



Cofinanciado por
la Unión Europea



GUÍA BUENAS PRÁCTICAS

POR : INCREDERE Y ONGD
SENVALOS

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



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 icono indica que hay algo bloqueado y que necesitamos un código de acceso.



DESBLOQUEAR: este icono 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 icono 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 icono, 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.

este icono sobre un mapa nos indica dónde se



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



COMPARTIR: con este icono 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

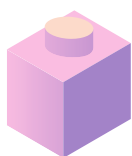


YOUTUBE

4

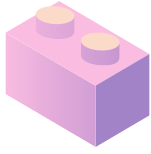
BLOQUES TEMÁTICOS

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

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



BLOQUE 2. Las TIC, un aliado en mi vida

- o Conocimiento y uso de plataformas **web de la Administración pública**

- o **Empleo e Internet:**

 - Objetivos profesionales

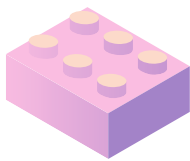
 - Gestión del tiempo

 - Mapeo de empresas

 - Perfil profesional online y offline

 - CV impactantes

- o **Formación online**



BLOQUE 3. Gestión emocional de las TIC

- o **Cohesión** de grupo

- o **Psicoeducación** y técnicas para el **manejo de la ansiedad**

- o Las áreas importantes en mi vida y

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://senvalos.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**

