Social Innovation Initiative

Co-funded by the European Union

SMART UA

JRS JESUIT REFUGEE SERVICE EUROPE

lifestarter.

mini digi kurz+

SMART UA EDITION

APLIKÁCIE, KTORÉ ZJEDNODUŠUJÚ ŽIVOT NA SLOVENSKU



1

SŤAHOVANIE APLIKÁCIÍ

ЗАВАНТАЖЕННЯ ДОДАТКІВ





GOOGLE PLAY - NA ZARIADENIACH ANDROID

GOOGLE PLAY — НА ПРИСТРОЯХ ANDROID





APPSTORE - NA ZARIADENIACH APPLE

APPSTORE - НА ПРИСТРОЯХ APPLE

2

ZDRAVOTNÉ A LEKÁRSKE SLUŽBY

OXOPOHA ЗДОРОВ'Я ТА МЕДИЧНІ ПОСЛУГИ

VŠZP / ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA
VŠZP / МЕДИЧНА СТРАХОВА КОМПАНІЯ

DÔVERA / ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA
DÔVERA / МЕДИЧНА СТРАХОВА КОМПАНІЯ

GOOGLE MAPS / VYHĽADÁVANIE MIEST
GOOGLE MAPS / ПОШУК МІСЦЬ

3

DOPRAVA + CESTOVANIE

ТРАНСПОРТ + ПОДОРОЖІ

CP.SK / CESTOVNÉ PORIADKY NA SLOVENSKU
CP.SK / РОЗКЛАД РУХУ В СЛОВАЧЧИНІ

IDEME VLAKOM - ŽSSK / CESTOVNÉ LÍSTKY NA VLAK
ЇДЕМО ПОЇЗДОМ - ŽSSK / КВИТКИ НА ПОЇЗД

IDS BK / CESTOVANIE V BRATISLAVE
IDS BK / ПОДОРОЖ У БРАТИСЛАВІ

3

DOPRAVA + CESTOVANIE

ТРАНСПОРТ + ПОДОРОЖІ

BOLT / BEZPEČNÉ TAXI
BOLT / БЕЗПЕЧНЕ ТАКСІ

UBIAN / CESTOVANIE
UBIAN / ПОДОРОЖІ

SPOZNAJ SVOJ KRAJ / TIPY NA VÝLETY
ПІЗНАЙ СВІЙ КРАЙ / ПОРАДИ ЩОДО ПОДОРОЖЕЙ

4

NAKUPOVA-NIE

ПОКУПКИ



LIDL PLUS / ZĽAVY NA NÁKUPY

LIDL PLUS / ЗНИЖКИ НА ПОКУПКИ



TESCO CLUBCARD / ČLENSKÁ KARTA

TESCO CLUBCARD / ЧЛЕНСЬКА КАРТКА



KAUFLAND / LETÁKY, ZĽAVY, SKENOVANIE

KAUFLAND / ЛИСТІВКИ, ЗНИЖКИ, СКАНУВАННЯ

4

NAKUPOVA-NIE

ПОКУПКИ



ALZA / NÁKUPY (TECHNOLÓGIE, DOMÁCNOSŤ,...)

ALZA / ПОКУПКИ (ТЕХНИКА, ПОБУТОВА ТЕХНІКА,...)

BISTRO.SK / OBJEDNÁVKA JEDLA

BISTRO.SK / ЗАМОВЛЕННЯ ЇЖІ

MUNCH / VÝHODNÉ POTRAVINY

MUNCH / ВИГІДНІ ПРОДУКТИ ХАРЧУВАННЯ

5

KOMU-NIKÁCIA A PREKLAD

KOMУНІКАЦІЯ І ПЕРЕКЛАД

WHATSAPP / SPRÁVY, VIDEOHOVORY

WHATSAPP / ПОВІДОМЛЕННЯ, ВІДЕООДЗВІНКИ

GOOGLE PREKLADAČ / PREKLADY, SKEN

ПЕРЕКЛАДАЧ GOOGLE / ПЕРЕКЛАДИ, СКАНУВАННЯ

TELEGRAM / SPRÁVY, ČET

ТЕЛЕГРАМ / НОВИНИ, ЧАТ

Заявка на курс Prihláška na kurz

Course application



PARTNERI PROJEKTU

Social Innovation Initiative

European Union
European Social Fund

Co-funded by the European Union

SMART UA

JRS
JESUIT REFUGEE SERVICE

lifestarter

CENTRUM POMOCI PRE RODINU

TRNAVA

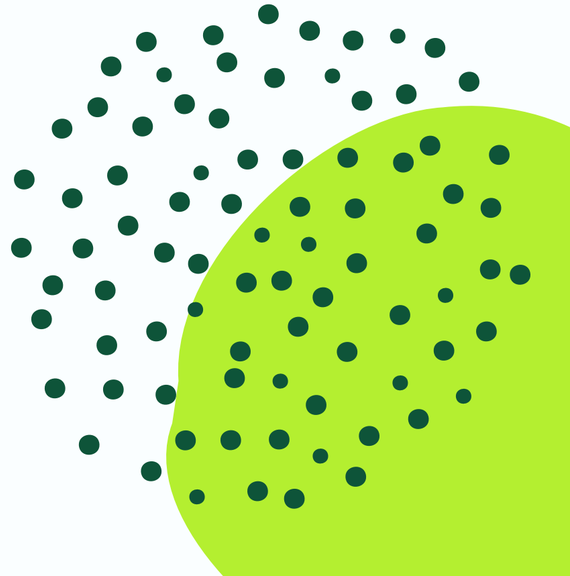
UNIVERSITAS TYRNAVIENSIS
19 TRNAVA 92

PERSONAL SERVICE

LIFESTARTER
UČIACA SA TRNAVA

NÁSTROJE UMELEJ INTELIGENCIE PRE SENIOROV

Mgr. Klára Zubková
Adriána Majorová



Social Innovation Initiative

Co-funded by the European Union

SMART UA

JRS JESUIT REFUGEE SERVICE EUROPE

lifestarter.

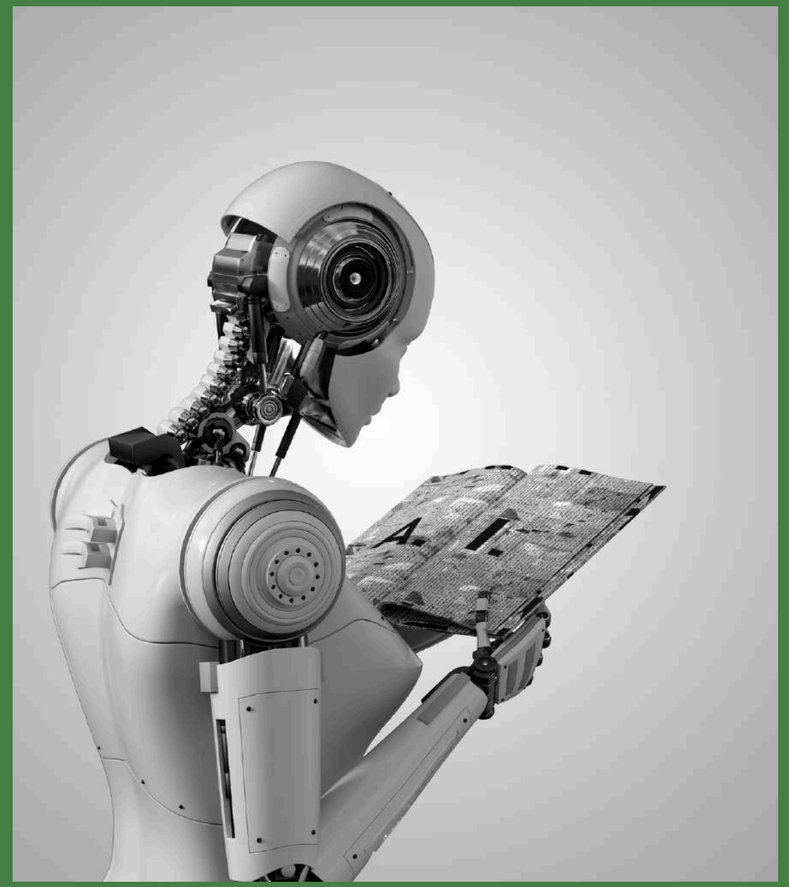
Úvodná diskusia

Čo je AI?

Využívate nástroje AI?

Čo je AI?

- technológia, ktorá sa snaží rozmýšľať a vykonávať prácu ako ľudia,
- neprogramuje sa, ale učí sa na dátach,
- pojem prvýkrát predstavený v 1956, avšak jej základy siahajú až do 17. stor.



Kde sa stretávame s AI?



- DIGITÁLNI ASISTENTI,
- INTELIGENTNÁ DOMÁCNOSŤ,
- CHATBOTY,
- SOCIÁLNE MÉDIÁ,
- VYHĽADÁVANIE,
- ROZPOZNÁVANIE TVÁRE,
- GENERATÍVNA AI.

PROMPT



ČO JE PROMPT?
ČO JE PROMPT ENGINEERING?

STRETLI STE SA UŽ S TÝMITO POJMAMI?

PROMPT



- pokyn pre AI, čo má robiť,
- spôsob komunikácie s AI.

Prompt Engineering

- technika, ktorá sa venuje vytváraniu efektívnych promptov,
- ako sa čo najlepšie spýtať AI, aby výsledok bol čo najlepší,
- v súčasnej dobe už aj profesia.





Písanie promptu

1. inštrukcia: napíš, vytvor, uprav...
2. kontext: to, čo od neho chcem,
3. obmedzenia: to, čo od neho nechcem

NAPR.: Vytvor mi krátku básničku na tému leta, kde zakomponuješ aj more a slnko, ale nespomínaj tam žiadne búrky, ani prácu.



VÝSTUP

Na obzore slnko zlaté,
v mori ticho špliecha šťastie,
piesok hreje bosé nohy,
vietor šepká letné slohy.
Ananás a úsmev v dlani,
čas sa stratil niekde v pláni,
len tak ležať, vnímať krásu –
leto píše verše z pásu.

CHATGPT



VYUŽITIE

CHATGPT

VYUŽITIE

Pomoc pri bežných úlohách

- Môže pomôcť vytvoriť zoznamy (napr. nákupný zoznam), pomôcť pri plánovaní (napr. jedálniček na týždeň), hľadať jednoduché návody (ako vymeniť žiarovku, ako nastaviť mobil).
- Je vhodný ako rýchly „asistent“ – napríklad: „Pomôž mi napísať list“ alebo „Vysvetli mi, čo znamená ...“

CHATGPT

Učenie sa nových vecí / zábava

- ChatGPT na učenie sa jazyka, získavanie informácií o témach, ktoré nás zaujímajú, alebo pri písaní vlastných spomienok či príbehov.
- Môže pomôcť zbaviť sa pocitu izolácie – napríklad rozhovorom, pýtaním sa, skúmaním nových tém.



VYUŽITIE

CHATGPT

- Nie je to náhrada odborníka – Informácie, ktoré poskytne ChatGPT, môžu byť nesprávne alebo neúplné, najmä pokiaľ ide o zdravie, financie, právne otázky.
- Bezpečnosť a súkromie – Netreba dávať citlivé údaje (napr. rodné číslo, zdravotné údaje, prístupové heslá) do chatbota.
- Prehnaná dôvera – Nástroj môže „vymýšľať“ odpovede (tzv. „halucinácie“). Treba byť obozretný.



OPATRNOSŤ



ODPOVEDE AI

AKO NÁVRH, NIE AKO 100% PRAVDA!

CHATGPT



PRIHLÁSENIE SA

CHATGPT



PROMPTOVANIE

DEEPL



PRIHLÁSENIE SA

DEEPL



VÝSLEDKY


AI NÁSTROJE PRE SENIOROV
Prakticky. Zrozumiteľne. Bezpečne.
ChatGPT
pýtajte sa
získajte odpovede
pomoc pri písaní
nápady a inšpirácia
Tvorba obrázkov
vytvorte si obrázky
upravte fotografie
kreatívne nápady
Overovanie informácií
rozpoznávanie hoaxov
overovanie zdrojov
kritické myslenie
Hlasoví asistenti
ovládanie hlasom
pripomienky
informácie a správy
AI je tu pre vás. Pomáha, inšpiruje a šetrí čas.
Dnes sa naučíme:
✓ čo je AI a ako funguje
✓ ako používať ChatGPT
✓ praktické ukážky
✓ bezpečné používanie AI
✓ vaše otázky
VZDELÁVANIE SENIOROV
SPOLU SA UČÍME, SPOLU NAPREDUJEME
Nikdy nie je neskoro učiť sa nové veci.
Gemini
ChatGPT
Copilot

VÝSLEDKY


AI NÁSTROJE PRE SENIOROV
Prakticky. Zrozumiteľne. Bezpečne.
ChatGPT
• odpovede na otázky
• písanie textov
• pomoc pri nápadoch
• vysvetlenie zložitého
Tvorba obrázkov
• generovanie obrázkov
• úprava fotografií
• kreatívne nápady
Overovanie informácií
• rozpoznávanie hoaxov
• overovanie zdrojov
• kritické myslenie
Hlasoví asistenti
• ovládanie hlasom
• pripomienky
• informácie a správy
AI je tu pre vás. Pomáha, inšpiruje a šetrí čas.
Dnes sa naučíme:
✓ čo je AI a ako funguje
✓ ako používať ChatGPT
✓ praktické ukážky
✓ bezpečné používanie AI
✓ vaše otázky
VZDELÁVANIE SENIOROV
SPOLU SA UČÍME, SPOLU NAPREDUJEME
Nikdy nie je neskoro učiť sa nové veci.
ChatGPT
Copilot

ĎALŠIE NÁSTROJE

OBRÁZKY

- PERCHANCE
- CHATGPT
- MIDJOURNEY

ZVUK

- ELEVEN LABS
- SUNO
- LUVVOICE

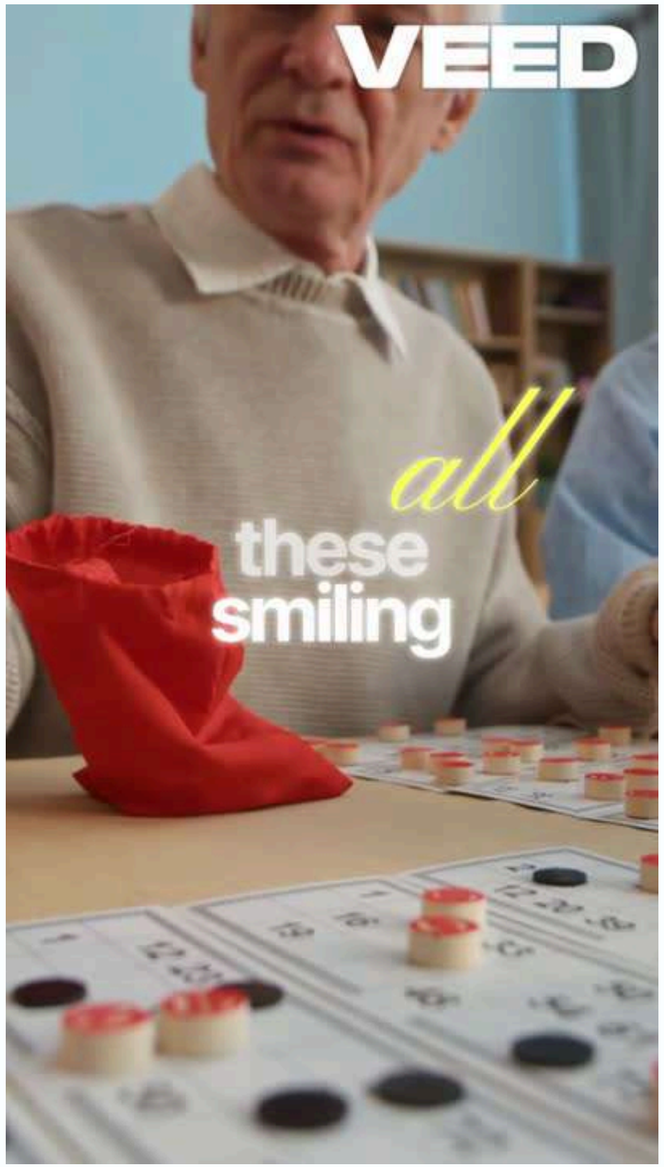
TEXT

- COPILOT
- GEMINI
- CLAUDE

VIDEO

- VEED
- GEMINI
- SORA

VÝSLEDKY



SORA

PROMPT: Vytvorte príjemné, priateľské video skupiny seniorov na workshope, ktorí sa usmievajú a mávajú do kamery. Atmosféra by mala byť pozitívna a prívetivá, s prirodzeným osvetlením a pokojným interiérom. Ukážte seniorov, ako sedia alebo stoja spolu, príjemne komunikujú a mávajú divákom, ako keby ich vítali. Zahrňte rôznorodých seniorov, realistické pohyby a veselú náladu.

SLOVÁ NA ZÁVER

DISKUSIA

SLOVÁ NA ZÁVER

LIFESTARTER

ĎAKUJEME ZA POZORNOSŤ.

SMART UA Soft Skills Course

Name: Soft Skills – Integration and Everyday Life in Slovakia

Programme overview

The Soft Skills Programme was implemented by Lifestarter within the SMART UA project, funded by the European Union.

The programme was designed to strengthen social competencies, confidence and everyday orientation among Ukrainians living in Slovakia. It responded to the practical challenges of integration: navigating institutions and services, communicating in daily situations, understanding the education system, using digital tools for independent living, managing social media and well-being, and introducing artificial intelligence in an accessible way.

The programme combined interactive workshops with practical demonstrations (including applications that simplify life in Slovakia and AI tools for seniors), enabling participants to develop confidence in everyday situations and to reduce dependency on others.
Workshops were delivered in Trnava and related locations between March and June 2026, with bilingual facilitation (Slovak / Ukrainian) to ensure accessibility.

Programme objectives

The programme aimed to:

- Strengthen participants' ability to orient themselves in Slovak society, services and institutions.
- Improve communication confidence in everyday situations (shops, schools, public services).
- Support parents and adults in understanding the education system and interacting with schools.
- Increase independent use of practical digital tools and applications relevant to life in Slovakia.
- Raise awareness of the impact of social media on mental well-being and healthy usage strategies.
- Introduce artificial intelligence in an accessible, practical way, with special attention to seniors.
- Foster a sense of control, reduced stress and stronger social participation.
- Contribute to social cohesion and sustainable integration in line with ESF+ priorities.

Curriculum and learning content

The programme was designed as a practical, needs-based introduction to the soft skills and everyday competencies required for successful integration and independent living in Slovakia.

Module 1: Orientation in Slovak society and institutions
Participants explored how key public and private services work in Slovakia and how to navigate them confidently.
Learning outcomes:

- Understanding the main institutions and services relevant to daily life.
- Knowing where to seek information and support.
- Reduced uncertainty in contact with authorities and service providers.

Module 2: Communication in everyday situations
Interactive scenarios focused on shops, schools, healthcare and other routine interactions.
Learning outcomes:

- Increased confidence in spoken and written everyday communication.
- Practical phrases and strategies for common situations.
- Better ability to ask for help and express needs.

Module 3: Education system and interaction with schools
Particularly relevant for parents: how the Slovak education system is organised and how to communicate with schools.
Learning outcomes:

- Basic orientation in the education system.
- Improved ability to support children and communicate with teachers.
- Awareness of rights and available support.

Module 4: Digital tools for independent living
Practical introduction to applications and online services that simplify everyday life in Slovakia (health insurance apps VšZP and Dôvera, Google Maps, transport and daily-need tools).
Learning outcomes:

- Confident installation and use of key mobile applications.
- Ability to find and use local services digitally.
- Greater digital independence in daily tasks.

Module 5: Social media, mental well-being and healthy digital habits
Discussion of the impact of social media on mental well-being and practical strategies for balanced use.
Learning outcomes:

- Awareness of stress factors linked to social media.
- Strategies for healthier online habits.
- Improved sense of control over digital consumption**.**

Module 6: Introduction to artificial intelligence (AI tools for seniors and adults)
Accessible introduction to AI concepts and hands-on examples of tools useful in daily life, with special attention to older participants (session led by Mgr. Klára Zubková and Adriána Majorová).
Learning outcomes:

- Basic understanding of what AI is and how it learns.
- Familiarity with practical AI tools for translation, information search and everyday tasks.
- Reduced anxiety about new technology and increased willingness to try AI tools.

Additional practical workshops (2026)
In response to participant needs, focused workshops were organised that combined soft-skills orientation with concrete digital applications and AI tools.
Applications that simplify life in Slovakia (mini digi kurz+)
Participants learned how to download and use essential apps (health insurance, maps, daily services) on both Android and iOS devices.
AI Tools for Seniors
Interactive session explaining AI in plain language and demonstrating practical tools suitable for older adults.
Participant engagement
The programme targeted Ukrainian adults living in Slovakia, including parents, seniors, newcomers and individuals seeking to strengthen their everyday orientation, communication confidence and digital independence for social integration.
Programme calendar
Soft Skills Workshop Series (2026)
Locations: Trnava and related venues · Lifestarter / SMART UA partners

Date	Time / Format	Topic

5 March 2026	Workshop	Applications that simplify life in Slovakia (mini digi kurz+) – health apps, maps, daily tools
13 March 2026	Workshop	AI Tools for Seniors (Nástroje umelej inteligencie pre seniorov) – Mgr. Klára Zubková, Adriána Majorová
20 March 2026	Training	Training on Soft Skills – Integration and Everyday Life in Slovakia (Trnava)
17 June 2026	Training	Training on Soft Skills – Integration and Everyday Life in Slovakia
27 June 2026	Workshop	Training on Soft Skills in Trnava

Outcomes and impact

The programme strengthened participants' confidence and independence in navigating everyday life in Slovakia. Through interactive workshops and practical demonstrations, participants developed skills that support social inclusion, reduced isolation and greater autonomy.

Particular emphasis was placed on orientation in local systems, practical communication, digital tools for daily independence, and an accessible introduction to artificial intelligence. Participants reported higher confidence in using essential applications and a clearer understanding of how AI can support daily tasks.

The programme contributed to reducing barriers to integration and increasing active participation among members of the Ukrainian community in Slovakia, in line with ESF+ priorities of social inclusion, equal access to services and digital competencies.

Monitoring and evaluation

Attendance was tracked via presence lists. Structured bilingual feedback forms measured usefulness for everyday life and integration, clarity of presentation, organisational satisfaction, likelihood of recommendation and overall rating. Results are documented in the Soft Skills evaluation export.