

Programa gratuito
para la formación digital
de personas mayores
en el **entorno rural**



Inclusión digital

Reconectados

La tecnología
no tiene edad

Descúbrelo en fundaciontelefonica.com



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
PARA LA TRANSICIÓN ECOLÓGICA
Y EL RETO DEMOGRÁFICO



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Fundación
Telefónica

Objetivos



- ✓ La adquisición de **habilidades básicas de navegación**, localización de datos, manejo de información y verificación de contenido digital.
- ✓ El aprendizaje de técnicas de comunicación y colaboración en red, que permitan a la persona **interactuar a través de tecnologías digitales** y gestionar su identidad digital, así como relacionarse con las administraciones públicas.
- ✓ La adquisición de conocimientos básicos sobre **seguridad y privacidad** en red.
- ✓ **Solución de problemas** en el entorno digital.

Cómo



- 8 Horas de formación por alumno (Con un mínimo de 6.5 horas)
- Sesiones presenciales de 2 horas
- 10 o 12 Alumnos por grupo
- Tiempo para dudas individuales
- Ejercicios prácticos en cada sesión
- Se recomienda que cada alumno acuda con su propio smartphone.

Competencias digitales

- Las competencias digitales son el conjunto de habilidades, conocimientos y actitudes necesarias para utilizar las tecnologías digitales de manera efectiva, segura y crítica en distintos ámbitos, como el aprendizaje, el trabajo y la vida cotidiana. Estas competencias permiten a las personas interactuar con herramientas digitales, gestionar información, comunicarse en entornos virtuales y resolver problemas mediante el uso de la tecnología.
- El desarrollo de competencias digitales es clave para el acceso al empleo, la educación y la **participación en la sociedad digital**. Son fundamentales para adaptarse a la transformación digital y aprovechar las oportunidades que ofrecen las tecnologías emergentes.



Recomendaciones prácticas

- Las personas mayores quieren aprender a usar la tecnología, pero muchas veces no tienen una idea clara de qué aplicaciones quieren aprender y qué beneficios podrían derivar de ellas.
- Para desarrollar competencias digitales en personas mayores, la intervención debe incluir la práctica de habilidades de resolución de problemas.
- Durante las sesiones, aunque sean en grupo conviene dejar una parte para aclarar problemas individuales inespecíficos y mostrarles las soluciones.
- La motivación para aprender puede aumentar si el contenido tiene que ver con su día a día, como por ejemplo mantener el contacto con sus familias.



Recomendaciones prácticas



El espacio donde se llevará a cabo la formación deberá estar acondicionado para el número de asistentes convocados.

Además, deberá contar con:

- **Mesas y sillas o en su defecto silla pupitre**
- **Wifi** al que poder conectarse y de alta velocidad
- Pizarra con rotuladores como sistema de apoyo explicativo (si fuera posible)
- **Ordenador** (o en su defecto, llevar ordenador portátil)
- **Pantalla proyectora** (especialmente importante para que puedan ver la estructura de la pantalla del móvil)

Es recomendable tener preparado:

- Batería externa
- Folios y bolígrafos

Dependiendo de las actividades que se elijan para la sesión, así como del número de asistentes **es recomendable preparar el aula para dividir en grupos.**

Módulo 1: Mi teléfono



Conocer las partes y acciones más básicas del teléfono móvil, es fundamental para poder tener las primeras tomas de contacto con una mirada positiva. En este bloque las personas mayores podrán conocer algo más de sus dispositivos móviles independientemente de la marca de dispositivo que tengan.

- Conoce tu Teléfono: características, pantalla táctil y sistema operativo
- Ajustes del Teléfono: ajustes rápidos y generales, conectarse a una red Wifi, tamaño de la fuente, bloqueo de pantalla,
- Gestión de aplicaciones: instalar y desinstalar una app,
- Aplicaciones básicas: teléfono, calendario, contactos, cámara y galería.

Módulo 2: Lo que no sabes de WhatsApp



En este módulo conocerán la aplicación de redes sociales dominante en España y la más utilizada por el segmento de personas mayores de 65 años. Gracias a ella podemos comunicarnos de forma instantánea con la familia, amigos y vecinos. En este bloque los mayores aprenderán a manejar la aplicación con seguridad e independencia.

- Funcionamiento de WhatsApp
- Gestión de la privacidad
- Personalización de chats
- Utiliza el chat
- Gestionar los grupos
- Qué hay en novedades
- Normas de conducta

Módulo 3: Tu día a día más fácil con el móvil



Hacer una búsqueda en Internet para resolver una duda, preparar un viaje, realizar un trámite bancario sin hacer colas en la sucursal, u organizar el calendario nos permite descubrir cómo aprovechar toda la capacidad del móvil para ayudarnos en nuestro día a día. En este bloque conocerán muchas de las ventajas de utilizar la tecnología del móvil en su vida cotidiana.

- Navegar por internet
- Gestión de aplicaciones
- Códigos QR
- Google Maps y Mapcesible
- Aplicaciones de fidelización
- Asistentes virtuales
- Otras aplicaciones

Módulo 4: Mi carpeta ciudadana



En este módulo conocerán las posibilidades que permite esta aplicación y aprenderán a relacionarse con las administraciones públicas mediante un canal ágil y directo. Gracias a esta aplicación podrán aprender a, consultar datos personales, gestionar citas previas con los servicios públicos o recibir avisos y alertas.

- Qué es mi carpeta ciudadana
- Sistemas de identificación electrónica
- Cómo acceder a la aplicación
- Gestiones y trámites que se pueden realizar

Programa gratuito
para la formación digital
de personas mayores
en el **entorno rural**



Inclusión digital

Reconectados

La tecnología
no tiene edad

Descúbrelo en fundaciontelefonica.com