



**AgeHUB**  
FUNDACJA

 **AKTYWNI+**



**Tutorial:**

## **Jak ustawić czas wygaszania ekranu po okresie bezczynności?**

Niniejszy materiał edukacyjny został stworzony w ramach projektu Fundacji Age Hub „@ktywni 60+. Program włączenia cyfrowego z wykorzystaniem smartfonów” współfinansowanego ze środków Rządowego Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025, Edycja 2024, pochodzących z budżetu państwa (umowa nr 518/DS/24, kwota dofinansowania: 223 150,00 zł).

## Czego dowiesz się z tego omówienia?

- Jak ustawić czas bezczynności, po którym wygasza się ekran.
- Jak dopasować smartfon do swoich preferencji.
- Jak odnaleźć odpowiednie funkcje w ustawieniach smartfona.

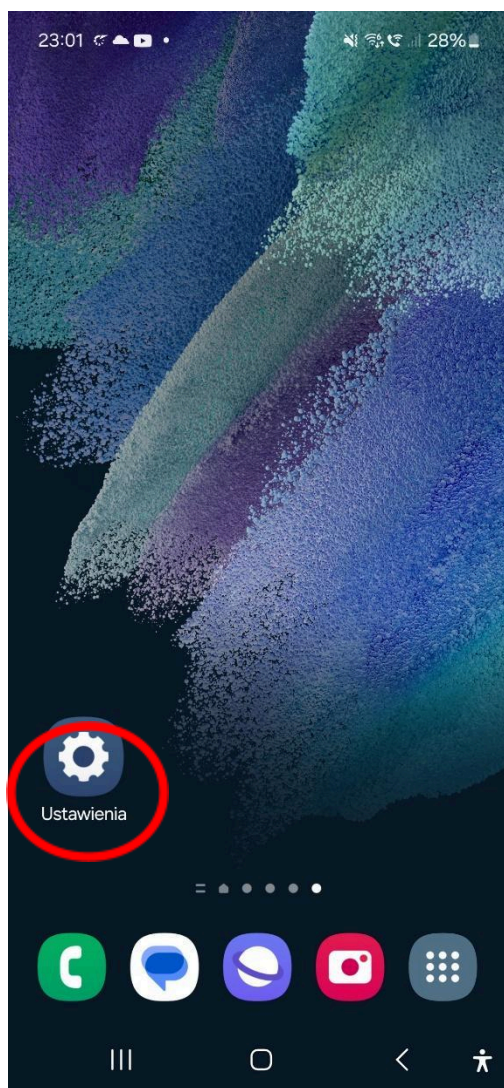
## Komu przyda się to omówienie?

Poniższy tutorial przyda się osobom, które chcą wydłużyć czas bezczynności, po którym wyłącza się ekran. Dzięki temu mają więcej czasu na zapoznanie się z zawartością ekranu i podjęcie kolejnych czynności. Zazwyczaj domyślnie w smartfonach ustawiony jest czas 15 sekund, po którym ekran gaśnie, jeśli nie wykonujemy żadnej czynności.

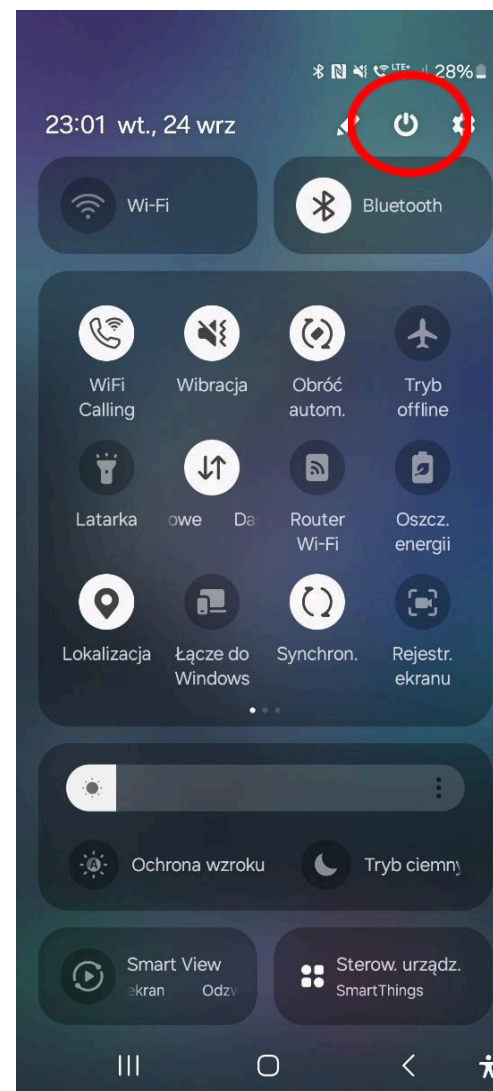
## Co to jest wygaszanie ekranu?

**Wygaszacz** ekranu pozwala wygasić i zablokować ekran smartfona, tak by zmniejszyć pobór energii z baterii, a tym samym wydłużyć czas jego działania. Wówczas ekran przestaje reagować na dotyk, a aby ponownie móc korzystać ze smartfona należy włączyć ekran przyciskiem bocznym, a następnie odblokować ekran poprzez wybraną metodę zabezpieczenia. Czasami, jeśli użytkownik tak wybrał, może nie być żadnej metody zabezpieczenia smartfona, wówczas ekran blokady odblokowujemy przesunięciem palca od dołu do góry. Wygaszacz ekranu włącza się po określonym czasie bezczynności.

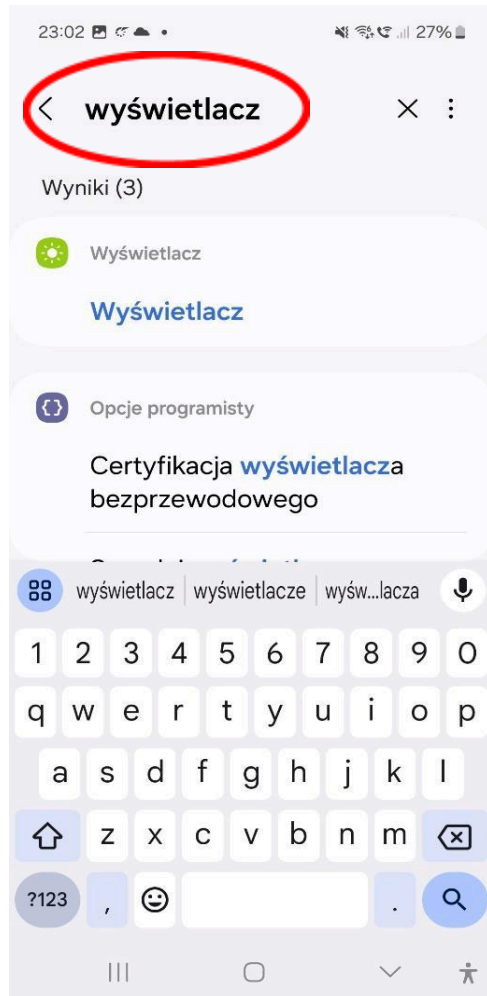
W pierwszej kolejności należy odnaleźć ustawienia telefonu. Ikona ustawień to koło zębate. Możemy je odnaleźć we wszystkich aplikacjach, na ekranie startowym lub w menu górnym.



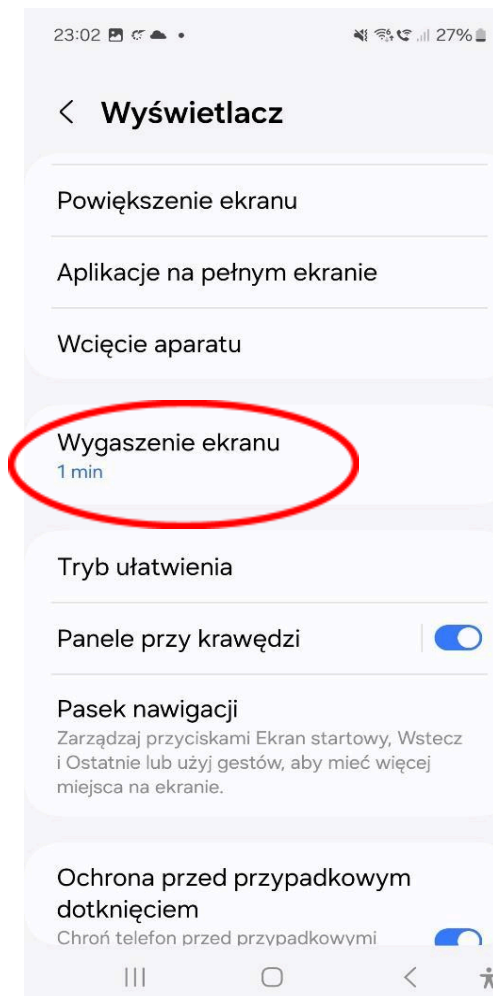
Ikona ustawień w menu górnym:



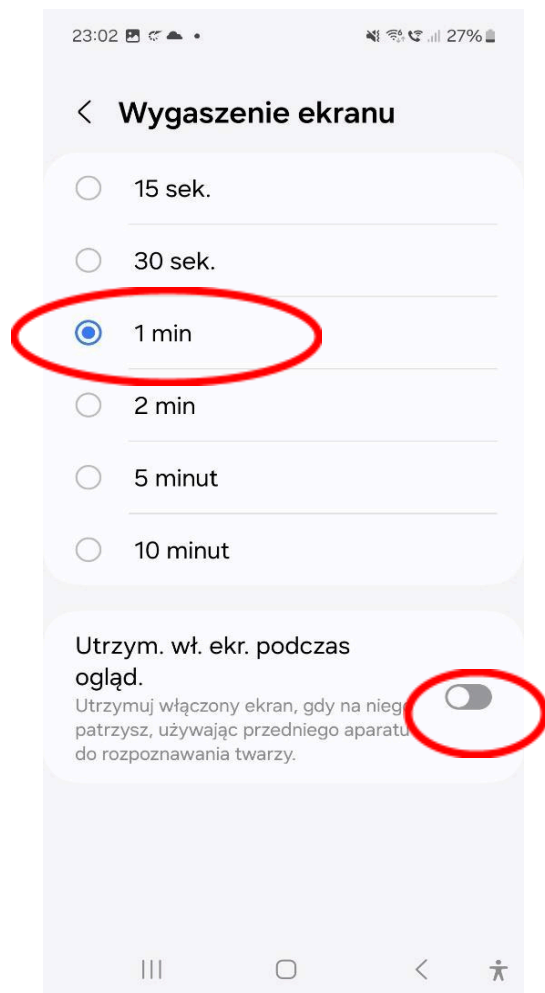
Następnie po krótkim kliknięciu opisanej ikonki przechodzimy do ustawień. U góry znajduje się miejsce na wpisanie czego szukamy lub też lupka, która pełni tą samą funkcję. W zależności od modelu telefonu wpisujemy tam „wyświetlacz” lub „ekran”



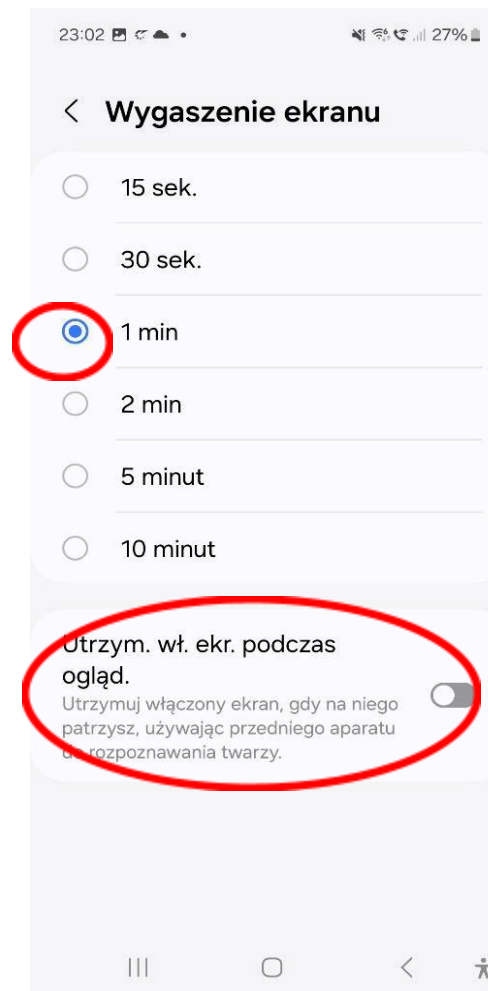
Po kliknięciu napisu wyświetlacz/ekran przechodzimy do menu dotyczącego tej funkcjonalności. Wśród nich odnajdziemy funkcję „wygaszenie ekranu” lub „uśpienie ekranu” w zależności od modelu telefonu.



Wybieramy funkcję „Wygaznienie ekranu” lub „Uśpienie ekranu”. Następnie z dostępnych wariantów czasowych wybieramy czas, po którym ma nastąpić wygaszenie ekranu po naszej bezczynności.



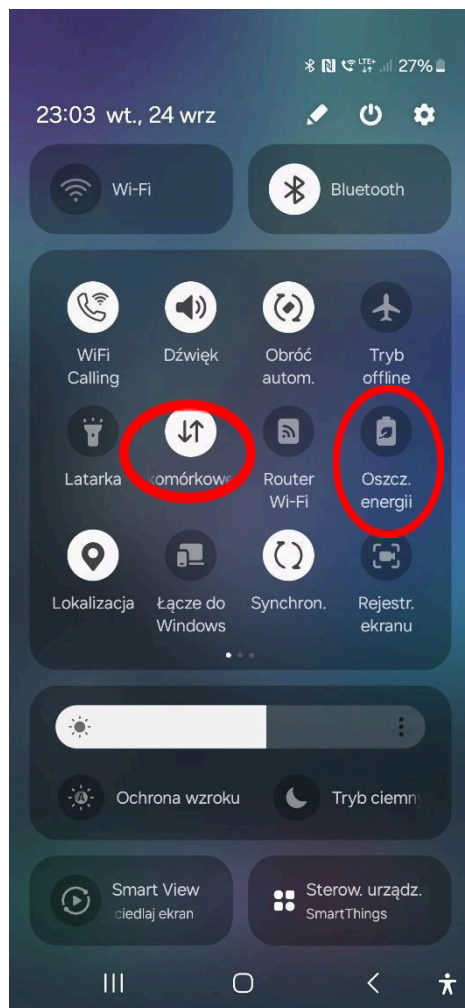
W niektórych modelach telefonu możliwe jest zawieszenie czasu wygaszania, jeśli patrzymy na ekran. Funkcja ta widoczna jest na powyższym obrazku i nazywa się „Utrzymanie włączonego ekranu podczas oglądania”. By ją włączyć należy przesunąć suwak w prawo.



Warto pamiętać, że w przypadku wyboru przez nas funkcji oszczędzania energii lub baterii, czas po którym będzie włączał się wygaszacz wynosił będzie 15 sekund. Dzieje się tak, ponieważ system smartfona potraktuje naszą komendę jako nadrzędną nad stałymi dyspozycjami w ustawieniach ogólnych.

### Dobre rady:

Kategorie (nazwy) ustawień mogą się różnić w zależności od modelu i producenta. Warto w zawartości poszukać nazw związanych z ekranem lub wyświetlaczem. Pamiętajmy, że czym dłuższy czas działania ekranu bez wygaszania, tym większy pobór mocy.







**AgeHUB**  
FUNDACJA

[WWW.AGEHUB.PL](http://WWW.AGEHUB.PL)

Niniejszy materiał edukacyjny został stworzony w ramach projektu Fundacji Age Hub „@ktywni 60+. Program włączenia cyfrowego z wykorzystaniem smartfonów” współfinansowanego ze środków Rządowego Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025, Edycja 2024, pochodzących z budżetu państwa (umowa nr 518/DS/24, kwota dofinansowania: 223 150,00 zł).