

## Tablet dla seniora – checklist 12 kroków

Od pomysłu do gotowej tablicy leków na ścianie. Wydrukuj, odhaczaj, skonfiguruj raz – i przestań pytać „mamo, brałaś?”.

### DECYZJA I SPRZĘT

- 01  Zdecyduj wspólnie z seniorem, że chcecie spróbować. Bez tego krok 11 zawiedzie.
- 02  Wybierz tablet z trzech ścieżek. Nowy Android tani, używany iPad, sprzęt z rodziny.
- 03  Wybierz miejsce w domu. Kuchnia / korytarz / salon, na linii naturalnego ruchu.
- 04  Skompletuj montaż. Uchwyt VESA + adapter albo prosta półka, kabel zasilający.

### APLIKACJA MOJAPTECZKA

- 05  Zainstaluj mojApteczkę z App Store lub Google Play.
- 06  Załóż konto seniora albo zaloguj się na istniejące.
- 07  Dodaj leki seniora – najszybciej przez skanowanie aparatem.
- 08  Ustaw przypomnienia z dokładnymi godzinami i opcjonalnym podziałem dawki.
- 09  Sparuj telefon opiekuna jako rolę opiekuna we wspólnej apteczce rodzinnej (przez QR).

### TRYB KIOSKU I DOPIĘCIE

- 10  Włącz tryb pojedynczej aplikacji z PIN-em. Dostęp nadzorowany (iPad) lub Przypinanie ekranu (Android).
- 11  Ustaw ekran na stałe. Auto-Lock na „Never”, jasność 60–70%, podłącz na stałe do zasilania.
- 12  Obserwuj przez tydzień i doszlifuj. Czy senior zerka, czy paski się wypełniają, czy nic w aplikacji nie wprowadza w błąd.

#### Tryb kiosku – iPad

- Settings → Accessibility → Guided Access → włącz.
- Passcode Settings → ustaw kod, którego senior nie zna (zostaje u opiekuna).
- Otwórz mojApteczkę na ekranie „Przypomnienia” → kliknij 3× przycisk Home/górny → start.

#### Tryb kiosku – Android

- Settings → Security → Advanced → Screen Pinning → włącz (od Androida 5.0; Samsung: Biometrics and security).
- Zaznacz „proś o PIN przy odpięciu” – kod zostaje u opiekuna.
- Otwórz mojApteczkę → przypnij aplikację z menu ostatnich aplikacji.

### CO SENIOR WIDZI Z TRZECH METRÓW

- Zielony – dawka wzięta na czas
- Pomarańczowy – >60 min, spóźniona, warto sprawdzić
- Czerwony – >180 min, oznaczona jako pominięta

**Pobierz mojApteczkę na tablet seniora.** Wersja podstawowa jest darmowa – pasek dzisiejszych dawek, kolory godzin i wspólna apteczka rodzinna działają bez opłat.

 App Store: [apps.apple.com/pl/app/mojapteczka/id6760895282](https://apps.apple.com/pl/app/mojapteczka/id6760895282)

 Google Play: szukaj „mojApteczka”

 Pełen przewodnik: [mojapteczka.pl/blog/pl/tablet-dla-seniora-na-scianie-tablica-lekow-2026](https://mojapteczka.pl/blog/pl/tablet-dla-seniora-na-scianie-tablica-lekow-2026)

*mojApteczka jest narzędziem organizacyjnym i informacyjnym. Pomaga uporządkować apteczkę i przypomnieć o dawce, ale nie zastępuje porady lekarza, farmaceuty ani pielęgniarki. Decyzje terapeutyczne – co przyjąć, w jakiej dawce, kiedy pominąć – zawsze należą do specjalisty prowadzącego seniora.*