

## Mente digital

Ejercita la memoria con actividades.

Aprender tecnología es fácil y útil.

¿Ves? Haces click aquí y ya tienes hecha la solicitud.

¡Pues sí que era fácil...!



**Formación Presencial Gratuita**

**Nivel básico**  
Plazas limitadas  
Duración: 8 horas

LOCALIDAD Y LUGAR:

**BADARÁN**

Salón de usos múltiples  
Bajo del Ayuntamiento

### Dirigido a:

- **Personas mayores con destrezas digitales básicas** que quieran conocer trucos, aplicaciones y otros usos de su dispositivo móvil o tablet.

### Contenidos:

- Aplicaciones sencillas que nos ayudan.
- Uso básico y seguro de redes sociales.
- Ejercicios para activar la memoria y la atención.
- Gestiones online con la Administración.

### Qué aprenderás:

- Usar el móvil o la tablet sin miedo.
- Organizar el día a día con herramientas sencillas.
- Ejercitar la memoria con juegos y actividades que estimulan la agilidad mental.
- Hacer trámites sencillos con la Administración.

### Al finalizar:

- Tendrás más confianza para usar la tecnología, mantener tu mente activa, comunicarte y hacer gestiones de forma sencilla.

FECHAS Y HORARIO:

**20, 21, 27 y 28  
Abril**

**Lunes y martes**  
de 16:00 a 18:00

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

**Ayuntamiento de Badarán**  
**y**  
**639 727 873 (Nuria)**



DESCÚBRELO TODO EN NUESTRA WEB:  
[www.lariojaruralconecta.org](http://www.lariojaruralconecta.org)



Y EN EL TELÉFONO:  
**677 954 774**