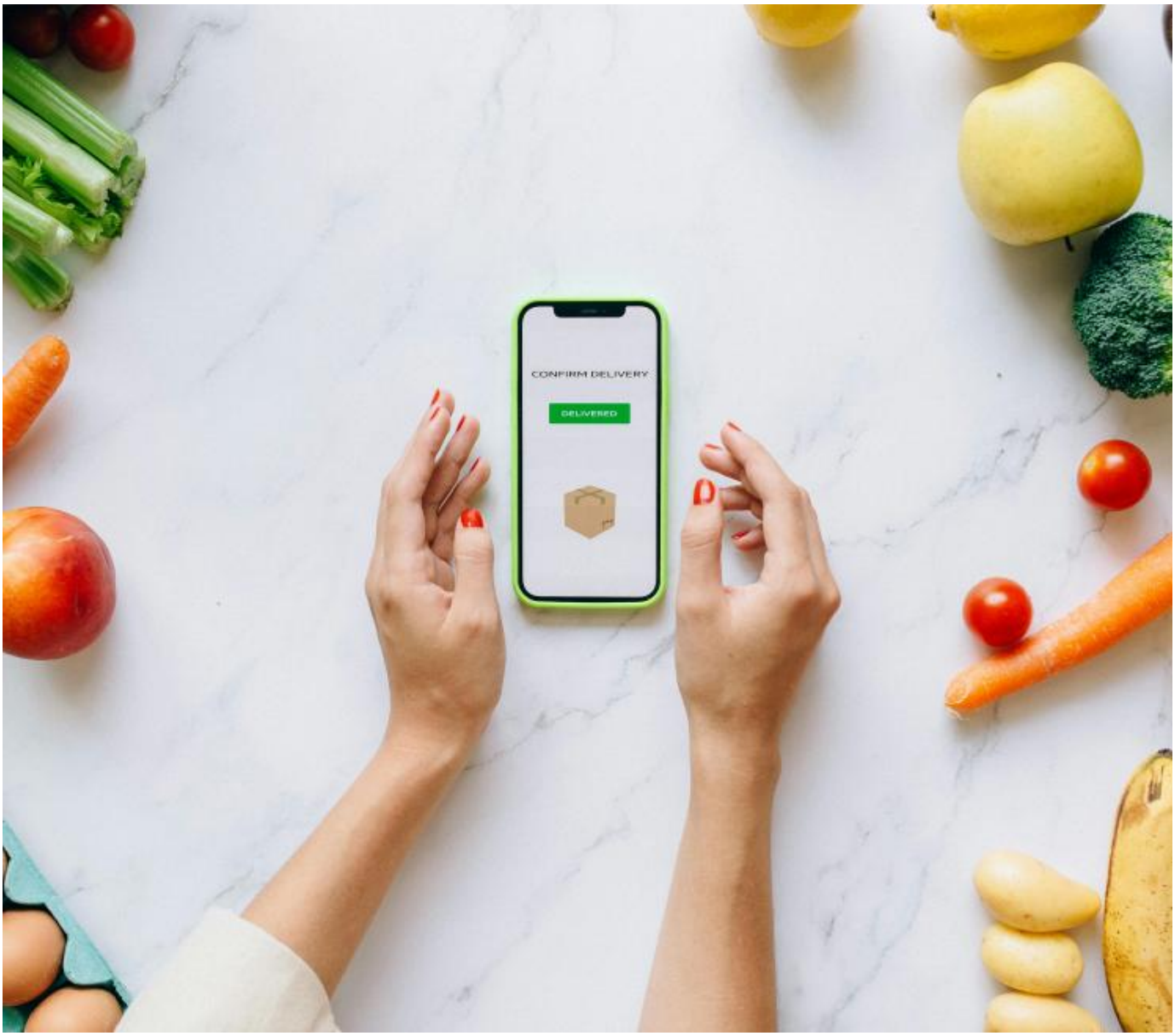
## Wykorzystaj smartfon na co dzień – zdrowie i niemarnowanie żywności




# Wykorzystaj smartfon na co dzień – zdrowie i niemarnowanie żywności

Data publikacji

30.04.2026 11:12

**4 maja 2026 roku platforma ABCsenior.com organizuje dwa kolejne szkolenia poświęcone obsłudze smartfonów – jedno na poziomie podstawowym, drugie dla bardziej zaawansowanych użytkowników.**

Szczegóły nt. szkolenia „Mój pierwszy smartfon” (poziom podstawowy):
Temat: Zdrowie od pierwszego kliknięcia.
Termin: 04.05.2026 r., godz. 09:30 – 10:30.
Zagadnienia poruszane na szkoleniu:

- Poznasz aplikacje i serwisy wspierające dbanie o zdrowie, takie jak mojeIKP czy ZnanyLekarz.
- Dowiesz się jak umawiać wizyty, sprawdzać e-recepty i korzystać z usług medycznych online oraz jak bezpiecznie zarządzać swoimi danymi zdrowotnymi w internecie.

Link rejestracyjny na szkolenie.

Szczegóły nt. szkolenia „Mój ulubiony smartfon” (poziom zaawansowany):
Temat: Ratuj żywność – aplikacje do zakupu niespodziewanych rzeczy.
Termin: 04.05.2026 r., godz. 17:00 – 18:00.
Zagadnienia poruszane na szkoleniu:

- Poznasz ideę ratowania żywności oraz dowiesz się, jak działają aplikacje umożliwiające zakup paczek z nadwyżkami jedzenia, takie jak Too Good To Go.
- Dowiesz się również, jak korzystać z takich rozwiązań, aby oszczędzać pieniądze i jednocześnie ograniczać marnowanie żywności.

Link rejestracyjny na szkolenie.

Zachęcamy do udziału.

**Źródło: https://abcsenior.com/kurs/moj-pierwszy-smartfon-wiosna-26 oraz https://abcsenior.com/kurs/moj-ulubiony-smartfon-wiosna-26**
**Grafika: https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/jedzenie-zywnosc-warzywa-rece-8939504/**


- PDF
- Drukuj

- Share

- Więcej aktualności
- Archiwum aktualności