

SUPOORT DE CURS

SENIORI ÎN ERA

DIGITALĂ

Masterclass MC1



Co-funded by
the European Union



SiDE

Seniors in Digital Era



SUPPORT DE CURS - SENIORI ÎN ERA DIGITALĂ

Masterclass: Familiarizarea cu dispozitivele digitale și
configurarea acestora

(smartphone, tabletă, calculator)



Proiect Erasmus +: „Senior in Digital Era”

Proiect nr. 2021-2-RO01-KA210-ADU-000048477

Parteneri

- DIGITAL KOMPASS srl – București, România
- Organization for Promotion of European Issues (O.P.E.I.) – Paphos, Cipru

Acest proiect (proiectul nr. 2021-2-RO01-KA210-ADU-000048477) a fost finanțat cu sprijinul Comisiei Europene. Această publicație reflectă numai părerile autorului și Comisia nu poate fi făcută responsabilă pentru nicio utilizare care poate fi făcută din informațiile conținute de aceasta.

Cuprins:

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Introducere..... | 4 |
| PARTEA 1..... | 5 |
| Capitolul 1: Noțiuni introductive..... | 5 |
| Capitolul 2: Caracteristici importante..... | 7 |
| Capitolul 3: Android, Apple, Computer-desktp, laptop-notebook-netbook..... | 10 |
| Capitolul 4: Aspecte importante ce țin de întreținere, Siguranță și confidențialitat... | 15 |
| PARTEA 2..... | 17 |
| Capitolul 5: Configurarea unui smarthphone- practica trainerii..... | 17 |
| PARTEA 3..... | 18 |
| Capitolul 6: Configurarea unui smarthphone - practică seniori..... | 18 |

Introducere

Dispozitivele mobile, cum ar fi laptop-urile, smartphone-urile și tabletele, sunt peste tot în prezent.

De ce sunt ele importante?

Dispozitivele mobile facilitează păstrarea contactului între oamenii și pe măsură ce aceștia se răspândesc mai mult în întreaga lume, mulți adulți și vârstnici au nevoie de dispozitive mobile care să le permită să rămână în contact cu familia.

PARTEA 1

Capitolul 1

Noțiuni introductive

Dispozitiv mobil este denumirea generală pentru smartphone-uri și tablete - computere portabile mai mici, mai ușor de transportat.

Majoritatea dispozitivelor mobile au camere foto frontale și posterioare. Acestea servesc la realizarea de fotografii și înregistrări video, precum și la realizarea de apeluri telefonice video.

Acestea se pot folosi ca aparat foto principal sau au în componente programe de redare muzica și video.



Smartphone

Combină caracteristici ale telefonului mobil tradițional cu un telefon, care are acces la internet (utilizând Wi-Fi sau date), ecran sensibil la atingere și tastatură virtuală.

❖ Tabletă

Computer portabil cu un ecran sensibil la atingere și o tastatură virtuală. Acestea pot avea și funcții de telefon mobil.

❖ eReader

Utilizat în principal pentru citirea de cărți electronice (eBooks). Poate avea acces limitat la internet pentru librării online și biblioteci.

❖ Apps (Aplicații)

Scurtături care vă oferă acces direct la anumite programe de pe ecranul de pornire, cum ar fi de pe desktop-ul computerului.

Aplicație

Trainerii vor avea la ei device-urile(Smarthphone, Tableta și eReader) pentru a le arată seniorilor diferența. Aceștia se vor duce la fiecare în parte să le evidențieze diferențele la nivel fizic și vor răspunde la întrebări. Este important de scos în evidență faptul că sunt device-uri diferite chiar dacă uneori seamănă ca mărime, formă și culoare.



Capitolul 2

Caracterisitici importante

Telefonul

- Efectuați apeluri vocale
- Mesaje - Trimiteți și primiți mesaje text
- App store & Google play store-App Store (Apple) și Google Play Store (Android) sunt locuri unde găsiți mai multe aplicații pentru a le instala pe dispozitivul dvs.
- Settings - Găsiți informații despre dispozitiv și aplicații și alegeți setările dvs. specifice pentru dispozitiv (Internet, notificări, și altele).

Gesturi:

Atingeți:

- Prin atingere se poate deschide, închide sau selecta ceva după ecran.
- Atingerea de două de două ori- prin această atingere rapidă ecranul telefonului se poate mărire pentru anumite aplicații

Atingeți și țineți apăsat:

- Acest lucru poate deschide funcții suplimentare, cum ar fi mutarea aplicațiilor de pe un ecran pe altul. Acesta este același lucru ca și cum ați utiliza funcția clic dreapta pe un mouse de calculator.

Tastatură:

Pe tastatură putem observa:

- alfabetul - cu ajutorul lui putem scrie, spre exemplu mesaje

- numere-se folosesc pentru a scrie numere de telefon sau pentru a face calculi
- putem observa faptul că există și un microfon pentru dictare vocală(în loc să scriem putem vorbi)

Aplicație

Trainerii îi vor ajuta pe seniori în această fază și le vor arată pe telefoanele din dotare tastatura și numerele pentru a avea suportul vizual și pentru a facilita învățarea. Trainerii vor avea grijă ca fiecare senior să se obișnuiască vizual cu ideea de tastatură și numere.

Componentele importante care facilitează utilitatea acesteia:

- SHIFT - acest buton ajută pentru a schimba literele minuscule cu majusculele
- SPACEBAR - cel mai mare buton de pe tastatură- adaugă spațiu între caractere
- BACKSPACE - cu ajutorul acestuia se șterge textul scris
- ENTER - începem o nouă linie de text-de scris.

Aplicație

Trainerii se vor duce la fiecare senior în parte pentru a se asigura că au identificat butonul pe tastatură și că au înțeles funcția acestuia. Este foarte importantă intervenția trainerului în acest moment deoarece cuvintele pot să fie noi, și există riscul ca seniorii să le încurce denumirea și funcțiile. Trainerii se vor asigura ca au înțeles seniorii ce fac acestea butoane și îi vor îndruma la nevoie.

Conexiunea la internet:

Internetul este prietenul secolului nostru. Pentru aceasta ne folosim de:

➤ WI-FI

Atunci când auzim cuvântul wifi facem legătura cu cuvântul internet. Puteți utiliza o conexiune Wi-Fi disponibilă, fie una privată, fie una publică.

➤ MOBIL DATA

Mobile date - înseamnă datele mobile ale telefonului. Când auzim acest lucru ne gândim la internet. Internetul telefonului mobil. Puteți folosi internetul telefonului, pentru a accesa internetul. Aveți de obicei o anumită cantitate de date de utilizat în fiecare lună (2 GB, de exemplu). Puteți efectua un apel telefonic, puteți intra pe internet.

Aplicație

Traineri vor oferi un exemplu live. Vor face un apel video între ei și se vor plimba în cadrul apelului pe la seniori pentru a vedea cum arată. Se vor vedea pe ei și automat pe ceilalți în cadrul apelului.

Capitolul 3

Android și Apple

Android este sistemul de operare (OS) care alimentează diferite dispozitive. Multe companii creează dispozitive mobile care utilizează sistemul de operare Android, astfel încât există multe modele diferite de dispozitive pe care le puteți alege. Vor exista diferențe hardware, cum ar fi aspectul fizic și calitatea camerei foto, precum și diferențe de software, cum ar fi aspectul aplicațiilor.

Apple utilizează un sistem de operare numit Ios. Există mai puține dispozitive realizate de compania Apple, din care să alegeți dar toate vor avea același aspect general.

Actualizari:

- foarte importante este faptul că dispozitivul o să vă anunțe atunci când trebuie să actualizați sistemul de operare.
- este recomandat să faceți acest lucru. Actualizările sunt periodice, în urma lor apar schimbări în ceea ce privește cât de performant este un telefon sau cum arată anumite simboluri de pe el.

Aplicație

Trainerii vor avea la ei 2 tipuri de telefoane reprezentative pentru Android și Apple pe care le vor arăta seniorilor pentru a observa diferențele la nivel vizual.

ANDROID

În ceea ce privește sistemul Android există foarte multe modele pe piață, de aceea este important să citiți instrucțiunile care vor însoți dispozitivul. Vor exista o serie de caracteristici generale pe care le întâlnim la fiecare telefon în parte.

Când este folosit pentru prima dată telefonul și este configurat acesta o să vă solicite să creați un cont Google ori să-l folosiți pe cel pe care îl aveți deja. Acesta vă va permite să accesați magazinul Google Play și să vă personalizați dispozitivul dumneavoastră.

Caracteristici:

- Butonul de blocare: este similar ca și cum am pune telefonul să doarmă. O să utilizeze mai puțină baterie și nu o să permită altor persoane să acceseze telefonul dumneavoastră. Dacă apăsați din nou telefonul se deblochează și se trezește. Este recomandat ca după utilizare să se blocheze telefonul.
- Volum: acesta ne permite așa cum spune și numele să dăm mai tare sau mai încet volumul telefonului. Spre exemplu soneria lui poate să fie dată mai tare sau mai încet.
- Butonul principal: apăsăm acest buton pentru a reveni la ecranul principal. Anumite telefoane au butonul prezent pe ecran, în principiu o să fie găsit în aceeași zonă.
- Telefon (este o iconiță care are model similar cu un telefon) - putem primi și efectua apeluri
- Setări - Găsim mai multe lucruri care ne permit să setăm telefonul după anumite dorințe

- Magazinul de aplicații - după ce ne conectăm pe internet putem să descăram anumite aplicații
- Mesageria - putem scrie sau primi mesaje text

Aplicație

După fiecare buton explicat trainerii se vor asigura că seniorii au identificat butoanele pe device-urile din dotare.

APPLE

Smartphone-ul se numește iPhone. Atunci când vă configurați pentru prima dată iPhone-ul, vi se cere să creați un cont Apple ID Apple - sau folosiți unul pe care îl aveți deja. Acesta este contul dvs. personal la Apple și este utilizat pentru cumpărături și Cloud de stocare.

Butoane importante:

- Volumul - controlează volumul sunetului
- Butonul din mijloc - Se apasă acest buton pentru a reveni la ecranul principal. Există și telefoane iPhone mai noi. Nu au acest buton însă se glisează degetul în sus
- Centrul de control - Pentru a accesa plasați degetul ușor pe partea superioară a ecranului și trageți-l în jos; pentru iPhone-urile mai vechi, trebuie să plasați degetul în partea de jos a ecranului și trageți-l în sus.
- Butonul de blocare: acesta va bloca ecranul telefonului ori o să-l deblocheze.

TABLETA

Similar ca și în cazul smartphone-urilor există mai multe modele din care se pot alege. Dacă veți alege o tabletă Android, similar telefoanelor mobile veți descoperi că sunt diferite. Tabletele Apple se numesc iPad, arată la fel ca iPhone-urile ca design și caracteristici. Se pot efectua apeluri telefonice dacă sunt configurate pentru acest lucru.

Beneficii:

- Ușor și portabil: Sunt bune pentru călătorii și pentru divertisment, deoarece sunt ușor de transportat.
- Chiar și în casă, sunt ușor de mutat între camere.
- Vă conectați la internet oriunde atâta timp cât aveți internet pe tabletă ca și pe un smartphone
- Sunt mai ieftine decât un laptop sau computer

De reținut:

- ✧ nu sunt prevăzute cu mouse sau cu o tastatură fizică
- ✧ puteți să obțineți un accesoriu separat - cum ar fi o tastatură
- ✧ nu au porturi externe de tip USB - se va folosi stocare internă sau stocare în cloud
- ✧ nu sunt bune pentru sarcini cum ar fi redarea video deoarece necesită o viteză mare de procesare
- ✧ sunt folosite în general pentru utilizarea internetului în viața de zi cu zi, vizionarea de videoclipuri și jocuri
- ✧ sunt fragile și au nevoie de o husă de protecție

COMPUTER-DESKTOP

Calculatoarele desktop au o unitate dreptunghiulară numită turn. Toate componentele hardware interne ale computerului se află în interiorul turnului. Acestea necesită, de obicei, un monitor extern, un mouse și o tastatură. Computerele desktop includ adesea spațiu suplimentar în interiorul turnului pentru extensii și upgrade-uri.

LAPTOP-NOTEBOOK-NETBOOK

- Laptopurile sunt concepute pentru portabilitate.
- .Netbook-urile sunt mai mici, ultraportabile. Netbook-urile cântăresc de obicei aproximativ 1,1 kilograme și sunt cu aproximativ o treime mai mici decât un notebook obișnuit. Netbook-urile îndeplinesc nevoile informatice de bază, dar nu sunt ideale pentru utilizarea intensivă a resurselor informatice, a jocurilor sau a conținutului media. Acestea au tendința de a oferi mai puțină memorie, un procesor mai lent și un hard disk mai mic.



Capitolul 4

Aspecte importante ce țin de întreținere:

- Este important să vă mențineți sistemul de operare actualizat pentru a vă asigura că dispozitivul funcționează la capacitate maximă și eficient.
- Pentru a vedea dacă aveți actualizări, verificați aplicația Setări.
- Încărcați dispozitivul atunci când bateria devine foarte descărcată - încărcarea acesteia
- Curățați-vă telefonul mobil, dispozitivul mobil cu o cârpă moale, ca cea pe care o folosiți pentru curățarea ochelarilor spre exemplu
- Nu folosiți niciun detergent care are alcool în el.
- Pentru că smartphone-urile și tabletele sunt fragile, este o idee bună să aveți o husă pentru ecran pentru acestea.

Siguranță și confidențialitate:

- Un alt motiv pentru care este important să păstrați sistemul de operare actualizat este faptul că aceste actualizări conțin îmbunătățiri importante în materie de securitate. Dacă dispozitivul dumneavoastră nu este actualizat, poate fi mai ușor de instalat programe malware (viruși)
- Setati o parolă de securitate sau utilizați criptarea biometrică (scanare facială sau amprentă digitală). Astfel ajuta să vă asigurați că nimeni altcineva nu poate intra cu ușurință în dispozitivul dumneavoastră
- Unii escroci vor trimite mesaje text, precum și apeluri telefonice și e-mailuri. Nu răspundeți la mesaje decât dacă sunteți sigur de sursa lor.

- Aveți grijă la aplicațiile pe care le instalați pe dispozitiv. Dacă nu sunt de la o companie pe care o recunoașteți, uitați-vă la recenziile utilizatorilor și luați în considerare reputația aplicației.
- Fiți atenți la ce informații permiteți aplicațiilor sau site-urilor web să acceseze. Cel mai bine este să oferiți doar ceea ce este necesar
- Rețele Wi-Fi publice nu sunt la fel de sigure și private precum cele securizate care au nevoie de o parolă pentru a le accesa, așa că fiți precaut cu privire la ce sarcini faceți - poate așteptați să vă faceți online banking până când sunteți conectat la o rețea privată.
- Dispozitivul dumneavoastră mobil poate fi urmărit prin Wi-Fi și Bluetooth - în cazul în care vă îngrijorează, dezactivați-le pe ambele în Setări atunci când nu le folosiți.



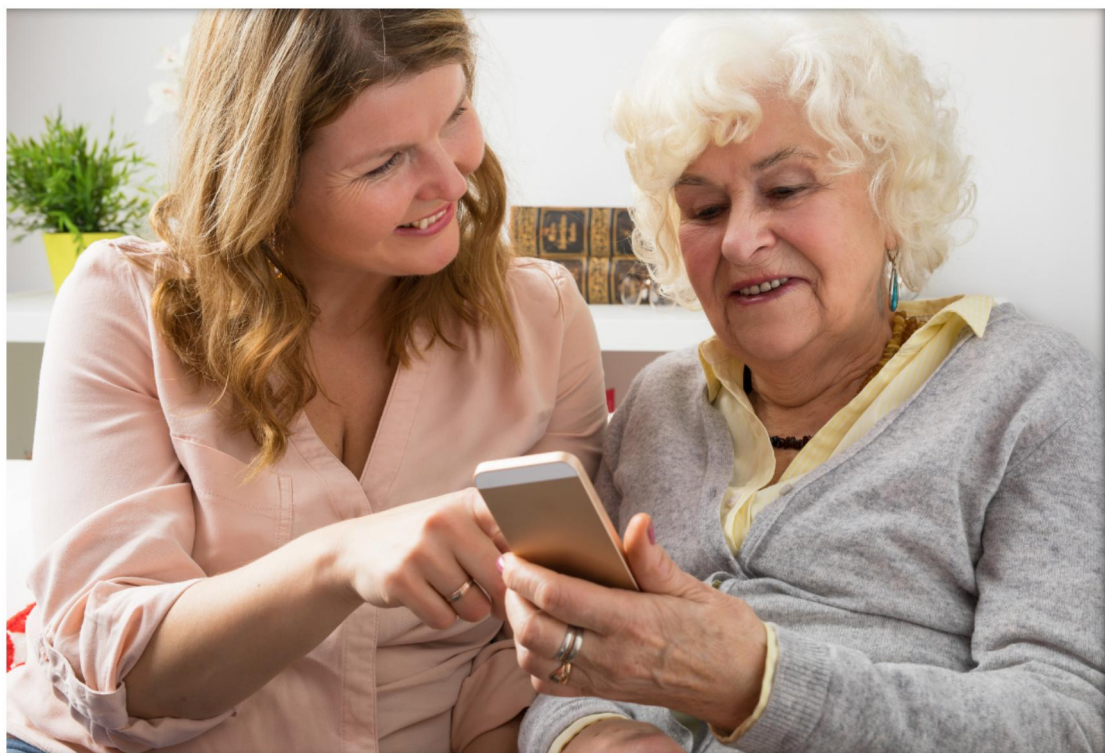
PARTEA 2

Capitolul 5

Configurarea unui smarthphone - practică trainerii

Parte practică:

În aceasta etapa trainerii vor avea telefoane noi pentru a le exemplifica seniorului cum se configurează un telefon. Care sunt etapele pornind de la cum se deschide, care sunt mesajele pe care le primesc la deschidere, cum să-și creeze contul Google-dacă este cazul și ce obțiuni există în bara "Settings"



PARTEA 3

Capitolul 6

Configurarea unui smarthphone - practică seniori

În aceasta parte finală seniorii o să fie împărțiți în grupuri mai mici. Fiecare dintre ei o să primească la începutul cursului câte un telefon pe care-l poate folosi în cadrul aplicațiilor dar și în partea finală ce ține de configurare. Trainerii vor îndruma seniorii cum să-și configureze telefoanele și o să le răspundă la eventualele întrebări.





DK



**Co-funded by
the European Union**

Erasmus+ Programme – Small-Scale Partnerships

Project: *“Senior in Digital Era”*

2021-2-R001-KA210-ADU-000048477