

# Instrukcja korzystania z planera Moja Cięża w aplikacji Adobe Acrobat Reader.

- Planer zawiera zakładki dla każdego nowego miesiąca i pierwszego tygodnia w danym miesiącu. Oznaczone są cytaty, wszystkie tematy w dodatku Moja Cięża i Bullet journal. W celu skorzystania z wygodnej formy nawigowania pomiędzy stronami planera należy otworzyć panel z zakładkami i przełączać się między nimi.



## Planer Baby Blooming 300 konwersja



PDF • Zmodyfikowano Wczoraj

 Ustawienia widoku >

 Strony >

 Zakładki >

 Edytuj plik PDF

 Eksportuj jako...

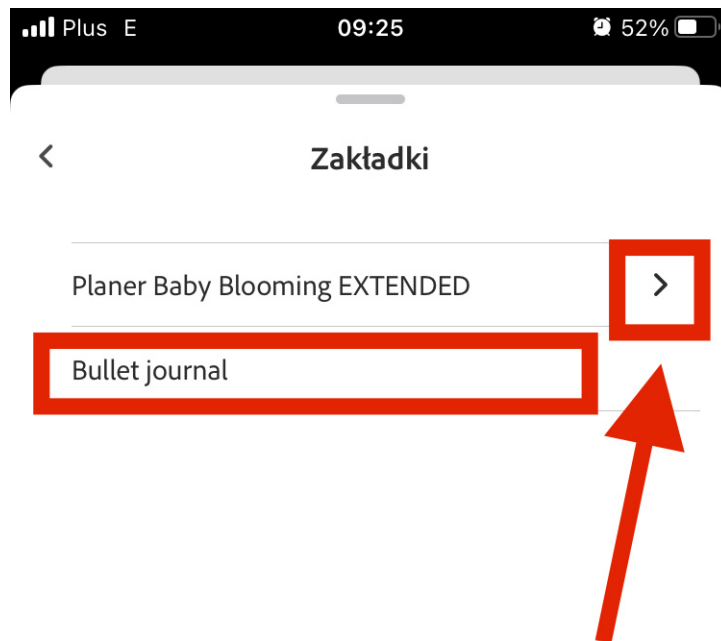
 Skompresuj plik PDF

 Połącz pliki

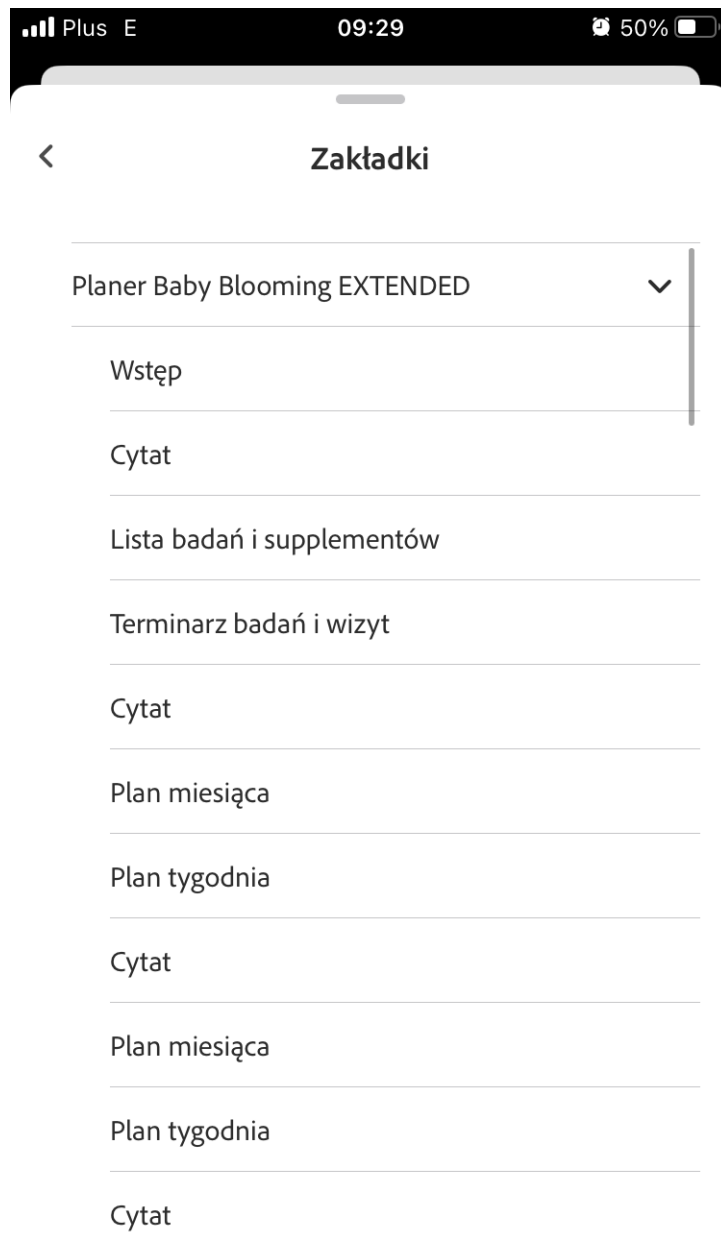
 Ustaw hasło

 Utwórz plik PDF

 Wyślij kopię



Otwórz listę  
wszystkich  
zakładek planera



- Można również otworzyć podgląd miniatur stron i przełączać się między wybranymi stronami lub zmieniać ich położenie.



Skomentuj



Podświetl



Rysuj



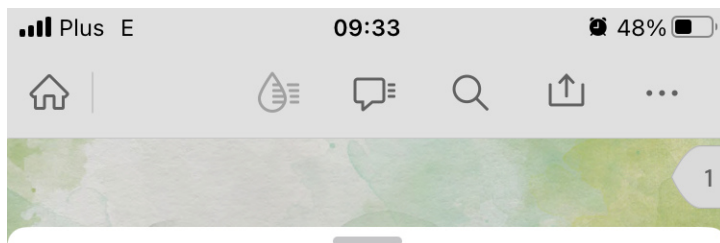
Tekst



Wypełnij i podpisz



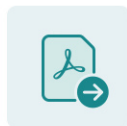
Więcej narzędzi



## Więcej narzędzi



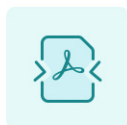
Edytuj plik PDF



Eksportuj  
plik PDF



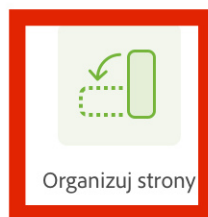
Połącz pliki



Skompresuj  
plik PDF



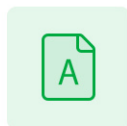
Ustaw hasło



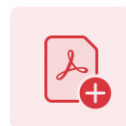
Organizuj strony



Kadruj strony



Rozpoznaj tekst



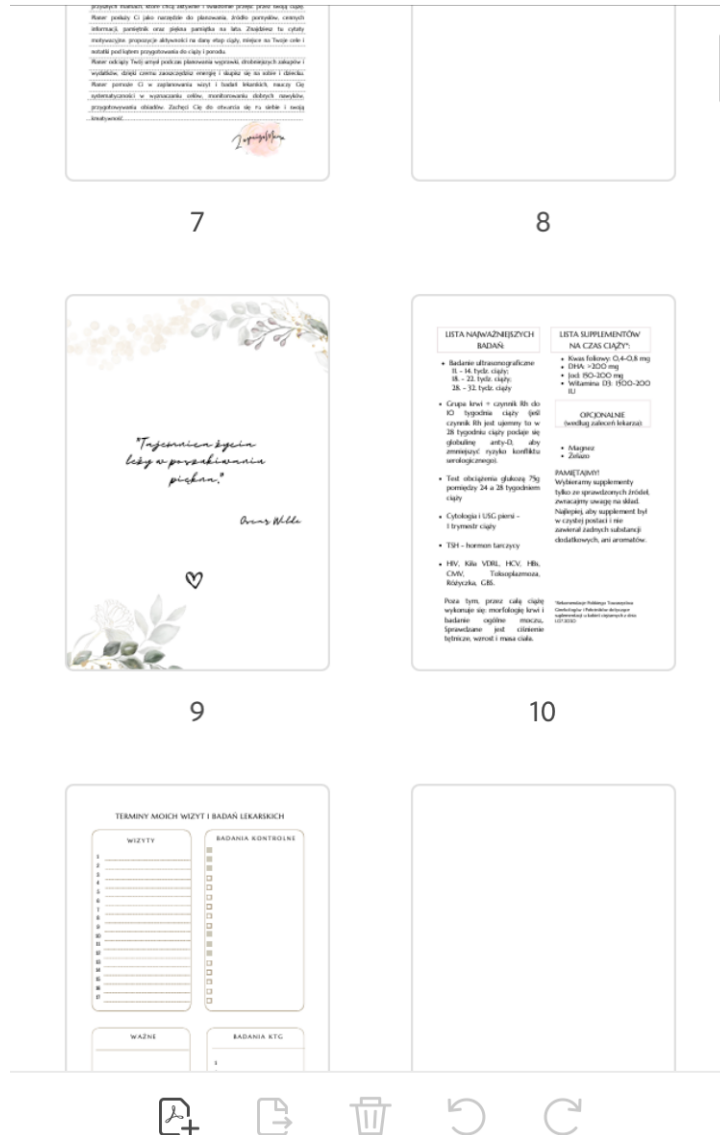
Utwórz plik PDF



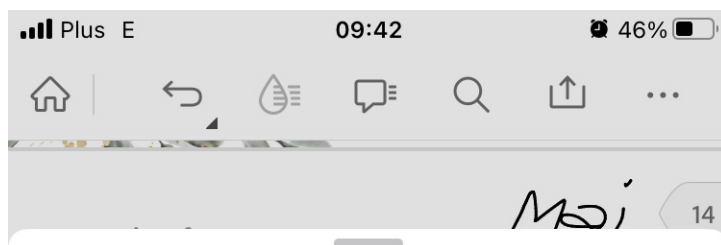
Nowe  
skanowanie

Gotowe

Wybierz strony



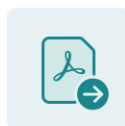
1. Jeśli jesteśmy już na docelowej stronie, możemy dokonać edycji, np. utworzyć notatkę albo wstawić obrazek. W celu wstawienia pola tekstowego lub znaczników należy skorzystać z poniższych opcji. Znajdziesz tam możliwość wyboru kolorów, stylu czcionki, rozmiaru czcionki:



### Więcej narzędzi



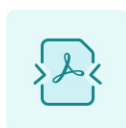
Edytuj plik PDF



Eksportuj  
plik PDF



Połącz pliki



Skompresuj  
plik PDF



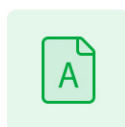
Ustaw hasło



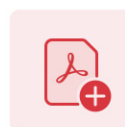
Organizuj strony



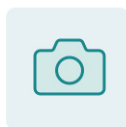
Kadruj strony



Rozpoznaj tekst



Utwórz plik PDF



Nowe  
skanowanie

- LUB:



Plan

MIESIĄCA

MIESIĄC \_\_\_\_\_

ROK \_\_\_\_\_

14

Poniedziałek Wtorek Środa

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |



Skomentuj



Podświetl



Rysuj



Tekst



Wypełnij i podpisz



Więcej narzędzi

Gotowe



14

Plan

MIESIĄC \_\_\_\_\_

ROK \_\_\_\_\_

MIESIĄCA

Ramka

Poniedziałek Wtorek Środa

Pole  
tekstow

e

Znaczniki





- Po zaznaczeniu pola tekstowego, można dokonać edycji czcionki:



# Plan

MIESIĄCA

MIESIĄC

ROK

2024

14

Edytuj tekst

Zaznacz wszystko

Usuń

27.05.2024

Punkt pobrań

## Edycja czcionki

### *Snell Roundhand*

Source Sans Pro

STIX Two Math

Rozmiar czcionki: 12

A



**T**

*T*

T

T...



- A w dowolnym miejscu można wstawiać obrazy:

Gotowe



# Plan MIESIĄCA

MIESIĄC

ROK

Maj

2024

14

Poniedziałek Wtorek Środa

|                            |  |  |
|----------------------------|--|--|
| 27.05.2024<br>Punkt pobrań |  |  |
|                            |  |  |
|                            |  |  |
|                            |  |  |
|                            |  |  |



Dodaj tekst



Dodaj obraz



Organizuj strony



Kadruj strony

Gotowe



231



Dodaj tekst



Dodaj obraz



Organizuj strony



Kadruj strony

- Przejście pomiędzy stronami planera jest też możliwe poprzez kliknięcie w zakładkę z numerem strony i wpisanie numeru strony, na który chcemy przejść:

Gotowe



MOJE ZDJĘCIE W CIĄŻY





Jeśli masz pytania lub wątpliwości skontaktuj się ze mną.