



Cofinanciado por
la Unión Europea



GUÍA BUENAS PRÁCTICAS

POR : INCREDERE Y ONGD
SEVALOS

DIGITALIZACIÓN DE
MUJERES MIGRANTES

ÍNDICE



- 1 INTRODUCCIÓN
- 2 ¿PARA QUIÉN ES ESTE RECURSO?
- 3 ALFABETO DIGITAL UNIVERSAL
- 4 BLOQUES TEMÁTICOS
- 5 RECURSOS
- 6 SUGERENCIAS
- 7 CHECKLIST

1

INTRODUCCIÓN

¡HOOOOOOOLA!

Si has llegado hasta aquí es porque vas a embarcarte en el maravilloso mundo de la formación y quieres dar lo mejor de ti!

Por eso, como sabemos que no es una tarea fácil, **INCREDERE y SENVALOS** quieren acompañarte en este camino con una pequeña guía con *recursos, sugerencias y un checklist* de aspectos a tener en cuenta antes de comenzar para que puedas llevar a cabo una formación digital lo más adaptada y productiva para tu alumnado.

¿TE APETECE SABER MÁS?

¡ ACOMPÁÑANOS A VERLA !

2

¿PARA QUIÉN ES ESTE RECURSO?

Este recurso se ha creado para facilitar la elaboración y el desarrollo de la formación digital destinada a mujeres migrantes en cualquier parte del mundo.

A esos temerarios y temerarias que estáis dispuestas a adentraros en esta aventura de ofrecer vuestro apoyo a mujeres de diferentes países para que sean capaces de acceder a más recursos, conocimientos y oportunidades en el entorno digital con los que puedan superar barreras geográficas y culturales, promover su empoderamiento, facilitar su inclusión social y laboral y contribuir a su desarrollo personal y profesional en la sociedad actual, **ESTA ES VUESTRA GUÍA!**

3

ALFABETO DIGITAL UNIVERSAL

El alfabeto digital universal es como el **lenguaje común** que todas las personas entienden en el mundo digital. Con él, podemos **comunicarnos fácilmente** en cualquier dispositivo. Nos hace la vida más fácil, nos ayuda a encontrar información y a desarrollar nuevas aplicaciones.

¡Es como **hablar el idioma de la tecnología!**

Vamos a ver algunos de los iconos más importantes y su significado:

-  **APAGAR / ENCENDER**
-  **BLOQUEAR:** este ícono indica que hay algo bloqueado y que necesitamos un código de acceso.
-  **DESBLOQUEAR:** este ícono indica que hemos desbloqueado lo que estaba bloqueado.
-  **BATERÍA:** nos indica el nivel de batería que tiene nuestro móvil
-  **SIN BATERÍA:** nos indica que nos hemos quedado sin batería
-  **WIFI:** nos indica que estamos conectados a una red wifi
-  **COBERTURA:** según la cantidad de rayas negras que tenga el dibujo, tendremos mayor o menor cobertura para hacer llamadas



LLAMAR O RESPONDER UNA LLAMADA



COLGAR O TERMINAR UNA LLAMADA



CONTACTOS

⋮ ⏓ **MENÚ:** si vemos 3 puntos o 3 líneas juntas significa que, si pulsamos sobre ellos, se abrirá un cuadro con opciones para elegir



AJUSTES: son las configuraciones y cambios que se hacen en el teléfono (en las pantallas, sonidos, contraseñas, etc.)



INFORMACIÓN: este ícono nos dará más información sobre una persona, función o aplicación



AÑADIR: lo usaremos para añadir algo nuevo (un contacto, una foto, un dato, etc.)



ADJUNTAR: sirve para enviarle a alguien una foto, un vídeo, un contacto, etc. en un correo electrónico



SIGUIENTE: cualquier flecha mirando a la derecha indica “continuar” o pasar a la siguiente pantalla



ATRÁS O DESHACER cualquier flecha mirando a la izquierda indica “retroceder” o deshacer.



ENVIAR: si pulsamos sobre este ícono, enviaremos un mensaje, correo, foto, etc.



EDITAR: lo usaremos cuando queremos cambiar algo (un nombre, un texto, etc.)



ACEPTAR: lo usaremos cuando hayamos finalizado de una acción (escribir un nombre, cambiar una foto, crear un grupo, etc.)

-  **BORRAR:** sirve para borrar la letra situada a la izquierda del cursor
-  **PAPELERA:** lo usaremos para eliminar lo que hay en la pantalla
-  **MICRÓFONO:** sirve para hablar y mandar o grabar un mensaje de voz, o buscar algo diciéndoselo al teléfono
-  **CÁMARA DE FOTOS:** este icono nos lleva a la cámara para poder hacer fotos
-  **CÁMARA DE VIDEO:** indica que podemos grabar un video o hacer una videollamada con nuestra imagen
-  **ALARMA:** nos indica que tenemos una alarma activa o nos permite poner una nueva
-  **LINTERNA:** si pulsamos sobre este icono se encenderá una luz que hace de linterna
-  **E - MAIL O CORREO ELECTRÓNICO**
-   **MENSAJE DE TEXTO:** podemos enviar y recibir mensajes de texto. Los encontraremos en este icono
-  **BUSCAR:** significa que, si pulsamos sobre él, podremos escribir o decir lo que queremos buscar
-  **PLAY/REPRODUCIR:** si pulsamos sobre este icono, comenzará a reproducirse un video o audio.
-  **PAUSAR:** si pulsamos sobre este icono, haremos una pausa en la reproducción de audio o video que esté en marcha.
-  **UBICACIÓN:**
-  **CURSOR:** este símbolo aparecerá de forma intermitente y nos indica el lugar donde van a aparecer las letras cuando empecemos a escribir o por donde va a empezar a borrar si borramos.



DETENER: pulsando sobre este ícono, detendremos una reproducción de video o sonido



COMPARTIR: con este ícono enviamos contenido a otras personas vía e-mail, WhatsApp, Instagram, etc.*



GALERÍA: lugar donde se guardan todas las fotos y videos que hacemos y recibimos



LLAMADA PERDIDA: son las llamadas que no hemos contestado



LLAMADA RECIBIDA O ENTRANTE: son las llamadas que nos han hecho y hemos contestado



WHATSAPP



FAVORITOS: Hay personas con las que hablamos más y se pueden añadir a una lista de favoritos para que nos resulte más fácil encontrarlas en los contactos de la agenda. Una estrella del tipo que sea siempre representa favoritos



YOUTUBE

4

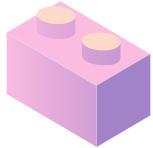
BLOQUES TEMÁTICOS

Los **bloques temáticos** que hemos desarrollado a lo largo de la formación, en base a los **intereses** de nuestras alumnas, han sido los siguientes:



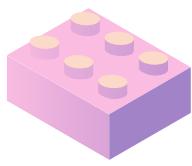
BLOQUE 1. Primeros pasos en las TIC

- Aprendizaje de **conceptos TIC** en el idioma autóctono
- Comunicación efectiva y educada: **Netiqueta**
- **Tecnología y Ahorro** (apps para gestión económica y de ahorro)
- El **ocio** en la era digital
- **Viajes y transporte público**



BLOQUE 2. Las TIC, un aliado en mi vida

- Conocimiento y uso de plataformas **web de la Administración pública**
- **Empleo e Internet:**
 - Objetivos profesionales
 - Gestión del tiempo
 - Mapeo de empresas
 - Perfil profesional online y offline
 - CV impactantes



BLOQUE 3. Gestión emocional de las TIC

- **Cohesión** de grupo
- **Psicoeducación** y técnicas para el **manejo de la ansiedad**

5

RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE NO PRESENCIAL

En este apartado te dejamos el **enlace** de algunos **recursos de formación online** para que puedas facilitárselos a tus alumnas.

Estos cursos tienen una serie de beneficios adaptados a las necesidades de las mujeres, como son:



Flexibilidad para estudiar a su ritmo



Acceso abierto a cursos en línea



Diversidad de temas y habilidades disponibles



Interacción con estudiantes de todos el mundo



Coste accesible o gratuitos

FUTURE LEARN: <https://www.futurelearn.com/>

MOOC'S: <https://www.mooc.org/>

6

SUGERENCIAS

A continuación, te dejamos **10 consejos** que consideramos interesantes **a tener en cuenta a la hora de realizar tu formación:**



Adapta el curso al nivel de conocimiento: Asegúrate de *conocer el nivel de conocimiento y experiencia* de tus alumnas con respecto al uso de smartphones y aplicaciones



Enseña el *lenguaje básico del smartphone*: ¡Da a conocer esos iconos que todas las personas conocemos independientemente del teléfono que tengamos!



Explora con ellas las funciones esenciales: Dedica tiempo a enseñar las *funciones básicas del smartphone*, cómo hacer y recibir llamadas, enviar mensajes de texto, usar el correo electrónico y navegar por Internet.

Aplicaciones útiles: Introduce a las participantes en aplicaciones útiles *para su vida diaria*, como apps de transporte, mapas, traductores, redes sociales, etc.



Seguridad en línea: Educa sobre la *importancia* de la seguridad en línea, cómo *proteger* su información personal y cómo *identificar* posibles *riesgos* en Internet.

Herramientas de comunicación: Enseña el uso de *aplicaciones de mensajería* como WhatsApp o Telegram, que les permitirán mantenerse en contacto con familiares y amigos.



Acceso a servicios públicos: Ayuda a las participantes a acceder a *servicios públicos* a través de *aplicaciones móviles*, como la programación de citas médicas, el acceso a servicios gubernamentales y el pago de facturas.



Empoderamiento económico: *Explora oportunidades de empleo en línea, enséñales cómo buscar y solicitar empleo a través de aplicaciones y plataformas, crear su cv, etc.*



Recursos educativos: *Presenta aplicaciones y plataformas educativas que les permitan continuar su formación en línea, como cursos en línea, tutoriales y recursos gratuitos.*

Apoyo comunitario: *Fomenta la creación de una comunidad de mujeres migrantes en línea, donde puedan compartir experiencias, darse apoyo mutuo y acceder a recursos adicionales.*



CHECKLIST

ANTES DE EMPEZAR...

- Encuentra un aula con wifi
- Difunde la formación por RRSS
- Entrevista individualmente a las personas interesadas y pásales una prueba de nivel
- Asegúrate de que disponen de un teléfono móvil inteligente
- Ponte tus zapatos más cómodos, métete al barro y dedica mucho tiempo a

PRACTICAR, PRACTICAR Y
PRACTICAR!

¡CONTÁCTANOS!

Si quieres obtener más información sobre este proyecto y recursos formativos de digitalización para mujeres migrantes, nos puedes encontrar en:

ONGD SenValos: <https://servalos.org/>

Incredere: <https://www.incredere.eu/>

El proyecto “DIGITAL-VV: Formación digital para mujeres migrantes” está cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de la ONGD SenValos y Asociación Incredere, y ni la Comisión Europea, ni el Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) son responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida.



**Cofinanciado por
la Unión Europea**

