DIGITALIATORS - Digital upskilling for senior citizens, focused on their everyday necessary online transactions, especially after the pandemic

Progetto № 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085900

Curriculum: Laboratori per anziani.

IDEC

Co-funded by the European Union

Indice dei contenuti

Introduzione 5

Struttura generale e lezioni 6

Lezione 01: Come usare il cellulare 7

Lezione 02: Come usare il computer portatile 8

Lezione 03: Un mondo senza fili: Connessione al WIFI 9

Lezione 04: Collegare il mondo con la connettività dei dati 9

Lezione 05: Come esplorare la connettività Bluetooth 10

Lezione 06: Consigli essenziali per la ricerca su Google 11

Lezione 07: Cosa bisogna sapere per evitare di cadere nelle trappole delle fake news 11

Lezione 08: Cos'è un'e-mail e come ottenerla 12

Lezione 09: Come usare la nostra e-mail 12

Lezione 10: Come usare WhatsApp e Viber 13

Lezione 11: Come catturare i ricordi (foto e video) 14

Lezione 12: Come condividere i propri ricordi con gli altri (foto e video) 14

Lezione 13: Come navigare in Facebook 15

Lezione 14: Come iniziare con Zoom 15

Lezione 15: Condividere le informazioni online con saggezza 16

Lezione 16: Come proteggere i nostri account online 17

Lezione 17: Come lavorare in sicurezza online 17

Lezione 18: Come non farsi spaventare da pop-up e cookie 18

Lezione 19: essere aggiornati nel modo più semplice possibile ..... **Error! Bookmark not defined.**

Lezione 20: Navigazione nei formati Word, PDF e PPT 19

Lezione 21: Download di documenti digitali: come fare? 20

Lezione 22: Ordinare cibo in modo semplice ed efficiente online 20

Lezione 23: Come prenotare una visita medica online 21

Lezione 24: Come controllare e pagare le tasse online 22

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 25: Cos'è l'online banking e come usarlo 23
Lezione 26: Come mantenere una buona immagine online 24
Lezione 27: Le buone maniere esistono anche online? 25

Indice dei contenuti

Introduzione 5
Struttura generale e lezioni 6
Lezione 01: Come usare il cellulare 7
Lezione 02: Come usare il computer portatile 8
Lezione 03: Un mondo senza fili: Connessione al WIFI 9
Lezione 04: Collegare il mondo con la connettività dei dati 9
Lezione 05: Come esplorare la connettività Bluetooth 10
Lezione 06: Consigli essenziali per la ricerca su Google 11
Lezione 07: Cosa bisogna sapere per evitare di cadere nelle trappole delle fake news 11
Lezione 08: Cos'è un'e-mail e come ottenerla 12
Lezione 09: Come usare la nostra e-mail 12
Lezione 10: Come usare WhatsApp e Viber 13
Lezione 11: Come catturare i ricordi (foto e video) 14
Lezione 12: Come condividere i propri ricordi con gli altri (foto e video) 14
Lezione 13: Come navigare in Facebook 15
Lezione 14: Come iniziare con Zoom 15
Lezione 15: Condividere le informazioni online con saggezza 16
Lezione 16: Come proteggere i nostri account online 17
Lezione 17: Come lavorare in sicurezza online 17
Lezione 18: Come non farsi spaventare da pop-up e cookie 18
Lezione 19: essere aggiornati nel modo più semplice possibile ..... **Error! Bookmark not defined.**
Lezione 20: Navigazione nei formati Word, PDF e PPT 19
Lezione 21: Download di documenti digitali: come fare? 20

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 22: Ordinare cibo in modo semplice ed efficiente online 20
Lezione 23: Come prenotare una visita medica online 21
Lezione 24: Come controllare e pagare le tasse online 22
Lezione 25: Cos'è l'online banking e come usarlo 23
Lezione 26: Come mantenere una buona immagine online 24
Lezione 27: Le buone maniere esistono anche online? 25

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Co-funded by the European Union

Introduzione

DIGITALIATORS è un progetto Erasmus+ KA220-ADU che mira a dotare i cittadini senior delle competenze digitali di cui hanno bisogno quotidianamente. L'obiettivo è aiutarli a navigare con sicurezza nel mondo online, fornendo loro le competenze necessarie per gestire le transazioni burocratiche online di tutti i giorni e per evitare le truffe.

Questo documento presenta il curriculum che supporterà passo dopo passo i formatori che condurranno i workshop con i senior in tutti i Paesi partecipanti.

Questo programma è organizzato in 27 lezioni, la cui durata sarà decisa dal formatore in base alle esigenze e alla velocità di apprendimento dei senior. La metodologia comune è quella di fornire ai senior non solo le conoscenze necessarie, ma anche di far loro applicare ciò che hanno appreso attraverso esercizi di esempio reali tramite il loro dispositivo preferito (telefono o computer portatile).

Una menzione particolare meritano le lezioni 26 e 27, "Come mantenere un'immagine positiva online" e "Esistono le buone maniere online?". Data la loro complessità, è necessaria una solida conoscenza degli strumenti digitali. Pertanto, queste lezioni sono collocate alla fine del modulo, consentendo ai formatori la flessibilità di decidere se e come presentare questi argomenti alla classe in base alle competenze digitali e al ritmo di apprendimento dei partecipanti.

L'obiettivo di questo curriculum è quello di fornire ai formatori le conoscenze, gli strumenti e le strategie didattiche necessarie per insegnare efficacemente le competenze digitali ai senior.

Il Curriculum è progettato per:

Migliorare le competenze: Fornire ai formatori le competenze e le conoscenze aggiornate sulle tendenze tecnologiche per garantire una distribuzione sicura dei contenuti.

Promuovere il coinvolgimento e l'interazione: Sviluppare strategie per creare laboratori coinvolgenti, interattivi e partecipativi che motivino gli studenti e facilitino l'apprendimento attivo.

Valutare e adattare: Insegnare ai formatori come valutare i progressi degli studenti e adattare i metodi di insegnamento per soddisfare le diverse esigenze del pubblico.

Coltivare l'alfabetizzazione digitale: L'obiettivo dei formatori è quello di promuovere le necessarie competenze digitali tra gli anziani, consentendo loro di utilizzare efficacemente la tecnologia nella vita di tutti i giorni.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

L'obiettivo del curriculum e, quindi, dei workshop, è quello di offrire agli anziani le conoscenze e le competenze necessarie per familiarizzare con la tecnologia, consentire loro di utilizzare i computer portatili e gli smartphone, comprendere l'utilità delle transazioni online, non preoccuparsi di utilizzare le attività finanziarie online e capire come interagire con i propri cari online. Sostenendo la loro indipendenza digitale, migliorando la facilità di alcuni aspetti della loro vita e aumentando la fiducia nelle loro competenze digitali, questo programma e i workshop che seguiranno miglioreranno il benessere dei senior.

Struttura generale e lezioni

Durata dei workshop	16 ore
Gruppi target	Senior
Obiettivi	Fornire ai formatori le competenze necessarie per insegnare le competenze informatiche ai cittadini anziani
Lezione 1	Come utilizzare il telefono cellulare
Lezione 2	Come utilizzare il computer portatile
Lezione 3	Un mondo senza fili: Connettersi al WIFI
Lezione 4	Collegare il mondo con la connettività dei dati
Lezione 5	Come esplorare la connettività Bluetooth
Lezione 6	Consigli fondamentali per la ricerca su Google
Lezione 7	Cosa bisogna sapere per evitare di cadere nella trappola delle fake news
Lezione 8	Cos'è un'e-mail e come acquisirla
Lezione 9	Come utilizzare la nostra e-mail
Lezione 10	Come utilizzare WhatsApp e Viber
Lezione 11	Come immortalare i ricordi (foto e video)
Lezione 12	Come condividere i propri ricordi con gli altri (foto e video)
Lezione 13	Come navigare in Facebook
Lezione 14	Come iniziare a utilizzare Zoom

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 15	Condividere le informazioni online in modo saggio
Lezione 16	Come proteggere i nostri account online
Lezione 17	Come lavorare in sicurezza online
Lezione 18	Come non farsi spaventare da pop-up e cookie
Lezione 19	Rimanere aggiornati nel modo più semplice possibile
Lezione 20	Navigare tra i formati Word, PDF e PPT
Lezione 21	Download di documenti digitali: come fare?
Lezione 22	Ordinare cibo in modo semplice ed efficiente online
Lezione 23	Come prenotare un appuntamento medico online
Lezione 24	Come controllare e pagare le tasse online
Lezione 25	Cos'è l'online banking e come si usa
Lezione 26	Come mantenere una buona immagine online
Lezione 27	Esistono le buone maniere online?

Lezione 01: Come usare il cellulare

Risultati dell'apprendimento	• Comprendere le funzioni di base di uno smartphone • Navigare nella schermata iniziale • Effettuare chiamate • Inviare testi
Metodi di insegnamento:	• Panoramica e dimostrazione: Introduzione guidata dall'istruttore alle nozioni di base dello smartphone. • Esercitazione pratica: I partecipanti si esercitano ad effettuare chiamate, inviare messaggi, esplorare le impostazioni del telefono. • Sessione di domande e risposte: Fase di discussione.
Esercizio suggerito	• Chiamare un amico/familiare: Esercitarsi a fare e ricevere chiamate. • Inviare un messaggio di testo: Inviare un messaggio all'istruttore o a un altro partecipante. • Esplorare le impostazioni: Trovare e modificare una semplice impostazione (ad esempio, regolare la luminosità dello schermo).

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Per gli studenti più avanzati: utilizzare la cronologia delle chiamate, gestire i messaggi di testo, gestire le funzioni avanzate.
Supporto ai formatori	• Fornire assistenza individuale a chi è in difficoltà. • Utilizzate supporti visivi e guide passo-passo. • Offrire rinforzi positivi e pazienza. • Dividetevi in gruppi in base all'esperienza

Lezione 02: Come usare il computer portatile	
Risultati dell'apprendimento	• Imparare ad accendere un computer portatile • Navigare nel desktop • Aprire/chiudere le applicazioni • Utilizzare le scorciatoie di base della tastiera
Metodi di insegnamento:	• Introduzione e dimostrazione: Spiegazione dei componenti del portatile e della navigazione sul desktop. • Sessione interattiva: I partecipanti si esercitano nell'uso del touchpad, nell'apertura/chiusura dei programmi e nelle scorciatoie della tastiera. • Suggerimenti per la risoluzione dei problemi: Problemi e soluzioni comuni.
Esercizi suggeriti	• Aprire un programma: Aprire un programma preinstallato (ad esempio, Notepad o Paint). • Creare e salvare un documento: Digitare una breve frase e salvarla. • Utilizzare le scorciatoie della tastiera: Esercitatevi con scorciatoie come copia (Ctrl+C) e incolla (Ctrl+V). • Per gli studenti più avanzati: introdurre più scorciatoie, introdurre la gestione delle cartelle e il download delle applicazioni, la gestione dello storage.
Supporto ai formatori	• Circolare e fornire aiuto pratico. • Utilizzare dispense a caratteri grandi come riferimento. • Incoraggiate le domande e fornite risposte chiare e semplici. • Dividetevi in gruppi in base all'esperienza.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 03: Un mondo senza fili: Connessione al WIFI	
Risultati dell'apprendimento	• Imparare a identificare le reti WiFi • Imparare a connettersi alle reti WiFi • Comprendere le pratiche di sicurezza di base
Metodi di insegnamento:	• Connettersi a una rete WiFi: I partecipanti si collegano alla rete WiFi dell'aula. • Controllare la sicurezza WiFi: Identificare se una rete è sicura o aperta. • Per gli utenti più esperti: Imparare a disconnettersi da una rete e disassociarla dal computer.
Esercizi suggeriti	• Connettersi a una rete WiFi: I partecipanti si collegano alla rete WiFi dell'aula. • Controllare la sicurezza WiFi: Identificare se una rete è sicura o aperta. • Per gli utenti più esperti: Imparare a disconnettersi da una rete e dimenticarsene.
Supporto ai formatori	• Fornire una guida individuale. • Utilizzate diagrammi e schermate. • Offrire rassicurazione e incoraggiamento. • Dividetevi in gruppi in base all'esperienza.

Lezione 04: Collegare il mondo con la connettività dei dati	
Risultati dell'apprendimento	• Comprendere i dati mobili • Abilitare/disabilitare i dati mobili • Monitoraggio dell'utilizzo
Metodi di insegnamento:	• Panoramica: Spiegazione dei dati mobili e del loro utilizzo. • Attività pratica: I partecipanti attivano/disattivano i dati mobili e controllano il loro utilizzo. • Discussione: Suggerimenti per una gestione efficace dell'utilizzo dei dati.
Esercizi suggeriti	• Attivare i dati mobili: Attivare i dati mobili e navigare in Internet.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Monitoraggio dell'utilizzo dei dati: Controllare l'utilizzo attuale dei dati nelle impostazioni. • Per gli utenti più esperti: Imparare a impostare un limite di dati o un avviso. Specificare quali app possono utilizzare i dati. Introduzione agli hotspot.
Supporto ai formatori	• Assistenza per le impostazioni del dispositivo. • Dimostrare i passaggi su un proiettore o su un grande schermo. • Fornire aiuto e incoraggiamento personalizzati.

Lezione 05: Come esplorare la connettività Bluetooth	
Risultati dell'apprendimento	• Conoscere la tecnologia Bluetooth • Imparare ad accoppiare i dispositivi • Imparare a scollegare e disassociare i dispositivi • Comprendere gli aspetti di sicurezza e privacy del Bluetooth
Metodi di insegnamento	• Lezione teorica: cos'è il BT, per cosa può essere utilizzato e perché può essere utile • Registrazione della schermata di funzionamento del BT • Esercitazione pratica • Sessione di domande e risposte
Esercizi suggeriti	• Trovare autonomamente come attivare il BT sul telefono personale • Provate a cambiare il vostro nickname personale e a gestire le vostre impostazioni di accessibilità. • A coppie, mettetevi in contatto con gli altri partecipanti • A coppie, inviate un documento/immagine.
Supporto ai formatori	• Fornire assistenza personalizzata ai partecipanti durante gli esercizi • Fornire materiale chiaro e intuitivo, compresi video passo-passo. • Mostrare l'insieme più ampio possibile di potenziali problemi con la connessione BT

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 06: Consigli fondamentali per la ricerca su Google	
Risultati dell'apprendimento	• Cercare informazioni in modo efficiente con Google • Comprendere gli operatori di ricerca e i filtri
Metodi di insegnamento:	• Lezione: Panoramica delle funzionalità di ricerca di Google e suggerimenti. • Esercizi di ricerca interattivi: I partecipanti si esercitano a cercare informazioni specifiche utilizzando tecniche di ricerca avanzate. • Discussione: Valutare l'affidabilità dei risultati della ricerca.
Esercizi suggeriti	• Esercitazioni di ricerca: Usate Google per trovare informazioni su un determinato argomento. • Ricerca avanzata: Provare a utilizzare gli operatori di ricerca (ad esempio, le virgolette per le frasi esatte, il segno meno per le esclusioni). • Controllo dell'affidabilità: Valuta la credibilità dei risultati della ricerca.
Supporto del formatore	• Fornire esempi di ricerca ed esercizi. • Assistere con tecniche di ricerca avanzate. • Offrire suggerimenti per valutare l'affidabilità delle informazioni online.

Lezione 07: Cosa bisogna sapere per evitare di cadere nella trappola delle fake news	
Risultati dell'apprendimento	• Identificare le fake news e la disinformazione online • Comprendere il suo impatto • Imparare a verificare le informazioni
Metodi di insegnamento	• Presentazione: Caratteristiche delle fake news e fonti comuni. • Analisi critica: I partecipanti analizzano gli articoli di cronaca per identificare i segnali di disinformazione. • Strumenti di verifica: Introduzione agli strumenti e alle tecniche di verifica delle fonti di notizie.
Esercizi suggeriti	• Analizzare gli articoli di notizie: Esaminare e identificare le fake news negli articoli forniti.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Pratica di verifica: Utilizzare strumenti di fact-checking per verificare l'autenticità delle notizie. • Discussione: Riflettere sull'impatto delle fake news e condividere le strategie per identificarle.
Supporto ai formatori	• Fornire esempi di fake news e strumenti di verifica. • Assistere negli esercizi di analisi critica e di verifica. • Incoraggiare la discussione aperta e la condivisione delle esperienze.

Lezione 08: Cos'è un'e-mail e come acquisirla

Risultati dell'apprendimento	• Creare un account Gmail • Comprendere le funzionalità di base della posta elettronica • Navigare nell'interfaccia di Gmail
Metodi di insegnamento:	• Guida passo-passo: L'istruttore guida i partecipanti nella creazione di un account Gmail. • Tour dell'interfaccia: Panoramica dell'interfaccia di Gmail. • Attività pratica: I partecipanti creano ed esplorano i loro account Gmail
Esercizio suggerito	• Creare un account: Seguire i passaggi per creare un account Gmail. • Inviare un'e-mail di benvenuto: Comporre e inviare un'e-mail di benvenuto all'istruttore. • Esplora le cartelle: Navigare nella posta in arrivo, nella cartella dei messaggi inviati e nelle cartelle di spam.
Supporto ai formatori	• Fornite istruzioni scritte con l'ausilio di screenshoot. • Offrire assistenza individuale durante il processo di creazione dell'account. • Affrontare tempestivamente eventuali errori o problematiche. • Dividetevi in gruppi in base all'esperienza.

Lezione 09: Come usare l'e-mail

Risultati dell'apprendimento	• Comporre, inviare, ricevere ed eliminare una e-mail • Gestire le cartelle e le etichette delle e-mail

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Metodi di insegnamento	• Dimostrazione interattiva: Comporre, inviare e ricevere e-mail. • Sessione pratica: I partecipanti si esercitano a eseguire queste azioni sui loro conti. • Suggerimenti organizzativi: Utilizzare cartelle ed etichette per organizzare le e-mail.
Esercizio suggerito	• Comporre un'e-mail: Scrivere e inviare un'e-mail a un altro partecipante. • Leggi e rispondi: Aprire un'e-mail e rispondere. • Eliminare le e-mail: Selezionare ed eliminare le e-mail indesiderate.
Supporto ai formatori	• Fornire esempi e modelli per la composizione delle e-mail. • Guidare i partecipanti attraverso ogni fase. • Incoraggiare i partecipanti a porre domande e offrire un supporto immediato.

Lezione 10: Come usare WhatsApp e Viber

Risultati dell'apprendimento	• Obiettivi di apprendimento: • Utilizzare WhatsApp e Viber per la messaggistica e le chiamate • Comprendere le impostazioni della privacy
Metodi di insegnamento	• Dimostrazione: Impostazione di account, invio di messaggi, chiamate. • Sessione interattiva: I partecipanti si esercitano a usare WhatsApp e Viber. • Suggerimenti su privacy e sicurezza: Discussione sulla sicurezza delle comunicazioni.
Esercizi suggeriti	• Impostazione dell'account: Impostare gli account WhatsApp e Viber. • Inviare messaggi: Inviare un messaggio ed effettuare una chiamata. Spiegare l'utilizzo dei dati. • Regolare le impostazioni della privacy: Esplora e regola le impostazioni della privacy.
Supporto ai formatori	• Fornire istruzioni chiare per la creazione dei conti. • Offrire assistenza individuale durante le sessioni di allenamento. • Sottolineare l'importanza delle impostazioni di privacy e sicurezza.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 11: Come catturare i ricordi (foto e video)	
Risultati dell'apprendimento	• Imparare a scattare e gestire foto e video su uno smartphone • Comprendere le tecniche di base della fotografia e dei video
Metodi di insegnamento	• Dimostrazione: Come usare l'app della fotocamera, regolare le impostazioni e catturare foto/video di alta qualità. • Esercizi pratici: I partecipanti scattano foto e video, sperimentando diverse impostazioni. • Revisione e feedback: Condivisione e revisione di foto/video con il gruppo.
Esercizi suggeriti	• Catturare foto: Scattare foto di diversi soggetti. • Registrare video: Registrare un breve video. • Esaminare e condividere: Condividere e commentare le foto/video con il gruppo.
Supporto ai formatori	• Fornire suggerimenti sulle tecniche di fotografia e video. • Assistenza per le impostazioni e le funzioni della fotocamera. • Offrire feedback costruttivi e incoraggiamento.

Lezione 12: Come condividere i propri ricordi con gli altri (foto e video)	
Risultati dell'apprendimento	• Caricate e condividete foto/video sui social media e sulle app di messaggistica. • Comprendere le impostazioni della privacy
Metodi di insegnamento	• Esercitazione: Come caricare foto/video sui social media e sulle app di messaggistica. • Esercizio pratico: I partecipanti caricano e condividono le loro foto/video. • Discussione: Impostazioni sulla privacy e considerazioni sulla condivisione.
Esercizi suggeriti	• Caricare le foto: Condividere una foto su Facebook o WhatsApp. • Regolare le impostazioni sulla privacy: Impostare le opzioni di privacy per i contenuti condivisi. • Sessione di feedback: Discutere le esperienze e affrontare le sfide.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Supporto ai formatori	• Fornire istruzioni chiare per il caricamento e la condivisione dei contenuti. • Assistenza per le impostazioni e le regolazioni della privacy. • Incoraggiate la condivisione e fornite un feedback di supporto.

Lezione 13: Come navigare in Facebook

Risultati dell'apprendimento	• Navigare in Facebook • Comprendere le impostazioni della privacy • Condividere contenuti in modo responsabile
Metodi di insegnamento	• Dimostrazione: Impostazione di un profilo, navigazione nel news feed e impostazioni della privacy. • Attività pratica: I partecipanti creano o aggiornano i loro profili Facebook. • Discussione: Le migliori pratiche per un uso sicuro e responsabile di Facebook.
Esercizi suggeriti	• Impostazione del profilo: Creare o aggiornare un profilo Facebook. • Interagire con i contenuti: Mettete "mi piace", commentate e condividete i post in modo responsabile.
Supporto ai formatori	• Fornire una guida passo-passo sulla configurazione del profilo e sulle impostazioni della privacy. • Assistere i partecipanti nella navigazione delle funzioni di Facebook. • Offrire consigli sull'uso sicuro e responsabile dei social media.

Lezione 14: Come iniziare a utilizzare Zoom

Risultati dell'apprendimento	• Configurare e utilizzare Zoom per le videochiamate • Comprendere le caratteristiche e le impostazioni di base
Metodi di insegnamento	• Esercitazione: Installazione e configurazione di Zoom. • Sessione pratica: Partecipare e avviare riunioni, utilizzare la chat e la condivisione dello schermo. • Domande e risposte: affrontare problemi e domande comuni sull'uso di Zoom.
Esercizi suggeriti	• Esercizi suggeriti:

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Partecipare a una riunione: Esercitarsi a partecipare a una riunione Zoom programmata. • Organizzare una riunione: Organizzare una riunione e invitare altri partecipanti. • Caratteristiche d'uso: Provate la chat, la condivisione dello schermo e le reazioni.
Supporto ai formatori	• Fornire istruzioni di configurazione passo-passo. • Assistere nella risoluzione dei problemi durante le sessioni di allenamento. • Incoraggiate i partecipanti a porre domande e a proporre soluzioni.

Lezione 15: Condividere le informazioni online con saggezza	
Risultati dell'apprendimento	• Riconoscere quali sono le informazioni sensibili • Comprendere cosa condividere e cosa non condividere online
Metodi di insegnamento	• Lezione interattiva: Tipi di informazioni sensibili e rischi potenziali della loro condivisione. • Apprendimento basato su scenari: I partecipanti discutono partendo da scenari reali e stabiliscono quali informazioni non devono essere condivise. • Suggerimenti e buone pratiche: Linee guida per la condivisione sicura delle informazioni online.
Esercizi suggeriti	• Discussione di scenari: Analizzare e discutere vari scenari che prevedono la condivisione di informazioni. • Lista di controllo delle informazioni: Creare una lista di controllo delle informazioni che non devono mai essere condivise online. • Gioco di ruolo: Esercitarsi a condividere informazioni sicure in interazioni online simulate.
Supporto ai formatori	• Fornite esempi e spiegazioni chiare. • Facilitare le discussioni sugli scenari e i giochi di ruolo. • Incoraggiare i partecipanti a condividere le proprie esperienze e a porre domande.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 16: Come proteggere i nostri account online	
Risultati dell'apprendimento	• Comprendere l'importanza di creare password forti e uniche. • Imparate a crearli e a gestirli in modo sicuro
Metodi di insegnamento	• Discussione: Importanza della sicurezza delle password e rischi delle password deboli. • Laboratorio: Creare password forti e usare gli strumenti di gestione di password. • Esercizio pratico: I partecipanti creano password forti per i loro account.
Esercizi suggeriti	• Creare password forti: Generare le password seguendo le linee guida (ad esempio, una combinazione di caratteri). • Impostazione del gestore di password: Introdurre e impostare un gestore di password, se applicabile. • Lista di controllo delle password: Verificare l'efficacia delle password attuali.
Supporto ai formatori	• Fornire esempi di password forti e deboli. • Assistenza nell'installazione e nella configurazione di strumenti di gestione di password. • Rafforzare l'importanza di password uniche per i diversi account.

Lezione 17: Come lavorare in sicurezza online	
Risultati dell'apprendimento	• Identificare quali sono le e-mail di spam e phishing • Comprendere le tattiche comuni utilizzate dai truffatori
Metodi di insegnamento	• Presentazione: Caratteristiche comuni delle e-mail di spam e phishing. • Analisi interattiva: Proporre esempi di e-mail di phishing per identificare i segnali di pericolo. • Attività pratica: I partecipanti si esercitano a identificare e segnalare le e-mail di spam/phishing.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Esercizio suggerito	• Analizzare le e-mail: Esaminare e discutere esempi di tentativi di phishing. • Filtri antispam: Regolare le impostazioni della posta elettronica per migliorare i filtri antispam. • Segnalare il phishing: esercitatevi a segnalare le e-mail sospette.
Supporto ai formatori	• Condividete esempi reali di e-mail di phishing. • Fornire una guida passo passo per la segnalazione e il blocco dello spam. • Incoraggiate i partecipanti a condividere le loro esperienze e a porre domande.

Lezione 18: Come non farsi spaventare da pop-up e cookie	
Risultati dell'apprendimento	• Capire i pop-up e i cookie • Gestione di pop-up e cookie • Capire perché sono utili • Capire come possono creare un danno alla privacy personale
Metodi di insegnamento	• Lezione teorica che spiega i pop-up e i cookie (il loro aspetto - utilizzare le registrazioni dello schermo -, perché sono utili ed esempi di pericoli ad essi collegati). • Esercizi interattivi su quanto spiegato sopra • Mostrare un'ampia varietà di stili di pop-up e cookie. Stampare il materiale se ritenuto più semplice.
Esercizi suggeriti	• Utilizzando siti di cui potrebbero avere bisogno in futuro (Ministeri, Comuni, Servizi agli anziani, ecc.), far loro riconoscere cosa è un pop-up e cosa è un cookie. • Annullare pop-up e cookies. • Esercizio avanzato: cercare i siti che hanno pop-up/cookie specifici e poco intuitivi e imparare a gestirli.
Supporto ai formatori	• Assistenza durante le lezioni: essere disponibili per domande e dubbi sugli esercizi. • Preparare un materiale chiaro e intuitivo • Esprimere chiaramente l'importanza di una buona gestione di pop-up e cookie

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Lezione 19: Rimanere aggiornati nel modo più semplice possibile	
Risultati dell'apprendimento	• Comprendere l'importanza degli aggiornamenti • Identificazione degli aggiornamenti disponibili • Eseguire gli aggiornamenti • Gestire i potenziali problemi durante gli aggiornamenti (ad esempio, uno spazio di archiviazione limitato o internet lento).
Metodi di insegnamento	• Lezione sulla parte teorica utilizzando le registrazioni delle schermate (cos'è un aggiornamento, perché è importante, quali app store sono sicuri, come vedere se un aggiornamento è disponibile) • Esercizi interattivi su tutte le funzionalità spiegate in precedenza • Sessione di domande e risposte sui dubbi che i partecipanti potrebbero avere
Esercizi suggeriti	• Esercizio sulla disponibilità degli aggiornamenti: verificare se le applicazioni necessitano di un aggiornamento. • Esercizi di aggiornamento: Eseguire aggiornamenti manuali e automatici. • Esercizio di gestione della memoria: Eliminare un'applicazione inutilizzata o cancellare la cache di un'applicazione esistente.
Supporto ai formatori	• Fornire materiale teorico e pratico • Fornire assistenza per le esercitazioni avanzate (ad es. esercitazione sulla gestione dell'archiviazione). • Essere disponibili a rispondere ai dubbi e alle difficoltà incontrate dai senior durante le esercitazioni.

Lezione 20: Navigare nei formati Word, PDF e PPT	
Risultati dell'apprendimento	• Riconoscere e utilizzare diversi formati di documenti (Word, PDF, PPT). • Comprendere gli strumenti di modifica e di visualizzazione di base
Metodi di insegnamento	• Introduzione: Panoramica dei tipi di documenti e del loro utilizzo. • Attività pratica: I partecipanti aprono, leggono e creano documenti di base. • Sessione pratica: Modifica e salvataggio di documenti in diversi formati.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Esercizi suggeriti	• Creare un documento: Digitare e salvare un semplice documento in Word. • Aprire un PDF: Aprire e leggere un file PDF fornito. • Esercitazioni di presentazione: Creare una diapositiva di base in PowerPoint.
Supporto ai formatori	• Fornire esempi e modelli per ogni tipo di documento. • Assistere nella redazione e nel salvataggio dei documenti. • Offrire suggerimenti per la creazione di documenti di successo

Lezione 21: Download di documenti digitali: come si fa?

Risultati dell'apprendimento	• Scaricare e organizzare i documenti sui dispositivi • Comprendere le pratiche comuni di gestione dei file
Metodi di insegnamento	• Esercitazione: Come scaricare documenti da e-mail e siti web. • Esercizio pratico: I partecipanti scaricano e organizzano i file sui loro dispositivi. • Discussione: Suggerimenti e buone pratiche per la gestione dei file.
Supporto ai formatori	• Fornire una guida passo-passo per il download e l'organizzazione dei file. • Assistere nelle attività di gestione dei file. • Offrire suggerimenti per mantenere un'area di lavoro digitale organizzata.

Lezione 22: Ordinare cibo in modo semplice ed efficiente online

Moduli nazionali	• Modulo Bulgaria • Modulo Grecia • Modulo Cipro • Modulo Romania • Modulo Slovenia • Modulo Italia
Risultati dell'apprendimento	• Quali sono le app più efficienti e intuitive nel vostro paese? • Come usare i filtri per vedere rapidamente i ristoranti disponibili in base alle preferenze • Come selezionare le diverse opzioni e personalizzare i prodotti • Come impostare la posizione di consegna specifica

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Come pagare sull'app
Metodi di insegnamento	• Spiegare come questo servizio può essere utile in una situazione di vita reale • Utilizzando le registrazioni delle schermate di almeno tre app nazionali, mostrate passo dopo passo come ordinare (filtri, personalizzazione, posizione di consegna e metodi di pagamento). • Fargli simulare una consegna di cibo in base alle loro preferenze.
Esercizi suggeriti	• Per tutte le fasi, tranne quella del pagamento, fate in modo che ordinino qualcosa in base alle loro preferenze. • Per la parte relativa ai pagamenti, create una simulazione in cui devono utilizzare le diverse opzioni di pagamento.
Supporto ai formatori	• Presentare in modo chiaro un elenco quasi completo di applicazioni nazionali. • Fornire un supporto passo dopo passo per l'esercizio, facendo attenzione che non procedano al pagamento. • Fornire materiale innovativo ed efficace per la simulazione della parte di pagamento. • Adattare la formazione in base ai moduli specifici nazionali e ai servizi disponibili.

Lezione 23: Come prenotare un appuntamento medico online

Moduli nazionali	• Modulo Bulgaria • Modulo Grecia • Modulo Cipro • Modulo Romania • Modulo Slovenia • Modulo Italia
Risultati dell'apprendimento	• Capire come si prenotano gli appuntamenti medici online (diversi tipi di appuntamenti e i vantaggi della prenotazione online) • Comprendere e definire i requisiti del servizio (ad esempio, è necessario un account? Un'identità digitale? Come impostarli). • Navigare nei portali medici online per familiarizzare con essi • Prenotazione e gestione degli appuntamenti, compresa la selezione della data, dell'ora e dell'operatore sanitario.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Capire come cancellare o riprogrammare gli appuntamenti, se necessario. • Imparare a mantenere sicuri gli account medici online e quali notifiche sono o non sono consentite dal sito (ad esempio, il sito può chiedere di pagare online? In caso contrario, una notifica simile è una truffa)
Metodi di insegnamento	• Mostrare i siti ufficiali nazionali e mostrare come navigarli (registrazione dello schermo). • Preparate una guida passo-passo su come prenotare/fissare/cancellare un appuntamento. • Chiedete loro di eseguire questi tre passaggi sul loro dispositivo. • Sessione di domande e risposte
Esercizi suggeriti	• Partendo dalla ricerca del browser o dall'app store, trovare il sito ufficiale/scaricare l'app ufficiale. • Registrarsi, uscire e rientrare • Navigare nell'applicazione individuando la sezione più utile e porre domande di chiarimento al formatore. • Prenotare un appuntamento, riprogrammarlo e poi cancellarlo
Supporto ai formatori	• Fornire materiale dettagliato ma intuitivo, soprattutto per quanto riguarda la guida passo passo • Utilizzare materiale video per spiegare meglio la procedura. • Fornire assistenza personalizzata per l'utilizzo della piattaforma e per la prenotazione dell'appuntamento • Adattare la formazione in base ai moduli specifici nazionali e ai servizi disponibili.

Lezione 24: Come controllare e pagare le tasse online

Moduli nazionali	• Modulo Bulgaria • Modulo Grecia • Modulo Cipro • Modulo Romania • Modulo Slovenia • Modulo Italia
Risultati dell'apprendimento	• Scoprite quali sono le diverse imposte che possono essere pagate online

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Imparare a conoscere i servizi online ufficiali nazionali per controllare e pagare le tasse • Comprendere le informazioni necessarie per lavorare sul sito specifico ed essere in grado di raccoglierle/crearle (ad es. account). • Imparate a controllare la vostra storia fiscale e a pagare le tasse. • Riconoscere le eventuali problematiche e come evitarle
Metodi di insegnamento	• Presentare il sito ufficiale nazionale per il pagamento delle imposte, sottolineando le caratteristiche e i requisiti più importanti. • Esercizi pratici per essere in grado di controllare e pagare le tasse • Sessione di domande e risposte
Esercizi suggeriti	• Creazione di un account e tentativo di accesso e uscita • Navigazione nel portale fiscale online per acquisire familiarità con esso • Controllate la vostra storia fiscale • Simulare il pagamento delle tasse
Supporto ai formatori	• Fornire del materiale chiaro sulle regole, le caratteristiche e i requisiti del sito ufficiale. • Mostrare le truffe precedenti che hanno attaccato il pubblico nazionale e come proteggersi da queste truffe. • Supportare con un'assistenza passo-passo la procedura per registrarsi, accedere e navigare correttamente nel sito • Adattare la formazione in base ai moduli specifici nazionali e ai servizi disponibili.

Lezione 25: Cos'è l'online banking e come usarlo

Moduli nazionali	• Modulo Bulgaria • Modulo Grecia • Modulo Cipro • Modulo Romania • Modulo Slovenia • Modulo Italia
Risultati dell'apprendimento	• Comprendere l'online banking e quali servizi possono essere eseguiti da casa.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Capire quali sono le app ufficiali • Capire le minacce e come difendersi
Metodi di insegnamento	• Video che mostra la facilità di esecuzione di determinate procedure a casa (=utilizzo dell'online banking) • Presentazione delle banche nazionali e dei loro servizi online • Mostrare video sulle potenziali minacce e conseguenze di una scarsa attenzione nell'uso dell'online banking. • Per ciascuna delle minacce sopra indicate, fornire una soluzione preventiva con consigli da seguire e una risolutiva.
Esercizi suggeriti	• Create il vostro profilo sull'app/sito della vostra banca • Navigare nelle diverse sezioni identificando quelle che potrebbero essere più necessarie. • Quiz con immagini per riconoscere le truffe da notifiche/richieste ufficiali • Quiz sulle misure precauzionali
Supporto ai formatori	• Fornire materiale dettagliato sulle fonti nazionali affidabili dell'online banking • Fornire materiale altrettanto convincente sui vantaggi e sulle minacce dell'online banking. • Creare quiz chiari ma impegnativi per essere sicuri che siano in grado di affrontare le minacce nella vita reale. • Essere disponibili a rispondere a domande, dubbi e incomprensioni. • Adattare la formazione in base ai moduli specifici nazionali e ai servizi disponibili.

Lezione 26: Come mantenere una buona immagine online

Risultati dell'apprendimento	• Informazioni sulle digital footprints • Come le azioni online contribuiscono alle impronte digitali • Le loro implicazioni a lungo termine
Metodi di insegnamento:	• Presentazione: Spiegazione delle impronte digitali e del loro significato. • Casi di studio: Analizzare esempi reali di impronte digitali. • Riflessione personale: I partecipanti valutano le proprie impronte digitali e discutono le strategie per gestirle.
Esercizi suggeriti	• Analisi delle digital footprints: Riflettere sull'attività personale online e sul suo impatto.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

	• Discussione sui casi di studio: Esaminare e discutere casi di studio sulle impronte digitali. • Piano d'azione: Sviluppare strategie per gestire e proteggere la propria impronta digitale.
Supporto ai formatori	• Fornire casi di studio e spunti di discussione. • Assistere nella riflessione personale e nella pianificazione dell'azione. • Offrire approfondimenti e consigli sulla gestione delle impronte digitali.

Lezione 27: Esistono le buone maniere online?	
Risultati dell'apprendimento	• Comprendere il corretto galateo della comunicazione online • Come interagire in modo rispettoso negli ambienti digitali
Metodi di insegnamento	• Lezione: Principi chiave della netiquette. • Esercizi di gioco di ruolo: Simulazione di interazioni online per esercitare una comunicazione rispettosa. • Discussione di gruppo: Condivisione di esperienze e discussione sull'impatto della netiquette.
Esercizi suggeriti	• Gioco di ruolo: Partecipate a scenari di gioco di ruolo per dimostrare esempi di buona e cattiva netiquette. • Contributi su un forum: Scrivere un post o un commento rispettoso in un forum online. • Discussione: Riflettere sulle abitudini personali di comunicazione online.
Supporto ai formatori	• Facilitare il gioco di ruolo e la discussione. • Fornire esempi di buona e cattiva netiquette. • Incoraggiare un feedback rispettoso e costruttivo.

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.