

# APLIKACJE DLA OSÓB SENIORALNYCH

PIGUŁKA

WIEDZY



Autor: Łukasz Szczepańczyk

Opracowanie graficzne: Małgorzata Szlendak



**Publikacja powstała w ramach projektu: „Włączamy Cyfrowo Mazowsze – szkolenia dla osób w wieku 55 plus”** realizowanego w ramach Inwestycji C2.1.3 „E-kompetencje” Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO), finansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach instrumentu NextGenerationEU.

Niniejsza publikacja jest dostępna na warunkach licencji Creative Commons – Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0 – Na tych samych warunkach. Oznacza to, że będzie można dowolnie wykorzystać te utwory, w tym je kopiować, dystrybuować, wyświetlać i używać, pod warunkiem podania autora utworu. Więcej informacji o licencji znajduje się na stronie:

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.p>

Publikacja dostępna jest bezpłatnie na stronie [www.wlaczamycyfrowo.pl](http://www.wlaczamycyfrowo.pl)

Materiał ukończono: październik 2025 r.



# ZAKRES KURSU

## **Moduł 1 – Sklep Play / App Store + Tłumacz Google (3,5 godz.)**

- Bezpieczne wyszukiwanie, instalacja, aktualizacje i usuwanie aplikacji; oceny, opinie, Play Protect.
- Zarządzanie miejscem i uprawnieniami aplikacji (aparat, mikrofon, lokalizacja).
- Tłumacz Google: tekst, głos, obraz/kamera oraz rozmowa dwujęzyczna.

## **Moduł 2 – Obiektyw (Google Lens) + YouTube (3,5 godz.)**

- Rozpoznawanie roślin/przedmiotów/miejsc, skanowanie tekstu i kodów QR z aparatu i galerii.
- YouTube dla nauki/rekreacji: wyszukiwanie, napisy, listy „Do obejrzenia”, subskrypcje i dzwonek.

## **Moduł 3 – WhatsApp + Mapy Google (3,5 godz.)**

- Czat tekstowy, zdjęcia, notatki głosowe, kasowanie/oznaczanie, prywatność i weryfikacja dwuetapowa.
- Połączenia głosowe/wideo i grupowe; udostępnianie ekranu, ustawienia jakości i oszczędzania danych.
- Mapy: wyszukiwanie miejsc, wizytówki, pinezki, udostępnianie lokalizacji, zapisywanie parkingu, trasy i nawigacja.

## **Moduł 4 – Gemini + mObywatel (3,5 godz.)**

- Asystent głosowy i AI w praktyce na przykładzie Gemini: nauka, planowanie, tworzenie krótkich treści z zachowaniem prywatności.
- mObywatel: logowanie (PIN/biometria), e-dokumenty i ich bezpieczne udostępnianie, e-Recepty, Zastrzeż PESEL.

## Słowniczek

1. **Aplikacja (app)** – program w telefonie realizujący konkretne zadanie, uruchamiany ikoną na ekranie głównym.
2. **Sklep Play / App Store** – oficjalne sklepy pobierania aplikacji, sprawdzające bezpieczeństwo, aktualizacje i zgodność urządzeń.
3. **Konto Google / Apple ID** – konto potrzebne do instalacji, zakupów, subskrypcji oraz synchronizacji danych między urządzeniami.
4. **Instalacja** – dodanie aplikacji ze sklepu na telefon, zaakceptowanie uprawnień i oczekiwanie na pobranie plików.
5. **Odinstalowanie** – usunięcie aplikacji z urządzenia w celu zwolnienia miejsca i poprawy ogólnej wydajności systemu.
6. **Aktualizacja** – pobranie nowszej wersji aplikacji, poprawiającej bezpieczeństwo, stabilność, błędy i działanie nowych funkcji.
7. **Uprawnienia aplikacji** – zgody na aparat, mikrofon, lokalizację, kontakty; można je ograniczyć w ustawieniach telefonu.
8. **Play Protect / Weryfikacja** – system sklepu skanujący aplikacje pod kątem zagrożeń, ostrzega przed podejrzanymi instalacjami.
9. **Subskrypcje / Zakupy w aplikacji** – płatne funkcje odnawiane cyklicznie; można zarządzać, włączyć potwierdzanie biometrią lub hasłem.
10. **Powiadomienia** – komunikaty z aplikacji na ekranie; warto regulować dźwięk, podgląd treści oraz priorytet wyświetlania.
11. **Kopia zapasowa** – automatyczne zapisywanie danych i ustawień w chmurze, ułatwia przenoszenie lub przywracanie telefonu.
12. **WhatsApp** – czaty, zdjęcia, notatki głosowe, rozmowy audio/wideo, grupy, kasowanie wiadomości, podstawowe ustawienia prywatności.
13. **Mapy Google** – wyszukiwanie miejsc, trasy i nawigacja, **pinezki**, wizytówki miejsc, udostępnianie lokalizacji oraz miejsce parkingu.

14. **Pinezka** – zaznaczony punkt na mapie; można zapisać, udostępnić lub uruchomić nawigację do niego.
15. **Wizytówka miejsca** – karta z adresem, godzinami, opiniami, zdjęciami, telefonem i przyciskami: Trasa, Zadzwoń, Zapisz, Udostępnij.
16. **Street View** – panoramiczne zdjęcia ulic 360°, pomagają rozpoznać wejścia, znaki, punkty orientacyjne przed wyjściem z domu.
17. **Obiektyw Google (Lens)** – rozpoznaje rośliny, przedmioty, miejsca; kopiuje tekst ze zdjęć, tłumaczy napisy, odczytuje kody QR.
18. **YouTube** – wyszukiwarka filmów i poradników; subskrypcje, dzwonek, listy „Do obejrzenia”, widoczność: publiczne, niepubliczne, prywatne.
19. **Tłumacz Google** – tłumaczy tekst, mowę i napisy ze zdjęć; tryb rozmowy dwujęzycznej działa także offline po pobraniu języków.
20. **Gemini (AI)** – asystent do nauki, planowania i tworzenia; obsługuje obrazy, rozmowę na żywo, wymaga weryfikowania odpowiedzi.
21. **mObywatel** – e-dokumenty, e-Recepty, Zastrzeż PESEL, udostępnianie danych kodem/QR; zabezpieczenia PIN i biometria, powiadomienia.

### **Własne, ważne i nowe pojęcia**

---

---

---

---

---

---

---

# Moduł 1: Sklep Play / App Store + Tłumacz Google

## Aplikacje

**Aplikacja** to program w smartfonie lub tablecie, który wykonuje konkretne zadania. Przykłady to rozmowy i czaty, nawigacja, tłumaczenia, oglądanie filmów, e-dokumenty. Uruchamiasz ją dotknięciem ikony na ekranie. Nowe aplikacje dodajesz wyłącznie ze Sklepu Play na Android lub App Store na iOS.

### Główne rodzaje aplikacji

- **Systemowe**  
Wbudowane przez producenta urządzenia. Przykłady to **Telefon, Wiadomości, Aparat, Zegar, Kalendarz**. Tych aplikacji zwykle się nie usuwa. Często można je **wyłączyć** aby nie przeszkadzały na liście.
- **Instalowane przez użytkownika**  
Pobierane z oficjalnego sklepu. Przykłady z kursu to **WhatsApp, Mapy Google, YouTube, Tłumacz Google, Obiektyw Google, Gemini, mObywatel**. Większość jest **bezpłatna**, ale mogą oferować **zakupy w aplikacji** lub **abonament**.

## Instalowanie aplikacji

Gdy chcesz zainstalować aplikację:

1. Otwórz sklep z aplikacjami – **Sklep Play** (Android) lub **App Store** (iPhone).
2. Dotknij lupki i wpisz **dokładną nazwę** aplikacji (np. „Mapy Google”, „WhatsApp”).
3. Na liście wyników wybierz **właściwą pozycję** (zwróć uwagę na producenta, np. Google LLC).

4. Sprawdź **ocenę (gwiazdki)**, **opinie**, **liczbę pobrań/aktualizację** – czy wszystko wygląda wiarygodnie.
5. Kliknij **Zainstaluj** (Android) lub **Pobierz** (iPhone) i poczekaj na zakończenie pobierania.
6. Po instalacji wybierz **Otwórz**, by uruchomić aplikację.



## Ćwiczenie: Poznajemy aplikacje

Wypisz aplikacje, które masz zainstalowane na smartfonie

---

---

---



## Google Tłumacz

**Google Tłumacz** to darmowa aplikacja na Android i iOS, która przekłada tekst, mowę i napisy na obrazach między wieloma językami. Działa online, a po pobraniu pakietów językowych także offline (z nieco mniejszą dokładnością). Ułatwia codzienną komunikację w podróży, w urzędzie czy w sklepie.

### Najważniejsze funkcje i kiedy je używać:

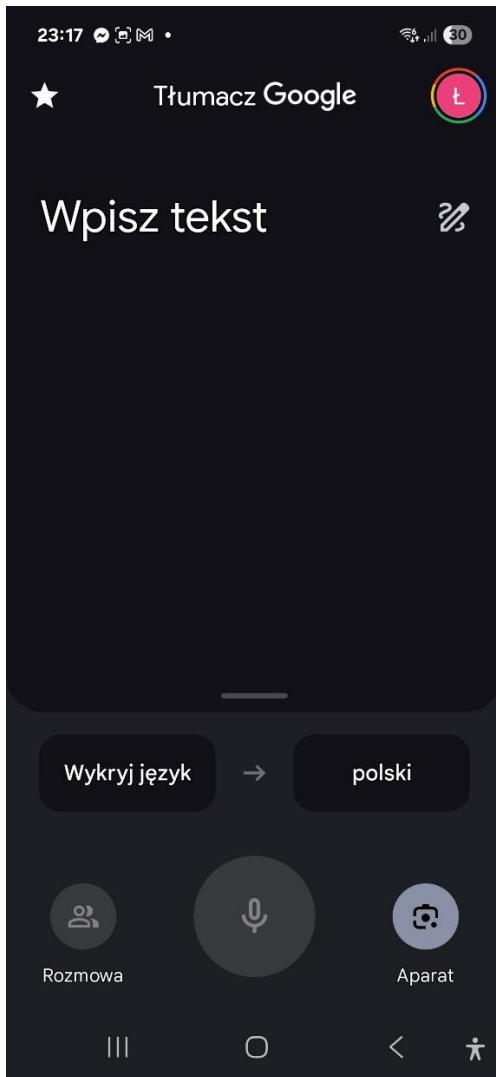
1. **Tłumaczenie tekstu** – wpisujesz słowo/zdanie i od razu widzisz przekład. Idealne do krótkich pytań, formularzy, opisów leków.
2. **Tłumaczenie aparatem (na żywo)** – kierujesz kamerę na menu, znak, tablicę informacyjną; tłumaczenie nakłada się na obraz. Najlepsze w podróży i w przestrzeni publicznej.
3. **Tłumaczenie ze zdjęcia** – robisz zdjęcie lub wybierasz z galerii i zaznaczasz fragment do przekładu. Przydatne, gdy tekst jest dłuższy lub chcesz spokojnie przeczytać w domu.
4. **Tłumaczenie mowy / tryb rozmowy** – mówisz do telefonu lub rozmawiasz z kimś w drugim języku, a aplikacja tłumaczy obie strony. Świetne w aptece, na dworcu, w urzędzie.
5. **Języki offline + frazy ulubione** – pobierasz język i zapisujesz najważniejsze zwroty do szybkiego użycia. Sprawdza się bez Internetu, np. w samolocie czy poza zasięgiem Wi-Fi.

**Google Tłumacz** to najpopularniejsza aplikacja do tłumaczenia na smartfonach i tabletach. Ma też swoją stronę www.



## Ćwiczenie: Google Tłumacz

Na zrzucie ekranu **ekranu głównego aplikacji Google Tłumacz** zaznacz najważniejsze dla Ciebie funkcje (np. wybór języków, pole wpisu, aparat, rozmowa). Opisz krótko, do czego każdą z nich wykorzystujesz.



Twoje notatki:

---

---

---

## Moduł 2: Obiektyw (Google Lens) + YouTube

### Obiektyw Google – co to jest i do czego służy

**Obiektyw Google** (Google Lens) to aplikacja, która przy użyciu aparatu w smartfonie lub galerii, **rozpoznaje to, co widzisz** lub jest na zdjęciu i podpowiada przydatne działania.

#### Do czego możesz go użyć

1. **Rozpoznawanie roślin, zwierząt, przedmiotów** – poznasz nazwę gatunku czy model urządzenia.
2. **Tłumaczenie tekstu z aparatu** – menu w restauracji, tablice, etykiety w obcym języku.
3. **Kopiowanie tekstu** – przepiszesz numer telefonu, adres, fragment notatki bez ręcznego pisania.
4. **Szybkie akcje z tekstu** – po zaznaczeniu numeru: *Zadzwoń*; adresu: *Otwórz w Mapach*; strony: *Przejdź do witryny*.
5. **Kody QR**– otworzysz link, sprawdzisz informacje o produkcie lub cenę.
6. **Wyszukiwanie miejsc i zabytków** – zobaczysz nazwę, godziny otwarcia, opinie, trasę w Mapach.
7. **Wyszukiwanie podobnych obrazów i inspiracji** – np. meble, ubrania, styl aranżacji.
8. **Pomoc w nauce** – wyjaśnienie pojęć ze zdjęcia strony, znalezienie definicji lub poradnika.

Żeby aplikacja mogła poprawnie wykonać działania, należy trzymać się poniższych wskazówek:

- Rób **wyraźne, dobrze oświetlone** zdjęcia i kadruj najważniejszy element.
- W razie wątpliwości **porównuj kilka wyników** i sprawdzaj źródła (to podpowiedzi, nie wyrocznia).
- Dbaj o prywatność: **nie skanuj dokumentów** z wrażliwymi danymi w miejscach publicznych.



## Ćwiczenie: Obiektyw Google

Na rzucie ekranu z aplikacji **Obiektyw Google** zaznacz (obrysuj lub wskaż strzałką) trzy elementy: przycisk **Wyszukaj**, przycisk **Przejdź do galerii** (ikona otwierania zdjęć z telefonu) oraz przycisk **Przetłumacz** (tryb tłumaczenia tekstu).



Ważne: Przy pierwszym uruchomieniu aplikacji może być konieczne wyrażenie zgody na dostęp do aparatu i galerii.

## YouTube – co to jest i do czego służy

**YouTube to bezpłatna platforma** z filmami – od poradników i wykładów po muzykę i transmisje – dostępna w aplikacji na smartfonie i w przeglądarce. Pozwala oglądać, wyszukiwać i porządkować treści, a po zalogowaniu także subskrybować kanały i dodawać własne nagrania.

Do czego można wykorzystać:

- wyszukiwanie praktycznych porad (obsługa telefonu, ćwiczenia dla seniorów, przepisy, naprawy),
- naukę języków (napisy, spowolnienie odtwarzania, listy lekcji),
- relaks (muzyka, koncerty, filmy dokumentalne),
- śledzenie aktualności i wydarzeń kulturalnych z zaufanych kanałów,
- tworzenie własnego prywatnego archiwum wideo (nagrania rodzinne ustawione jako „prywatne” lub „niepubliczne”).

Wskazówki:

- korzystaj z filtrów (czas trwania, data, napisy) i sprawdzaj wiarygodność kanału,
- używaj napisów i regulacji prędkości, by łatwiej zrozumieć treść,
- włącz „Tryb ograniczonego dostępu”, jeśli chcesz ograniczyć nieodpowiednie materiały.

## Interakcja z twórcą na YouTube – po co i jak to robić

### Subskrypcje (przycisk „Subskrybuj”)

Dodaje kanał do Twojej biblioteki. Dzięki temu nowe filmy **łatwiej znaleźć**

w zakładce *Subskrypcje*. To darmowe i odwracalne (można „Odsubskrybować”). Subskrybowanie można porównać do obserwowania.

### Dzwoneczek (powiadomienia)

Po kliknięciu „Subskrybuj” pojawia się **dzwonek**, dzięki któremu ustawiasz powiadomienia o nowym filmie od zasubskrybowanego kanału:

- **Wszystkie** – dostajesz powiadomienie o każdym nowym filmie.
- **Spersonalizowane** – tylko o częstszych/ważniejszych publikacjach.
- **Brak** – subskrybujesz, ale bez powiadomień.

### Polubienie filmu (👍 „Lubię to”)

Szybki znak, że materiał był **przydatny**. Algorytm częściej poleci podobne treści. Łatwiej też odnaleźć film po upływie czasu, gdyż aplikacja zawiera listę „Polubione”.

### Komentowanie

Pod filmem możesz napisać **podziękowanie, pytanie, doprecyzowanie** lub inną uwagę.

### Udostępnij i Zapisz

- **Udostępnij** – pozwala na przesłanie filmu innym osobom przy pomocy innych aplikacji np. komunikatorów.
- **Zapisz** – dodaj do *Do obejrzenia* albo własnej listy („Poradniki telefon”, „Ćwiczenia 60+”).



## Ćwiczenie: YouTube

Znajdź w aplikacji YouTube kanał „Stacja Pro Senior”, a następnie przećwicz różne interakcje z kanałem oraz filmami.

## Moduł 3: WhatsApp + Mapy Google

### WhatsApp – co to jest i do czego służy

**WhatsApp** to popularny komunikator na smartfony. Umożliwia **bezpłatny kontakt przez Internet** (Wi-Fi lub dane komórkowe) z rodziną i znajomymi: pisanie, wysyłanie zdjęć, rozmowy głosowe i wideo, w kraju i za granicą. Logowanie odbywa się **numerem telefonu**.

#### Najważniejsze funkcje:

##### 1. Czaty tekstowe: 1:1 i grupowe

Szybkie wiadomości z bliskimi oraz grupy rodzinne/sąsiedzkie (np. ustalenia, ogłoszenia).

##### 2. Wysyłanie multimediiów

Zdjęcia, filmy, dokumenty, lokalizacja – prosto z aparatu lub galerii; można dodać krótki opis.

##### 3. Notatki głosowe

Przydatne, gdy trudniej pisać – wystarczy przytrzymać ikonę mikrofonu i mówić.

##### 4. Rozmowy głosowe i wideo

Połączenia przez Internet (nie zużywają minut operatora). Idealne na kontakt z rodziną za granicą.

##### 5. Połączenia i czaty grupowe

Kilka osób naraz – wygodne do rodzinnych ustaleń czy spotkań online.

##### 6. Udostępnianie lokalizacji

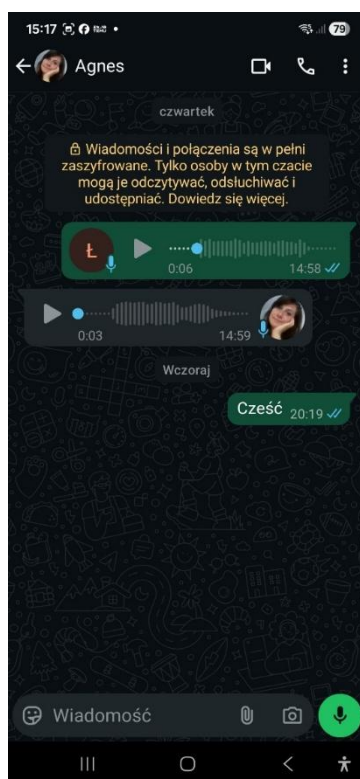
Jednorazowy punkt albo lokalizacja „na żywo” przez określony czas – łatwiej się odnaleźć.

Z pojedynczą osobą w WhatsApp możesz prowadzić prywatny czat tekstowy, wysyłać zdjęcia, filmy, dokumenty i **notatki głosowe**, a także wykonywać **rozmowy głosowe i wideo**. Możesz udostępnić **lokalizację** (punkt lub „na żywo”), przesać kontakt czy plik PDF, a ważne wiadomości **oznaczyć gwiazdką** dla szybkiego odnalezienia. W czacie ustawisz też **wiadomości znikające**, wyciszysz powiadomienia, sprawdzisz szyfrowanie i w razie potrzeby **zablokujesz lub zgłosisz** dany numer. Dla porządku możesz wyszukać starsze treści po słowach kluczowych albo **eksportować** rozmowę (bez mediów lub z mediami).



## Ćwiczenie: WhatsApp

Zaznacz najważniejsze dla siebie funkcjonalności w oknie czatu z pojedynczą osobą



## Mapy Google – co to jest i do czego służą?

**Mapy Google** to bezpłatna aplikacja i serwis mapowy, który pomaga znajdować miejsca oraz wyznaczać trasy. Pokazuje mapy, zdjęcia, opinie i godziny otwarcia, a także prowadzi nawigacją głosową „krok po kroku” pieszo, samochodem, rowerem lub komunikacją.

Najważniejsze funkcje:

1. **Wyszukiwanie miejsc** – wpisujesz nazwę lub adres i od razu widzisz **godziny otwarcia, opinie, zdjęcia i numer telefonu**.
2. **Trasy i nawigacja** – wybierasz **pieszo, samochód, rower lub komunikację publiczną**. Aplikacja pokazuje **czas dojazdu, korki** i prowadzi **głosowo** „krok po kroku”.
3. **Pinezki i udostępnianie** – stukasz w mapę lub wpisujesz nazwę, adres, by postawić **pinezkę** (dokładny punkt). Jednym kliknięciem **wyślesz link** do tego miejsca przez inną aplikację.
4. **Udostępnianie lokalizacji** – tymczasowo lub na stałe pokazujesz bliskim **gdzie jesteś na żywo** (np. w drodze na spotkanie). W każdej chwili możesz to **wyłączyć**.
5. **Street View** – zdjęcia ulic **360°** pozwalają **rozpoznać okolicę**, wejścia, znaki i punkty orientacyjne jeszcze przed wyjściem z domu.
6. **Miejsce parkingu** – po zaparkowaniu zapisujesz **pozycję auta**, dodajesz **zdjęcie/poziom** i ustawiasz **przypomnienie** o bilecie. Później jednym kliknięciem uruchamiasz **trasę z powrotem**.
7. **Mapy offline** – pobierasz wybrany obszar, by **korzystać bez Internetu**. Działa wyszukiwanie, trasy autem i podstawowa nawigacja (bez aktualnych korków).

## Moduł 4 – Gemini + mObywatel

### Gemini – co to jest i do czego służą?

**Gemini** to narzędzie Google, które łączy **asystenta głosowego** z **AI** (sztuczną inteligencją). Pozwala sterować telefonem mową, zadawać pytania „po ludzku”, tworzyć krótkie teksty, plany czy podsumowania. Działa najlepiej na Androidzie (na części urządzeń zastępuje Asystenta Google); na iPhone działa przez aplikację Google. Wymaga **Internetu** oraz zgód na **mikrofon** (a przy nawigacji także **lokalizacji**).

#### Jako asystent głosowy

- Uruchamianie aplikacji, ustawienia, połączenia, przypomnienia i nawigacja bez klikania.
- Odpowiada na pytania faktograficzne („jaka pogoda jutro”), przelicza waluty, ustawia alarmy/minutniki.

#### Jako AI (czat)

- Rozumie kontekst rozmowy i prośby w zwykłym języku.
- Pomaga uczyć się (streszczenia, wyjaśnienia „jak 5-latkowi”), planować (listy zadań, jadłospisy), tworzyć treści (wiadomości, ogłoszenia), a nawet analizować obrazy/zdjęcia.
- Pamiętaj o prywatności: nie podawaj haseł, PESEL, danych bankowych.

### Najważniejsze komendy głosowe

Gemini (asystent głosowy) pozwala szybko sterować telefonem: otwiera aplikacje, ustawia alarmy/minutniki, włącza latarkę czy Bluetooth. Ułatwia komunikację (wysyłanie wiadomości w WhatsApp, dzwonienie) i nawigację,

wskaże trasę, czas dojazdu, poprowadzi do najbliższej apteki lub do domu. Odpowiada na pytania i obliczenia (pogoda, kursy walut, znaczenie słów) oraz tworzy przypomnienia/notatki. Można też dyktować tekst, wystarczy dotknąć mikrofonu na klawiaturze i mówić z komendami interpunkcyjnymi.

## **mObywatel co to jest i do czego służy**

mObywatel to **oficjalna aplikacja państwowa** służąca do wygodnego korzystania z **e-dokumentów i usług publicznych** w telefonie. Umożliwia potwierdzanie tożsamości bez plastiku, bezpieczne udostępnianie danych oraz odbieranie urzędowej korespondencji online. Do pełnego działania potrzebne są: **Internet**, telefon z aktualnym systemem, weryfikacja tożsamości (np. **bankowość elektroniczna** lub **Profil Zaufany**) oraz **PIN/biometria** do logowania.

Najważniejsze funkcje:

- **mDowód, Prawo jazdy, mPojazd, legitymacje** – dodanie i okazywanie aktualnych e-dokumentów.
- **Udostępnianie danych kodem/QR** – przekazanie tylko niezbędnego zakresu informacji na krótki czas.
- **e-Recepty** – podgląd recept, kodów i dawkowania; wygodna realizacja w aptece.
- **Zastrzeż PESEL** – szybkie włączenie/wyłączenie ochrony przed wyłudzeniami, podgląd historii użyć.
- **Powiadomienia o użyciu danych** – alerty o ważnych zdarzeniach (np. próba weryfikacji PESEL).



Korzystanie z aplikacji stało się tak naturalne jak dzwonienie czy robienie zdjęć. Instalujemy komunikatory, mapy, narzędzia do nauki i aplikacje urzędowe. Każda z aplikacji prosi o dostęp do naszych danych. Dobra higiena cyfrowa w aplikacjach pomaga korzystać wygodnie i bezpiecznie: chroni prywatność, oszczędza czas i pieniądze oraz zmniejsza ryzyko oszustw. To kilka prostych zasad, które warto wdrożyć na stałe.

### Zasady higieny cyfrowej w aplikacjach:

- Instaluj wyłącznie ze **Sklepu Play, App Store lub sklepu producenta**. Sprawdzaj wydawcę aplikacji, oceny i liczbę pobrań.
- Aktualizuj **system i aplikacje**. Włącz automatyczne aktualizacje (najlepiej przez Wi-Fi).
- Dawaj **minimalne uprawnienia**: aparat, mikrofon, lokalizacja tylko gdy naprawdę są potrzebne i „tylko podczas używania”.
- Chroń dostęp do telefonu: blokada ekranu (PIN/biometria) + **weryfikacja dwuetapowa** w ważnych kontaktach.
- Ukryj **podgląd powiadomień** na zablokowanym ekranie, szczególnie treści z komunikatorów i kody SMS.
- Uważaj na **linki** i załączniki w aplikacjach. Nie podawaj PESEL, hasła ani danych karty w rozmowach.
- Kontroluj **subskrypcje** i zakupy w aplikacjach; włącz potwierdzanie hasłem/biometrią.
- Udostępniaj **lokalizację** tylko zaufanym osobom i na **ograniczony czas**; po spotkaniu wyłącz.



## TO UMIEM

- Rozpoznać **aplikację systemową i instalowaną** oraz znaleźć ich ikony na ekranie.
- Zainstalować i odinstalować** aplikację bezpiecznie ze Sklepu Play / App Store.
- Sprawdzić **producenta, oceny, uprawnienia** i wielkość aplikacji przed instalacją.
- Nadać tylko **niezbędne uprawnienia** (aparat, mikrofon, lokalizacja) i później je zmienić.
- Zaktualizować aplikacje i włączyć **automatyczne aktualizacje** (preferencyjnie przez Wi-Fi).
- Korzystać z **Google Tłumacz**: tekst, głos, kamera, rozmowa dwujęzyczna.
- Użyć **Obiektywu Google** do rozpoznawania roślin/przedmiotów i kopiowania/tłumaczenia tekstu.
- Sprawnie obsłużyć **YouTube**: wyszukiwać, zapisywać „Do obejrzenia”, subskrybować i włączać napisy.
- Prowadzić czat, wysyłać zdjęcia/głosówki i dzwonić w **WhatsApp**, dbając o prywatność.
- Znaleźć miejsce, wyznaczyć trasę i uruchomić nawigację w **Mapach Google**; udostępnić pinę.
- Skorzystać z **Gemini** jako asystenta głosowego/AI do prostych zadań i informacji.
- Korzystać z aplikacji **mObywatel** jako cyfrowego portfela na dokumenty.