

Project E+ KA204 New Media 4 Lifelong Learning

***Broszura:
Instrukcje
i referencje***



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

W 2018 r. w państwach członkowskich UE najwyższe wskaźniki uczestnictwa dorosłych w kształceniu odnotowano w Szwecji (29,2 %), Finlandii (28,5 %) i Danii (23,5 %). Natomiast pięć państw członkowskich miało wskaźniki uczestnictwa poniżej 5%: Rumunia (0,9 %), Bułgaria (2,5 %), Chorwacja (2,9 %), Słowacja (4,0 %) i Grecja (4,5 %). Jeśli chodzi o Polskę – 5,7%, a tylko Słowenia jest nieco poniżej średniej – 11,4%.

Dlatego widzimy dużą potrzebę zapewnienia większych możliwości udziału dorosłych i promowania uczenia się przez całe życie.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Broszura zawiera:

Aplikacje wybrane przez seniorów obejmujące różne obszary życia:

- ***media społecznościowe***
- ***gry i rozrywka***
- ***hobby i wypoczynek***
- ***zdrowie i sport***

Świadectwa



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1. Aplikacje MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

FACEBOOK

ZASADA DZIAŁANIA:

Facebook jest definiowany jako społeczność online i witryna sieciowa, w której ludzie mogą tworzyć profile, udostępniać informacje, takie jak zdjęcia i cytaty o sobie, oraz odpowiadać lub umieszczać linki do informacji publikowanych przez innych.

ZASTOSOWANIE

- Aby zdobyć nową wiedzę
- Aby połączyć się z innymi ludźmi
- Aby rozmawiać i łączyć się z ludźmi z daleka, których nie widzimy na co dzień
- Aby zobaczyć zdjęcia z innych części świata
- Aby poznać nowych ludzi o wspólnych zainteresowaniach, respondentów.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

1. Aplikacje MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

INSTAGRAM

ZASADA DZIAŁANIA:

Instagram to bezpłatna aplikacja do udostępniania zdjęć i filmów dostępna na iPhone'a i Androida.

Ludzie mogą przysyłać zdjęcia lub filmy do naszego serwisu i udostępniać je swoim obserwatorom lub wybranej grupie znajomych.

Mogą również przeglądać, komentować i polubić posty udostępnione przez ich znajomych na Instagramie.

ZASTOSOWANIE:

- Aby obserwować działania ludzi, ułożyć je w zdjęcie i wideo
- Aby śledzić znane osoby w celu informowania o nowych trendach
- Aby zobaczyć sztukę i śledzić artystów promujących swoje prace
- Aby budować społeczności o tych samych zainteresowaniach



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

1. Aplikacje MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

WHATSAPP

ZASADA DZIAŁANIA:

WhatsApp Messenger to wieloplatformowa aplikacja do obsługi wiadomości błyskawicznych, która umożliwia użytkownikom urządzeń iPhone, Blackberry, Android, Windows Phone i smartfonów Nokia bezpłatną wymianę wiadomości tekstowych, graficznych, wideo i audio.

WhatsApp jest szczególnie popularny wśród użytkowników, którzy nie mają nieograniczonej liczby wiadomości tekstowych.

Oprócz podstawowych funkcji przesyłania wiadomości

WhatsApp zapewnia czat grupowy i opcje udostępniania lokalizacji.

ZASTOSOWANIE:

- Aby łatwo i swobodnie komunikować się z innymi
- Błyskawicznie i za darmo wymieniać się filmami i zdjęciami
- Aby prowadzić rozmowy wideo z innymi osobami



Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1. Aplikacje MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

YOUTUBE

ZASADA DZIAŁANIA:

YouTube to popularna witryna do udostępniania filmów wideo, w której zarejestrowani użytkownicy mogą przysyłać i udostępniać filmy wideo każdemu, kto ma dostęp do tej witryny. Te filmy można również osadzać i udostępniać w innych witrynach.



ZASTOSOWANIE:

- **Aby oglądać filmy:**

filmy dokumentalne,
filmów,
muzyki (teledyski, koncerty),
transmisje na żywo,
filmów telewizyjnych



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

1. Aplikacje MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE

PINTEREST

ZASADA DZIAŁANIA:

Pinterest to serwis społecznościowy służący do udostępniania i kategoryzowania obrazów znalezionych w Internecie.

Witryna jest opisana we własnej treści jako wizualna witryna zakładek.

Pinterest to kontaminacja słów „szpilka” i „zainteresowanie”.



ZASTOSOWANIE

- Aby podążać za modą
- Aby zobaczyć przepisy
- Aby zobaczyć propozycję aranżacji wnętrz
- Aby zobaczyć ramki celebrytów



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

2. Aplikacje HOBBY I REKREACJA

Osoby w podeszłym wieku mają dużo wolnego czasu i jednym ze sposobów na pełne wypełnienie ich dni jest posiadanie pasji lub hobby.

Internet oferuje niezliczone możliwości uprawiania hobby, zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych.

Hobby to okazja do pożytecznego nawiązania nowych znajomości i kontaktów, oraz utrzymania w dobrej kondycji osób starszych.

Oferujemy 5 ciekawych aplikacji wymienionych poniżej.



Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

2. Aplikacje HOBBY I REKREACJA

COOKPAD: ZNAJDŹ I UDOSTĘPNIJ PRZEPISY

Znudzony gotowaniem tego samego co tydzień?

Szukasz nowych wariacji na temat ulubionych potraw Twojej rodziny?

Szukasz smacznych, codziennych sposobów na wykorzystanie składników w lodówce?



cookpad



SURVIVAL KIT

Czy wiesz jak rzetrwać w sytuacjach awaryjnych?, bez jedzenia i wody?

Czy znasz podstawowe zasady przetrwania: co robić, a czego nie robić/unikać?

Czy potrafisz zbudować schronienie lub rozpalić ognisko bez tradycyjnych środków?

Czy znasz procedury niezbędne do zasygnalizowania swojej obecności?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

2. Aplikacje HOBBY I REKREACJA

GARDEN MANAGER : PLANT ALARM

Aplikacja „Garden Manager” to niezbędne narzędzie ogrodnicze.

Oszczędzaj czas dzięki różnym alarmom ogrodniczym.

Może spróbujesz zrobić ogródek warzywny i posadzić sałatę, paprykę lub inne warzywa?

Możesz śledzić ich rosnące postępy i udostępniać je za pośrednictwem

Facebooka lub Twittera.



FISHING POINTS - FISHING APP

Uniwersalna aplikacja wędkarska, która łączy już ponad 6 milionów wędkarzy na całym świecie.

Zaplanuj wyprawę wędkarską, dowiedz się, gdzie i kiedy łowić ryby.

Zapoznaj się z naszymi szczegółowymi prognozami połowów, aby znaleźć najlepszy czas połowów dla wybranej lokalizacji.

Zapewniają to pływy rybackie, fazy księżyca, prognozy morskie, prognozy pogody wędkarskiej



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

2. Aplikacje HOBBY I REKREACJA

COLORFY: KOLOWANKA - GRA

Colorfy to gra o rysowaniu i kolorowaniu, która pomoże Ci zrelaksować umysł i dobrze się bawić. Kolorowanka ma postać książeczki do malowania z kilkoma wzorami do wyboru. W kolorowance znajdziesz złożoną i prostą sztukę, taką jak mandale, zwierzęta, wzory i kwiaty.

Stworzyliśmy tę grę, aby pomóc Ci się zrelaksować i zredukować codzienny stres, który może powodować depresję, zdenerwowanie i bezproduktywność.

Nauka udowodniła korzyści płynące z kolorowania.
Sprawia radość, pomaga pokonać stres, a także wyzwala kreatywność



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

3. Aplikacje GRY I ROZRYWKA



Osoby starsze stają przed coraz większymi wyzwaniami w zakresie nowych technologii.

Cyfryzacja wpływa na codzienność, bez niej dobra codzienność jest prawie niemożliwa.

Smartfony są warunkiem koniecznym do korzystania z różnorodnych aplikacji, które oferują dostęp do cyfrowego systemu współczesnego świata.

Niektóre aplikacje są niezbędne do równego dostępu do usług publicznych.

Umiejętność korzystania ze smartfonów i aplikacji przez osoby starsze jest koniecznością.

To przestrzeń, który przynosi wiele radości i zabawy.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

3. Aplikacje GRY I ROZRYWKA

SHAZAM

Często słyszymy piosenkę, która nas porusza, ale nie znamy lub nie pamiętamy tytułu. Aplikacja rozpoznaje tytuł utworu i wykonawcę, zapisuje go w pamięci i można go słuchać w dowolnym momencie.



GOOGLE TRANSLATE TŁUMACZ GOOGLE

tłumaczy teksty pisane i ustne na język obcy i odwrotnie, w tym przez sklep i kamerę.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

3. Aplikacje GRY I ROZRYWKA

FARMING SIMULATOR

SYMULATOR FARMY

Z jej pomocą wcielamy się w rolnika i wirtualnie uprawiamy ziemię.



PASJANS

Pasjans to gra polegająca na układaniu kart według koloru i wartości. Możesz grać sam lub z partnerem.

SPOTIFY

Pozwala wybrać ulubiony utwór spośród mnóstwa utworów i wykonawców i zachować go do późniejszego odsłuchania.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

4. Aplikacje ZDROWIE I SPORT



Aplikacje sportowe i zdrowotne są niezwykle ważne dla seniorów.

Motywują, pozwalają na zwiększenie aktywności i uczą korzystania z nowych technologii, co przybliża ich do życia z młodzieżą.



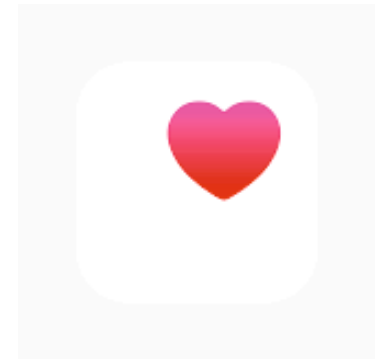
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

4. Aplikacje ZDROWIE I SPORT

ZDROWIE (HEALTH)

Pokazuje aktywność w ciągu dnia, tygodnia, miesiąca i roku; wykazuje asymetrię chodu; wykonuje elektrokardiogramy; mierzy poziom tlenu we krwi, podaje wszystkie dane dotyczące snu, trendów zdrowotnych; liczy kroki, minuty ćwiczeń,



BIKEOMETER

Zawiera rowerowy GPS ze statystykami Twoich wypraw rowerowych, dodatkowo informuje o spalonych kaloriach, parametrach życiowych i trendach wraz z historią Twoich wypraw.



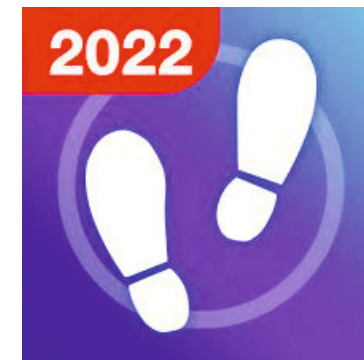
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

4. Aplikacje ZDROWIE I SPORT

STEP METER STEP COUNTER (LICZNIK KROKÓW)

Aplikacja inspirowana do pieszych wędrówek i zwiększania odległości. Mierzy kroki, km, spalone kalorie i czas wędrówki.



HEALTHY SHOPPING (ZDROWE ZAKUPY)

Aplikacja umożliwia zeskanowanie kodu produktu w celu poznania składu i jakości produktu. Pozwala wybrać najzdrowszą żywność.

KNOWN DOCTOR (ZNANY LEKARZ)

Dzięki aplikacji znajdziesz specjalistę, wybierając interesującą Cię specjalizację i lokalizację, a następnie umówisz wizytę, albo konsultację online. Z łatwością zarządzasz swoimi wizytami. Na ZnanyLekarz masz do dyspozycji ponad 120 000 zweryfikowanych specjalistów. Dzięki aplikacji ZnanyLekarz możesz otrzymywać przypomnienia o terminach, przekładać lub odwoływać wizyty, a także czatować ze specjalistami.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

5. Aplikacje DLA ROZWOJU OSOBISTEGO

Rozwój osobisty, swoich pasji i możliwości powinien być priorytetem dla każdego człowieka, bez względu na to, w jakiej sytuacji życiowej się aktualnie znajduje.



NAUKA JĘZYKÓW OBCYCH - duolingo

Aplikacja w formie gry do nauki języka angielskiego, z której korzysta już ponad 300 milionów użytkowników.

Uczniowie stworzyli 7 milionów słów.

Nauka z Duolingo jest bardzo interesująca.

Zdobywasz punkty za poprawne odpowiedzi, wykonujesz zadania na czas i gromadzisz punkty doświadczenia.

Krótkie lekcje są skuteczne na różnych poziomach uczniów (początkujący, średniozaawansowany i zaawansowany).

Aplikacja zawiera ponad 3 miliony zdań w języku angielskim z wieloma możliwymi tłumaczeniami na język polski, czeski, grecki, hiszpański, niemiecki, francuski, portugalski, hindi, holenderski, indonezyjski, włoski, węgierski, rumuński, rosyjski, tajski, turecki, ukraiński, japoński, arabski, koreański i wietnamski.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

5. Aplikacje DLA ROZWOJU OSOBISTEGO

ROZWIJANIE PASJI - coach.me

Zacznij od śledzenia nawyków.

Następnie dodaj wsparcie społeczności i prywatny coaching, aby uzyskać najlepszy system wsparcia dla swoich celów.

Każdy aspekt aplikacji i społeczności koncentruje się na pomocy w osiągnięciu mistrzostwa.

Od pierwszego dnia pokazujemy Ci Twoje postępy, świętujemy Twoje kamienie milowe i odpowiadamy na Twoje pytania.



deetox.com

Bez względu na to, gdzie jesteś, wszystko możesz zrobić w domu lub w podróży.

Wyznacza codzienne zadania, takie jak zrobienie 20 pompek, podlewanie kwiatów.

Pomaga w wyciszeniu i oddychaniu.

Można zrobić #challenge w ilości wykonanych desek.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

5. Aplikacje DLA ROZWOJU OSOBISTEGO

SeniorApp

SeniorApp to bezpłatna, ogólnopolska platforma, stworzona z myślą o wszystkich osobach potrzebujących pomocy i ich rodzinach, szukających wsparcia w opiece i sprawach życia codziennego, a także dla tych, którzy chcą nieść pomoc. To miejsce jest właśnie dla Ciebie, więc sprawdź jak łatwo i bezpiecznie można uzyskać wsparcie.



audioteka

Aplikacja zawierająca ponad 8000 tytułów audiobooków, serii audio i podcastów. Najgłośniejsze światowe premiery, superprodukcje zrealizowane z rozmachem. Łatwy w użyciu, działa w trybie offline. Szczególnie polecamy seniorom słabo widzącym, bo można słuchać, nie trzeba czytać.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

6. WYWIAD



**Jakie bariery napotykaą osoby starsze w korzystaniu z narzędzi i platform cyfrowych?
Jak myślisz, jak mogliby je pokonać?**

- 1. Strach przed nowym urządzeniem, brak znajomości języka angielskiego, brak znajomości języka obsługi komputera.**
- 2. Nie wszędzie jest dostępny Internet.**
- 3. Strach przed wirusami.**
- 4. Kształcenie praktyczne seniorów w małych grupach.**
- 5. Kontakty międzyludzkie w ramach tej edukacji.**
- 6. Wymiana problemów i możliwych rozwiązań wśród seniorów oraz między młodzieżą a seniorami.**
- 7. Podstawowa obawa Seniorów przed korzystaniem z nowych technologii wynika z obawy przed uszkodzeniem sprzętu, który w opinii Seniorów jest „cenny”, boją się go zniszczyć.
Kolejnym czynnikiem jest brak znajomości określonego słownictwa i terminologii.
Czynniki te najczęściej wynikają z braku wiedzy na temat tego, jak umiejętności cyfrowe mogą ułatwić życie.**
- 8. Brak wystarczającej wiedzy jest główną barierą dla dorosłych w korzystaniu z narzędzi i platform cyfrowych.**
- 9. Mogli pokonać barierę poprzez odpowiedni trening.**
- 10. Znajomość nowych technologii, komputerów i telefonów komórkowych jest pierwszą przeszkodą, na jaką napotyka osoba starsza, aby rozpocząć korzystanie z aplikacji;**
- 11. Żargon używany w aplikacjach jest trudny do zrozumienia dla większości starszych osób;**
- 12. Kwestie finansowe to kolejna przeszkoda dla wielkich ludzi w inwestowaniu w komputery Smartphone.**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

6. WYWIAD



Jak Twoim zdaniem dorośli powinni zbliżyć się do nowych mediów i technologii?

1. **Poprzez edukację, spotkania edukacyjne i integrację międzypokoleniową.**
2. **Osoby starsze powinny być bardziej otwarte i aktywne.**
3. **Aby uczyć Seniorów korzystania z nowoczesnych technologii, należy ich przede wszystkim wyposażyć w niezbędny sprzęt, m.in. smartfon, tablet, komputer. Bez dostępu do sprzętu nie mogą go poznać, a tym samym się uczyć. Jeśli chodzi o korzystanie z nowych mediów, seniorom należy przede wszystkim pokazać możliwości i zalety nowoczesnych komunikatorów, m.in. zbliżając ich do rodziny, przyjaciół, nawet w tak trudnych czasach jak pandemia covid.**
4. **Dorośli mogliby lepiej zapoznać się z nowymi technologiami medialnymi poprzez odpowiednie szkolenia oraz wymianę informacji między sobą.**
5. **Dorośli mogli zbliżyć się do nowych mediów i technologii poprzez udział w seminariach szkoleniowych**
6. **Innym sposobem, który mógłby pomóc dorosłym zbliżyć się do nowych mediów dla technologii, byłoby dotowanie każdego stanu na zakup tabletów**
7. **Wreszcie innym sposobem byłoby szkolenie młodszych ludzi, którzy są blisko osób starszych, aby nauczyli ich, jak korzystać z technologii**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

6. WYWIAD



Jaka powinna być rola młodzieży, aby pomóc osobom starszym w cyfrowej integracji?

1. Ważne jest animowanie współpracy międzypokoleniowej w oparciu o mocne strony każdego pokolenia na szczeblu samorządowym. Zachęcanie młodzieży do organizowania warsztatów informatycznych w klubach seniora w ramach np. szkolnego wolontariatu.
2. Ktoś powinien ich przekonać, że to nie takie trudne i że to rola dla młodych ludzi. Powinni uzbroić się w cierpliwość, wyjaśnić wszelkie nieporozumienia, przetłumaczyć dość skomplikowany dla nas język komputerowy.
3. Młodzi ludzie mieliby do odegrania znaczącą rolę w cyfrowej integracji dorosłych.
4. Mogą poświęcić czas na wyjaśnienie podstawowej wiedzy na ten temat swoim starszym krewnym. Wolontariusze mogą również zaangażować się w nauczanie dorosłych.
5. Rolą młodych ludzi w tym przypadku byłoby kształcenie się Jak mogą przekazywać swoją wiedzę osobom starszym.
6. Integrację osób starszych z technologią można przeprowadzić przy cierpliwości i wytrwałości młodych wobec osób starszych, które wejdą w proces uczenia się.
7. Wreszcie najważniejsza rola młodych ludzi Przeciwno oswojaniu osób starszych jest wyjaśnianie im, jak przydatna jest technologia w ich codziennym życiu.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

6. WYWIAD



W jakim stopniu Państwa zdaniem. Rządy/Państwa powinny zapewniać szkolenia podnoszące umiejętności cyfrowe osób dorosłych? Dlaczego jest to ważne i jakie mogą być korzyści?

1. Stworzyć informatyczne punkty alarmowe dla seniorów, w których znajdziemy rozwiązanie naszych problemów.
2. Dzięki międzypokoleniowym szkoleniom i spotkaniom seniorzy przedłużają młodość, mogą do końca życia uczestniczyć w życiu społecznym, dłużej być samodzielni i otwarci na świat matki.
3. W strategii rozwoju społecznego na poziomie państwa edukacja informatyczna i walka z wykluczeniem cyfrowym powinna być traktowana jako priorytet, aby zapewnić na ten cel środki w programach grantowych. Rządy powinny wspierać międzynarodową współpracę między krajami mniej i bardziej rozwiniętymi w dziedzinie nowych technologii. Wspierać finansowo organizacje zajmujące się zmniejszaniem wykluczenia cyfrowego Seniorów.
4. Szkolenia dla dorosłych mogłyby być organizowane cyklicznie, trwające np. 1 dzień.
5. Informacje o tych kursach powinny być wywieszone w miejscach często odwiedzanych przez osoby dorosłe, takich jak urzędy pocztowe i środki transportu publicznego.
6. Państwa muszą w dużej mierze zapewnić możliwość edukacji dorosłych w zakresie technologii i nowych mediów, ponieważ jak pokazała pandemia bez technologii nie bylibyśmy w stanie mieć kontaktu z własnym narodem.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

6. WYWIAD



**W jakim stopniu Państwa zdaniem. Rządy/Państwa powinny zapewniać szkolenia podnoszące umiejętności cyfrowe osób dorosłych?
Dlaczego jest to ważne i jakie mogą być korzyści?**

7. Korzyści płynące z tej edukacji będą na tyle ważne dla dorosłych, że będą mogli w życiu codziennym odkrywać inne możliwości, jakie oferuje im dzisiejsza technologia.
8. Stopień edukacji dorosłych przez państwa musi być wysoki, bo w ten sposób zostanie przezwyciężona biurokracja.
9. Spowoduje to: cierpienie obywateli a korzyścią dla państw będzie produktywność.
10. Na początku smartfon był dla mnie tylko telefonem i kiedy zacząłem go używać, czułem, że jest to coś bardzo trudnego, ale w końcu mi się udało i myślę, że mogę robić o wiele więcej rzeczy w moim codziennym życiu. Polecamy wszystkim dorosłym, aby byli odważni i kupili smartfona, który zobaczą, że ich codzienne życie zmieni się na lepsze bez wielu trudności, których się obawiają.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning

Świadcstwa

*Na początku smartfon
był dla mnie tylko telefonem
i kiedy zacząłem go używać,
czułem, że jest to coś bardzo trudnego,
ale w końcu mi się udało
i myślę, że mogę robić o wiele więcej rzeczy
w moim codziennym życiu.
Polecam wszystkim dorosłym,
aby byli odważni i kupili smartfon, a zobaczą,
że ich codzienne życie zmieni się na lepsze,
bez wielu trudności,
które myślą, że znajdą*

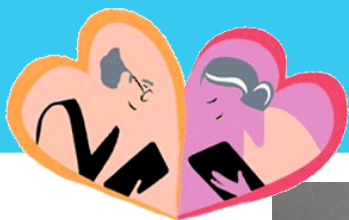
*Na początku smartfon był dla mnie... **Jest to niemożliwe i nie jest mi znane,
ze znanych funkcja: podnieś słuchawkę, odłóż słuchawkę**
A kiedy zacząłem go używać, poczułem się jak... **dziecko**
Polecam wszystkim dorosłym być odważnym i....
nie poddawać się i uczyć się nowych technologii*

*Na początku smartfon **był dla mnie zagadką.**
A kiedy zacząłem go używać, poczułem się jak **młody Bóg.**
Wszystkim dorosłym polecam być odważnym i....
**odważnie używaj i baw się technologią XXI wieku
dostępną dla wszystkich.***

*Na początku smartfon był dla mnie
środkiem do łączenia się z bliskimi jak telefon.
A kiedy zacząłem go używać, poczułem się jak osoba,
**która nauczyła się jeździć na rowerze
pierwszy raz poczułem wolność.**
Polecam wszystkim dorosłym, aby byli odważni
i ciekawi wszystkiego, czego nie znają.*



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MEDIA4LIFE

DZIĘKUJEMY



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning



Project partners / Partnerzy projektu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Project E+ KA204
New Media 4
Lifelong Learning