Opublikowano: Konstancin-Jeziorna (www.konstancinjeziorna.pl)

„Sztuczna inteligencja na co dzień” – ruszył cykl spotkań dla seniorów

2026-03-19



Mieszkańcy gminy Konstancin-Jeziorna w wieku 55+ rozpoczęli fascynującą przygodę z nowoczesnymi technologiami. W czwartek (19 marca) w urzędzie miasta odbyło się pierwsze z cyklu czterech bezpłatnych szkoleń „Sztuczna inteligencja na co dzień”, organizowanych z inicjatywy Rady Seniorów we współpracy z Fundacją Zaczyn.

Sztuczna inteligencja okazuje się nie taka straszna, a seniorzy z naszej gminy już niedługo będą mogli zamienić swoje smartfony w inteligentnych asystentów. W czwartek (19 marca) w sali posiedzeń Urzędu Miasta i Gminy przy ul. Piaseczyńskiej 77 grupa seniorów spotkała się na pierwszych zajęciach poświęconych możliwościom sztucznej inteligencji. Warsztaty, realizowane przez Fundację Zaczyn w ramach programu „Włączamy Cyfrowo Mazowsze”, to przede wszystkim praktyczny kurs obsługi narzędzi opartych na uczeniu maszynowym. Podczas spotkania uczestnicy przekonali się, jak nowoczesne technologie mogą ułatwić im codzienne życie. Kolejne spotkania zaplanowano na 26 marca oraz 2 i 9 kwietnia w godz.

12.30–16.00.

Praktyka przede wszystkim

Głównym celem cyklu jest oswojenie seniorów ze sztuczną inteligencją dostępną w ich własnych smartfonach. Podczas warsztatów uczestnicy uczą się m.in.:

- obsługi asystentów głosowych (np. Google Asystent);
- sprawnego korzystania z translatorów i aplikacji ułatwiających komunikację;
- generowania tekstów i obrazów przy pomocy AI;
- planowania podróży oraz codziennych zadań z wykorzystaniem inteligentnych aplikacji.

Trenerka prowadząca zajęcia położyła duży nacisk na to, by seniorzy nie tylko poznali funkcjonalności aplikacji, ale też zrozumieli ograniczenia i ryzyka związane ze sztuczną inteligencją. Każde z czterech spotkań trwa 3,5 godziny, co pozwala na spokojne przećwiczenie nowych umiejętności pod okiem eksperta. Inicjatywa Rady Seniorów udowadnia, że wiek nie jest barierą w korzystaniu z najnowszych zdobyczy techniki, a AI może realnie ułatwić seniorom codzienne obowiązki.







Adres źródłowy: https://www.konstancinjeziorna.pl/news/rada-seniorow-aktualnosci/sztuczna-inteligencja-na-co-dzien-ruszyl-cykl-spotkan-dla-seniorow