



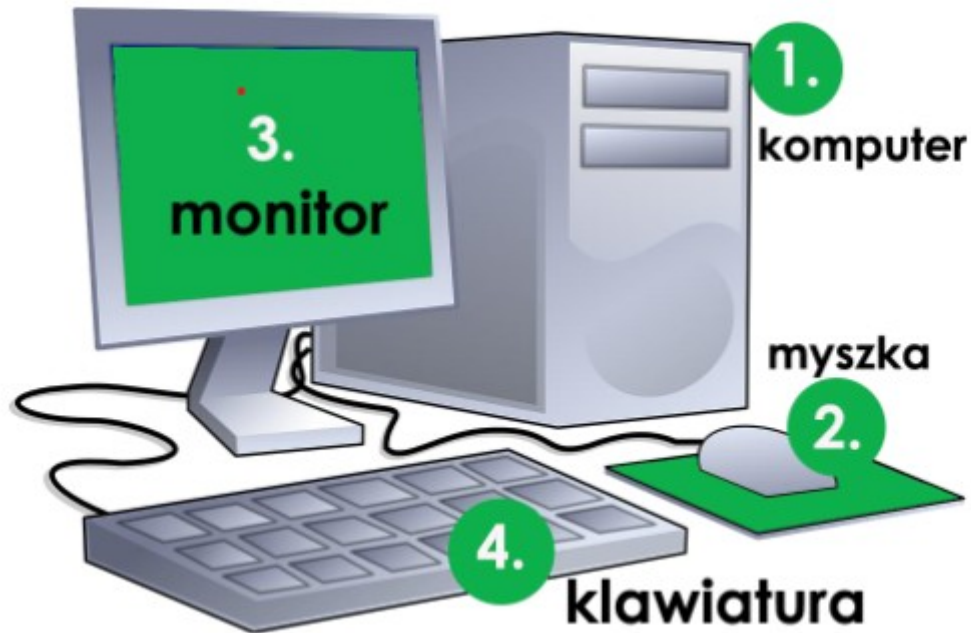
# PORADNIK DLA SENIORÓW

## SENIOR W INTERNECIE

### 2023

# Z CZEGO SKŁADA SIĘ KOMPUTER

PC – KOMPUTER STACJONARNY



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Z CZEGO SKŁADA SIĘ LAPTOP

LAPTOP



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# MYSZKA – OBSŁUGA I BUDOWA

## OBSŁUGA MYSZKI

Mysz to urządzenie, które pozwala komunikować się z komputerem, wydawać polecenia, poruszać się po ekranie, przemieszczać obiekty np. okna.

## BUDOWA MYSZKI

Standardowa myszka zbudowana jest z trzech elementów: prawego przycisku, lewego oraz kółka (rolki) do przewijania, znajdującego się pomiędzy przyciskami. przycisku

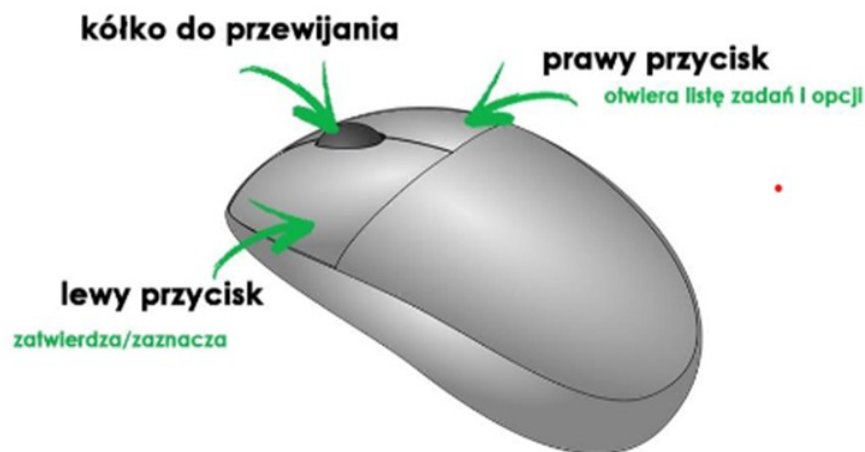
SENIOR W INTERNECIE  
2023



**Lewy przycisk myszki**, to ten, który przyda ci się najczęściej. Za jego pomocą zaznaczysz obiekt np. obrazek, otworzysz treść np. w Internecie, zatwierdzisz polecenie.

**Prawy przycisk** zazwyczaj otwiera listę zadań i opcji, które możesz wykonać przy danym obiekcie.

**Kółko (rolka)** do przewijania to element myszki, który przeważnie służy do przewijania zawartości ekranu w górę lub w dół, co ułatwia poruszanie się stronie internetowej albo długim tekście.



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Klawiatura

- ▶ **Klawiatura komputera** pozwala pisać teksty, ale też, dzięki użyciu konkretnych klawiszy lub ich kombinacji, umożliwia wydawanie komputerowi konkretnych poleceń.
- ▶ Klawiatury komputerów stacjonarnych oraz laptopów nieznacznie się od siebie różnią, również poszczególne laptopy mogą posiadać nieco inną klawiaturę. Jednak klawisze opisane poniżej i sposób ich zastosowania pozostaje taki sam we wszystkich komputerach.

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Klawiatura



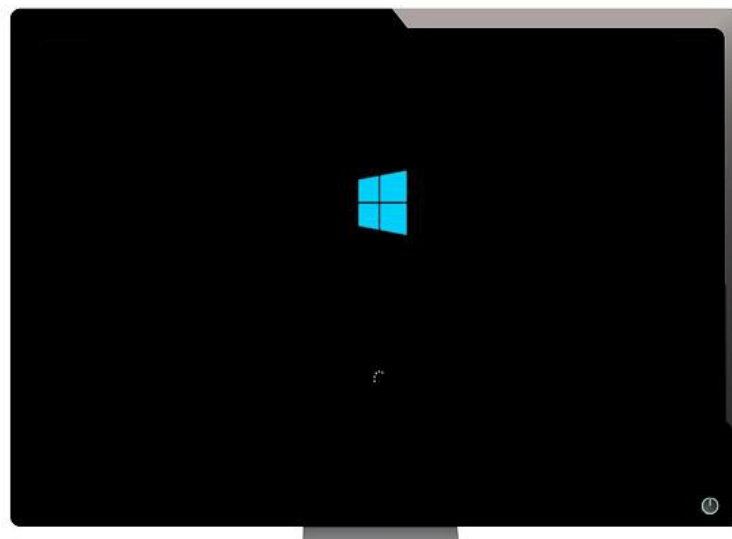
SENIOR W INTERNECIE  
2023






# Uruchomienie komputera



W przypadku laptopa – przycisk  
ON/OFF



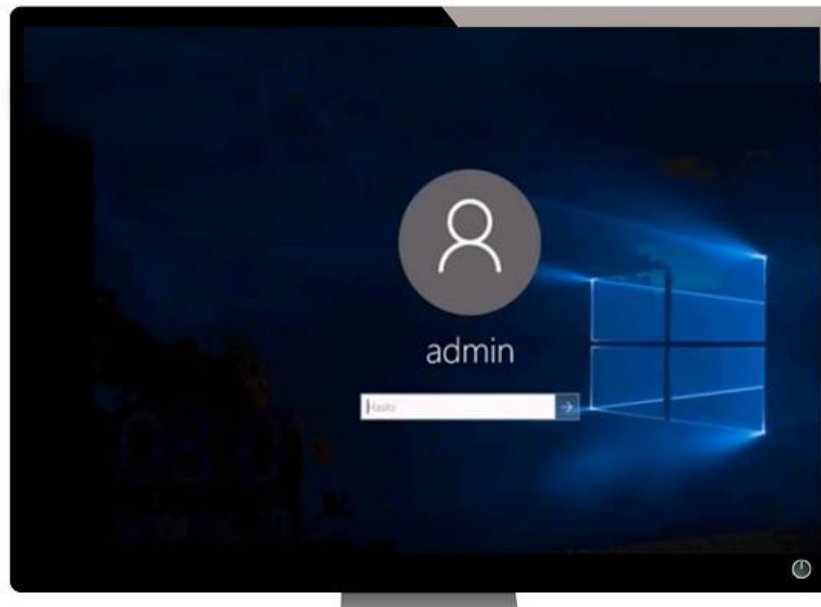
Uruchamianie się systemu

Windows  Linux  Apple 

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Wybór konta



Każde konto ma przypisaną nazwę i obrazek.

SENIOR W INTERECIE  
2023



# Logowanie

Czasami wejście do komputera będzie zabezpieczone hasłem, wtedy konieczne jest wpisanie odpowiednich danych, czyli zalogowanie się, żeby to zrobić wystarczy, że:

- ▶ 1. Wskażesz myszką właściwe konto
- ▶ 2. Klikniesz lewym przyciskiem myszki
- ▶ 3. Pojawi się biała ramka, kliknij w nią lewym przyciskiem myszy
- ▶ 4. Wpiszesz swoje hasło
- ▶ 5. Klikniesz myszką na strzałkę znajdującą się na prawo od ramki, lub wciśniesz na klawiaturze Enter

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Pulpit

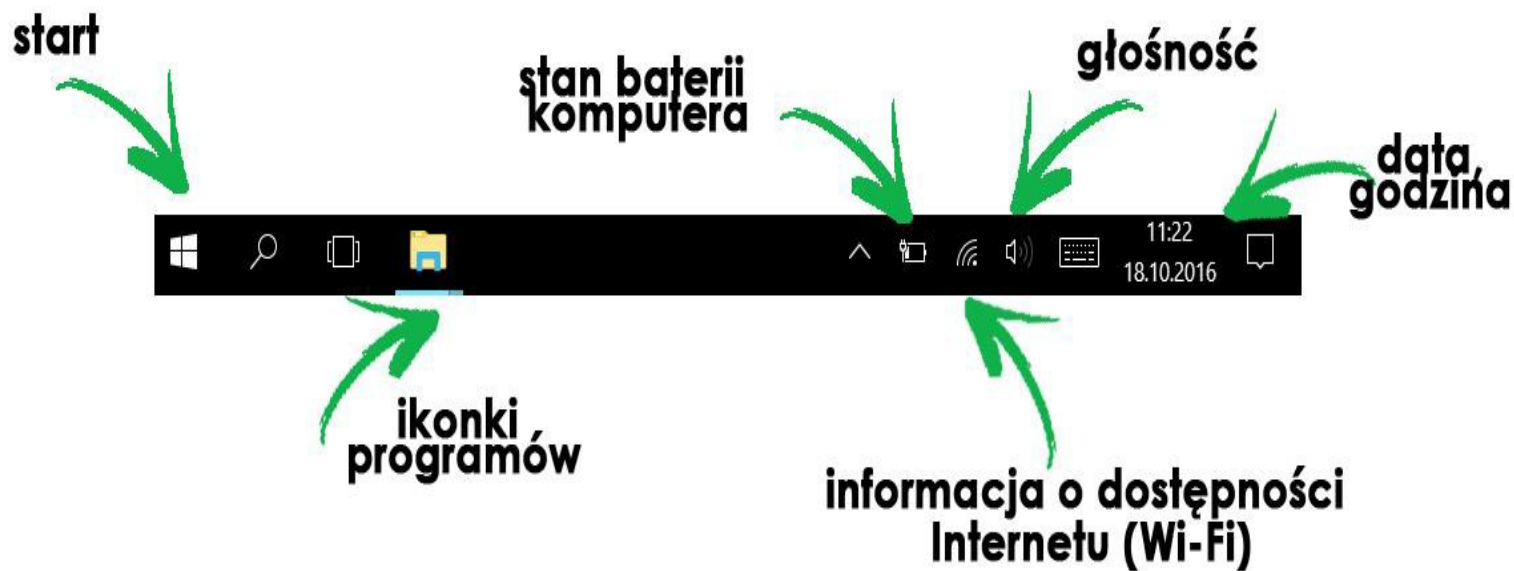


Pulpit składa się z wielu elementów, jednak za najważniejsze można uznać: Ikony - to inaczej obrazy, symbole graficzne dokumentów i programów, jakie posiadasz na swoim komputerze.

Dwukrotne kliknięcie na ikonę znajdującą się na Pulpicie spowoduje, że dany program lub komputer otworzy się.



# Pasek zadań



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# Pliki i foldery

Plik jest to zbiór danych. Może to być dokument, film, zdjęcie. Pliki różnego typu posiadają swoje ikony, które pomagają rozpoznać, jaki typ danych zawierają, do najpopularniejszych należą:



**plik graficzny**  
np. zdjęcie, obraz



**plik video**



**dokument tekstowy**



**notatnik**

Folder - to teczka, do której możesz włożyć pliki lub inne foldery. Służy do porządkowania i segregowania twoich dokumentów, zdjęć itd.



**folder**

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# INTERNET – CO TO JEST I JAK SIĘ Z NIM POŁĄCZYĆ?

Internet, w dużym uproszczeniu można określić jako sieć komputerów i innych urządzeń połączonych ze sobą kablami lub bezprzewodowo. W tym przewodniku piszemy o podstawach w Internecie, po więcej zapraszamy na naszą stronę [www.zaczyn.org](http://www.zaczyn.org).



SENIOR W INTERNECIE  
2023



Aby móc korzystać z Internetu, należy być z nim połączonym.

Jest kilka metod na połączenie z Internetem.

Przez kabel – najczęstsza metoda spotykana w domu.



SENIOR W INTERNECIE  
2023



Przez sieć WIFI (HotSpot), czyli Internet, który „krąży” w powietrzu. Nie potrzebujesz do niego kabla. Najczęściej spotykasz tego typu sieć w urzędzie, bibliotece, kawiarni, w centrum miasta, czyli w miejscach publicznych i u siebie w domu (jeżeli masz taką ofertę).

Szukaj symboli, lub zapytaj o sieć WIFI.



Aby dostać się do tego typu sieci, należy zapytać jak nazywa się dana sieć, a także zapytać o hasło. Te dane uzupełnia się po wybraniu danej sieci (podwójnie kliknięcie). Jeżeli obok nazwy sieci jest wykrzyknik oznacza to, że sieć jest bez hasła.

SENIOR W INTERECIE  
2023



# INTERNET – PRZEGLĄDARKA INTERNETOWA

Aby skorzystać z treści zamieszczonych w Internecie musisz skorzystać ze specjalnie do tego przygotowanego programu, który nazywa się przeglądarką. Podobnie, jak z dokumentem tekstowym, jeśli chcesz go napisać, musisz uruchomić program Word, tak tutaj, jeśli chcesz przejrzeć stronę, kupić bilet, wyszukać informacji, musisz włączyć przeglądarkę internetową. Istnieje wiele przeglądarek internetowych, każda z nich ma swoją nazwę i logo:



Mozilla  
Firefox



Google  
Chrome



Opera



Internet  
Explorer  
lub  
Microsoft Edge



Safari  
Apple

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# POCZTA ELEKTORNICZNA

- ▶ **Poczta elektroniczna** pozwoli na szybką komunikację z osobami z całego świata. Dzięki niej w ciągu kilku minut można wysłać list (e-mail) oraz równie szybko odpowiedzieć na otrzymaną wiadomość. Za pomocą poczty elektronicznej można wysłać również zdjęcia, dokumenty, filmy. Podobnie jak w tradycyjnej poczcie, aby przesyłać korespondencje należy posiadać własną skrzynkę pocztową wraz z adresem. Zakłada się ją na serwerze pocztowym, można ją porównać do ogromnej poczty, na której znajduje się wiele skrzynek. Aby ją założyć należy wejść na wybrany serwer i podążać za instrukcją na nim podaną.

SENIOR W INTERECIE  
2023



# Poczta elektroniczna



SENIOR W INTERECIE  
2023



# Poczta elektroniczna

**Adres pocztowy** (mail, mejl) – pozwala zidentyfikować twoje konto pocztowe, jest on zindywidualizowany i tworzony w trakcie zakładania poczty.

Adres składa się z 3 elementów:



1. nazwa „konta” - adresu użytkownika lub użytkowniczki
2. znak „małpa” @ - jest to niezmienny element każdego adresu pocztowego
3. nazwa serwera – „strona”, na której została założona poczta









# Komunikatory

K  
O  
M  
U  
N  
I  
K  
A  
T  
O  
R  
Y

## Najlepsze

Sieci społecznościowe 

### Najpopularniejsze bezpłatne aplikacje

- |                                                                                     |                                                                          |                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|    | <b>1 Messenger</b><br>Text, Voice, & Video chat                          | <a href="#">POBIERZ</a>                                       |
|    | <b>2 WhatsApp Desktop</b><br>Sieci społecznościowe                       | <a href="#">OTWÓRZ</a>                                        |
|    | <b>3 Telegram</b><br>Sieci społecznościowe                               | <a href="#">POBIERZ</a>                                       |
|    | <b>4 Backgrounds for Skype</b><br>Sieci społecznościowe                  | <a href="#">POBIERZ</a><br><small>Zdjęcia na telefon</small>  |
|    | <b>5 Grids - For Instagram</b><br>Sieci społecznościowe                  | <a href="#">POBIERZ</a><br><small>Zdjęcia w aplikacji</small> |
|    | <b>6 Telegram Lite</b><br>Sieci społecznościowe                          | <a href="#">POBIERZ</a>                                       |
|   | <b>7 FreeChat for WhatsApp</b><br>Sieci społecznościowe                  | <a href="#">POBIERZ</a>                                       |
|  | <b>8 Messenger Black</b><br>Sieci społecznościowe<br>Rozszerzenie Safari | <a href="#">POBIERZ</a>                                       |

SENIOR W INTERNECIE  
2023


# KOMUNIKATORY



SENIOR W INTERECIE  
2023



# KOMUNIKATORY




WhatsApp Messenger  
WhatsApp Inc.


Downloading... ✕

**INSTALL**

Sklepy z aplikacjami, gdzie znajdziesz aplikację WhatsApp:



Sklep Play



App Store

**Free to download**

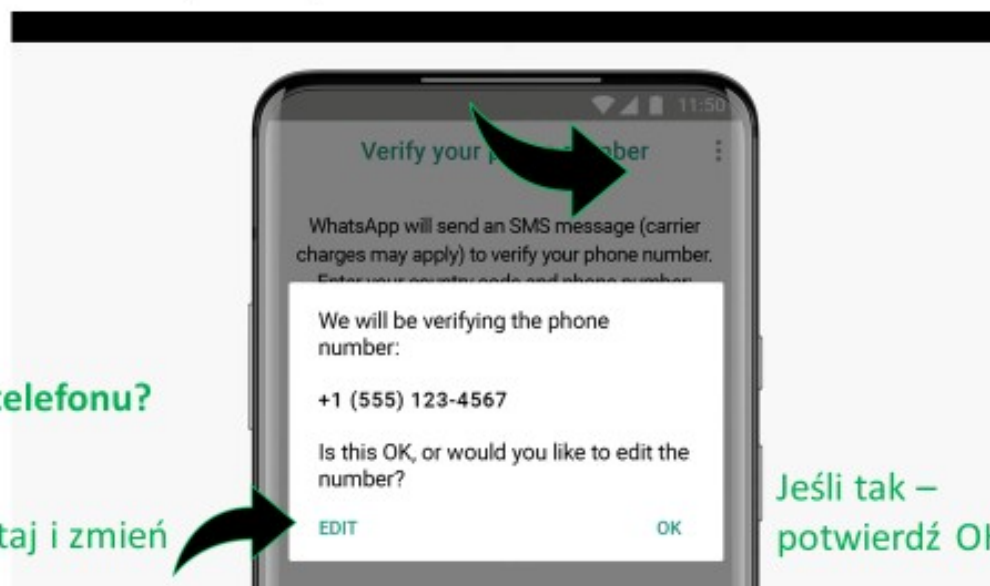
SENIOR W INTERECIE  
2023

# KOMUNIKATORY

Zweryfikuj swój numer telefonu.  
Potwierdź go lub podaj poprawny. Na ten numer  
dostaniesz SMS z 6-cyfrowym kodem.

Czy jest Twój numer telefonu?

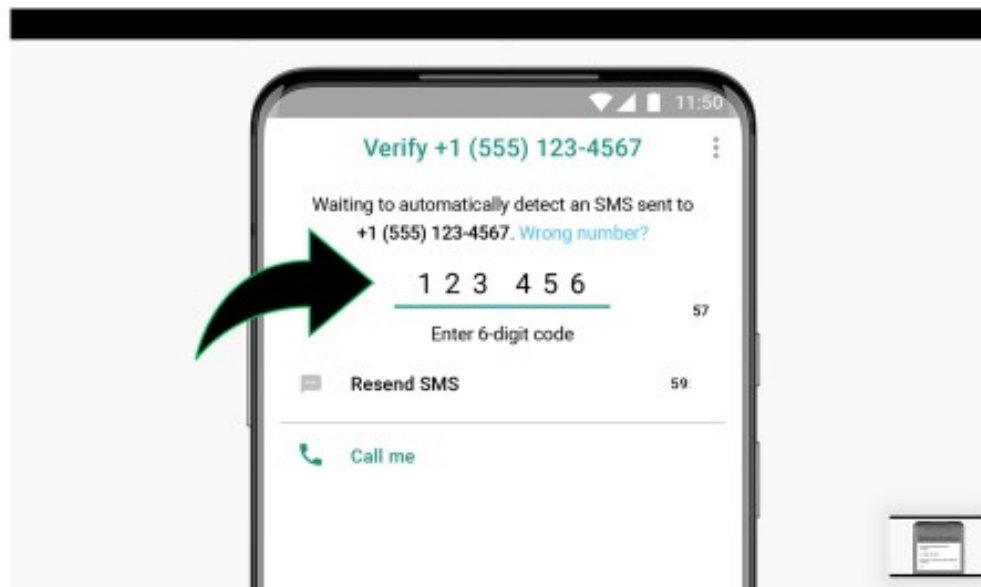
Jeśli nie – kliknij tutaj i zmień



SENIOR W INTERNECIE  
2023

# KOMUNIKATORY

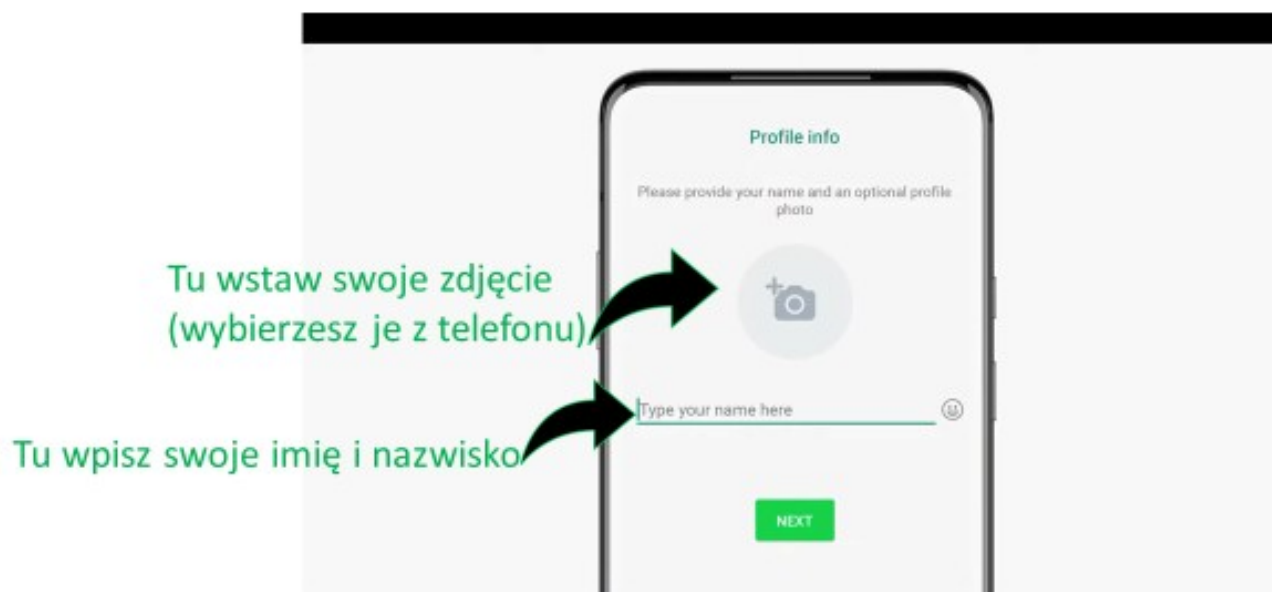
Wpisz otrzymany SMS-em 6-cyfrowy kod we wskazanym miejscu.



SENIOR W INTERECIE  
2023

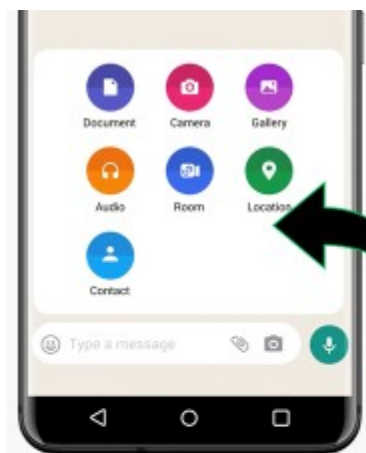
# KOMUNIKATORY

Ustaw swoje zdjęcie i opis (np. imię i nazwisko)

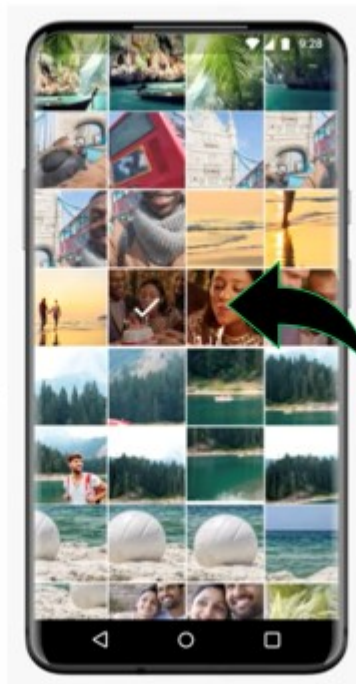


SENIOR W INTERNECIE  
2023

# KOMUNIKATORY



Wybierz katalog z interesującym zdjęciem



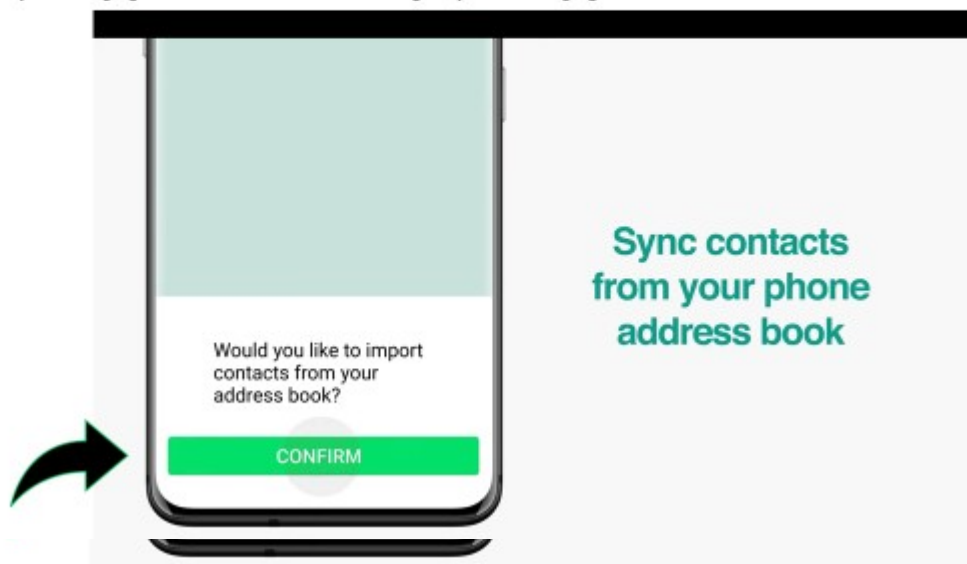
Wybierz zdjęcie przez dotknięcie

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY

Możesz przenieść do aplikacji kontakty ze swojego telefonu. W WhatsApp będą widoczni ci bliscy i znajomi, którzy mają zainstalowaną aplikację.



SENIOR W INTERECIE  
2023

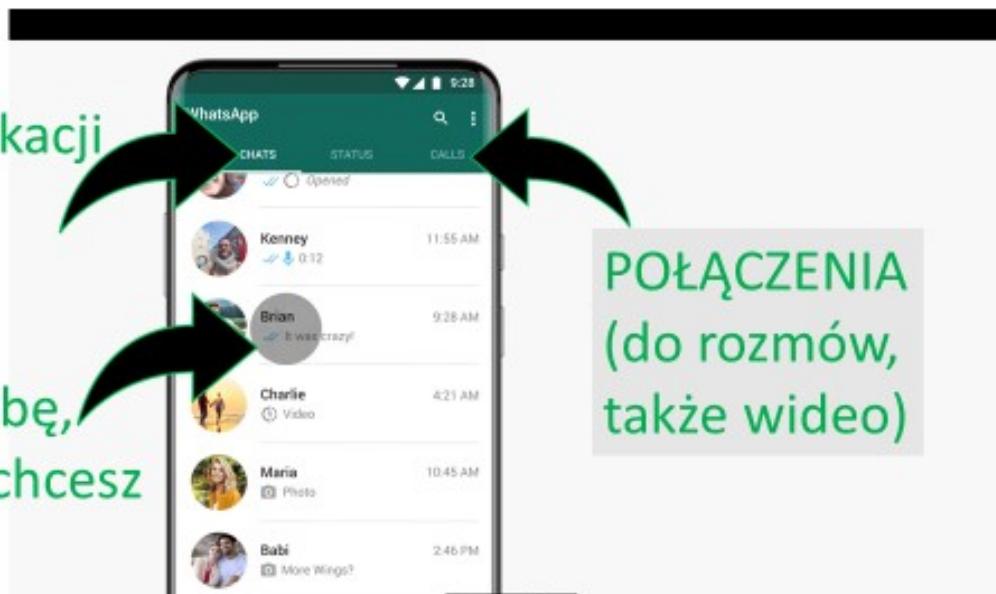


# KOMUNIKATORY

## Rozmowa

CZATY  
(do komunikacji  
tekstowej)

Kliknij osobę,  
do której chcesz  
napisać



POŁĄCZENIA  
(do rozmów,  
także wideo)

SENIOR W INTERECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



Wysyłanie zdjęć

1. Kliknij ikonę aparatu, by przejść do trybu robienia zdjęć

2a. Dotknij, by zrobić zdjęcie  
2b. Przytrzymaj, by nagrać film



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY

Wysyłanie zdjęć – wybór fotografii

Dotknięcie zdjęcia powoduje jego zaznaczenie, czego potwierdzeniem jest znaczek V

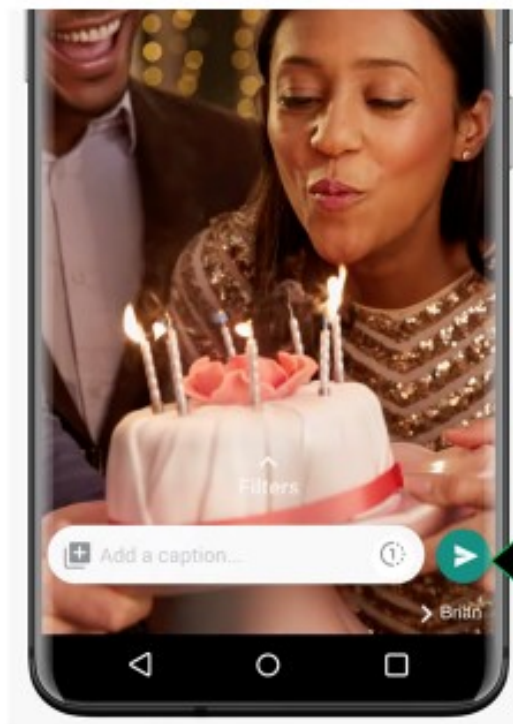
Można wybrać wiele zdjęć



SENIOR W INTERECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



Wysyłanie zdjęć

Ta ikona zawsze  
oznacza Wyślij

SENIOR W INTERNECIE  
2023



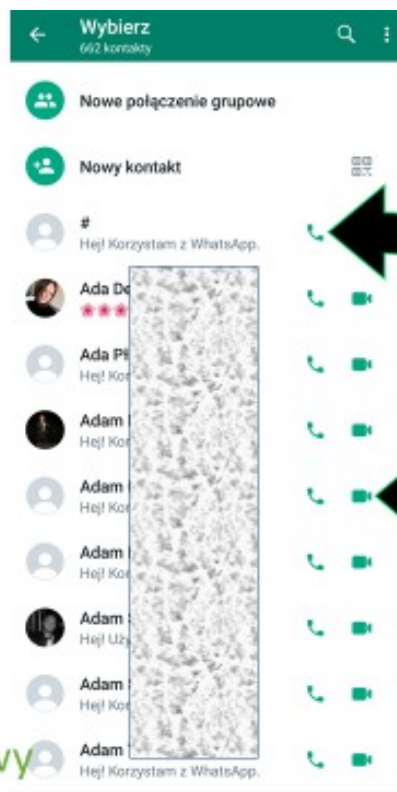
# KOMUNIKATORY

Rozmowy



Dołącz do wideorozmowy

Dołącz do rozmowy



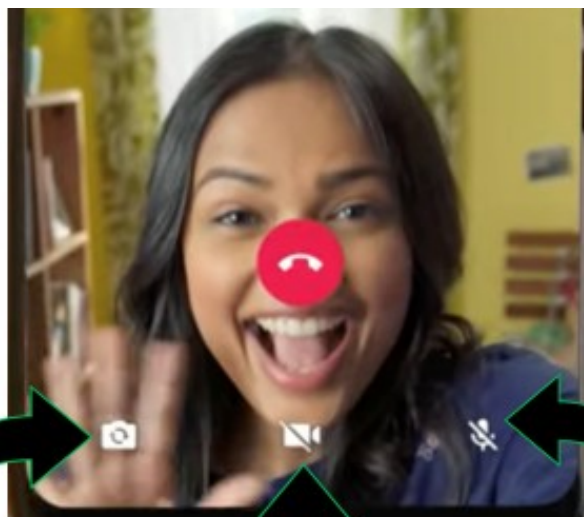
Zadzwoń

Połącz wideo

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



Obróć kamerę

Widać będzie to,  
co za telefonem lub tabletem

Wyłącz  
mikrofon

Nie będziesz słyszana/ny

Wyłącz kamerę

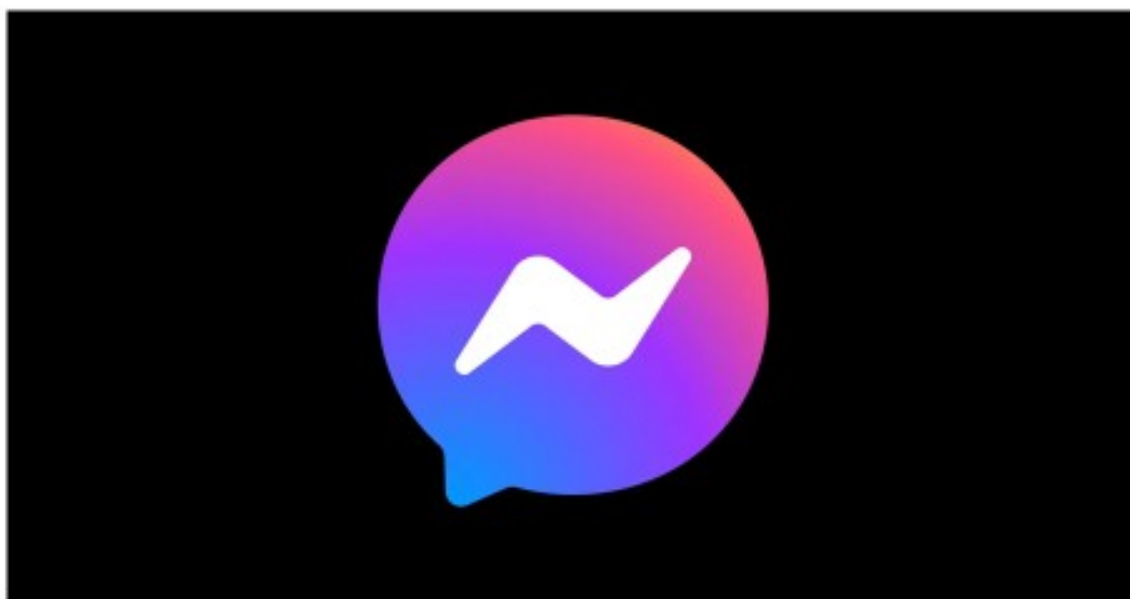
Nie będziesz widziana/ny

SENIOR W INTERECIE  
2023



# KOMUNIKATORY

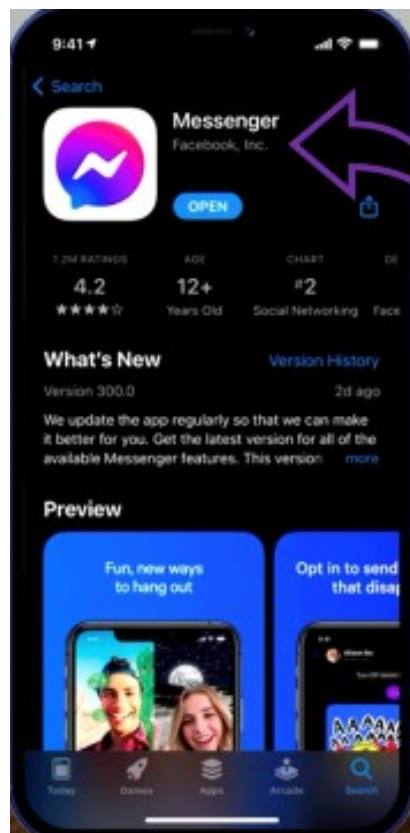
## Messenger



SENIOR W INTERNECIE  
2023

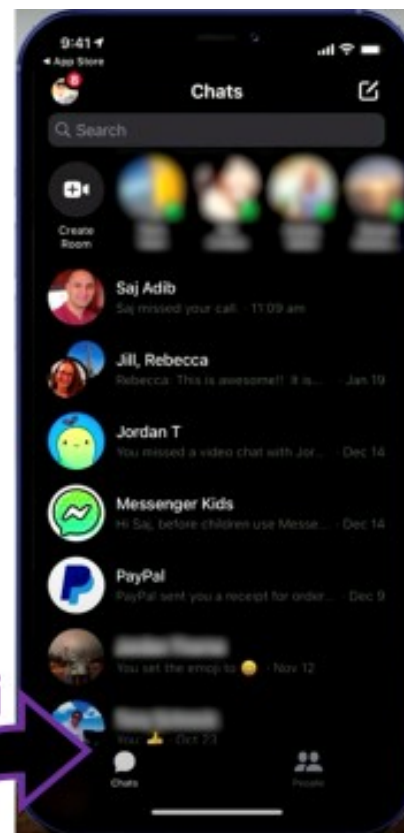


# KOMUNIKATORY



Messenger jest częścią Facebooka.

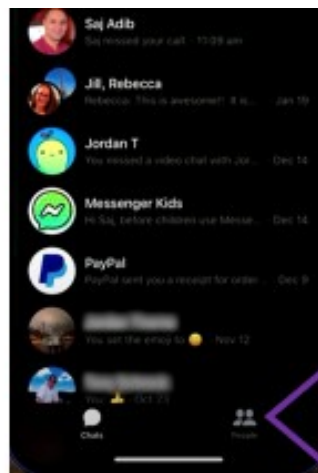
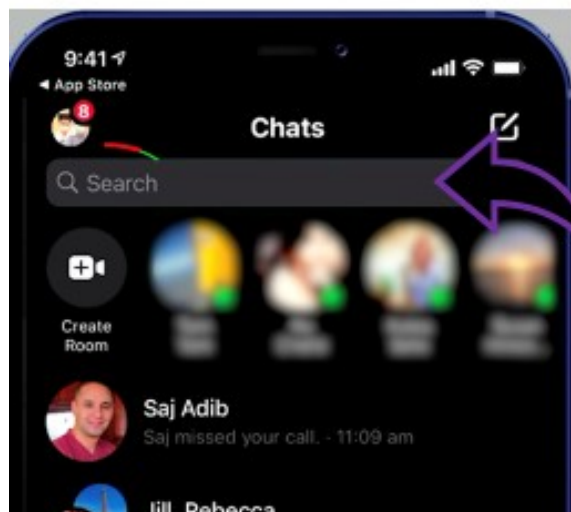
CZATY – lista rozmów indywidualnych i grupowych



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



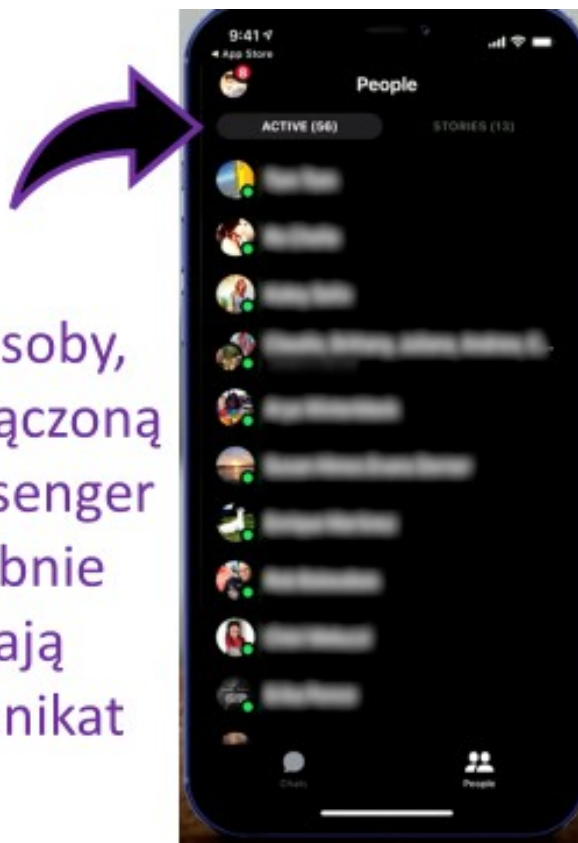
lub wybierz  
listę OSOBY

W polu SZUKAJ wpisz imię i  
nazwisko osoby, z którą chcesz  
się skontaktować

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



AKTYWNI to osoby, które mają włączoną aplikację Messenger i prawdopodobnie szybko odczytają wysłany komunikat

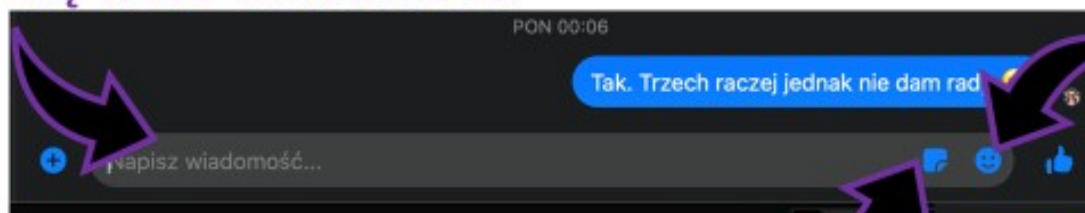
Dotknięcie nazwy rozmówcy otworzy okno dialogowe, w którym można pisać do znajomego

SENIOR W INTERNECIE  
2023



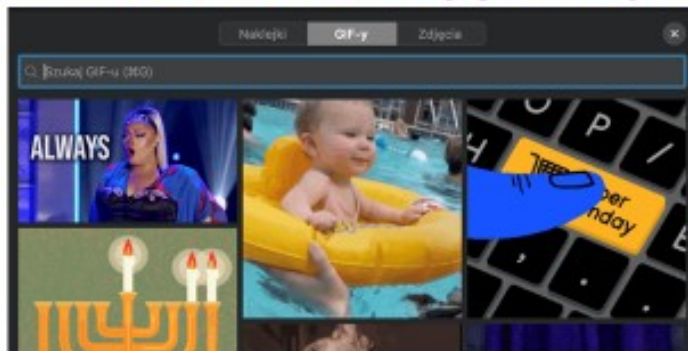
# KOMUNIKATORY

W polu tekstowym wpisuje się treść wiadomości



Tekst można urozmaicić emotikonami

Można także dodać zdjęcia czy GIF-y



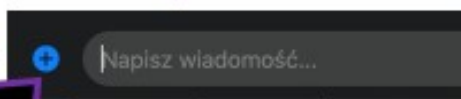
SENIOR W INTERNECIE  
2023



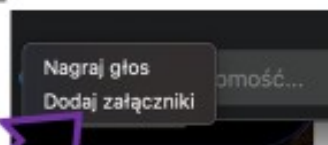
# KOMUNIKATORY

Do korespondencji można dodać załączniki:

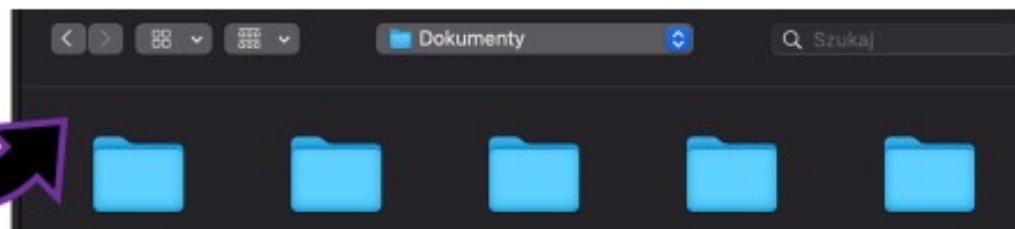
– kliknij +



– wybierz „Dodaj załączniki”



– znajdź katalog  
i wybierz plik



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



Zadzwoń

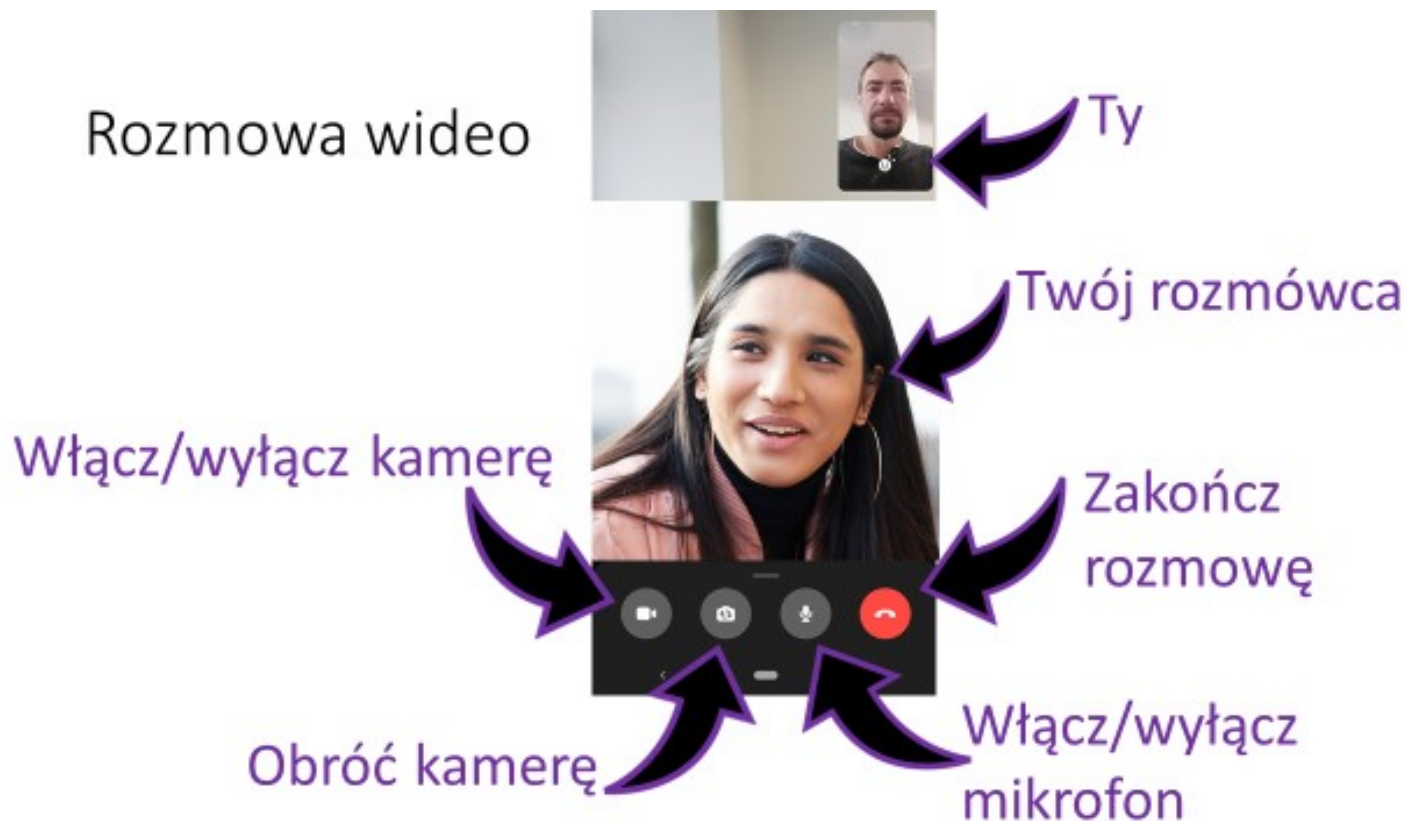
Nawiąż połączenie wideo

Znajdź słowo  
w konwersacji

SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY



SENIOR W INTERNECIE  
2023



# KOMUNIKATORY

Miłego komunikowania!



SENIOR W INTERNECIE  
2023



