

**Desde el Programa de Acción Social y
Voluntariado queremos darte las gracias
por conectarte hoy con nosotros**

¡En breve empezamos!

**Estamos esperando a que se conecten
todos los participantes, por favor
mantened cerradas las cámaras y
micrófonos.**



La tecnología
no tiene edad



Inclusión digital



Reconectados

Agenda



- Bienvenida y presentación
- Personas mayores y tecnología
- Contenidos del taller
- Rol del voluntario
- Despedida y conclusiones

Programa de Acción Social y Voluntariado

Promovemos y **canalizamos la participación solidaria de personas vinculadas a Telefónica para reducir la vulnerabilidad social y digital.** Además, trabajamos para la transformación digital del tercer sector y el desarrollo de la innovación social.

Estamos presentes en todos los países en los que tiene actividad la Compañía. En el 2022, participaron cerca de 60.000 personas vinculadas a Telefónica de todo el mundo, de las cuales, más de 16.000 lo hicieron en España.



Objetivos

- Mejorar el nivel de autonomía digital de las personas mayores .
- Contribuir al envejecimiento activo y saludable.
- Disminuir el nivel de brecha digital del colectivo.
- Capacitar a personal técnico que trabaja habitualmente con personas mayores para que puedan programar y realizar talleres prácticos de alfabetización digital.



Brecha Digital y Personas Mayores



71 % App de mensajería instantánea

91% Resto población



45 % Utiliza correo electrónico

80% Resto población



23 % Realiza compras online

55% Resto población



54 % Lee prensa digital

77% Resto población



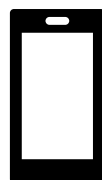
55 % Consume ocio digital

86% Resto población



47 % Busca información

75% Resto población



El 70% ha utilizado internet en los últimos tres meses

Un 60% utiliza el móvil a diario

```

1  <!DOCTYPE html>
2  <html>
3
4  <head>
5      <meta charset="utf-8">
6      <title>Renacer digital</title>
7
8  <style media="screen">
9      body {
10         background-image: linear-gradient(
11             to right, #4472C4, #0066ff);
12     }
13 </style>
14 </head>
15
16 <body>
17     <center>
18         <h1 style="color: #E7E6E6;">
19             Personas mayores y tecnología
20         </h1>
21
22         <div>
23             <!-- My Copied Code -->
24             <iframe src="https://www.google.com/maps/embed?pb=!1m18!1m12!1m3!1d6066.638184470445!2d-3.665404547036739!3d40.51243766702574
25             !2m3!1f0!2f0!3f0!3m2!1i1024!2i768!4f13.1!3m3!1m2!1s0xd422c0aa9a414a9%3A0xf5f7a6fc60474307!2sTelef%C3%B3nica!5e0!3m2!1ses-
26             419!2ses!4v1676324809527!5m2!1ses-419!2ses"
27             width="600"
28             height="450"
29             style="border:0;"
30             allowfullscreen=""
31             loading="lazy"
32             referrerpolicy="no-referrer-when-downgrade">
33         </iframe>
34     </div>
35     </center>
36 </body>
37
38 </html>
39

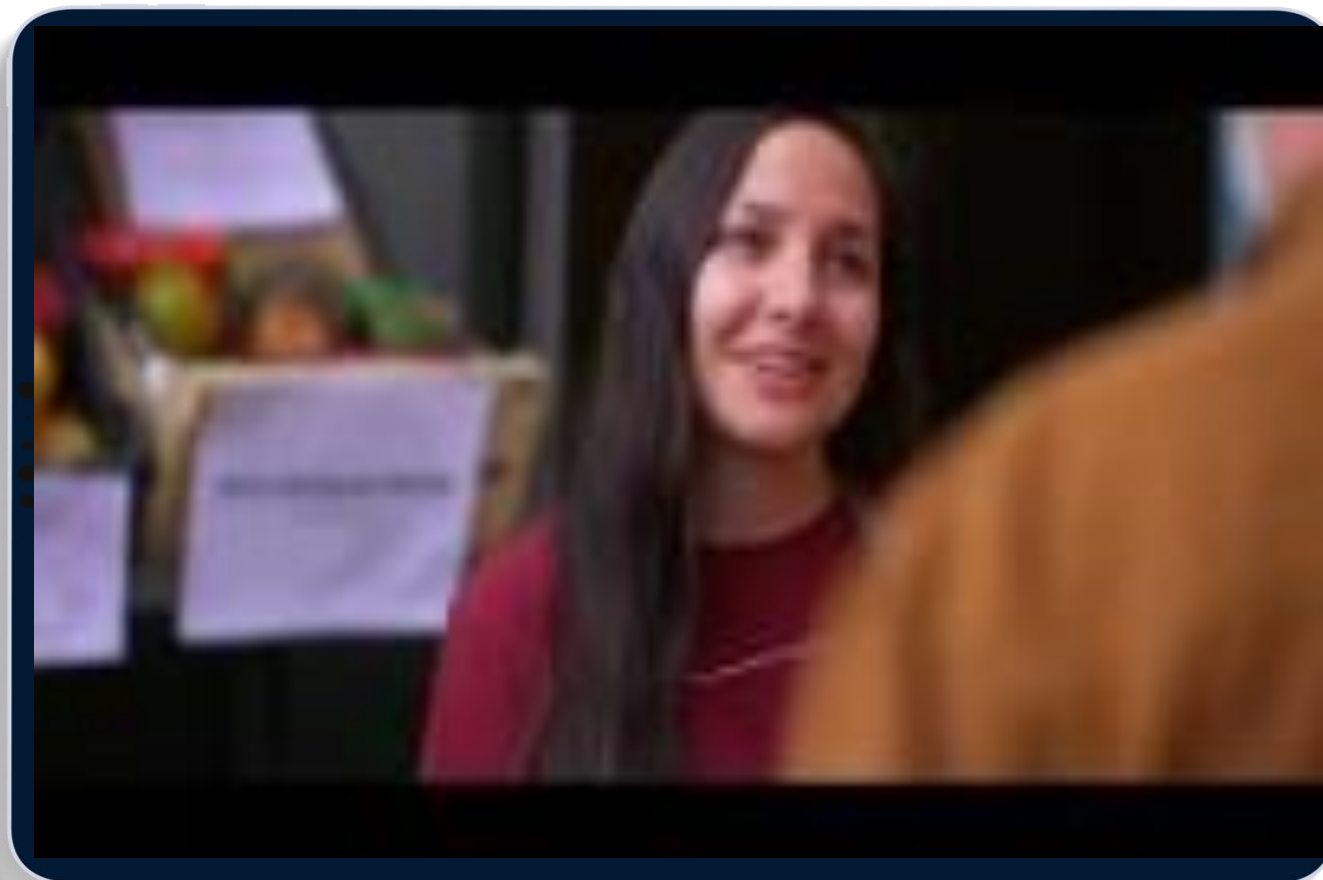
```


Ciudadanía Digital

- Navegar, buscar, y filtrar datos en entornos digitales
- Interactuar a través de la variedad de tecnologías y entender los medios de comunicación digitales apropiados en el contexto
- Participar en la sociedad a través de los medios digitales
- Conocer la Netiqueta
- Crear y gestionar la identidad digital
- Protección de dispositivos
- Protección de datos personales y privacidad



¿Te sientes identificado?



Retos de las personas mayores ante la tecnología

Físicos

- Dificultades de visión/auditivas
- Dificultades motoras

Cognitivas

- Proceso mental de aprendizaje
- Memoria
- Problemas de atención
- Vocabulario tecnológico

Psicológicos

- Miedo e incertidumbre a lo desconocido
- Dificultad para encontrar un propósito
- Baja percepción de autoeficacia
- Auto-edadismo

Técnicos

- Usabilidad
- Accesibilidad

Inclusión Digital

- Poner en el centro de todas las fases del proceso de investigación y diseño a las personas mayores.
- Fomentar la formación digital en entornos de aprendizaje sin discriminación por edad, con el fin de mejorar el uso de la tecnología y disminuir los efectos negativos del edadismo.



Contenidos del taller



Mi teléfono

- Estructura de un smartphone
- Iconos básicos
- Conectarse a internet y wifi
- Ajustes
- Personalización del terminal
- Aplicaciones
- Copia de seguridad y nube
- Cámara y galería



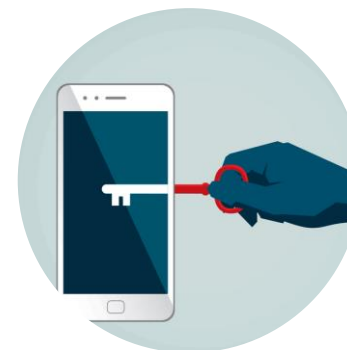
Lo que no conoces de WhatsApp

- Iconos Básicos y cómo funciona
- Privacidad
- Personalización
- Copia de seguridad
- Gestión de notificaciones
- Llamada y videollamadas
- Micrófono y contactos
- Lo que no debes hacer



Tu día a día más ágil con el móvil

- Navegar y buscar en internet
- Códigos QR
- Cita Sanitaria de la CAM
- Aplicaciones de Banca
- Contactos y calendario
- Google Maps
- Comprar en Amazon
- Asistentes Virtuales



Ciberseguridad básica

- Contraseñas
- Proteger el dispositivo
- Actualizaciones del sistema operativo
- Actualizaciones aplicaciones
- Copia de seguridad
- Identificación de estafas
- Fake News



Metaverso

Conocer y explorar las posibilidades de la realidad virtual en un marco de juego y entretenimiento.

Contenidos del taller



Contenidos del taller



Tu rol como voluntari@



Tu rol como voluntario será **acompañar a las personas mayores que asisten semanalmente a estos talleres y ayudarles con la realización de ejercicios.**

Cada taller dura dos horas y tiene lugar los jueves de 11:00 a 13:00 (excepto el viernes 20 de octubre).

Desde las 10:00 hasta las 11:00 se realizará una pequeña formación y preparación de todos los detalles de la actividad.

Las fechas disponibles son:

- Octubre: 05, 20 y 26
- Noviembre: 02, 16, 23 y 30
- Diciembre: 14 y 21

Comunicación



Es de vital importancia tratar los términos con exactitud y utilizar términos adecuados. No caer en la generalización ni el estereotipo. No usar denominaciones con connotaciones negativas. El término más adecuado para dirigirnos a este colectivo es el de personas mayores.

- Mayores, personas mayores: son términos objetivos, en los que no hay carga ni valoraciones de ningún tipo.
- Personas de edad avanzada: es también un término adecuado y neutral.
- Tercera y cuarta edad: se entiende que la “primera” edad es la infancia y juventud, la segunda la adultez, y tercera edad correspondería a las personas mayores.

Sobre las Personas Mayores



No debemos hacer

- Infantilización
- Generalizar pensando que los mayores son frágiles o vulnerables por ser mayores.
- No preguntar al mayor antes de realizar una acción que les afecte directamente.
- Presuponer que no son capaces de entender los avances tecnológicos.



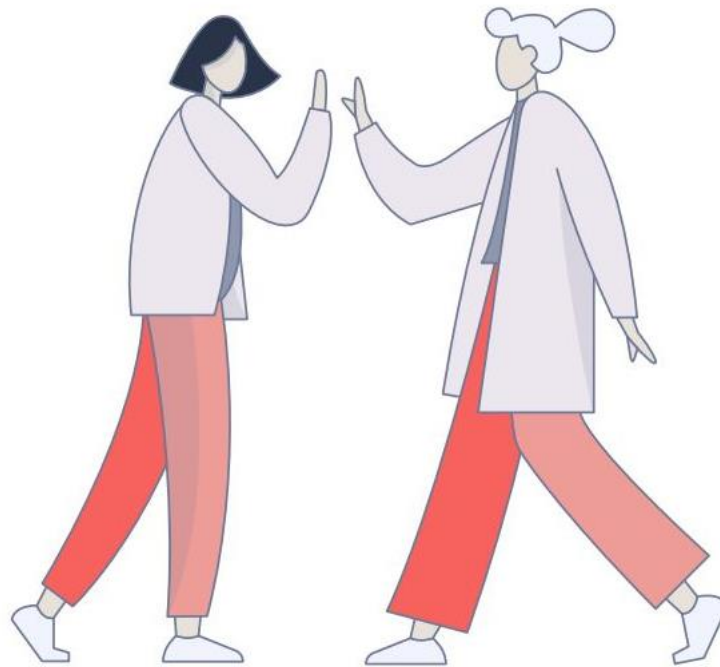
- Emplear verbos que indiquen superioridad o cosificación.
- Hacer uso de coletillas o verbos de obviedad. "Ya te lo he explicado..." "Esto es muy sencillo de entender" "Es fácil de hacer..."
- No permitirles actuar independientemente, utilizando por ejemplo frases como "ya lo hago yo..."

Sobre las Personas Mayores



Sí debemos hacer

- Permitir que tomen sus propias decisiones.
- Preguntar por sus intereses y motivaciones. Su opinión cuenta.
- Escucha activa.
- Utiliza ejemplos simples, incluso de tu propia experiencia, para transmitirles empatía.



- Adaptarnos a sus necesidades.
- Trasladar el mensaje constante de que no sucede nada por cometer errores.
- Fomentar la integración con la tecnología, adaptando el lenguaje.
- Recuerda reiterar que estás para ayudar, que no tengan vergüenza de intervenir

