip ir bet kuris kitas, reikalauja laikytis tam tikrų taisyklių, su kuriomis susipažinsite skaitydami apie interneto etiketą. Šioje temoje rastite informacijos, kaip gauti pagalbą naudojantis paslauga „Klausk bibliotekininko“.

Skyriuje **„Kas ieško – tas randa“** sužinosite, nuo ko pradėti internete esančių informacijos šaltinių paiešką. Pristatyti paieškos įrankiai ir pagalba padės pasirinkti tinkamą paieškos įrankį, suformuluoti paieškos klausimą ir atlikti paiešką. Šioje temoje sužinosite, kad ne visa internete surasta informacija yra patikima ir kokybiška, rasite patarimų, kur reikėtų ieškoti patikimos ir kokybiškos informacijos, išmoksite įvertinti surastą informaciją.

Trečiajame skyriuje **„Reikalus galiu tvarkyti internetu“** supažinsite su internete teikiamomis el. valdžios bei savivaldos paslaugomis, sužinosite, kur rasti teisinę informaciją ir pagalbą, ieškoti statistinės informacijos, rasti informacijos apie kelionės dokumentus ir migraciją. Perskaitę šį skyrių sužinosite, kaip rasti el. laikraščius, žurnalus ir naujienas. Rasite informacijos, kaip naudotis interaktyviais žemėlapiais, rasti reikalingą vietovę, o esant reikalui galėsite suplanuoti kelionės maršrutą, naudotis laiko planavimo priemonėmis.

Ketvirtasis skyrius **„Taupykime laiką ir pinigus“** sudomins tuos, kurie naudojasi mokesčių inspekcijos paslaugomis ar ieško naujo darbo, nori pakeisti jau turimą bei tuos, kurie ieško darbuotojų. Vis daugiau žmonių naudojasi el. bankininkystės paslaugomis, tvarko sąskaitas ar moka mokesčius, todėl šiame skyriuje esanti informacija jiems tikrai naudinga. Vertingos informacijos ir pagalbos ras ir tie, kurie nori pirkti internete.

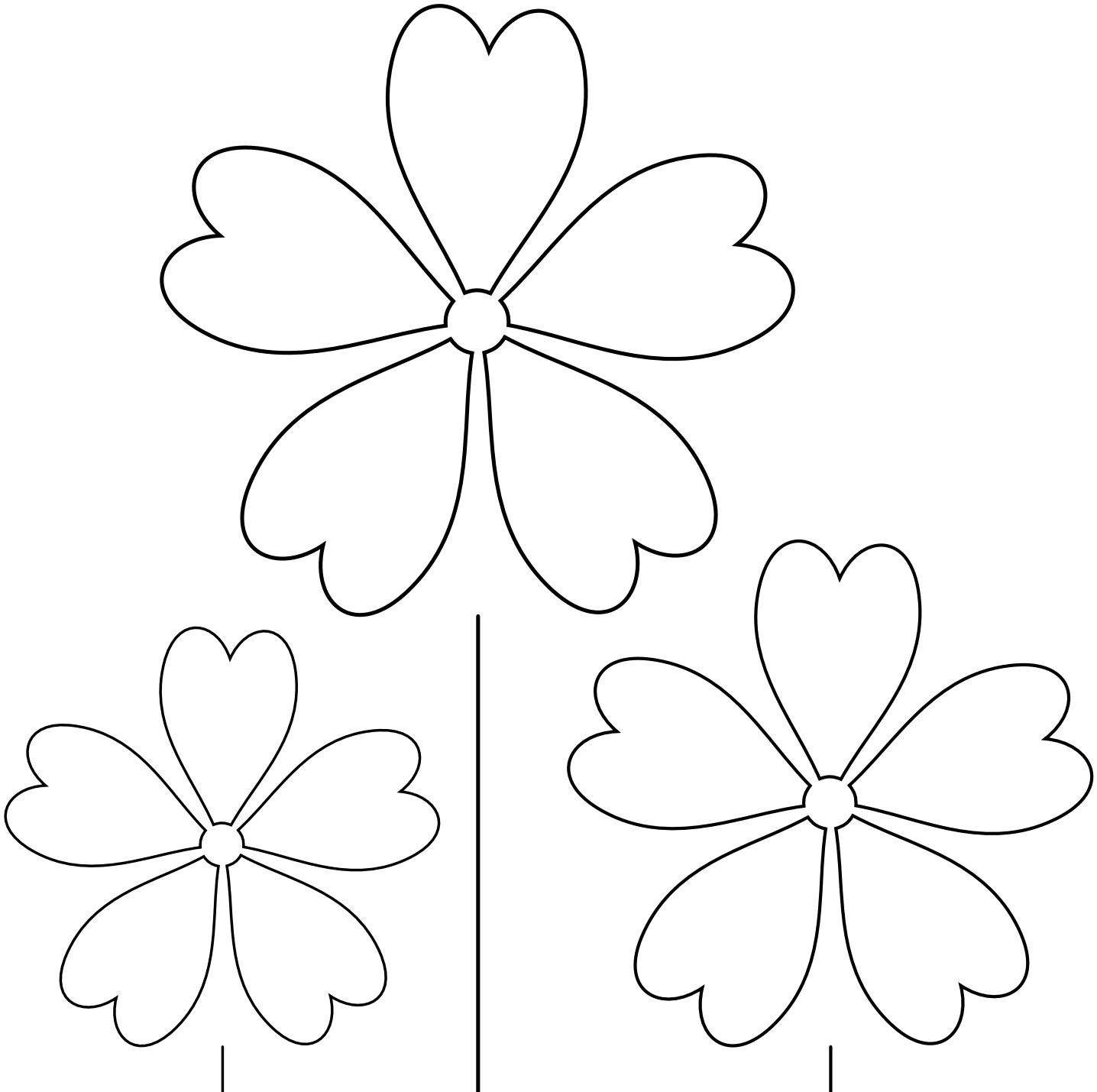
Jeigu norite tobulėti, Jus turėtų sudominti penktasis skyrius **„Mokytis niekada nevėlu ir labai patogu internetu“.** Joje rasite informacijos apie Lietuvoje veikiančias mokymosi įstaigas ir jose rengiamas specialybes. Šioje temoje sužinosite, kur ieškoti mokymuisi reikalingų informacijos šaltinių. Taip pat rasite informacijos apie bibliotekų teikiamas paslaugas, galimybę naudotis bibliotekų paslaugomis internetu, ieškoti informacijos bibliotekų kataloguose, Lietuvos duomenų bazėse bei bibliotekų prenumeruojamose duomenų bazėse. Jeigu gyvenate toliau nuo didžiųjų miestų, Jus tikriausiai sudomins nuotolinio mokymosi galimybės arba anglų kalbos mokymasis internetu.

Šeštasis skyrius **„Kaip laisvalaikį leisti linksmai ir turiningai?“** padės ieškoti laisvalaikiui ir kelionėms reikalingos informacijos. Šioje dalyje sužinosite, kaip surasti ir užsakyti Jus dominančią knygą bibliotekoje, kaip rasti visatekstes knygas internete. Besidomintys menu ras pagalbą ieškant informacijos apie muziejus, kiną, teatrą, planuojamus kultūrinius ir laisvalaikio renginius, sužinos, kaip aplankyti virtualias meno parodas, įsigyti bilietus į renginius ir kt. Mėgstantys keliauti ras informaciją, kuri padės planuoti keliones, rasti įvairių transporto priemonių tvarkaraščius bei apmokėti ir įsigyti kelionės bilietus internetu.

Sveikata – visiems aktuali tema. Septintajame skyriuje **„Sveikata – brangiausias turtas“** pateikta informacija yra skirta tiems, kurie nori ieškoti su sveikata ir jos priežiūra susijusios informacijos. Šioje temoje rasite daug naudingos informacijos apie sveikatos paslaugas, pacientų teises ir valstybės teikiamas garantijas, kompensuojamus vaistus, galimybę užsiregistruoti pas gydytoją internetu. Perskaitę šį skyrių išmoksite ieškoti ir vertinti surastus sveikatos tinklalapius. Sužinosite apie sveiką gyvenseną ir alternatyvią mediciną. Knygos skaitytojus taip pat turėtų sudominti informacija, kaip gauti tiesioginių gydytojų konsultacijų internete, kaip rasti medicinos tematikos knygų, žurnalų, sveikatos portalų (svetainių).

Kaip pastebėjote skyrių apžvalgoje, knygoje pristatomos įvairios, daugeliui vartotojų aktualios temos. Knygos autoriai tikisi, kad kiekvienas ras naudingos informacijos jį dominančia tema.

Linkime sėkmės pradedant įdomią, kupiną netikėtumų ir atradimų kelionę po interneto labirintus.



KAIP MOKYTIS SU ŠIA KNYGA?

Interneto vadovėlis yra skirtas Jūsų savarankiškam mokymuisi. Skaitydami šį vadovėlį įgysite žinių apie el. bendravimą, informacijos paieškos įrankius, informacijos paieškos planavimo ir vykdymo principus, susipažinsite su interneto išteklių įvairove. Knygą galite skaityti Jums patogiu laiku: namuose, keliaujant ar kitoje patogioje vietoje. Tačiau jeigu norite įgyti ir įtvirtinti praktinius informacijos paieškos gebėjimus, šią knygą geriausia studijuoti prie kompiuterio. Tai galite daryti namuose, bibliotekoje ar kitoje Jums prieinamoje vietoje. Patys atlikdami paiešką kompiuteriu, įgysite ir įtvirtinsite praktinių paieškos gebėjimų, išsiaiškinsite, kokie paieškos aspektai Jums kelia daugiausiai rūpesčių, rasite Jums patogiausią paieškos būdą bei sukaupsite Jus dominančių ir Jums naudingų interneto adresų kolekciją.

Kadangi mokotės savarankiškai, rekomenduojame tokius savarankiško mokymosi ir naudojimosi šia knyga etapus:

1. Perskaitykite knygos skyriuose pateiktą mokymosi medžiagą.
2. Atkreipkite dėmesį į paryškintą ar simboliu ! pažymėtą tekstą.
3. Perskaitę skyrių iš karto pabandykite prisijungti Rekomenduojamų nuorodų sąraše pateiktais interneto adresais. Šie adresai dažniausiai minimi ir konkretaus skyriaus tekste.
4. Jeigu atvėrėte paieškos įrankio svetainę, susipažinkite su paieškos galimybėmis ir ypatumais.
5. Jeigu atvėrėte organizacijos ar įstaigos svetainę, susipažinkite su svetainės turiniu bei teikiamomis paslaugomis. Knygoje pateikti svetainių ir paslaugų aprašymai padės orientuotis svetainėje ir suvokti konkrečių paslaugų paskirtį.
6. Jeigu ieškote konkrečios informacijos ir negalite jos rasti knygoje nurodytais adresais, pagalbos galite kreiptis į bibliotekos, kurios skaitytojas Jūs esate, darbuotojus arba užduoti klausimus daugelyje bibliotekų veikiančioje paslaugoje „Klausk bibliotekininko“. Daugeliu atvejų bibliotekininkai ne tik atsakys į Jus dominančius klausimus, bet ir patars ar rekomenduos, kaip greičiau ir patogiau ieškoti reikalingos informacijos.

Kaip studijuoti šioje knygoje pateiktą mokymosi medžiagą? Knygą galite skaityti nuo pradžios iki pabaigos, po to ieškoti Jus dominančios informacijos. Tačiau toks skaitymas yra mažai naudingas: kai skaitysite septintą skyrių, jau būsite pamiršę, kas parašyta pirmajame. Rekomenduojame šią knygą naudoti, kaip praktinį paieškos vadovą, t. y. perskaitę vieną knygos skyrių, o geriausia vieną ar keletą poskyrių iš karto atverkite nurodytą svetainę ar paieškos įrankį bei atlikite kitus knygoje nurodytus veiksmus. Naudodami šį mokymosi metodą įgysite tiek žinių, tiek praktinių paieškos gebėjimų, o esant problemoms galėsite iš karto kreiptis pagalbos į kompetentingus asmenis, pvz., bibliotekos darbuotojus, ar pateikti klausimą paslaugoje „Klausk bibliotekininko“.

Pradėkite nuo pirmųjų dviejų skyrių, kuriuose aprašomi bendrieji bendravimo ir paieškos internete principai. Šiose temose pateikta informacija Jums padės išmokti naudotis elektroninio bendravimo priemonėmis ir informacijos paieškos įrankiais.

El. paštas atveria naujas bendravimo galimybes, todėl jeigu dar neturite el. pašto būtinai perskaitykite pirmąjį knygos skyrių. El. paštu galite bendrauti ne tik su draugiais ar pažįstamais, bet ir pateikti Jums aktualius klausimus valstybinių ir privačių įstaigų ar organizacijų atsakingiems darbuotojams. Pirmajame skyriuje „Elektroninis bendravimas“ rasite informaciją, kaip susikurti el. pašto dėžutę, kaip pasirinkti el. pašto tiekėją, kokioje tarnybinėje stotyje galite nemokamai sukurti el. pašto dėžutę. Mokymosi medžiagoje pateikiamos instrukcijos, kaip rašyti laišką, kokią informaciją įrašyti į konkrečius pašto programos laukelius. Prieš pradedant rašyti laiškus susipažinkite su interneto etiketu. Knygoje pateikti patarimai leis Jums lengviau bendrauti ir išvengti su el. bendravimu susijusių nesusipratimų.

Jeigu jau mokate naudotis el. paštu, pirmajame skyriuje rasite naudingos informacijos, kaip naudotis Skype programa ir kitomis interneto telefonijos paslaugomis. Naudodamiesi šiomis paslaugomis galite tiesiogiai bendrauti, kalbėti realiame laike, ir tuo pačiu sutaupyti laiko bei pinigų.

Jeigu jaučiatės vieniši ir norite rasti draugų bei bendraminčių, knygoje rasite informacijos apie forumus, pokalbių svetaines ir interneto dienoraščius. Pirmajame skyriuje pateikti patarimai padės susirasti bendraminčių forumus ir pokalbių svetaines, kuriose galėsite diskutuoti ir gauti atsakymus į daugelį Jus dominančių ir aktualių klausimų. Norėdami pateikti savo mintis bei sulaukti kitų nuomonės ir komentarų, galite naudoti interneto dienoraščius. Tai gana naujas bendravimo internete būdas.

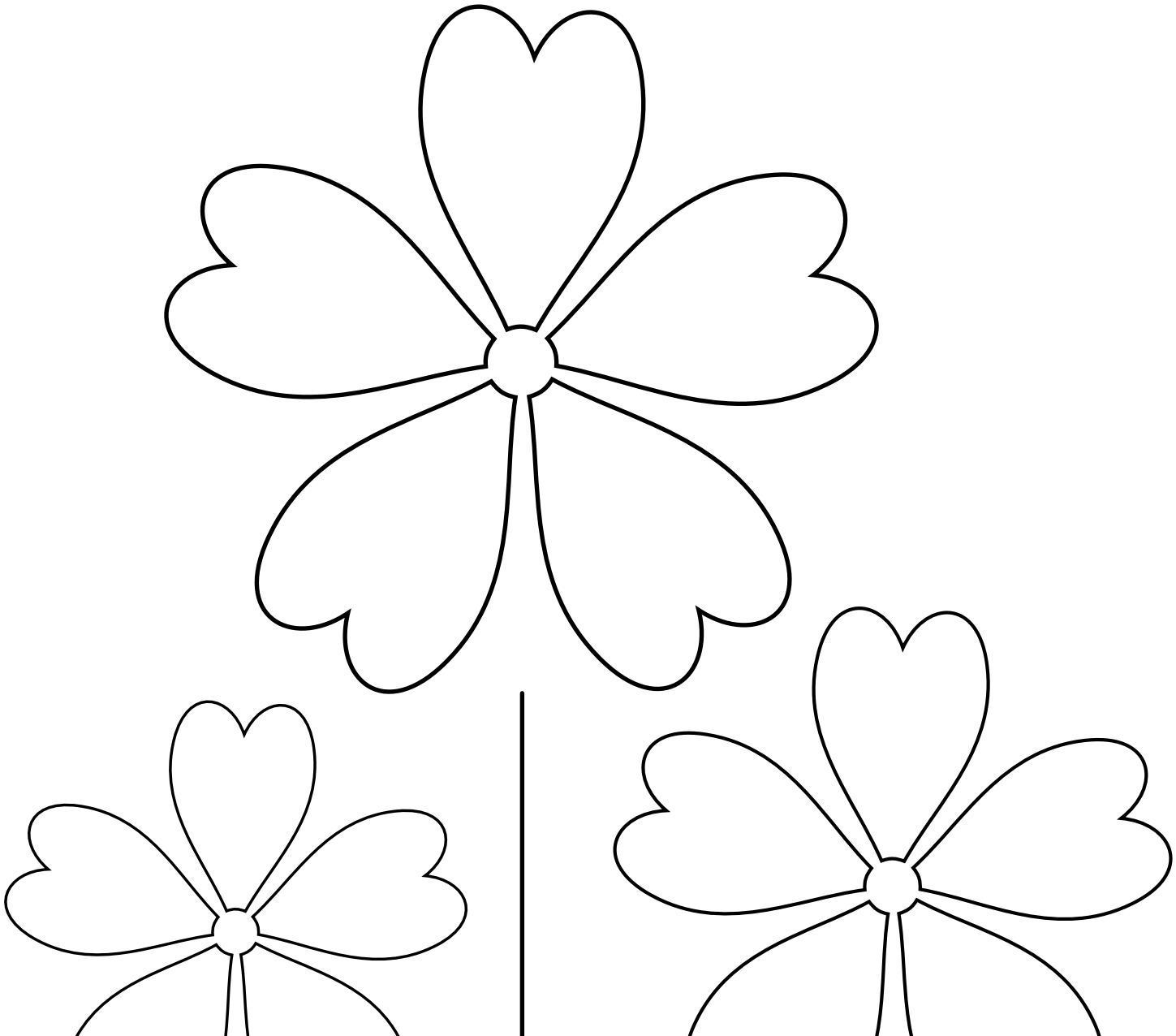
Jeigu jau išmokote naudotis bent viena el. bendravimo priemone, tęskite knygos studijas toliau. Antrajame knygos skyriuje „Kas ieško – tas randa“ galite susipažinti su informacijos paieškos esminiais dalykais. Šis skyrius yra labai svarbus, todėl studijuokite labai atidžiai. Jame rasite patarimus, kaip ieškoti informacijos. Susipažinsite su užklausos formulavimo taisyklėmis, sudėtingesnės užklausos pateikimo galimybėmis ir ypatumais, galimomis paieškos alternatyvomis. Šioje dalyje susipažinsite su įvairiais informacijos paieškos įrankiais. Taip pat

rasite paieškos etapus ir patarimus, kurie padės sėkmingai atlikti paiešką. Kiekvieną kartą atlikdami reikalingos informacijos paiešką, prisiminkite arba dar kartą peržvelkite šį skyrių. Rekomenduojamų nuorodų sąraše rasite pagrindinių paieškos įrankių: universalių ir specializuotų paieškos sistemų, adresų katalogų, virtualių bibliotekų, laisvai prieinamų duomenų bazių interneto adresus. Išbandykite bent po vieną įvairaus tipo paieškos įrankį. Jeigu paieškos įrankis Jums patiko ir planuojate jį naudoti dažniau, reikėtų detaliau susipažinti su šio paieškos įrankio ypatumais, perskaityti pagalbos puslapiuose pateiktą informaciją. Tokius pagalbos puslapius rasite daugumoje paieškos įrankių.

Tolimesni šios knygos skyriai padės Jums susipažinti su konkrečios tematikos informacijos paieška, svetainėmis ir paslaugomis. Galite pasirinkti tą temą, kuri labiau Jus domina ar yra Jums aktuali. Skaitydami mokymosi medžiagą iš karto atverkite aptariamą svetainę ir susipažinkite su joje pateikta informacija ir paslaugomis. Nenustebkite, jeigu kartais rasite kitokią informaciją ar meniu pasirinkimus nei aprašyta knygoje. Taip yra todėl, kad internete esanti informacija nuolat kinta, tinklalapiai yra papildomi nauja informacija, keičiamas jau esančios svetainės turinys ir dizainas, dalis informacijos yra pašalinama. Nepaisant šių pakeitimų svetainės paskirtis turėtų išlikti ta pati. Jums patiems reikės tyrinėti ir analizuoti svetainėje pateikiamą informaciją bei rasti tai kas Jus domina.

Perskaitę pasirinktą poskyrį, praktiškai susipažinkite su jame aprašytais įrankiais ar svetainėmis. Taip pat rekomenduojame atlikti mokymosi medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pateiktas praktines užduotis, kurios pateiktos prie kiekvienos temos. Savarankiška praktinė veikla leis geriau suvokti ir įsisavinti studijuojamą medžiagą.

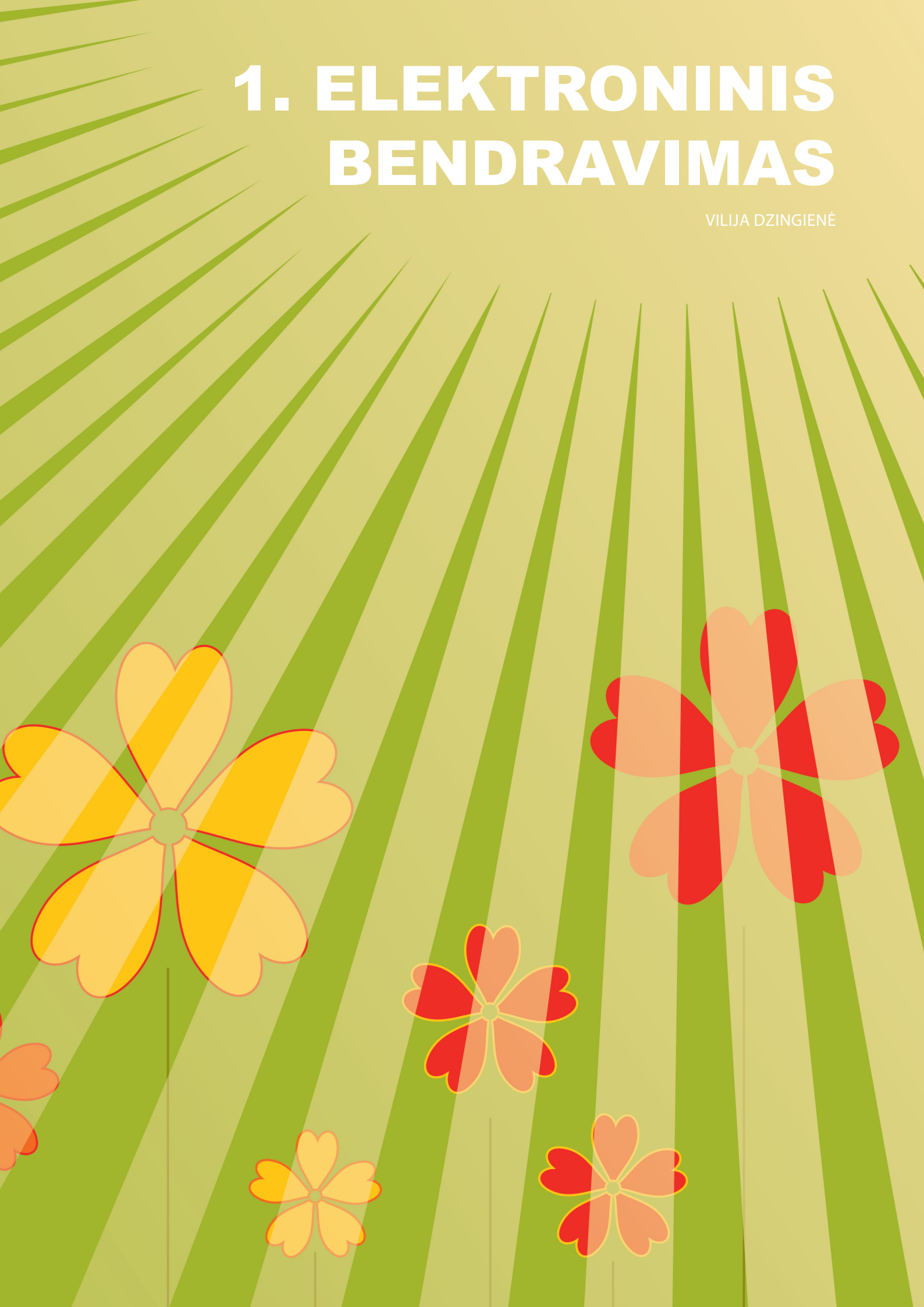
Kilus problemoms ar neaiškumams, rekomenduojame apie studijuojamą temą plačiau paskaityti mokymosi medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> arba po knygos skyriaus nurodytoje literatūroje „Rekomenduojame paskaityti“. Pagalbos taip pat galite kreiptis į bibliotekos, kurios skaitytojas Jūs esate, darbuotojus.





1. ELEKTRONINIS BENDRAVIMAS

VILIJA DZINGIENĖ



TURINYS

1.1. VISKAS APIE ELEKTRONINĮ PAŠTĄ 16

1.2. SKAMBUČIAI IR POKALBIAI INTERNETU 23

1.3. APIE FORUMUS, POKALBIŲ SVETAINES IR INTERNETO DIENORAŠČIUS (BLOGUS) 24

1.4. APIE PASLAUGĄ „KLAUSK BIBLIOTEKININKO“ 26

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 27

REKOMENDUOJAME PASKAITYTI 29





1. ELEKTRONINIS BENDRAVIMAS

1.1. VISKAS APIE ELEKTRONINĮ PAŠTĄ

Kas yra elektroninis paštas?

Elektroninis paštas (el. paštas) yra viena populiariausių interneto paslaugų, kuri leidžia persiųsti laiškus iš vieno kompiuterio į kitą. Kartu su laišku galima siųsti ne tik tekstą, bet ir paveikslėlių, garsų ar vaizdo įrašų.

Tikriausiai el. paštu naudojasi daugelis Jūsų kaimynų, draugų, pažįstamų ir yra labai patenkinti šia puikia bendravimo priemone. Kodėl ir Jums nepasinaudoti el. paštu? Jeigu neturite namuose kompiuterio, juo galima naudotis pas draugus arba viešojoje bibliotekoje. El. paštas suteikia Jums puikią galimybę greitai ir nemokamai bendrauti su draugais, pažįstamais ar giminaičiais Lietuvoje arba išvykusiais gyventi ar dirbti į užsienį. Be to, parašę el. laišką į bet kurią valstybinę instituciją, privačią įmonę ar bendrovę, galite sužinoti ar pasitikslinti Jus dominančią informaciją, pasinaudoti jų el. paslaugomis.

Kokie el. pašto privalumai?

El. paštas daugeliu atvejų yra patogesnis ir pigesnis laiškų siuntimo būdas už įprastinį. Jūsų išsiųstas el. laiškas pasiekia adresatą, esantį net tolimiausioje pasaulio šalyje, labai greitai: per keletą sekundžių, minučių ar valandų. Nebereikia rūpintis, kur įsigyti voką ir pašto ženklą, kaip nugabenti laišką į pašto skyrių. Tą laiką galite skirti kitiems darbams, mokymuisi, darbui ar kitai įdomiai veiklai. Jeigu turite naujienų ar informacijos, kuri domina keletą ar net keliolika Jūsų draugų, tą patį laišką galite išsiųsti visiems vienu metu.

Popierinius laiškus saugote rašomajame stale ar dėžutėje. Jie užima vietą, o kai prireikia konkretaus laiško, dažniausiai sunkiai jį randate. Su el. laiškais paprasčiau. Jie yra saugomi kompiuterio arba serverio pašto dėžutėje, juos lengva tvarkyti, rūšiuoti, saugoti, ištrinti, surasti. Tai tik keletas el. pašto privalumų.

Ar el. paštas turi trūkumų?

Naudojantis el. paštu taip pat gali kilti problemų. Pirmiausiai gali sugesti kompiuteris, jis gali būti užkrėstas kompiuterių virusu, nustoti veikti arba sugadinti paštą. Kita gana dažnai pasitaikanti problema – į Jūsų el. pašto dėžutę ateina ne Jums adresuoti laiškai, vadinami šiukšlėmis. Tokie laiškai yra viena iš kompiuterio virusų atmainų. Juos šalindami iš pašto dėžutės sugaištate nemažai laiko. El. pašto programose yra numatyta galimybė nustatyti, kad nepageidaujamus laiškus automatiškai šalintų į ištrintų laiškų aplanką.

Plačiau apie el. pašto trūkumus ir privalumus galite pasiskaityti mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Elektroninis bendravimas“.

Kurį el. paštą pasirinkti?

Pasaulyje ir Lietuvoje yra daugybė interneto paslaugų tiekėjų, kurie siūlo nemokamai naudotis el. paštu. Kaip iš gausybės išsirinkti tinkamiausią? Renkantis el. pašto tiekėją, reikėtų atsižvelgti į jų siūlomas galimybes:

- Tiems, kurie nemoka anglų kalbos, reikėtų rinkis tą el. paštą, kuris turi lietuvišką vartotojo aplinką;
- Labai patogu, kai tuo pačiu el. pašto adresu galite naudotis tiek namuose, tiek bet kuriame kompiuteryje, esančiame bet kurioje pasaulio vietoje. Tam turite pasirinkti el. paštą, kuris palaiko POP3 protokolą. Apie jį galite pasiskaityti knygoje *Elektroninis paštas.*[1]*;*
- Pasirinkę tokį el. paštą, namuose galėsite naudotis Jūsų kompiuteryje įdiegta el. pašto programa (pvz., *Outlook Express, Microsoft Outlook, Windows Mail* ir kt.), o darbe arba keliaudami – žiniatinklio paštu;
- Pasirinkite el. paštą, kuris leidžia kaupti didesnės apimties laiškų archyvą. Tuomet galite saugoti išsiųstus ir gautus laiškus, nereikia trinti anksčiau gautų laiškų, visuomet galite surasti reikalingą laišką;
- Atkreipkite dėmesį, kokios apimties priedus galite gauti arba išsiųsti. Pasirinkite tą, kuris leidžia siųsti didesnės apimties priedus;
- Labai svarbu, kad el. pašte būtų apsauga nuo virusų ir nereikalingų laiškų.

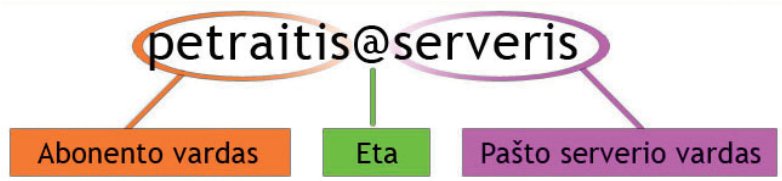
Vienas iš šiuos reikalavimus tenkinančių žiniatinklio paštų yra ***Google*** kompanijos el. paštas ***Gmail*** <http://mail.google.com/>. Apie jį galite pasiskaityti ***Gmail*** tinklalapyje <http://mail.google.com/>. Kaip susikurti šiame pašte savo abonentą rasite mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Elektroninis bendravimas“.

1 ŽILIENĖ, VERONIKA. ELEKTRONINIS PAŠTAS. KAUNAS: SMALTIJA, 2001. 299 P. ISBN 9986-965-49-7.

Jeigu norite, galite pasirinkti ir kitus el. pašto tiekėjus, juos rasite šiais interneto adresais: http://www.pastininkas.lt/, https://pastas.draugas.lt/, http://mano.zebra.lt/, http://lit.freemail.lt/, http://webmail.delfi.lt/, http://www.postbox.lt/.

Kas yra el. pašto adresas?

Parašę el. laišką turite nurodyti, kokiu adresu norite išsiųsti laišką. El. pašto adresą sudaro dvi dalys, atskirtos ženklu @ (eta) (1.1. pav.).



1.1. pav. El. adreso struktūra

Pirmojoje dalyje rašomas Jūsų sugalvotas el. pašto abonento vardas, o antroji dalis nurodo vardą serverio, į kurį bus siunčiami laiškai. Pvz., jeigu pasirinkote ***Gmail*** tiekėją, tuomet antroji el. pašto adreso dalis bus *gmail.com*. Abonento vardas gali būti bet koks sugalvotas žodis, tačiau rekomenduojama abonento vardą pasirinkti susijusį su Jūsų vardu ir/ar pavarde, ar įvairias jų kombinacijas: vardas ir pirmoji pavardės raidė, pavardė ir pirmoji vardo raidė ar panašiai. Organizacijose dažnai suteikiamas el. pašto adresas su vardu ir pavarde, juos atskiriant tašku. Tuomet laiškų gavėjui iš karto aišku, kas jam atsiuntė laišką ir su kuo jis bendrauja.

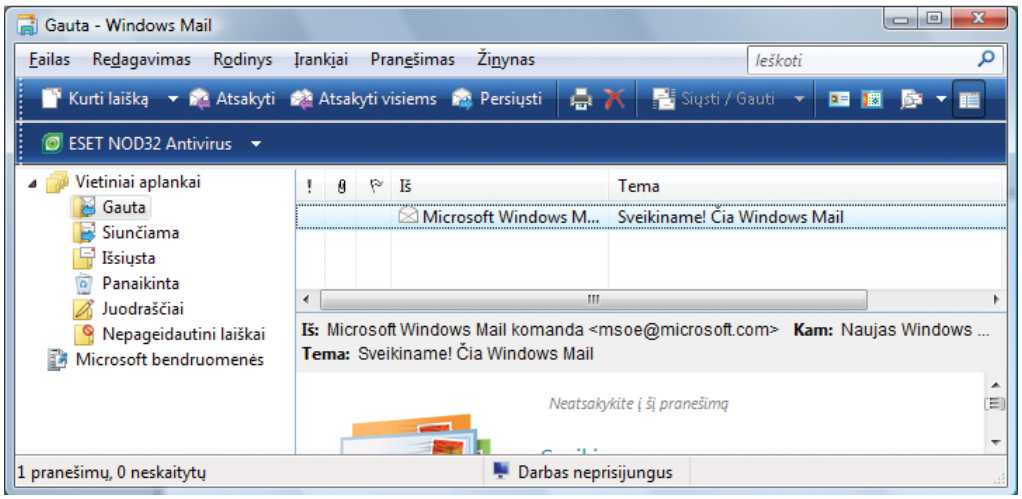
El. pašto adresą reikia įrašyti tiksliai taip, kaip jis užregistruotas, negalima daryti tarpų, keisti linksnių ir pan. Jeigu atsakote į Jums atsiųstą laišką, geriausiai naudoti el. pašto komandą **Atsakyti** (angl. *Reply*) arba **Atsakyti visiems** (angl. *Reply All*) (1.4. pav.), tuomet niekada nesuklysite įrašydami adresato el. pašto adresą. Apie el. pašto adresą galite pasiskaityti mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Elektroninis bendravimas".

***Windows Mail* programa**

Windows Mail – Windows Vista operacinės sistemos el. pašto programa. Paleidus programą, atveriamas 1.2. paveiksle pavaizduotas langas.

El. pašto programos *Windows Mail* (1.2. pav.) langas susideda iš šių pagrindinių dalių:

- Meniu juostos;
- Priemonių juostos, kurioje išdėstyti šie mygtukai:
  - **Kurti laišką** (angl. *Create Mail*). Spragtelėjus šį mygtuką atveriamas naujo laiško rašymo langelis;
  - **Atsakyti** (angl. *Reply*). Naudoti šį mygtuką atsakant į laiškus patogu, nereikia rašyti gavėjo adreso, nes programa automatiškai užrašo jį ir perkelia gautą laišką;
  - **Atsakyti visiems** (angl. *Reply All*). Jei laiškas buvo siųstas keliems asmenimis, naudojant šį mygtuką galima nusiųsti atsakymą iš karto visiems. Apie mygtukus **Atsakyti** ir **Atsakyti visiems** plačiau pasiskaitykite skyrelyje *Kaip siųsti ir atsakyti į laiškus?*
  - **Persiųsti** (angl. *Forward*). Gautą laišką galima persiųsti kitam asmeniui. Spragtelėjus šį mygtuką laiško rašymo lange reikia nurodyti naujo gavėjo el. pašto adresą. Apie mygtuką **Persiųsti** plačiau pasiskaitykite skyrelyje *Kaip persiųsti gautą laišką?*
  - **Spausdinti** (angl. *Print*). Paspaudus šį mygtuką, popieriuje atspausdinamas gautas laiškas;
  - **Naikinti** (angl. *Delete*). Pažymėjus laišką ir spragtelėjus šį mygtuką laiškas perkeliamas į aplanką **Panaikinta**;



1.2. pav. El. pašto programos *Windows Mail* langas

  * **Siųsti/gauti** (angl. *Send/Receive*). Šis mygtukas patikrina, ar nėra naujų laiškų arba išsiunčia anksčiau parašytus laiškus, saugomus siunčiamų laiškų aplanke;
  * **Kontaktai** (angl. *Contacts*). Šiuo mygtuku iškviečiamas el. adresų sąrašas;
  * ***Windows* kalendorius** (angl. *Windows Calendar*). Šiuo mygtuku iškviečiamas kalendorius;
  * **Radimas** (angl. *Find*). Šiuo mygtuku iškviečiamas paieškos langelis, kuriame galima ieškoti el. laiškų ar asmenų;
  * **Aplankų sąrašas** (angl. *Folders List*). Rodyti arba slėpti aplankų sąrašą.
- Aplankų (angl. *Local Folders*) langelis, kuriame yra šie aplankai:
  * **Gauta** (angl. *Inbox*). Į šį aplanką patenka gauti laiškai;
  * **Siunčiama** (angl. *Outbox*). Siunčiamų laiškų aplankas. Laišką išsiuntus, jis iš šio aplanko pašalinamas;
  * **Išsiųsta** (angl. *Sent Items*). Šiame aplanke talpinamos išsiųstų laiškų kopijos;
  * **Panaikinta** (*Deleted Items)*. Pašalinti laiškai (mygtuku **Naikinti** ištrinti laiškai) pirmiausia patenka į šį aplanką. Jeigu reikia, panaikintus laiškus šiame aplanke galima peržiūrėti ir susigrąžinti, o iš čia ištrynus, jie dingsta negrįžtamai;
  * **Juodraščiai** (*angl. Drafts*). Šis aplankas skirtas laiškams, kurie yra nebaigti rašyti ar norint atidėti laiško išsiuntimą. Atvėrus pašto programą kitą kartą, laiškus čia rasite ir galėsite tęsti darbą su jais;
  * **Nepageidaujami laiškai** (angl. *Junk E-mail*). Gautų laiškų – šiukšlių aplankas. Tokie laiškai iš karto (automatiškai) keliami į šį aplanką.
- Langelis, kuriame matomi pasirinkto aplanko (1.2. pav. **Gauta**) laiškai;
- Pasirinkto el. laiško peržiūros langelis, kuriame matomas laiško turinys. Langelio viršuje, matote siuntėją (Iš), gavėją (Kam) ir laiško temą;
- Programos lango apačioje yra būsenos juosta. Joje matyti, kiek el. laiškų yra pažymėtame aplanke ir kiek iš jų yra neskaitytų.

Kiekvienas el. pašto vartotojas Windows Mail programoje gali susikurti papildomus aplankus ir dėlioti gaunamus ar siunčiamus laiškus.

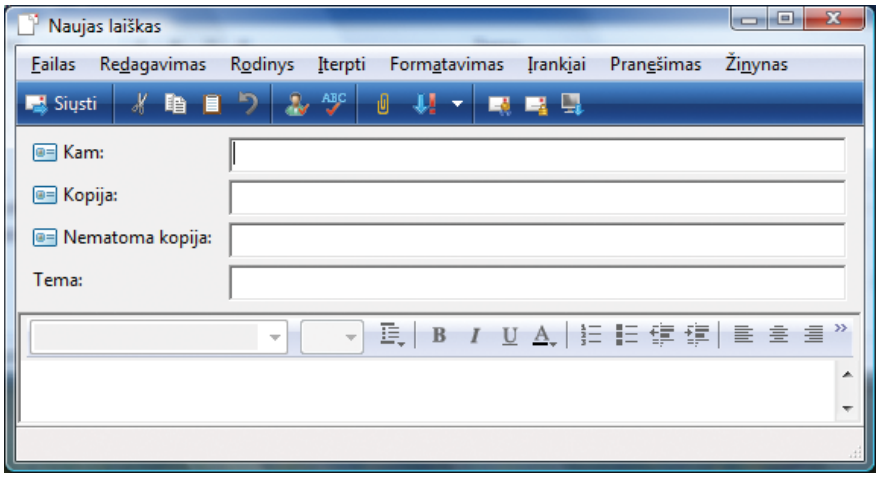
!

Kaip rašyti el. laišką?

Spragtelėjus **Kurti laišką** mygtuką, atveriamas naujo laiško rašymo langelis. Rašyti laišką yra gana paprasta.

Pirmiausia reikia užpildyti laiško adresato eilutę. Laukelyje **Kam** (angl. *To*) (1.3. pav.) įrašykite asmens ar organizacijos, kuriems siunčiate laišką, el. pašto adresą.

Kad laiško gavėjas iš karto suprastų atsiųsto laiško temą, nepamirškite jos įrašyti. Temos laukelyje rašykite trumpai ir informatyviai, kad iš karto būtų aišku, apie ką bus rašoma laiške, pvz., įrašas temos laukelyje *Kvietimas į filmą* iš karto rodo, kad draugas Jus kviečia į filmą. Tuomet tam skirtame lauke galite rašyti laiško tekstą. Laiškas rašomas panašiai kaip ir tradicinis laiškas.



1.3. pav. *Windows Mail* programos langas laiškui rašyti

Patarimai:

- Pirmiausia nepamirškite pasisveikinti;
- Jeigu laišką siunčiate nepažįstamiems žmonėms – būtinai prisistatykite;
- Stenkitės rašyti trumpai ir aiškiai, kiek galima glausčiau, nes daugelis žmonių neturi laiko ir kantrybės skaityti ilgus laiškus. Be to, laiško gavėjas gali mokėti už prisijungimo prie interneto laiką, todėl tuo pačiu taupykite ir jo pinigus;
- Viso teksto nerašykite didžiosiomis raidėmis, kadangi tokį laišką sunku skaityti, tekstas atrodo perkrautas;
- Itin atsargiai elkitės su slapta informacija, jos geriau nesiųsti el. paštu, o įteikti asmeniškai, nes kartais tuo pačiu kompiuteriu gali naudotis keletas asmenų arba laišką netyčia persiųsti kitam asmeniui;
- Į gautus laiškus stenkitės atsakyti tuoj pat, kai tik juos gaunate;
- Jeigu laiškas svarbus, reikėtų nusiųsti patvirtinimą, kad laišką gavote. Vėliau, kai turėsite laiko ar būsite pasirengęs, nusiųsite ilgesnį atsakymą;
- Jeigu laišką persiunčiate, nekeiskite teksto. Jei laiškas buvo skirtas Jums asmeniškai – prieš persiųsdami jį kitiems, turite atsiklausti autoriaus sutikimo. Tai susiję su elgesio etika, o taip pat autorių teisėmis;
- Rašydami laiškus venkite rašybos klaidų. Toks laiškas yra sunkiai skaitomas, be to laiško gavėjas gali susidaryti prastą nuomonę apie laiško siuntėją. Todėl verta naudoti kai kuriose pašto programose esančią rašybos klaidų taisymo programą. Jei Jūsų pašto programoje nėra tokios galimybės, tada laišką galite rašyti naudodamiesi teksto redaktoriaus programa, o patikrinus parašytą tekstą, jį nukopijuoti ir perkelti į el. pašto teksto sritį;
- Baigę laišką, būtinai pasirašykite. Kaip pasirašyti, plačiau skaitykite skyrelyje *Ar el. laiškuose reikia pasirašyti?*

Šie patarimai dar yra vadinami **el. pašto etiketu**. Apie juos galite paskaityti mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Elektroninis bendravimas“.

Ar el. laiškuose reikia pasirašyti?

Dažnai pagal el. pašto adresą sunku spręsti, kas yra laiško autorius, pvz. kudliukas@gmail.com. Todėl el. laiškus būtina pasirašyti. El. parašas tai tarsi vizitinė kortelė. Jis turėtų būti trumpas, bet informatyvus. Parašą turėtų sudaryti vardas, pavardė, darbovietės pavadinimas (jeigu rašote darbo klausimais), el. pašto adresas, telefono ir fakso numeris. Jeigu laišką rašote gerai žinomam asmeniui arba draugui, galima pasirašyti tik vardu

ir pavarde arba tik vardu. Pvz. kaip gali atrodyti el. laiško parašas:

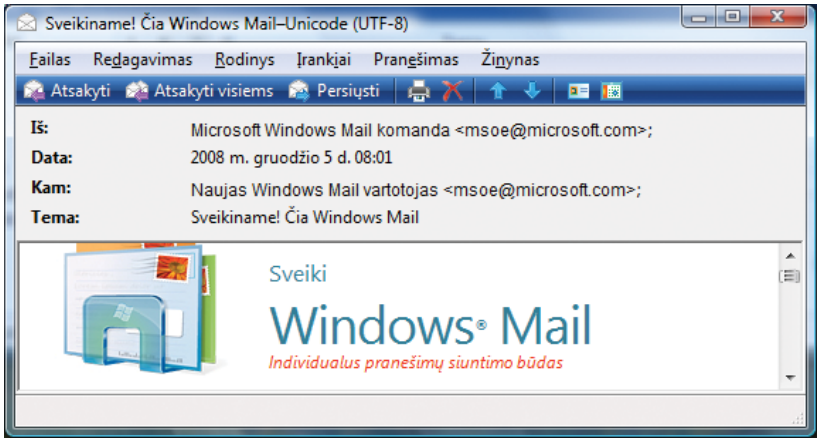
Vardenė Pavardenė
UAB „Prekyba gėlėmis“ vadybininkė
El. paštas: vardene.pavardene@gmail.com
Tel.: 111222

Kompiuteryje įdiegtos el. pašto programos leidžia automatiškai įterpti parašą kiekviename išsiunčiamame laiške. Jis įterpiamas laiško gale.

Jeigu naudojatės bendru el. pašto adresu su šeimos nariais ar bendradarbiais ir siunčiate dalykinį laišką, būtinai pasirašykite savo vardą ir pavardę.

Kaip siųsti ir atsakyti į laiškus?

Parašę laišką spauskite mygtuką **Siųsti**. Jūsų parašytas laiškas bus išsiųstas adresatui. Jeigu rašote atsakymą į Jums atsiųstą laišką, tuomet spauskite mygtuką **Atsakyti** (angl. *Reply*) (1.4. pav.).



1.4. pav. *Windows Mail* programos langas laiško peržiūrai

Atsivers laiško atsakymo langelis su adresato adresu ir temos pavadinimu, teksto srityje bus matomas atsiųsto laiško tekstas. Šį tekstą galite ištrinti arba palikti. Jeigu laiškas buvo skirtas keliems ar keliolikai žmonių, galite atsakyti vienam arba visiems laiško gavėjams. Jeigu norite atsakyti visiems, spragtelėkite mygtuką **Atsakyti visiems** (angl. *Reply All*). Laukelyje **Kam** (angl. *To*) pašto programa pateikia el. pašto adresus visų laišką gavusių adresatų. Peržiūrėkite adresus ir pagalvokite, ar norite atsakymą siųsti visiems adresato laukelyje esantiems asmenims? Jeigu ne, tuomet palikite tik tuos adresus, kuriems skiriate laiško atsakymą.

Kai rašomas atsakymas, pašto programos temos laukelyje automatiškai pridedamos raidės RE:. Tai reiškia, kad laiškas atsakytas (RE – angliško žodžio Reply santrumpa).

Kaip persiųsti gautą laišką?

Jums adresuotą laišką galite persiųsti kitiems. Tai labai patogu, kai reikia paskleisti plačiau Jums atsiųstas žinias, naujienas ar kitą informaciją. Spragtelėkite mygtuką **Persiųsti** (angl. *Forward*) (1.4. pav.). Atsivėrusiame laukelyje **Kam** įrašykite asmenų, kuriems norite persiųsti laišką el. pašto adresus. Jei norite, laiško tekstą galite papildyti keletu žodžių ar prijungti priedą. Nepamirškite, kad persiųsdami laišką kitiems asmenims, turite gauti laišką atsiuntusio asmens leidimą.

Kai laiškas persiunčiamas, temos laukelyje automatiškai pridedama raidės Fwd: arba FW: (FW, Fwd – angliško žodžio Forward santrumpa).

Adresato laukeliai *Kam, Kopija, Nematoma kopija*

Ar žinote kuo skiriasi ir kam skirti adresų laukeliai **Kam** (angl. *TO*), **Kopija** (angl. *CC*)**, Nematoma kopija** (angl. *BCC*) (1.3. pav.)? Pateiksime trumpus jų aprašymus.

Laukelis **Kopija** (angl. *CC arba Carbon* Copy) – skirtas įrašyti adresą asmens, kuriam norite nusiųsti el. laiško kopiją. Laiško gavėjas, kurio el. pašto adresas nurodytas laukelyje **Kam**, matys kam buvo išsiųsta laiško kopija, t. y. laukelyje **Kopija** matys įrašytą el. pašto adresą(-us). Šis laukelis skirtas įrašyti gavėjus, kurie yra informuojami apie vykstantį susirašinėjimą.

Nematoma kopija (angl. *BCC arba* Blind Carbon Copy) laukelis taip pat yra skirtas asmeniui, kurį norite informuoti apie siunčiamą laišką, tačiau kiti šio laiško gavėjai jo nemato. Šiuo atveju laiško gavėjai, kurie nurodyti laukeliuose **Kam** ir **Kopija**, nemato kam buvo išsiųsta laiško kopija, t. y. nemato **Nematoma kopija** laukelyje įrašyto el. pašto adreso. Šis laukelis atsirado tam, kad elektroninio pašto forumų (konferencijų) pranešimai, siunčiami daugybei tarpusavyje nebendraujančių žmonių, neatskleistų asmeninio elektroninio pašto adreso kitiems gavėjams.

Jeigu įrašote daugiau negu vieną el. pašto adresą į Kam, Kopija, Nematoma kopija laukelius, juos atskirkite kableliais arba kabliataškiais.

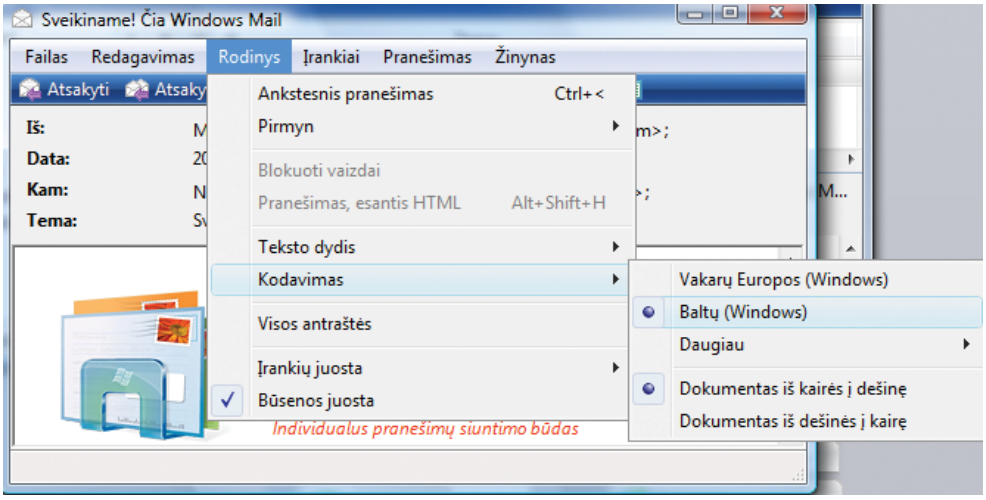
Ką reikia žinoti apie simbolių kodavimą bendraujant lietuvių kalba?

El. pašto programos dar nėra pritaikytos rašyti daugeliu pasaulio kalbų. Tarp jų yra ir lietuvių kalba. Įdiegus kompiuteryje programą ji dažnai būna pritaikyta angliškai rašantiems ir skaitantiems, todėl įdiegus reikia nustatyti kalbos parinktis. Kaip tai padaryti galite pasiskaityti knygoje *Kaip dirbti kompiuteriu*. [2]

Jeigu naudojatės *Windows Mail* paštu, iš meniu pasirinkite komandą **Rodinys** (angl. *View*) ir peržiūrėkite, koks kalbos **Kodavimas** (angl. *Encoding*) yra nustatytas (1.5. pav.). Jeigu norite matyti lietuviškas raides, turite nustatyti ***Baltų (Windows)*** ar ***Unicode (UTF-8)*** koduotę.

Jeigu laišką gavote rusų kalba, tuomet reikėtų pasirinkti vieną iš **Kirilica** (angl. *Cyrillic*) (kirilika, senoji slavų abėcėlė) kodavimą. Daugiau informacijos apie el. pašto programų suderinamumą su lietuvių kalba ir kitus iškilusius klausimus galite sužinoti *Lietuvos kompiuterininkų sąjungos* tinklalapyje <http://www.liks.lt/modules/tinycontent/index.php?id=23>.

2 STARKUS, MINDAUGAS. KAIP DIRBTI KOMPIUTERIU. KAUNAS, 2007. 206 P. ISBN 978-9955-707-29-5.



1.5. pav. Kodavimo nustatymas

Kad matytume lietuviškas raides, programos turi sugebėti išsiųsti laiškus „Windows-1257“ arba ISO 8859-13 koduote.

Kas yra grandininiai laiškai?

Grandininiai laiškai yra pašto šiukšlės. Juose Jūs esate įtikinėjami išsiųsti gauto laiško kopijas savo draugams ar pažįstamiems. Juose rašoma: „išsiųsk šį laišką dešimčiai draugų arba tau atsitiks nelaimė; persiųsk šį laišką kuo daugiau žmonių tave aplankys laimė, sėkmė ir t. t.“. Laiškų turinys gali būti labai įvairus. Vieni sukelia gailestį, prašo pagalbos labai sergančiam ligoniui, kiti – perspėja apie neegzistuojančius pavojus, virusus. Pasitaiko ir gąsdinančių laiškų „jei laiško neišsiųsi tau gali atsitikti nelaimė“. Dažnai siunčia ir gražias mintis, gražius vaizdus ir taip pat prašo persiųsti kitiems Jūsų draugams. Kad ir koks būtų grandininio laiško turinys, jo tikslas – priversti žmogų persiųsti laišką kuo didesniam žmonių skaičiui.

Grandininiai laiškai gali būti pavojingi, nes gali būti apkrėsti virusu, gali sutrikdyti Jūsų ir draugų kompiuterį. Taip pat gali apkrauti el. paštą, kompiuterinių tinklų veiklą ir kt. Todėl gavus grandininį laišką, jo nereikėtų persiųsti kitiems. Persiųskite laiškus kitiems tik tuo atveju, jei laiško turinys yra adresuotas ir naudingas tam asmeniui, kuriam persiunčiate laišką. Apie grandininius laiškus, plačiau galite paskaityti *Vikipedijoje* <http://lt.wikipedia.org/wiki/Grandininiai_lai%C5%A1kai>.

Jeigu gaunate grandininius laiškus, neplatinkite jų.

Dėmesio:

- El. paštu gaunama laiškų, kur rašoma, kad laimėjote loterijoje pinigų ar prizų. Žinokite, kad tokie laiškai yra apgaulė;
- Dažnai tenka siųsti laišką daugeliui žmonių, kurie vienas kito nepažįsta, nerašykite jų adresų į matomus adresų laukus **Kam** (*To*) ir **Kopija** (*CC*), rašykite juos į **Nematoma kopija** (*BCC*) (1.3. pav.) laukelį (žr. skyrelį *Adresato laukeliai Kam, Kopija, Nematoma kopija*). Taip nebus viešinami kitų žmonių adresai;
- Jeigu gaunate laišką su daug adresų, bet norite atsakyti tik keletui, nespauskite **Atsakyti visiems** (*Reply All*), atsirinkite adresus ir tik jiems parašykite laišką;
- Nerašykite „šveplai" (t. y. be lietuviškų raidžių), be skyrybos ženklų. Laiško tekstas turi būti rašomas taisyklingai;
- Temos eilutėje nesurašykite viso laiško teksto. Tik keliais žodžiais apibūdinkite laiško esmę;
- Laiško tekstą geriau rašyti trumpomis pastraipomis. Nerašykite ištisinio teksto, nes tokį tekstą sunku skaityti.

Apie el. paštą galite paskaityti plačiau mokymosi medžiagoje Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos, <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.

1.2. SKAMBUČIAI IR POKALBIAI INTERNETU

Kas yra interneto telefonija?

Kad galėtumėte naudotis interneto telefonijos paslaugomis, Jūsų kompiuteris turi būti prijungtas prie interneto, turite turėti mikrofoną, kolonėles arba ausines ir įdiegti specialią interneto telefonijos programą. Naudojantis šiuo bendravimo būdu, pokalbis yra nemokamas, kainuoja tik interneto ryšys.

Tikriausia jau neįsivaizduojate gyvenimo be mobilaus ar laidinio telefono. Interneto telefonija gali būti puikus priedas tiek įprastiniam, tiek mobiliajam telefonui. O jeigu praleidžiate daug laiko prie kompiuterio, tai interneto telefonija gali pakeisti telefoną. Interneto telefonija suteikia galimybę skambinti iš **kompiuterio į kompiuterį**, iš **kompiuterio į telefoną** ir iš **telefono į telefoną**.

Norint skambinti iš kompiuterio į fiksuotą ar mobilųjį telefoną, reikia kompiuteryje įdiegti ryšio tarp kompiuterio ir telefono programą. Ši paslauga mokama, reikia mokėti už kiekvieną minutę. Kitas būdas skambinti iš telefono į telefoną dažniausia naudojamas organizacijose. Vietiniai kompiuterių tinklai prijungti prie interneto, ir yra naudojami internetiniai telefonai. Dar gali būti specialūs aparatai, kuriuos prijungus prie interneto linijos, galima skambinti internetu ir neturint kompiuterio.

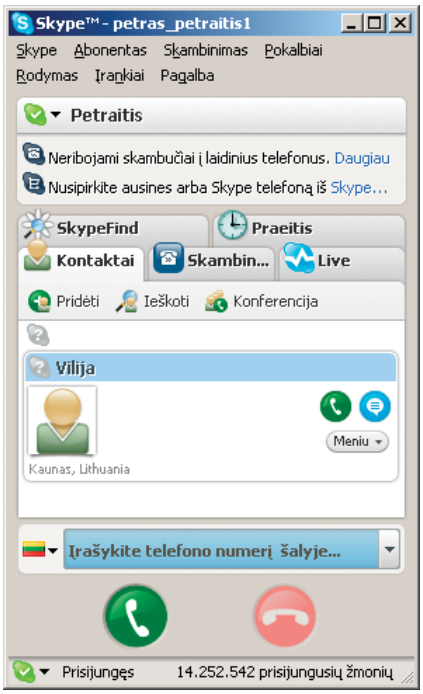
Interneto telefonija daugeliu atvejų yra pranašesnė už fiksuoto ir mobiliųjų telefonų pokalbius. Patiriamos mažesnės išlaidos pokalbiams. Tarifai yra žymiai mažesni, negu siūlomi telekomunikacijų bendrovių. Pokalbis tarp kompiuterio vartotojų nieko nekainuoja. Kitas privalumas yra puiki garso kokybė. Ji niekuo nenusileidžia fiksuotam telefono ryšiui, o lyginant su mobiliuoju – jį lenkia. Pokalbiai vyksta realiuoju laiku, nenutrūkstamai. Jeigu turite kamerą, galite matyti pašnekovą. Argi tai ne puiku!

Kokią programą pasirinkti?

Galite naudoti specialias programas: ***VoipDiscount*** <http://www.voipdiscount.com>, ***SparVoip*** <http://www.sparvoip.de>, ***Google Talk*** <http://www.google.com/talk/>, ***Skype*** <http://www.skype.lt>, ***VoipBuster*** <http://www.voipbuster.com>, ***VoIPCheap*** <http://www.voipcheap.com>, ***VoipStunt*** <http://www.voipstunt.com>. Viena plačiausiai naudojamų programų Lietuvoje yra ***Skype*** <http://www.skype.lt>.

Kas yra Skype?

Skype – interneto telefonijos programa (1.6. pav.), kuri leidžia su pašnekovu ne tik kalbėti, bet ir rašyti greitąsias teksto žinutes, persiųsti priedus.



1.6. pav. *Skype* programos langas

Persiunčiant greitąsias žinutes, jas galima paįvairinti ryškiais, žaismingais, veido emocijas reiškiančiais veidukais ir piešinukais. Todėl pastaruoju metu vis populiarėja ***Skype*** greitosios teksto žinutės, o pokalbiai tampa laisvesni, atviresni, asmeniškesni. Jeigu Jūs ir Jūsų pašnekovas esate įdiegę internetines kameras, pokalbio metu galite matyti savo pašnekovą. Kalbėti ir susirašinėti vienu metu gali keletas žmonių. Kaip šią programą įdiegti kompiuteryje yra paaiškinta mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Elektroninis bendravimas“.

Skype programa yra lietuvių kalba, nemokama, nedidelės apimties, ją lengva įdiegti kompiuteryje, paprasta naudotis.

!

1.3. APIE FORUMUS, POKALBIŲ SVETAINES IR INTERNETO DIENORAŠČIUS (BLOGUS)

Kas yra forumai?

Informacija galite keistis internetiniuose forumuose. Juose galite diskutuoti Jus dominančia tema, dalintis patirtimi su kitais žmonėmis, prašyti pagalbos arbą ją suteikti kitiems. Internete rasite daugybę forumų, todėl galite prisijungti prie jau veikiančių arba sukurti naują diskusijų forumą, rašyti komentarus arba gauti juos į Jūsų pateiktas mintis.

Forumus galima rasti daugelyje svetainių. Vieni forumai yra universalūs, kiti teminiai. Pagal forumo pavadinimą galite spręsti, apie ką čia diskutuojama. Pvz., viename forume kompiuterių vartotojai sprendžia programinės įrangos problemas vieni kitiems patardami aiškina iškilusius klausimus, kitame forume – diskutuojama apie ligas, vaistus, sveikatos problemas ir kt. Bendravimas forumuose vyksta ne realiu laiku, todėl

praeina tam tikras laikas, kol perskaitoma parašyta žinutė ir parašomas atsakymas.

Forumai gali būti keleto tipų:

- visiems interneto vartotojams laisvai prieinami forumai, nereikalaujantys registracijos;
- forumai, kuriuose jo dalyviai turi prisiregistruoti;
- forumai, kuriuose galite dalyvauti tik tuomet, kai administratorius patvirtina teisę dalyvauti forumo diskusijose.

Forumus prižiūri administratoriai. Jie turi teisę temas ištrinti, redaguoti, perkelti arba uždaryti temą. Uždaruose forumuose jie įtraukia naujus arba šalina taisykles pažeidusius forumo dalyvius. Plačiau apie internetinius forumus galite paskaityti *Vikipedijoje*, adresu http://lt.wikipedia.org/wiki/Internetinis_forumas, mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos*, adresu http://kursai.bibliotekospazangai.lt.

Kur ieškoti Jus dominančių forumų?

Ieškodami Jus dominančio forumo, galite naudotis universalių paieškos sistemų specialiomis paieškomis, pvz., *Google* reikia pasirinkti paiešką *Grupės*. Įvairiose svetainėse taip pat galite rasti diskusijų forumų, juos rasite pasirinkę nuorodas *Forumas* ar *Diskusijos*. Peržiūrėkite, kokiomis temomis diskutuojama forume. Jeigu Jus sudomino, galite registruotis ir išsakyti savo nuomonę ar pateikti forumo dalyviams iškilusią problemą. Po kurio laiko skaitykite atsakymus ir tęskite diskusiją toliau.

Jeigu Jus domina knygos ir norite aptarti Jums patikusią knygą su kitais, forumų galite ieškoti bibliotekų svetainėse. Tokį forumą galite rasti Šiaulių apskrities P. Višinskio viešosios bibliotekos svetainėje (reikalinga registracija) <http://www.savb.lt/>.

Kas yra pokalbių svetainės?

Pokalbio svetainės išties puikus dalykas ieškantiems draugų. Čia galite drąsiai ginčytis, ir tuo pačiu jaustis saugiai. Pokalbio dalyviai gali būti iš viso pasaulio. Pokalbių svetainės (angl. *IRC – Internet Relay Chat*) – tai dar viena iš daugelio bendravimo virtualioje erdvėje formų, kai bendraujama realiu laiku, rašant teksto žinutes. Pokalbyje gali dalyvauti du arba keliolika dalyvių. Visi pokalbio dalyviai mato savo ir kitų atsiųstą tekstą. Atsakyti į parašytą tekstą gali bet kuris pokalbio dalyvis, atsakymas gaunamas tuojau pat.

Internete rasite daugybę pokalbių svetainių. Norint prisijungti prie pokalbių svetainės, turite įvesti savo vardą arba internetinį slapyvardį (angl. *nickname*) ir galite bendrauti. Pokalbių svetainėse dažniausiai bendraujama anonimiškai, kadangi pokalbio dalyviai savo atpažinimui naudoja ne tikruosius vardus, o slapyvardžius.

Pokalbių svetainės nuolat tobulėja. Anksčiau pokalbių dalyviai galėjo siųsti tik tekstą, o pastaruoju metu kai kuriose svetainėse yra naudojama bendra virtuali lenta. Pokalbio dalyviai gali rengti bendrus darbus, braižyti, rašyti savo sumanymus. Šis būdas patogus rengiant bendrą, grupinį darbą, pvz., kartu su draugais kuriant šventinio vakarėlio scenarijų.

Pokalbių svetainės yra skirtos ne vien tik pramogai, bet ir rimtam darbui. Jos gali būti naudojamos, kai problemos sprendime dalyvauja grupė žmonių, kurių darbo vietos yra skirtingose vietose ar net miestuose. Daugelyje užsienio bibliotekų svetainių teikiant „Klausk bibliotekininko“ paslaugą naudoja pokalbių programas. Plačiau apie šią paslaugą pasiskaitykite skyrelyje *Apie paslaugą „Klausk bibliotekininko“*.

Dėmesio: Pokalbių svetainėse dažniausiai bendrauja nepažįstami žmonės. Tarp jų gali pasitaikyti asmenų, kurie savanaudiškais tikslais gali siekti išgauti jiems naudingos informacijos arba skleisti klaidinančią informaciją. Būkite atsargūs pateikdami informaciją apie save: telefono numerį, adresą ir kt. Plačiau apie tai pasiskaitykite internete *Patarimai, kaip saugiai lankytis pokalbių svetainėse,* adresu

http://www.microsoft.com/Lietuva/security/home/articles/safer_chatting.mspx.

Susipažinkite su šiomis pokalbių svetainėmis:

- ***IRC Lietuvoje*** <http://www.irc.lt>. Visiems, kas mėgsta paplepėti. Šioje svetainėje užregistruota per 14 tūkst. kanalų;
- ***Penki: Pramogauk*** <http://www.chat.lt>. Šios virtualių pokalbių svetainės kūrėjai siūlo dar patrauklesnį būdą bendrauti. Prisijunkite prie savo kompiuterio ausines, mikrofoną bei interneto kamerą ir išbandykite modernią naujovę – vaizdo pokalbius;
- ***DELFI*** <http://chat.delfi.lt>. Populiarūs pokalbių kambariai;
- ***121chat*** <http://www.121chat.com>. Animuoti pokalbiai.

Kas yra interneto dienoraščiai?

Dauguma vienu ar kitu gyvenimo laikotarpiu bandėte rašyti dienoraščius, kuriuose galėjote dėstyti savo mintis. Dažniausia juos skaitėte tik Jūs patys. Dabartiniu metu, kai daugiau bendraujame virtualioje erdvėje, rašyti dienoraščius tik popieriuje tampa neįdomu. Todėl atsirado interneto svetainių, kuriose galima ne tik pateikti savo mintis, įvykius, pastebėjimus, bet ir sulaukti komentarų iš visai nepažįstamų žmonių. Tokios svetainės vadinamos interneto dienoraščiais. Kartais jos dar vadinamos *tinklaraščiais, blogais*. *Blogas* tai sulietuvintas angliškas žodis *blog*. Šis žodis yra termino „web log" sutrumpintas variantas, kuris reiškia „žiniatinklio dienoraštis".

Dienoraščius gali kurti visi. Jie gali būti ne tik asmeniniai, bet ir organizacijų, bendruomenių, verslo įmonių. Dienoraščiuose galima įkelti paveikslėlius, nuorodas ar kitokią su dienoraščio tematika susijusią informaciją.

Įdomu, kokią naudą duoda dienoraščio rašymas? Rašant dienoraštį galima surasti draugų, bendraminčių. Jūs ne tik tobulėsite, lengviau dėstysite mintis, bet ir sužinosite kitų nuomones, įgysite naujos informacijos ir t. t. Savęs tobulinimui ribų nėra.

Interneto dienoraščių galite ieškoti svetainėje *Google pieška tinklaraščiuose* <http://blogsearch.google.com/>. Plačiau apie dienoraščius galima pasiskaityti tinklalapyje *Kas yra blogas?* <http://www.kasyrablogas.lt/>.

Kaip galėčiau susikurti dienoraštį?

Jūs norite sukurti savo internetinį dienoraštį, tačiau nežinote, nuo ko pradėti, kur rasti vietą jam rašyti, norite, kad dienoraščio aplinka būtų lietuviška ir atitinkanti Jūsų ketinimus, poreikius ir kt. Kyla begalės klausimų.

Vienas iš populiarių lietuviškų dienoraščių yra ***Blogas.lt*** <http://www.blogas.lt/>. Šiame tinklalapyje jau yra įdiegta sistema, kuria paprasta naudotis. Dienoraščiui galima pasirinkti vieną iš paruoštų dizaino variantų ar susikurti naują. Prieš pradėdami kurti savo dienoraštį, peržiūrėkite pirmame ***Blogas.lt*** tinklalapyje pateiktus populiariausius, naujausius dienoraščius. Tai padės kurti savo dienoraštį. Pirmiausia sugalvokite dienoraščio pavadinimą ir paruoškite trumpą jo aprašymą. Tuomet užsiregistruokite, pasirinkite aplinkos dizainą ar susikurkite pats.

Kur galite kurti savo dienoraštį?

- ***Nemokamas blogas kiekvienam!*** <http://2o.lt/>. Užsiregistruokite ir per kelias minutes galėsite gauti vietą dienoraščiams ir vaizdo įrašams bei foto galerijoms talpinti;
- ***Blogger.lt*** <https://www.blogger.com/>. *Google* kompanijos nemokamas dienoraštis;
- ***Private.lt*** <http://private.lt/>. Nemokamas dienoraštis visiems.

Plačiau apie interneto dienoraščius galite paskaityti knygoje *Interneto gidas*[3]. Ši knyga labai tinka pradedančiajam rašyti dienoraščius, nes joje galite rasti atsakymus į daugelį klausimų bei naudingų patarimų.

1.4. APIE PASLAUGĄ „KLAUSK BIBLIOTEKININKO"

Pastaraisiais metais Lietuvos bibliotekos labai pasikeitė. Daugelis bibliotekų persikėlė į naujas arba atnaujino senas patalpas, skaityklos tapo modernesnėmis, šalia tradicinių stalų, kėdžių ir lentynų atsirado kompiuteriai ir internetas. Bibliotekose galima naudotis ne tik spausdintais leidiniais, bet ir elektroniniais ištekliais. Keičiasi bibliotekos paslaugos. Jos teikiamos ne tik apsilankius bibliotekoje, bet ir per internetą ar el. paštu. Bibliotekos el. kataloge galite rasti ir užsisakyti leidinius, juos prasitęsti, pasinaudoti bibliotekoje prenumeruojamomis duomenų bazėmis ir dar daug paslaugų galite atlikti iš savo namų kompiuterio net nepabuvoję bibliotekoje.

Naudojantis bibliotekos paslaugomis namuose, dažnai kyla įvairių klausimų ir neaiškumų. Ar būtina eiti į biblioteką? Jums tai nepatogu, neturite laiko ir t.t. Dėl to nereikia jaudintis. Daug informacijos ir pagalbos rasite bibliotekos svetainėje. Daugelis Lietuvos bibliotekų teikia paslaugą „Klausk bibliotekininko". Atvėrę šios paslaugos langą, rasite informaciją, kokiu būdu pateikti klausimą: ar rašyti el. laišką, ar užpildyti pateiktą užklausos formą, ar paskambinti telefonu, ar prisijungti prie pokalbių svetainės su bibliotekininku, ar yra pateiktos interneto telefonijos programos bei prisijungimo duomenys. Jums tik reikės pasirinkti vieną iš klausimo pateikimo būdų ir užduoti jį. Atsakymai į Jus dominantį klausimą gali būti pateikti tuoj pat, per kelias valandas, vieną, dvi ar tris dienas. Tai priklauso nuo klausimo sudėtingumo.

3 INTERNETO GIDAS. VILNIUS: VIEŠOSIOS POLITIKOS STRATEGIJŲ CENTRAS, 2008, 358 P. ISBN 978-9955-836-00-1.

Ar naudojantis paslauga „Klausk bibliotekininko“ galite gauti surinktą medžiagą kursiniam, diplominiam darbui? Ne, informacijos šaltinius turėtumėte susirasti patys. Daugelyje bibliotekų tokios užklausos yra mokamos, jos reikalauja daugiau laiko, pastangų, žinių apie rašomą darbą. Tačiau bibliotekos darbuotojai Jums tikrai padės. Jie patars ir konsultuos, kaip ir kur ieškoti reikalingos informacijos, kaip atlikti paiešką bibliotekos kataloge, duomenų bazėse ir kt. ištekliuose, kaip parengti literatūros sąrašą ir pan. Tokias konsultacijas galite gauti atvykę į biblioteką arba naudojantis „Klausk bibliotekininko“ paslauga.

Prieš pateikdamas savo klausimą bibliotekininkui, prieš tai peržvelkite bibliotekos svetainėje pateikiamus **dažniausiai užduodamus klausimus (D.U.K)** ir jų atsakymus. Tai konkretūs ir dažnai labai išsamūs atsakymai į dažniausiai lankytojų pateikiamus klausimus.

Apie paslaugą „Klausk bibliotekininko“ galite pasiskaityti mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos*, adresu http://kursai.bibliotekospazangai.lt.

„Klausk bibliotekininko“ paslaugos tikslas – suteikti įvairiapusę operatyvią informaciją.

!

REKOMENDUOJAME

!

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

APIE EL. PAŠTĄ

- *DELFI mail* <http://webmail.delfi.lt/> – el. paštas.
- Draugas.lt <https://pastas.draugas.lt/> – el. paštas.
- ePastas.lt <http://www.postbox.lt/> – el. paštas.
- *FreeMail* <http://lit.freemail.lt/> – el. paštas.
- *Gmail* paštas <http://mail.google.com/>.
- Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.
- Lietuviški rašmenys elektroninio pašto laiškuose <http://www.liks.lt/modules/tinycontent/index.php?id=23>.
- Mano ZEBRA <http://mano.zebra.lt/> – el. paštas.
- Paštininkas.lt <http://www.pastininkas.lt/>.

REKOMENDUOJAME



SKAMBUČIAI IR POKALBIAI INTERNETU

- *Google Talk* <http://www.google.com/talk/> – interneto telefonija.
- Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.
- *Skype* <http://www.skype.lt> – interneto telefonija.
- *SparVoip* <http://www.sparvoip.de> – interneto telefonija.
- *VoipBuster* <http://www.voipbuster.com> – interneto telefonija.
- *VoIPCheap* <http://www.voipcheap.com/> – interneto telefonija.
- *VoipDiscount* <http://www.voipdiscount.com> – interneto telefonija.
- *VoipStunt* <http://www.voipstunt.com> – interneto telefonija.

APIE FORUMUS, POKALBIŲ SVETAINES IR INTERNETO DIENORAŠČIUS (BLOGUS)

- *121chat* <http://www.121chat.com> – pokalbių svetainė.
- Blogas.lt <http://www.blogas.lt/> – dienoraščių svetainė.
- Blogger.lt <https://www.blogger.com/> – dienoraščių svetainė.
- *DELFI Chat* <http://chat.delfi.lt> – pokalbių svetainė.
- *Google* pieška tinklaraščiuose <http://blogsearch.google.com/>.
- Internetinis forumas <http://lt.wikipedia.org/wiki/Internetinis_forumas>.
- Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.
- IRC Lietuvoje <http://www.irc.lt> – pokalbių svetainė.
- Nemokamas blogas kiekvienam! <http://2o.lt/> – dienoraščių svetainė.
- Patarimai, kaip saugiai lankytis pokalbių svetainėse <http://www.microsoft.com/Lietuva/security/home/articles/safer_chatting.mspx>.
- Penki: Pramogauk <http://www.chat.lt> – pokalbių svetainė.
- Private.lt <http://private.lt/> – dienoraščių svetainė.

APIE PASLAUGĄ „KLAUSK BIBLIOTEKININKO“

- Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.

REKOMENDUOJAME

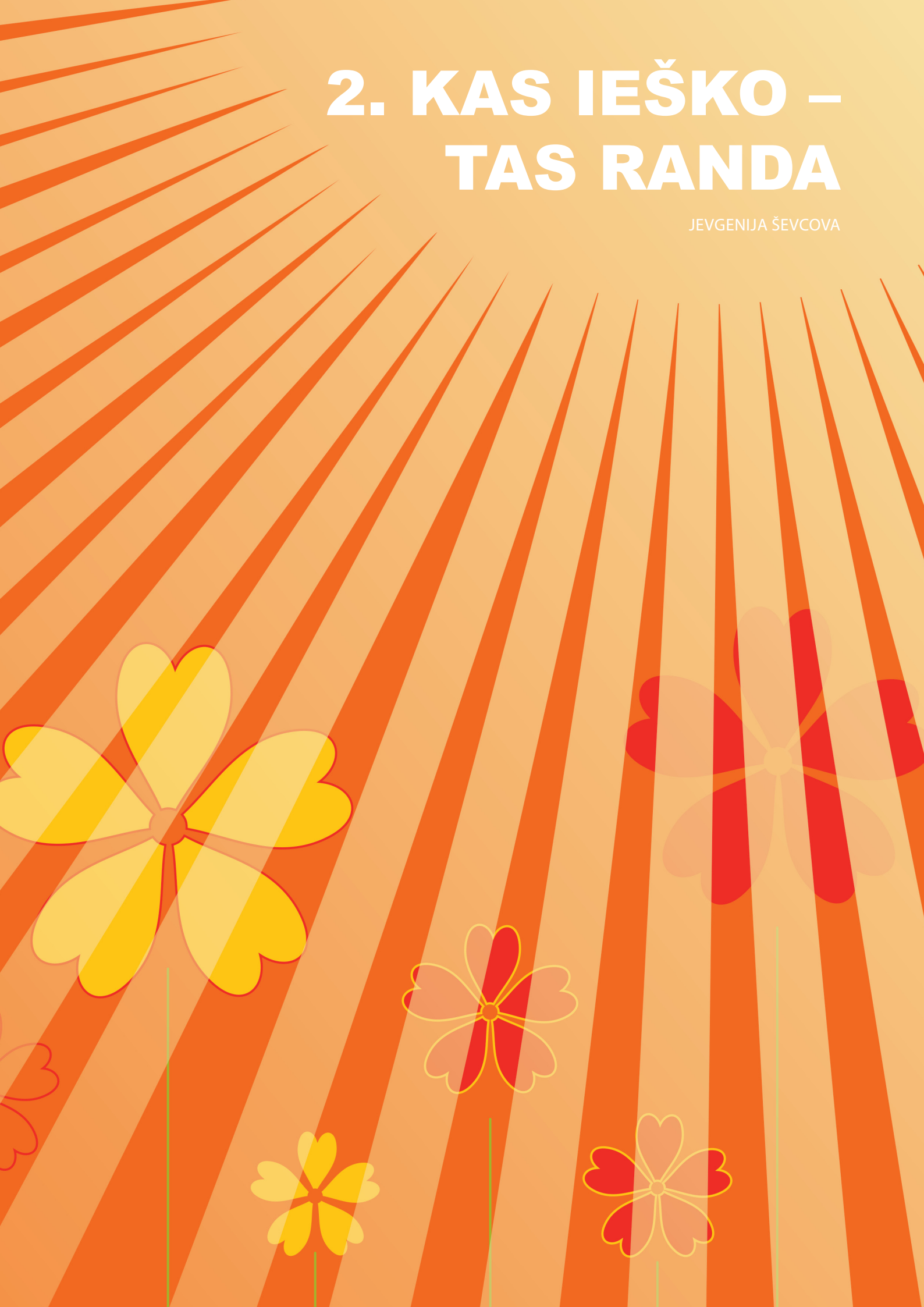
REKOMENDUOJAME PASKAITYTI

- Grandininiai laiškai. In *Vikipedija: laisvoji enciklopedija* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 spalio 24 d.]. Prieiga per internetą: <http://lt.wikipedia.org/wiki/Grandininiai_lai%C5%A1kai>.
- *Gmail* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 spalio 25 d.]. Prieiga per internetą: <http://mail.google.com/>.
- Internetinis forumas. In *Vikipedija: laisvoji enciklopedija* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 17 d.]. Prieiga per internetą: <http://lt.wikipedia.org/wiki/Internetinis_forumas**>.**
- *Interneto gidas.* Vilnius: Viešosios politikos strategijų centras, 2008, 358 p. ISBN 978-9955-836-00-1.
- *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* [interaktyvus]. 2008 [žiūrėta 2008 spalio 24 d.]. Prieiga per internetą: <http://kursai.bibliotekospazangai.lt>.
- *IRC.LT: Internet Relay Chat Lietuvoje* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 spalio 25 d.]. Prieiga per internetą: **<**http://www.irc.lt>.
- *Kas yra blogas?* [interaktyvus]. 2007 [žiūrėta 2008 m. liepos 28 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.kasyrablogas.lt/>.
- *Lietuviški rašmenys elektroninio pašto laiškuose: praktiniai patarimai el. pašto programų naudotojams* [interaktyvus]. Vilnius: Lietuvos kompiuterininkų sąjunga, 2000 [žiūrėta 2008 spalio 24 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.liks.lt/modules/tinycontent/index.php?id=23>.
- *Patarimai, kaip saugiai lankytis pokalbių svetainėse* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 18 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.microsoft.com/Lietuva/security/home/articles/safer_chatting.mspx>.
- *Penki: Pramogauk* [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 spalio 25 d.]. Prieiga per internetą: **<**http://www.chat.lt>.
- STARKUS, Mindaugas. *Kaip dirbti kompiuteriu*. Kaunas, 2007. 206 p. ISBN 978-9955-707-29-5.
- ŽILIENĖ, Veronika. *Elektroninis paštas.* Kaunas: Smaltija, 2001. 299 p. ISBN 9986-965-49-7.



2. KAS IEŠKO – TAS RANDA

JEVGENIJA ŠEVCOVA



TURINYS

2.1. NUO KO PRADĖTI PAIEŠKĄ? 34

2.2. PAGRINDINĖS UŽKLAUSOS FORMULAVIMO TAISYKLĖS 35

2.3. PATOBULINKITE PAIEŠKOS ĮGŪDŽIUS 36

2.4. AR BE PAIEŠKOS ĮRANKIŲ TURITE KITŲ ALTERNATYVŲ? 37

2.5. PAIEŠKA DUOMENŲ BAZĖSE 38

2.6. RASTOS INFORMACIJOS VERTINIMAS 39

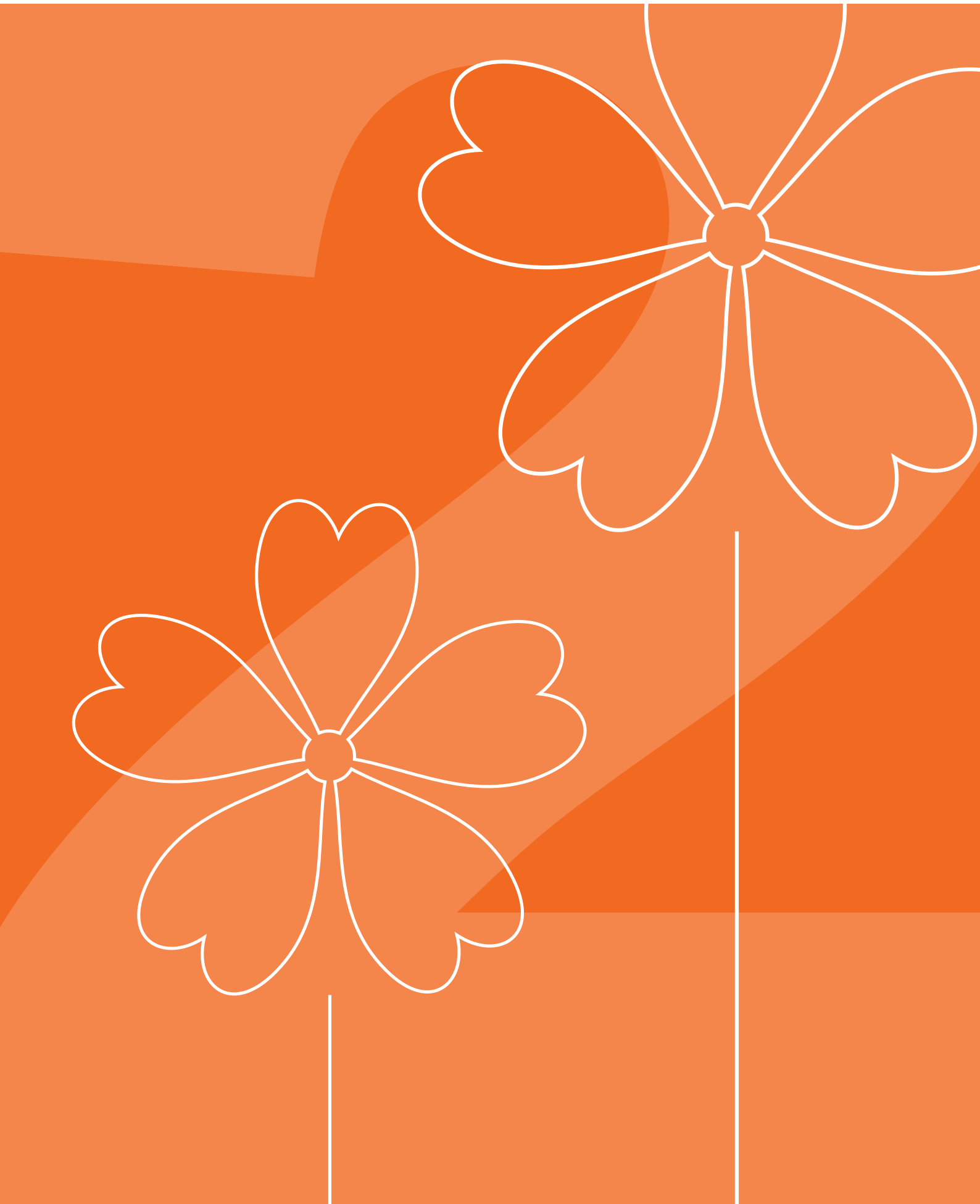
2.7. PAIEŠKOS ETAPAI 39

2.8. PATARIMAI, KURIE PADĖS SĖKMINGAI ATLIKTI PAIEŠKĄ INTERNETE 39

2.9. PAIEŠKOS PAVYZDŽIAI 39

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 40

REKOMENDUOJAME PASKAITYTI 41



2. KAS IEŠKO – TAS RANDA

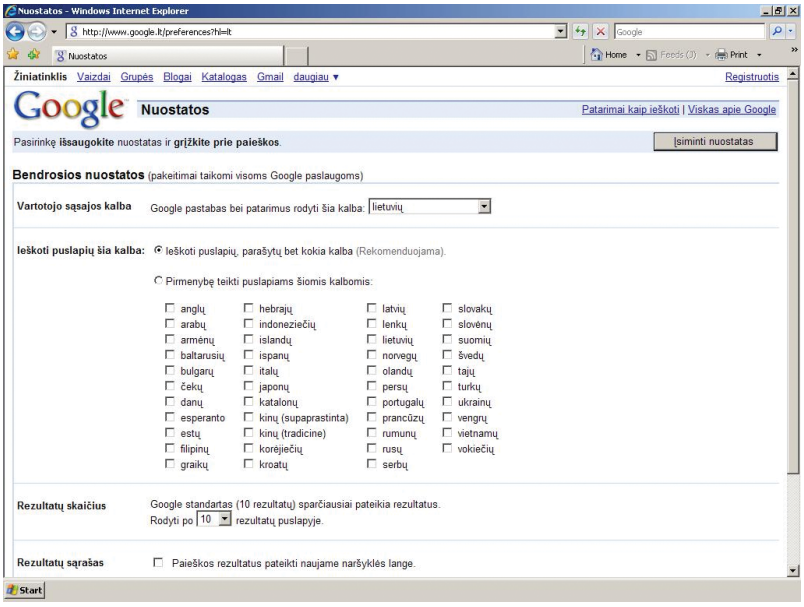
Šiandien daugelis mūsų gyvenimo sričių yra „persikėlę“ į virtualią erdvę. Internete galima susimokėti mokesčius, apsipirkti, pasinaudoti el. valdžios paslaugomis, paklausyti muzikos ar tiesioginių radijo laidų, pasižiūrėti televizijos transliacijų, užsisakyti picą, paskaityti knygą, bendrauti su draugais ir t. t. Gali atrodyti, kad internete galima atlikti ir rasti viską. Tačiau daugelis interneto vartotojų susiduria su sunkumais, kai jiems reikia rasti konkrečią informaciją.

Dalis interneto vartotojų naudojasi svetainėmis, kurių adresus žino ar randa informaciniuose ar reklaminiuose skelbimuose, spaudoje. Kiti informacijos paieškai naudoja vienintelį paieškos įrankį – *Google* <http://www.google.lt/>. Tai tikrai puikus, vartotojui draugiškas paieškos įrankis, tačiau tikrai ne vienintelis. Gana dažnai reikalingą informaciją greičiau rasite naudodami specialias svetaines ar specialius paieškos įrankius. Be to, žinodami daugiau paieškos alternatyvų, galėsite greičiau surasti reikalingą informaciją.

2.1. NUO KO PRADĖTI PAIEŠKĄ?

Asmenys, neturintys paieškos internete patirties, dažniausiai kreipiasi į draugus ir pažįstamus, kad jie pamokytų naudotis naršykle ir parodytų, kaip surasti vieną ar kitą svetainę. Tikriausiai esate girdėję posakį „pagūglinsiu ir surasiu“. Žargonizmas „gūglinti“ giliai įaugęs jaunosios kartos leksikone, o paieškos sistema *Google* <http://www.google.lt/> – vienas pagrindinių ar net vienintelis paieškos įrankis. Reikia pripažinti, kad naudojant *Google* ieškoti informacijos gana paprasta. Tačiau paieška bus tikslesnė, jei žinosite daugiau galimybių informacijai internete surasti.

Paieškos įrankius sąlyginai galima skirstyti į universaliuosius ir specialiuosius. Universaliuose paieškos įrankiuose galite ieškoti pačios įvairiausios informacijos. Mūsų jau minėta *Google* yra tokios paieškos sistemos pavyzdys. Šis paieškos įrankis labai populiarus visame pasaulyje, nes pateikia vartotojo aplinką daugiau nei 100 kalbų, taip pat ir lietuvių. Jungdamiesi adresu <http://www.google.lt/> rasite lietuvišką *Google* sąsają. Kalbą pasirinkti galite **Nuostatų** tinklalapyje (2.1. pav.).



2.1. pav. *Google* nuostatų tinklalapis

Specialieji paieškos įrankiai skirti tik tam tikros informacijos paieškai, pvz., vaizdų, muzikos, adresų ir kt. Tokius įrankius naudokite tuomet, kai informacijos nerandate savo pamėgtose paieškos sistemose. Pateiksime specialiųjų paieškos sistemų pavyzdžių:

- Vaizdų įrašų galite ieškoti *YouTube* <http://www.youtube.com/index> paieškos sistemoje. Joje yra filmų, televizijos laidų įrašų, muzikos ir vaizdo įrašų ir kt. Nepamirškite, kad didžioji dalis svetainėje esančių įrašų yra saugomi autorių teisių, todėl jų negalima naudoti komerciniais tikslais.
- Garso įrašų paieškai galite pasinaudoti *MusicSearch.com* <http://www.musicsearch.com/> paieškos įrankiu. Čia rasite informacijos apie mėgstamą muzikos stilių ar atlikėją, galėsite klausytis ar parsisiųsti

mėgstamų kūrinių. Atkreipkite dėmesį, kad muzikos ar natų parsisiuntimui reikalinga registracija.

- Norėdami rasti iliustracijų, nuotraukų, paveikslėlių ir kt. pasinaudokite vaizdų paieškos įrankiais. Pavyzdžiui, pasaulio vaizdų paieškos lyderio pozicijas užima *Corbis* paieškos įrankis <http://pro.corbis.com/>. Vaizdinės informacijos gimtąja kalba galite ieškoti pasitelkdami lietuvišką *Ges beta* vaizdų paieškos įrankį <http://ges.projektas.lt/lt/>.

Universaliuose paieškos įrankiuose dažnai būna išskirtos sritys, skirtos specialios informacijos paieškai. Pavyzdžiui, mūsų jau minėtame *Google* viršuje rasite nuorodas *Vaizdai*, *Grupės*, *Blogai*, *Katalogas* ir kt. Tai reiškia, kad pasirinkus, pvz., nuorodą *Vaizdai*, atsivers specialus paieškos langas, skirtas vaizdų paieškai.

Jei ieškote informacijos konkrečios šalies tinklalapiuose, pasirinkite tos šalies paieškos įrankį. Pavyzdžiui, paiešką lietuviškuose tinklalapiuose, įmonių kataloge bei DELFI naujienų archyve galite atlikti naudodami DELFI paiešką <http://search.delfi.lt/>. Informacijos rusų kalba patogu ieškoti *Yandex* <http://www.yandex.ru/> paieškos sistemoje.

Be paieškos sistemų informacijos paiešką galite atlikti ir interneto adresų kataloguose bei virtualiose bibliotekose. Plačiau apie tai skaitykite 2.4 poskyryje.

Kokį paieškos įrankį pasirinkti? Vienareikšmio atsakymo nėra. Rinkdamiesi paieškos įrankį, įvertinkite, kokia kalba ir kokioje šalyje ieškosite informacijos. Ieškant informacijos konkrečioje šalyje, galite naudoti tų šalių paieškos sistemas. Ieškant specifinės informacijos, pvz., bendrovių adresų, vaizdų, muzikos įrašų ir pan., reikėtų neužmiršti specialiųjų paieškos įrankių.

Jūsų paieška bus lankstesnė ir tikslesnė, jei ne tik naudosite įvairesnius būdus informacijai internete surasti, bet ir žinosite užklausos formulavimo taisykles.

2.2. PAGRINDINĖS UŽKLAUSOS FORMULAVIMO TAISYKLĖS

Šiuolaikiniai paieškos įrankiai yra daug tobulesni už savo pirmtakus ir leidžia ieškoti paieškos langelyje įrašius klausimą arba vieną ar kelis žodžius. Tačiau Jums verta žinoti taisykles, kurios padės sutaupyti laiko ir gauti tikslesnius atsakymus.

Atlikdami paprastą paiešką galite gauti tikslesnius rezultatus, jeigu naudosite loginius operatorius ir specialius simbolius. Loginiai operatoriai, kurie rašomi tarp paieškos žodžių, nurodo, kaip tie žodžiai turi atsispindėti paieškos rezultatuose. Dažniausiai naudojami šie loginiai operatoriai:

- **AND (reiškia „ir“)** – jis naudojamas tuomet, kai norite, kad tarp Jūsų paieškos rezultatų būtų tik tie šaltiniai, kuriuose yra visi šiuo loginiu operatoriumi sujungti žodžiai. Pavyzdžiui, užklausos langelyje įrašius *verslas AND ekonomika*, rasite dokumentus, kuriuose yra abu Jūsų užrašyti žodžiai. Kai kuriose paieškos sistemose šį loginį operatorių atitinka simbolis „+“.
- Gana dažnai gautuose paieškos rezultatuose yra šaltinių, kurie Jūsų nedomina. Rašydami užklausą galite nurodyti, kokių žodžių neturėtų būti dokumentuose, kuriuos Jums pateiks sistema. Į paieškos langelį po paieškos žodžių įrašykite nepageidaujamus žodžius, prieš kuriuos rašykite operatorių **NOT (ne)** arba minuso ženklą „–“. Pavyzdžiui, jei ieškojote programos, tačiau Jūsų nedomina kompiuterinės programos arba dokumentai, kuriuose kalbama apie kompiuterines programas, užklausą patikslinkite taip: *programa –kompiuterinė* arba *programa NOT kompiuterinė*.
- Operatorius **OR (arba)** padeda išplėsti Jūsų paiešką. Jį naudokite tuomet, kai rezultatuose norite gauti su Jūsų ieškoma tema susijusius dokumentus, kurie gali būti apibūdinami naudojant skirtingus – sinoniminius – žodžius. Pavyzdžiui, į užklausos langelį įrašę *ūkis OR ferma,* rasite dokumentus, kuriuose yra bent vienas užklausoje užrašytų žodžių. Kai kuriose paieškos sistemose šį loginį operatorių atitinka simbolis „|“.

Kai kurios paieškos sistemos loginius operatorius įterpia automatiškai. Dažniausiai tai būna operatorius AND (ir). Tai reiškia, kad tarpus tarp dviejų ir daugiau reikšminių žodžių paieškos sistema supras kaip loginį operatorių AND (ir).

Specialūs simboliai „“, * taip pat padeda tiksliau pateikti paieškos klausimą. Paieškos žodžiai apskliausti kabutėmis „“ leidžia rasti tiksliai užrašytą frazę. Šiuo atveju tarp Jūsų paieškos rezultatų bus tik tie dokumentai, kuriuose nurodyti žodžiai bus greta vienas kito. Pavyzdžiui, į paieškos langelį įrašę frazę „versiu knygą neskaitytą“ tarp pirmųjų paieškos rezultatų rasite tinklalapį su Salomėjos Neries eilėraščiu „Anksti rytą“.

Simbolis * padeda ieškoti tos pačios šaknies žodžių, t. y. įvairių Jūsų įrašyto žodžio formų. Pavyzdžiui, į paieškos langelį įrašę žodžio šaknį *ekonom**, paieškos rezultatuose matysite visas įmanomas žodžio formas (*ekonom**ija***, *ekonom**ika***, *ekonom**iškas*** ir kt.). Paieškos rezultatuose bus dokumentai, kuriuose yra ieškomo žodžio pradžia su visomis įmanomomis jo galūnėmis.

Kai kuriose paieškos sistemose galite tikslinti paieškos rezultatus, t. y. atlikti paiešką jau gautuose šaltiniuose. Dažniausiai galite įrašyti papildomus paieškos žodžius, nurodyti šaltinio datą, kalbą, dokumento tipą ir pan.

Pažiūrėkite, ar Jūsų naudojama paieškos sistema turi tokią galimybę. Jei taip, būtinai ją naudokite užklausai tikslinti.

Įvairūs paieškos įrankiai siūlo ir daugiau užklausos formulavimo būdų. Norėdami išmokti tiksliai ir greitai atlikti paiešką būtinai aplankykite naudojamos paieškos sistemos pagalbos puslapius.

2.3. PATOBULINKITE PAIEŠKOS ĮGŪDŽIUS

Kad ieškoti būtų paprasta, pirmiausiai gerai įsisavinkite interneto naršyklę. Dažniausiai yra naudojama *Microsoft Internet Explorer* naršyklė, kuri įdiegiama kartu su *Windows* operacine sistema. Ja naudotis labai paprasta, o jei kyla abejonių, paskaitykite:

- Interneto naršyklės. Iš *Informacija ir komunikacija: ECDL atstovybės Lietuvoje sertifikuota mokomoji medžiaga, skirta siekiantiems įgyti Europos kompiuterio vartotojo pažymėjimą (ECDL) ir atitinkanti ECDL programos 3.0 versiją*. Vilnius, 2001, p. 26-41.
- Susipažinkite su savo naršykle. Iš SVENDSTORP, Jason. *Internetas visiškiems naujokams: visas kursas per tris dienas!*. Vilnius, 2001, p.13-15.

Paieškos įgūdžiams įtvirtinti siūlome pasinaudoti *Google* <http://www.google.lt/> paieškos sistema, kadangi ji populiariausia ir dažniausiai naudojama ne tik Lietuvoje, bet ir pasaulyje. Prisijungus prie jos ir užklausos langelyje įrašius kelis paieškos žodžius, gausite paieškos rezultatus. Paieškos sistema pateiks dokumentus, kuriuose yra visi paieškos langelyje įrašyti žodžiai. Deja, tai nereiškia, kad rasti dokumentai visiškai atitiks užklausą. Jūsų nurodyti žodžiai gali būti tarpusavyje nesusiję ir išsibarstę visame dokumente. Tokiu atveju geriau ieškoti ne tik atskirų žodžių, bet žodžių junginių, frazių. Pavyzdžiui, jei ieškote turizmo informacijos, tai užklausos langelyje įrašius žodžius kabutėse *„turizmo informacija“* rasite dokumentus, kuriuose šie žodžiai bus greta.

Google paieškos sistemoje yra įvairių būdų tiksliai aprašyti užklausą. Plačiau apie juos galite pasiskaityti *Google* pagalbos puslapiuose arba mokymosi medžiagos *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Paieškos internete įrankiai ir strategija“.

Jei užklausos formulavimo taisyklių nežinote arba jos atrodo per daug sudėtingos, rekomenduojame naudotis išplėstine paieška. Tokią paiešką turi daugelis paieškos įrankių. Skirtingų paieškos sistemų išplėstinės paieškos funkcijos gali skirtis, tačiau visų jų tikslas – išsamiau apibūdinti tai, ko ieškote: tiksliau pateikti reikšminius žodžius, patikslinti paieškos sąlygas, pašalinti dokumentus, kuriuose yra nepageidaujamų terminų. Pavyzdžiui, prisijungę prie mūsų jau minėtos *Google* <http://www.google.lt/> paieškos sistemos ir pasirinkę nuorodą *Išplėstinė paieška,* atsivers paieškos langas, kuriame galite nurodyti ieškomo dokumento požymius (2.2.pav.).

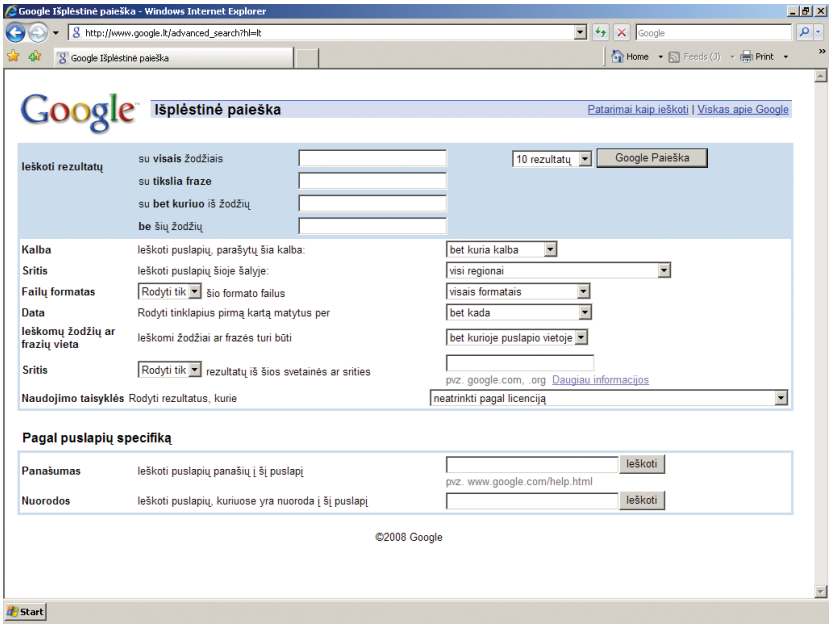
Google išplėstinėje paieškoje reikia atkreipti dėmesį į siūlomus paieškos tikslinimo kriterijus. Jeigu norite, kad:

- **paieškos rezultatuose būtų visi Jūsų užklausoje minimi žodžiai,** tuomet reikšminius žodžius rašykite pirmame langelyje, prie kurio užrašyta „su visais žodžiais“;
- **jūsų užklausos žodžių ieškotų kaip vienos frazės, tuomet** reikšminius žodžius rašykite langelyje, prie kurio užrašyta „su tikslia fraze“;
- **paieškos rezultatuose būtų bet kurie užklausoje minimi žodžiai**, tuomet reikšminius žodžius reikia rašyti langelyje, prie kurio užrašyta „su bet kuriuo iš žodžių“;
- **nerodytų rezultatų, kuriuose yra užklausos langelyje užrašyti žodžiai**, tuomet tokius žodžius reikia įrašyti langelyje, prie kurio užrašyta „be šių žodžių“.

Paieškos reikšminius žodžius galite įrašyti į vieną ar kelis paieškos langelius.

Paieškos rezultatus galite tikslinti pasirenkant:

- **Kalbą –** pagal nutylėjimą (t. y. nepasirinkus reikiamos) sistema suras dokumentų, atitinančių Jūsų užrašytai užklausai bet kuria kalba. Jeigu norite, kad rezultatuose būtų dokumentai tik, pavyzdžiui, lietuvių kalba, pasirinkite ją iš išskleidžiančio meniu.
- **Sritį –** pagal nutylėjimą (t. y. jei šioje eilutėje nieko nekeisite) paieškos sistema ieškos dokumentų, esančių įvairių šalių tarnybinėse stotyse. Iš išsiskleidžiančio metu pasirinkę konkrečią šalį, gausite tik tuos dokumentus, kurie yra Jūsų nurodytos šalies tarnybinėse stotyse.
- **Failų formatą –** *Google* leidžia ieškoti įvairaus formato dokumentų: tekstinių (*.doc), skaičiuoklės (*.xml) dokumentų, prezentacijų (*.ppt) ir kt.
- **Datą** – *Google* leidžia ieškoti dokumentų, sukurtų per laikotarpį, kurį galite pasirinkti iš išskleidžiančio meniu.
- **Ieškomų žodžių ar frazių vietą –** galite nurodyti, kur ieškoti Jūsų įrašytų žodžių: tinklalapių antraštėse, tekste, interneto adrese, nuorodose.



2.2. pav. *Google* išplėstinės paieškos langas

- **Sritį –** jei paiešką norite atlikti tik vienoje svetainėje, šiame langelyje įrašykite jos interneto adresą. Paieškos rezultatuose matysite dokumentus tik iš nurodytos svetainės. Be to iš išsiskleidžiančio meniu galite pasirinkti, kad paieškos sistema nerodytų dokumentų iš tam tikros svetainės, pvz., kurios interneto adrese yra domenas **.com*.
- **Naudojimo taisykles –** paiešką galite atlikti laisvai prieinamuose arba prenumeruojamuose šaltiniuose.

Siūlome išbandyti minėtą paieškos įrankį. Taip Jūs suprasite *Google* paieškos sistemos ypatumus, išmoksite tinkamai užrašyti užklausą ir atlikti paiešką.

Išsamiai apie klausimo formulavimo ypatybes rekomenduojame paskaityti mokymosi medžiagos *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Paieškos internete įrankiai ir strategija“.

2.4. AR BE PAIEŠKOS ĮRANKIŲ TURITE KITŲ ALTERNATYVŲ?

Paieškos sistemos tai tik vienas iš būdų, kuriuo galite pradėti informacijos paiešką internete. Skyriaus pradžioje buvo užsiminta apie adresų katalogus bei virtualias bibliotekas, kuriuose taip pat galite ieškoti informacijos šaltinių.

Interneto adresų kataloguose nuorodos į internete esančius informacijos šaltinius yra surinktos ir grupuojamos pagal temas. Kiekvienoje temoje rasite siauresnes potemes. Pačioje siauriausioje temoje pateikiami ją atitinkantys informacijos šaltiniai. Temos kataloguose pateikiamos hierarchiškai, pavyzdžiui: Menas –> Architektūra –> Konferencijos. Dažnai adresų katalogai turi labai daug temų ir potemių. Siekiant palengvinti paiešką galite ne tik peržiūrėti temas, bet ir atlikti paiešką visose arba vienoje pasirinktoje temoje. Dažniausiai paieška kataloguose nėra tokia lanksti kaip paieškos sistemose. Interneto adresų kataloguose ieškant informacijos galima derinti informacijos peržiūrą pagal temas bei paiešką konkrečia tema[4].

Pavyzdžiui, *Google* kataloge <http://www.google.lt/dirhp?hl=lt&tab=wd> paieškokite informacijos apie vokiečių aviganių veislės šunis. Jūsų kelias bus toks: pagrindiniame katalogo lange spragtelėję temą *Namai,* pamatysite hierarchiškai suskirstytas šios temos potemes, iš kurių pasirinkite potemę *Augintiniai.* Toliau iš siūlomų kategorijų pasirinkite kategoriją *Šunys,* toliau *Aviganiai* ir galiausiai *Vokiečių aviganiai* kategoriją. Tokios „kelionės“ rezultate matysite nuorodų į svetaines, susijusias su informacija apie vokiečių aviganių veislės šunis, sąrašą (2.3. pav.).

Jus taip pat turėtų sudominti lietuviškų interneto svetainių katalogas „Lietuva internete: On.lt“ <http://www.on.lt/>. Kaip ir kituose interneto kataloguose, „Lietuva internete: On.lt“ šaltiniai grupuojami pagal hierarchiją. Šaltinių paiešką galite atlikti pasirinkę vieną ar kitą kategoriją, o jos viduje pasirinkti nuorodas

4 VAŠKEVIČIENĖ, AUŠRA. PAIEŠKA INTERNETE. KAUNAS: “SMALTIJOS” L-KLA, 2001, 223 P.

reikalinga tema. Dominančios informacijos taip pat galite ieškoti įrašę užklausos žodį į paieškos langelį. Tiesa, paieška šitame kataloge turi tam tikras taisykles. Pavyzdžiui, norint rasti žodį bet kuria jo forma, rašykite tik jo šaknį, be priešdėlio, be priesagos, o svarbiausia – be galūnės. Norėdami surasti tikslią frazę, įrašykite ją į paieškos laukelį, bet neapskliauskite jos kabutėmis, kaip tą darytumėte paieškos sistemose. Tai reiškia, kad kataloge veikianti paieškos sistema neskiria specialių ženklų ir simbolių, todėl jų vartoti nereikia. Apie kitas paieškos galimybes „Lietuva internete: On.lt“ kataloge skaitykite katalogo pagalbos puslapiuose.

Virtualių bibliotekų tikslas – pateikti patikimos ir įvertintos informacijos išteklių kolekcijas. Jose kaupiama tik patikrinta ir specialistų įvertinta informacija. Virtualios bibliotekos gali būti universalios arba teminės, kurių turinys atitinka vieną ar keletą mokslo sričių ar temų, pavyzdžiui, fizinių, medicinos, technologijos, filosofijos, literatūros, istorijos ir kt. Virtualiose bibliotekose informacijos paieška gali būti atliekama kaip paieškos sistemose arba kaip kataloguose, o taip pat gali būti derinami abu šie būdai.

Kauno technologijos universiteto bibliotekos tinklalapyje <http://internet.unib.ktu.lt/www/ebibliotekos.htm> rasite elektroninių bibliotekų sąrašą sugrupuotą pagal mokslo šakas. Virtualią biblioteką pasirinkti Jums padės trumpi aprašai esantys prie nuorodos į biblioteką. Nuorodų į universalaus ir specialaus turinio virtualias bibliotekas taip pat galite ieškoti *PINAKES, A Subject Launchpad* tinklalapyje <http://www.hw.ac.uk/libWWW/irn/pinakes/pinakes.html> bei *The WWW Virtual Library* tinklalapyje <http://www.vlib.org.uk/>.

2.5. PAIEŠKA DUOMENŲ BAZĖSE



2.3. pav. Paieška *Google* kataloge

Šiuo metu paieškos įrankiai kartais pateikia atsakymų ir iš prenumeruojamų duomenų bazių, kurios yra apsaugotos slaptažodžiais ir kuriomis gali naudotis tik prenumeratoriai. Tokius dokumentus galėsite skaityti tik tuomet, jei paieška atliekate bibliotekoje, kuri prenumeruoja duomenų bazę, iš kurios yra pateiktas atsakymas. Naudinga žinoti, kokiomis prenumeruojamomis duomenų bazėmis galite naudotis savo bibliotekoje. Informaciją apie tai galite rasti bibliotekos tinklalapyje. Daugelyje viešųjų bibliotekų lankytojai gali naršyti *EBSCO Publishing*, *Oxford Reference Online, Oxford Art Online bei Oxford Music Online* duomenų bazes. Plačiau jos pristatytos šios knygos 5 skyriuje „Mokytis niekada nevėlu ir labai patogu internetu“.

Informaciją apie visas Lietuvos bibliotekose prenumeruojamas duomenų bazes rasite Lietuvos mokslinių bibliotekų (LMBA) tinklalapyje <http://www.lmba.lt/>. Pasirinkę nuorodą *Duomenų bazės* rasite informaciją, kokias duomenų bazes bibliotekos prenumeruoja per šią asociaciją ir savarankiškai. Prie bazės pavadinimo esanti nuoroda *Plačiau* informuos, kurios bibliotekos šią bazę prenumeruoja. Kiekvienais metais Lietuvos bibliotekų prenumeruojamų duomenų bazių sąrašas gali keistis. Todėl patartina jį tikrinti kiekvieną kartą, ieškant reikalingos duomenų bazės.

Yra ir laisvai prieinamų duomenų bazių, kuriose yra daug vertingos informacijos ir kurią ne visuomet rasite naudojantis paieškos sistemomis ir adresų katalogais. Pavyzdžiui, apdovanotų asmenų duomenų bazė, publikuojama Lietuvos Respublikos Prezidento tinklalapyje, dailininkų duomenų bazė, kurią rangia Lietuvos dailės muziejus ir kt. Šių ir kitų nemokamų lietuviškų duomenų bazių interneto svetainių adresų rasite poskyryje *Rekomenduojamų nuorodų sąrašas.*

2.6. RASTOS INFORMACIJOS VERTINIMAS

Labai svarbu mokėti vertinti rastos informacijos patikimumą, nustatyti interneto svetaines, kurių informacija galima pasikliauti. Radus reikiamą dokumentą ar tinklalapį, reikėtų atkreipti dėmesį į tai, **kokioje svetainėje (tarnybinėje stotyje) ji saugoma**. Vyriausybinėse, akademinėse ir tarptautinių organizacijų svetainėse (domenai interneto adrese *.gov, *.edu ir *.org) dažniausiai pateikiama objektyvi, patikima informacija, kadangi šios organizacijos atsako ir rūpinasi skleidžiamos informacijos kokybe. Tačiau komercinėse svetainėse (domenas interneto adrese *.com) galite rasti daug neteisingos, reklaminės, o kartais net klaidinančios informacijos, kadangi jos saugo viską, už ką yra mokami pinigai, arba reklamuoja tai, kas galėtų duoti pelno.

Radus dokumentą pabandykite nustatyti rastos informacijos **atsakomybės duomenis**. Pasirinkę dokumentą pažiūrėkite, kas yra jo autorius, ar yra nurodytas jo elektroninio pašto adresas, kiti kontaktiniai duomenys, informacija apie autoriaus kvalifikaciją šioje srityje, ar informacijos autorius susijęs su institucija, kuri saugo šią informaciją. Jei yra nuoroda į titulinį svetainės tinklalapį, aplankykite jį.

Įvertinkite **rasto dokumento turinį ir jo sukūrimo datą**. Pažiūrėkite, ar informacija yra pastoviai atnaujinama, kokia paskutinio atnaujinimo data, ar nėra gramatinių klaidų ir praleistų duomenų.

2.7. PAIEŠKOS ETAPAI

Jūs jau susipažinote su paieškos įrankiais, pagrindinėmis užklausos rašymo taisyklėmis, rastos informacijos vertinimo kriterijais, todėl dabar rekomenduojame susisteminti žinias. Susipažinkite su pagrindiniais paieškos etapais:

1. Pasirinkite temą bei apibrėžkite ieškomo dalyko sritį.
2. Sukurkite paieškos strategiją. Pirmiausia sudarykite reikšminių žodžių sąrašą. Pagalvokite, kokie yra pasirinktų žodžių sinonimai, jei žodžiai turi ne vieną reikšmę – pagalvokite kaip galite patikslinti jų reikšmę paieškoje. Reikšminiai žodžiai turi kuo tiksliau apibūdinti ieškomą temą. Pvz., jei ieškote informacijos apie „diabetą“, o paieškos eilutėje užrašysite tik žodį „medicina“, tarp daugybės atsakymų sunku bus rasti tinkamų. Tikslesnio atsakymo galite tikėtis užrašę: *medicina +diabetas*.
3. Pasirinkite paieškos įrankį ir atlikite paiešką. Paieškos langelyje užrašykite svarbiausius reikšminius žodžius. Ieškant retos informacijos reikėtų pagalvoti ir apie tai, ar ji internete gali būti pateikta lietuvių kalba. Jei tokios informacijos nėra, jos reikėtų ieškoti kitomis kalbomis.
4. Įvertinkite paieškos rezultatus. Paieškos rezultatuose matysite surastų šaltinių pavadinimus, trumpą dokumento ištrauką su pažymėtais reikšminiais žodžiais, bei dokumento interneto adresą. Pirmiausiai paieškos sistemos pateikia labiausiai Jūsų užklausą atitinkančius atsakymus.
5. Jei tarp pirmųjų 10–20 paieškos rezultatų nėra tinkamo dokumento, tikslinkite paiešką. Galite keisti paieškos reikšminius žodžius arba pasirinkti kitą paieškos įrankį.
6. Norint gauti įvairesnius informacijos šaltinius, reikėtų naudoti keletą paieškos įrankių.

2.8. PATARIMAI, KURIE PADĖS SĖKMINGAI ATLIKTI PAIEŠKĄ INTERNETE

1. Išmokite gerai naudotis bent vienu paieškos įrankiu. Tuomet gausite tikslesnius rezultatus. Be to, panašūs paieškos principai tinka ir naudojantis kitais paieškos įrankiais.
2. Skaitykite paieškos įrankių pagalbos puslapius. Tai padės Jums sužinoti įrankio paieškos subtilybes.
3. Įvaldę vieną paieškos įrankį, neapsiribokite juo. Kuo daugiau įrankių naudosite, tuo greičiau ir lengviau rasite reikalingos informacijos.
4. Visada kritiškai vertinkite rastos informacijos kokybę. Taip apsisaugosite nuo menkavertės, klaidingos informacijos.

2.9. PAIEŠKOS PAVYZDŽIAI

Google <http://www.google.lt> paieškos sistema pabandykite ieškoti informacijos apie bičių priežiūrą.

Paieškos laukelyje įrašykite užklausą *bitės +priežiūra* arba žodžius apskliauskite kabutėmis *„bičių priežiūra“*. Spauskite mygtuką *Paieška*. Paieškos rezultatuose matysite užklausą atitinkančius tinklalapius. Jeigu norite rasti pačios naujausios informacijos apie bičių priežiūrą, verta pasinaudoti išplėstinės paieškos lango siūlomomis galimybėmis. Čia į paieškos laukelį įrašykite savo užklausą ir pasirinkite tinklalapio publikavimo internete datą, pavyzdžiui, *per paskutinę savaitę*. Paspaudę mygtuką *Ieškoti* matysite rezultatų sąrašą, kuriame apart tinklalapių pavadinimų, matysite ir jų pasirodymo internete datas. Tai leidžia greitai atrinkti pačią naujausią informaciją rūpimu klausimu.

Ieškant vaizdo įrašų patogiausiai naudotis tokios informacijos paieškai skirtomis svetainėmis. Pavyzdžiui, norint peržiūrėti vaizdo įrašus apie 2008 metų Seimo rinkimus, pravartu pasinaudoti *YouTube* <http://www.youtube.com/index>. Paieška labai paprasta – į laukelį įrašykite: *Seimo rinkimai 2008* ir spauskite mygtuką *Search***.** Paieškos rezultatuose matysite vaizdo įrašų sąrašą, iš kurio galite pasirinkti Jums tinkantį ir jį peržiūrėti.

REKOMENDUOJAME !

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS:

UNIVERSALŪS PAIEŠKOS ĮRANKIAI

- *Google* <http://www.google.com/>.
- *Yandex* <http://www.yandex.ru/>.
- Yahoo <http://www.yahoo.com/>.

SPECIALŪS PAIEŠKOS ĮRANKIAI

- *Blinx* <http://www.blinkx.com/>.
- *Corbis* <http://pro.corbis.com/>.
- *Ges beta* <http://ges.projektas.lt/lt/>.
- Google vaizdų paieška <http://images.google.lt/>.
- *Google Video* <http://video.google.com/>.
- *YouTube* <http://www.youtube.com/index>.
- *MusicSearch.com* <http://www.musicsearch.com/>.

ADRESŲ KATALOGAI

- DELFI katalogas <http://www.delfi.lt/directory/>.
- *Librarians' Internet Index* <http://lii.org/>.
- Lietuva internete <http://www.on.lt/>.
- Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos nuorodų katalogas <http://www.lnb.lt/eb/>.
- *Open Directory Project* <http://dmoz.org/>.

REKOMENDUOJAME

VIRTUALIOS BIBLIOTEKOS

- Elektroninės bibliotekos <http://internet.unib.ktu.lt/www/ebibliotekos.htm>.
- *PINAKES, A Subject Launchpad* <http://www.hw.ac.uk/libWWW/irn/pinakes/pinakes.html>.
- *The WWW Virtual Library* <http://www.vlib.org.uk/>.

LAISVAI PRIEINAMOS LIETUVOS DUOMENŲ BAZĖS

- Apdovanotų asmenų duomenų bazė <http://www.president.lt/veikla/apdovanojimai/db> .
- Dailininkų duomenų bazė <http://www.ldm.lt/LDMDailininkai/DBaze/DbAsp/Paieska_dail_sar.asp?raide>.
- Iškilūs Lietuvos ir Latvijos kultūros veikėjai <http://www.baltu.lt/DB_Iskilus/Paieska.htm> .
- KAS YRA KAS LIETUVOJE: Lietuvos pasiekimų registras <http://www.kasyrakas.lt/ltu/news.aspx>.
- Kultūros vertybių registras <http://195.182.68.155/heritage/>.
- Lietuvos dvarų duomenų bazė <http://www.heritage.lt/dvarai/> .
- Lietuvos knygnešiai ir daraktoriai 1864–1904 <http://www.spaudos.lt/DBaze/Paieska.htm> .
- Miesteliai.lt <http://www.miesteliai.lt/miestai.html>.
- Žemaitijos kultūros, meno, mokslo ir visuomenės veikėjai <http://samogitia.mch.mii.lt/Krastieciai/DBaze/Paieska.htm>.

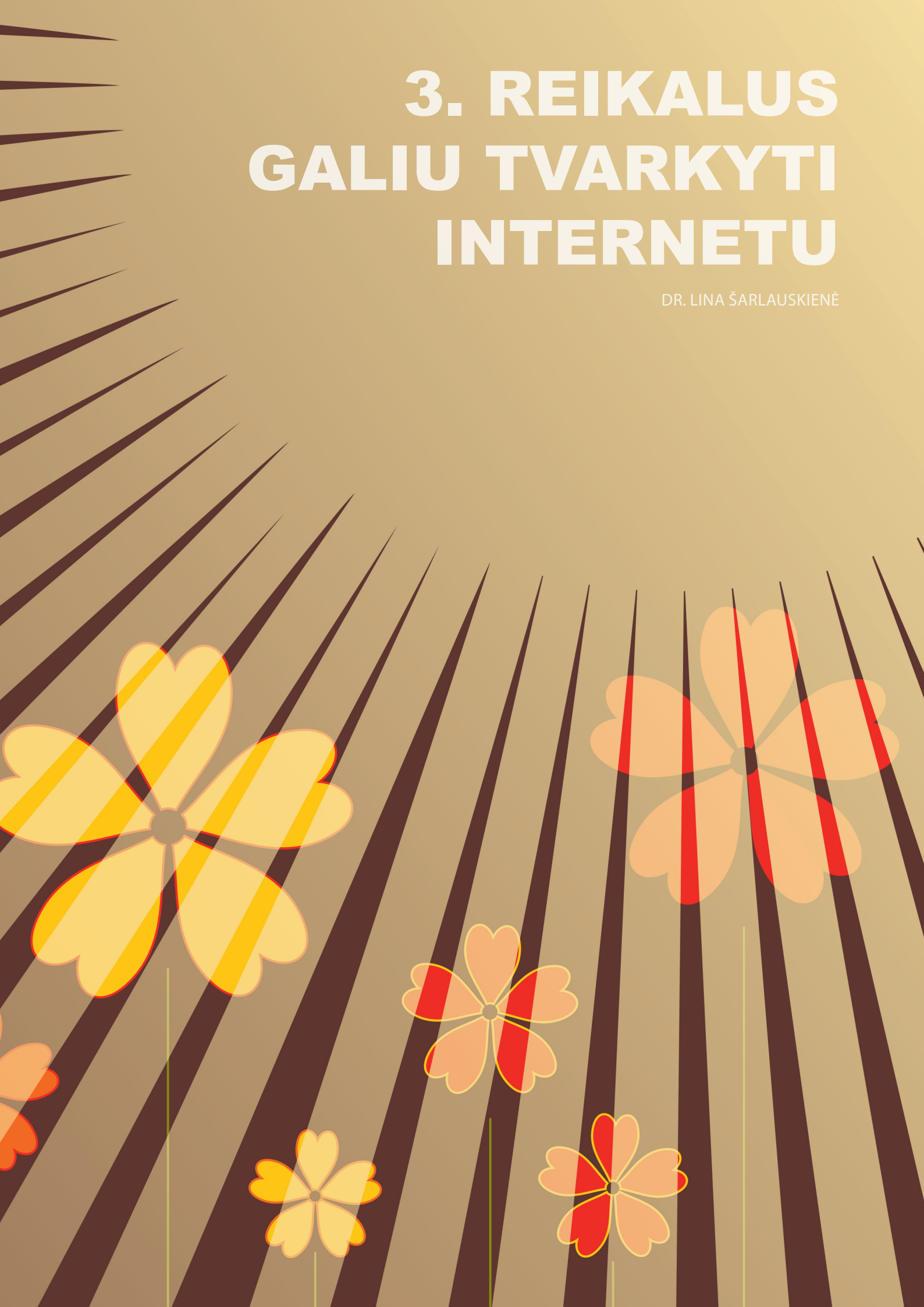
REKOMENDUOJAME PASKAITYTI:

- *Interneto gidas*. Vilnius, 2008. ISBN 978-9955-836-00-1.
- VALAVIČIUS, EUGENIJUS. *Paieška internete: kaip panaudoti paieškos internete galimybes*. Kaunas :„Smaltijos“ leidykla, 2005. ISBN 9955-551-85-2.
- VAŠKEVIČIENĖ, AUŠRA. *Paieška internete*. Kaunas: „Smaltijos“ l-kla, 2001, 223 p. ISBN 9986-965-48-9.
- *Viskas apie Google* [Interaktyvus]. 2008 [žiūrėta 2008 m. spalio 30 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.google.com/intl/lt/about.html>.
- *„Bibliotekos pažangai“ kursai* [interaktyvus] 2008 [žiūrėta 2008 spalio 30 d.]. Prieiga per internetą: <http://kursai.bibliotekospazangai.lt/>.



3. REIKALUS GALIU TVARKYTI INTERNETU

DR. LINA ŠARLAUSKIENĖ



TURINYS

3.1. KAIP NAUDOTIS ELEKTRONINĖS VALDŽIOS PASLAUGOMIS? 46

3.2. KOKIOS SAVIVALDOS PASLAUGOS JŪSŲ LAUKIA INTERNETE? 47

3.3. KUR GALIU RASTI TEISINĘ INFORMACIJĄ IR PAGALBĄ? 48

3.4. KUR IEŠKOTI STATISTINĖS INFORMACIJOS? 51

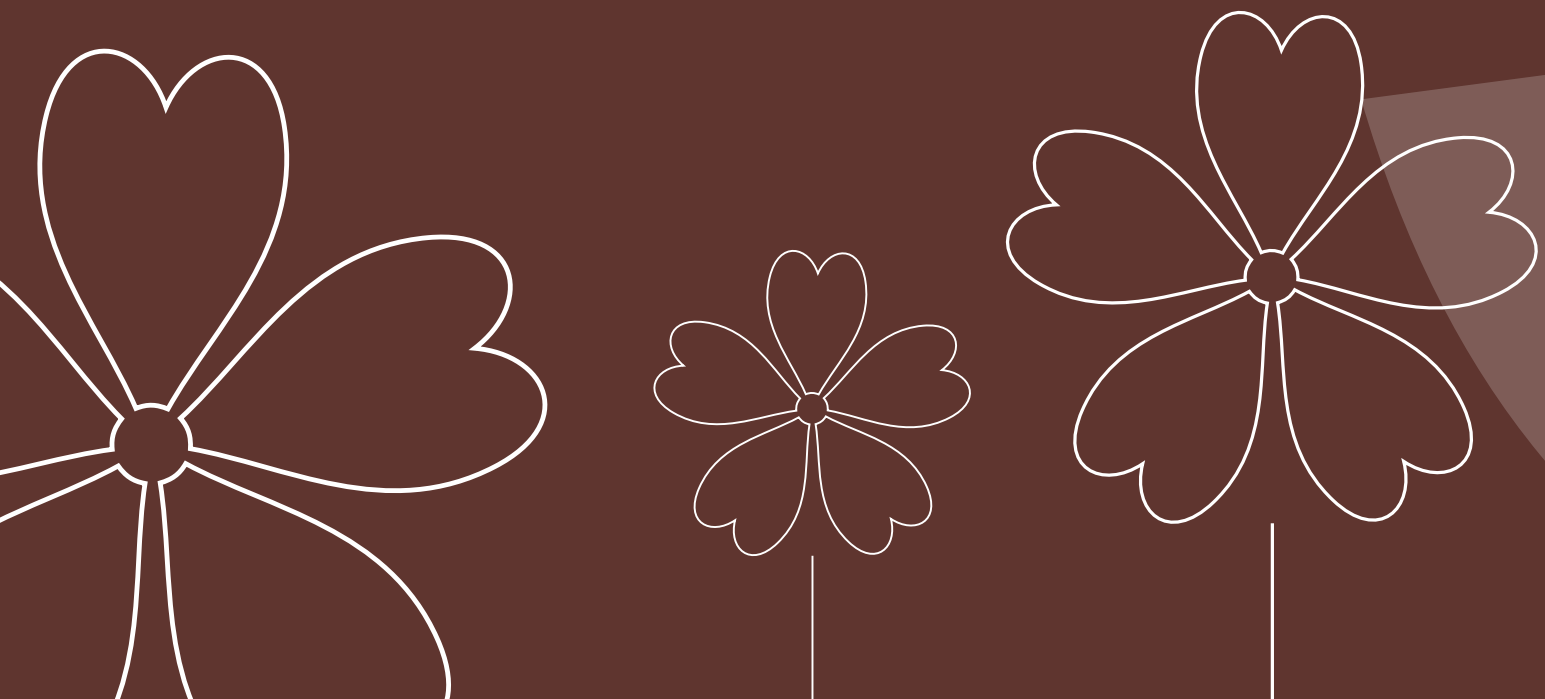
3.5. KUR IEŠKOTI INFORMACIJOS APIE KELIONIŲ DOKUMENTUS IR MIGRACIJĄ? 52

3.6. KAIP SURASTI INFORMACIJĄ APIE VISUOMENINES ORGANIZACIJAS 53

3.7. KAIP SURASTI LIETUVOS ELEKTRONINIUS LAIKRAŠČIUS, ŽURNALUS, NAUJIENAS? 53

3.8. KAIP SUŽINOTI ADRESĄ IR MARŠRUTĄ BEI NEPAMIRŠTI REIKŠMINGO SUSITIKIMO? 54

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 54





3. REIKALUS GALIU TVARKYTI INTERNETU

3.1. KAIP NAUDOTIS ELEKTRONINĖS VALDŽIOS PASLAUGOMIS?

Internetu galima sutvarkyti daugelį finansinių reikalų, o taip pat naudotis įvairių valstybinių institucijų paslaugomis: pateikti mokesčių deklaraciją, pranešti apie gimusį ar mirusį žmogų, deklaruoti gyvenamąją vietą, užsakyti įvairias pažymas ir pan. Tokios elektroninės viešosios paslaugos vadinamos elektroninės valdžios paslaugomis. „Elektroninė valdžia" gali asocijuotis su valdymu, tačiau tai yra paslaugų teikimo priemonė.

Viešosios elektroninės paslaugos (e. valdžios paslaugos) pagal tai, kokią paslaugos dalį gaunate nevykdami į instituciją yra skirstomos į 4 lygmenis:

1. **Informacija apie paslaugas.** Gyventojai ir verslo įmonių atstovai institucijų interneto svetainėse gali rasti informaciją, ką reikėtų daryti, norint gauti dominančią paslaugą. Pavyzdžiui, kaip registruoti naujagimį, įsteigti bendrovę, užsiregistruoti pas gydytoją.
2. **Informacija apie paslaugas ir elektroninės dokumentų formos**, kurias institucijos pateikia internete ir jas galima atspausdinti, atsiųsti į savo kompiuterį, išsaugoti elektroninėje laikmenoje. Užpildytas ir atspausdintas formas reikia pateikti nuvykus į instituciją.
3. **Paslaugų užsakymas elektroniniu būdu,** kai užpildyti prašymai, dokumentai ar užklausimai pateikiami institucijai internetu ar kitu nuotoliniu būdu.
4. **Paslaugų patvirtinimas elektroniniu būdu,** kai gaunami reikalingi dokumentai ar užklausimų atsakymai nenuvykus į instituciją.

Norėdami pasinaudoti trečiojo ir ketvirtojo lygmens paslaugomis, turite registruotis institucijų informacinėse sistemose**,** būti vienos iš komercinių bankų internetinės bankininkystės vartotoju arba turėti 2-os ar 3-ios klasės asmeninį skaitmeninį sertifikatą, išduotą kvalifikuoto el. parašo paslaugų teikėjo.

E. valdžios paslaugas galite rasti šiose interneto svetainėse:

1. **Konkrečių institucijų interneto svetainėse.**
2. **Viešosios paslaugos** <http://www.evaldzia.lt>, <http://www.epaslaugos.lt>.
3. **Elektroninės valdžios vartai** <https://paslaugos.evaldzia.lt>.

Naudotis e. valžios paslaugomis rekomenduojame pradėti svetainėje **Viešosios paslaugos** <http://www.evaldzia.lt>, <http://www.epaslaugos.lt>. Čia dar neveikia vieninga registracijos ir identifikavimo sistema visų Lietuvos institucijų paslaugoms, tačiau joje pateikiama informacija apie įvairaus lygio paslaugas įvairiose institucijose.

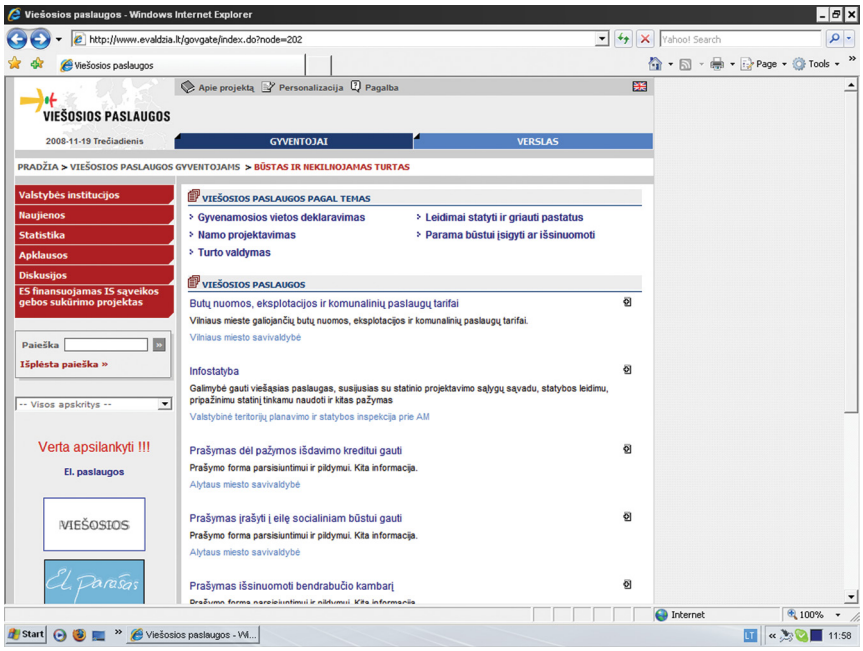
Dominančias elektronines paslaugas galite surasti keliais būdais:

1. **Naršyti elektroninių paslaugų temų sąraše**. Pasirinkite nuorodas *Gyventojai* arba *Verslas*. Pasirinkę dominančią temą, galite rasti detalesnes potemes arba išvardytas pasirinktos temos (potemės) paslaugas. Tinklalapiuose pateikiami kiekvienos paslaugos pavadinimai, trumpi aprašymai ir paslaugą teikiančios institucijos pavadinimas. Spragtelėjus paslaugos pavadinimo nuorodą, atsivers paslaugą teikiančios institucijos interneto svetainės tinklalapis. Jame rasite pateiktą informaciją apie dominančią paslaugą, dokumentus (atmintines, prašymų formas ir kt.) ar paslaugos teikimo sistemą, kurioje reikia prisiregistruoti (pavyzdžiui, elektroninė deklaravimo sistema) (3.1. pav.).
2. **Naršyti paslaugas teikiančių valstybinių institucijų sąraše**. Pasirinkite nuorodą *Valstybės institucijos.* Atsivėrusiame tinklalapyje galėsite pasirinkti dominančią instituciją ir sužinoti informaciją apie jos teikiamas paslaugas.
3. **Atlikti elektroninių paslaugų paiešką**. Šiuo būdu surasti dominančias elektronines paslaugas sudėtinga, nes paieškos rezultatuose pateikiama daug netikslios informacijos.

Svetainėje galite asmeniškai prisiregistruoti ir naudotis personalizuotu turiniu, užsakyti naujienas el. paštu.

Jei norite neatvykdami į instituciją naudotis trečiojo ir ketvirtojo lygio viešosiomis paslaugomis, pasirinkite svetainę **Elektroninės valdžios vartai** <https://paslaugos.evaldzia.lt>. Joje galite užsakyti ir sumokėti už pažymą apie deklaruotą gyvenamąją vietą ar pažymą apie šeiminę padėtį, pasitikrinti informaciją apie savo valstybinį socialinį draudimą ar suteiktų medicininių paslaugų ir išrašytų medikamentų apimtį, užsakyti teistumo (neteistumo) pažymas internetu, naudotis Centrinės hipotekos įstaigos tvarkomų registrų informacija ir kt.

Norėdami naudotis **Elektroninės valdžios vartai** paslaugomis, turite būti vienos iš komercinių bankų internetinės bankininkystės sistemos vartotoju arba turėti 2-os ar 3-ios klasės asmeninį skaitmeninį sertifikatą, išduotą kvalifikuoto el. parašo paslaugų teikėjo. Registravimuisi naudojami banko arba Skaitmeninio sertifikavimo centro turimi asmens duomenys (vardas, pavardė, asmens kodas). Jokia kita banko arba centro informacija (pvz., sąskaitų, piniginių operacijų ir kt.) iš sistemos nėra teikiama. Apie skaitmeninius sertifikatus galite sužinoti Skaitmeninio sertifikavimo centro (SSC) interneto svetainėje



3.1. pav. Portalas *Viešosios paslaugos*

<http://www.ssc.lt/?name=menu&act=show&do=91,99,167&L=lt>.

Teikiamų paslaugų skaičius nuolat didėja. Prisijungę prie internetinės bankininkystės sistemos ar naudodami skaitmeninius sertifikatus, galite sužinoti kokios elektroninės paslaugos teikiamos ir pasirinkti dominančią paslaugą. Kiekvienos paslaugos teikimo procedūra sistemoje yra detaliai aprašoma ir žingsnis po žingsnio pateikiama informacija, ką reikėtų daryti, norint gauti paslaugos rezultatus (užsakyti pažymą, gauti dokumentą, pateikti deklaraciją ir pan.). Tereikia vadovautis pateiktais nurodymais ir pasirinkta paslauga bus suteikta greitai ir kokybiškai, neatsitraukus nuo namuose ar darbe esančio kompiuterio.

Plačiau apie el. paslaugas galite paskaityti ir konkrečių el. paslaugų užsakymo pavyzdžių pažiūrėti mokymo medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“, adresu <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> temoje „Interneto ištekliai“.

!

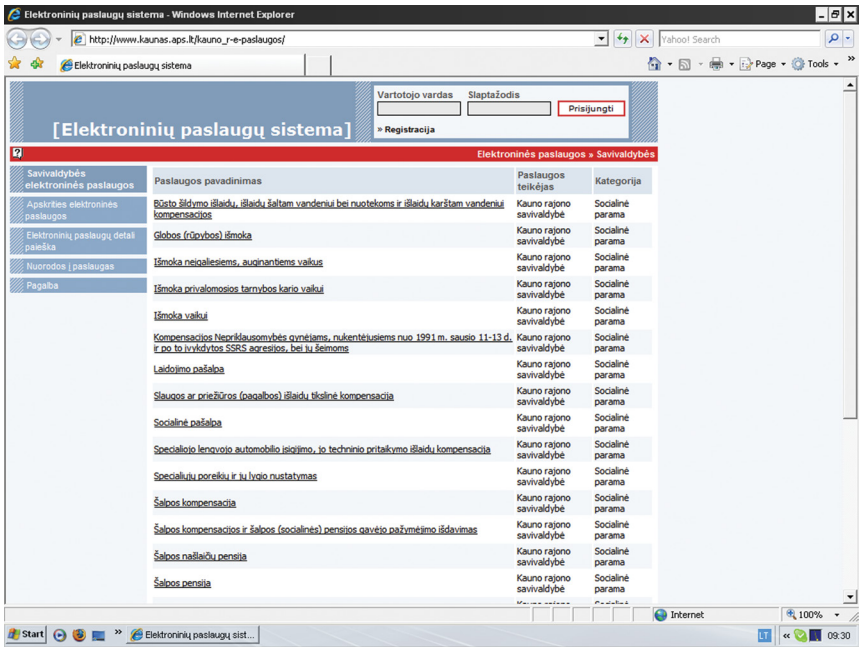
3.2. KOKIOS SAVIVALDOS PASLAUGOS JŪSŲ LAUKIA INTERNETE?

Kai kurių, Jums svarbių, klausimų sprendimui turite kreiptis į savivaldybę ar kitas institucijas, rašyti prašymus, teikti pažymas, pildyti konkrečias formas. Tam sugaištate daug laiko. Savivaldybės elektroninės paslaugos suteikia galimybę šiuos klausimus spręsti internetu, taip reikia mažiau vaikščioti po įvairias institucijas ir taupote savo laiką. Per elektroninių paslaugų sistemą gautus prašymus ar paraiškas savivaldybės administracijos tarnautojai tvarko taip pat, kaip ir gautus įprastu būdu.

Norėdami naudotis savivaldos paslaugomis internetu pirmiausia turite surasti savo savivaldybės interneto svetainę. Konkrečios savivaldybės elektronines paslaugas galite rasti portale **Viešosios paslaugos** <http://www.evaldzia.lt> arba **Lietuvos savivaldybių** portale <http://www.savivaldybes.lt>.

Lietuvos savivaldybių portale spragtelėję nuorodą *Savivaldybės* ir pasirinkę konkrečią savivaldybę, rasite kontaktinę informaciją ir nuorodą į interneto svetainę. Spragtelėję svetainėje esančias nuorodas *Elektroninės paslaugos* ar *Paslaugos* rasite savivaldybės elektroninių paslaugų sąrašą.

Šiuo metu kai kurios apskritys ir savivaldybės turi individualias elektroninių paslaugų teikimo sistemas (pvz., Vilniaus miesto savivaldybė, Kauno miesto savivaldybė), kitos naudojasi vieninga elektroninių paslaugų sistema (EPS) (3.2. pav.).



3.2. pav. Elektroninių paslaugų sistemos pavyzdys (Kauno raj. savivaldybė)

Elektroninių paslaugų sistema galite naudotis neprisiregistravę arba prisiregistruoti prie EPS. Neprisiregistravę elektroninių paslaugų sistemoje, galite skaityti informaciją apie paslaugas, atsisiųsti reikiamas formas ir, užpildę jas kompiuteriu arba ranka, kreiptis į savivaldybės administraciją bendra tvarka.

Užsiregistravę elektroninių paslaugų sistemoje, galėsite naudotis trečiojo ir ketvirtojo lygmens elektroninėmis paslaugomis, t. y. galėsite užsakyti ir gauti paslaugas nevykdami į instituciją. Jūsų užpildytas elektronines dokumentų formas nedelsiant gauna, registruoja ir tvarko savivaldybės administracijos darbuotojas. Jis gali susisiekti su Jumis elektroniniu paštu (jei jį nurodėte registruodamasis sistemoje) ir informuoti apie prašymo vykdymo eigą ar pateikti papildomų klausimų, jei Jūsų dokumente yra neaiškumų. Užsiregistravę sistemoje taip pat galėsite peržiūrėti savo užpildytas elektronines formas, užsakytų paslaugų vykdymo būsenas, kokie administracijos darbuotojai yra atsakingi už paslaugos vykdymą ir kt.

Kaip naudotis elektroninių paslaugų sistema, galite sužinoti pagrindiniame EPS svetainės tinklalapyje pasirinkę nuorodą „Pagalba“. Savivaldybių elektroninių paslaugų sąrašas nuolatos pildomas arba keičiamas pagal poreikį ir pasirengimą jas teikti elektroniniu būdu.

!

3.3. KUR GALIU RASTI TEISINĘ INFORMACIJĄ IR PAGALBĄ?

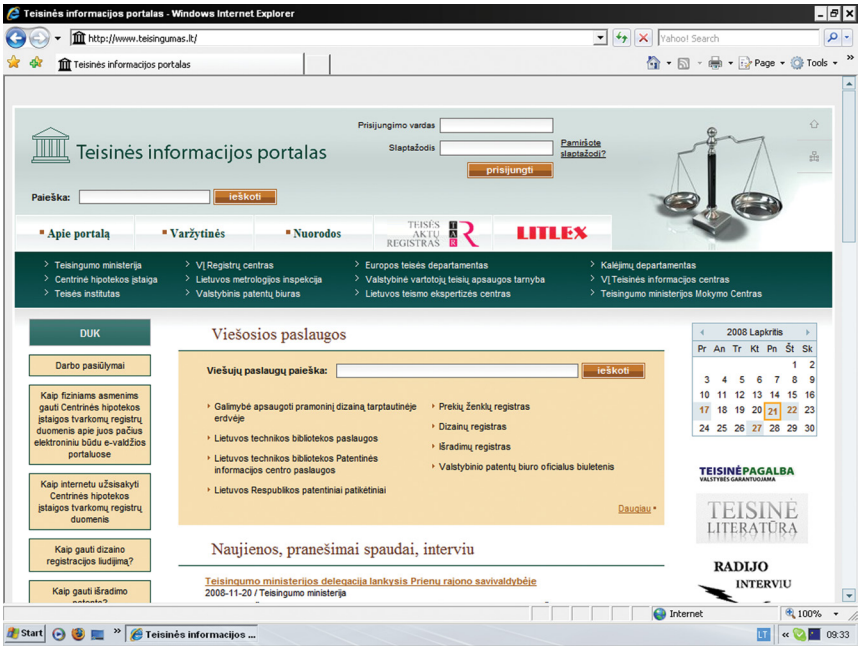
Teisinė informacija reikalinga darbinėje veikloje ir kasdieniniame gyvenime. Dažnai reikalingos šeimos, darbo ar civilinės teisės žinios. Internete galite gauti reikalingą teisinę informaciją ir ja pasinaudojus ginti savo teises. Naudodamiesi teisinės informacijos portalais ir duomenų bazėmis, galite sutaupyti brangų laiką, skirtą svarbios bei tikslios teisinės informacijos, konsultacijų, pagalbos ir teisės aktų paieškai.

Siūlome naudotis keliais didžiausiais teisinės informacijos portalais Lietuvoje: **Teisingumas.lt, Infolex.lt;** specializuotomis svetainėmis: **Mano teisės, Teisinė pagalba**; Lietuvos Respublikos Seimo teisės aktų paieškos sistemomis ir duomenų baze **LITLEX**.

Teisingumas.lt <http://www.teisingumas.lt> portale rasite nuorodas į Teisingumo ministerijos ir jai

pavaldžių institucijų teikiamas viešąsias paslaugas bei interneto svetaines, Teisės aktų registrą (TAR), teisės aktų paieškos sistemą **LITLEX**, Antstolių informacinę sistemą. Portale pateikta kita su teise susijusi informacija: teisinės naujienos, interviu, komentarai, apžvalgos ir straipsniai (3.3. pav.). Galite naudotis internetine konsultacijų sistema, suteikiančia galimybę rasti aktualiausius civilinės teisės ir civilinio proceso, baudžiamosios teisės ir baudžiamojo proceso klausimus ir atsakymus į juos.

Infolex.lt portale <http://www.infolex.lt/> galite rasti teisės naujienas ir naudingas nuorodas į valstybės institucijų svetaines bei jų teikiamas teisės elektronines paslaugas, teisės specialistų įstaigas, teisės



3.3. pav. Portalas *Teisingumas.lt*

literatūrą. Portale pateikta nuoroda į duomenų bazę **INFOLEX.PRAKTIKA**, kurią naudojant greitai rasite aukščiausiųjų Lietuvos teismų nuo 1995 m. skelbtus dokumentus. Šia duomenų baze galite naudotis bazę prenumeruojančiose viešosiose bibliotekose. Kaip naudotis duomenų baze galite sužinoti šiame tinklalapyje: <http://www.teismupraktika.lt/praktika/duk.asp>.

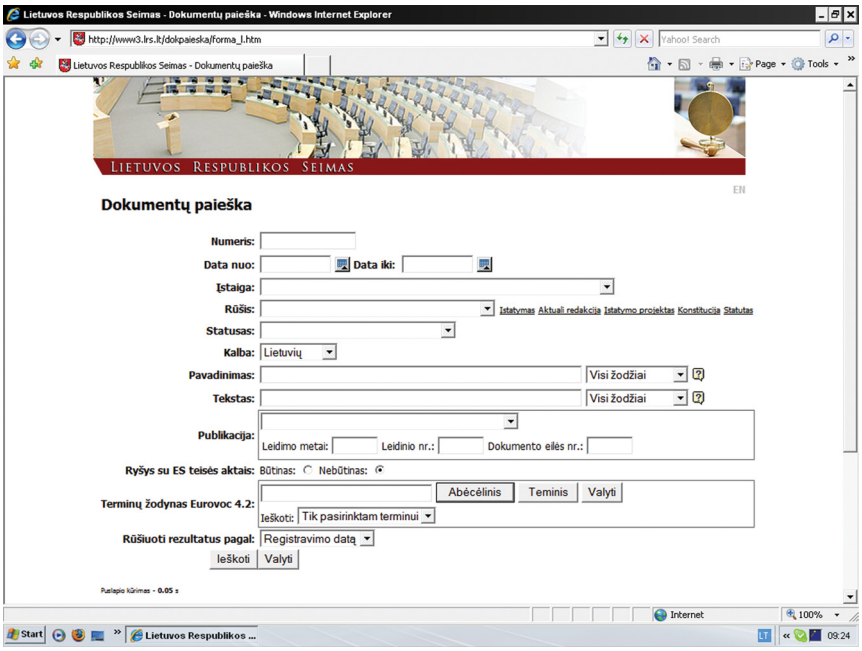
Mano teisės svetainėje <http://manoteises.lt/> rasite informaciją apie žmogaus teises, jas ginančias organizacijas, lygybę ir nediskriminavimą, elektroninius leidinius žmogaus teisių tema, naudingas nuorodas. Galite dalyvauti svetainės lankytojų diskusijose ar užduoti klausimus el. konferencijose dalyvaujantiems teisės srities specialistams, atsakingiems valstybės tarnautojams.

Jeigu Jus domina kurios nors srities teisės aktai, juos galite rasti keliais būdais:

- valstybės institucijų interneto svetainėse;
- Lietuvos Respublikos Seimo interneto svetainėje;
- duomenų bazėje LITLEX.

Valstybės institucijų interneto svetainėse publikuojami su tų institucijų veikla susiję teisės aktai. Pavyzdžiui, Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministerijos interneto svetainėje pateikti teisės aktai, susiję su žemės ūkio sritimi. Teisės aktus svetainėse rasite pasirinkę tokias nuorodas, kaip *Teisinė informacija, Teisės aktai, Teisiniai dokumentai* ir pan.

Visus Lietuvos įstatymus, didžiąją dalį teisės aktų bei Europos Sąjungos teisės aktus rasite Lietuvos Respublikos Seimo interneto svetainėje <http://www.lrs.lt/>. Dokumentų paieška ir surastų dokumentų pateikimas yra nemokamas. Pagrindiniame svetainės tinklalapyje pasirinkę nuorodas *Teisės aktų paieška* <http://www3.lrs.lt/dokpaieska/forma_l.htm> ar *Europos Sąjungos teisės aktų paieška* <http://www3.lrs.lt/pls/inter1/dokpaieska.forma_l>, atsivėrusiame tinklalapyje galite atlikti paiešką pagal įvairius paieškos požymius (3.4. pav.).



3.4. pav. Teisės aktų paieška Lietuvos Respublikos Seimo interneto svetainėje

Atlikę paiešką matysite teisės aktų sąrašą, kuriame bus nurodytas kiekvieno teisės akto pavadinimas, data, numeris, tipas, kada dokumentas įsigaliojo, kokia institucija dokumentą priėmė ir kur teisės aktas buvo publikuotas. Iš sąrašo pasirinkite dominantį dokumentą ir spragtelėkite jo pavadinimą. Atsivėrusiame tinklalapyje galėsite dokumentą skaityti, spausdinti, išsaugoti kompiuteryje.

Teisės aktus taip pat rasite ir specializuotoje duomenų bazėje **LITLEX** <http://www.litlex.lt/scripts/sarasas2.dll?Pirmas=1>. Šioje duomenų bazėje teisės aktų paieška yra panaši kaip ir Lietuvos Respublikos Seimo svetainėje, bet LITLEX turi papildomų paieškos galimybių, pateikiami kiti susiję teisės aktai (kartu naudojami, aktą keitę aktai ir kt.), galima naudotis asmeninėmis informacijos tvarkymo priemonėmis (sukurti savo temas, priskirti joms teisės aktus, komentuoti teisės aktus ir pan.). LITLEX duomenys yra nuolatos atnaujinami. Neprisiregistravę prie duomenų bazės, t. y. neturėdami prisijungimo vardo ir slaptažodžio, galite atlikti paiešką ir gauti surastų dokumentų fragmentus. Norint gauti visą dokumento tekstą reikia duomenų bazę prenumeruoti. Šia duomenų baze galite nemokamai naudotis bazę prenumeruojančiose viešosiose bibliotekose.

Atlikę teisės aktų paiešką duomenų bazėje LITLEX, atsivėrusiame tinklalapyje matysite surastų teisės aktų sąrašą. Išsirinkite iš sąrašo dominantį dokumentą ir spragtelėkite jo nuorodą. Kitame tinklalapyje atsivers surastas teisės aktas su įvairia papildoma informacija. Dokumentą galite išsaugoti kompiuteryje ar atspausdinti. Duomenų bazės tinklalapyje rasite detalią LITLEX naudojimosi pagalbą.

Jeigu minėtuose šaltiniuose neradote reikalingos teisinės informacijos, Jums reikalinga specialisto konsultacija ar pagalba, galite pasinaudoti valstybės garantuojama nemokama teisine pagalba.

!

Interneto svetainėje **Teisinė pagalba** <http://www.teisinepagalba.lt> (3.5. pav.) galite sužinoti informaciją, kur kreiptis, kokie reikalingi dokumentai pagalbai gauti. Rasite svarbiausią informaciją apie reikalingą pirminę (informacija ir teisinės konsultacijos) ir antrinę (teisminis atstovavimas) teisinę pagalbą.



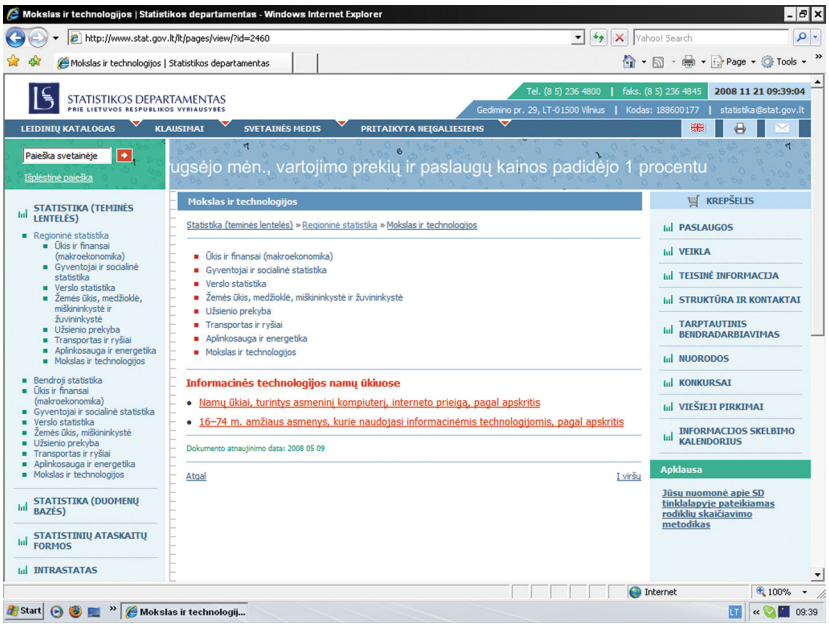
3.5. pav. Teisinės pagalbos interneto svetainė

3.4. KUR IEŠKOTI STATISTINĖS INFORMACIJOS?

Statistinės informacijos galite ieškoti įvairiuose straipsniuose, statistiniuose leidiniuose, duomenų bazėse. Patikimiausias statistinės informacijos šaltinis Lietuvoje yra **Lietuvos statistikos departamento leidiniai ir duomenų bazės**. Užsienio šalių statistinės informacijos rekomenduojame ieškoti nemokamoje **EUROSTAT** duomenų bazėje.

Lietuvos statistikos departamento svetainėje <http://www.stat.gov.lt/lt/> pasirinkite skyrių **Statistika. Teminės lentelės** (3.6. pav.). Statistiniai duomenys apie įvairias šalies ekonominio ir socialinio gyvenimo sritis yra sugrupuoti į 9 temas pagal **EUROSTAT** taikomą skirstymą. Pasirinkę dominančią temą, atsivėrusiame tinklalapyje matysite detalesnes temas. Pasirinkę temą, matysite dokumentų sąrašas, iš kurio galite pasirinkti, atversti ar išspausdinti reikalingus dokumentus.

3.6. pav. Statistikos teminės lentelės Lietuvos statistikos departamento svetainėje



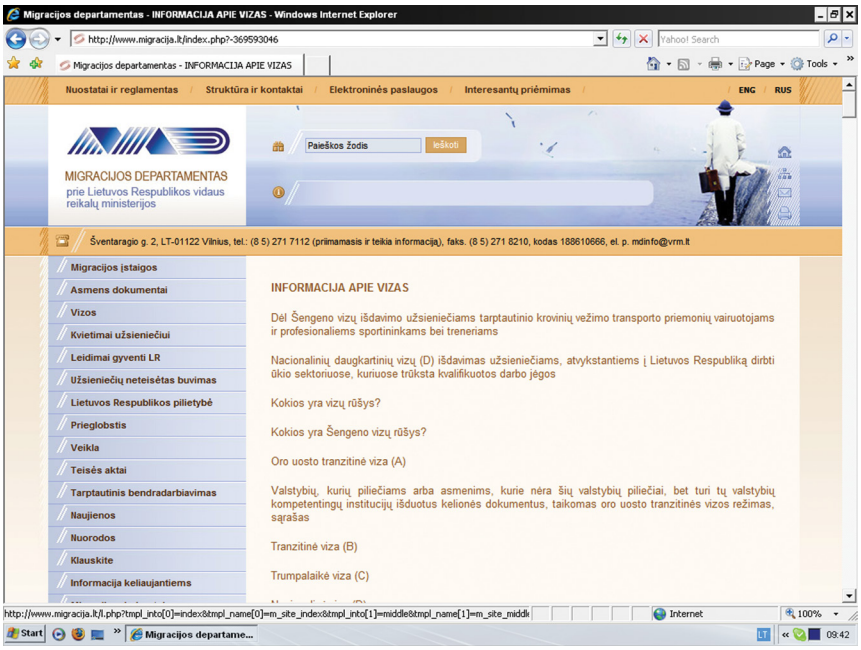
Svetainėje pasirinkę skyrių **Statistika. Duomenų bazės**, rasite statistinių rodiklių, jų aprašų ir rengimo metodikų, statistinių klasifikatorių. **Rodiklių duomenų bazėje** skelbiamos nuorodos į statistikos rodiklių duomenų bazių sistemas. **Centrinėje klasifikatorių duomenų bazėje** rasite 29 tarptautinius ir nacionalinius klasifikatorius bei informaciją apie juos.

Lietuvos statistikos departamento svetainėje pateikiama nuoroda į Europos statistinės informacijos duomenų bazę **EUROSTAT** <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/>. Šioje duomenų bazėje rasite visų Europos Sąjungos šalių statistinę informaciją. *EUROSTAT* duomenų bazė yra nemokama, tačiau norint ja naudotis, reikia mokėti anglų kalbą.

3.5. KUR IEŠKOTI INFORMACIJOS APIE KELIONIŲ DOKUMENTUS IR MIGRACIJĄ?

Ruošiantis keliauti ar vykti poilsiauti, dirbti, aplankyti artimųjų į kitas šalis arba pakviesti užsienio piliečius į Lietuvą, turite sužinoti informaciją apie reikalingus asmens dokumentus, vizas, atsakingas įstaigas ir kt. Informacijos paiešką siūlome pradėti tam skirtose svetainėse, kuriose galite sužinoti ir apie migracijos problemas bei jų sprendimo būdus.

Migracijos departamento prie Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministerijos interneto svetainėje **Migracija.lt** <http://www.migracija.lt/> (3.7. pav.) pateikiama informacija apie migracijos tarnybas Lietuvoje, pristatomos jų funkcijos, adresai, telefonai, darbo laikas. Detaliai informuojama apie asmens dokumentus, kurie yra reikalingi Lietuvos piliečiams užsienyje ir užsienio piliečiams Lietuvoje. Taip pat suteikiama informacija apie Lietuvos pilietybę, prieglobstį ir leidimus gyventi Lietuvos Respublikoje. Svetainėje pateikta aktuali informacija keliautojams, Migracijos departamento veiklos planai, pagrindiniai teisės aktai, kuriais vadovaujasi Migracijos departamentas, tarptautinio bendradarbiavimo galimybės, naudingos nuorodos, detali informacija apie vizas: jų rūšis, kokius dokumentus ir kur reikia pateikti, norint gauti vizas ir kita susijusi informacija. Svetainėje publikuojamas valstybių, į kurias Lietuvos Respublikos piliečiai gali vykti be vizų, sąrašas ir užsienio valstybių, kurių piliečiai gali atvykti į Lietuvos Respubliką be vizų, sąrašas.



3.7. pav. Interneto svetainė *Migracija.lt*

Keliaujantiems į svečias šalis reikėtų žinoti Lietuvos ambasadų tose šalyse adresus ir telefonus. Jei su savimi turite mobilųjį telefoną – apie tai praneš Jūsų ryšio tiekėjas SMS žinute. Tačiau prieš vykstant reikėtų ir patiems pasidomėti, kur reikia kreiptis nelaimingų atsitikimų atveju.

Svetainėje **Delfi Infoplius** <http://infoplius.delfi.lt> yra pateikta informacija apie ambasadas ir konsulines įstaigas Lietuvoje. Svetainės paieškoje galite įvesti konkrečios dominančios ambasados pavadinimą ar tiesiog reikšminį žodį *ambasados*. Surastuose rezultatuose pateikiama informacija apie ambasadas, jų vieta interaktyviame žemėlapyje.

Svetainėje **On.lt** <http://www.on.lt/> pasirinkę nuorodą *Registras*, po to *Valstybė*, tinklalapio apačioje rasite išvardytas ambasadas Lietuvoje ir Lietuvos ambasadas užsienio šalyse.

3.6. KAIP SURASTI INFORMACIJĄ APIE VISUOMENINES ORGANIZACIJAS?

Norėdami dalyvauti visuomeninių organizacijų veikloje ar tiesiog gauti informacijos apie konkrečią visuomeninę organizaciją, regione veikiančias organizacijas, galite pasinaudoti paieškos sistema *Google*. Jeigu nežinote organizacijų pavadinimų ar tos organizacijos neturi interneto svetainės, informaciją apie jas galite rasti:

- visuomeninėms organizacijoms skirtuose tinklalapiuose;
- viešuosiuose įmonių kataloguose.

Portale **On.lt** <http://www.on.lt/> pasirinkite nuorodą *Registras*, po to – nuorodą *Organizacijos*. Rasite informaciją apie įvairių sričių visuomenines organizacijas: profesines ir akademines sąjungas, bendrų pomėgių ir laisvalaikio klubus, sporto ir sveikatos klubus, religines bendruomenes, tautines draugijas, savitarpio pagalbos bendrijas, švietimo ir šalpos fondus, teisių ir gamtosaugos organizacijas, politines partijas.

Lietuvos įmonių kataloge <http://www.imones.lt/> pasirinkite nuorodą *Valstybinės institucijos. Organizacijos*, po to – *Visuomeninės organizacijos*. Galite peržiūrėti abėcėlinį sąrašą arba visuomenines organizacijas galite atsirinkti pagal vietovę, veiklą, tipą (asociacija, profesinė sąjunga ir kt.). Portale pateikta informacija apie kiekvieną organizaciją ir nuorodos į jų interneto svetaines. Visuomeninių organizacijų sąrašą galite spausdinti ar siųsti el. paštu.

Infoplius katalogo <http://www.infoplius.lt/> tinklalapyje *Greita paieška* paieškos langelyje įrašę „Visuomeninės organizacijos“, rasite per tūkstantį organizacijų. Jas kataloge galite išsirinkti pagal vietovę. Pateikiama informacija apie kiekvieną organizaciją ir nuorodos į jų interneto svetaines. Jeigu visuomeninių organizacijų ieškosite katalogo tinklalapyje *Paieška žemėlapiuose*, bus nurodyta organizacijos buvimo vieta interaktyviame žemėlapyje.

3.7. KAIP SURASTI LIETUVOS ELEKTRONINIUS LAIKRAŠČIUS, ŽURNALUS, NAUJIENAS?

Norėdami gauti informacijos apie naujausius šalies ar užsienio politinius, visuomeninius ir kitus įvykius, dažniausiai skaitote kelis žinomiausius portalus ar laikraščius. Internete galima rasti net kelis šimtus lietuviškų laikraščių ir žurnalų, tūkstančius įdomių asmeninių tinklaraščių, skaityti profesionalių žurnalistų straipsnius iš spausdintų laikraščių ar pasirinkti originalius elektroninius leidinius.

Elektroninių laikraščių ir žurnalų svetainės internete gali būti labai įvairios:

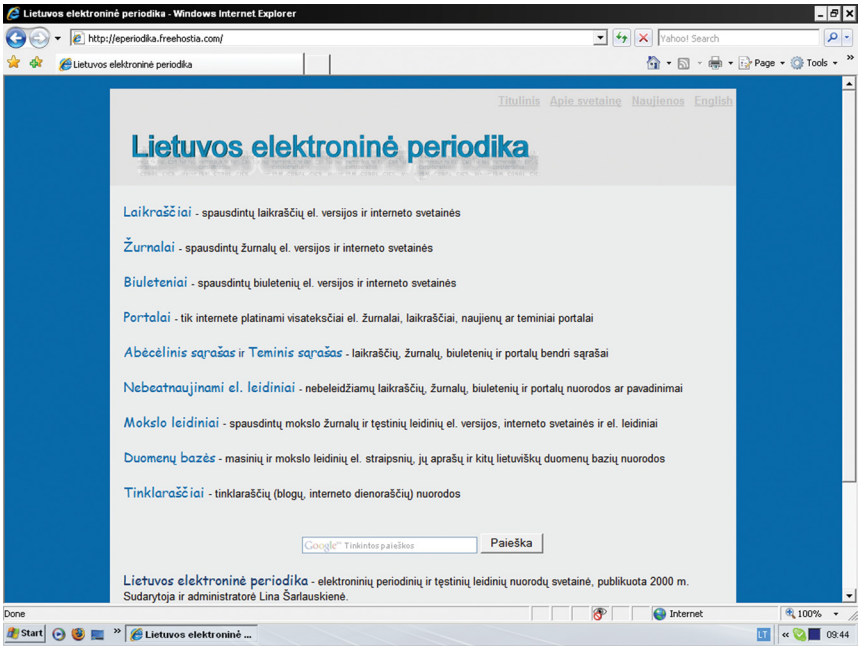
- Spausdintų leidinių interneto svetainės („Naujos tėviškės žinios“, „Edita“ ir kt.), kuriose pateikiama informacija apie leidinių prenumeratą, platinimą ir pan.
- Spausdintų leidinių elektroninės versijos („Klaipėda“, „Elektrėnų kronika“), kuriose publikuojami straipsniai iš spausdintų leidinių.
- Portalai, kuriuose publikuojami ne tik spausdintų leidinių straipsniai, bet ir originali informacija („Kauno diena“, „Lietuvos rytas“, „Verslo žinios“).
- Originalūs elektroniniai leidiniai ar portalai („Delfi“, „Bernardinai“, „Mamos dienoraštis“ ir kt.).

Kur surasti naujienas ir nepasiklysti leidinių įvairovėje? Jus dominantį portalą, laikraštį, žurnalą ar originalų elektroninį leidinį galite rasti nuorodų svetainėje **Lietuvos elektroninė periodika**.

Lietuvos elektroninė periodika <http://eperiodika.freehostia.com/> (3.8. pav.) svetainėje rasite surinktas ir sugrupuotas įvairių elektroninių leidinių interneto svetainių nuorodas. Leidinių galite ieškoti pagal pavadinimą *Abėcėliniame sąraše*, pagal dominančią sritį *Teminiame sąraše*, pagal rūšis tinklalapiuose *Laikraščiai, Žurnalai, Biuleteniai, Portalai*, *Tinklaraščiai.* Rasite ne tik leidinių pavadinimus ir nuorodas į juos, bet ir informaciją, nuo kada leidinys leidžiamas internete, kokia leidinio tema ar paskirtis. Jeigu ieškote mokslinių straipsnių, šioje svetainėje rasite nuorodas į mokslinius žurnalus ir duomenų bazes.

Norėdami gauti patikimas naujienas iš pirmųjų šaltinių, galite naudotis naujienų agentūrų portalais **ELTA** ir **BNS.** Lietuvos naujienų agentūros **ELTA** portalu <http://www.elta.lt/> galima nemokamai naudotis dvi savaites, tereikia užsiregistruoti. Šiame portale galite skaityti pateiktas naujienas, pasirinkti naujienų temą, naudotis paslauga *ELTA gidas*. Norintys naudotis šiuo portalu nuolat, turi jį prenumeruoti.

BNS Terminalas <http://www.bns.lt/> yra portalas, kuriame teikiamos Lietuvos, Baltijos šalių ir pasaulio politikos, verslo ir kitų sričių svarbiausios naujienos. Kiekvieną darbo dieną BNS pateikia daugiau kaip tūkstantį naujienų lietuvių, latvių, estų, anglų ir rusų kalbomis.



3.8. pav. Nuorodų svetainė *Lietuvos elektroninė periodika*

3.8. KAIP SUŽINOTI ADRESĄ IR MARŠRUTĄ BEI NEPAMIRŠTI REIKŠMINGO SUSITIKIMO?

Elektroniniai žemėlapiai ir kalendoriai šiuo metu dažnai naudojami vietoj tradicinių spausdintų leidinių. Tai puikios priemonės, padedančios kasdieninėje veikloje. Jų nereikia pirkti ir visur nešiotis su savimi. Susirasti reikalingą gatvę el. žemėlapyje kur kas paprasčiau ir greičiau nei spausdintame. O el. kalendoriaus nereikia vartyti – jis pats Jums primins apie svarbų įvykį.

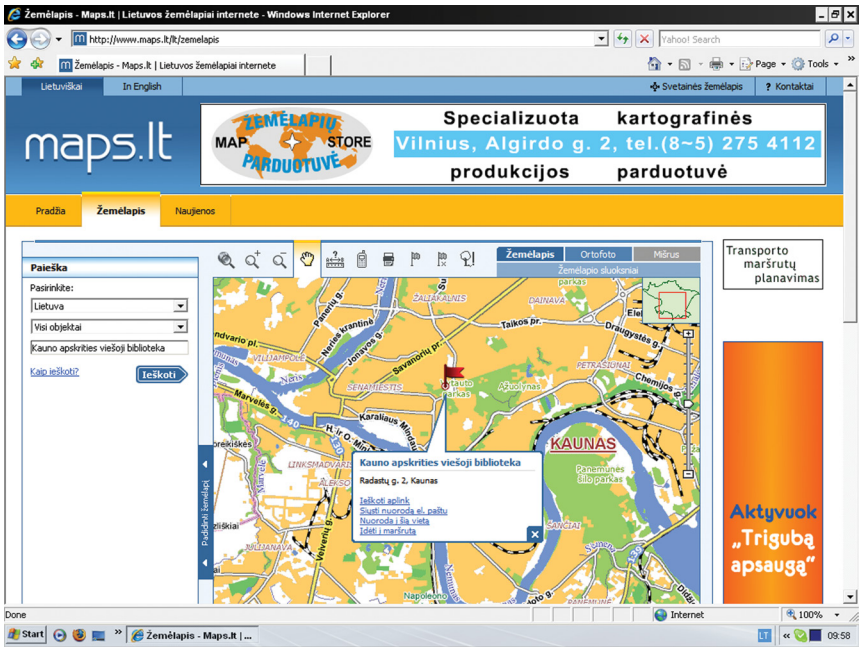
El. žemėlapyje Jūs galite greitai susirasti kurios nors įstaigos adresą arba pagal adresą surasti jos vietą žemėlapyje, susirasti greičiausią ar trumpiausią maršrutą ir gauti detalų jo aprašymą, atsispausdinti žemėlapį ar rastą maršrutą ir t. t. Vieno populiariausių žemėlapių Lietuvoje **Maps.lt** <http://www.maps.lt/> (3.9. pav.) svetainėje galite naudotis įvairiomis objektų paieškos žemėlapyje galimybėmis. Planuodami maršrutą galite įtraukti bet kurį *Maps.lt* žemėlapio objektą ar pažymėtą tašką, surasti geriausią maršrutą, kuris įvertina galimas važiavimo kryptis, kelio tipą ir važiavimo juo greitį, keisti ieškomo maršruto nustatymus ir kt. Šioje svetainėje labai patogūs žemėlapio valdymo įrankiai, galima naudotis papildomomis *Maps.lt* paslaugomis: pažymėti vietą žemėlapyje ir nuorodą į ją nusiųsti draugams ar kolegoms tiesiai iš *Maps.lt* svetainės. Naudojantis žemėlapyje *Paieška aplink*, galite rasti aplink pasirinktą tašką esančius dominančius objektus. Kaip naudotis *Maps.lt*, galite sužinoti svetainės pagalbos puslapyje <http://www.maps.lt/lt/pagalba/>.

Galite naudotis ir kitais interaktyviais žemėlapiais:

- **Zemelapis.lt** svetainėje <http://www.zemelapis.lt/> galite surasti objektą pagal pavadinimą, veiklos sritį, naudotis įvairių miestų žemėlapiais;
- **Baltic Roads** svetainė <http://www.balticroads.net/lt/> yra sukurta bendradarbiaujant Suomijos, Estijos, Latvijos bei Lietuvos kelių direkcijoms. Joje galite rasti informaciją apie Baltijos jūros regiono šalių kelių oro sąlygas: temperatūrą ir kritulius, kelio dangos būklę, vėjo greitį ir kryptį;
- Lietuvos vietoves, maršrutus ir objektus taip pat galite rasti **Google Maps** svetainėje <http://maps.google.com/>, tačiau norint ja naudotis reikia mokėti anglų kalbą.

Šiuolaikinėje visuomenėje dauguma žmonių yra užsiėmę nesibaigiančiais darbais, todėl labai svarbu planuoti savo laiką. Plane galite įrašyti ne tik darbo ar verslo susitikimus, bet ir kasdieninius, Jums svarbius įvykius. Rekomenduojame naudoti elektroninį kalendorių, kuriame galite įvesti reikšmingus įvykius, susitikimus ir pan. Kalendoriuje galite peržiūrėti pažymėtas dienos užduotis, o taip pat gauti priminimą apie jas el. paštu ar trumpąja žinute. Kalendoriais galite naudotis ne tik kompiuteriuose, bet ir mobiliuose telefonuose.

Vienas populiaresnių yra ***Google kalendorius***. Šiame kalendoriuje galite pasižymėti svarbius įvykius,



3.9. pav. *Maps.lt* objektų paieška

dalintis šia informacija su kitais. Jūsų kalendorius arba tam tikra jo dalis gali būti uždara ir kitiems vartotojams nepasiekiama, matoma tik Jūsų pasirinktiems žmonėms, arba prieinama visiems. Norėdami naudotis *Google kalendoriumi*, turite prisiregistruoti, registracija nemokama. Prisijunkite adresu http://www.google.lt, lango viršutinėje dalyje rinkitės nuorodas *daugiau* -> *Kalendorius*. Prisiregistravę galėsite naudotis ne tik kalendoriumi, bet ir kitomis *Google* paslaugomis (el. paštu, dokumentų saugykla, nuotraukų albumu ir kt.). *Google* kalendoriaus pagalbą lietuvių kalba rasite tinklalapyje http://www.google.lt/googlecalendar/event_publisher_guide.html.

REKOMENDUOJAME

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

ELEKTRONINĖS VIEŠOSIOS PASLAUGOS

- Asmens dokumentų išrašymo centras <http://www.dokumentai.lt/>.
- Informacinė sistema „Viešosios paslaugos“ <http://www.evaldzia.lt/>.
- Lietuvos savivaldybių portalas <http://www.savivaldybes.lt/>.
- Portalas „Elektroninės valdžios vartai“ <http://paslaugos.evaldzia.lt>.

TEISINĖS INFORMACIJOS PAIEŠKA

- INFOLEX.LT teisės portalas <http://www.infolex.lt/>.
- LITLEX (duomenų bazė) http://www.litlex.lt/scripts/sarasas2.dll?Pirmas=1>.
- Teisės aktų paieškos sistema <http://www3.lrs.lt/dokpaieska/forma_l.htm>.
- Teisinė pagalba <http://www.teisinepagalba.lt/>.
- Žmogaus teisių svetainė „Mano teisė“ <http://manoteises.lt>.

VISUOMENINIŲ ORGANIZACIJŲ INFORMACIJA

- Infoplius.lt (įmonių ir organizacijų katalogas) <http://www.infoplius.lt/>.
- Lietuva internete (lietuviškų duomenų internete žinynas) <http://www.on.lt/>.
- Lietuvos įmonių katalogas <http://www.imones.lt/>.

NAUJIENOS, LAIKRAŠČIAI, ŽURNALAI

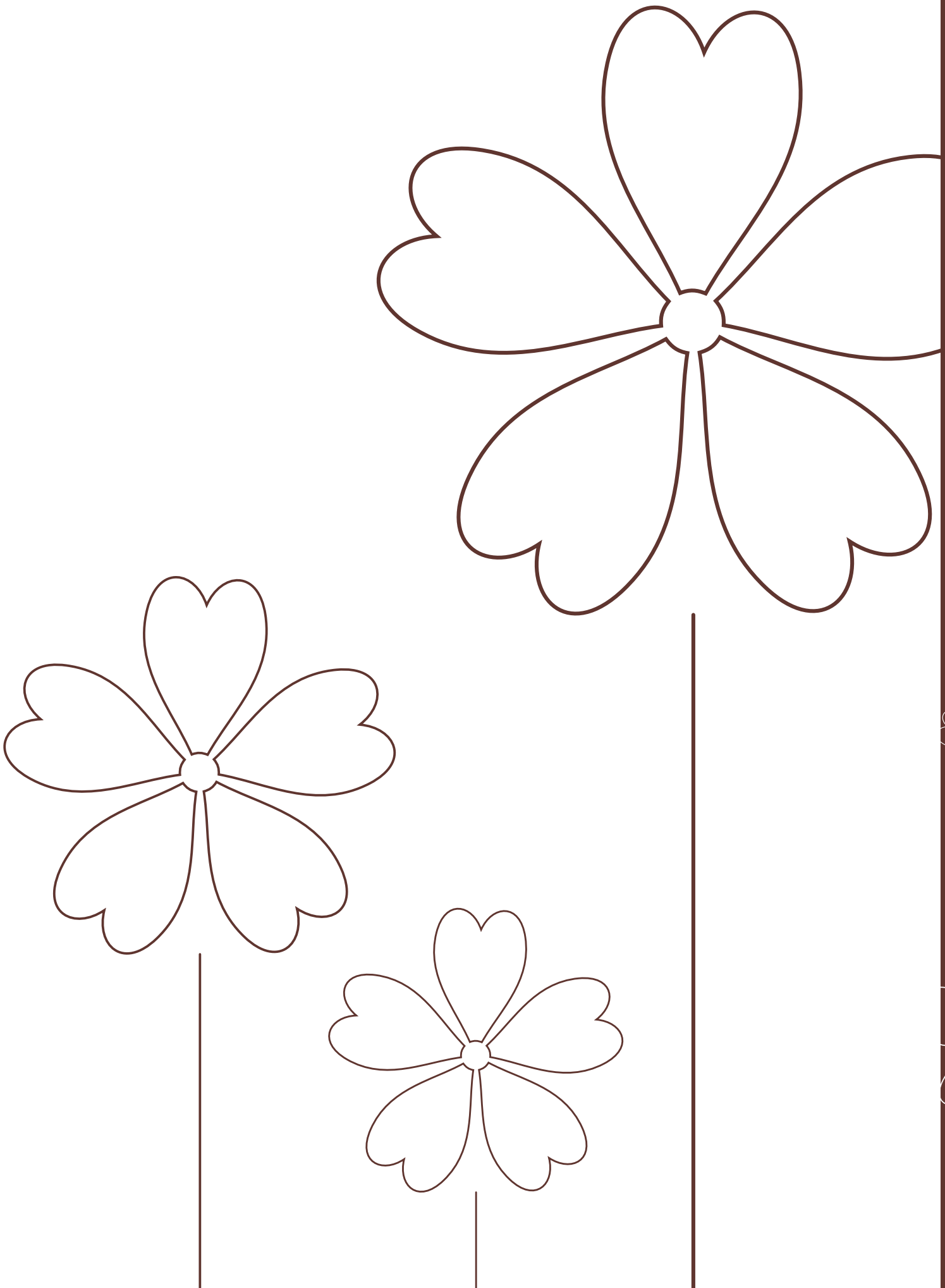
- BNS portalas <http://www.bns.lt/>.
- Lietuvos elektroninė periodika <http://eperiodika.freehostia.com/>.
- Lietuvos naujienų agentūros ELTA portalas <http://www.elta.lt/>.

STATISTIKA, KALENDORIAI, ŽEMĖLAPIAI

- Baltic Roads (Baltijos jūros regiono šalių kelių oro sąlygos) <http://www.balticroads.net/lt/>.
- Google kalendorius <http://www.google.com/intl/lt/googlecalendar/privacy_policy.html>.
- Google Maps (interaktyvūs žemėlapiai) <http://maps.google.com/>.
- Europos statistinės informacijos duomenų bazė EUROSTAT <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/>.
- Maps.lt (Lietuvos interaktyvūs žemėlapiai) <http://www.maps.lt/>.
- Statistikos departamentas <http://www.stat.gov.lt/lt/>.
- Zemelapis.lt (Lietuvos interaktyvūs žemėlapiai) <http://www.zemelapis.lt/>.

AMBASADOS, GYVENTOJŲ MIGRACIJA, VIZOS

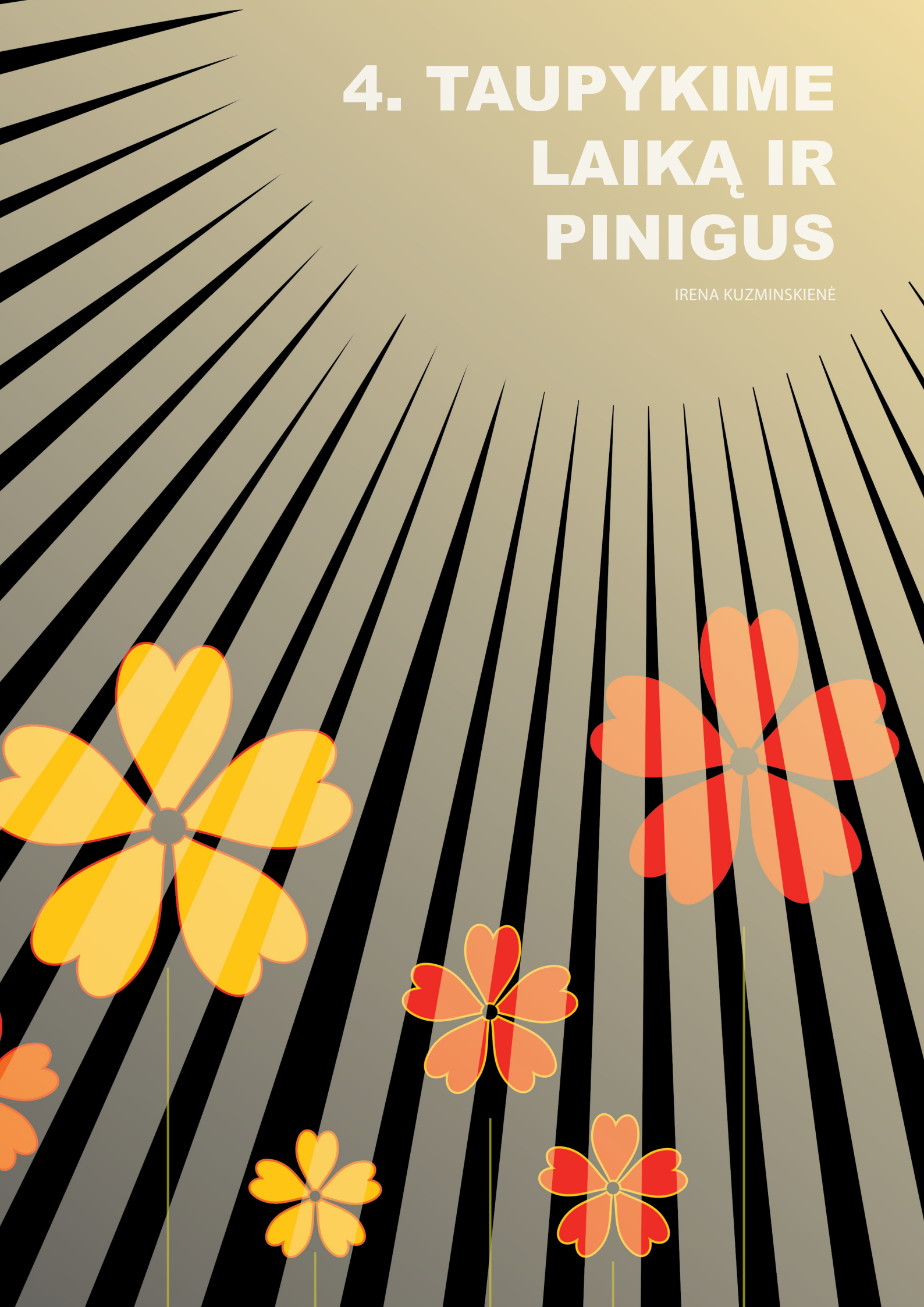
- Delfi Infoplius (įmonių ir organizacijų katalogas) <http://infoplius.delfi.lt>.
- Lietuva internete (lietuviškų duomenų internete žinynas) <http://www.on.lt/>.
- Migracijos departamentas <http://www.migracija.lt/>.





4. TAUPYKIME LAIKĄ IR PINIGUS

IRENA KUZMINSKIENĖ



TURINYS

4.1. VALSTYBINĖS MOKESČIŲ INSPEKCIJOS INFORMACIJA INTERNETE 60

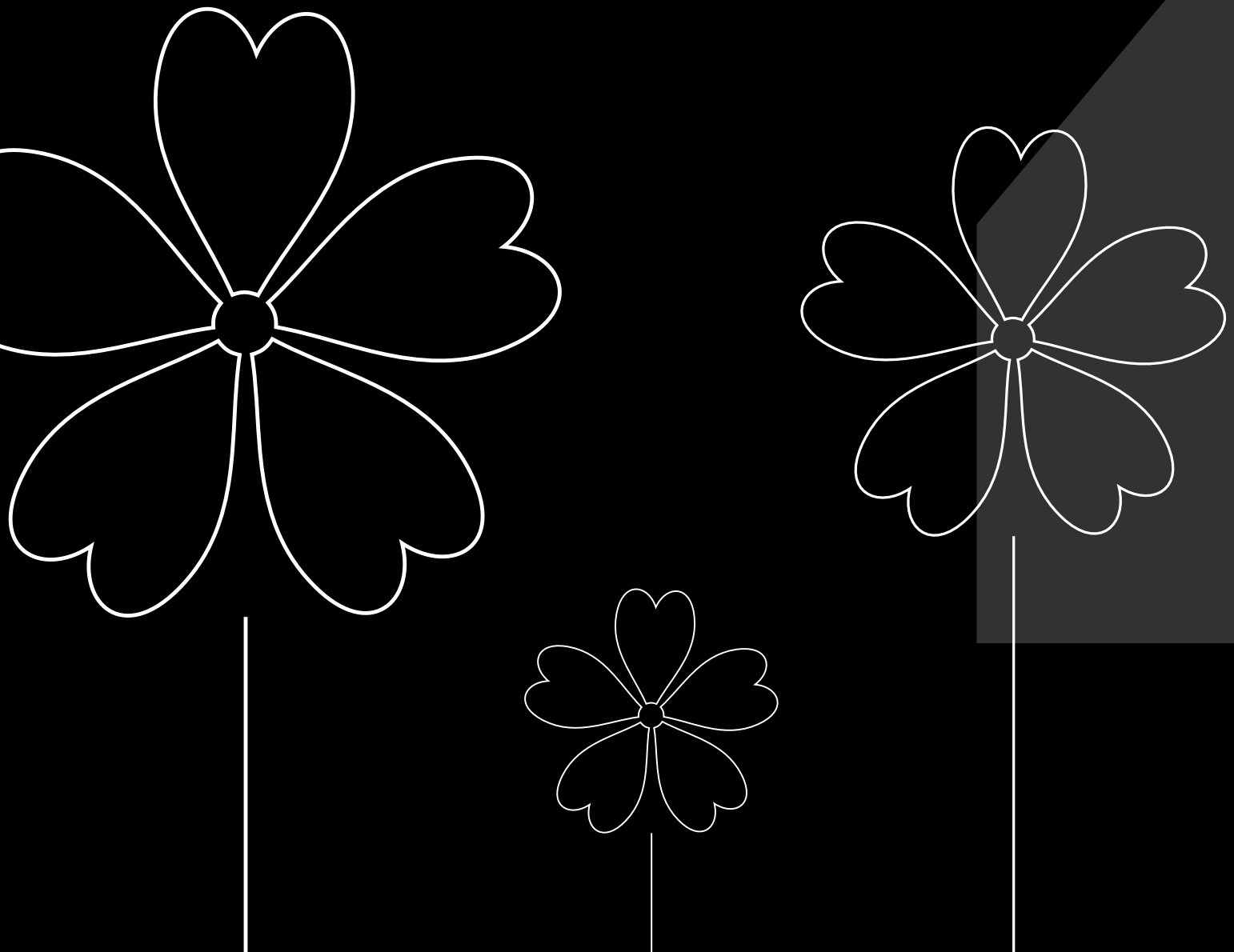
4.2. INTERNETU GALITE IEŠKOTI IR DARBO, IR DARBUOTOJŲ 63

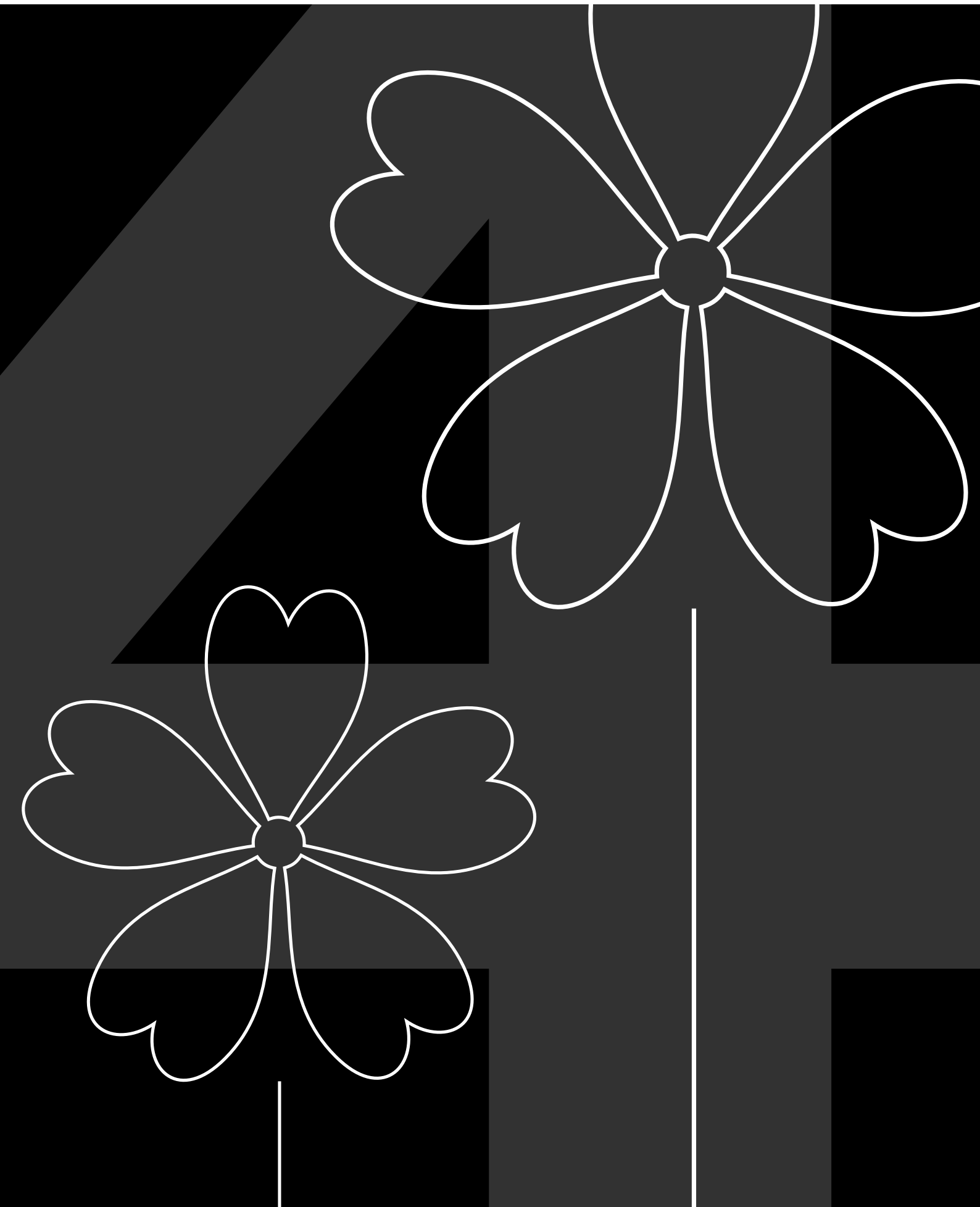
4.3. NAUDOKITĖS INTERNETINE BANKININKYSTE 68

4.4. PIRKITE VIRTUALIOSE PARDUOTUVĖSE 70

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 74

REKOMENDUOJAME PASKAITYTI 79





4. TAUPYKIME LAIKĄ IR PINIGUS

Kiekvienas yra pastebėjęs, kad gyvenimo tempas spartėja įgaudamas pagreitį ir mes vis mažiau laiko galime skirti mums maloniems dalykams. Viena labiausiai laiko reikalaujančių sričių yra kasdienių buitinių ir kitų reikalų tvarkymas, bei mums svarbios ir aktualios informacijos paieška. Kaip viską sutvarkyti ir suspėti tai atlikti laiku? Sparti informacinių technologijų pažanga suteikia galimybę daugelį šių problemų spręsti naudojantis internetu.

4.1. VALSTYBINĖS MOKESČIŲ INSPEKCIJOS INFORMACIJA INTERNETE

Mokesčius mokame kiekvienas: mokėdami mokesčius už būstą, kitas paslaugas, pirkdami prekes, mokame pridėtinės vertės mokestį (PVM), jei turime nuosavą verslą, taip pat mokame mokesčius. Daugelis deklaruoja turtą ar pajamas ir t. t. Todėl kuo daugiau žinome apie tai, kaip tokius reikalus reikia tvarkyti internetu, tuo labiau galime padėti pirmiausia sau.

Ieškodami informacijos apie mokesčius apsilankykite Valstybinės mokesčių inspekcijos (toliau VMI) interneto svetainėje <http://www.vmi.lt/>. Kokią naudingą informaciją rasite VMI svetainėje (4.1. pav.)?



4.1. pav. VMI interneto svetainė

Aplankius šią svetainę verta susipažinti su naujienomis. Jas rasite pasirinkę pirmąjį skirtuką **Naujienos**. Jūsų patogumui naujausia informacija pateikiama pagal skyrelius: VMI naujienos, Mokesčių naujienos, Leidiniai, Mokesčių kalendorius, Seminarai ir t. t. Pasirinkę bet kurią naujienų grupę, galėsite susipažinti su aktualia ir svarbia informacija. Pavyzdžiui, skyrelyje *VMI naujienos* rasite visas aktualiausias žinias, susijusias su VMI veiklos sritimis, pasirinkę *Mokesčių naujienas* – aktualiausią informaciją apie mokesčius, mokesčių įstatymų pakeitimus, jų taikymą, lengvatas ir pan. Naujienose taip pat skelbiama, kada ir kokiuose miestuose yra organizuojami seminarai.

Jeigu norite nuolat žinoti VMI naujienas, galite jas užsiprenumeruoti. Jei Jus domina konkreti sritis – pasirinkite, kurias naujienas norite periodiškai gauti el. paštu. Pavyzdžiui, pranešimus apie vykstančius seminarus, savaitines naujienų suvestines ar priminimus dėl mokesčių mokėjimo ar deklaravimo.

Viena naudingiausių VMI skilties informacijos grupių yra **Aptarnavimas**. Čia sužinosite, kokias paslaugas galite gauti konkrečiuose apskrities valstybinės mokesčių inspekcijos (toliau AVMI) padaliniuose, koks padalinių darbo laikas, rasite kontaktinius duomenis. Jeigu turite klausimų, reikia pagalbos, ar norite sužinoti tam tikrą informaciją, galite pasinaudoti *Mokesčių informacijos centro* paslaugomis. Šio centro kontaktus, darbo laiką bei klausimus, kuriais yra konsultuojama, galite sužinoti pasirinkę informacijos grupę *Mokesčių informacijos centras*.

Kilus neaiškumams, reikiamos informacijos ieškokite svetainės skiltyje **Klausiate – Atsakome**. Čia rasite jau suformuluotus klausimus bei atsakymus. Vartotojų patogumui yra išskirti populiariausi klausimai (skirsnis *Klausimų Top 10*) ir naujausi klausimai (skirsnis *Naujausi klausimai*). Jeigu klausimas, į kurį atsakymo ieškote, yra susijęs su mokesčiais, galite pasinaudoti paieškos sistema. Norėdami užduoti klausimą, spragtelėkite kairėje svetainės skilties *Klausiate – Atsakome* pusėje esančią aktyvią nuorodą *Užduoti klausimą*. Jūs būsite nukreipti į svetainės skiltį **El. paslaugos – Elektroniniai paklausimai**.

Teisinės informacijos skiltyje galite rasti teisės aktus, teisės aktų projektus, teismų sprendimus, informacijos apie asmens duomenų saugą. Su šiais teisės aktais galėsite susipažinti pasirinkę atitinkamą šoninio meniu punktą. Daugelį dokumentų galėsite atsisiųsti į savo kompiuterį.

Mokėjimų skiltyje rasite įmokų kodus, surenkamąsias sąskaitas, sąskaitas užstatams ir duomenis apie depozitines sąskaitas. Kiekvieną išvardytą informacijos grupę rasite pasirinkę atitinkamą antrojo lygio meniu punktą. Taip pat galite pasinaudoti paieškos sistema.

Neradę reikiamų atsakymų arba norėdami gauti daugiau tam tikros informacijos, galite pasinaudoti VMI svetainės skiltimi **Nuorodos**. Čia yra įdėtas išsamus įvairių institucijų interneto svetainių adresų sąrašas bei specializuotų elektroninių leidinių sąrašas.

VMI interneto svetainėje informacija taip pat yra suskirstyta ir pagal tikslines auditorijas: **Juridiniams asmenims** ir **Gyventojams**, taip pat išskirta informacijos grupė **Mokesčiai, jų administravimas**.

Skiltyje **Juridiniams asmenims** rasite aktualios informacijos apie apskaitos tvarkymą, mokesčių mokėjimą ir grąžinimą, mokesčių mokėtojų, PVM mokėtojų registravimąsi, galėsite atsisiųsti deklaracijų formas bei pildymo taisykles. Jeigu esate darbdaviai, naudingos informacijos rasite pasirinkę informacijos grupę *Darbdaviams*.

Skiltyje **Gyventojams** rasite išsamią informaciją apie gyventojų mokesčius, informacijos apie gyventojų turto deklaravimą, individualią veiklą, gyventojų pajamų mokesčio deklaravimą ir kt., galėsite atsisiųsti reikiamas deklaracijų formas, instrukcijas, pasinaudoti metinio neapmokestinamojo pajamų dydžio skaičiuokle. Jeigu norėtumėte gauti individualią pagalbą dėl deklaracijų pildymo ar norėtumėte, kad teikti deklaracijas elektroniniu būdu Jus išmokytų kvalifikuoti specialistai, nepamirškite *Atvirų durų dekados*. Informaciją, kada, kur ir kaip tai galite padaryti, rasite skiltyje *Gyventojų pajamų mokesčio deklaravimas*. Pasinaudoję *Mokesčių mokėtojų aptarnavimo* paieškos sistema taip pat sutaupysite laiko. Čia pagal apskritį bei paslaugą galite sužinoti, kur Jums būtų patogiausia gauti vieną ar kitą AVMI paslaugą.

Jeigu ieškote išsamios informacijos apie vieną ar kitą mokestį, pasinaudokite skilties **Mokesčiai, jų administravimas** informacija. Čia rasite tiek teisinę, tiek bendrąją informaciją bei paaiškinimus apie visus mokesčius bei jų administravimą.

VMI interneto svetainėje naudingos ir laiką padedančios taupyti informacijos galite rasti ne tik naršydami teminėse skiltyse, bet ir pasinaudoję duomenų bazėmis, kuriose dedama daug vertingos informacijos tiek juridiniams asmenims, tiek gyventojams. VMI duomenų bazes rasite pasirinkę svetainės horizontalaus meniu punktą **Duomenų bazės**. Kiekvieną duomenų bazę atitinka antro lygio meniu punktai. Šiuo metu VMI duomenų bazėse galite rasti:

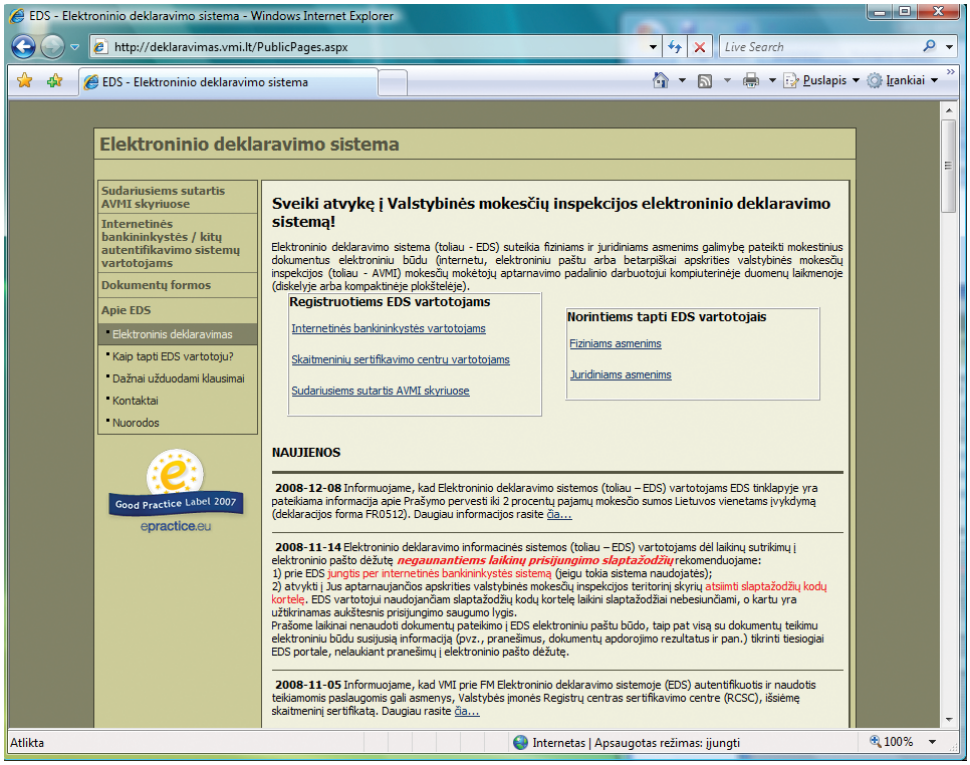
- Informaciją apie juridinius asmenis, kurių savininkai ir vadovai nevykdo mokesčių administratoriaus nurodymų ir neatvyksta į apskrities valstybinę mokesčių inspekciją bei nepateikia tikrinti buhalterinės apskaitos dokumentų.
- Informaciją apie alkoholio ir tabako gaminių banderoles nuo 2001 06 01.
- Jums reikiamų blankų.
- VMI naudojamas formas.
- Informaciją apie akcizus: akcizais apmokestinamųjų sandėlių ir registruotų prekybininkų sąrašus, prarastus ir negaliojančius leidimus įsigyti nuo akcizų atleistus dyzelinius degalus, skirtus naudoti žemės ūkio ir žuvininkystės reikmėms, akcizų deklaravimo formas bei tarifų lentelę.
- Informaciją apie kasos aparatus: Lietuvos Respublikoje leidžiamų naudoti elektroninių kasos aparatų ir prekybos (paslaugų teikimo) automatų modelių sąrašą.
- Laiduotojų ir garantų registravimo žurnalą. Jį galėsite parsisiųsti.
- Juridinių asmenų registre registruotų asmenų pavadinimą, buveinės adresą, kodą, teisinę formą.
- Informaciją apie paramos gavėjus.
- PVM mokėtojų, už kurių teikiamas prekes ir paslaugas apskaičiuotą PVM išskaityti ir sumokėti į biudžetą privalo prekių (paslaugų) pirkėjai, duomenis, specialų apmokestinimo momentą taikančių PVM mokėtojų duomenis, ES valstybių narių PVM mokėtojų kodų tikrinimą, PVM mokėtojų įregistravimo ir išregistravimo sąrašą.
- Ūkininkų, kuriems taikoma kompensacinio PVM tarifo schema, duomenis.
- Mokesčių komentarų ir paaiškinimų. Šios informacijos ieškokite „Konsultacinės medžiagos duomenų bazėje“. Čia rasite mokesčių įstatymų paaiškinimų, informacinių pranešimų, komentarų, įvairių leidinių ir kitos mokesčių mokėjimui bei apskaičiavimui reikalingos informacijos.

Skiltyje **El. paslaugos** galite naudotis VMI siūlomomis elektroninėmis paslaugomis. Šiuo metu VMI teikia šias elektronines paslaugas:

- ***Duomenų teikimas elektroniniu būdu.*** Ši paslauga skirta įstaigoms, teikiančioms su gyventojų pajamų mokesčio grąžinimu susijusius dokumentus.
- ***Pažymų užsakymas ir prašymų teikimas***. Galite užsisakyti pažymas bei teikti prašymus internetu.
- ***Elektroniniai paklausimai.*** Galite konsultuotis ir gauti reikiamą kvalifikuotą pagalbą.
- ***Pasitikėjimo anketa.*** Galite elektroniniu būdu pranešti mokesčių inspekcijai apie Jūsų pastebėtus nusižengimus.
- ***Registracija į žodines konsultacijas.*** Galite užsiregistruoti į žodinę konsultaciją apskrities VMI skyriuje. Jei norite atšaukti žodinę konsultaciją, skambinkite telefonu 1882.
- ***Speciali el. paslaugų apmokestinimo schema.*** Ši schema taikoma apmokestinamiesiems asmenims, įsikūrusiems už Europos Bendrijos teritorijos ribų, kurie teikia vien tik elektroniniu būdu teikiamas paslaugas, per elektroninę įrangą, skirtą duomenims apdoroti (įskaitant skaitmeninį archyvavimą) ir saugoti, naudojant bangas, radijo perdavimo, optinės technikos ar kitas elektromagnetines priemones.
- ***Anoniminė anketa.*** Galite išreikšti savo nuomonę apie VMI aptarnavimo ir paslaugų kokybę.
- ***Elektroninis deklaravimas*** (4.2. pav.). Galite deklaruoti mokesčius elektroniniu būdu. Ši elektroninė paslauga suteikia fiziniams ir juridiniams asmenims galimybę pateikti mokesčių deklaracijas internetu, elektroniniu paštu arba betarpiškai apskrities valstybinės mokesčių inspekcijos mokesčių mokėtojų aptarnavimo padalinio darbuotojui kompiuterinėje duomenų laikmenoje (diskelyje arba kompaktinėje plokštelėje). Ši paslauga labai patogi, nes galima pildyti ir teikti deklaracijas bet kuriuo paros metu. Nereikia vykti į AVMI teritorinį skyrių ir teikti deklaracijų, atspausdintų popieriuje, pateikus teisingai užpildytą deklaraciją elektroniniu būdu, greičiau susigrąžinamas sumokėtas pajamų mokestis ar PVM permoka ir t. t. Jei norite išsiaiškinti, ką pagal įstatymus privalote deklaruoti, kokiai mokesčių mokėtojų grupei priklausote, kokias deklaracijų formas Jums reiks pildyti, ieškokite atsakymų puslapiuose, kurie išvardyti *Elektroninio deklaravimo sistemos* (EDS) svetainės *nuorodų* skyrelyje, VMI svetainėje arba skambinkite į Mokesčių informacijos centrą telefonu 1882.[5] Naudingos informacijos apie VMI elektroninio deklaravimo sistemą rasite prisijungę adresu <http://www.vmi.lt/lt/?itemId=20153>.

Daugiau informacijos, kaip reikia deklaruoti pajamas ir naudotis kitomis VMI paslaugomis, galite rasti mokymosi medžiagos *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pamokoje „Ekonominis vystymasis. Informacija, padedanti taupyti laiką ir pinigus“.

4.2. pav. Elektroninio deklaravimo sistema



5 LIETUVOS VALSTYBINĖS MOKESČIŲ INSPEKCIJOS INFORMACIJA [INTERAKTYVUS]. [ŽIŪRĖTA 2008 M. RUGPJŪČIO 8 D.] PRIEIGA PER INTERNETĄ: <HTTP://WWW.VMI.LT/LT/>.

4.2 INTERNETU GALITE IEŠKOTI IR DARBO, IR DARBUOTOJŲ

Su darbo rinka susijusios informacijos internete yra gausu. Jeigu esate bedarbis, internete ieškokite informacijos apie laisvas darbo vietas, bedarbių teises ir pareigas, darbo rinkos poreikius bei persikvalifikavimo galimybes, bedarbiams priklausančias išmokas. Taip pat rasite įvairių naudingų patarimų ir pagalbą, kaip parašyti tinkamą gyvenimo aprašymą (toliau CV), motyvacinį laišką, kaip gerai pasiruošti darbo pokalbiui, informacijos apie galimybes dalyvauti įvairiuose seminaruose, mokymuose ir kt.

Darbdaviai internete gali ieškoti potencialių darbuotojų, taip pat naudingos informacijos apie organizuojamus mokymus bei konsultacijas, įvairias finansuojamas programas bei projektus, kuriuose galėtų dalyvauti, naudingų patarimų, kaip geriausia ieškoti darbuotojų Lietuvoje ir užsienyje, kaip įdarbinti užsieniečius, kaip tinkamai įvertinti būsimo darbuotojo kompetenciją, kokią finansinę paramą galima gauti. Taip pat rasite įvairios informacijos apie efektyvų darbo organizavimą bei sėkmingą darbuotojų atranką, vienu ar kitu atveju reikalingus dokumentus ir t. t.

Jeigu Jūsų tikslas – surasti geresnį darbą nei jau turite, internete ieškokite informacijos apie laisvas darbo vietas, galimybes įsidarbinti užsienyje, gauti konsultacijų perspektyvesnio darbo paieškos, asmeninės karjeros planavimo klausimais, galėsite pasinaudoti naudingais patarimais ir kita informacija.

Ieškantiems darbo

Ieškant darbo verta apsilankyti **Lietuvos darbo biržos** (toliau LDB) interneto svetainėje <http://www.ldb.lt/>. Pasirinkę svetainės skirtuką **Ieškantiems darbo** (4.3. pav.), galėsite ieškoti arba peržiūrėti darbo pasiūlymus, atlikti atranką pagal apskritis, profesijų grupę, profesiją ar laikotarpį. Šioje skiltyje taip pat rasite statistinę informaciją apie laisvų darbo vietų skaičių.

Pasirinkę LDB svetainės **Ieškantiems darbo** skilties kairiojo šoninio meniu punktą *Registracija*, galėsite sužinoti visą reikalingą informaciją apie registraciją darbo biržoje: kas gali registruotis darbo biržoje ir kitą bendrąją tvarką, kokių reikia dokumentų, kokias pažymas turėjote gauti iš darbdavio (formą ir pildymo pavyzdį galėsite atsisiųsti). Taip pat rasite informacijos apie išankstinę registraciją.

Ieškantiems darbo skiltyje dedama detali informacija apie darbo biržos teikiamas paslaugas ieškantiems darbo asmenims, tokias kaip: informavimas, konsultavimas, tarpininkavimas įdarbinant, profesinės karjeros planavimas, bedarbių ir įspėtų apie atleidimą iš darbo darbuotojų profesinis mokymas, neformalus švietimas, neterminuotas įdarbinimas steigiant darbo vietas, darbo rotacija.

4.3. pav. LDB interneto svetainė



Galite pasinaudoti **LDB patarimais ieškantiems darbo:** kaip ieškoti darbo (Lietuvoje, Europoje), jei norite įsigyti profesiją/kelti kvalifikaciją, nežinote kokią profesiją pasirinkti, jei turite sveikatos problemų, ieškote teisinės informacijos ir kt.

Ieškant darbo taip pat naudinga pasinaudoti **LDB teikiamomis elektroninėmis paslaugomis registruotiems vartotojams**. Užsiregistravę kaip asmenys, ieškantys darbo, galėsite pasinaudoti šiomis elektroninėmis LDB paslaugomis[6] :

- pateikti savo CV ir jį redaguoti. Informaciją, kaip užpildyti CV, rasite mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pamokoje „Ekonominis vystymasis. Informacija, padedanti taupyti laiką ir pinigus“;
- savo CV bei motyvacinį laišką nusiųsti darbdaviams;
- išsaugoti Jūsų atrinktas laisvas darbo vietas bei jas peržiūrėti vėliau;
- užsiregistruoti Jūsų pasirinktoje teritorinėje darbo biržoje;
- užsakyti informaciją el. paštu apie laisvas darbo vietas, kurios atitinka Jūsų pageidavimus,
- išsaugoti ieškomos darbo vietos pageidavimus ir užsakyti, kad informacija apie atitinkančias šiuos pageidavimus darbo vietas būtų Jums siunčiama el. paštu;
- užsisakyti Lietuvos darbo biržos naujienas, kurios Jums bus siunčiamos nurodytu el. paštu.

Jeigu esate užsiregistravę teritorinėje darbo biržoje, galėsite pasinaudoti šiomis elektroninėmis paslaugomis[7] :

- peržiūrėti savo dalyvavimo laikino užimtumo priemonėse sąrašą registracijos darbo biržoje laikotarpiu;
- galėsite peržiūrėti savo apsilankymų darbo biržoje datas, pakeisti artimiausio susitikimo laiką;
- peržiūrėti registracijos darbo biržoje laikotarpiu gautų išmokų sąrašą;
- užsisakyti darbo biržos išduodamas pažymas.

Išsamesnės informacijos, kaip naudotis elektroninėmis darbo biržos paslaugomis, galite rasti pasirinkę svetainės skilties **Patarimai ieškantiems darbo** meniu punktą *Kaip naudotis el. paslaugomis*.

Jeigu esate pensinio amžiaus, galite pasinaudoti LDB siūloma galimybe registruotis **Senjorų banke** (LSB). Šios duomenų bazės tikslas – sudaryti galimybes pensinio amžiaus žmonėms įsidarbinti bei teikti darbdaviams informaciją apie norinčius dirbti pensinio amžiaus žmones. Kad galėtumėte tai padaryti, turite būti registruotas LDB elektroninių paslaugų vartotojas. Daugiau informacijos apie šią galimybę galite rasti svetainės skiltyje **Patarimai ieškantiems darbo** meniu punkte **Senjorų bankas.** Čia rasite ir registracijos **Senjorų banke** instrukciją.

Dar viena galimybė rasti geresnį darbą – pasinaudoti LDB siūloma **Talentų banko** duomenų baze. Ši duomenų bazė yra skirta tik aukštos kvalifikacijos specialistams. Kaip nurodoma Lietuvos darbo biržos interneto svetainėje, šios duomenų bazės dalyviais gali būti asmenys, kurie yra[8] :

- bedarbiai, tačiau yra įgiję aukštąjį išsilavinimą, turi ne mažesnę kaip trejų metų darbo patirtį pagal įgytą kvalifikaciją arba pageidaujamą profesiją ir moka bent vieną Europos Sąjungos šalių kalbą;
- aukštųjų mokyklų absolventai;
- studentai, kurie yra aukštojo mokslo magistrantūros studentai, mokantys bent vieną Europos Sąjungos šalių kalbą, bei aukštųjų universitetinių ir aukštųjų neuniversitetinių mokyklų ne žemesnių nei III kurso studentai, mokantys bent vieną Europos Sąjungos kalbą;
- dirbantys aukštos kvalifikacijos specialistai, kurie ieško darbo sąlygų gerinimo ar nori siekti karjeros. Šiai asmenų kategorijai keliami papildomi reikalavimai yra šie:
    * aukštasis išsilavinimas;
    * mokėti bent vieną Europos Sąjungos šalių kalbą;
    * mokėti dirbti kompiuteriu.

Norėdami pasinaudoti **Talentų banko** duomenų baze, turite užsiregistruoti LDB interneto svetainėje, sukurti savo CV ir nurodyti bent vieną darbą, kurį norėtumėte dirbti. Daugiau informacijos apie tai galite sužinoti LDB interneto svetainės skiltyje **Patarimai ieškantiems darbo.** Čia taip pat rasite ir registracijos **Talentų banke** instrukciją, kurią galėsite atsisiųsti.

Darbo internetu ieškoti galima ne tik LDB interneto svetainėje, bet ir naudojantis kitais interneto ištekliais: specializuotose interneto svetainėse ir internetinėse CV duomenų bazėse, įstaigų / organizacijų svetainių skelbimuose ir kt. Keletą pavyzdžių trumpai apžvelgsime.

Internetinės CV duomenų bazės ir interneto svetainės

cv.lt <http://www.cv.lt/>
Prisijungę prie **cv.lt** (4.4. pav.) galite ieškoti darbo pasiūlymų, seminarų, taip pat galite susikurti ir saugoti

6 LIETUVOS DARBO BIRŽA: INFORMACIJA [INTERAKTYVUS]. 2008 [ŽIŪRĖTA 2008 M. LIEPOS 18 D.]. PRIEIGA PER INTERNETĄ: <HTTP://WWW.LDB.LT/INFORMACIJA/PUSLAPIAI/DEFAULT.ASPX>.
7 TEN PAT.
8 TEN PAT.

savo gyvenimo aprašymą. Be to, galite sekti darbo rinkos naujienas, pasinaudoti patarimais, konsultacijomis bei kita informacija.

CV-Online <http://www.cvonline.lt/>

Naudodamiesi **CV-Online.lt** galite susikurti savo gyvenimo aprašymą (CV), ieškoti darbo pasiūlymų. Galite



4.4. pav. cv.lt svetainė

pasinaudoti patarimais, skirtais ieškantiems darbo bei rašantiems CV ir motyvacinį laišką, atlikti testus, rasti informacijos apie įvairius mokymus. Šioje interneto svetainėje galima diskutuoti bei dalintis patirtimi.

VisiDarbai <http://www.visidarbai.lt/>

Šiuo interneto tinklapiu gali naudotis visi, kurie nori surasti ar pakeisti darbą. Jeigu ieškote darbo, galite peržiūrėti darbo pasiūlymus arba pasinaudoti darbo pasiūlymų filtravimo sistema.

JobGo.lt <http://www.JobGO.lt/>

Šioje interneto svetainėje galite peržiūrėti darbo pasiūlymus Lietuvoje, Latvijoje, Estijoje, Suomijoje, Švedijoje, Danijoje ir Norvegijoje, atlikti paiešką. Prisiregistravę galite sukurti savo CV.

Kitos panašaus pobūdžio interneto svetainės, kuriose galite ieškoti laisvų darbo vietų, pateiktos skyriaus pabaigoje, rekomenduojamų nuorodų sąraše.

Įstaigų / organizacijų svetainių skelbimai

Senukai <http://www.senukai.lt/>

Informacijos apie įsidarbinimo galimybes Senukų prekybos centruose ieškokite interneto svetainės skiltyje **Darbas Senukuose.** Čia rasite darbo pasiūlymų, o užsiregistravę galėsite pateikti savo CV. Taip pat rasite informacijos apie karjeros galimybes, darbuotojų skatinimo programas ir kt.

Maxima <http://www.maxima.lt/>

Apie galimybes įsidarbinti Maximos įmonėse galėsite sužinoti pasirinkę interneto svetainės skiltį **Karjera.** Jūs galėsite peržiūrėti bei ieškoti darbo pasiūlymų, nusiųsti savo CV.

Omnitel <http://www.omnitel.lt/>

Darbo pasiūlymų ir informacijos apie galimybę atlikti praktiką galite ieškoti **Omnitel** interneto svetainėje, pasirinkę skilties **Apie „Omnitel“** šoninio meniu punktą *Darbas „Omnitel“*.

Kitos panašaus pobūdžio interneto svetainės, kuriose galite ieškoti laisvų darbo vietų stambiose verslo įmonėse bei organizacijose, kurių filialų yra visoje Lietuvoje, pateiktos skyriaus pabaigoje, rekomenduojamų nuorodų sąraše.

Darbas užsienyje

Jeigu norite dirbti užsienyje, apsilankykite LDB interneto svetainės <http://www.ldb.lt/> tinklalapyje **Darbas užsienyje**. Čia rasite ES šalių užimtumo tarnybų kontaktus, ataskaitas apie vykdomą įdarbinimo tarpininkavimo veiklą, informaciją apie stažuotes užsienyje, ES valstybių kompetentingų institucijų, atsakingų už bedarbio išmokų eksportą, sąrašą.

Jei ieškote darbo, naudingos informacijos rasite interneto portale **Eures Lietuva** <http://www.ldb.lt/eures/>, <http://europa.eu.int/eures/home.jsp?lang=lt> (4.5. pav.). Svetainė, skirta asmenims, norintiems atvykti gyventi ir dirbti Lietuvoje bei Lietuvos gyventojams, norintiems išvykti dirbti ir gyventi į ES/EEE (Europos Sąjunga / Europos Ekonominė Erdvė) valstybes. Šioje interneto svetainėje galite ieškoti darbo užsienyje. EURES portale laisvas darbo vietas skelbia Eures nariai ir partneriai, visų pirma Europos valstybinės įdarbinimo tarnybos. Šiame portale jie skelbia darbo vietas, į kurias darbdavys norėtų pasamdyti darbuotojus iš kitų Europos šalių. Portale galite sukurti savo Eures asmeninę skiltį, t. y. kurti ir tvarkyti savo CV internete, darbo paieškų apibūdinimus, gauti darbo pasiūlymus el. paštu, gauti informacinį biuletenį ir kt.

Jeigu mąstote apie darbą užsienyje, naudinga apsilankyti **EURES** tinklalapio skiltyje **Gyvenimas ir darbas**, kur galėsite susipažinti su naudinga praktine informacija apie gyvenimo ir darbo sąlygas Europos šalyse. Duomenų bazėje ***Gyvenimo ir darbo sąlygos*** saugomi duomenys apie būstą, mokesčius, pragyvenimo išlaidas, kvalifikacijos suderinamumą ir kt. Kita naudinga informacijos priemonė – tai darbo rinkos informacijos skiltis, kurioje informacija apie Europos darbo biržos aktualijas pateikiama pagal šalį, regioną ir veiklos sektorius.



4.5. pav. EURES interneto svetainė

Jeigu esate aukštos kvalifikacijos specialistas ir norite dirbti ES valstybėse, pasinaudokite **įsidarbinimui Europos institucijose** skirta interneto svetaine <http://www.es-isidarbinimas.lt/>. Čia galėsite susipažinti su nuolatinio bei laikino darbo ES institucijose galimybėmis, rasite naudingos informacijos apie įsidarbinimo galimybes skirtingų profesijų atstovams, karjeros sistemą bei darbo sąlygas, kaip tinkamai pasirengti dalyvavimui ES institucijų konkursuose. Šioje svetainėje pateikiami įvairūs patarimai, statistinė informacija, dedami naudingi straipsniai, naujienos, informacija apie galimybes stažuotis ES institucijose. Be to, galėsite užsiregistruoti į parengiamuosius kursus, dalyvauti virtualiose diskusijose bei registruotis, kad reguliariai gautumėte informacijos apie paskelbtus konkursus ES institucijose ar kitas įsidarbinimo ES institucijose galimybes elektroniniu paštu.

Ieškodami darbo užsienyje galite pasinaudoti ir įdarbinimo užsienyje agentūrų siūloma informacija bei paslaugomis internetu. Pateiksime pavyzdžių.

Addus <http://www.addus.lt/**>**

Šioje interneto svetainėje rasite informacijos apie anglų kalbos kursus užsienyje, kaip susigrąžinti mokesčius, galėsite susipažinti su darbo pasiūlymais.

East West Consulting <http://www.ewc.lt/>

Apsilankę šioje interneto svetainėje galėsite susipažinti su siūlomomis darbo programomis, galimybėmis dalyvauti stažuotėse, įvairius kursus užsienyje, peržiūrėti darbo skelbimus. Svetainėje dedama informacija apie mokesčių grąžinimą: sąlygos, statistika, mokesčių žodynėlis, galite parsisiųsti ir užpildyti reikalingas mokesčių grąžinimui formas, užduoti klausimą. Svetainėje pateikiama informacija apie kelionės draudimą, galite užsisakyti ir el. paštu reguliariai gauti darbo pasiūlymų.

TJM (Tarptautiniai Jaunimo Mainai) <http://www.tjm.lt/lt/>

Ši interneto svetainė yra skirta tarptautinių jaunimo mainų programoms. Čia galėsite susipažinti su darbo pasiūlymais, užsiregistruoti į "Work and Travel USA – 2009" programą, sužinosite apie galimybes gauti paskolą dalyvavimui programoje, susigrąžinti mokesčius. Taip pat galėsite susipažinti su naujienomis bei dalyvavusių programose jaunuolių atsiliepimais.

Kitų įdarbinimo agentūrų interneto svetainių adresai yra pateikti skyriaus pabaigoje, rekomenduojamų nuorodų sąraše.

Jeigu planuojate dirbti ar mokytis užsienyje, Jums būtų aktualu apsilankyti interneto svetainėje **Europass** <http://europass.cedefop.europa.eu/europass/home/hornav/Introduction.csp>. Čia rasite naudingos informacijos, kaip tinkamai pateikti galimam darbdaviui informaciją apie save, darbinantis Europos valstybėse. Šioje interneto svetainėje sužinosite, kaip susikurti savo Europass CV, Europass kalbų pasą, rasite naudingos informacijos apie Europass mobilumo dokumentą, Europass pažymėjimo priedėlį, Europass diplomo priedėlį, galėsite parsisiųsti jų pavyzdžius bei formas.

Daugiau interneto svetainių apie darbą užsienyje galite rasti rekomenduojamų nuorodų sąraše.

Darbdaviams

LDB interneto svetainėje <http://www.ldb.lt/> skiltyje **Elektroninės paslaugos** užsiregistravę darbdaviai gali[9]:

- pateikti skelbimus apie laisvas darbo vietas bei juos redaguoti. Papildoma šios kategorijos paslauga – pranešimo siuntimas kandidatui;
- užsisakyti žinutes į savo elektroninį paštą apie Jūsų nurodytai darbo vietai tinkamus kandidatus;
- išsaugoti paieškos informaciją apie kandidatus bei paieškos rezultatus užsisakyti elektroniniu paštu;
- išsaugoti Jūsų pasirinkto kandidato CV bei peržiūrėti jo duomenis vėliau;
- nusiųsti elektroninį pranešimą Jūsų pasirinktam kandidatui, kurį norėtumėte įdarbinti;
- užpildyti prašymus dėl užsieniečių įdarbinimo Lietuvoje;
- pasinaudoti darbo mugės užsakymo paslauga;
- užsisakyti Lietuvos darbo biržos interneto svetainės naujienas, kurios Jums bus siunčiamos Jūsų nurodytu el. pašto adresu.

Darbdaviai, kaip ir ieškantieji darbo, informacijos gali ieškoti internetinėse CV duomenų bazėse. Pavyzdžiui, jau minėtose:

- **CV–Online.lt** <http://www.cvonline.lt/> – naudotis CV duomenų baze bei dėti darbo skelbimus;
- **cv.lt** <http://www.cv.lt/index.do> – duomenų bazėse ieškoti darbuotojų bei įdėti darbo skelbimus;
- **VisiDarbai.lt** <http://www.visidarbai.lt/> – dėti darbo skelbimus bei stebėti jų parodymus, naudotis CV duomenų baze.

Jei esate darbdavys, galite apsilankyti konsultacinių agentūrų interneto svetainėse. Čia rasite informacijos apie galimybes organizuoti personalo atranką, įvairius kursus bei mokymus ir kt. Pateiksime pavyzdžių.

Nova Lux management solutions <http://www.novalux.lt/>

Šioje svetainėje rasite informacijos apie mokymus, personalo atranką, konsultacinius projektus. Galėsite užsisakyti naujienas el. paštu. Taip pat galėsite susipažinti su naudingais straipsniais, patarimais ir pastebėjimais įvairia kiekvienam darbdaviui aktualia tematika.

Talentor Lietuva <http://www.talentor.lt/lithuania/lt/lt/pradzia/>

Šioje svetainėje sužinosite apie vykdomas personalo paieškas ir atrankas, personalo vertinimo metodus, vykdomus konsultacinius projektus, mokymus, galėsite paskaityti įdomių straipsnių, spaudos apžvalgų darbdaviams aktualia tematika.

9 LIETUVOS DARBO BIRŽA: INFORMACIJA [INTERAKTYVUS]. 2008 [ŽIŪRĖTA 2008 M. LIEPOS 18 D.]. PRIEIGA PER INTERNETĄ: <HTTP://WWW.LDB.LT/INFORMACIJA/PUSLAPIAI/DEFAULT.ASPX>.

Baltic Personnel Strategy Project <http://www.strategija.lt/>

Šioje svetainėje rasite informacijos apie vykdomus mokymus įvairiomis temomis, galite atsisiųsti registracijos formą, galite rasti informacijos apie vykdomas darbuotojų atrankas bei programas, skirtas darbuotojų kolektyvo formavimui.

Kitų konsultacinių agentūrų interneto svetainių adresai pateikti rekomenduojamų nuorodų sąraše.

Specializuotos informacijos galite ieškoti darbdavių asociacijų interneto svetainėse. Pavyzdžiui:

- Lietuvos verslo darbdavių konfederacija (LVDK) <http://www.ldkonfederacija.lt>;
- Lietuvos statybininkų asociacija <http://www.statybininkai.lt>;
- Lietuvos inžinerinės pramonės asociacija „Linpra“ <http://www.linpra.lt>;
- Lietuvos santechnikų asociacija <http://www.litsa.lt>;
- Lietuvos prekybos įmonių asociacija (LPĮA)<http://www.lietuvos-prekyba.lt>;
- Lietuvos melioracijos įmonių asociacija <http://www.lmia.lt> ir kt.

4.3 NAUDOKITĖS INTERNETINE BANKININKYSTE

Šiandien dauguma bankų siūlo įvairias elektronines paslaugas, kuriomis naudojantis galima sutaupyti daug laiko: tai telefoninė, mobilioji, internetinė bankininkystė. Pastarąja gali pasinaudoti kiekvienas, turintis prieigą prie interneto, sąskaitą banke ir sutartį su banku. Ši paslauga pasižymi keliais labai svarbiais privalumais: tai yra greitas, patogus, paprastas ir naudingas būdas spręsti kasdienes problemas. Greitas – nes visus veiksmus atliksite per keletą minučių, patogus – nes tai galite atlikti namuose, todėl Jums nebereiks gaišti laiko vykimui į banko skyrių, paprastas – nes galėsite naudotis parengtomis dokumentų formomis, naudingas – nes atsiskaitymai internetu kainuoja pigiau nei atvykus į banko skyrių.

Taigi kas yra internetinė bankininkystė ir kaip ja naudotis?

Internetinė bankininkystė – banko paslaugų teikimas internetu, naudojantis specialiai tam sukurtu tinklalapiu. Norint naudotis internetine bankininkyste užtenka kompiuterio su interneto ryšiu ir interneto naršykle, jokių papildomų įrenginių ar programų nereikia.

Kadangi ši paslauga – modernus, praktiškas bei vis populiarėjantis bankininkystės būdas, internetinės bankininkystės paslaugas šiuo metu siūlo visi Lietuvoje veikiantys komerciniai bankai:

- Danske Bankas <http://www.danskebankas.lt>;
- AB DnB NORD bankas <http://www.dnbnord.lt>;
- UAB Medicinos bankas <http://www.medbank.lt>;
- Nordea <http://www.nordea.lt>;
- AB PAREX bankas <http://www.parex.lt/>;
- AB Šiaulių bankas <http://www.sb.lt>;
- AB Ūkio bankas <http://www.ub.lt>;
- Swedbankas <http://www.swedbank.lt/>;
- AB SEB bankas<http://www.seb.lt/>;
- AB bankas „Snoras“ <http://www.snoras.com/lt>.

Kiekvienas bankas stengiasi siūlyti kuo daugiau ir kuo įvairesnių paslaugų internetu. Pagrindinės daugumos bankų siūlomos paslaugos yra šios:

- Sąskaitų ir komunalinių mokesčių mokėjimas;
- Sąskaitų likučių tikrinimas;
- Vietiniai ir tarptautiniai mokėjimai;
- Informacija apie valiutų kursus;
- Įvairių kortelių užsakymas;
- Paraiškų būsto, vartojimo, studijų paskoloms gauti teikimas;
- Galimybė prisijungti prie Valstybinės mokesčių inspekcijos (VMI) elektroninės deklaravimo sistemos, gauti deklaravimui reikalingas pažymas;
- Galimybė prisijungti prie VĮ Registrų centro elektroninės paslaugų sistemos;
- Prašymų išduoti mokamąją kortelę ir prašymo atblokuoti naudojimąsi kortele pateikimas;
- Galimybė atsiskaityti interneto parduotuvėse už bilietus į renginius, knygas, leidinių prenumeratą bei kitas prekes ir naudotis kitomis paslaugomis.

Tapti internetinės bankininkystės naudotoju nėra sudėtinga. Jums tereikia sudaryti „Elektroninių paslaugų teikimo sutartį“ su banku. Tam reikia atvykti į bet kurį banko klientų aptarnavimo skyrių, su savimi reikia turėti pasą arba asmens tapatybės kortelę. Artimiausio banko klientų aptarnavimo padalinio adresą ir darbo laiką galima rasti jo interneto svetainėje.

Pasirašius sutartį, Jums bus duota internetinės bankininkystės kodų kortelė, slaptažodis bei naudotojo ID

(atpažinimo kodas). Šie terminai kiekviename banke gali skirtis.

Naudotojo ID – tai Jūsų naudotojo vardas, įrašytas elektroninių paslaugų teikimo sutartyje, skiltyje Naudotojo ID[10].

Slaptažodis – tai slaptažodis, įteiktas užklijuotame voke. Po pirmos registracijos jį reikia pakeisti nauju, savo sugalvotu[11].

Kodų kortelė – tai plastikinė kortelė su slaptažodžiais.

Kiekvieną kartą norėdami pasinaudoti internetinės bankininkystės paslaugomis turite prisijungti prie internetinės bankininkystės tinklalapio. Nuorodas visada rasite banko interneto svetainėje. Pirmą kartą jungiantis reikia registruotis su laikinu slaptažodžiu, kurį pirmosios sesijos metu turite pakeisti. Nors naudojimosi internetine bankininkyste principai yra panašūs visuose bankuose, tačiau internetinei bankininkystei skirtos svetainės bei paslaugų pateikimas kiekviename banke yra individualus. Todėl išsamesnės informacijos, kaip naudotis internetinėmis banko paslaugomis kiekviename banke, reikėtų ieškoti to banko interneto svetainėje. Taip pat galite kreiptis į banko darbuotojus, kurie parodys, kaip naudotis internetinės bankininkystės paslaugomis bei papasakos apie įvairias galimybes. Išsamesnės informacijos apie šią galimybę ieškokite bankų interneto svetainėse.

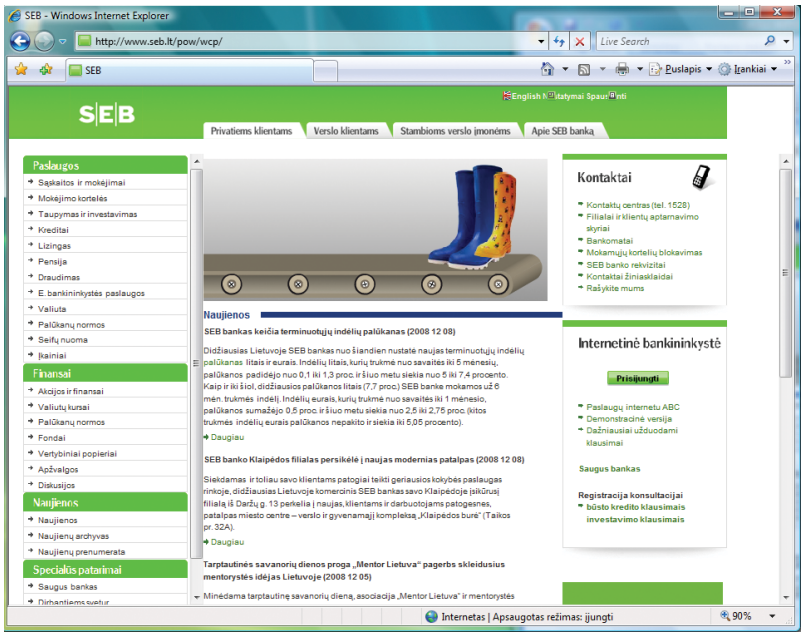
SEB banko paslaugų internetu ABC, dažniausiai užduodamus klausimus bei demonstracinę versiją rasite adresu <http://www.seb.lt> (4.6. pav.), prie internetinės bankininkystės demonstracinės versijos galite prisijungti adresu <http://www.seb.lt/Source_v2/1.html>.

Informaciją, kaip prisijungti prie **Swedbank** paslaugų internetu, dažniausiai užduodamus klausimus, demonstracinę aplinką rasite adresu <https://ib.swedbank.lt/hanzaLT/hanzanet>.

Prieš jungdamiesi prie savo banko internete, atidžiai perskaitykite naudojimosi internetine bankininkyste instrukciją, susipažinkite su mokymosi medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pamokoje „Ekonominis vystymasis. Informacija, padedanti taupyti laiką ir pinigus“ pateikta informacija.

Danske banko naudojimosi internetinės bankininkystės paslaugomis taisykles, dažniausiai užduodamus klausimus bei informaciją, kaip tapti vartotoju, rasite adresu <http://www.danskebankas.lt/>.

4.6. pav. SEB banko interneto svetainė



10 KERŠANSKIENĖ, J.; LAPĖNAITĖ, A. MANO BANKAS INTERNETE: INTERNETINĖS BANKININKYSTĖS VADOVAS. VILNIUS, 2005 , P. 7.

11 TEN PAT, P. 7 .

Naudotis internetine bankininkyste reikia atsakingai, nepamirštant, kad atliekate tokias pačias realias operacijas su Jūsų asmens duomenimis bei pinigais, kaip ir atvykę į banko skyrių. Norėdami saugiai naudotis banko internete paslaugomis, turite atsiminti keletą esminių principų. Taigi ką būtina žinoti naudojantis internetine bankininkyste?

Lietuvoje bankams internete apsaugoti naudojamos modernios technologijos, bet daugiausia mūsų sąskaitų saugumas priklauso nuo mūsų pačių. Norėdami saugiai naudotis internetine bankininkyste turite nepamiršti keleto saugaus naudojimosi banko paslaugomis internete principų[12] *:*

- Niekada ir niekam negalima sakyti ar siųsti savo prisijungimo duomenų (ID, slaptažodžio, plastikinėje kortelėje esančių slaptažodžių). Niekas ir jokiomis aplinkybėmis neturi teisės jų iš Jūsų reikalauti – nei telefonu, nei el. paštu ar kitais būdais. Joks bankas niekada neprašo elektroniniu paštu ar telefonu pasakyti slaptažodžių.
- Būtina saugoti plastikinę slaptažodžių kortelę. Nesinešiokite jos, jei nereikia. Laikykite kitiems asmenims (ypač vaikams) neprieinamose vietose. Jokiu būdu negalima laikyti kortelės kartu su sutartimi ar su slaptažodžiais.
- Reikia saugoti prisijungimo duomenis – nerašyti į užrašų knygutes, nerašyti ID numerio ant plastikinės kortelės.
- Jungiantis prie banko internete, reikia įsitikinti, ar gerai įvestas adresas, ar prisijungėte prie Jums reikalingo puslapio. Jungiantis prie Swedbanko ar SEB banko internete adresas prasideda https://.... , o prisijungimo prie Jūsų sąskaitos langas atsiveria naujame lange.
- Reikia reguliariai keisti slaptažodį. Keisdami slaptažodį sugalvokite sunkiai kitiems atspėjamą ir įsiminkite jį.
- Naudojantis kompiuteriu viešoje vietoje, pvz., bibliotekoje reikia atkreipti dėmesį, ar Jūsų nestebi kiti asmenys. Pasinaudojus banku internete viešoje vietoje, patartina pasikeisti slaptažodį.
- Pasinaudojus banku internete viešoje vietoje ir išsisaugojus duomenis kompiuteryje, t. y. baigus darbą, būtina visus išsaugotus dokumentus persikelti į savo elektroninę laikmeną, o kompiuteryje esančius – ištrinti. Nepamirškite šiukšlių dėžės!
- Baigus darbą, būtina paspausti nuorodą *Baigti darbą* ir užverti naršyklės langą.
- Dirbant asmeniniu kompiuteriu reikia įsitikinti, ar pasirūpinta Jūsų kompiuterio saugumu (yra antivirusinės programos, reguliariai atnaujinamos jau esančios).
- Jei Jūsų sąskaitoje yra daug pinigų, sudarant elektroninių paslaugų sutartis su banku patartina nurodyti išlaidų apribojimus. Pvz., galite nurodyti, kad per dieną būtų išleidžiama ne daugiau 4 000 Lt. Dėl išlaidų limitų nustatymo reikia kreiptis į artimiausią banko klientų aptarnavimo skyrių.

Daugiau informacijos, kaip pasirūpinti kompiuterio saugumu, rasite Swedbanko svetainėje adresu <http://www.swedbank.lt/lt/pages/saugaus_naudojimo_atmintine> ir SEB banko svetainėje adresu <http://www.seb.lt/lt/wcp/>.

4.4 PIRKITE VIRTUALIOSE PARDUOTUVĖSE

Dar viena sritis, kur naudojantis internetu galite sutaupyti nemažai laiko ir padaryti savo gyvenimą patogesniu, yra elektroninė prekyba ir internetinės paslaugos. Dėl patogaus praktinio pritaikymo bei galimybės sutaupyti pinigų, šis pasaulyje populiarus pirkimo būdas pamažu ima skverbtis ir į Lietuvą.

Terminas **elektroninė prekyba** yra apibrėžiamas, kaip prekybinės veiklos būdas, kai prekyba organizuojama naudojant elektroninio ryšio priemones.[13] Kitaip tariant, tai yra prekių pirkimas ir pardavimas internetu. Elektroninę, kaip ir įprastą prekybą, galima skaidyti į didmeninę, kai tiekiamas didelis prekių ar paslaugų užsakymas, ir mažmeninę, kai klientas dažniausiai yra tiesioginis vartotojas[14] .

Elektroninė prekyba vyksta specialiose interneto svetainėse, kurios dažnai yra vadinamos **elektroninėmis parduotuvėmis**. Šiose virtualiose parduotuvėse pirkėjui pateikiamas prekių katalogas, prekių krepšelis, atliekamos tapatumo nustatymo ir mokėjimo operacijos, pateikiamos nupirktų prekių pristatymo sąlygos.

Paslaugos internetu yra paslaugos, kurios teikiamos už atlyginimą individualaus vartotojo pageidavimu ir vykdomos naudojant elektroninius įrenginius duomenų apdorojimui bei saugojimui.

Elektroninės prekybos ir paslaugų galimybės yra labai didelės, todėl, populiarėjant šiai prekybos rūšiai, sparčiai plečiasi. Internete gausu įvairiausias prekes ir paslaugas siūlančių elektroninių parduotuvių, pavyzdžiui:

12 KERŠANSKIENĖ, J; LAPĖNAITĖ, A. MANO BANKAS INTERNETE: INTERNETINĖS BANKININKYSTĖS VADOVAS, 2005, P. 29.

13 LIETUVOS RESPUBLIKOS ELEKTRONINĖS PREKYBOS ĮSTATYMAS: PROJEKTAS [INTERAKTYVUS]. 2001 [ŽIŪRĖTA 2008 M. LIEPOS 12 D.]. PRIEIGA PER INTERNETĄ: <HTTP://WWW3.LRS.LT/DOCS3/KAD4/W3_VIEWER.VIEWDOC-P_INT_TEKST_ID=7680&P_INT_TV_ID=855&P_ORG=0.HTM>.

14 APIE ELEKTRONINĘ KOMERCIJĄ [INTERAKTYVUS]. [ŽIŪRĖTA 2008 M. LIEPOS 12 D.]. PRIEIGA PER INTERNETĄ: <HTTP://DEMO.ZEBRA.LT/INDEX2.HTML>.

Universalios parduotuvės:
- pigu.lt <http://www.pigu.lt>;
- Bizzon.lt <http://www.bizzon.lt>;
- *Amazon.com* <http://www.amazon.com/>;
- *eBay* <http://www.ebay.com/>.

Prekių buičiai ir ne tik rasite:
- emarkt.lt <http://www.emarkt.lt/>;
- www.naminukas.lt <http://www.naminukas.lt/Pub/default.aspx>;
- www.varle.eu <http://www.varle.eu/>;
- imarket.lt <http://www.imarket.lt/catalog/>.

Drabužių ir avalynės rasite:
- dress.lt <http://www.dress.lt/>;
- Simply.lt <http://www.simply.lt/>;
- www.open24.lt <http://www.open24.lt/>.

Knygų internetu galite įsigyti:
- Manoknyga.lt <http://www.manoknyga.lt/>;
- Knygų klubas <http://www.knyguklubas.lt/lt.php>;
- Knygunamai.lt <http://www.knygunamai.lt/>.

Bilietų į renginius galite įsigyti:
- Tiketa <https://www.tiketa.lt/Default.aspx?LngID=LT>;
- BILIETAI LT <http://www.bilietai.lt/axtweb/view/evt-list/>;
- BilietųPasaulis <http://www.bilietubankas.lt/>.

Gėlių parduotuvės:
- Fleurop-Interflora <http://www.interflora.lt/>;
- Florisima <http://www.florisima.lt/inside.php?p=21>.

Daugeliui kyla klausimas, kaip jas rasti, jeigu žinome prekę, kurią norėtumėme įsigyti internetu, tačiau nežinome konkrečios parduotuvės, kuri ją siūlo, adreso, arba žinome vieną, tačiau norėtume susipažinti su kitomis galimybėmis?

Iš tikrųjų norimų įsigyti prekių internetu paiešką labai palengvina internetinių parduotuvių katalogai, kadangi naudodamasis jais, vartotojas gali vykdyti paiešką žymiai didesniu mastu ir greitai rasti norimą parduotuvę ar sužinoti, kur galėtų įsigyti norimą prekę. Šiuo metu yra tik vienas lietuviškų elektroninių parduotuvių katalogas **eShops.lt** <http://www.eshops.lt/>. Kaip teigiama **eShops.lt** interneto svetainėje, šiame kataloge yra publikuojamos tik el. parduotuvės, atitinkančios pagrindinius internetinės parduotuvės požymius:
- svetainė turi turėti išsamų prekių katalogą su prekių aprašymais;
- svetainė turi suteikti lankytojui galimybę įsigyti prekę neišeinant iš namų.

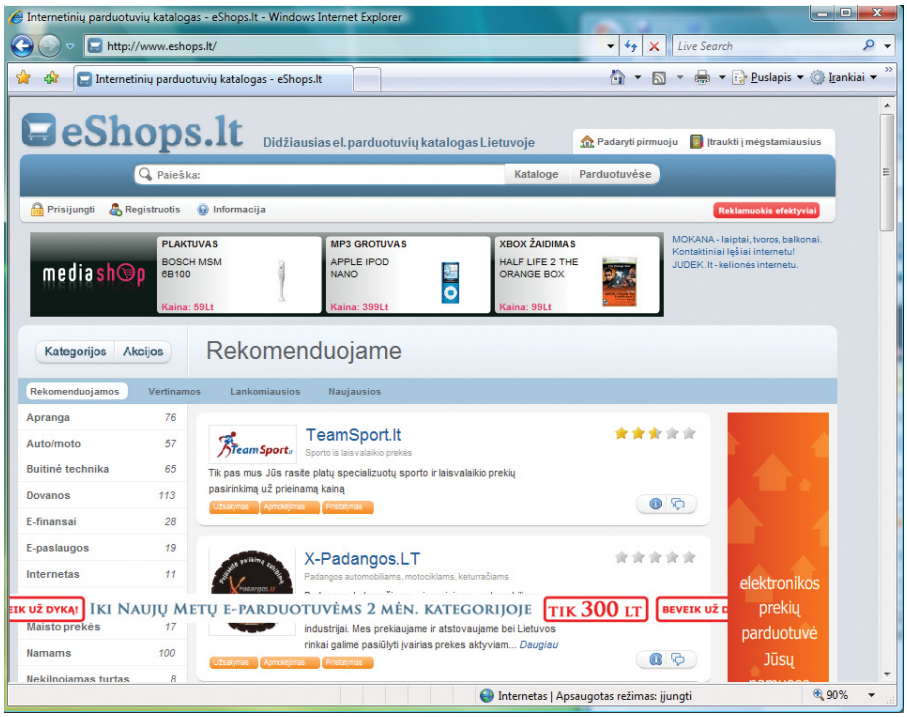
Norėdami rasti parduotuvę internetinių parduotuvių kataloge **eShops.lt**, galite ieškoti keliais būdais (4.7. pav.):
- Naršydami svetainėje. Kairiajame šoniniame titulinio eShops.lt svetainės tinklalapio meniu informacija yra sugrupuota pagal prekių kategorijas, o viršutiniame horizontaliajame meniu yra pateiktos aukščiausius reitingus turinčių, lankomiausių bei naujausių katalogo parduotuvių nuorodos;
- Pasinaudoję eShops.lt paieškos sistema. Naudotis ja galite ir prisijungę kaip registruotas vartotojas, ir anonimiškai naršydami svetainėje. Jums reikia titulinio svetainės lapo laukelyje *Paieška* įvesti reikšminę frazę arba žodį ir pasirinkti, kur norite ieškoti: **Kataloge** ar **Parduotuvėse**, spragtelint atitinkamą mygtuką.

Naudodamiesi eShops.lt galite ne tik susirasti Jums reikalingą parduotuvę ar prekę, bet ir įdėti savo nuorodą apie elektroninę parduotuvę. Tam Jūs turite užsiregistruoti. Kaip tai padaryti, galite sužinoti eShops.lt svetainėje skiltyje *Informacija*.

Naudojantis eShops.lt internetinių parduotuvių katalogu galima matyti interneto parduotuvės reitingą, kurį skirdami balus sukuria kiti lankytojai. Taip pat yra galimybė skaityti kitų klientų komentarus bei atsiliepimus apie interneto parduotuves, įtrauktas į eShops.lt katalogą.

Svetainėje yra pateikiamos kataloge esančių parduotuvių vykdomos akcijos, todėl, norint sužinoti šią informaciją, Jums nereikės gaišti laiko lankant kiekvieną elektroninę parduotuvę atskirai. Taigi elektroninių parduotuvių pasiūla bei jos paieškos galimybės yra gana didelės. Tačiau kaip jomis naudotis ir internetu įsigyti prekių Lietuvoje ir užsienyje?

Norėdami pirkti elektroninėse parduotuvėse, pirmiausia Jūs turėsite užsiregistruoti. Kiekvieną kartą, kai ketinate įsigyti prekę, turite prisijungti su savo prisijungimo vardu ir slaptažodžiu. Iš katalogo ar atlikę paiešką ir suradę norimas pirkti prekes, jas turite įsidėti į Jūsų prekių krepšelį ir pasirinktu būdu atsiskaityti už jas. Atsiskaitymo galimybės kiekvienoje elektroninėje parduotuvėje yra skirtingos: vienose galima atsiskaityti,



4.7. pav. Internetinių parduotuvių katalogo eShops.lt interneto svetainė

kai prekės Jums yra pristatomos į namus, kitose – naudojantis internetine bankininkyste. Jeigu norite įsigyti prekių užsienio elektroninėse parduotuvėse, nepamirškite pasižiūrėti, ar Jūsų norima prekė yra pristatoma į Lietuvą. Apie atsiskaitymo už prekes sąlygas bei prekių pristatymo galimybes visada sužinosite elektroninės parduotuvės interneto svetainėje. Taip pat nepamirškite pasidomėti paslaugų įkainiais.

Detalią informaciją, kaip apsipirkti elektroninėje parduotuvėje pigu.lt <http://pigu.lt/> ir Amazon.com <http://www.amazon.com/>, rasite mokymosi medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pamokoje „Ekonominis vystymasis. Informacija, padedanti taupyti laiką ir pinigus“.

Internetu patogu ir paprasta pirkti ne tik prekes, bet ir paslaugas. **Paslaugų internetu** yra įvairių:

Fotopigiau.lt <http://www.fotopigiau.lt/>

Prisijungę prie šios interneto svetainės galėsite internetu užsakyti nuotraukų spausdinimą. Norėdami tai padaryti, Jūs turite užsiregistruoti svetainėje, įkelti pageidaujamas gaminti nuotraukas bei pasirinkti atsiėmimo vietą. Beje, šis nuotraukų gamybos būdas yra daugeliu atvejų pigesnis nei kreipiantis į fotostudijas tiesiogiai.

Prenumerata.lt <http://www.prenumerata.lt/>

Tai kol kas vienintelė interneto svetainė Lietuvoje, kurioje galite užsiprenumeruoti įvairius leidinius, užsisakyti filmus, kompaktinius diskus ir el. leidinius už juos mokėdami internetu. Norėdami užsiprenumeruoti leidinį ar užsisakyti filmą, jį išsirinkite svetainėje ir pasirinkite norimą mokėjimo būdą. Jums nereiks registruotis, Prenumerata.lt sistema automatiškai Jus užregistruoja ir visą papildomą išsamią informaciją apie Prenumerata.lt veiklą atsiunčia Jūsų nurodytu el. pašto adresu.

gsms.lt <https://www.gsms.lt/>

Šioje svetainėje Jūs galėsite siųsti trumpąsias žinutes į visus Lietuvos ir pasaulio operatorių tinklus. Pagrindinės siūlomos šios svetainės paslaugos yra šios: žinučių siuntimas keliems gavėjams, ilgesnių trumpųjų žinučių nei standartinės siuntimas, žinučių siuntimas tiksliai nustatytu laiku, pristatymo patvirtinimas, adresų knygelė. Be to, kaip teigiama gsms.lt interneto svetainėje, siuntimo kaina yra mažesnė nei daugelio mobiliojo ryšio operatorių siūlomų kainų.

BITĖ online <http://www.biteonline.lt/>

Ši interneto svetainė padės Jums sutaupyti laiko, jeigu nusprendėte tapti „Bitė“ mobiliojo ryšio operatoriaus klientu. Prisijungę prie šios interneto svetainės, Jūs galėsite išsirinkti mobiliojo telefono numerį ir užsisakyti SIM kortelę, kuri Jums bus pristatyta nemokamai. Taip pat šioje svetainėje galėsite internetu sumokėti už pokalbius, tikrinti likutį, pažiūrėti pokalbių išklotinę ir išlaidų statistiką, užsisakyti papildomas paslaugas.

VivaMake.com <http://www.vivamake.com/lt/>

Šioje interneto svetainėje galėsite patys sukurti norimų įsigyti marškinėlių, puodelių, plakatų dizainą.

Transporto bilietas.lt <https://www.transportobilietas.lt/>**.** Vilniuje ir Klaipėdoje naudojamus elektroninius transporto bilietus galite papildyti ir internetu. Jūs galite pasirinkti, kurio bilieto papildymo norėtumėte: važiuoti autobusu, važiuoti troleibusu, važiuoti autobusu ir troleibusu ar paros bilieto. Pastaroji alternatyva reiškia, kad e. bilietą galite papildyti ne tik mėnesio galiojimo įmoka, bet ir 10, 7, 3 ir 1 paros galiojimui. Tai patogu, kai Jums Vilniaus ar Klaipėdos viešojo transporto paslaugomis reikia naudotis trumpą laikotarpį. Tačiau atkreipkite dėmesį, kad šios paslaugos aptarnavimo mokestis šiuo metu, lyginant su kitomis per internetinę bankininkystę gaunamomis elektroninėmis paslaugomis, yra gana didelis, t. y. 1, 2, 3 Lt priklausomai nuo sumos, kuria pildote e. bilietą. Todėl ši paslauga padės Jums sutaupyti laiko, tačiau ne pinigų. Taip pat internetu galite patikrinti Jūsų e. bilieto galiojimą. Tai padarysite svetainės skiltyje e. bilieto galiojimas įvedę elektroninio bilieto brūkšninio kodo numerį.

Kitas patogaus elektroninės paslaugų pirkimo pavyzdys yra galimybė papildyti mobiliojo telefono sąskaitą internetu. Tai padaryti itin paprasta: Jums tereikia prisijungti prie Jūsų mobiliųjų paslaugų operatoriaus internetinių paslaugų svetainės. Nuorodas galite rasti mobiliojo ryšio operatorių interneto svetainėse arba jungtis Jums tinkamu adresu:

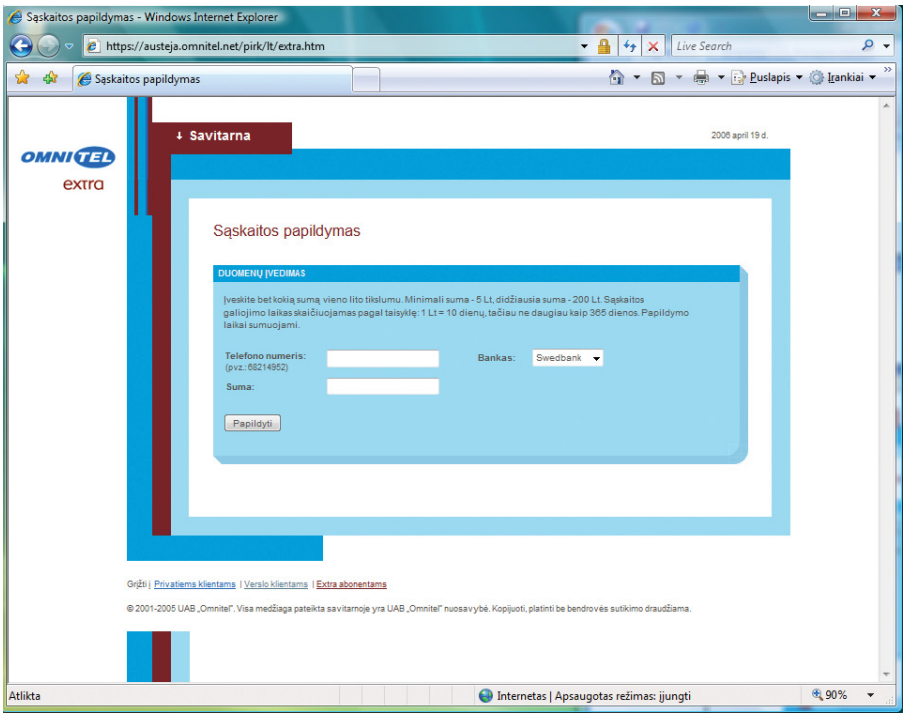
Omnitel Extra sąskaitą galite papildyti prisijungę adresu (4.8. pav.) <https://austeja.omnitel.net/pirk/lt/extra.htm>. Prisijungę prie svetainės, į atitinkamus laukelius įveskite savo mobiliojo telefono numerį, norimą sumą bei pasirinkite banką, kurio internetinėmis paslaugomis naudojatės. Būsite nukreipti į pasirinkto banko internetinės bankininkystės registraciją. Įvykdę nurodymus ir sėkmingai užbaigę papildymą, gausite patvirtinimą SMS žinute.

Kitų ryšio tiekėjų sąskaitų papildymas:

- PILDYK (TELE2) <https://kt.tele2.lt/prepaid/>;
- Ežys (Omnitel) <https://austeja.omnitel.net/pirk/lt/ezys.htm>;
- LABAS (Bitė)<http://www.labas.lt/lt/about/reload/internet/>.

Naudojantis elektroninės prekybos paslaugomis nereikėtų pamiršti, kad perkate lygiai taip pat kaip ir realiose parduotuvėse. Todėl nepamirškite saugios elektroninės prekybos principų:

4.8. pav. Omnitel Extra sąskaitos pildymo interneto svetainė



- pirkdami elektroninėje parduotuvėje atkreipkite dėmesį, ar interneto naršyklės lango apačioje yra spynelės piktograma, kuri žymi saugų prisijungimo protokolą;
- jeigu yra galimybė, saugiau atsiskaityti naudojantis internetinės bankininkystės paslauga, nes Jums nereikia niekam kitam pateikti asmeninių duomenų.

Šiuolaikinės informacinės technologijos sudaro sąlygas taupyti laiką ir pinigus atliekant daugelį kasdienių veiksmų bei sprendžiant kylančias problemas. Šiame skyriuje trumpai apžvelgėme tik pačius pagrindinius naudojimosi populiariomis elektroninėmis paslaugomis principus bei galimybes, tačiau jų yra kur kas daugiau bei įvairesnių ir jos kasdien vis keičiasi, tobulėja bei atsiranda vis naujesnių galimybių. Tikimės, kad šiame skyriuje pateikta informacija paskatins Jus naudojantis internetu naudotis daugeliu paslaugų bei įsigyti prekių.

REKOMENDUOJAME !

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

MOKESČIAI

- Elektroninio deklaravimo sistema <http://deklaravimas.vmi.lt/PublicPages.aspx>.
- Valstybinės mokesčių inspekcija <http://www.vmi.lt/>.

IEŠKANTIEMS DARBO

- CV Bankas <http://www.cvbankas.lt>.
- CV Market <http://www.cvmarket.lt>.
- cv.lt <http://www.cv.lt>.
- CvInfo.lt <http://www.cvinfo.lt>.
- CV-Online <http://www.cvonline.lt>.
- darbas.net <http://www.darbas.net>.
- DarbasLietuvoje <http://www.darbaslietuvoje.lt>.
- Darbo rinka <http://www.darbo.lt>.
- Darbo skelbimai <http://www.darbo-skelbimai.lt>.
- DirbkIT <http://www.dirbkit.lt>.
- Dirbu.lt <http://www.dirbu.lt>.
- Ieškau darbo <http://www.ieskau-darbo.lt>.
- isidarbink.lt <http://www.isidarbink.lt>.
- JobGO.lt <http://www.JobGO.lt>.
- Karjeros centras <http://www.karjeroscentras.lt>.
- Lietuvos darbo birža <http://http://www.ldb.lt/>.
- studabir.lt <http://www.studabir.lt>.
- VisiDarbai.lt <http://www.visidarbai.lt>.

REKOMENDUOJAME !

ĮSTAIGŲ / ORGANIZACIJŲ SVETAINĖS, KURIOSE YRA SKELBIMŲ APIE LAISVAS DARBO VIETAS

- Bitė <http://www.bite.lt> (žr. Karjera).
- Danske bankas <http://www.danskebankas.lt> (žr. Karjera –> Darbo skelbimai).
- IKI <http://www.iki.lt> (žr. Karjera –> Įsidarbinimo anketa).
- UAB Medicinos bankas <http://www.medbank.lt> (žr. Karjera –> Darbo pasiūlymai).
- Nordea <http://www.nordea.lt> (žr. Karjera Nordea –> Darbo skelbimai).
- Norfa <http://www.norfa.lt> (žr. Karjera).
- AB PAREX bankas <http://www.parex.lt/> (žr. Karjera).
- RIMI <http://www.rimi.lt/> (žr. Karjera –> Siūlome darbą).
- AB SEB bankas <http://www.seb.lt/pow/wcp> (žr. Apie SEB banką –> Karjera SEB Banke).
- Senukai <http://www.senukai.lt/> (žr. Darbas Senukuose).
- AB Šiaulių bankas <http://www.sb.lt> (žr. Karjera).
- AB bankas "Snoras" <http://www.snoras.com/lt> (žr. Bankas Snoras –> Karjera).
- Tele2 <http://www.tele2.lt> (žr. Karjera –> Darbo pasiūlymai).

DARBAS UŽSIENYJE

- Addus <http://www.addus.lt/>.
- Career.edu <http://www.career.edu>.
- Darbintera <http://www.darbintera.lt/show/lt/workOut.html>.
- East West Consulting <http://www.ewc.lt/>.
- Employment, Social Affairs & Equal Opportunities Progress <http://ec.europa.eu/employment_social/progress/index_en.html>.
- enic-naric.net <http://www.enic-naric.net/>.
- EIRELITA.LT <http://www.eirelita.lt/>.
- Eures Lietuva <http://www.ldb.lt/eures/>.
- Europa: Jūsų Europa <http://ec.europa.eu/youreurope/index_lt.html>.
- Europass <http://europass.cedefop.europa.eu/europass/home/hornav/Introduction.csp?loc=lt_LT>. GLANA <http://www.glana.lt/>.
- Įdarbinimo tarpininkavimo centras (ĮTC)<http://www.itc.lt/>.
- Įsidarbinimas Europos Sąjungos institucijose <http://www.es-isidarbinimas.lt/>.
- ISMIRA <http://www.ismira.lt/lt/>.
- Europa: Your Europe <http://ec.europa.eu/youreurope/nav/en/citizens/working/free-circulation/index.html>.
- Pasaulio kraštas <http://www.pasauliokrastas.lt/>.
- Pikaverus <http://www.pikaverus.lt/sablonas/index.html?sritis=3>.

REKOMENDUOJAME !

- TJM (Tarptautiniai Jaunimo Mainai)<http://www.tjm.lt/lt/>.

DARBDAVIAMS

- FONTES <http://www.fontes.lt/>.
- Lietuvos verslo darbdavių konfederacija (LVDK) <www.ldkonfederacija.lt>.
- Lietuvos statybininkų asociacija <www.statybininkai.lt>.
- Lietuvos inžinierinės pramonės asociacija „Linpra“ <www.linpra.lt>.
- Lietuvos santechnikų asociacija <www.litsa.lt>.
- Lietuvos prekybos įmonių asociacija (LPĮA) <www.lietuvos-prekyba.lt>.
- Lietuvos melioracijos įmonių asociacija <www.lmia.lt>.
- Manager.lt <www.manager.lt>.
- noriu personalo sprendimų grupė <www.noriudarbo.lt>.
- Nova Lux management solutions <http://www.novalux.lt/>.
- PERSONPREMIER <www.personpremier.lt>.
- Preilė <http://www.preile.lt/>.
- Talentor Lietuva <http://www.talentor.lt/lithuania/lt/lt/pradzia/>.
- topCV.lt <www.topcv.lt>.

BANKŲ SVETAINĖS

- Danske Bankas <http://www.danskebankas.lt>.
- AB DnB NORD bankas <http://www.dnbnord.lt>.
- UAB Medicinos bankas <http://www.medbank.lt>.
- Nordea <http://www.nordea.lt>.
- AB PAREX bankas <http://www.parex.lt/>.
- AB Šiaulių bankas <http://www.sb.lt>.
- AB Ūkio bankas <http://www.ub.lt>.
- Swedbankas <http://www.swedbank.lt/lt/pages/privatiems>.
- AB SEB bankas<http://www.seb.lt/pow/wcp>.
- AB bankas “Snoras” <http://www.snoras.com/lt>.

VIRTUALIOS PARDUOTUVĖS

- Parduotuvių katalogas
  eShops.lt <http://eshops.lt/>.
- Universalios parduotuvės:
  pigu.lt <http://www.pigu.lt>.
  Bizzon.lt <http://www.bizzon.lt>.
  Amazon.com <http://www.amazon.com/>.
  eBay <http://www.ebay.com/>.

REKOMENDUOJAME !

- Prekių buičiai ir ne tik rasite:
  emarkt.lt <http://www.emarkt.lt/>.
  www.naminukas.lt <http://www.naminukas.lt/Pub/default.aspx>.
  www.varle.eu <http://www.varle.eu/>.
  imarket.lt <http://www.imarket.lt/catalog/>.
- Drabužius ir avalynę rasite:
  dress.lt <http://www.dress.lt/>.
  Simply.lt <http://www.simply.lt/>.
  Open24.lt <http://www.open24.lt/>.
- Knygas internetu galite įsigyti:
  Manoknyga.lt <http://www.manoknyga.lt/>.
  Knygų klubas <http://www.knyguklubas.lt/lt.php>.
  Knygunamai.lt <http://www.knygunamai.lt/>.
- Bilietus į renginius galite įsigyti:
  Tiketa <https://www.tiketa.lt/Default.aspx?LngID=LT>.
  BILIETAI LT <http://www.bilietai.lt/axtweb/view/evt-list/>.
  BilietųPasaulis <http://www.bilietubankas.lt/>.
- Gėlių parduotuvės:
  Fleurop-Interflora <http://www.interflora.lt/>.
  Florisima <http://www.florisima.lt/inside.php?p=21>.

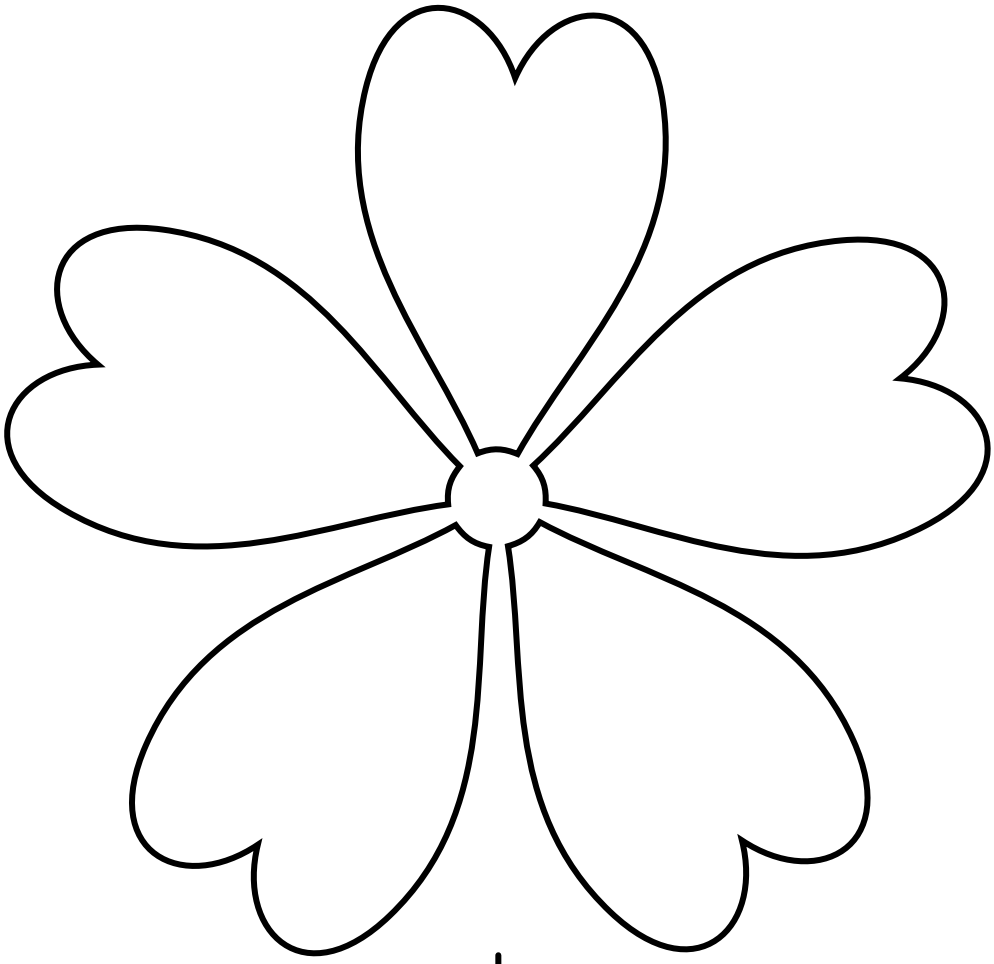
PASLAUGOS INTERNETU

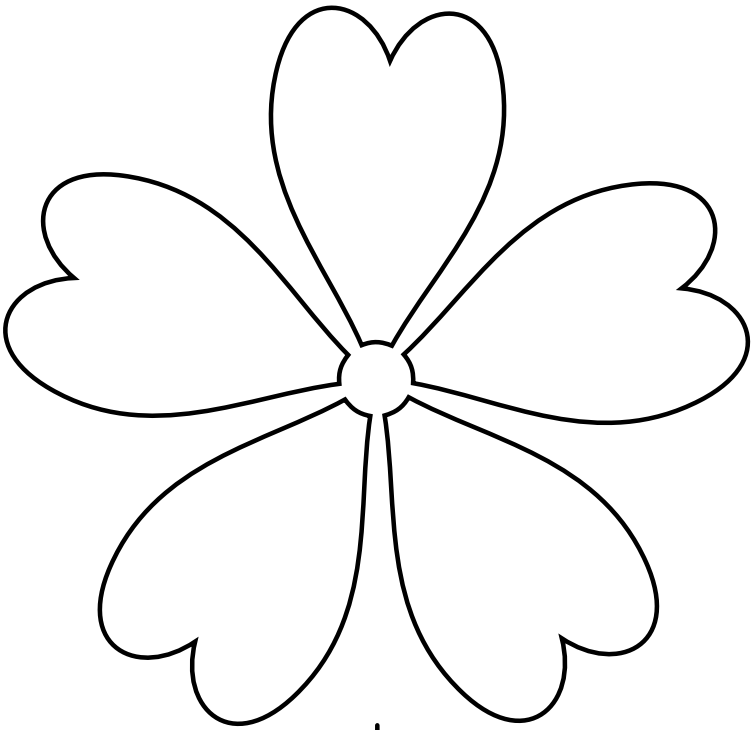
- „Ežio“ papildymas<https://austeja.omnitel.net/pirk/lt/ezys.htm>.
- „Labas“ internetinė bankininkystė <http://www.labas.lt/lt/about/reload/internet/>.
- „Omnitel Extra“ sąskaitos papildymas<https://austeja.omnitel.net/pirk/lt/extra.htm>.
- „Tele2“ išankstinio apmokėjimo sąskaitos papildymas<https://kt.tele2.lt/prepaid/>.
- Apdrausk.lt <http://www.apdrausk.lt/>.
- Bitė online <http://www.biteonline.lt/>.
- Fotopigiau.lt <http://www.fotopigiau.lt/>.
- gsms.lt <https://www.gsms.lt/>.
- Prenumerata.lt <http://www.prenumerata.lt/>.
- Transporto bilietas.lt <https://www.transportobilietas.lt/>.
- VivaMake.com <http://www.vivamake.com/lt/>.

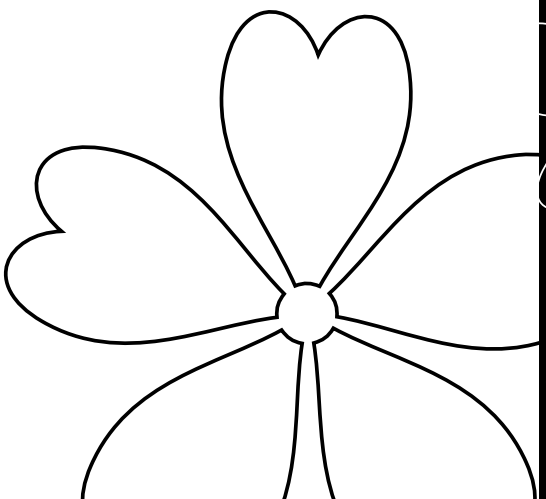
REKOMENDUOJAME !

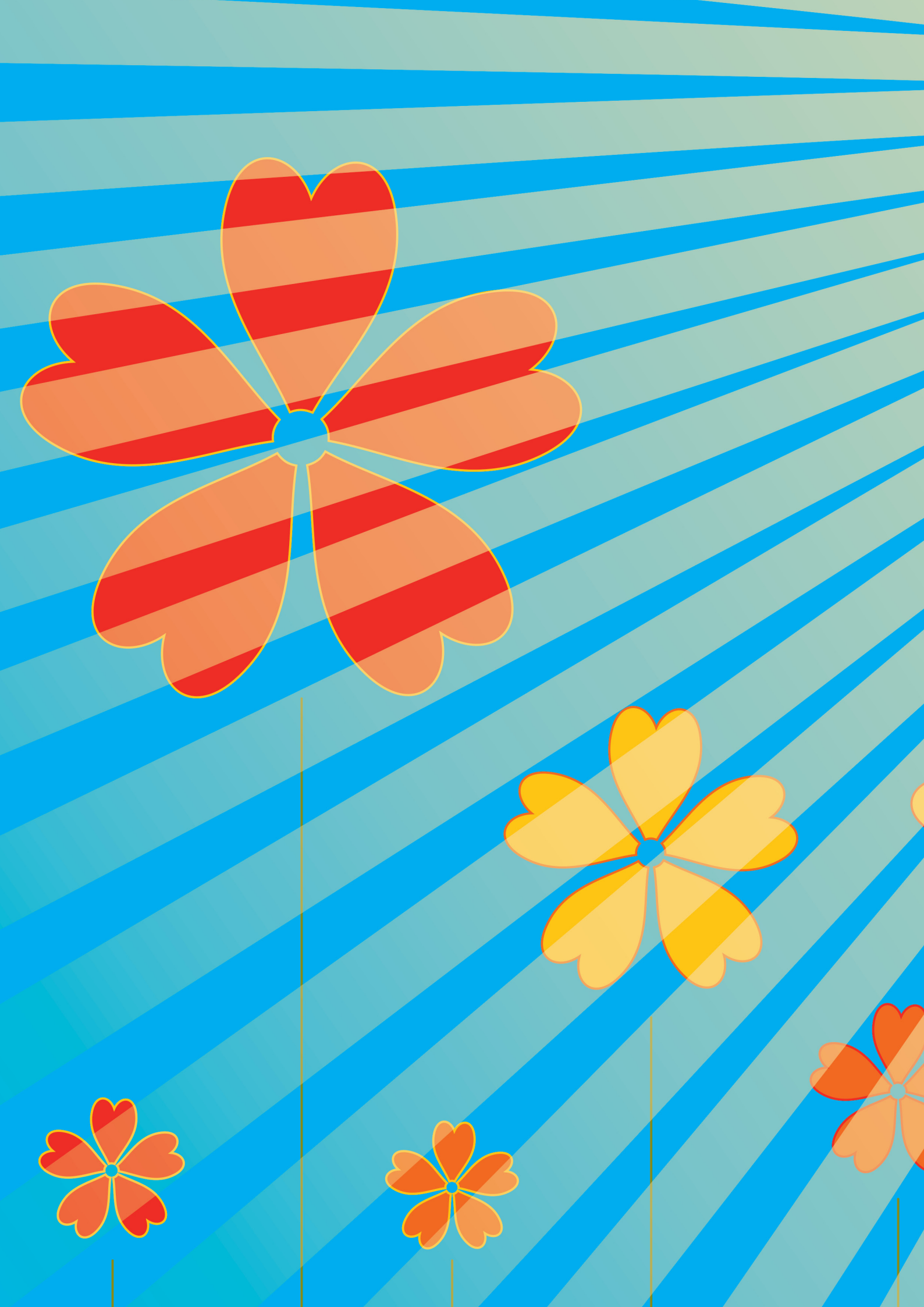
REKOMENDUOJAME PASKAITYTI:

- Apie elektroninę komerciją [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 12 d.]. Prieiga per internetą: <http://demo.zebra.lt/index2.html>.
- Apie pigu.lt [interaktyvus]. 2008 [žiūrėta 2008 m. liepos 12 d.]. Prieiga per internetą: <http://pigu.lt/t/apie_pigu>.
- Elektroninė bankininkystė [interaktyvus]. In Vikipedija: laisvoji enciklopedija [žiūrėta 2008 m. liepos 15 d.]. Prieiga per internetą: <http://lt.wikipedia.org/wiki/Elektronin%C4%97_bankininkyst%C4%97>.
- El. deklaravimas. [interaktyvus]. 2008 [žiūrėta 2008 m. liepos 20 d.] Prieiga per internetą: <http://www.vmi.lt/lt/?itemId=20153>.
- eShops.lt: Informacija [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 10 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.eshops.lt/information>.
- Saugaus naudojimo atmintinė: Swedbank [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 10 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.swedbank.lt/lt/pages/saugaus_naudojimo_atmintine>.
- Swedbank: demonstracinė aplinka [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 2 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.swedbank.lt/docs/hn2demo/tarpinis.htm>.
- Internetinė bankininkystė [interaktyvus]. In Vikipedija: laisvoji enciklopedija [žiūrėta 2008 m. liepos 15 d.]. Prieiga per internetą: <http://lt.wikipedia.org/wiki/Internetin%C4%97_bankininkyst%C4%97>.
- Lietuvos darbo birža: Informacija [interaktyvus]. 2008 [žiūrėta 2008 m. liepos 18 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.ldb.lt/Informacija/Puslapiai/default.aspx>.
- Lietuvos Valstybinės mokesčių inspekcijos informacija [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. rugpjūčio 8 d.] Prieiga per internetą: <http://www.vmi.lt/lt/>.
- Lietuvos Respublikos elektroninės prekybos įstatymas: Projektas [interaktyvus]. 2001 [žiūrėta 2008 m. liepos 12 d.]. Prieiga per internetą: <http://www3.lrs.lt/docs3/kad4/W3_VIEWER.ViewDoc-p_int_tekst_id=7680&p_int_tv_id=855&p_org=0.htm>.
- Keršanskienė, J.; Lapėnaitė, A. Mano bankas internete: internetinės bankininkystės vadovas. Vilnius: Efrata, 2005. 35 p. ISBN 9955-562-38-2.
- SEB Vilniaus bankas: internetinė bankininkystė [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 5 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.seb.lt/pdf/lt/VB_1000.html>.
- SEB: demonstracinė versija [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 5 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.seb.lt/Source_v2/1.html>.
- SEB: saugus bankas [interaktyvus]. [žiūrėti 2008 m. liepos 11 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.seb.lt/pow/wcp/seblt.asp?lang=lt&website=TAB1>.
- SEB: banko paslaugos internetu. [interaktyvus]. [žiūrėta 2008 m. liepos 6 d.] Prieiga per <internetą: http://www.seb.lt/pow/wcp>.









5. MOKYTIS NIEKADA NEVĖLU IR LABAI PATOGU INTERNETU

DR. LINA ŠARLAUSKIENĖ



TURINYS

5.1. KUR MOKYTIS IR KOKIĄ PROFESIJĄ PASIRINKTI? 84

5.2. KUR IEŠKOTI INFORMACIJOS MOKYMUISI IR STUDIJOMS? 85

5.3. KAIP SURASTI BIBLIOTEKŲ KNYGAS IR UŽSAKYTI INTERNETU? 86

5.4. KĄ GALITE RASTI DUOMENŲ BAZĖSE? 87

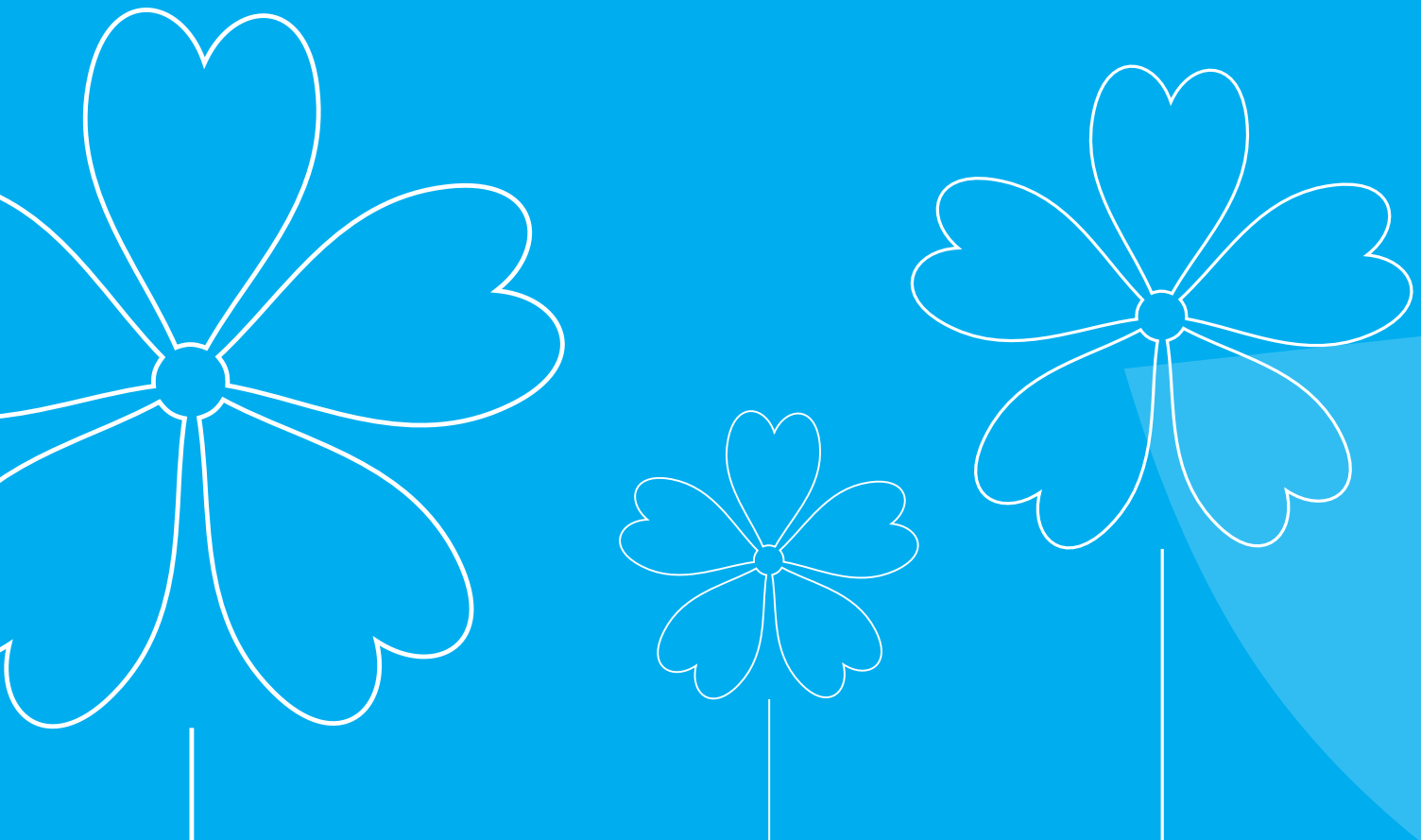
5.5. KĄ GALITE RASTI LIETUVOS DUOMENŲ BAZĖSE? 88

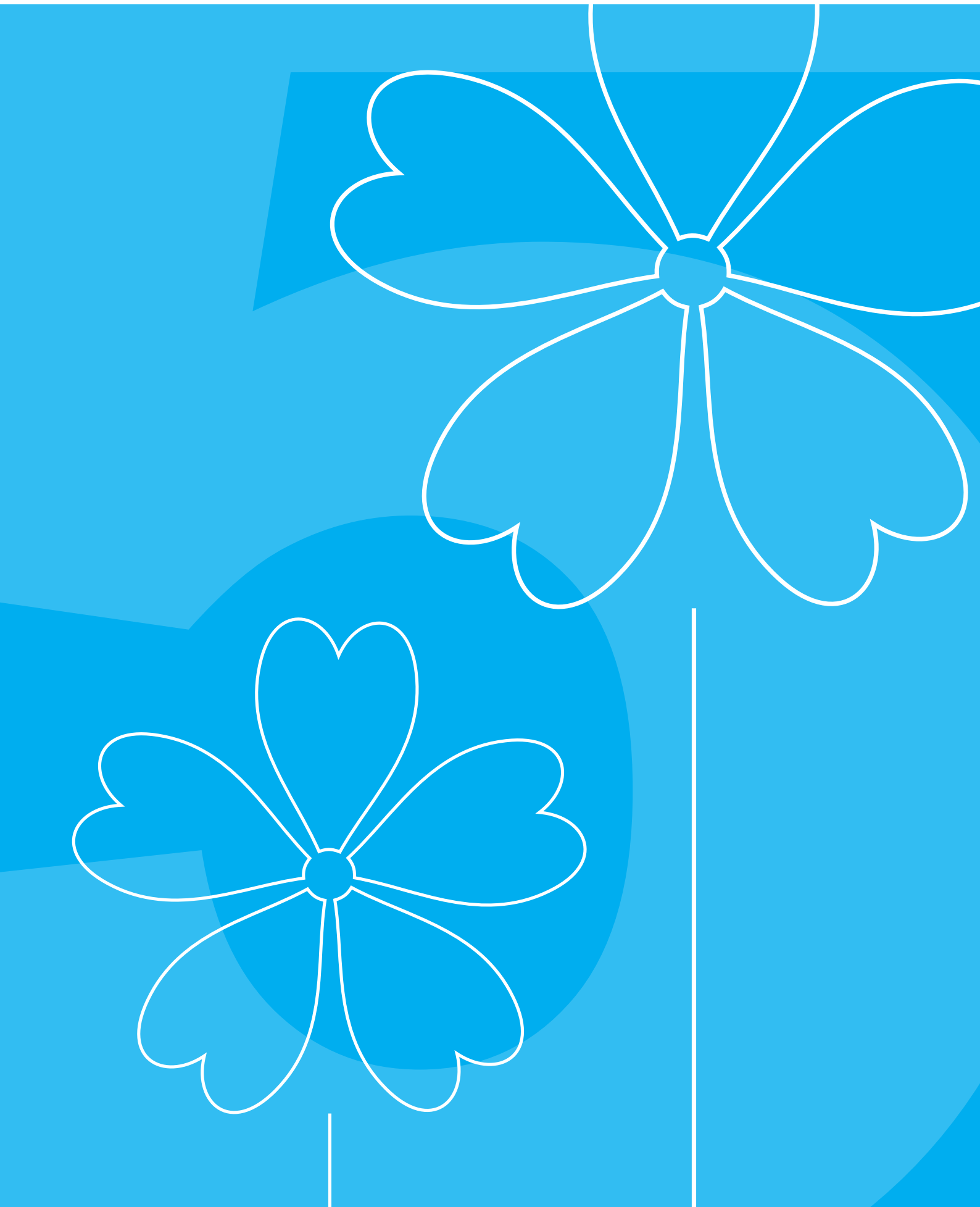
5.6. KURIOMIS UŽSIENIO DUOMENŲ BAZĖMIS GALITE NAUDOTIS BIBLIOTEKOSE? 88

5.8. KAIP MOKYTIS KALBŲ INTERNETU? 90

5.9. KAIP MOKYTIS AR STUDIJUOTI NUOTOLINIU BŪDU? 90

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 92





5. MOKYTIS NIEKADA NEVĖLU IR LABAI PATOGU INTERNETU

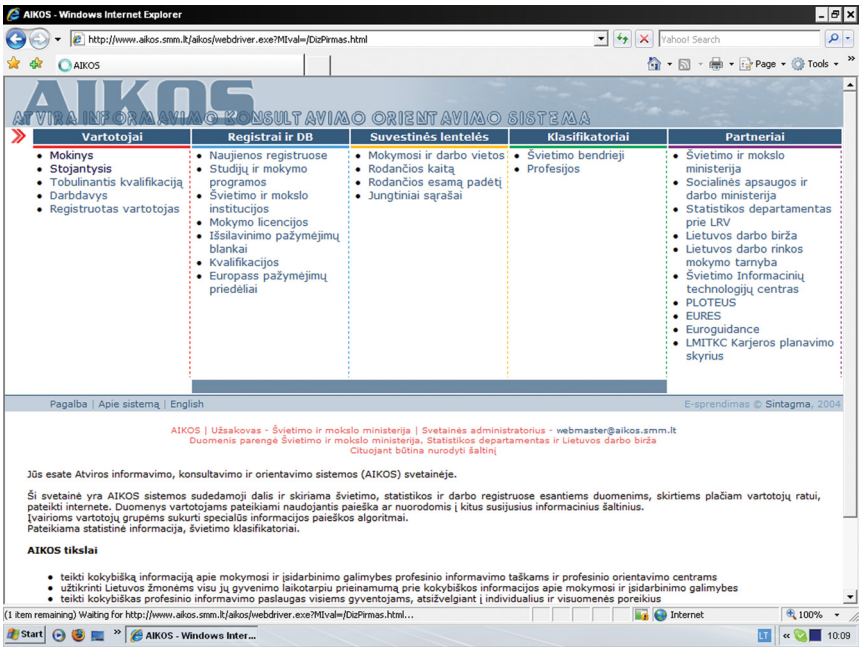
Šiuolaikinėje visuomenėje nuolat vyksta įvairios permainos darbo vietų, namų ūkio, laisvalaikio ir kt. aplinkose. Įvairioms veikloms naudojamos sparčiai ir nuolat atnaujinamos informacinės ir komunikacinės technologijos. Žinių ir įgūdžių, kurias įgyjame vaikystėje ir jaunystėje šeimoje, mokykloje, kolegijoje ar universitete jau neužtenka visam gyvenimui. Negalime tikėtis visą laiką naudotis mokyklose įgytomis žiniomis, dirbti viename darbe, turėti tik vieną specialybę. Mums reikia nuolat įgyti naujų gebėjimų ir žinių, kurios reikalingos profesinėje ir kasdieninėje veikloje, ir visai nesvarbu kokio amžiaus būtumėme.

Geriausias būdas prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos ir užsitikrinti visavertį, socialiai saugų gyvenimą yra nuolatinis mokymasis. Jis jau tapo neatsiejama kiekvieno mūsų gyvenimo dalimi. Mes galime mokytis, lavintis, studijuoti, tobulėti nebūtinai oficialiose mokymosi institucijose. Dažnai mokomės savarankiškai, mums padeda artimieji, draugai, kolegos, įvairių kursų organizatoriai ir pan.

Šiuo metu mokymosi galimybės prieinamos visiems, visais gyvenimo tarpsniais ir bet kurioje aplinkoje – mokykloje, darbe, namuose, laisvalaikio metu. Kompiuteriai ir internetas suteikia galimybę mokytis nuotoliniu būdu, patiems pasirenkant mokymosi turinį, laiką ir vietą. Šiame skyriuje pateikta informacija padės Jums pasinaudoti įvairiais naudingais ištekliais mokymuisi, greitai susirasti reikalingą informaciją internete.

5.1. KUR MOKYTIS IR KOKIĄ PROFESIJĄ PASIRINKTI?

Jeigu norite sužinoti apie pradines ir pagrindines, jaunimo ir kitas mokyklas, gimnazijas, specialiąsias mokyklas (kryptingo ugdymo, neįgaliųjų, sanatorines ir kt.), profesines mokyklas, kolegijas, universitetus, mokymosi ir studijų programas, įvairias profesijas, kokios specialybės paklausios Lietuvoje, Jus sudomins **AIKOS** portalas <http://www.aikos.smm.lt/> (5.1. pav.).



5.1. pav. AIKOS informacinė sistema

AIKOS tinklalapiuose galite naudotis įvairiais *Registrais*, kuriuose sužinosite apie studijų ir mokymo programas, švietimo ir mokslo institucijas, ir kt. *Suvestinėse lentelėse* rasite statistinę informaciją apie mokymosi ir darbo vietas. *Klasifikatoriuose* galite rasti informaciją apie įvairias profesijas, kvalifikacijos suteikimą ir kt. AIKOS portale yra informacijos, skirtos specialiai mokiniams, stojantiesiems į profesines ar aukštąsias mokyklas, siekiantiems tobulinti kvalifikaciją, darbdaviams. Bet kuriame svetainės tinklalapyje norimą informaciją galite susirasti, naudodamiesi *apytiksle paieška* arba *paieška registre*. Apytikslės paieškos laukelyje galite rašyti tik žodžio dalį, netikslius mokyklų ar studijų programų pavadinimus ir pan. Viską apie paiešką galite sužinoti tinklalapyje *Pagalba*.

Mokiniams ir jų tėvams, mokytojams gali praversti informacija apie pagrindinio ugdymo pasiekimų patikrinimą, brandos ir kitus egzaminus bei įskaitas. Tokia informacija pateikta svetainėje **Nacionalinis egzaminų centras** <http://www.egzaminai.lt/>.

Būsimieji studentai naudingą informaciją gali rasti įvairiuose leidiniuose ir interneto svetainėse. Rekomenduojame keletą portalų, specialiai skirtų mokslui ir studijoms:

- **Studijos.lt** <http://www.studijos.lt/> skirtas studijuojantiems ir būsimiems studentams, kurie gali rasti pateiktą informaciją apie aukštąsias mokyklas, egzaminų užduotis, pasinaudoti informacijos paieška „Kur stoti" ir balų skaičiuokle.
- **Mokslas.lt** <http://www.mokslas.lt/> skirtas moksleiviams, studentams, jų tėvams, mokslininkams, dėstytojams ir visai plačiajai visuomenei informuoti apie mokslą ir studijas Lietuvoje bei mokslo ir studijų sistemoje vykstančią pertvarką.

Jeigu planuojate studijuoti aukštojoje mokykloje, internete galite rasti informaciją apie studijų galimybes, o taip pat galite pateikti prašymą studijuoti. Nuo 2001 m. veikia bendrojo priėmimo į Lietuvos aukštąsias mokyklas sistema. Prašymą studijuoti galite pateikti į kelias aukštąsias mokyklas ir kelias specialybes, todėl turite daugiau galimybių įstoti. Bendrojo priėmimo sistema užtikrina objektyvumą priimant geriausiai studijoms pasirengusius abiturientus. **Lietuvos aukštųjų mokyklų asociacijos bendrajam priėmimui organizuoti** (LAMA BPO) svetainėje <http://www.lamabpo.lt/> galite susipažinti su bendrojo priėmimo taisyklėmis, studijų programomis, kita stojantiesiems aktualia informacija. Svetainėje yra prašymo dalyvauti bendrojo priėmimo konkurse blankai: pasirinkite nuorodą *Prašymų registracija internetu,* po to nuorodą – *Stojančiųjų priėmimo į Lietuvos aukštąsias mokyklas internetinė aptarnavimo sistema (ISAS)*. LAMA BPO svetainėje pateikta informacija aktualiausia priėmimo į auštasias mokyklas laikotarpiu, norėdami pasinaudoti šios sistemos paslaugomis turėsite prisiregistruoti.

5.2. KUR IEŠKOTI INFORMACIJOS MOKYMUISI IR STUDIJOMS?

Informacijos išteklius reikėtų rinktis, galvojant apie tai, kokiu tikslu reikalinga informacija. Jeigu ieškote autobusų tvarkaraščių, be abejo, užteks ir *Google*. Jei ieškote romano, pasižiūrite viešosios bibliotekos kataloge ir pasiskolinate iš bibliotekos knygą. Jei rašote referatą ar kitą studijų, mokslo rašto darbą, tuomet informacijos reikėtų ieškoti įvairiuose informacijos ištekliuose ir neapsiriboti vien laisvai prieinama informacija internete.

Dažnai moksleiviai ir studentai naudojasi interneto enciklopedija *Vikipedija.*

<http://lt.wikipedia.org/wiki/Pagrindinis_puslapis>. Šioje enciklopedijoje straipsnius gali publikuoti kiekvienas interneto vartotojas. Straipsniai nėra tradiciškai recenzuojami, todėl juose pateikta informacija nėra tokia patikima, kaip tradicinėse enciklopedijose. *Vikipedija* nėra itin tinkamas informacijos šaltinis studijų ir mokslo darbams. Naudojant *Vikipedijoje* surastą informaciją, jos teisingumą ir patikimumą reikėtų patikrinti kituose šaltiniuose.

Kitas populiarus moksleivių ir studentų naudojamas interneto informacijos šaltinis – referatų, kursinių ir kitų darbų svetainės. Tokių svetainių, kuriose moksleiviai ir studentai dalijasi savo parengtais darbais, yra gana daug: Šperos.lt <http://www.speros.lt>, Kursiniai.lt <http://www.kursiniai.lt>, Kursiniai.com <http://www.kursiniai.com>, Mokslai.com <http://www.mokslai.com>, Nesimokau.lt <http://www.nesimokau.lt>, MOKU.LT <http://www.moku.lt> ir kt. Tačiau nereikia pamiršti, kad kitų rašyti referatai nėra patikimas šaltinis, juose gali būti netikslumų, klaidų. Jeigu savo darbe naudojate informaciją iš kitų parengtų referatų, juos reikia cituoti savo rašomame darbe ir nurodyti literatūros sąraše kaip ir visus kitus naudojamus šaltinius (straipsnius, vadovėlius ir pan.). Veiksmas, kai kito autoriaus visas darbas arba jo dalis yra panaudojama savo darbe, nenurodant panaudoto šaltinio, yra vadinamas plagijavimu. Tai yra nesąžiningas kitų žmonių idėjų ir darbo rezultatų pateikimas kaip savo, pažeidžiamos autorių teisės. Plagijuodami moksleiviai ir studentai neįgyja reikalingų nagrinėjamos temos žinių bei gebėjimų. Todėl mokymosi įstaigose stengiamasi patikrinti, ar darbai yra parengti savarankiškai. Kai kuriose mokymosi įstaigose jau naudojamos elektroninės plagiato nustatymo programos.

Mokymuisi ir studijoms reikalingos informacijos galite ieškoti:

- **Bibliotekų elektroniniuose kataloguose**. Informacijos galite ieškoti bibliotekos, kurios skaitytoju esate, kataloge, taip pat naudotis visų Lietuvos ir užsienio bibliotekų suvestiniais el. katalogais, užsienio šalių atskirų bibliotekų el. katalogais. Jei Jūsų bibliotekoje leidinio nėra, savo bibliotekoje galite pasinaudoti tarpbibliotekinio abonemento paslaugomis (TBA).
- **Duomenų bazėse**: Lietuvos ir užsienio, laisvos prieigos internete ir prenumeruojamose, kuriomis galite naudotis bibliotekose.
- **Specializuotose paieškos įrankiuose**, kuriuose atsispindi informacija iš el. katalogų ir duomenų bazių: *Google knygų paieška* <http://books.google.com/>, *Google Scholar* <http://scholar.google.lt/> ir kt.

Šiuose specializuotose paieškos įrankiuose galite ieškoti informacijos ir lietuvių, ir užsienio kalbomis. Čia galite rasti laisvai prieinamą nemokamą informaciją (straipsnį, knygą ir pan.) arba nuorodas į kitas svetaines ar duomenų bazes, kuriose ji publikuota. Jeigu randate patinkančią knygą, galite spragtelėti nuorodą *Pasiskolinti šią knygą bibliotekoje* ir pažiūrėti, kurioje bibliotekoje galima knygą paskaityti. Taip pat galite pažiūrėti, kur galima internetu *Pirkti šią knygą*.

Ką galite rasti ir kaip naudotis elektroniniais bibliotekų katalogais, įvairiomis duomenų bazėmis sužinosite skaitydami kitus šio skyriaus poskyrius.

5.3. KAIP SURASTI BIBLIOTEKŲ KNYGAS IR UŽSAKYTI INTERNETU?

Informaciją apie bibliotekoje esančias knygas, laikraščius, žurnalus ir kitus dokumentus galite rasti internete. Jums reikia prisijungti prie savo bibliotekos elektroninio katalogo. Bibliotekų el. katalogais galite naudotis 24 val. per parą, 7 dienas per savaitę.

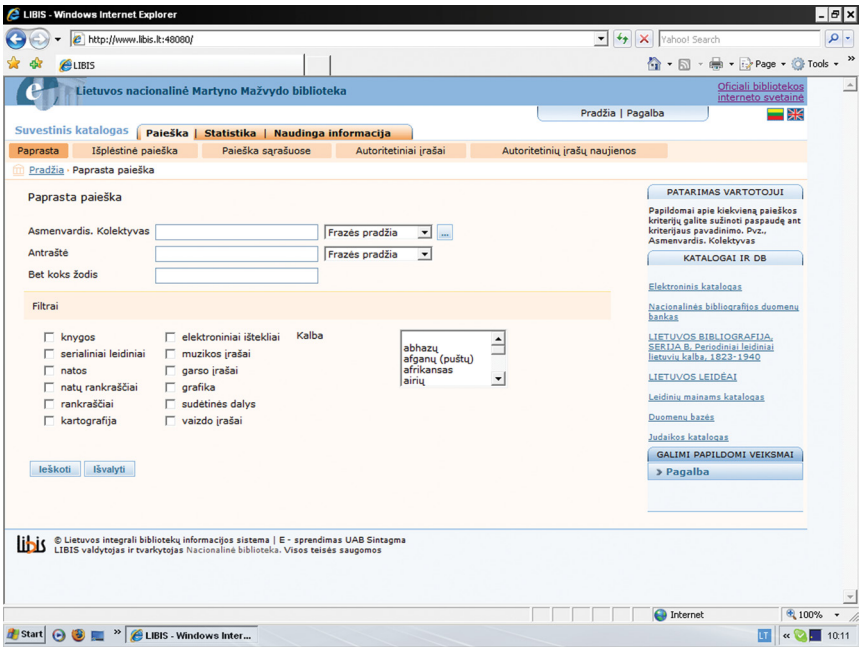
Jei nežinote savo viešosios bibliotekos interneto svetainės adreso, jo ieškokite portale Lietuvos viešosios bibliotekos <http://www.bibliotekos.lt/>. Suradę savo viešosios bibliotekos interneto svetainę joje nesunkiai rasite ir jos katalogą.

Informacijos paieška galite atlikti konkrečios bibliotekos el. kataloge arba suvestiniuose bibliotekų el. kataloguose. Atlikę paiešką suvestiniame kataloge sužinosite, kokie dokumentai yra įvairiose bibliotekose.

Informaciją apie nacionalinės Martyno Mažvydo, viešųjų, Lietuvos valstybinės reikšmės bibliotekose ir muziejuose saugomus leidinius rasite **Lietuvos integralios bibliotekų informacijos sistemos (LIBIS) suvestiniame kataloge** <http://www.libis.lt>*. Šis katalogas – puiki vieta ieškoti reikiamo leidinio. Kataloge galite ieškoti leidinių iš karto visų minėtų bibliotekų fonduose arba tik savo bibliotekoje. Trumpai aprašysime paiešką LIBIS suvestiniame kataloge.

Prisijungę prie LIBIS suvestinio el. katalogo <http://www.libis.lt>* (5.2. pav.) matysite paprastos paieškos langą. Jame galite atlikti greitą paiešką pagal leidinio pavadinimą (langelis *Antraštė*), autoriaus pavardę (langelis *Asmenvardis. Kolektyvas*) ar bet kurį žodį, kuris yra ieškomo leidinio bibliografiniame apraše (langelis *Bet koks žodis*). Paspaudus mygtuką *Ieškoti* naujai atsivėrusiame tinklalapyje matysite surastų dokumentų sąrašą. Jį galite rūšiuoti, tikslinti paiešką jau rastuose atsakymuose.

5.2. pav. LIBIS suvestinis katalogas



* Jei prisijungus šiuo adresu matote senąją LIBIS suvestinio katalogo versiją, prašome jungtis adresu http://www.libis.lt:48080/

Jei norite ieškoti knygų ar kitų leidinių tik savo bibliotekos kataloge, spragtelėkite mygtuką *Išplėstinė paieška*. Šiame paieškos lange galėsite ne tik patikslinti savo užklausą, bet ir pasirinkti, kad paieška būtų atliekama tik Jūsų bibliotekos kataloge. Sąraše, kuris yra šalia užrašo *Bibliotekos*, pele pažymėkite reikiamą.

Rastų leidinių sąraše spragtelėję reikiamo dokumento nuorodą, galėsite peržiūrėti visą to leidinio bibliografinį įrašą ir kuriose bibliotekose yra saugomas leidinys. Bibliotekos, kuriose yra leidinys, bus išvardytos visos neatsižvelgiant į tai, ar Jūs buvote pažymėję savąją.

Jei esate kurios nors bibliotekos skaitytojas, galėsite rastą dokumentą užsisakyti. Spragtelėkite pasirinktos bibliotekos nuorodą ir atsivėrusiame tinklalapyje pažymėkite, iš kurio bibliotekos fondo norite užsakyti knygą. Automatiškai Jums bus pasiūlyta artimiausia knygos užsakymo data, tačiau jei reikia, datą galite pakeisti iš išsiskleidžiančio meniu pasirenkant norimą. Tada įrašykite langeliuose skaitytojo pažymėjimo numerį ir slaptažodį (slaptažodis – Jūsų pavardė). Spragtelėkite mygtuką *Užsakyti*.

Užsakytas knygas internetu galėsite pasiskolinti užsakyme nurodytą dieną. Jei reikiamą knygą skaito kitas skaitytojas, galite ją rezervuoti. Kai knyga bus grąžinta, gausite žinutę el. paštu, kad galite ateiti į biblioteką jos pasiskolinti.

Norėdami sužinoti visas LIBIS suvestinio katalogo paieškos galimybes ir gudrybes, paskaitykite el. katalogo pagalbą, pasikonsultuokite su savo bibliotekos darbuotojomis.

Informaciją apie knygas, esančias aukštųjų mokyklų, kolegijų, mokslinių institutų bibliotekose ir Lietuvos mokslų akademijos bibliotekoje rasite ***Lietuvos akademinių bibliotekų (LABT) kataloge*** <http://aleph.library.lt/labt>.

Prisiminkite, kad bibliotekų el. kataloguose galite rasti tik tuos dokumentus, kurie yra bibliotekų fonduose (knygos, laikraščiai, žurnalai, rankraščiai, žemėlapiai, atvirukai, kompaktiniai diskai ir kt.).

5.4. KĄ GALITE RASTI DUOMENŲ BAZĖSE?

Šiuo metu nebereikia vartyti žurnalų ar raustis popierinių katalogų kortelėse, norint susirasti informaciją. Jūs galite reikalingą informaciją surasti duomenų bazėse. Informacijos paieška jose yra paprasta ir panaši kaip elektroniniuose kataloguose. Duomenų bazės yra labai įvairios. Pasirinkę tinkamas duomenų bazes, rasite būtent tą informaciją, kuri Jums reikalinga. Pavyzdžiui, galite pasirinkti straipsnių ar žurnalų, elektroninių knygų, statistinės informacijos ir kitas duomenų bazes. Galite pasirinkti duomenų bazes, kuriose rasite konkrečios tematikos informacijos šaltinius.

Pagal kaupiamos informacijos pobūdį duomenų bazės gali būti:

- **bibliografinės** – jose rasite informaciją apie dokumentus ir leidinius (dokumentų aprašus, kartais – santraukas). Tokiose duomenų bazėse atlikus paiešką sužinosite, kurie straipsniai, leidiniai ir kiti dokumentai yra publikuoti Jus dominančia tema. Tačiau pačių dokumentų tekstų šiose duomenų bazėse nerasite. Turėdami dokumentų aprašus, dokumentų galite ieškoti bibliotekoje, kitose duomenų bazėse ir pan. Bibliotekų katalogai yra bibliografinės duomenų bazės.
- **Visatekstės** – jose rasite visatekščius dokumentus (elektronines knygas, disertacijas, straipsnius ir kt.). Suradę reikalingus visatekščius dokumentus, galite juos ne tik atsiversti ir skaityti, bet ir išsisaugoti, atsispausdinti, siųsti el. paštu.

Gali būti ir taip, kad toje pačioje duomenų bazėje rasite visų dokumentų aprašus ir kai kuriuos visatekščius dokumentus.

Galite rasti duomenų bazių prieinamų internete visiems nemokamai (laisvos prieigos) arba tokių, kurias

reikia prenumeruoti, norint atlikti paiešką. Kai kurias duomenų bazes galite prenumeruoti asmeniškai, bet dažniausiai jas prenumeruoja bibliotekos. Jūs galite bibliotekose, kuriose esate prisiregistravęs skaitytoju, naudotis visomis jos prenumeruojamomis duomenų bazėmis. Dauguma Lietuvos bibliotekų kuriamų duomenų bazių yra laisvos prieigos.

Informaciją apie duomenų bazes ir jų prieigos galimybes Jūs visada galite sužinoti bibliotekose. Galite naudotis bibliotekininkų konsultacijomis. Dažnai bibliotekose organizuojami mokymai, o svetainėse publikuojama mokymų medžiaga kaip naudotis duomenų bazėmis.

5.5. KĄ GALITE RASTI LIETUVOS DUOMENŲ BAZĖSE?

Mokymuisi ir studijoms labai naudingos bibliotekų ir akademinių institucijų sukurtos ir nuolat pildomos duomenų bazės. Jose galite rasti informaciją, kokie straipsniai publikuoti lietuviškuose leidiniuose Jums rūpima tema, apie žymius krašto ar visos Lietuvos žmones ir jų veiklą, visatekščius mokslinius straipsnius ir kt.

Nacionalinė M. Mažvydo biblioteka nuo 2003 m. siūlo naudotis **Nacionalinės bibliografijos duomenų banku** <http://www.libis.lt:8082>. Pasirinkite skirtuką *Straipsnių paieška*, paieškos langeliuose įrašykite paieškos žodžius ir spragtelėkite *Ieškoti*. Gautame sąraše matysite informaciją apie straipsnius dominančia tema, apie pasirinkto autoriaus straipsnius ir pan. Duomenų bazėje pateikiama straipsnio bibliografinė informacija, todėl Jums reikės ateiti į biblioteką, užsisakyti nurodytą leidinį. Šiuo metu kai kurie įrašai jau turi nuorodas ir į visą straipsnio tekstą.

Daug vertingos informacijos galite rasti viešųjų bibliotekų kuriamose ir nuolat atnaujinamose kraštotyros duomenų bazėse. Pavyzdžiui, Kauno apskrities viešoji biblioteka siūlo naudotis duomenų bazėmis: ***Žymūs Kauno žmonės: atminimo įamžinimas*** <http://atminimas.kvb.lt/>, ***Kaunas: datos ir faktai*** <http://datos.kvb.lt/>. Alytaus rajono savivaldybės viešoji biblioteka rengia duomenų bazę ***Alytaus krašto etnokultūra*** <http://www.alytus.rvb.lt/etnokultura/index.html>.

Studijų ir mokslinius dokumentus galite rasti akademinių bibliotekų kuriamose bibliografinėse ir visatekstėse duomenų bazėse. Visas jas rasite portale **Lietuvos virtuali biblioteka (LVB)** <http://www.lvb.lt/>. Portalo kairėje pusėje esančiame meniu spragtelėję nuorodą *DB (Liet.)*, galėsite atlikti paiešką lietuviškose duomenų bazėse: ***Lituanistika***, ***LitETD*** (el. magistrantų baigiamieji darbai, daktaro disertacijos), ***eLABa*** (el. monografijos, moksliniai straipsniai ir kt.), ***LiDA*** (socialinių ir humanitarinių mokslų tyrimų duomenys) (5.3. pav.). Pasirinkę **LABT katalogą,** galėsite ieškoti dominančios informacijos iš karto visose minėtose duomenų bazėse ir Lietuvos mokslininkų publikacijų duomenų bazėje (***PDB***), akademinių bibliotekų el. kataloguose.

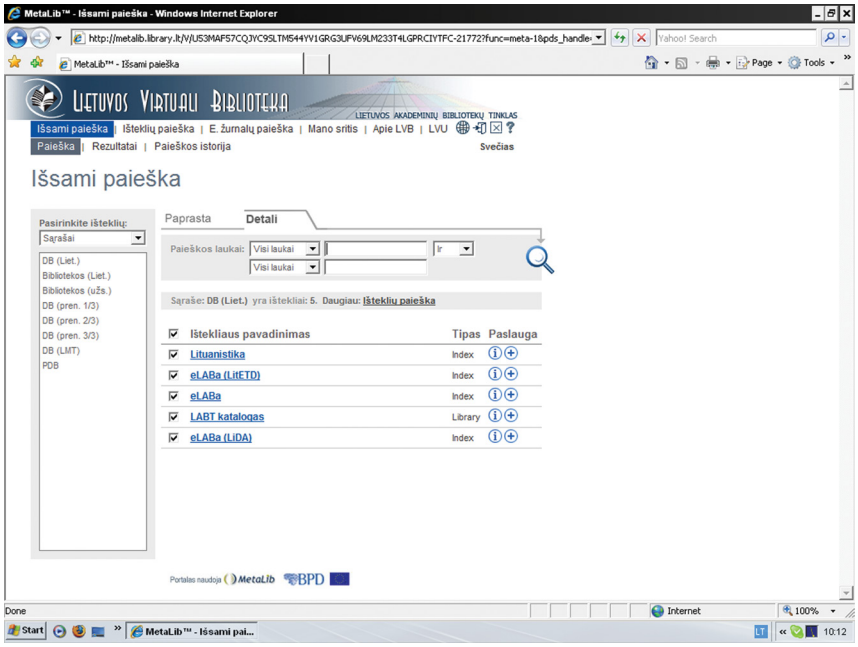
LVB portale spragtelėję nuorodas *DB (pren. 1-3), DB (pren. 2-3)* ar *DB (pren. 3-3),* galite atlikti paiešką Lietuvos bibliotekose prenumeruojamose užsienio duomenų bazėse.

Galima naudotis ir kitomis Lietuvoje kuriamomis duomenų bazėmis, apie kurias galite sužinoti bibliotekų interneto svetainėse.

5.6. KURIOMIS UŽSIENIO DUOMENŲ BAZĖMIS GALITE NAUDOTIS BIBLIOTEKOSE?

Sėkmingai studijų, mokslinei ar kitai darbinei veiklai reikalinga naujausia informacija iš viso pasaulio. Kokybiška ir patikima informacija dažniausiai publikuojama recenzuojamuose žurnaluose ir kituose leidiniuose. Šiuo metu dauguma leidinių kaupiami ir platinami per įvairias duomenų bazes. Duomenų bazėmis naudotis labai patogu, nes galite surasti reikalingą informaciją viename informacijos ištekliuje.

Informaciją apie Lietuvos bibliotekose prenumeruojamas ar testuojamas duomenų bazes, nuorodas į



5.3. pav. *Lietuvos virtualios bibliotekos* portalas

laisvos prieigos duomenų bazes galite rasti Lietuvos mokslinių bibliotekų asociacijos (LMBA) svetainėje <http://www.lmba.lt>. Informacija apie viešosiose bibliotekose prenumeruojamas duomenų bazes taip pat pateikiama portalo *Lietuvos viešosios bibliotekos* <http://www.bibliotekos.lt> tinklalapyje *Duomenų bazės*. Populiariausios užsienio duomenų bazės viešosiose bibliotekose yra *EBSCO Publishing, Oxford Reference Online, Oxford Art Online ir Oxford Music Online*.

Prisijungę prie *EBSCO Publishing duomenų bazės* <http://search.ebscohost.com/> (toliau – *EBSCO*) Jūs rasite ne vieną, o net vienuolika įvairios tematikos visatekščių, referatinių, bibliografinių duomenų bazių. Norėdami pasirinkti reikiamą, susipažinkite su jos turiniu. Prisijungę prie *EBSCO* ir spragtelėję nuorodą *Title List*, esančią šalia kiekvienos duomenų bazės, matysite visą pasirinktos duomenų bazės šaltinių sąrašą, o spragtelėję nuorodą *More Information* galėsite daugiau paskaityti apie duomenų bazės turinį.

Daugiau kaip 100 įvairios tematikos enciklopedijų, žodynų ir žinynų rasite *Oxford Reference Online* duomenų bazėje <http://www.oxfordreference.com/views/GLOBAL.html>. Joje pateikiami enciklopediniai įrašai, citatos, biografijos, faktografinė informacija apie šalis, reikšmingi istoriniai įvykiai ir kt. Duomenų bazėje rasite įvairių kalbų kalbotyros žodynų, humanitarinių ir socialinių mokslų enciklopedinę informaciją, galėsite praplėsti žinias architektūros, meno, muzikos, filosofijos, religijos, istorijos it kt. klausimais.

Oxford Art Online – tai elektroninis vaizduojamojo, taikomojo meno bei architektūros žodynas <http://www.oxfordartonline.com/>. Jame rasite informacijos apie pasaulio kultūras, dailės technikas ir stilius, kolekcijas, muziejus, meno apdovanojimus ir kt., galėsite skaityti visatekščius straipsnius įvairiais meno klausimais nuo priešistorės iki šiuolaikinio modernaus meno, menininkų bei meno kritikų biografijas, rasite daug nuorodų į pasaulio meno muziejų, galerijų, vaizdų archyvų svetainėse esančią informaciją.

Informacijos apie muziką galite ieškoti *Oxford Music Online* duomenų bazėje <http://www.oxfordmusiconline.com/>. Duomenų bazėje galite rasti visatekščius straipsnius muzikos tematika, kompozitorių bei atlikėjų biografijas, klausytis garso įrašų fragmentų, rasti nuorodų į vaizdo bei garso archyvus.

Minėtomis duomenų bazėmis galite naudotis ne tik viešosiose bibliotekose, bet ir namuose. Paprašykite individualaus slaptažodžio artimiausioje viešojoje bibliotekoje.

5.8. KAIP MOKYTIS KALBŲ INTERNETU?

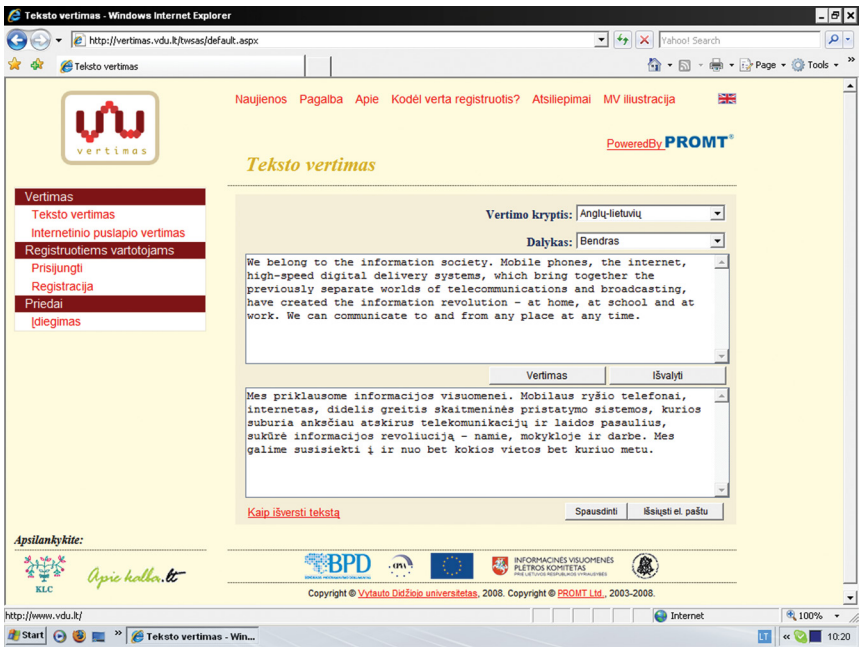
Užsienio kalbų žinios reikalingos mokantis ar studijuojant, skaitant ir analizuojant užsienio šaltinius, keliaujant po užsienio šalis, bendraujant su draugais ar kolegomis iš kitų šalių ir pan. Internete galite rasti informaciją apie kalbų kursus, naudoti elektroninius įvairių kalbų žodynus ir savarankiškai atlikti interaktyvų teksto ar tinklalapio vertimą.

Informacijos apie kalbų kursus galite ieškoti interneto paieškos sistemose arba el. kataloguose: **Infoplius** <http://www.infoplius.lt>, **Lietuvos įmonių kataloge** <http://www.imones.lt>, **1588** <http://www.1588.lt>.

Norėdami susirasti kalbų žodynus internete, tiesiog įrašykite *Google* paieškoje dominančias kalbas ir žodį *žodynas.* Pavyzdžiui, įrašę *lietuvių anglų žodynas,* rasite lietuvių–anglų ir anglų–lietuvių kalbų žodyną <http://www.anglu-lietuviu.com>. Internete galima rasti ne tik populiariųjų kalbų (lietuvių–vokiečių, lietuvių–rusų ir kt.) žodynus, bet ir nedidelių tautų kalbų žodynų. Pavyzdžiui, gali būti naudingas latvių–lietuvių ir lietuvių–latvių kalbų žodynas <http://www.letonika.lv/lvlt/>.

Jeigu Jums reikia išversti tekstą iš vienos kalbos į kitą, galite naudotis interaktyviomis vertimo programomis. Toks vertimas kartais dar vadinamas mašininiu ar automatiniu, nes tekstą verčia kompiuterinė programa. Automatinis vertimas negali prilygti kokybiškai atliktam žmogaus vertimui.

Automatinio vertimo programų, kuriose galima versti iš lietuvių ar į lietuvių kalbą, šiuo metu nėra daug. Tekstą ar interneto tinklalapį iš anglų kalbos į lietuvių kalbą galite išversti svetainėje <http://vertimas.vdu.lt>. Tinklalapyje *Teksto vertimas* laukelyje Jums reikia įrašyti ar nukopijuoti tekstą ir spragtelėję *Vertimas*, gausite išverstą tekstą į lietuvių kalbą (5.4. pav.). Spragtelėję nuorodą *Internetinio puslapio vertimas*, įrašykite svetainės ar tinklalapio interneto adresą ir gausite išverstą svetainės ar tinklalapio tekstą. Galite naudotis pagalba: „Kaip išversti tekstą“ ir „Kaip išversti internetinį puslapį“. Ši vertimo sistema gali veikti ir be interneto ryšio. Tereikia iš svetainės parsisiųsti programos priedus į savo kompiuterį.



5.4. pav. Interaktyvus teksto vertimas

Google. Vertėjas <http://translate.google.com/> taip pat leidžia išversti tekstus iš lietuvių kalbos į kitas kalbas arba tekstą lietuvių kalba versti į kitas kalbas. Galite išversti ne tik surinktą arba nukopijuotą tekstą, bet ir tinklalapį, taip pat naudotis įvairių kalbų žodynais.

5.9. KAIP MOKYTIS AR STUDIJUOTI NUOTOLINIU BŪDU?

Šiuolaikiniame, sparčiai besivystančiame pasaulyje, svarbu, kad mokymasis būtų prieinamas bet kuriuo gyvenimo tarpsniu. Nuotolinės studijos leidžia sėkmingai suderinti savo kasdieninį darbą ir norą tobulėti. Studijuojant nuotoliniu būdu galima studijuoti patogiu laiku, pasirinktu tempu, priimtinoje vietoje. Tereikia

turėti kompiuterį, prieigą prie interneto ir noro mokytis. Studijuojant nuotoliniu būdu galite įgyti įvairių kvalifikacinių laipsnių išsilavinimą arba tobulinti savo žinias ir gebėjimus, neįgydami jokio formalaus išsilavinimo pažymėjimo.

Nuotolinis mokymasis gali būti organizuojamas virtualioje mokymosi aplinkoje (*WebCT*, *Moodle* ir kt.) arba mokymosi medžiaga gali būti publikuojama tiesiog interneto svetainėje. Nuotoliniame mokymosi kurse pateikiama mokymosi medžiaga (tekstai, paveikslėliai, multimedija ir kt.), naudojamos kitos priemonės užtikrinančios mokymosi pagalbą ir įgytų žinių savikontrolę ar kontrolę: bendravimui tarp besimokančiųjų ir studijų kuratorių naudojamas el. paštas, forumai, diskusijos, įgytų žinių vertinimui – testai, anketos.

Nuotolinio mokymosi paslaugas gali teikti įvairios institucijos: privačios įmonės, švietimo, mokslo, kultūros organizacijos ir kt. Todėl nuotolinio mokymosi studijas ar kursus galima rinktis pagal jų trukmę, kokybę, kainą ir pan. Švietimo, mokslo, kultūros ir kitos institucijos turi parengę nemažai nuotolinio mokymosi kursų, kurie besimokančiajam teikiami nemokamai. Informaciją apie nuotolinio mokymosi galimybes ir kursus galite rasti specialiai tam skirtuose portaluose.

Lietuvos virtualaus universiteto <http://www.lvu.lt> portale sužinosite apie nuotolinio mokymosi galimybes. Tinklalapyje *Mokymasis* rasite nuotolinių kursų katalogą, iš kurio galite išsirinkti reikalingus kursus, sužinoti informaciją apie jų teikimą ir, jei yra galimybė, užsiregistruoti mokymuisi (5.5. pav.). Spragtelėję nuorodą *Biblioteka*, pateksite į Lietuvos virtualios bibliotekos portalą ir galėsite naudotis įvairiomis duomenų bazėmis.



5.5. pav. Nuotolinių kursų katalogas LVU portale

Lietuvos nuotolinio mokymosi tinklo (LieDM) svetainėje <http://www.liedm.lt> galite sužinoti apie aukštosiose mokyklose nuotoliniu būdu teikiamas studijas ir programas, jų kūrimą bei teikimą, virtualias mokymosi aplinkas, vaizdo konferencijas, garsines ir vaizdines mokymo priemones ir kt.

Tinklas.lt <http://www.tinklas.lt> – nuotolinio mokymosi portalas, skirtas moksleiviams ir pedagogams.

Internete galite surasti nemokamų nuotolinio mokymosi kursų. Tokie kursai dažnai neturi specialios mokymosi aplinkos, kartais nėra kursų kuratoriaus ir mokymasis vyksta savarankiškai. Pavyzdžiui, Informacinės visuomenės plėtros komiteto paruošti ir viešai publikuoti nuotolinio mokymosi kursai **Kompiuterių pradžiamokslis** <http://www.ivpk.lt/msis/>. Svetainėje pateikta kursų medžiaga su iliustracijomis pagal temas, testas ir klaviatūros treniruoklis. Šia kursų medžiaga gali naudotis ir mokytis visi norintys, nėra jokių apribojimų ar registracijos. Asociacija „Langas į ateitį“ teikia *Moodle* mokymosi aplinkoje parengtus nemokamus informacinio raštingumo kursus. Labai įdomus portalas **Klaidutis.lt** <http://www.klaidutis.lt>, skirtas pasitikrinti savo lietuvių kalbos rašybos ir kalbos kultūros žinias. Mokomoji medžiaga įdomiai derinama su žaidimo elementais.

Internete galite rasti mokomąją medžiagą savarankiškam mokymuisi (pavyzdžiui, **Studijuok.lt** <http://www.studijuok.lt/course/>). Mokomąją medžiagą gali platinti visi norintys interneto vartotojai ir nemokamai ja naudotis. Todėl reikėtų atkreipti dėmesį į jos kokybę ir kritiškai įvertinti pateiktą informaciją.

Taip pat norėtume Jus pakviesti mokytis „Bibliotekos pažangai“ projekto metu parengtuose nuotolinio mokymo kursuose <http://kursai.bibliotekospazangai.lt/>. Daugiau apie šį projektą galite paskaityti interneto svetainėje <http://www.bibliotekospazangai.lt/>.

REKOMENDUOJAME

!

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

INFORMACIJA APIE MOKYMOSI IR STUDIJŲ GALIMYBES

- AIKOS – atvira informavimo, konsultavimo ir orientavimo sistema <http://www.aikos.smm.lt**>.**
- Lietuvos aukštųjų mokyklų asociacija bendrajam priėmimui organizuoti (LAMAbpo) – <http://www.lamabpo.lt/>.
- Mokslas.lt <http://www.mokslas.lt>.
- Studijos.lt <http://www.studijos.lt>.

INFORMACIJOS IŠTEKLIAI STUDIJOMS IR MOKSLUI

- Bibliotekos.lt – viešųjų bibliotekų portalas <http://www.bibliotekos.lt/>.
- *Google Scholar* – mokslinės informacijos paieškos sistema <http://scholar.google.lt/>.
- *Google* knygų paieška <http://books.google.com/>.
- LABT katalogas <http://aleph.library.lt/labt>.
- LIBIS suvestinis katalogas <http://www.libis.lt>*.
- Lietuvos mokslinių bibliotekų asociacija <http://www.lmba.lt>.
- Lietuvos virtuali biblioteka <http://ww.lvb.lt>.
- Nacionalinės bibliografijos duomenų bankas <http://www.libis.lt:8082>.

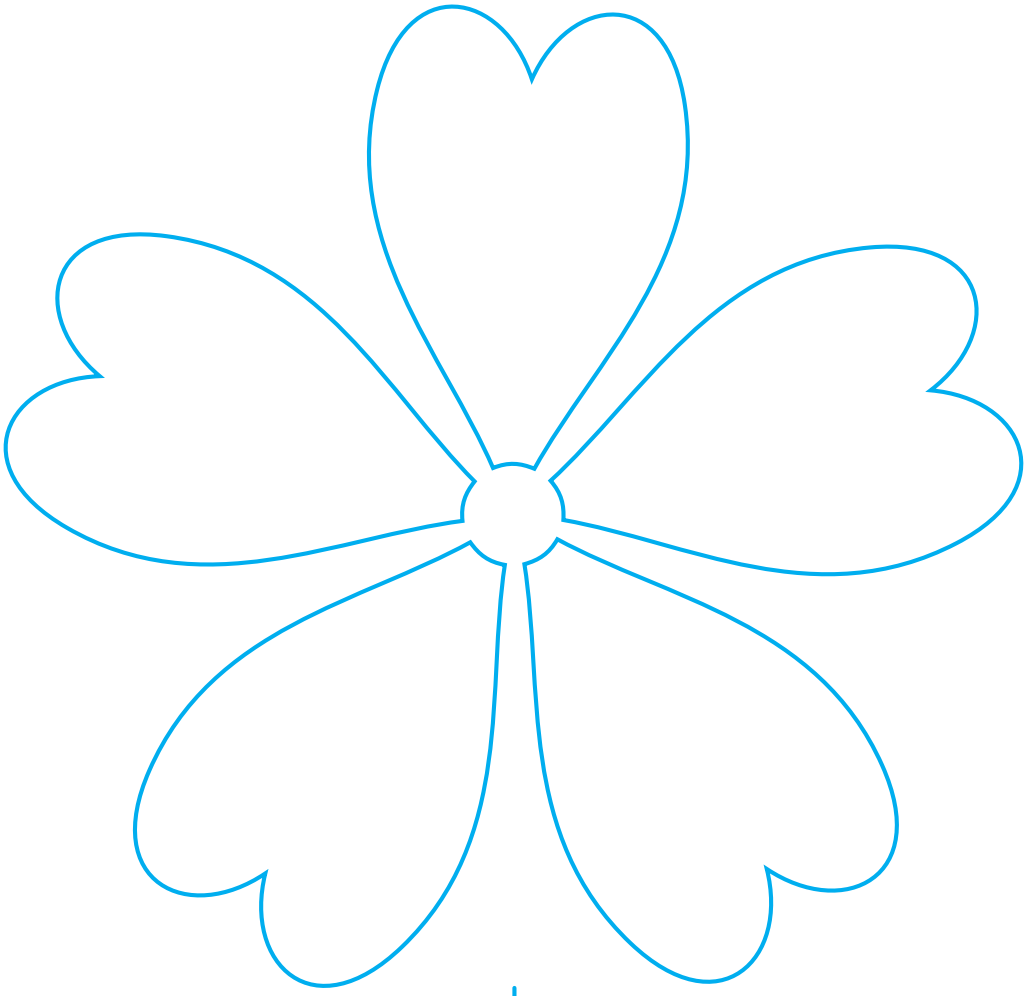
KALBŲ MOKYMUISI SKIRTA INFORMACIJA

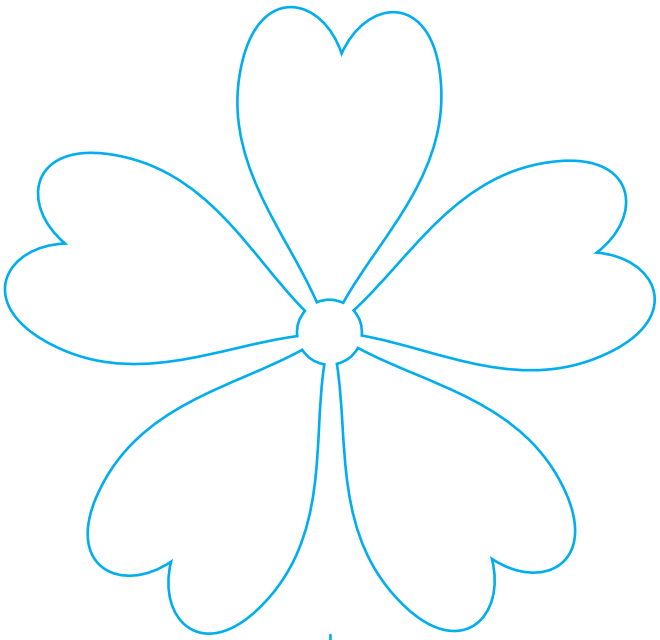
- Anglų–lietuvių ir lietuvių–anglų kalbų žodynas <http://www.anglu-lietuviu.com>.
- Automatinio vertimo sistema iš anglų kalbos į lietuvių kalbą <http://vertimas.vdu.lt>.
- Google. Vertėjas – automatinis įvairių kalbų vertimas <http://translate.google.com/>.
- Letonika.lv – Latvių–lietuvių ir lietuvių–latvių kalbų žodynas <http://www.letonika.lv/lvlt/>.
- Rusų-lietuvių ir lietuvių–rusų kalbų žodynas <http://www.rusu-lietuviu.com>.
- Vokiečių–lietuvių ir lietuvių–vokiečių kalbų žodynas <http://www.vokieciu-lietuviu.com/>.

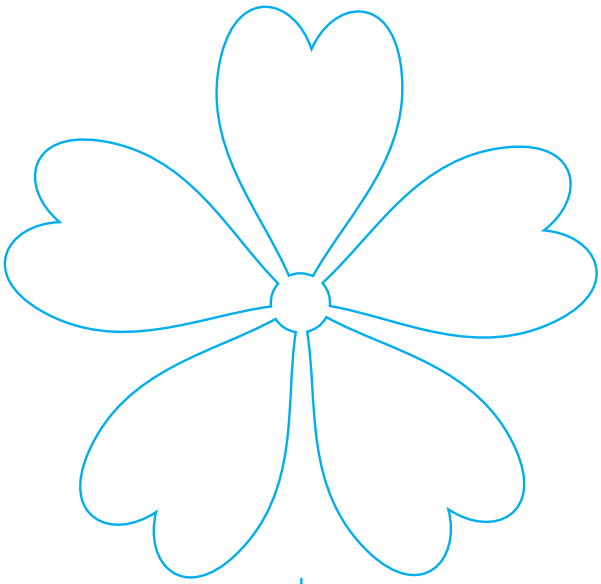
NUOTOLINIO MOKYMOSI GALIMYBĖS

- Klaidutis.lt – lietuvių kalbos rašybos ir lietuvių kalbos kultūros testai <http://www.klaidutis.lt>.
- LieDM – Lietuvos nuotolinio mokymosi tinklas <http://www.liedm.lt>.
- Lietuvos virtualus universitetas <http://www.lvu.lt>.
- Nuotolinio mokymosi kursai „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt/>.
- Nuotolinio mokymosi kursai „Kompiuterių pradžiamokslis“ <http://www.ivpk.lt/msis/>.
- Tinklas.lt – nuotolinio mokymosi portalas mokiniams ir mokytojams <http://www.tinklas.lt>.

* * Jei prisijungus šiuo adresu matote senąją LIBIS suvestinio katalogo versiją, prašome jungtis adresu http://www.libis.lt:48080/.









6. KAIP LAISVALAIKĮ LEISTI LINKSMAI IR TURININGAI?

JEVGENIJA ŠEVCOVA



TURINYS

6.1. IMKITE MANE IR SKAITYKITE 98

6.2. MENO GERBĖJAMS ATSIVERIA VIRTUALIOS DURYS 99

6.3. VIRTUALIOS BENDRUOMENĖS LAUKIA JŪSŲ 102

6.4. PAGALBA LAISVALAIKIO PLANAVIMUI 103

6.5. KELIAUJANTIEMS 104

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 105





6. KAIP LAISVALAIKĮ LEISTI LINKSMAI IR TURININGAI?

6.1. IMKITE MANE IR SKAITYKITE

Viena mėgstamiausių laisvalaikio praleidimo formų – skaitymas. Ne visi įstengiame nusipirkti mėgstamą knygą, todėl lieka viena išeitis – eiti į biblioteką jos pasiskolinti. Jei naudojatės internetu, knygų bibliotekos kataloge galite ieškoti ir neatėję į biblioteką.

Šiuolaikinės technologijos leidžia bibliotekų katalogus perkelti į elektroninę erdvę. Tokiu būdu jais naudotis gali ne tik skaitytojai bibliotekoje, bet ir už jos ribų. Be to, elektronininiuose kataloguose galite ne tik surasti leidinį, bet ir jį užsakyti. Bibliotekų katalogų ieškokite bibliotekų interneto svetainėse, jų adresus galite rasti naudodami paieškos sistemas, į užklausos langelį įrašę bibliotekos pavadinimą. Kitas būdas rasti bibliotekos interneto svetainę – naudoti nuorodas, esančias Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos tinklalapyje. Jas rasite prisijungę adresu <http://www.lnb.lt>, puslapio dešiniajame kampe spragtelėję nuorodą *LR bibliotekos*. Lietuvos viešųjų bibliotekų kontaktinė informacija ir nuorodos į jų interneto svetaines taip pat pateikiamos portale **Lietuvos viešosios bibliotekos** <http://www.bibliotekos.lt>.

Bibliotekos glaudžiai tarpusavyje bendradarbiauja ir informaciją apie bibliotekose esančius leidinius pateikia į suvestinius katalogus. Pasinaudoję suvestiniais katalogais sužinosite, kokia biblioteka turi Jūsų ieškomą leidinį.

Informaciją apie Lietuvos viešosiose bibliotekose saugomus leidinius galite rasti **Lietuvos integralios bibliotekų informacijos sistemos (LIBIS) suvestiniame kataloge** <http://www.libis.lt*>. Jame taip pat atsispindi Nacionalinės bibliotekos, Lietuvos valstybinės reikšmės bibliotekose ir muziejuose saugomi leidiniai. Šiuo metu į LIBIS suvestinį katalogą įrašus teikia per 80 Lietuvos bibliotekų, todėl šis katalogas – puiki vieta ieškoti reikiamo leidinio. Kataloge galite ieškoti leidinių iš karto visų minėtų bibliotekų fonduose. Radę reikiamą knygą savo bibliotekoje matysite, ar ji nėra skaitoma kito skaitytojo ir galėsite ją užsisakyti. Jei reikiamą knygą yra pasiskolinęs kitas skaitytojas – galite ją rezervuoti ateičiai, apie knygą būsite informuoti el. paštu. Į biblioteką keliausite jau žinodami, kad knyga laukia Jūsų.

Visos LIBIS bibliotekos turi vieningą skaitytojo pažymėjimą. Jei jį esate gavę vienoje bibliotekoje, kitoje – tereiks užsiregistruoti. LIBIS vieningo skaitytojo pažymėjimo naudojimo taisykles rasite Nacionalinės bibliotekos interneto svetainėje <http://www.lnb.lt/>, iš horizontaliojo meniu rinkitės nuorodas skaitytojui –> LIBIS vieningo pažymėjimo taisyklės.

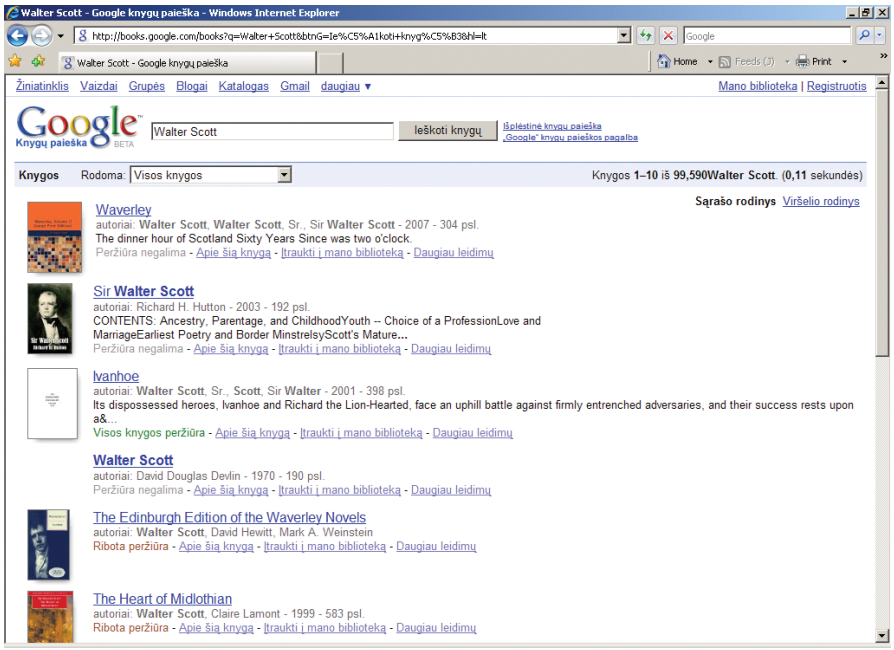


Knygų ir informacijos apie jas galite ieškoti ne tik bibliotekose. *Google* paieškos sistema yra sukūrusi specialų **Google Books** paieškos įrankį <http://books.google.com> (6.1. pav.). Čia galite rasti informaciją apie knygas, o taip pat vistekščių knygų. Kai kurios knygos pateikiamos visos, kitų – tik ištraukos arba informacija apie jas, turiniai, apžvalgos, recenzijos ir pan. Šio įrankio pagalba galite ieškoti knygų įvairiomis kalbomis.

Su Google Books galite rasti ne tik interneto svetainėse publikuojamas knygas, bet ir bibliotekų kataloguose pateikiamą informaciją.

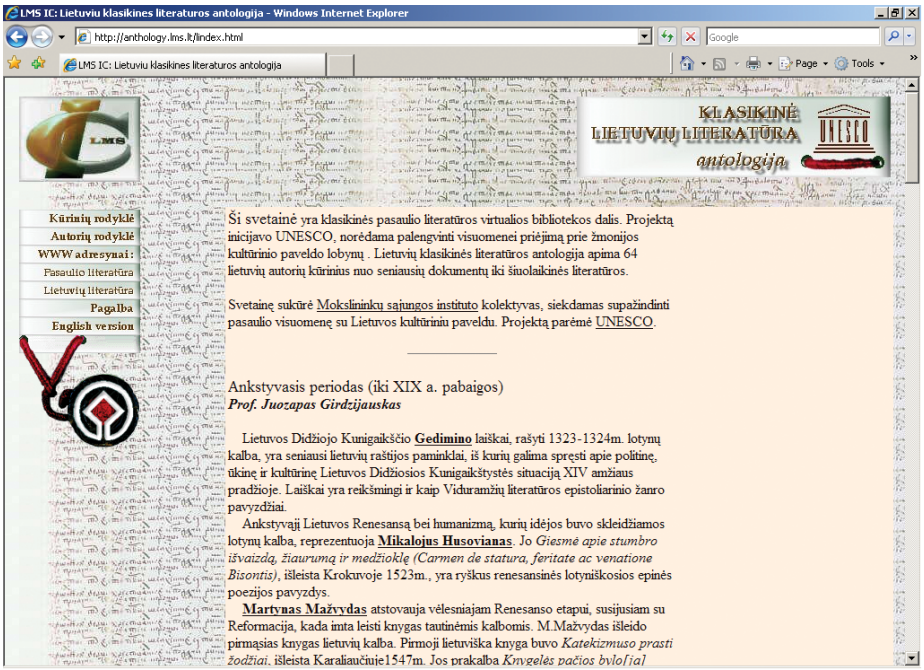


Norintys knygas skaityti savo kompiuterio ekrane, gali rasti nemažai interneto svetainių, kuriose yra visatekstės knygos. Pavyzdžiui, įdomią ir išsamią informaciją apie Lietuvos rašytojus, o kartu ir nuorodas į jų viso teksto kūrinius rasite svetainėje **Rašytojai. lt <**http://www.rasytojai.lt/>. Kitas pavyzdys – šiuolaikinės lietuvių literatūros antologijos svetainė **Tekstai.lt** <http://www.tekstai.lt>. Klasikinės literatūros mylėtojai tikrai pamėgs **Lietuvių klasikinės literatūros antologijos** svetainę <http://anthology.lms.lt/lindex.html**>**. Čia rasite lietuvių autorių kūrinius nuo seniausių dokumentų iki šiuolaikinės literatūros. Norėdami pasirinkti kūrinį naudokitės kūrinių arba autorių rodyklėmis (6.2. pav.).



6.1. pav. *Google Books*

6.2. pav. Lietuvių klasikinės literatūros antologijos svetainė



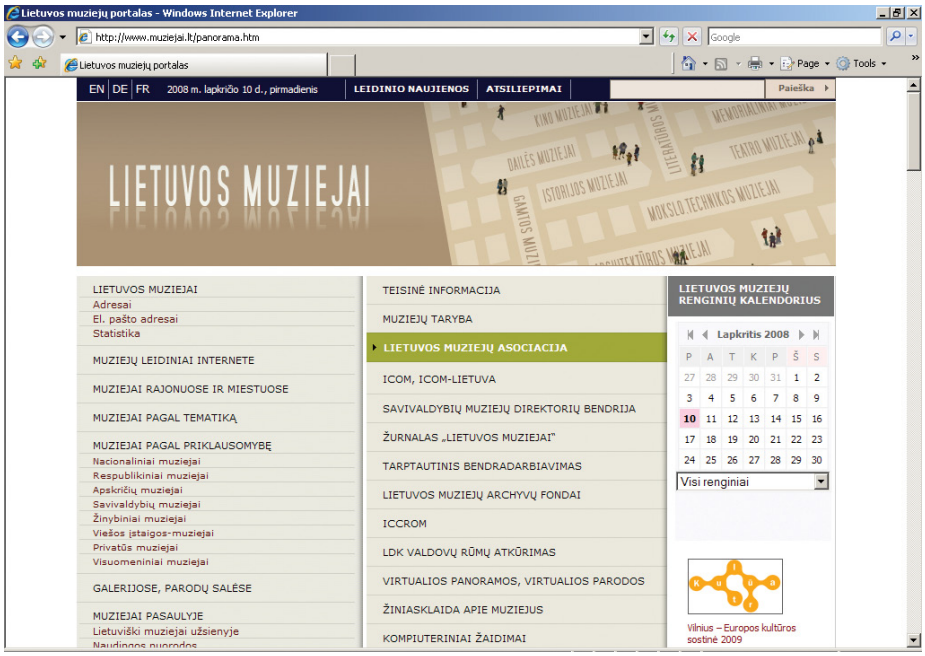
6.2. MENO GERBĖJAMS ATSIVERIA VIRTUALIOS DURYS

Sunku rasti žmogų, kuris visai nesidomėtų menu. Vieni svajoja aplankyti įžymias galerijas, pamatyti originalius meno šedevrus, kiti – domisi teatru, treti – fotografijomis ar muzika. Įvairiausiose galerijose, muziejuose, parodų salėse, kino teatruose vyksta įdomios parodos, parengiamos ekspozicijos, įvairūs renginiai. Deja,

juose apsilankyti gali ne visi norintys. Vis dėlto tai, ko negalite realiame gyvenime, Jums gali būti pasiekiama kompiuterio ekrane. Internete yra pateikiama vis daugiau virtualių parodų, ekspozicijų, naujų meninių darbų aprašymų, galite peržiūrėti šokių fragmentų, pasiklausyti muzikos ir kt.

Norintys pamatyti, kaip Lietuvos menas yra pristatytas internete, turėtų aplankyti interneto portalą **culture.lt** <http://www.culture.lt/>. Čia rasite informacijos apie įvairias meno sritis, pavartysite menams skirtą spaudą, rasite nuorodas į įvairų Lietuvos galerijų svetaines.

Lietuvos muziejų portale <http://www.muziejai.lt> ne tik sužinosite muziejų naujienas, paskaitysite apie rengiamas parodas bei ekspozicijas, bet ir pamatysite vertingiausias Lietuvos muziejų kolekcijas (6.3. pav.). Be to, lankytojams siūloma pažaisti kompiuterinių žaidimų istorijos bei kultūros paveldo tematika. Portale pateiktos nuorodos, padėsiančios Jums aplankyti lietuviškus muziejus užsienyje, o taip pat garsiausias galerijas bei parodų sales.



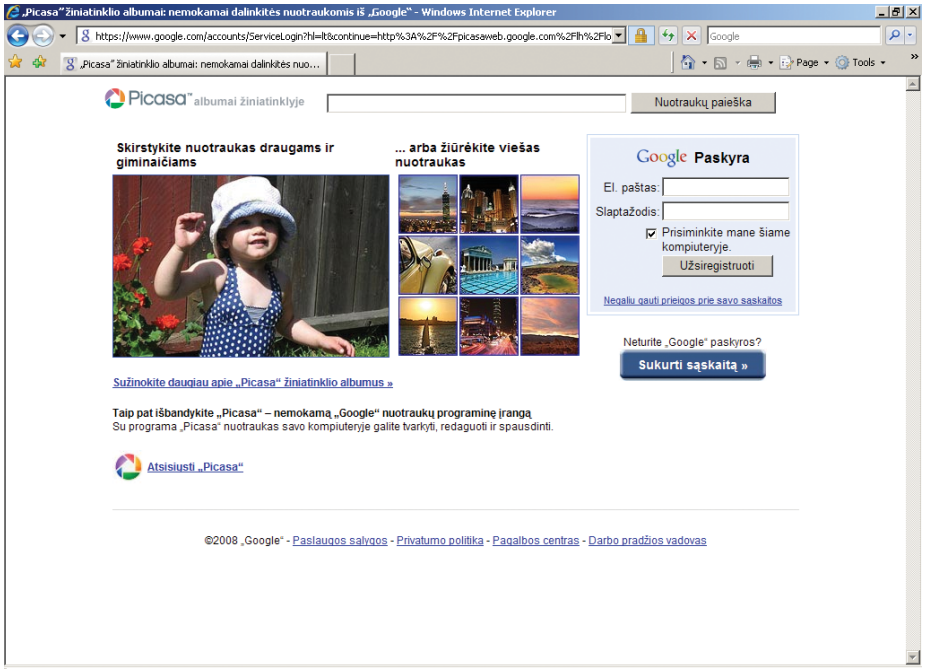
6.3. pav. Lietuvos muziejų portalas

Nuorodų į pasaulio muziejų svetaines galite ieškoti **Europos muziejų vedlio** (*European Museum Guide*) <http://www.europeanmuseumguide.com/> tinklalapiuose bei svetainėje **Museumnetwork.com** <http://www.museumnetwork.com/>.

Fotografijos mėgėjai daug naudingos informacijos ras svetainėje **Lietuvos fotografija** <http://www.photography.lt/>. Čia plačiai pristatyti Lietuvos fotografų darbai, yra trumpa informacija apie juos. Svetainės lankytojams pateikiama išsami informacija apie rengiamas parodas, ruošiamus paskaitų ciklus, konkursus, kuriuose gali dalyvauti visi norintys, pristatomi naujausi leidiniai. Svetainėje sukaupta nemažai naudingų nuorodų, kurios padės gilinti žinias fotografijos srityje.

Atsiradus skaitmeniniams fotoaparatams visi labai mėgstame fotografuoti. Internete rasite nemažai svetainių, leidžiančių gilintis į fotografijos meną, sužinoti apie naujas fotografavimo technologijas, dalintis patirtimi. Tokios svetainės pavyzdžiu galėtų būti tinklalapis **eFoto.lt** <http://www.efoto.lt/>. Norintys dėti savo nuotraukas internete, gali tą padaryti **Flickr** svetainėje <http://www.flickr.com/> arba pasinaudoti *Google* siūloma paslauga **„Picasa" žiniatinklio albumai** <http://picasaweb.google.com> (6.4. pav.). Nuotraukų dėjimui minėtose tinklalapiuose reikalinga registracija. Apie tai galite paskaityti jų pagalbos puslapiuose arba mokymosi medžiagoje *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Kultūrinė, bendruomeninė ir laisvalaikio informacija".

Svetainė **Menų faktūra** <http://www.menufaktura.lt> skirta teatro gerbėjams. Svetainėje publikuojami spektaklių anonsai, atsiliepimai apie juos, informacija apie Lietuvoje dirbančius aktorius, režisierius, dailininkus, kompozitorius, jų gautus apdovanojimus. Svetainėje yra sukaupta labai daug informacijos apie Lietuvos ir pasaulio teatrus, pateikiamos nuorodos į jų interneto svetaines. Įdomus šios svetainės skyrelis „Laiškai į sceną".



6.4. pav. „Picasa" žiniatinklio albumai svetainė

Čia teatrų lankytojai gali išsakyti savo mintis, susižavėjimą, teikti virtualias gėles, sakyti „Ačiū". Tą padaryti labai paprasta – reikia užpildyti svetainėje pateiktą formą, joje nurodyti savo vardą bei parašyti komentarą.

Besidomintys kinu daug informacijos ras svetainėje **Lietuvos filmų centras** <http://www.lfc.lt>. Svetainės lankytojai gali skaityti filmų aprašymus, informaciją apie aktorius bei režisierius, lietuviškų filmų istoriją, o taip pat sužinoti apie naujai kuriamas kino juostas.

Apie Lietuvos kino teatruose rodomus filmus, jų režisierius ir vaidmenis atlikusius aktorius galite paskaityti svetainėje **Kinas.info** <http://www.kinas.info>. Jeigu ruošiatės laisvalaikį praleisti kino teatre, svetainėje galite peržiūrėti rodomų filmų anonsus.

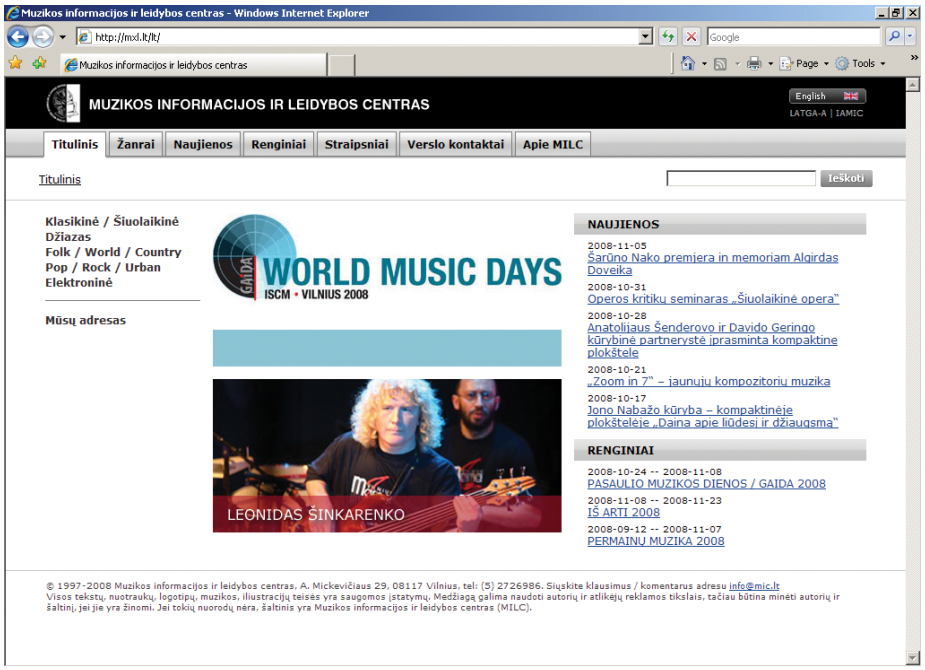
Lietuvos šokio informacijos centro svetainėje <http://www.dance.lt> daug įdomybių ras šokio meno gerbėjai. Čia rasite šokių trupių pasirodymų repertuarų, šokių spektaklių anonsų, galėsite paskaityti naujienų, sužinosite Lietuvoje dirbančių choreografų kontaktinę informaciją, jaunųjų menininkų biografijas ir kt. Taip pat galėsite sau ar savo vaikams parinkti šokio mokyklą.

Šiandien neįsivaizduojame gyvenimo be muzikos. Vieni mėgsta klasikinę muziką, kiti yra džiazo žinovai, treti domisi pop-, rock- ar urban- stiliais. Įvairių muzikos žanrų gerbėjai daug informacijos ras **Muzikos informacijos ir leidybos centro** svetainėje <http://mxl.lt/lt/> (6.5. pav.). Joje lankytojui paaiškinami visi muzikos žanrai, pasakojama apie kompozitorius, kuriančius vienokiu ar kitokiu stiliumi, apžvelgiamos epochos. Taip pat galima klausytis kūrinių fragmentų bei peržiūrėti kūrinių partitūras. Yra galimybė įsigyti natų leidinių bei muzikos įrašų.

Internete yra nemažai svetainių, kurios leidžia muzikinių įrašų klausyti arba persiųsti į savo kompiuterį. Teisėtai veikiančios svetainės muzikos perklausai dažniausiai reikalauja registracijos arba leidžia tik klausytis. Nemažai svetainių už muzikinių kūrinių siuntimą ir klausymąsi reikalauja tam tikro minimalaus mokesčio. Paprastai jį galima sumokėti mobiliuoju telefonu nusiuntus trumpąją žinutę nurodytu numeriu.

Bet kurioje paieškos sistemoje įrašę reikšminį žodį *Muzika*, rasite labai daug muzikinių svetainių. Pavyzdžiui, svetainėje **mp3pasaulis.com** <http://www.mp3pasaulis.com/> pateikiama muzika, filmai, dainos ir kt. informacija. Dalis informacijos yra nemokama, bet taip pat yra nemažai įrašų, kurių galite klausytis tik sumokėję tam tikrą mokestį už 5 dienų licenciją.

Daugelio viešųjų bibliotekų lankytojai gali naudotis **Oxford Music Online** duomenų baze <http://www.oxfordmusiconline.com/> . Ji apima *The New Grove Dictionary of Music and Musicians, The New Grove Dictionary of Opera, The New Grove Dictionary of Jazz* spausdintus žodynus. Duomenų bazėje rasite įvairių muzikos instrumentų aprašymų, galėsite pasiklausyti jų skambėjimo, taip pat čia yra muzikinių stilių apibūdinimų, natų ištraukų, kompozitorių biografijų duomenų baze galima naudotis iš visų ją prenumeruojančių bibliotekų, taip pat galima gauti ir individualius slaptažodžius naudotis duomenų baze namuose. Apie tokią galimybę teiraukitės artimiausioje bibliotekoje.



6.5. pav. Muzikos informacijos ir leidybos centro interneto svetainė

Savo bibliotekoje pasiteiraukite, kuriomis duomenų bazėmis galite naudotis ne tik bibliotekoje, bet ir namuose. Paprašykite, kad Jums suteiktų individualų slaptažodį.

Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos <http://www.lnb.lt/> skaitytojai turi prieigą prie ***Naxos Music Library*** <http://mmnl.naxosmusiclibrary.com/home.asp> duomenų bazės. Joje galima klausytis apie 250 tūkst. kūrinių. Čia melomanai ras klasikinės, džiazo, pasaulio tautų folkloro, šiuolaikinės populiariosios, roko muzikos įrašų. Duomenų bazėje taip pat pateikiama biografinė informacija apie kompozitorius ir atlikėjus, operų apžvalgos, muzikos terminų žodynas ir kt. informacija. *Naxos Music Library* – vienintelė prenumeruojama duomenų bazė Lietuvos bibliotekose 2008 m., kurioje galite klausytis muzikos kūrinių.

Duomenų baze galite naudotis Lietuvos nacionalinėje bibliotekoje. Jeigu Jūs esate šios bibliotekos skaitytojas ir turite galiojantį Lietuvos nacionalinės bibliotekos skaitytojo pažymėjimą, galite gauti individualų slaptažodį ir naudotis duomenų baze ne tik bibliotekoje. Slaptažodžiui gauti Jums reikia registruotis elektroniniu paštu e-info@lnb.lt. Laiške reikia parašyti savo vardą, pavardę, Nacionalinės bibliotekos skaitytojo pažymėjimo numerį bei savo el. pašto adresą. Duomenų bazės administratorius į Jūsų pašto dėžutę atsiųs prisijungimo vardą ir slaptažodį. Gavę šiuos duomenis, prie duomenų bazės junkitės aukščiau nurodytu adresu. Į prisijungimo laukelius įveskite gautus prisijungimo vardą ir slaptažodį, tuomet pradėkite Jus dominančio kūrinio paiešką duomenų bazėje.

6.3. VIRTUALIOS BENDRUOMENĖS LAUKIA JŪSŲ

Žmonės linkę jungtis į bendruomenes vedami bendrų interesų ar poreikių. Vieningais vartais, padedančiais rasti įvairių Lietuvos regionų bendruomenes, tapo **Bendruomenių portalas** <http://www.bendruomenes.lt/>. Čia rasite daug informacijos apie bendruomenių organizacijų veiklą, jų vykdomus projektus, galėsite įsijungti į

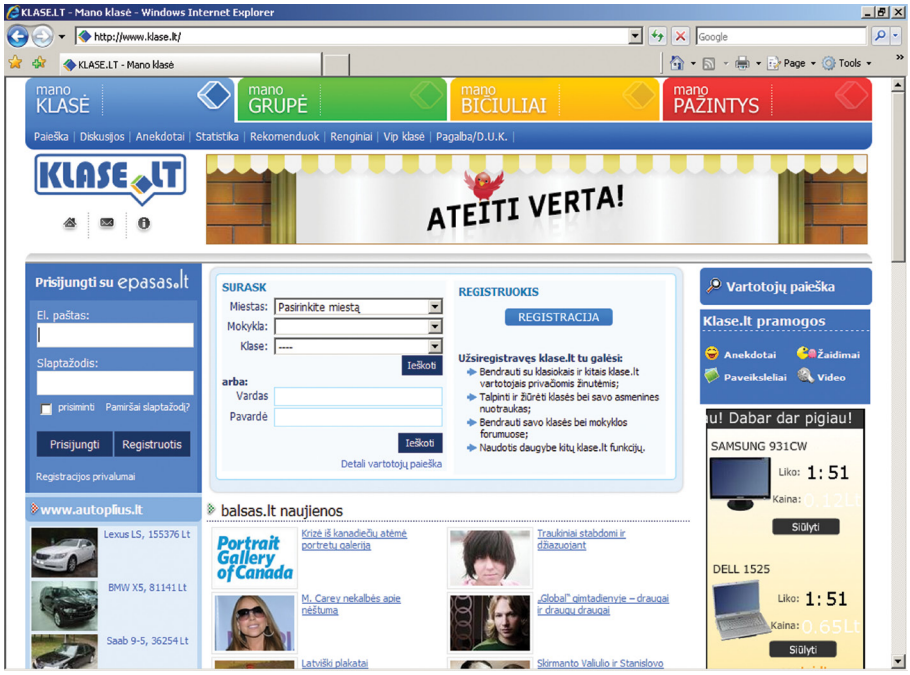
įvairias diskusijas, pasidalinti patirtimi. Savo regiono bendruomenę rasite spragtelėję nuorodą *Bendruomenės internete*.

Lietuvos religinės bedruomenės taip pat turi savo interneto svetaines:

- **Katalikai.lt** <http://www.katalikai.l > – katalikų bendruomenė;
- **Orthodoxy.lt** <http://www.orthodoxy.lt> – stačiatikių bendruomenė;
- **LELB puslapis** <http://www.liuteronai.lt> – liuteronų bendruomenė;
- **LITJEWS** <http://www.litjews.org> – žydų bendruomenė.

Užsienyje gyvenantys lietuviai, siekdami išsaugoti savo tapatybę, kalbą, papročius ir kultūrą, taip pat jungiasi į bendruomenes. Nuorodas į jų interneto svetaines galite rasti Lietuvos Respublikos Seimo interneto svetainėje <http://www3.lrs.lt/pls/inter/w5_show?p_r=485&p_k=1>.

Neprarasti ryšio su savo klasės draugais, grupiokais, bendrauti su senais ir rasti naujų bičiulių padės porta-



6.6. Klasė.lt portalas

las **Klasė. lt** <http://www.klase.lt> (6.6. pav.). Užsiregistravę jame galite prisijungti prie savo klasės tinklalapio, grupiokų bendruomenės, ieškoti bičiulių, bendrauti, dėti nuotraukas.

Norėdami bendrauti galite jungtis prie jau sukurtų bendruomenių ar grupių, tačiau galite ir patys sukurti savo interesų ar pomėgių grupes, pakviesti jose dalyvauti kitus. Tam tikslui galite naudoti frype.lt <http://www.frype.lt> portalą. Jei norite į jį patekti, turite gauti kvietimą iš savo draugo, jau esančio portale arba užpildyti registracijos formą, kuri bus matoma svetainės nariams ir palaukti kol būsite pakviesti prisijungti. Nemažiau populiarūs yra *My Space* <http://www.myspace.com/> ir *Facebook* <http://www.facebook.com/> portalai. Juose užsiregistravę vartotojai gali burtis į bendruomenes, dalintis nuotraukomis, vaizdo medžiaga, nuorodomis, pažinti vieni kitus.

6.4. PAGALBA LAISVALAIKIO PLANAVIMUI

Jei planuojate laisvalaikį būtinai užsukite į svetainę **KaVeikti. lt** <http://www.kaveikti.lt> (6.7. pav.). Čia vienoje vietoje pateiktos Lietuvoje veikiančios įstaigos, įmonės ir bendrovės, susijusios su laisvalaikiu ir jo planavimu. Svetainės lankytojas lengvai ras visas maitinimo įstaigas, pramogų kompleksus, klubus, kaimo turizmo sodybas, viešbučius, nevyriausybines organizacijas, kelionių agentūras ir kt. Svetainėje pateikiami patarimai, kaip įdomiai ir linksmai praleisti laisvą laiką. Pavyzdžiui, sužinosite *Ką veikti, kai kišenėje tik 10 litų?* arba *Ką veikti, kai pasaulis atrodo juodas?* Svetainėje įvairios pramogos suskirstytos į skyrelius, todėl pasirinkti reikiamą bus visai nesunku.

Planuoti laisvalaikį ir įsigyti bilietus į renginį padeda bilietų platinimo svetainės **bilietai.lt** <http://www.bilietai.lt> ir **TIKETA** <http://www.tiketa.lt>.

Bilietai.lt <http://www.bilietai.lt> elektroninis bilietų platinimo portalas parduoda bilietus į koncertus, te-



6.7. pav. KaVeikti.lt svetainė

atrus, sporto varžybas, parodas ir kitus renginius bei ekstremalaus sporto pramogas. Bilietus galite nusipirkti internetu arba juos rezervuoti ir atsiimti Bilietai.lt kasose. Jei dar nesate nusprendę į kokį renginį eisite, jo ieškoti galite keliais būdais. Renginį galite pasirinkti pagal kategoriją, spragtelėję vieną iš lango viršuje esančio meniu skirtukų. Kitas būdas – į *Paieškos* langelį įrašykite renginio pavadinimą arba kitą renginio informaciją ir spausti mygtuką *ieškoti*. Taip pat renginį galite rasti pasinaudoję renginių kalendoriumi – pasirinkus datą, Jums bus pateikti tą dieną vykstantys renginiai. Prieš rezervuodami arba pirkdami bilietą nepamirškite užsiregistruoti portale. Daugiau informacijos apie bilietų rezervaciją ir pirkimą, ieškokite portalo pagalbos puslapiuose arba mokymosi medžiagos *Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos* <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Kultūrinė, bendruomeninė ir laisvalaikio informacija".

Panašiai renginių paieška ir bilietų pirkimas vyksta portale **TIKETA** <http://www.tiketa.lt>. Tačiau skirtingai nuo bilietai. lt portalo, pirkdami bilietą internetu TIKETA svetainėje, Jums nebūtina bilieto atsiimti kasose, jį galite tiesiog atsispausdinti namuose ir su juo atvykti į renginį. TIKETA siūlo naują bilietų įsigijimo būdą –

Kaip naudotis paslaugomis, taupančiomis laiką ir pinigus sakitykite mokymosi medžiagoje Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> skyriuje „Ekonominis vystymasis. Informacija, padedanti taupyti laiką ir pinigus".

!

bilietų pirkimą ir platinimą mobiliuoju telefonu. Apie tai ir kitas bilietų įsigijimo galimybes galite paskaityti TIKETA svetainėje.

6.5. KELIAUJANTIEMS

Visiems keliaujantiems svarbu suspėti į autobusą, traukinį arba lėktuvą. Todėl verta žinoti svetaines, kur galima sužinoti ar pasitikslinti išvykimo ar atvykimo laiką. Jei atostogaujate, galite rasti pigiausią kelionę ar kaimo turizmo sodybą.

Miesto – priemiestinių, tarpmiestinių ir tarptautinių maršrutų transporto tvarkaraščius galite rasti portale



6.8. pav. Transportas.lt portalas

Transportas.lt <http://www.transportas.lt/tvarkarasciai.php> (6.8. pav.). Pasirinkite maršruto tipą, įrašykite išvykimo ir atvykimo vietas (šalis, miestus, stoteles) bei pasirinkite transporto tipą. Priklausomai nuo maršruto tipo galite rinktis autobusų, laivų ir keltų, lėktuvų, mikroautobusų bei traukinių tvarkaraščius. Jei Jus domina konkreti data, ją parinkite svetainėje pateiktame kalendoriuje.

Internete galite rasti ir miestų maršrutinio transporto tvarkaraščius, pavyzdžiui:

- Vilniaus <http://www.vilniustransport.lt/>;
- Kauno <http://www.kaunas.lt/transportas/index_lt.php>;
- Klaipėdos <http://www.klaipedatransport.lt/>.

Traukinių tvarkaraščių ieškokite **Lietuvos geležinkelių** interneto portale <http://www.litrail.lt/>. Pagrindiniame svetainės puslapyje spragtelėkite nuorodą *Tvarkaraščių paieška*. Svetainėje pateikiami vietiniais ir tarptautiniais maršrutais važiuojančių traukinių tvarkaraščiai. Kol kas užsakyti ir pirkti traukinių bilietų internetu nėra galimybės. Tiesa, pasirinkę maršruto tipą *vietiniai,* kartu su traukinio tvarkaraščiu matysite ir bilietų kainas.

Norėdami pasižiūrėti lėktuvų pakilimo – nusileidimo tvarkaraščius Jums verta aplankyti oro uostų svetaines. Lietuvoje jų yra trys: **Vilniaus oro uostas** <http://www.vilnius-airport.lt/lt/>, **Kauno** – <http://www.kaunasair.lt/> bei **Palangos** – <http://www.palanga-airport.lt/>.

Bilietą į lėktuvą galite įsigyti internetu. Pasirinkite vieną iš lėktuvo bilietų platinimo sistemų, pavyzdžiui: **Greitai.lt** <http://www.greitai.lt/>, **Skrisk.lt** <http://www.skrisk.lt/>, **Avia.lt** <http://www.avia.lt>.

Norėdami įsigyti bilietą pasirinktoje sistemoje turite nurodyti išvykimo ir atvykimo miestus, datas, o taip pat kiek bilietų norite pirkti. Pagal Jūsų kriterijus sistema parinks bilietų variantus. Pasirinkus vieną iš jų, bilietą galėsite rezervuoti ir nusipirkti. Priklausomai nuo bilieto tipo, jį galėsite atsiimti bilietų kasose (jeigu sistema nurodo, kad bilietas yra popierinis) arba atspausdinti bilieto išklotinę ir ją turėti oro uoste išvykimo dieną (jei sistema nurodo, kad bilietas yra elektroninis).

Jei dar nežinote, kur vyksite savo atostogų metu, pasinaudokite turizmui skirtais tinklalapiais. Kelionių agentūrų ir organizatorių interneto svetainės skelbia kelionių pasiūlymus, kainas, maršrutų aprašymus. Pavyzdžiui, **Nacionalinės turizmo informacijos ir viešbučių rezervavimo portale** <http://www.travel.lt/> rasite informaciją apie Lietuvos turizmo paslaugų teikėjus, turizmo išteklius ir kt. Svetainėje **Lietuvos turizmas** <http://www.turizmas.lt> rasite nuorodų į įmones, kurių veikla yra susijusi su turizmu ar kitomis laisvalaikio praleidimo formomis. Mėgstantiems atostogas leisti kaime, pravers portalas **Kaimo turizmas** <http://www.atostogoskaime.lt/>. Tikimės, kad daug malonių akimirkų patirsite ne tik ilsėdamiesi kaimo sodyboje, bet ir naršydami tinklalapius, kuriuose gausu sodybų, lankytinų vietų ir kt. malonių akiai vaizdų.

REKOMENDUOJAME

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

BIBLIOTEKŲ SVETAINĖS

- LIBIS suvestinis katalogas <http://www.libis.lt/>*.
- *Libweb – Library WWW Servers* <http://lists.webjunction.org/libweb/>.
- Lietuvos nacionalinė Martyno Mažvydo biblioteka <http://www.lnb.lt/>.
- Lietuvos viešosios bibliotekos <http://www.bibliotekos.lt/>.

ARCHYVAI

- e-paveldas <http://www.epaveldas.lt/vbspi/>.
- Lietuvos archyvų departamento svetainė <http://www.archyvai.lt/>.

MUZIEJAI

- Dailininkų duomenų bazė <http://www.ldm.lt/LDMDailininkai/DBaze/Paieska.htm>.
- *European Museum Guide* <http://www.europeanmuseumguide.com/>.
- Lietuvos muziejų portalas <http://www.muziejai.lt/>.
- *Museumnetwork.com* <http://www.museumnetwork.com/>.

MENAI

- „Picasa“ žiniatinklio albumai <http://picasaweb.google.com/>.
- *culture.lt* <http://www.culture.lt/>.
- eFoto.lt <http://www.efoto.lt/>.
- *Flickr* <*http://www.flickr.com/*>.
- *Images* <*http://www.images.lt/*>.
- Kinas.info <http://www.kinas.info/>.
- Lietuvių filmų centras <http://www.lfc.lt/>.
- Lietuvių klasikinės literatūros antologija <http://anthology.lms.lt/lindex.html>.
- Lietuvos fotografija <http://www.photography.lt/>.
- Lietuvos meno galerijos <http://www.culture.lt/galleries/>.
- Lietuvos šokio informacijos centras <http://www.dance.lt/>.
- Menų faktūra <http://www.menufaktura.lt/>.
- mp3pasaulis.com <http://www.mp3pasaulis.com/>.
- Muzikos informacijos ir leidybos centras <http://mxl.lt/lt/>.
- Rašytojai.lt <http://www.rasytojai.lt/>.
- Tekstai.lt <http://www.tekstai.lt/>.

---

* Jei prisijungus šiuo adresu matote senąją LIBIS suvestinio katalogo versiją, prašome jungtis adresu http://www.libis.lt:48080/ .

REKOMENDUOJAME



BENDRUOMENĖS

- Bendruomenių portalas <http://www.bendruomenes.lt/>.
- *facebook* <http://www.facebook.com/>.
- frype.lt <http://www.frype.lt/>.
- Katalikai.lt <http://www.katalikai.lt/>.
- Klasė.lt <http://www.klase.lt/>.
- LELB puslapis <http://www.liuteronai.lt/>.
- Lietuvos Respublikos Seimas: nuorodos <http://www3.lrs.lt/pls/inter/w5_show?p_r=485&p_k=1/>.
- LITJEWS < http://www.litjews.org/>.
- *My Space* < http://www.myspace.com/>.
- *Orthodoxy.lt* <http://www.orthodoxy.lt/>.

TURIZMAS

- Kaimo turizmas <http://www.atostogoskaime.lt/>.
- Lietuvos turizmas <http://www.turizmas.lt/>.
- Nacionalinės turizmo informacijos ir viešbučių rezervavimo sistema <http://www.travel.lt/>.

TRANSPORTO TVARKARAŠČIAI

- Avia.lt <http://www.avia.lt/>.
- Greitai.lt <http://www.greitai.lt/>.
- Kauno miesto viešasis transportas <http://www.kaunas.lt/transportas/index_lt.php>.
- Kauno oro uostas <http://www.kaunasair.lt/>.
- Klaipėdos keleivinis transportas <http://www.klaipedatransport.lt/>.
- Lietuvos geležinkeliai <http://www.litrail.lt/>.
- Palangos oro uostas <http://www.palanga-airport.lt/>.
- SĮ „Susisiekimo paslaugos“ <http://www.vilniustransport.lt/>.
- Skrisk.lt <http://www.skrisk.lt/>.
- Transportas.lt <http://www.transportas.lt/tvarkarasciai.php>.
- Vilniaus oro uostas <http://www.vilnius-airport.lt/lt/>.

LAISVALAIKIS

- Bilietai.lt <http://www.bilietai.lt/>.
- KaVeikti.lt <http://www.kaveikti.lt/>.
- TIKETA <http://www.tiketa.lt/>.



7. SVEIKATA – BRANGIAUSIAS TURTAS

MEILUTĖ KRETAVIČIENĖ

TURINYS

7.1. VALSTYBĖ GARANTUOJA NEMOKAMĄ GYDYMĄ IR TEISĘ ŽINOTI 112

7.2. REGISTRUOKIS PAS GYDYTOJĄ INTERNETU 114

7.3. NORIU ŽINOTI APIE SVEIKATĄ IR LIGAS 116

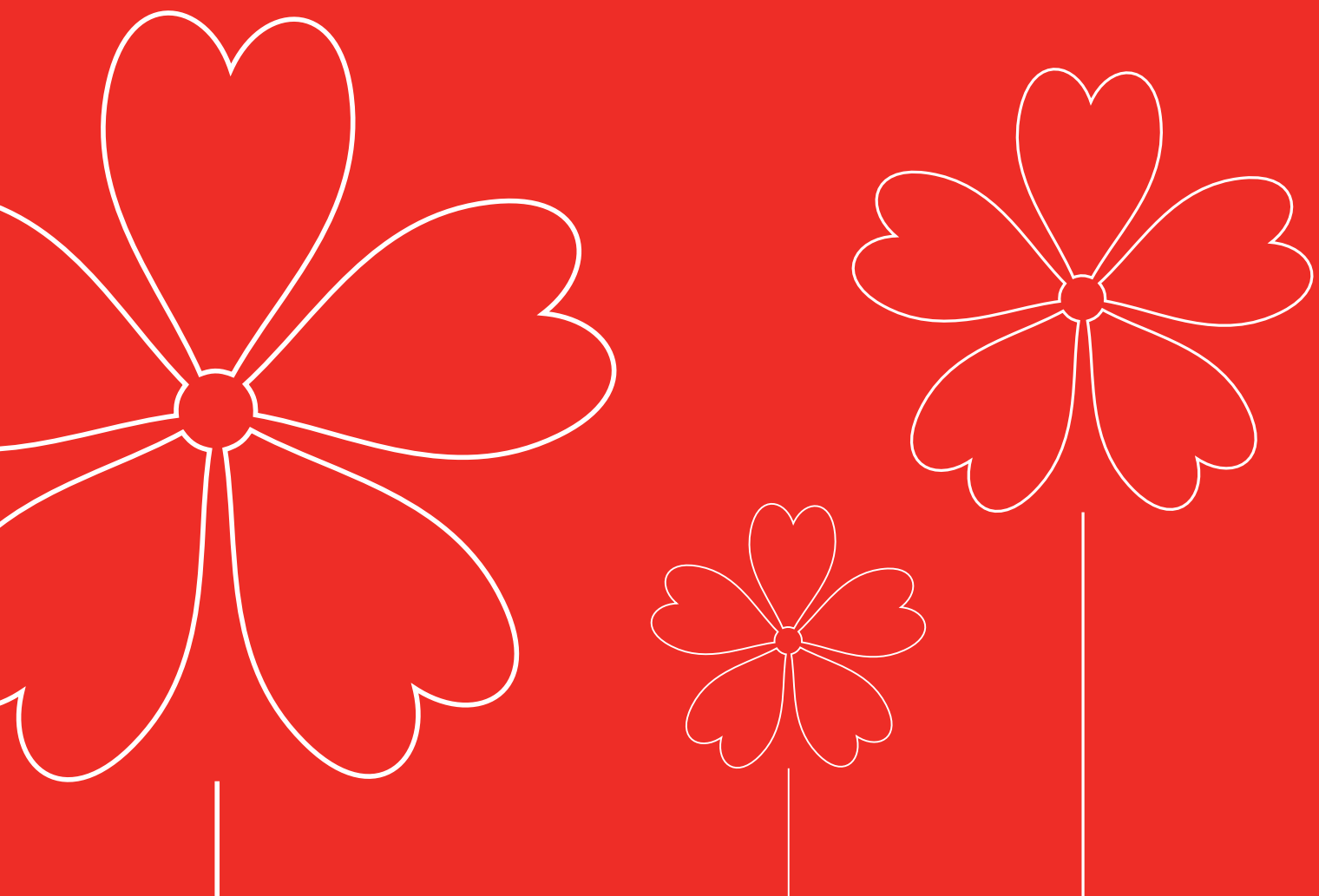
7.4. VISKAS APIE VAISTUS 119

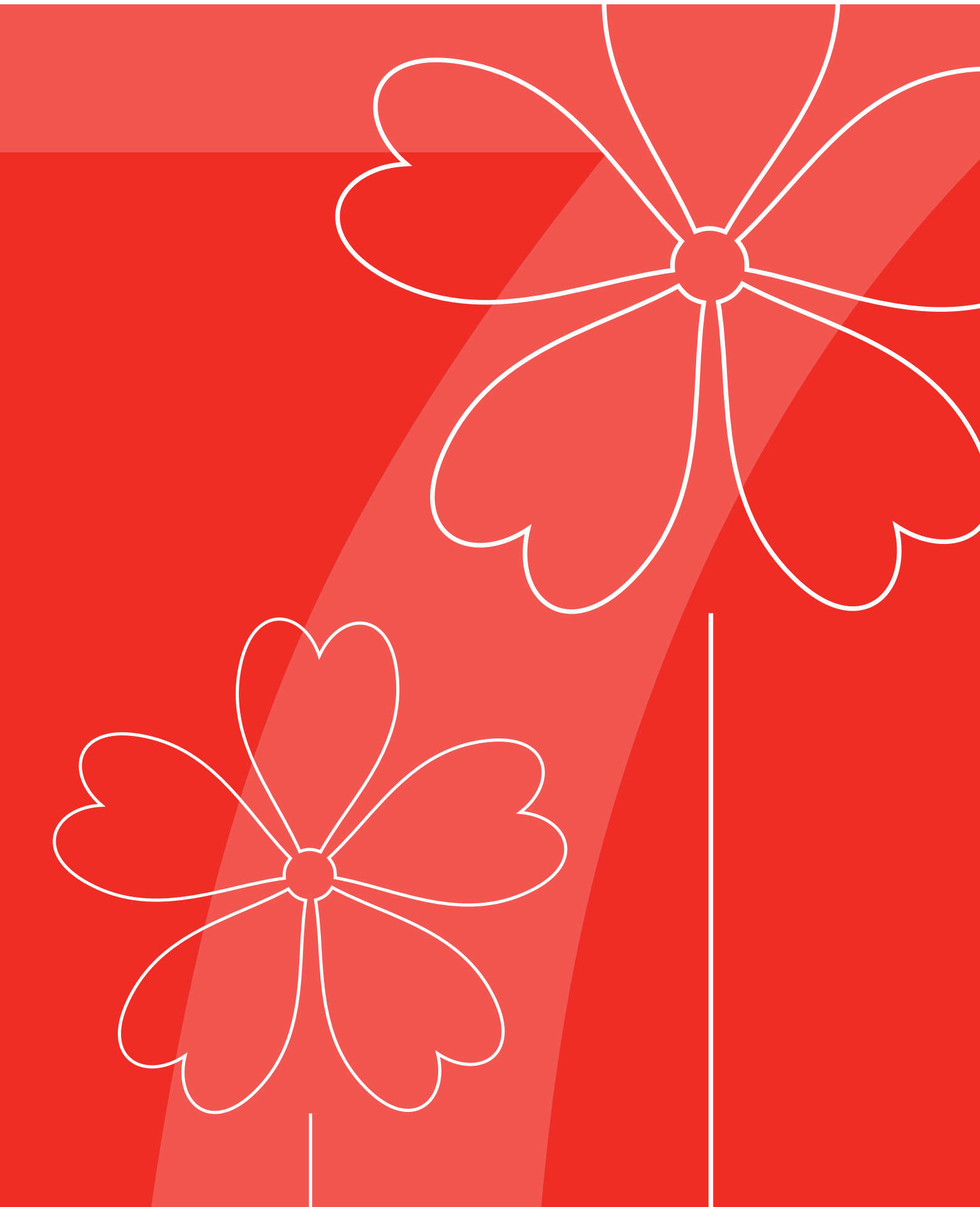
7.5. KĄ SIŪLO ALTERNATYVIOS MEDICINOS SVETAINĖS? 120

7.6. IR DAR KAI KAS NAUDINGO 121

7.7. JEI MĖGSTATE SKAITYTI KNYGAS 124

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS 123





7. SVEIKATA – BRANGIAUSIAS TURTAS

Daugelis žmonių mano, kad sveikata ir jos politika turi rūpintis tik medicinos darbuotojai. Vienas svarbiausių sveikatos programų uždavinių – siekti, kad ligoniai būtų informuoti ir patys aktyviai dalyvautų priimant sprendimus jų sveikatos priežiūros ir gydymo klausimais. Daugelyje išsivysčiusių pasaulio šalių skiriamas didžiulis dėmesys visuomenės informavimui sveikatos klausimams. Tam skiriamos valstybės lėšos, kuriami pacientams skirti sveikatos informavimo portalai, jų pagrindiniai uždaviniai yra laiku suteikti lengvai suprantamą profesionalią informaciją apie ligas, jų eigą, gydymą, rizikos faktorius. Asmuo, turėdamas visą informaciją apie ligą, jos priežastis, gydymo metodus, rizikos faktorius, turi galimybę laisvai apsispręsti ir pasirinkti ligos gydymo metodus.

Tokią informaciją dažniausiai kuria ir publikuoja internete universitetų, ligoninių darbuotojai ir informacijos specialistai. Šios informacijos sklaida ir populiarinimu visuomenėje užsiima bibliotekos.

Nemažai sveikatos informacijos galima gauti valstybinių sveikatos įstaigų svetainėse, tarptautinių projektų remiamuose sveikatos tinklalapiuose.

7.1. VALSTYBĖ GARANTUOJA NEMOKAMĄ GYDYMĄ IR TEISĘ ŽINOTI

Internete galima rasti visą oficialią sveikatos informaciją. Tačiau informacijos yra labai daug, todėl reikia orientuotis, kur ir kokie dokumentai yra publikuojami.

Sveikatos apsaugos ministerijos (SAM) tinklalapyje <http://www.sam.lt/> pateikiama visa teisinė informacija susijusi su sveikatos problemomis, todėl ieškant oficialios informacijos, geriau naudotis šiuo tinklalapiu, nei jos ieškoti kituose informacijos šaltiniuose, paieškos sistemose ar laikraščiuose. Šios svetainės teisinės informacijos skyriuje rasite visus sveikatos įstatymus <http://www.sam.lt/lt/main/teisine_informacija/ministro_isakymai>. Paieška galite atlikti pagal dokumento rūšį, datą, žodžius tekste ir pavadinime, kalbą arba pasirinkti įsakymų peržiūrą, kur įsakymai pateikiami atvirkščia chronologine seka, t. y. pirmiausiai pateikiami naujausi, o vėliau – senesni dokumentai.

Ar viską žinote apie pacientų teises?

Vienas svarbiausių teisinės informacijos skirsnių apie sveikatą yra pacientų teisės. Ką žinote apie paciento teises? Kas atsitinka, kai jos būna pažeidžiamos? Kokie įstatymai jas reglamentuoja, kokios institucijos jas prižiūri? Kas ir kaip užtikrina gydymo paslaugų kokybę? Kur kreiptis dėl sveikatai padarytos žalos atlyginimo?

Į visus šiuos svarbius visuomenei klausimus atsakymus rasite SAM svetainėje, pacientų teisių tinklalapyje <http://sena.sam.lt/lt/sritys/pacientu-teises>. Šiame skyriuje taip pat pateikiami gydytojo ir paciento santykius reglamentuojantys dokumentai, kiti teisės aktai bei teisiniai patarimai pacientams (7.1. pav.).

7.1. pav. Pacientų teisių tinklapis SAM svetainėje



Už kokias paslaugas sumoka ligonių kasos?

Plačiai visuomenei gali būti naudinga informacija, teikiama Valstybinės ligonių kasos interneto svetainėje <http://www.vlk.lt/> (7.2. pav.). Svarbiausia ligonių kasos užduotis – rūpintis, kad būtų užtikrinta būtinoji medicinos pagalba, kad mokesčių mokėtojams ir valstybės remiamiems asmenims būtų teikiamos paslaugos bei skiriami medikamentai, kuriuos finansuoja valstybė. Kaip gydyti žmogų, kokius jam skirti vaistus, procedūras, sprendžia jį gydantis gydytojas, tuo tarpu ligonių kasų rūpestis – atsiskaityti už atliktas paslaugas su gydymo įstaigomis ir sumokėti vaistinėms už ligoniams išduotus kompensuojamuosius vaistus. Pacientams taip pat svarbu žinoti, kad vaistai kompensuojami tik tose gydymo įstaigose bei vaistinėse, kurios yra sudariusios sutartį su ligonių kasa. Gyventojai, susidūrę su gydymo problemomis, visada gali kreiptis į artimiausią ligonių kasą. Ligonių kasos darbuotojai tiria pateiktus skundus ir apie nustatytus pažeidimus informuoja sveikatos priežiūros įstaigą, jos steigėją.



7.2. pav. Valstybinės ligonių kasos tinklalapis

Piliečiams, apdraustiems privalomuoju sveikatos draudimu, valstybė kompensuoja išlaidas ortopedijos techninėms priemonėms įsigyti. Dėl kompensacijos pacientas gali kreiptis į bet kurią sutartį sudariusią įmonę, kurių sąrašus galima rasti Valstybinės ligonių kasos svetainėje <http://www.vlk.lt>.

Nemažai vyresnio amžiaus žmonių domisi sąnarių endoprotezavimo bei kompensavimo tvarka. Išsamią informaciją šiais klausimais galima rasti Valstybinės ligonių kasos sąnarių endoprotezavimo puslapyje. Jame pateikiamas smulkus sąnarių endoprotezavimo ir išlaidų sąnarių endoprotezams įsigyti kompensavimo tvarkos aprašas bei nurodomi visi reikalingi dokumentai, kuriuos būtina pateikti ligonių kasai. Tinklalapyje įdėtos visos 6 prašymų endoprotezavimui formos, kurias ligoniai gali atsispausdinti ir užpildyti. Šiame skyriuje viešai publikuojamos laukiančiųjų protezavimui eilės ir laukimo terminai, todėl ligonis gali pasirinkti ligoninę, kurioje mažesnės laukiančiųjų eilės.

Patogi kiekvienam piliečiui elektroninė paslauga Ligonių kasos svetainėje – prašymas išduoti Europos sveikatos draudimo kortelę <https://kvp.vlk.lt/uzsakymai/startas.aspx>. Šį prašymą galite pateikti internetu. Atvėrus prašymo formą, užpildykite visus laukus ir patvirtinkite užsakymą. Tereikės tik nuvykti ir pasiimti internetu užsakytą draudimo kortelę.

Valstybinės ligonių kasos tinklalapyje galima sužinoti apie vykdomas prevencines programas. Tokių programų tikslas – kuo anksčiau diagnozuoti ligas, kol jos yra ankstyvoje stadijoje, kad sergantieji laiku patektų pas reikiamus specialistus.

Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) ekspertų duomenimis, efektyviai vykdant vėžio profilaktiką, ankstyvąją diagnostiką bei gydymą, sergamumą piktybiniais navikais galima sumažinti ketvirtadaliu, o mirtingumą – net 50 procentų. Todėl svarbu, kad visuomenė žinotų apie vykdomas valstybines prevencines ligų programas, dalyvautų jose ir pasinaudotų valstybės finansuojamomis paslaugomis.

7.2. REGISTRUOKIS PAS GYDYTOJĄ INTERNETU

Lietuvoje Nacionalinė elektroninės sveikatos sistema kuriama nuo 2005 m. Jau po kelerių metų pacientams ir gydytojams bus prieinami elektroniniai sveikatos įrašai, saugiai perduodami duomenys, o gydytojams priimti sprendimus padės informacinės sistemos. Diegiama elektroninio recepto ir laboratorinių bei instrumentinių tyrimų informacijos kaupimo ir apsikeitimo sistemos, pirminių duomenų tvarkymo informacinės sistemos. Taip pat daug dėmesio skiriama gyventojų informuotumui, skatinamas jų noras rūpintis savo sveikata. Pacientams, gydytojams ir el. sveikatos specialistams kuriamas specialus informacijos portalas.

Daugelyje Lietuvos ligoninių jau įdiegta elektroninė išankstinės pacientų registracijos sistema <http://www.sergu.lt/>, kuri sujungia atskirų gydymo įstaigų registracijos sistemas. Išankstinės pacientų registracijos sistema internetu leidžia pasirinkti patogų laiką apsilankymui pas gydytoją, pasirinkti gydytoją iš įvairių gydymo įstaigų, gauti priminimą apie apsilankymą, sekti savo vizitus, gydytojai gali iš anksto susipažinti su atvyksiančių pacientų duomenimis, išrašyti siuntimus.

Prisijungus prie išankstinės registracijos tinklalapio <http://www.sergu.lt/>, pirmiausia pasirinkite sveikatos įstaigą iš pateikto sąrašo arba naudokitės interaktyviu žemėlapiu (7.3. pav.).



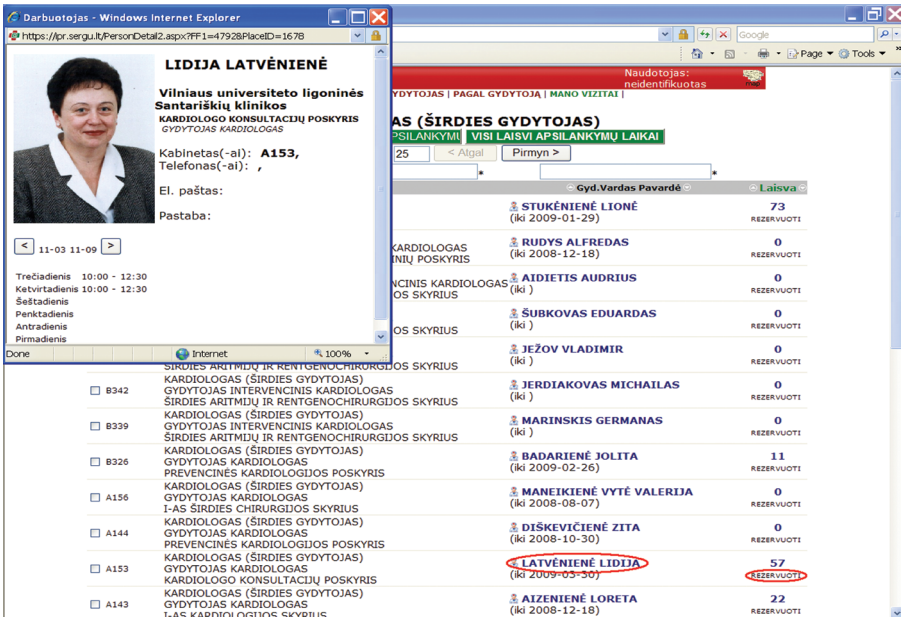
7.3. pav. Išankstinės pacientų registracijos puslapis

Pasirinkę gydymo įstaigą, toliau reikia rinktis specialistą. Atsivėrus specialistų sąrašui, pasirinkite pageidaujamą gydytoją, o spragtelėję „rezervuoti“ pamatysite laisvą vizitų laiką. Čia taip pat galite rasti trumpą informaciją apie gydytoją (pav.7.4.).

Norint sėkmingai užbaigti registarciją pas gydytoją, būtina indentifikuotis ir gauti slaptažodį. Tai galite atlikti mobiliuoju telefonu siųsdami žinutę trumpuoju numeriu 1679 įrašydami raides IPR (žinutės kaina 50 ct.). Netrukus gausite žinutę su slaptažodžiu, kurį reikės įvesti jungiantis prie sistemos. Tai padarius, atsivėrusioje formoje reikės užpildyti trumpą informaciją apie save ir registracija bus baigta. Sistema automatiškai patvirtins registraciją ir atsiųs pranešimą.

Panašiai registruojamasi ir pas šeimos gydytoją. Norint užsiregistruoti, pirmiausia būtina indentifikuotis, įrašant mobilaus telefono numerį ir slaptažodį, kuris gaunamas tokiu pat būdu, kaip aprašyta aukščiau.

Slaptažodį reikia gauti tik registruojantis pirmą kartą. Registruojantis kitą kartą naudojamas tas pats slaptažodis.



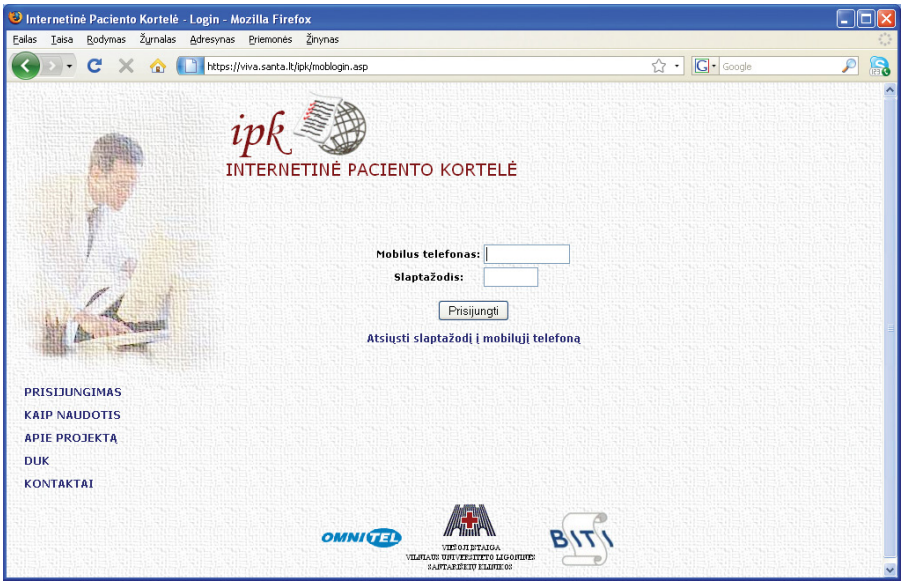
7.4. pav. Registracija pas pasirinktą gydytoją

Ši vieninga išankstinės registracijos sistema naudojama registruojantis į visas Lietuvos sveikatos įstaigas.

Internetinė paciento kortelė

Vilniaus universiteto ligoninės Santariškių klinikose sukurta internetinė paciento kortelė <https://viva.santa.lt/ipk/moblogin.asp> (7.5. pav.), kuri leidžia patiems pacientams ar jų įgaliotiems gydytojams skaityti ligos istoriją namuose ar toli nuo Santariškių klinikų esančiame bendrosios praktikos gydytojo kabinete. Naudotis IPK gali šios ligoninės pacientas, susipažinęs su sąlygomis ir jas pasirašęs. Tai galima atlikti priėmimo skyriuje, gulantis į stacionarą, konsultacijų poliklinikoje ar Informacijos skyriuje (interneto centre „Langas į ateitį“). Registracijos metu identifikuojamas paciento telefonas (SMS žinute patikrinama, ar pacientas tikrai turi sistemoje registruojamą telefoną), suteikiamas prisijungimo slaptažodis. Užsiregistravęs pacientas gauna lipduką su slaptažodžiu, prisijungimo adresu ir trumpą instrukciją, kaip SMS žinute įgalioti kitą asmenį sekti ligos įrašus. Taip pat gauna naudojimosi instrukciją ir sistemos naudojimosi sąlygų kopiją.

7.5. pav. Prisijungimas prie internetinės paciento kortelės



Atvėrus sistemos langą, centre matyti apsilankymų ligoninėje (ligos istorijų) sąrašas. Spustelėję ligos istorijos numerį (LIN), rasite visų apsilankymo metu sukurtų elektroninių dokumentų sąrašą. Pasirinkdami klinikinių dokumentų sąrašą, galite gauti paciento demografinius duomenis, judėjimo detales, nustatytas diagnozes, suteiktas mokamos paslaugas ir t.t. Spustelėję dokumento pavadinimą, atskirame lange gausite patį dokumentą, kuris gali būti tiek tekstinis tyrimo aprašymas, tiek paveikslas, garsinis įrašas ar net failų rinkinys.

7.3. NORIU ŽINOTI APIE SVEIKATĄ IR LIGAS

Visi anksčiau aprašyti ir rekomenduojami tinklalapiai, kuriuose dedama oficiali sveikatos valstybinių įstaigų informacija, yra patikimi ir nekelia jokių abejonių. Tačiau internete gausu tinklalapių, finansuojamų įvairių farmacijos kompanijų, reklamuojančių savo produkciją, privačių klinikų, siūlančių savo paslaugas, įvairių ligonių ir medikų draugijų, alternatyviosios medicinos, žiniuonių, ekstarsensų ir kt. Jų skaičius sparčiai auga. Dažnai tokiuose tinklalapiuose informacija vienu ar kitu klausimu yra prieštaringa, o kartais – net žalinga. Todėl labai svarbu gebėti kritiškai įvertinti internete publikuojamą sveikatos informaciją ir atsirinkti naudingą ir mokslu patvirtintą informaciją.

Nuo ko pradėti?

Konkrečios sveikatos informacijos galite pradėti ieškoti paieškos sistemose, pvz., *Google* <http://www.google.lt> ar kitose. Lietuvoje populiariausia paieškos sistema yra *Google*. Joje galite ieškoti informacijos lietuvių kalba arba tik lietuviškuose tinklalapiuose. Įrašę temą ir paspaudę mygtuką „man sekasi“, galite iš karto patekti į labiausiai Jūsų užklausą atitinkantį puslapį.

Google paieškos sistemos vaizdų kataloge galite ieškoti ir rasti medicininių nuotraukų, anatomijos vaizdų. Tai gali būti naudinga pacientams, norintems geriau pažinti savo kūną. *Google* turi ir sveikatos katalogą, kuriame informacija apie sveikatą yra sugrupuota pagal temas. Tačiau šis katalogas nėra išsamus, todėl patartina atlikti paprastą ar išplėstinę informacijos paiešką norima tema.

Įvedus į paieškos laukelį reikšminius žodžius ir atlikus paiešką, dažniausiai gauname labai daug šaltinių. Visų jų neįmanoma net peržiūrėti. Vartotojui yra nepatogu, kad ieškant konkrečios informacijos apie ligą, pateikiama labai įvairi informacija: nesuprantama mokslinė informacija, namų šeimininkių pasisakymai įvairiuose forumuose, dienoraščių straipsneliai, studentų darbai, laikraščių straipsniai ir jų komentarai, įmonių katalogai ir t.t. Paprastai, peržūrimi tik pirmieji paieškos rezulatų puslapiai, o reikalinga informacija gali būti galiniuose paieškos rezultatų puslapiuose. Paprastai pacientas nori gauti rimtą profesionalo teikiamą informaciją apie savo ligą. Kaip atsirinkti tai, kas labiausiai tenkina poreikį? Todėl pasirenkant reikiamą tinklalapį pravartu žinoti pagrindinius vertinimo kriterijus.

10 patarimų, kaip vertinti sveikatos tinklalapius

1. Pirmiausia rekomenduojama paskaityti svetainės skyrelį „apie mus, projektą, svetainę...“. Svarbu žinoti, kas kuria ir atsako už svetainės priežiūrą ir informacijos publikavimą. Suprantama, kad patikimiausios yra oficialiai veikiančių sveikatos įstaigų svetainės.
2. Pasidomėti, kas finansuoja svetainę, nes tai gali lemti informacijos tendencingumą ir patikimumą.
3. Koks svetainės tikslas? Šis vertinimo principas siejasi su pirmais dviem, tačiau puslapyje „Apie..“ turėtų būti aiškiai nurodytas pagrindinis svetainės tikslas. Jis padės teisingai įvertinti svetainę.
4. Iš kokių šaltinių gaunama ir renkama sveikatos informacija? Dažniausiai svetainių kūrėjai renka informaciją iš įvairių interneto šaltinių, ir patys jos nekuria. Tokiu atveju turėtų būti nurodyti pirminiai informacijos šaltiniai.
5. Kokiomis žiniomis, faktais, skaičiais paremta sveikatos informacija, ar ji yra įrodyta ir pagrįsta mokslu? Straipsnyje turi būti pateiktos nuorodos į originalius tyrimo duomenis.
6. Atkreipti dėmesį, ar svetainė turi redaktorių grupę, ar profesionalūs specialistai ir mokslininkai recenzuoja straipsnius prieš publikavimą tinklalapyje?
7. Ar pateikiama informacija nėra pasenusi? Sveikatos informacija sensta labai greitai, todėl informacija turi būti nuolatos atnaujinama. Atkreipkite dėmesį į tinklalapio atnaujinimo datą, nesvarbu, kad dalis informacijos išlieka nepakeista. Tai rodo, kad svetainė prižiūrima.
8. Kaip ir kokias nuorodas į kitus tinklalapius pateikia svetainės kūrėjai? Vieni neteikia jokių nuorodų, kiti ima pinigus už reklamines nuorodas, nesigilindami į jų vertę, kiti pateikia tik vertingiausias nuorodas.
9. Pasidomėti, ar svetainės kūrėjai renka informaciją apie vartotoją, kokia informacija ir kokiu tikslu yra renkama? Kai kurios svetainės prašo užsiregistruoti, prenumeruoti naujienas ir t. t. Patikimų svetainių

kūrėjai turėtų paaiškinti, kam reikalinga informacija apie asmenis, kur ir kokiu tikslu ji bus naudojama.

10. Ar svetainėje palaikomas ryšys su vartotojais, kaip tai atliekama, ar yra lankytojų forumai, pateikiamas grįžtamasis ryšys, ar diskusijos moderuojamos ir kas tai atlieka, ar vartotojų komentarai yra recenzuojami? Tai taip pat leidžia spręsti apie svetainę.

Lietuvos organizacijos, siekdamos informuoti visuomenę ir pacientus apie ligas, jų gydymą bei sveikatos priežiūrą, sukūrė nemažai tinklalapių, skirtų plačiajai visuomenei. Ši veikla yra remiama įvairių tarptautinių fondų. Tokie universalūs sveikatos tinklapiai visuomenei dažniausiai būna laisvai prieinami, juos kuria ir prižiūri profesionalūs medikai kartu su informacijos specialistais. Visų apžvelgti ir įvertinti nėra galimybės, todėl pateiksime kai kuriuos geriausiai parengtus, nepriklausomus nuo vaistų kompanijų ir tinkamus plačiai visuomenei tinklalapius.

Rekomenduojame jų adresus įtaukti į parankinių sąrašą, nes dažnai jie pasimeta tarp gausybės paieškos sistemose randamų puslapių.

Pasveik.lt <http://www.pasveik.lt/> – tai naujai sukurtas modernus ir informatyvus sveikatos tinklalapis visuomenei. Jį kuria ir administruoja VšĮ „eMedicina“. Tinklapyje veikia interaktyvi kūno dalių ligų simptomų informavimo sistema. Kursoriumi pasirinkus atitinkamą kūno vietą, bus pateikiami galimi ligos simptomai šioje kūno dalyje (7.7. pav.).



7.7. pav. Interaktyvus kūnas simptomų suradimui <http://www.pasveik.lt/>

Pagal pasirinktus simptomus pateikiamas galimų ligų sąrašas su aprašymais. Spragtelėję ligos pavadinimą, gausite išsamią informaciją apie pasirinktą ligą. Tą pačią informaciją apie dominančią ligą, gydymo metodus galima gauti ir pasirinkus ligos pavadinimą iš abėcėlinio sąrašo arba pagal organų sistemas.

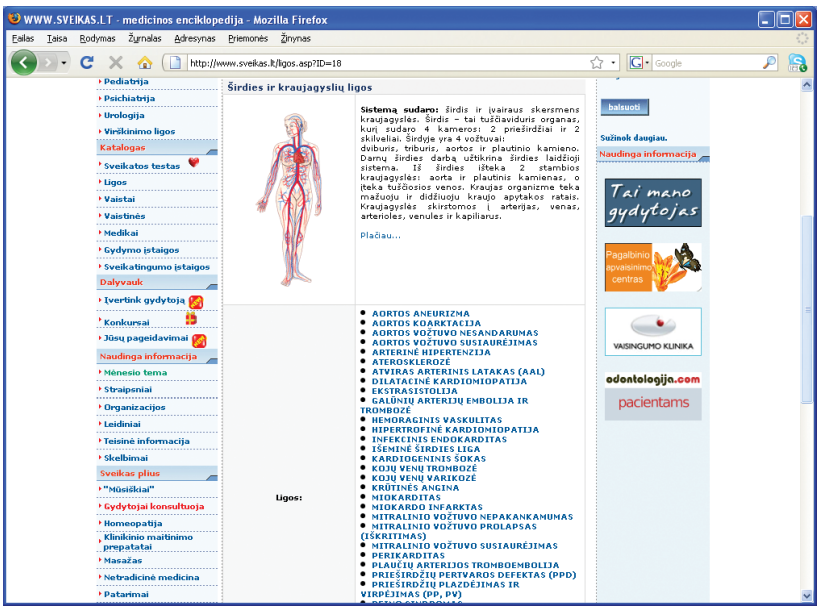
Tinklalapyje galima atlikti vaistų paiešką pagal pavadinimą, gamintoją ir vaistų grupę. Taip pat pateikiamas pirmosios pagalbos aprašymas, kelionių vaistinėlės vaistų sąrašas, yra diskusijų forumai įvairiomis temomis, skyrelis „Klausk gydytojo“. Į pateiktus klausimus atsako Lietuvos internistų draugijos gydytojai.

WWW. SVEIKAS. LT

Interneto vartai www.sveikas.lt <http://www.sveikas.lt/> – tai UAB „Gydymo enciklopedija“ kūrinys. Šios svetainės tikslas – suteikti vartotojui išsamios informacijos apie mediciną, farmaciją ir sveikatos priežiūrą Lietuvoje, teikti profesionalias konsultacijas internete ar elektroniniu paštu.

Pacientams patogu pradėti ieškoti informacijos nuo skaudamos kūno vietos. Tinklalapyje pateikiamas interaktyvus kūno atlasas. Reikia spragtelėti ant skaudamos kūno vietos, tuomet bus pateikiama informacija apie šią kūno dalį, jų iliustracijos ir galimų susirgimų aprašymai (7.8. pav.).

Toliau rasite išsamius ligų aprašymus, susirgimo priežastis, gydymo būdus, patarimų ir daugiau su liga susijusios informacijos.



7.8. pav. Kardiologinės ligos portale www.sveikas.lt

Alternatyvus būdas rasti informaciją apie ligas – pasirinkti atitinkamą sritį iš meniu juostos. Naujame lange atsivers visų pasirinktos organų sistemos ligų aprašymai.

Tinklalapio lankytojus konsultuoja urologas, ginekologas, LOR gydytojas. Visi klausimai ir atsakymai viešai pateikiami visuomenei.

Taip pat galima atlikti vaistų paiešką pagal pavadinimą, ligas, pasirinkti juos pagal abėcėlinį sąrašą.

LIGOS.lt

Portalas Ligos.lt <http://www.ligos.lt/> yra skirtas plačiai visuomenei, jame galima rasti išsamius ligų aprašymus, gydymo metodus, informaciją apie vaistus. Peržvelgus šios svetainės meniu išvardytas temas galima pastebėti, kad daug informacijos pateikiama sveikam gyvenimo būdui ir sveikatos palaikymui.

Universalaus pobūdžio lietuviškų sveikatos tinklalapių yra sukurta ir daugiau, tačiau daugelis jų skirti medicinos specialistams bei studentams. Iš žinomesnių galima paminėti <http://www.medicus.lt/>, <http://www.emedicina.lt/>, <http://www.sveikata.lt/>, <http://www.medicine.lt/>. Jais naudotis rekomenduojame ir labiau apsiskaičiusiems pacientams.

Įvairių sričių specialistai rengia specializuotus savo srities medicinos tinklalapius. Jie nuo universalių skiriasi tuo, kad čia pateikiama informacija tik apie tam tikrą sveikatos sritį ar ligas, pvz., onkologiniai susirgimai, diabetas, moterų sveikata, vaikų sveikata ir t. t. Juose galima rasti išsamios informacijos apie susirgimą, paskaityti žurnalų straipsnių, konsultuotis su šios srities specialistais, bendrauti diskusijų forumuose su šia liga sergančiais pacientais. Paprastai tokiose svetainėse galima rasti daugiau informacijos apie ligą, nei universaliuose tinklalapiuose.

Jeigu nežinote tikslaus svetainės adreso, geriausia paieška pradėti paieškos sistemoje *Google*. Įrašykite į paieškos laukelį reikšminius žodžius ir tokiu būdu rasite svarbiausius šios srities tinklalapius.

Internete yra nemažai sergančiųjų tam tikromis ligomis ligonių draugijų svetainių. Jos taip pat gali būti naudingos, tačiau jų nereikia painioti su specialistų rengiamomis svetainėmis. Pateiksime keletą specializuotų tinklalapių pavyzdžių.

HTTP://WWW.ALERGIJA.INFO

Šis tinklalapis <http://www.alergija.info/> yra skiriamas alergiškiems Lietuvos žmonėms. Šios svetainės kūrėjų tikslas – padėti spręsti alergiškų žmonių problemas, dalintis patirtimi. Tinklalapio lankytojus konsultuoja profesionalūs alergologai.

Iš meniu juostos galima pasirinkti aktualias temas, dalyvauti diskusijose, rasti gydytojų vertinimus, kuriuos teikia ligoniai. Tinklalapyje yra paprasta ir išplėstinė paieška.

www.neurosurgery.lt

Tai Vilniaus universitetinės greitosios pagalbos ligoninės Neurochirurgijos skyriaus svetainė <http://www.neurosurgery.lt/>, skirta informacijai apie galvos ir nugaros smegenų traumas. Plačiajai visuomenei parengtas specialus skyrius apie nervų sistemos traumas, jų prevenciją, pirmąją pagalbą, nukentėjusiųjų gydymo principus, komplikacijas, pasekmes, ligonių slaugą.

Vėžio informacijos centras

Tai Vilniaus onkologijos instituto <http://www.loc.lt/> pacientams sukurtas tinklalapis <http://www.loc.lt/index.php?-1038036676/>. Kūrėjų tikslas – konsultuoti onkologinėmis ligomis sergančius ligonius, atsakyti į jiems rūpimus klausimus.

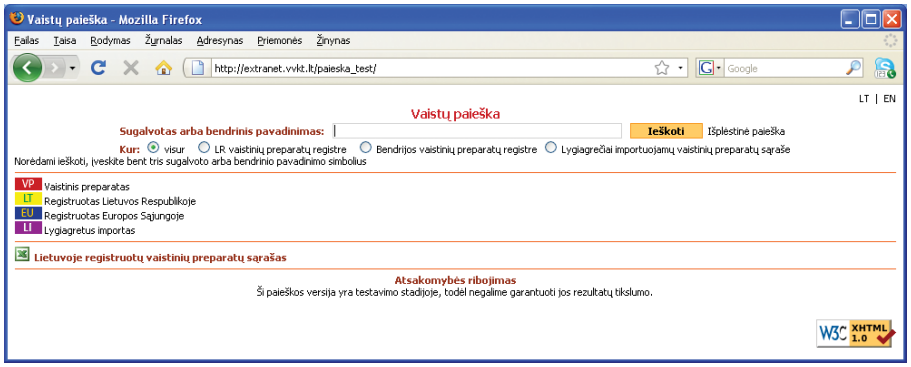
Svetainėje teikiama informacija apie vėžio profilaktiką ir ankstyvąją diagnostiką, onkologines ligas, jų gydymo būdus bei šalutinį poveikį, gyvenimo kokybės gerinimo galimybes ir priemones. Taip pat galima rasti informacijos apie socialinių problemų sprendimo galimybes Lietuvoje (nedarbingumo pažymėjimai, darbingumo lygio nustatymas, slaugos ir palaikomojo gydymo įstaigos, vaistų ir gydymo priemonių kompensavimas ir kt.).

Sergantys ligoniai šiame tinklalapyje gali rasti informacijos apie papildomą pagalbą pacientui, besigydančiam namuose, organizuoti psichologinę pagalbą pacientui ir jo artimiesiems. Tai labai profesionaliai parengtas ir vertingas tinklalapis.

7.4. VISKAS APIE VAISTUS

Internete gausu informacijos apie vaistus. Ją platina vaistų gamintojai, tiekėjai, ar net nelegaliai iš užsienio šalių vaistus įvežantys asmenys. Pastaruoju metu populiarėja vaistų ir įvairių maisto papildų pardavimas internetu. Vaistų tinklalapiuose gausu reklamos su perdėtai aprašytomis vaistų gydomosimis galiomis. Todėl, ieškant patikimos informacijos apie vaistus, reikėtų nuodugniai susipažinti su svetaine ir kritiškai ją įvertinti. Patikimiausiais vaistų tinklalapiais yra laikomi tie, kurie yra nepriklausomi nuo vaistų gamintojų ir jų reklamos. Vertingiausios yra valstybinės svetainės. Patikimiausią informaciją apie vaistus galite rasti Valstybinės vaistų kontrolės tarnybos svetainėje <http://www.vvkt.lt/>. Čia yra specialiai gyventojams skirtas tinklalapis, kuriame pateikiama daug naudingos informacijos.

7.12. pav. Vaistų paieška Lietuvos registre



Ieškant informacijos apie vaistus, pirmiausia reikėtų žinoti, ar vaistas yra oficialiai įregistruotas Lietuvos vaistų registre. Šią informaciją galite rasti Valstybinės vaistų kontrolės tarnybos tinlalapyje publikuotame vaistų registre <http://extranet.vvkt.lt/paieska_test/>.

Atlikdami paiešką laukelyje įrašykite vaisto arba bendrinį preparato pavadinimą. Galite ieškoti Lietuvos, Europos Sąjungos ar abiejuose vaistų registruose.

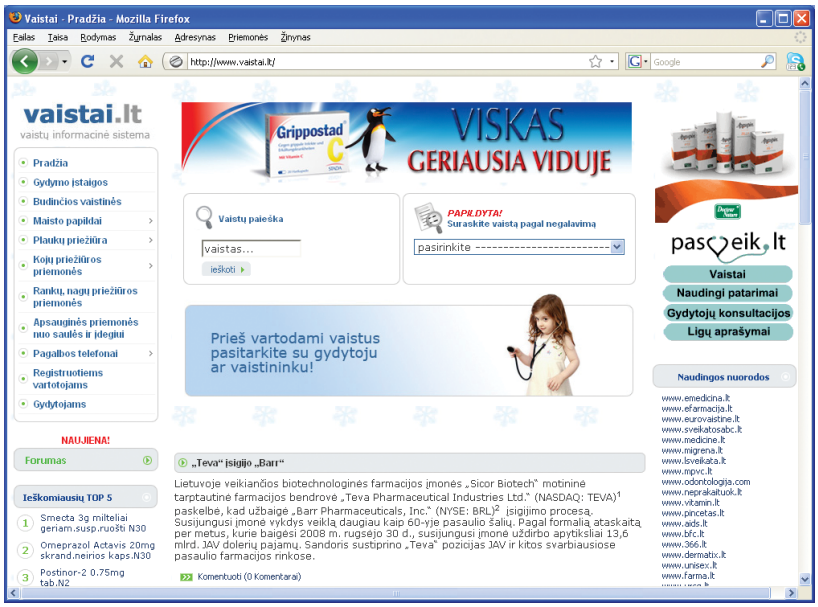
Registravimo liudijimo priedų skiltyje paskelbti naujausios redakcijos vaistinio preparato informaciniai dokumentai: preparato charakteristikų santrauka, rinkodaros sąlygos, ženklinimas, pakuotės lapelis.

Informaciją apie kompensuojamų vaistų sąrašus ir kainas galite rasti:

- Farmacijos departamento <http://www.fd.lt/> arba
- Valstybinės ligonių kasos svetainėse <http://www.vlk.lt/vlk/lt/?page=list>.

Norėdami rasti visapusišką su vaistais susijusią informaciją arba vaistinę, kurioje prekiaujama norimais įsigyti vaistais, rekomenduojame naudotis puikiai parengta vaistų informacine sistema vaistai.lt <http://www.vaistai.lt/>. Šioje svetainėje galima naudotis išsamia vaistų anotacijų duomenų baze, gauti informaciją apie kompensuojamų vaistų priemokas, susirasti artimiausią vaistinę, prekiaujančią dominančiais vaistais, sužinoti vaistų kainas, paskaityti straipsnių sveikatos klausimais.

Vaistų galite ieškoti į paieškos laukelį įvedę vaistų pavadinimą arba pasirinkę negalavimą iš išsiskleidžiančio meniu sąrašo (7.13. pav.). Sistema pateikia išsamią informaciją apie vaistą: kainą, gamintoją, kuriai grupei priklauso vaistas, pateikiami kiti tarptautiniai vaisto pavadinimai. Paspaudę frazę „informacinis lapelis“ gausite išsamią anotaciją apie vaistą: jo veikimą, indikacijas, kontraindikacijas, vartojimo dozes ir t. t.



7.13. pav. Vaistų paieška svetainėje vaistai.lt

Labai patogi informacinė paslauga „Kur pirkti?“. Čia paieškos laukeliuose galite pasirinkti Lietuvos miestą ar miestelį, ir, pasižymėjus jį, gausite sąrašą vaistinių, kuriose prekiaujama pageidaujamu vaistu. Šiame tinklalapyje galima rasti daug informacijos ir apie maisto papildus, homeopatinius preparatus, grožio palaikymo priemones, pateikiamas budinčių vaistinių Lietuvoje sąrašas.

Informaciją apie vaistus ir vaistines galite rasti daugelyje kitų sveikatos tinklalapių, tačiau ši svetainė labai patogi vartotojui, joje pateikiama informacija yra patikima. Kiekvienas vaistinių tinklas Lietuvoje taip pat turi savo svetaines, kur informuojama apie vykdoms akcijas, naujienas ir kt.

7.5. KĄ SIŪLO ALTERNATYVIOS MEDICINOS SVETAINĖS?

Nors Lietuvoje oficiali medicina skeptiškai žiūri į alternatyvią (netradicinę ir liaudies) mediciną, tačiau nemažai žmonių domisi šiais dalykais. Geriau, kad žmonės patys galėtų internete paskaityti informaciją juos dominančiomis temomis, gauti įvairesnę ir išsamesnę informaciją, nei paklausius kaimynės. Aišku, čia labai praverstų pasinaudoti anksčiau minėtais interneto svetainių vertinimo kriterijais ir pasikonsultuoti apie tai su gydytojais.

Pradedantiesiems rekomenduojame pasinaudoti interneto katalogo www.surask.lt <http://www.surask.lt>

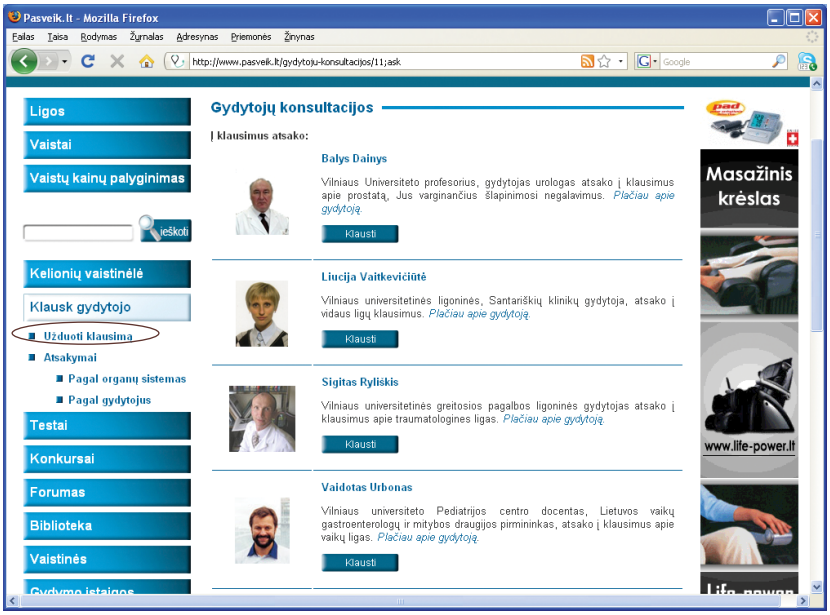
surinktais informacijos šaltiniais alternatyvios medicinos temomis <http://www.surask.lt/medicina_sveikata/alternatyvi_medicina/>.

7.6. IR DAR KAI KAS NAUDINGO

Klausk gydytojo

Tokia konsultacijos forma internetu jau galima daugelyje sveikatos tinklalapių. Svetainės skiriasi atsakymų operatyvumu ir išsamumu. Rekomenduojama pasirinkti tokią svetainę, kurioje konsultuoja visuomenėje žinomi gydytojai, ja naudojatės ilgesnį laiką, todėl joje teikiamais atsakymais ir konsultacijomis pasitikite. Atkreipkite dėmesį į viešai publikuojamų gydytojų atsakymus, ar Jus jie tenkina. Bendrais sveikatos klausimais konsultuoja Lietuvos internistų draugijos gydytojai jau minėtoje svetainėje pasveik.lt <http://www.pasveik.lt/> (7.14. pav.).

Jei Jūs turite specifinių klausimų, susijusių su konkrečia liga ir norite gauti tos srities specialisto konsultaciją,



7.14. pav. Svetainės pasveik.lt „Klausk gydytojo“ tinklalapis

geriausia klausti specializuotose ligų (onkologinių susirgimų, alergijos, vaikų ligų ir kt.) svetainėse. Patikimuose tinklalapiuose visada nurodoma konsultuojančio gydytojo pavardė ir kita informacija apie jį.

Nepamirškite, kad bet kokio gydytojo konsultacijos internetu yra tik bendro patariamjo pobūdžio ir todėl nereikėtų tikėtis, kad gydytojas, neturėdamas tyrimų rezultatų, tiksliai diagnozuos ligą ir paskirs gydymą.

Pirmoji pagalba

Ši, visiems privaloma informacija, turėtų būti žinoma nuo mokyklos ar studijų laikų. Tačiau, ištikus bėdai, daugelis žmonių nesugeba suteikti pirmosios medicinos pagalbos. Todėl kiekvienas pilietis turėtų sugebėti bent internete greitai rasti ir paskaityti pirmosios medicinos pagalbos apašymą.

Ją surasti nėra sudėtinga, nes daugelyje sveikatos tinklalapių ji pateikiama. Galimas variantas – atlikti paiešką populiariajame *Google* ir iš gauto sąrašo pasirinkti šaltinį. Kitas greitesnis būdas rasti šią informaciją – atlikti paiešką *Google*, spausti mygtuką „Man sekasi“, šiuo atveju iškart pateiks populiariausią šaltinį.

Kitas būdas – sveikatos tinklapiai visuomenei. Daugumoje jų rasite šią informaciją, pvz., www.sveikas.lt <http://www.sveikas.lt/>.

Vaistinėlės

Rasti informaciją apie vaistinėlę – geriausias ir paprasčiausias būdas ieškoti *Google*, nes rekomenduojamų ir reikalaujamų vaistinėlių turinys yra įvairus. Vieni reikalavimai taikomi transporto priemonės vaistinėlei <http://www.vta.lt/vaist_motor.php4>, kiti – įmonės vaistinėlei <http://cvpp.lt/catalog/category4753/category5171/catalog_item2619>, kitokie kelionės vaistinėlei <http://vasc.sam.lt/keliones_vaistinele.pdf> ar namų vaistinėlei <http://www.eurovaistine.lt/lt/main/advise?ID=148>. Todėl, atsižvelgiant į poreikius, geriausia pasirinkti šaltinį iš paieškos sistemos pateikto interneto puslapių sąrašo.

Kur rasti likimo draugų?

Pravartu žinoti, kad intenete galite rasti ne tik įvairią sveikatos informaciją, bet, ištikus bėdai, susirasti likimo bičiulių, bendrauti su jais, keistis informacija ir tokiu būdu palengvinti likimo skirtus išbandymus. Lietuvoje įsikūrę daugybė įvairių ligonių asociacijų, draugijų, įvairiausių ligonių diskusijų forumų. Pacientai, bendraudami tarpusavyje, gauna daug vertingos informacijos apie ligas, galimą paramą, keičiasi patirtimi.

Informacijos apie konkrečią pacientų asociaciją geriausia ieškoti *Google* paieškos sistemoje, įvedus reikšminius žodžius.

Sveikatos apsaugos ministerijos tinklalapyje <http://www.sam.lt/lt> galite rasti pacientų organizacijų sąrašą <http://www.sam.lt/lt/main/tarptautinis_bendrad/lietuvos_organizacij/visuomenines_organiz/pacientu_organizacij> ir kontaktinę informaciją. Ši informacija naudinga ligoniams, kurie nori bendrauti su panašaus likimo žmonėmis.

7.7. JEI MĖGSTI SKAITYTI KNYGAS

Jeigu Jus domina literatūra medicinos tema, šios rūšies informacijos šaltinių reikėtų ieškoti savo bibliotekos elektroniniame kataloge. Ypač, jei norite rasti spausdintų leidinių ar pasiskolinti juos iš bibliotekos.

Lietuvoje kasmet daugėja žurnalų apie sveikatą, kurie leidžiami elektronine forma. Jų išsamų katalogą galite rasti Kauno medicinos universiteto bibliotekos Visuomenės sveikatos svetainėje <http://library.kmu.lt/sveikata/infsaltiniai/zurnalai.htm#Lietuvoje>. Kataloge pateikiami tik laisvai prieinami visateksčiai elektroniniai žurnalai.

Norintiems rasti straipsnių sveikatos tema lietuviškoje periodinėje spaudoje, patartina ieškoti Nacionalinės bibliografijos duomenų banke <http://www.libis.lt:8082/>. Šiame kataloge rasite informaciją, koks straipsnis ir kokiame leidinyje buvo publikuotas, o patį straipsnį galėsite paskaityti atvykę į savo biblioteką.

Daugiau informacijos sveikatos tema galite pasiskaityti mokymosi medžiagoje „Interneto ištekliai ir naujos bibliotekų paslaugos“ <http://kursai.bibliotekospazangai.lt> pamokoje „Sveikata“.

REKOMENDUOJAME

REKOMENDUOJAMŲ NUORODŲ SĄRAŠAS

VALSTYBINIŲ SVEIKATOS ĮSTAIGŲ SVETAINĖS

- Farmacijos departamentas prie Sveikatos apsaugos ministerijos <http://www.fd.lt/>.
- Kauno medicinos universiteto klinikos <http://www.kmuk.lt/>.
- Internetinė paciento kortelė <https://viva.santa.lt/ipk/moblogin.asp>.
- Išankstinė pacientų registracija – išankstinė pacientų registracija pas gydytojus <http://www.sergu.lt/>.
- Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija <http://www.sam.lt/>.
- Valstybinė ligonių kasa <http://www.vlk.lt/>.
- Valstybinė vaistų kontrolės tarnyba prie LR Sveikatos apsaugos ministerijos <http://www.vvkt.lt/>.
- Vilniaus universiteto ligoninės Santariškių klinikos <http://www.santa.lt/>.

TINKLALAPIAI APIE SVEIKATĄ IR LIGAS

- Alergija.info – Informacinis tinklalapis alergiškiems žmonėms <http://www.alergija.info.lt>.
- e-medicina – medicinos ir farmacijos tinklalapis specialistams ir visuomenei <http://www.emedicina.lt/>.
- LIGOS.lt – informacinis tinklalapis apie ligas visuomenei <http://www.ligos.lt/>.
- Pasveik.lt – universalus sveikatos tinklalapis visuomenei <http://www.pasveik.lt/>.
- Medicine.lt – sveikatos informacinis tinklalapis <http://www.medicine.lt>.
- *Neurosurgery* – VU informacinis tinklalapis apie galvos ir nugaros smegenų traumas <http://www.neurosurgery.lt/>.
- Sveikata.lt – medicinos katalogas ir informacinis tinklalapis specialistams ir visuomenei <http://www.sveikata.lt/>.
- Vėžio informacijos centras – VU Onkologijos instituto informacinis tinklalapis pacientams apie onkologinius susirgimus <http://www.loc.lt/index.php?-1038036676>.
- WWW.SVEIKAS.LT – sveikatos informacijos tinklalapis visuomenei / medicinos enciklopedija <http://www.sveikas.lt/>.

INFORMACIJA APIE VAISTUS

- Kompensuojamų vaistų kainynas <http://www.fd.lt/index.php?1973739622>.
- Vaistai.lt – informacinė sistema apie vaistus <http://www.vaistai.lt/>.
- Vaistų paieška LR ir ES registruose <http://extranet.vvkt.lt/paieska_test/>.

APIE NETRADICINĘ MEDICINĄ

- Surask.lt – alternatyvios ir liaudies medicinos nuorodų katalogas <http://www.surask.lt/medicina_sveikata/alternatyvi_medicina/>.
- DMOZ atviras katalogas <http://www.dmoz.org/World/Lietuvi%C5%B3/Sveikata/Netradicin%C4%97_medicina/>.

KITI NAUDINGI ADRESAI

- Kelionės vaistinėlė <http://vasc.sam.lt/keliones_vaistinele.pdf>.
- Pacientų organizacijos <http://www.sam.lt/lt/main/tarptautinis_bendrad/lietuvos_organizacij/visuomenines_organiz/pacientu_organizacij>.
- Pirmoji medicinos pagalba <http://www.kmu.lt/emed/pmp/home2.html>.
- Pirmosios pagalbos rinkiniai – transporto priemonės vaistinėlės <http://www.vta.lt/vaistin.php4>.
- Visuomenės sveikata plačiajai visuomenei. KMU Bibliotekos parengtas nuorodų katalogas <http://library.kmu.lt/sveikata/visuomene/visuom.htm>.