

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO | UNIFESP
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM DESIGN EDUCACIONAL | TEDE

Camila Lima Costa

EDUCAÇÃO DIGITAL PARA IDOSOS:

E-book de orientação e dicas para uso de equipamentos tecnológicos

São Paulo

2021

Camila Lima Costa

EDUCAÇÃO DIGITAL PARA IDOSOS:

E-book de orientação e dicas para uso de equipamentos tecnológicos

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Superior de Tecnologia
em Design Educacional da Universidade
Federal de São Paulo – TEDE/UNIFESP
como requisito para obtenção do título de
Tecnóloga em Design Educacional

Orientadora: Prof. Dra. Edna de Mello
Silva. Co-orientadora: Prof. Dra. Gisele
Grinevicius Garbe.

São Paulo

2021

*Dedico este Trabalho de Conclusão
de Curso a todos os idosos,
especialmente, a minha mãe, Elizabete,
Para que através da educação digital não
percam a motivação de aprender.*

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradeço a Deus e a Nossa Senhora Aparecida por sempre me proteger e a todos que amo, sempre me guiando e passando a frente em todos os meus caminhos e decisões. Agradeço também minha mãe Elizabete, por sempre estar ao meu lado, me incentivando com muito carinho.

Minha avó, Idalia, por me apoiar, estar sempre ao meu lado rezando para que o sonho da faculdade se tornasse realidade.

Agradeço aos professores do TEDE, por todo empenho e dedicação, especialmente neste momento delicado de pandemia. A minha orientadora Edna de Mello da Silva, por aceitar meu projeto e ter conduzido de forma tão competente e carinhosa. A co-orientadora Gisele Grinevicius Garbe, por suas observações sempre tão relevantes e que contribuíram muito para o desenvolvimento do meu projeto.

Agradeço a todos os colegas da turma do TEDE de 2019, por sempre estarem apoiando uns aos outros, mesmo a distância sempre havia uma palavra de estímulo e incentivo. Agradeço em especial às colegas de turma Amanda Ferraz e Camila Ivo que muito me ensinaram e ajudaram durante toda a graduação.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	06
2 CONCEITOS FUNDAMENTAIS.....	07
Fundamentação Teórica.....	07
3 ESTUDO DO PÚBLICO ALVO.....	09
Personas.....	10
Mapa de Empatia.....	11
Questionário.....	12
Dados Coletados.....	12
4 PROPOSTA DO PROJETO E ABORDAGEM PEDAGÓGICA.....	15
Justificativa.....	15
Objetivos Gerais e Específicos.....	16
Abordagem Pedagógica.....	17
5 GESTÃO DO PROJETO.....	20
Canvas.....	20
Mapa de Riscos.....	20
Lições Aprendidas.....	23
6 PROJETO GRÁFICO.....	25
Cores.....	25
Tipografia.....	27
Possibilidades de aplicação.....	28
7 APOIO AO USUÁRIO	29
Treinamento para o sistema.....	29
Suporte Técnico.....	30
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	30
PROTÓTIPOS.....	34

1 INTRODUÇÃO

A vivência com as tecnologias aparenta ser algo comum e até natural as novas gerações, as crianças que nasceram nos últimos anos em meio a tantas inovações tecnológicas tendem a possuir uma facilidade em lidar com computadores, *tablets* e celulares. Aprendem a lidar com essas ferramentas de forma quase que instintiva. Entretanto os adultos mais velhos, que não vivenciaram esta realidade desde os bancos escolares, possuem dificuldades e até c resistência em lidar com as inovações tecnológicas.

Todos os estudos realizados durante o curso de Design Educacional da UNIFESP direcionam para a atuação deste profissional não somente no suporte aos docentes nas escolas de educação formal. Mas para um trabalho social, onde as demandas da sociedade são também um ponto de partida para o desenvolvimento e aplicação das competências desenvolvidas durante a graduação. Os impactos sociais que o desenvolvimento de projetos sociais promove são fundamentais para construção do “saber”, assim como a contribuição para uma sociedade com mais chances para todos.

A ação educacional proposta neste trabalho procura atender a demanda relativa a “Idosos e Educação Digital” com a criação de um e-book. A necessidade desta ação evidencia-se através de observações do público-alvo e também através de um levantamento de dados realizado em uma amostra desta população que buscou elucidar quais as maiores dificuldades e expectativas dos idosos em relação ao uso de celulares, smartphones e computadores.

2 CONCEITOS FUNDAMENTAIS

O aprendizado ocorre a partir da ótica da interação entre sujeito e objeto (CAROLEI, 2017), o aprender pode ocorrer em diversas etapas da vida, nos mais variados segmentos do conhecimento. Aos idosos o desafio torna-se mais evidente tanto pela ideia preestabelecida de que o aprender é uma ação que se dá na infância, quanto ao fato de este público necessitar de processos educacionais que sejam contextualizados a suas necessidades.

O objetivo principal é o desenvolvimento de ações educacionais ao público idoso, no segmento de educação digital, inserindo esse educando em uma nova realidade de relações e formas de lidar com as diferentes possibilidades de uso de ferramentas tecnológicas, para isso é fundamental o respeito às especificidades e precisam fazer algum sentido na construção do conhecimento destes indivíduos.

Fundamentação Teórica

Os processos educacionais são comumente relacionados à infância e a juventude, porém manter o aprendizado como uma forma de se conhecer e relacionar-se com os demais é de grande valia também ao público idoso. (ALENCAR, 2002) analisa que os idosos podem se preparar para encarar os desafios que esta etapa da vida impõe. E a participação em processos educacionais pode contribuir positivamente no bem-estar e autonomia desta população.

Embora ainda se constitua de um campo emergente, a educação se traduz em um dos mais importantes instrumentos sociais para permitir aos idosos a manutenção das competências mental e social, condição que certamente contribuirá para a construção da sua autonomia, valorização e desmitificação de preconceitos, tanto do idoso acerca de si mesmo quanto dos outros a seu respeito. (ALENCAR, 2002, p.77).

Art. 20º lei no 10.741, de 1o de outubro de 2003 (BRASIL, 2003) do Estatuto do Idoso, prevê que “O idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade.”. Tendo assegurado por lei federal a inclusão de idosos através da educação e cultura corroboram para evidencição da importância de ações educacionais desenvolvidas especificamente para tal público. Respeitando as especificidades pertinentes a esta faixa etária. Tais ações possuem relevância não somente na formação de conhecimentos da educação formal destes indivíduos, mas engloba o campo psicossocial e lhe permite reconhecer-se como cidadão ativo pertencente à sociedade.

A escuta ativa do público torna-se um pilar no desenvolvimento de uma ação educacional relevante para a vida dos idosos. NOGUEIRA (2004), afirma em seu artigo que é a avaliação das necessidades contribuem para o engajamento deste aluno, onde a decisão final sobre aquilo que será aprendido é do indivíduo a quem se destina o recurso.

Para BEZ, PASQUALOTTI e PASSERINO (2006) “O que o idoso busca não é conhecer computadores e dominar sua lógica, mas busca apropriar-se, fazer parte, incluir-se como parte ativa e motivada em fazer acontecer na sociedade.” A inclusão digital do sujeito idoso busca tornar este indivíduos pertencentes a uma sociedade cada vez mais conectada ao meios digitais, diminuindo a distância entre as diferentes gerações.

Segundo SILVA (2005) a inclusão digital não se limita somente ao acesso às informações que estão nos meios digitais, à apropriação de novos conhecimentos resultam também na melhoria da qualidade de vida destes indivíduos.

Na visão de LACERDA (2016), exclusão digital é uma nova face da exclusão social. Não se tratando somente da falta acesso a internet, aos computadores, mas também a falta de conhecimento para efetivamente utilizar estas ferramentas. Assim como Lacerda, Silveira afirma que:

O resultado disso é o analfabetismo digital, a pobreza e a lentidão comunicativa, o isolamento e o impedimento do exercício da inteligência coletiva. Estes três resultados podem ser comparados aos estragos que a fome gera nos primeiros anos de vida de uma criança. (SILVEIRA, 2005, p. 18).

Promover a inclusão de uma determinada pessoa é lhe dar o direito e os deveres dos demais integrantes daquela população, participando de seus costumes, afirma FARIAS (2015). Propiciar ao sujeito a quem se destina uma determinada ação educacional as várias vertentes do saber, considerando que este indivíduo já trás consigo suas próprias vivências e saberes, devendo o responsável pela ação a atitude de preconizar metodologias de ensino que considerem essa bagagem parte do aprendizado, tornando-o a mais efetiva e com maior sentido para o sujeito da ação.

KACHAR, (2010, p. 135) diz que “a geração adulta e mais velha, de origem anterior à disseminação do universo digital e da internet, não consegue acolher e extrair tranquilamente os benefícios dessas evoluções na mesma presteza de assimilação dos jovens.”, confirma a ideia de que as novas gerações possuem maior facilidade para o aprendizado já que nasceram em meio a utilização de tecnologias desde o início da infância. Sendo importante o desenvolvimento de metodologias contextualizadas para o aprendizado dos idosos que não possuem a mesma experiência na utilização destas ferramentas.

3 ESTUDO DO PÚBLICO ALVO

A definição da OMS (Organização Mundial da Saúde), diz que idosos são os indivíduos com 60 anos ou mais. Segundo a PNAD, pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) realizada em 2019, dos 210,1 milhões de brasileiros, 34 milhões são idosos.

Pensando na crescente deste público e também nas dificuldades enfrentadas por muitos diante a necessidade de utilização ferramentas tecnológicas, foi desenvolvido o e-book desta ação educacional, que visa atingir ao público com mais de 60 anos, de ambos os sexos e que sentem a necessidade de conhecer termos

relativos à usabilidade de aparelhos tecnológicos, aprender a utilizar ferramentas digitais para facilitar o dia a dia, gerar inclusão digital e também aumentar as possibilidades de contato com pessoas de seu convívio social.

Personas

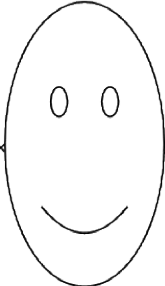


Pedro, 72 anos. Aposentado há dois anos. Casado, mora com a esposa e com uma neta de 19 anos. Kursou o antigo primeiro grau completo e trabalhou durante 30 anos como motorista de ônibus. Gosta de passear com o cachorro todas as manhãs e aproveita para comprar pães para o café da manhã com a esposa todos os dias. Utiliza telefone fixo para ligar para os filhos e também para marcar consultas. Tem vontade de realizar chamadas de vídeo para ver um dos seus irmãos que mora em outro estado, mas não sabe como realizar as chamadas pelo celular, aliás é um aparelho que ele diz ser muito complicado e que tem medo de quebrar se “apertar” algum botão errado. Sempre tem que esperar a neta chegar para realizar a chamada para ele, Ele detesta pedir favores, como sempre diz: “nunca precisei pedir nada para ninguém”. É Pedro é um senhor orgulhoso...



Bete, 60 anos, aposentada, realiza trabalho informal duas vezes por semana como auxiliar de limpeza. Concluiu o ensino médio aos 50 anos na modalidade EJA e sente muito orgulho da conquista. Mora com a filha e a mãe. Gosta de customizar roupas, cuidar de suas plantinhas e cozinhar. Envia somente textos, pois não aprendeu ainda a mandar áudio. Sempre fala que não entende direito de celular, mas se esforça para aprender. Sempre pede auxílio para a filha, mas quando esta na rua se sente insegura ao utilizar o aparelho. Não sabe para que serve o que é e nem para que serve um e-mail e também não consegue tirar fotos. Comenta que as letras miúdas do aparelho também atrapalham.

Mapa de Empatia

Nome: Pedro Idade: 72 anos	
	
Gosta de ouvir a neta contar o que aprende na faculdade; Confia nas notícias divulgada através do jornal Folha de SP; Acha importante ler os manuais de utilização dos eletrodomésticos, para entender todas as funções.	Assiste aos telejornais dos canais da tv aberta; Lê diariamente o jornal Folha de SP; Gosta de conversar com seus amigos sobre as notícias que assiste;
Quer ser manter saudável, corpo e mente; Não quer ser dependente da ajuda de outras pessoas; Pretende viajar muito com sua esposa e aproveitar a recente aposentadoria;	
Leva o cachorro para passear todos os dias e aproveita para comprar seu jornal; Diz que tem medo de ficar dependendo dos outros; Quer viajar com sua esposa e aproveitar a recente aposentadoria;	
Tem muito medo de ficar dependente de alguém; Não quer perder sua lucidez; Sente-se frustrado por não ter estudado mais;	Quer se manter saudável para viajar com a esposa; Quer aprender usar mais funções do celular sozinho, para se tornar mais independente; Manter-se ativo social, física e mentalmente;

Questionário

Foi aplicado um questionário em dez idosos, na faixa etária de 60 até 89 anos, de ambos os sexos, aposentados e trabalhadores formais e informais. Contemplando escolaridade máxima relatada como ensino médio completo.

Foram respondidas as questões através de conversas pessoalmente, por telefone e através do Google Forms onde foram elencadas as seguintes questões:

1. Você utiliza celulares, smartphones ou computadores?
2. Você utiliza estes aparelhos em seu dia a dia a quanto tempo?
3. Ao utilizar celulares, smartphones ou computadores necessita do auxílio de outras pessoas? Se sim, quem costuma lhe ajudar?
4. Quais as funcionalidades, aplicativos e programas você mais utiliza no celular? Por exemplo: ligações, calculadora, câmera fotográfica, acessa a internet, mensagens por Whatsapp, Facebook, Instagram, assiste vídeos no Youtube...?
5. Ao utilizar algum destes aparelhos percebe algum tipo de dificuldade? Se sim, qual?
6. Você compreende o que significa os termos comumente utilizados para descrever funcionalidades dos aparelhos tecnológicos? Por exemplo: criar uma conta de e-mail, *app*, *print* da tela, loja de aplicativos, baixar um vídeo, entre outros.
7. O que você quer ou gostaria de aprender a realizar no seu celular ou computador?

Dados Coletados

Foram coletadas as seguintes informações a partir das respostas dos público participante:

- Oito pessoas utilizam somente celulares;
- Dois respondentes utilizam celulares e notebooks;
- Todos relaram utilizar tais aparelhos há mais de dez anos.

- Seis respondentes informam que necessitam de auxílio na utilização dos celulares ou computadores. Relatam que majoritariamente o auxílio é de terceiros que residem junto ao idoso, foram citados filhos, irmã e netos.
- Três respondentes relataram residir sozinhos ou com companheiro na mesma faixa etária. Quando necessitam de ajuda para questões de uso dos aparelhos tecnológicos, solicitam auxílio aos netos e sobrinhos.
- Um idoso informou que não necessita de ajuda para utilizar o celular ou o notebook. Esclareceu que nas situações de dúvida diante de algum programa, consegue esclarecer de forma autônoma através de tutoriais no *Youtube*.
- Os recursos mais utilizados citados foram agenda do celular, câmera, galeria de fotos e ligações.
- Os aplicativos utilizados mais citados foram *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*, *Uber*, aplicativos bancários e *Ifood*.
- Seis respondentes que possuem algum aplicativo instalado no celular, necessitam do suporte de terceiros para utilização.
- Quatro participantes informaram que realizam pesquisa de produtos e receitas através do Google.
- Dois informaram utilizar também as redes sociais e entre eles um informa realizar venda de produtos artesanais através do *Instagram*.
- As dificuldades mais citadas diante a utilização dos celulares foram letras da tela muito pequenas.
- Quatro pessoas relataram dificuldades motoras quando utilizam celulares *touchscreen*.
- Sete respondentes sentem dificuldade em compreender os manuais de utilização dos aparelhos.
- Alguns sentem medo de clicar em algum lugar errado e perder tudo o que possuem no aparelho.

- Oito participantes responderam que não entendem os termos utilizados para atividades nos aparelhos, e que necessitam de auxílio para aplicações que são simples, mas que possuem “nome complicado”.
- Dois idosos relataram que já estão familiarizados com os termos e que aprenderam perguntando aos filhos.
- Um participante deseja aprender a gravar áudio e chamadas de vídeo pelo *Whatsapp*.
- Os desejos de utilização mais citados foram: entender o que significa o vocabulário utilizado nos equipamentos tecnológicos.
- Os aplicativos mais citados no questionamento “O que deseja aprender a fazer no celular ou computador?” foram os de entrega de comida, mercado e carros por aplicativos.
- O respondente com maior vivência relata estar interessado no momento em aprender a criar sites em plataformas gratuitas a fim de alavancar as vendas de seus produtos, mas ainda não se sente apto a desenvolver um site sozinho.

4 PROPOSTA DO PROJETO E ABORDAGEM PEDAGÓGICA

Partindo de relatos do público-alvo e também da análise de uma amostra desta população através do questionário aplicado, foi elucidada a necessidade de uma ação educacional que forneça insumos desenvolvidos especificamente para o público idoso de forma que incentive a utilização de forma independente de equipamentos tecnológicos, corroborando assim com a inclusão digital.

Justificativa

Foram relatados por indivíduos da faixa etária 60+ dificuldades em atividades que envolvam o uso de tecnologias, como por exemplo, para configurar celulares, utilizar aplicativos de conversas, criar contas de e-mail e utilizar suas funcionalidades, realizar agendamento de exames, enviar fotos de pedidos médicos para autorizações, movimentações bancárias, acessar sites em geral, entre outros. Foram relatados dificuldade de compreensão quanto aos termos utilizados pelos programas e aplicativos, como por exemplo, entender qual a finalidade de um 'e-mail. Tais termos que para nós os nativos digitais, são muito simples e até naturais, mas para a população que enfrenta uma transição da forma de se conectar com mundo é uma situação complexa.

O Cetic. br é um departamento do Núcleo de Informação do Ponto BR (NIC.br), ligado ao Comitê Gestor da Internet do Brasil (CGI.br), realizou uma pesquisa em 2019, onde constatou-se que a cada dez brasileiros com mais de sessenta anos apenas quatro possuem conexão com a internet no Brasil. Tal fato comprova a necessidade de ações que busquem auxiliar esta população no que tange inclusão digital e também quando esses indivíduos possuírem acesso a internet ações que busquem a educação digital para melhor utilização dos recursos disponíveis.

Objetivando minimizar as barreiras que a falta de conhecimentos na utilização de equipamentos tecnológicos podem trazer para a vida das pessoas, a ação educacional proposta é um E-book que possa servir de apoio aos idosos no momento em que estes necessitem utilizar tecnologias. O suporte nesta jornada pode trazer maior interação social e independência para este grupo.

Objetivos Gerais e Específicos

O produto criado nesta proposta educacional foi desenvolvido objetivando fornecer suporte aos idosos que possuem a necessidade conhecer e utilizar as ferramentas tecnológicas mais comuns, como celulares, smartphones e computadores, porém que não detém o conhecimento e nem vivência prévia na aplicação destes aparelhos.

1. *Objetivos Gerais*

A necessidade de uma ação educacional relativa à educação digital para idosos evidenciou-se através de observações realizadas do público-alvo e também através dos resultados coletados em questionário respondido por um grupo de idosos que buscou elucidar quais as maiores dificuldades e expectativas dos idosos em relação ao uso de celulares, smartphones e computadores.

O objetivo principal da proposta educacional é atender a demanda relativa a “Idosos e Educação Digital”, com o desenvolvimento de uma cartilha ilustrada no formato de e-book, que sirva de apoio aos idosos no que tange o entendimento e esclarecimento relativos aos principais termos digitais, além de aprenderem sobre a utilização das ferramentas tecnológicas mais comuns, como e-mails, aplicativos de conversas, tirar fotos, utilizar agenda, redes sociais, pesquisas na internet. Facilitando atividades comuns do dia a dia, gerando inclusão digital e engajando novas descobertas nesta faixa etária.

Utilizando para isso metodologias ativas de ensino, onde os usuários da cartilha buscam a construção do conhecimento, conforme sua necessidade, respeitando as especificidades e necessidades que este público necessita.

2. *Objetivos Específicos*

- a. Conhecer os termos mais comumente utilizados na utilização de celulares, smartphones e computadores;
- b. Estabelecer uma conexão entre os conhecimentos prévios que os alunos possuem e aquilo que será aprendido;
- c. Entender quais são as funcionalidades de aplicativos de conversa, e-mail, redes sociais, entre outras ferramentas são mais comuns.
- d. Capacitar os usuários para uma utilização de ferramentas tecnológicas de forma mais autônoma e independente;
- e. Despertar o interesse a respeito de educação digital e de que forma o uso de tecnologias pode facilitar o dia a dia desses usuários;
- f. Demonstrar os golpes mais comumente aplicados através da utilização da internet e como prevenir um comportamento que facilite essas ações;
- g. Engajar os idosos para um autodesenvolvimento e incentivo a educação continuada;

Abordagem Pedagógica

A educação de adultos começou a ser discutida após a I Guerra Mundial (1914-1918), devido ao aumento da necessidade de ensinar os adultos no pós-

guerra, entretanto no modelo pedagógico utilizado até então não era adequado ao ensino do público adulto. A partir da necessidade da criação de modelos educacionais que suprissem melhor as necessidades da época, educadores europeus e americanos desenvolveram métodos diferentes dos utilizados para o público infantil.

Pedagogia e Andragogia são modelos diferentes dentro do conceito de se ensinar algo para alguém. Enquanto a pedagogia pode ser definida como o modelo que objetiva a educação de crianças a andragogia pode ser definida como a arte e ciência que facilita a aprendizagem de adultos.

Malcolm Knowles, educador americano, defendia que os adultos aprendem de forma diferente das crianças e cabe aos educadores aplicar os conceitos de andragogia necessários para uma aprendizagem relevante ao público a quem se ensina algo. O ensino de adultos precisa levar em consideração os conhecimentos e experiências que este indivíduo possui. Em suas obras Knowles (1980, 1990a, 1990b) desenvolveu algumas premissas:

a andragogia se baseia em cinco premissas de base acerca das características dos aprendentes adultos, que os diferenciam das crianças, a saber, os adultos:

a) necessitam de saber o motivo pelo qual devem realizar certas aprendizagens;

b) aprendem melhor experimentalmente;

c) concebem a aprendizagem como resolução de problemas;

d) aprendem melhor quando o tópico possui valor imediato e os motivadores mais potentes para a aprendizagem são internos.

(KNOWLES 1980, 1990a, 1990b apud MAIROS NOGUEIRA, 2007, p. 5).

A andragogia caracteriza-se pelo princípio de que o sujeito que aprende é quem constrói seu aprendizado baseado naquilo que terá relevância em sua jornada. Além das aptidões pessoais, o ensino de adultos deve considerar questões motivacionais, cognitivas e experiências pessoais.

O modelo andragógico prevê que o aluno aprende fazendo, sendo também parte responsável pelo aprender. Os motivos que levam um adulto aprender são diferentes dos motivos das crianças. O gatilho motivacional em adultos relacionado ao desenvolver suas habilidades e não somente há um “passar de ano”. Confirmando a ideia o autor nos diz: “Nos adultos, a aprendizagem é orientada para a resolução de problemas e tarefas com que se confrontam na sua vida cotidiana, o que desaconselha uma lógica centrada nos conteúdos.” (DE CARVALHO, 2010). São questões que buscam o autodesenvolvimento criando um lugar de pertencimento e autonomia.

Tendo como um dos pilares da construção deste projeto, a andragogia, nos trás a luz que o conhecimento pode acontecer independente da faixa etária. O ato de “aprender” algo na terceira idade é uma decisão do sujeito a quem se destina a ação. Esta relacionado com um movimento interno de se modificar uma realidade, sendo papel do educador/ou de quem desenvolve esta ação educacional o papel de ensinar a aprender e não ensinar o conteúdo final.

O construtivismo de Piaget defende que a partir de um problema, de uma demanda o conhecimento pode ser alcançado. Na resolução de um problema, na troca entre o objeto de estudo e o indivíduo.

Um avanço em relação à aprendizagem por investigação pelo construtivismo é que o foco não está nas ações executivas realizadas, mas na descoberta, na experimentação como possibilidade de errar e melhorar seus modelos mentais de explicação da realidade, até mesmo a partir dos erros. (CAROLEI;GAMEZ;2017,p11).

Tal modelo se aplica também na ação deste projeto, que por muitas vezes se dará a partir de uma busca de resolução de uma funcionalidade tecnológica que não se entende como utilizar. No errar, tentar novamente, buscar explicações e recomeçar construindo assim “um saber significativo” onde o ator principal é o aluno.

5 GESTÃO DO PROJETO

Canvas – Projeto: e-Book de Tecnologias para Idosos

TEMA

Buscando minimizar as barreiras que a falta de conhecimentos na utilização de ferramentas tecnológicas podem trazer para a vida das pessoas, o objeto deste projeto é criar e-Book com o passo a passo de utilização das principais ferramentas tecnológicas e aplicativos.

PÚBLICO-ALVO

A ação educacional contempla a idosos maiores de 60 anos, de ambos os sexos. Porém trata-se um projeto que pode alcançar outras faixas etárias, que busquem conhecimento na temática

JUSTIFICATIVA

O uso de ferramentas tecnológicas básicas se tornou uma importante forma de conexão e importante método na resolução de questões do dia a dia, como movimentações bancárias, compras, telemedicina, entre outros..
Diante a dificuldade enfrentada por muitos que não possuem conhecimentos para utilização de smartphones e computadores de forma independente, os tutoriais/manuais podem ser uma ferramenta que dá suporte aos idosos, trazendo autonomia e educação digital.

METAS

Tornar o público alvo apto a utilizar/realizar atividades que necessitem das ferramentas tecnológicas de forma independente é o objetivo central deste projeto.

REFERÊNCIAS

Aplicativos:

iDosos

Idoso Ativo

Big Launcher

Senior Safety Phone

Youtube:

Canais: Sessenta e todos
Handframe tutoriais

Twitter: @Aledrabe

PROTÓTIPO

E-Book

- Ilustrado;
- Passo a passo detalhado;
- Canal para auxílio ao usuário;
- Opção que contemple diversas marcas de smartphone;
- Vocabulário e fontes de fácil entendimento;

PRAZOS

- **Abril/2021** – Pré – projeto;
- **Maior/2021** – Definição do formato do projeto;
- **Junho/2021** – Entrega do projeto finalizado;

Mapa de Riscos

- ♦ *Risco:* Baixa adesão

Consequência: Baixa adesão do público alvo.

Tratamento: Mitigar e Aceitar-Buscar fontes de pesquisa para o desenvolvimento do e-book, objetivando suprir as necessidades do público-alvo.

Contingência: Realizar pesquisas de satisfação, procurando entender e adequar conteúdos buscando as demandas do mercado.

*Impacto:*4

*Probabilidade:*2

*NRI:*8

♦ *Risco:* Retrabalho em etapas do projeto

Consequência: Atraso no prazo de entrega, devido à necessidade de readequação nas etapas do projeto.

Tratamento: Mitigar - Reduzir ao máximo o risco de alterações no escopo do projeto.

Contingência: Realizar periodicamente revisões no conteúdo do e-book, buscando mantê-lo atualizado, adequando-o diante as alterações nas ferramentas digitais.

*Impacto:*3

*Probabilidade:*3

*NRI:*9

♦ *Risco:* Mudança de foco do projeto

Consequência: Elaboração equivocada das temáticas do e-book.

Tratamento: EVITAR - Realizar periódicas análises do e-book. Buscar eliminar desvio da intencionalidade principal do projeto

Contingência: Manter a desenvolvedora do projeto alinhada as necessidades do público-alvo, através de escuta ativa destes indivíduos.

*Impacto:*4

*Probabilidade:*2 -*NRI:*8

♦ *Risco:* Pouca capacidade de armazenagem

Consequência: Perda do arquivo do e-book ou de suas versões

Tratamento: Evitar - definir rotina de backup.

Contingência: O e-book e suas versões deverão ser salvos em HD externo e modalidade nuvem, afim de evitar perda de suas atualizações.

*Impacto:*4

Probabilidade: 3

*NRI:*12

♦ *Risco:* E-book parou de funcionar

Consequência: Usuários não consegue acessar o pdf do e-book.

Tratamento: Mitigar E Aceitar - Disponibilizar link de acesso alternativo. Corrigir falha sistêmica.

Contingência: Divulgar através das (páginas oficiais do projeto) link para acesso alternativo ao e-book através do Google Drive.

Impacto: 3

Probabilidade: 3

*NRI:*9

Escala de Probabilidade

PROPABILIDADE	DESCRIÇÃO	PESO
Muito baixa	Improvável. Em situações excepcionais o evento poderá acontecer.	1
Baixa	Rara. De forma inesperada ou casual o evento poderá ocorrer	2
Média	Possível. De alguma forma o evento poderá ocorrer.	3
Alta	Provável. De forma até esperada o evento poderá ocorrer.	4
Muito Alta	Praticamente certa. O evento ocorrerá	5

Tabela: Adaptado de Brasil. Tribunal de Contas da União. Referencial básico de gestão de riscos/Tribunal de Contas da União.Brasília;TCU.Secretaria Geral do Controle Externo (Segecex);2018.

Escala de Impacto

IMPACTO	DESCRIÇÃO	PESO
Muito baixo	Minimo impacto nos objetivos.	1
Baixo	Pequeno impacto nos objetivos.	2
Médio	Moderado impacto nos objetivos, porém recuperável.	3
Alto	Significativo impacto nos objetivos, de difícil reversão	4
Muito Alto	Catastrófico impacto nos objetivos, de forma irreversível.	5

Tabela: Adaptado de Brasil. Tribunal de Contas da União. Referencial básico de gestão de riscos/Tribunal de Contas da União.Brasília;TCU.Secretaria Geral do Controle Externo (Segecex);2018.

Lições Aprendidas

O desenvolvimento deste projeto mostrou algumas situações de aprendizado que serão úteis para o desenvolvimento de projetos futuros e também para minha evolução pessoal. Cada projeto desenvolvido possui especificidades que demandam uma procura pelo novo e através deste processo de curadoria, desenvolvemos uma visão holística acerca das demandas a serem trabalhadas.

Algumas experiências vivenciadas durante o desenvolvimento deste projeto são descritas para aperfeiçoamento de futuros projetos:

Situação 1 - Negativa

Evento: Material gráfico desenvolvido sem o nível de detalhamento necessário;

Causa: A desenvolvedora possui conhecimentos no conteúdo do que esta sendo apresentado no e-book, portanto acreditou não ser necessário tantos detalhes.

Impacto: Na primeira versão o e-book não teve seu objetivo alcançado que é o de detalhar o conteúdo para pessoas leigas. Houve retrabalho para aprimoramento.

Futuro: “... Enxergar aquilo que não te afeta é uma atitude importante no desenvolvimento de projetos...”.

Situação 2 - Positiva

Evento: Aplicação de questionário no público alvo da ação educacional;

Causa: Elucidação das reais necessidades do público dentro da temática do e-book.

Impacto: Conteúdo de e-book alinhado as necessidades do público-alvo da ação;

Futuro: “O DE precisa ter a habilidade de compreender as necessidades do público através de uma escuta ativa...”.

Situação 3 - Negativa

Evento: A primeira versão desenvolvida do e-book estava poluída visualmente.

Causa: Não houve um estudo preliminar quanto as necessidades de acessibilidade.

Impacto: O e-book precisou ser todo formatado, implicando em retrabalho.

Futuro: “A parte gráfica de um projeto demanda estudo e tempo para seu desenvolvimento, fazer no meio do caminho gera impactos em todo o projeto. Estude antes de definir.”.

Situação 4 – Positiva

Evento: A localização de referencial teórico e inspirações de forma prática e organizada.

Causa: Tanto para o relatório quanto a inspiração para o e-book foi necessário à busca por inspirações e fontes seguras de referencial teórico.

Impacto: Grande parte do referencial teórico e inspirações foram localizadas de forma prática.

Futuro: “Manter um arquivo de referências organizado facilita a busca e o andamento de pesquisas”

6 PROJETO GRÁFICO

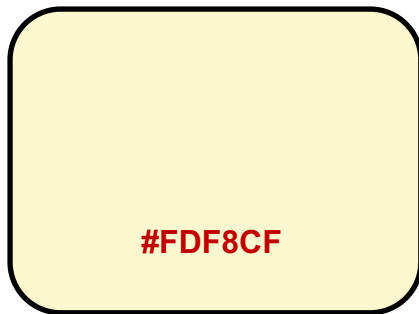
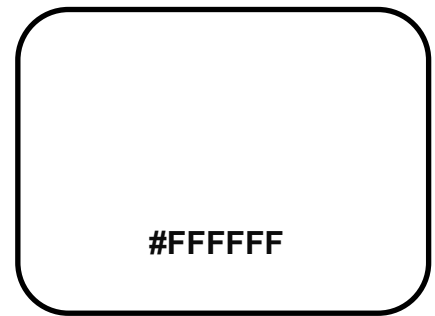
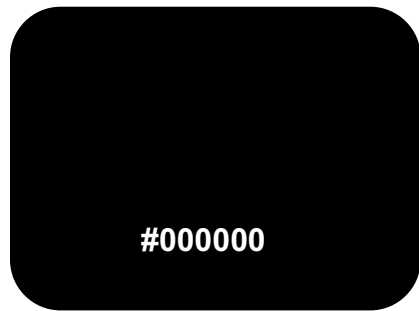
Considerações sobre o processo de criação do e-book

O e-book para o público idoso demanda de especificidades gráficas para a possível utilização do produto final pelo público alvo. O envelhecimento trás naturalmente, além das experiências, um declínio cognitivo e diminuição da acuidade visual na grande maioria dos indivíduos nesta faixa etária. Ao desenvolver um produto educacional voltado para este público, com a sua aplicação em equipamentos computacionais, tornou-se um dos pilares deste projeto as diretrizes de acessibilidade web.

Produtos educacionais desenvolvidos para uso em equipamentos educacionais geralmente são projetados para pessoas sem necessidade de adaptações. Tornando para os idosos ainda mais difíceis a inserção “neste novo lugar”. SALES (2002) confirma está ideia quando diz “Isto pode ser realizado por meio da disponibilização adequada de conteúdos eletrônicos e pelo oferecimento de dispositivos que favoreçam a interação destes usuários com o computador, independente de suas habilidades e competências”. Confirmando o fato de que para que ocorra uma inclusão digital efetiva é necessário o desenvolvimento de produtos e projetos educacionais que atendam as especificações que o público idoso demanda.

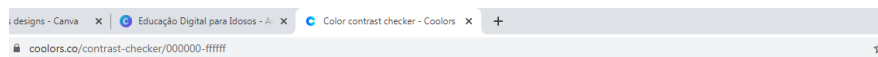
Cores

O projeto levou em consideração a necessidade da utilização de cores contrastantes, buscando facilitar a leitura através das telas. O público alvo geralmente possui algum declínio da acuidade visual e a utilização de cores com contraste alto propicia uma leitura mais confortável e efetiva. Foram desenvolvidas duas versões do e-book, uma colorida e outra com predominância das cores preta e branca, onde somente nos logotipos e “*prints*” das telas da parte do passo a passo são coloridas (visando a economia no momento de impressão).



Testes de Contrastes

Teste 1



Color Contrast Checker

Calculate the contrast ratio of text and background colors.

TEXT COLOR

000000

BACKGROUND COLOR

FFFFFFFF

CONTRAST

21

Super
★★★★★

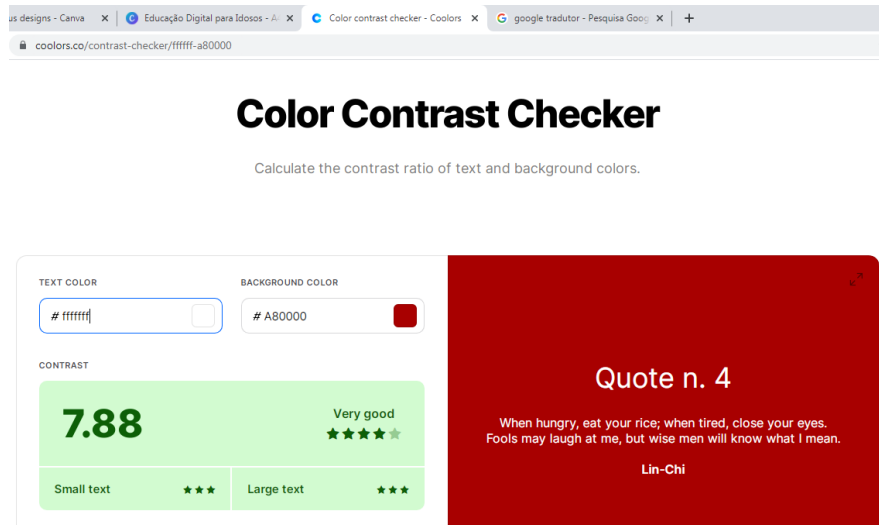
Small text ★★★ Large text ★★★

Quote n. 4

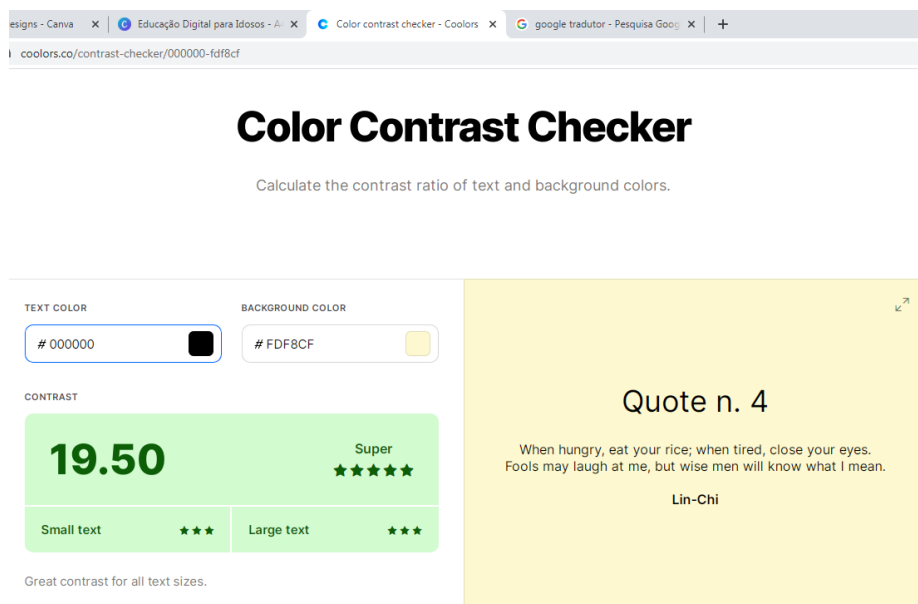
When hungry, eat your rice; when tired, close your eyes.
Fools may laugh at me, but wise men will know what I mean.

Lin-Chi

Teste 2



h. Teste 3



TIPOGRAFIA

SALES(2002) desenvolveu em sua pesquisa um ckecklist onde foram apontados critérios ergonômicos que foram pautadas as escolhas tipográficas deste projeto:

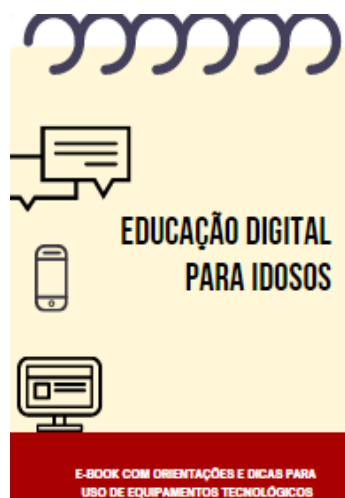
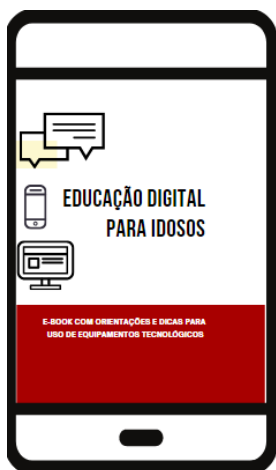
Critério Ergonômico: Legibilidade

Demanda: os usuários do protótipo tendem a ter perca da acuidade visual e com isso a perca de observação de detalhes finos das letras.

Solução 1 : Foram escolhidas fontes sem serifa, com espaçamento entre as letras aumentado para facilitar a leitura. Fontes utilizadas: bebas neue - open sauce – open sans

Solução 2: Utilização de fontes grandes com no mínimo de 18 pontos. Imagens utilizadas de telas de computador e celulares que apresentaram excesso de brilho ou desfoque foram ajustadas para melhor a capacidade de legibilidade.

Possibilidades de Aplicação



7 APOIO AO USUÁRIO

O e-book apresentado neste projeto foi pensando para um público iniciante no uso de equipamentos tecnológicos, portanto sua aplicação e divulgação tem a necessidade de possuir “parceiros” nesta etapa. Durante o levantamento das necessidades ocorreram diversos relatos de que o público entrevistado conta com o auxílio de quem já possui habilidades no uso da internet e de ferramentas tecnológicas. Esta necessidade de se ter um suporte nos passos iniciais para obtenção do e-book incentivam a aprendizagem por pares e também o convívio social.

Inicialmente a obtenção e divulgação do e-book será através das redes sociais (página oficial do projeto) e o envio do arquivo no formato “pdf”. Este primeiro contato foi pensando na rede de apoio, onde um amigo, parente ou alguém próximo deste idoso, auxilie ou faça uma reflexão de que o acesso aos equipamentos tecnológicos podem ser úteis ao indivíduo idoso. Os autores (RIBEIRO L. B. & Bel, 2017) confirmam no trecho “A tecnologia promove uma conexão que engaja e transforma a comunicação numa espécie de “boom” da informação participativa e colaborativa, tendo as redes sociais e os aplicativos com grande protagonismo nesse fenômeno” a ideia de que o engajamento que acontece nas redes sociais podem sim causar uma aprendizagem mais colaborativa e participativa.

Treinamento para o sistema

O produto da proposta educacional foi desenvolvido objetivando fornecer suporte aos idosos que possuem a necessidade conhecer e utilizar as ferramentas tecnológicas mais comuns, como celulares, smartphones e computadores, porém que não detém o conhecimento e nem vivência prévia na aplicação destes aparelhos. Portanto o público alvo do e-book não possui conhecimento prévio para acesso a treinamentos on-line. Pensando nisso a autoria da aprendizagem se dará aos pares, onde o idoso recebe o auxílio de parentes, familiares, amigos para “dar os primeiros passos” rumo à educação digital. Nas redes sociais serão

disponibilizados vídeos tutoriais voltados para as pessoas que irão auxiliar esses idosos na utilização do e-book.

Suporte técnico

O suporte técnico se dará através de um *F.A.Q.* que estará disponível nas páginas oficiais do projeto, nas redes sociais. Onde constaram as dúvidas mais frequentes em relação a instalação e utilização do e-book.

Ainda nas redes sociais poderão ser enviadas mensagens instantâneas a administradora da página que irá oferecer o suporte necessário. O projeto possui um endereço de e-mail que será divulgado ao público, e que também será uma forma de contato para a necessidade suporte técnico.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A criação de projeto foi inicialmente pautada em minhas experiências pessoais ao conviver com idosos em meu local de trabalho e também com familiares. Observei situações em que o uso de equipamentos tecnológicos poderia contribuir para melhoria da qualidade de vida e também no suporte psicológico de muitos idosos, no que tange sentir-se independente e incluso em uma nova realidade.

Dispor aparelhos e ferramentas há um público que não utiliza os meios digitais desde a infância e “exigir” que possuam a mesma desenvoltura dos nativos digitais é fada-los a exclusão digital e social.

Como DE vi na demanda de uma problemática social a chance de aplicar os conhecimentos adquiridos durante a graduação para desenvolver um e-book que tem uma vertente social. No conceito da filosofia africana Ubuntu diz “que eu só sou porque você é”, nos traz a reflexão de que o senso de comunidade é fundamental para todos, principalmente aos profissionais da área da educação.

A intenção deste projeto foi criar um produto educacional que desperte no público alvo a motivação por aprender e manter-se em constante movimento. Desenvolvendo nesses indivíduos não somente um aprender de funcionalidade, mas o interesse por uma aprendizagem aos pares, onde mesmo dependendo inicialmente do auxílio de alguém, enxergar em si a capacidade superar as barreiras que a exclusão pode construir.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BATISTA, Claudia Regina, FADEL, Luciane Fadel e ULBRICHT, Vania Ribas. Design para acessibilidade e inclusão [livro eletrônico]. São Paulo : Blucher, 2017.

BECK, C. (2015). **Malcolm Knowles: o pai da andragogia**. Andragogia Brasil. Disponível em: <https://andragogiabrasil.com.br/malcolm-knowles/>

BEHAR, Patricia Alejandra. **Modelos pedagógicos em educação a distância**. Artmed Editora, 2009.

BEZ, Maria Rosangela; PASQUALOTTI, Paulo Roberto; PASSERINO, Liliana Maria. **Inclusão digital da terceira idade no centro Universitário Feevale**. In: Brazilian Symposium on Computers in Education (Simpósio Brasileiro de Informática na Educação-SBIE). 2006. p. 61-70.

BRASIL, **Estatuto do Idoso**, Brasília, 2003.

CAROLEI, Paula; GAMEZ, Luciano. **Ensino e aprendizagem em contextos abertos e em rede**. Material didático do curso Superior de Tecnologia em Design Educacional. UAB. 2017

D'ALENCAR, Raimunda Silva. **Ensinar a viver, ensinar a envelhecer: desafios para a educação de idosos. Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 4, 2002.

FARIAS, Josivania Silva et al. **Inclusão digital na terceira idade: um estudo sobre a propensão de idosos à adoção de tecnologias da informação e comunicação (TICs)**. 2015.

CGI.br/NIC.br, Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br), **Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros - TIC Domicílios 2019**. ¹Inclui os usuários de Internet, os usuários de Internet no telefone celular e os usuários de aplicações que necessitam de conexão à Internet.

Infoescola – **O Envelhecimento da População Brasileira** –
<https://www.infoescola.com/geografia/envelhecimento-da-populacao-brasileira/>

KACHAR, Vitória. **Envelhecimento e perspectivas de inclusão digital**. Revista Kairós: Gerontologia, v. 13, n. 2, 2010.

LACERDA, Juciano de Sousa. **Ambiências comunicacionais e vivências midiáticas digitais de internautas em telecentros de acesso público** [Livro eletrônico]. Juciano de Sousa Lacerda. - Campina Grande: EDUEPB, 2016. (Coleção Perspectivas Transmetodológicas da Comunicação). 0000kb. - 418 p.: il.

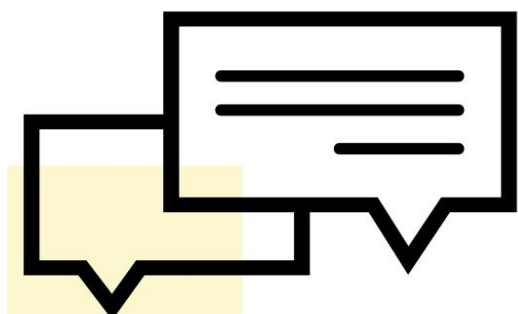
MAIROS NOGUEIRA, S. **A andragogia: que contributos para a prática educativa?** 2007

NOGUEIRA, Sónia Mairos. **A andragogia: que contributos para a prática educativa? Andragogy: contributions to educational practice?**. Revista Linhas, v. 5, n. 2, 2004.

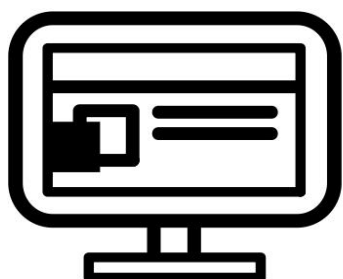
SALES, Márcia Barros de et al. **Desenvolvimento de um checklist para a avaliação de acessibilidade da Web para usuários idosos**. 2002.

SILVA, Helena et al. **Inclusão digital e educação para a competência informacional: uma questão de ética e cidadania**. Ciência da Informação, v. 34, n. 1, p. 28-36, 2005.

SILVEIRA, Sérgio Amadeu da. **Exclusão digital: a miséria na era da informação**. São Paulo: Perseu Abramo, 2005.



EDUCAÇÃO DIGITAL PARA IDOSOS



**E-BOOK COM ORIENTAÇÕES E DICAS PARA
USO DE EQUIPAMENTOS TECNOLÓGICOS**

Desenvolvido por Camila Lima Costa - Versão 06/21

NESTE E-BOOK

Você encontrará dicas e explicações que irão auxiliá-lo na hora de utilizar **celulares, notebooks e computadores!**

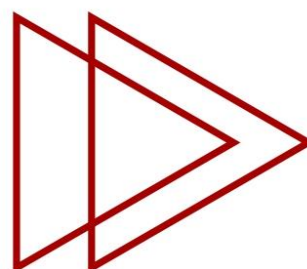


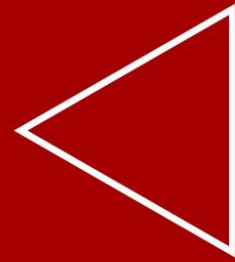
ÍNDICE

04 DICIONÁRIO DE
TECNOLOGIA

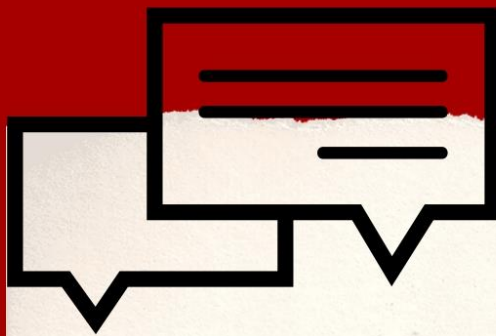
14 DICAS DE
SEGURANÇA

17 PASSO A PASSO





DICIONÁRIO

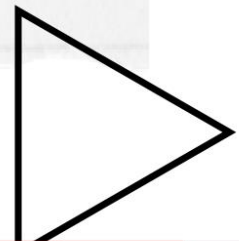


SIGNIFICADOS de termos
utilizados em equipamentos
TECNOLÓGICOS.

A

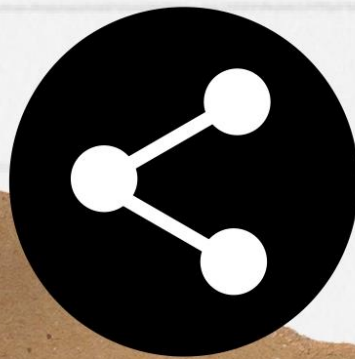
APLICATIVO ou APP: É um programa do celular que faz alguma ação.

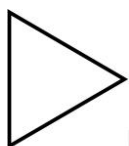
Como por exemplo, pedir comida (Ifood, Uber Eats), pedir carro (Uber, 99), utilizar serviços bancários (Banco do Brasil, Bradesco, Caixa...)



C

COMPARTILHAR: É a atividade de tornar fotos, textos e/ou vídeos disponíveis para que outras pessoas vejam. Este compartilhamento pode ser feito através do Whatsapp, e-mail, redes sociais (Facebook, Instagram).

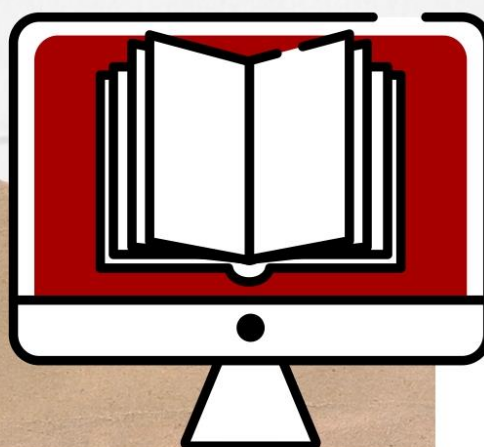




E

E-BOOK: É um livro digital, um arquivo de texto semelhante a um livro físico, que pode ser lido através de equipamentos tecnológicos, como celular, notebooks ou computadores.

Este manual, por exemplo, é um e-book.





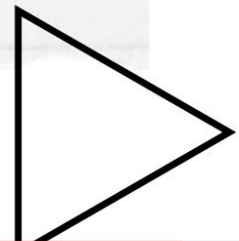
E

E-MAIL: É uma ferramenta que permite enviar e receber mensagens e arquivos.

Semelhante as cartas.

Existem opções de e-mail gratuitos: Gmail, Outlook, Yahoo!, Icloud, entre outros.

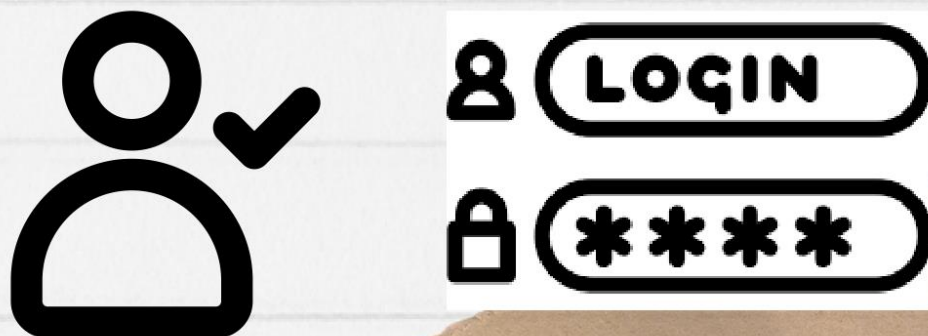
Ou e-mail pago: Uol, Terra, Globomail, entre outros.



L

LOGIN: É uma forma de identificação do usuário para utilizar alguns sites ou programas.

Os formatos de login podem variar, dependendo do site. Pode ser nome, e-mail...



L

LOJA de APLICATIVOS:

é o local onde é possível escolher qual aplicativo você quer instalar no seu celular.

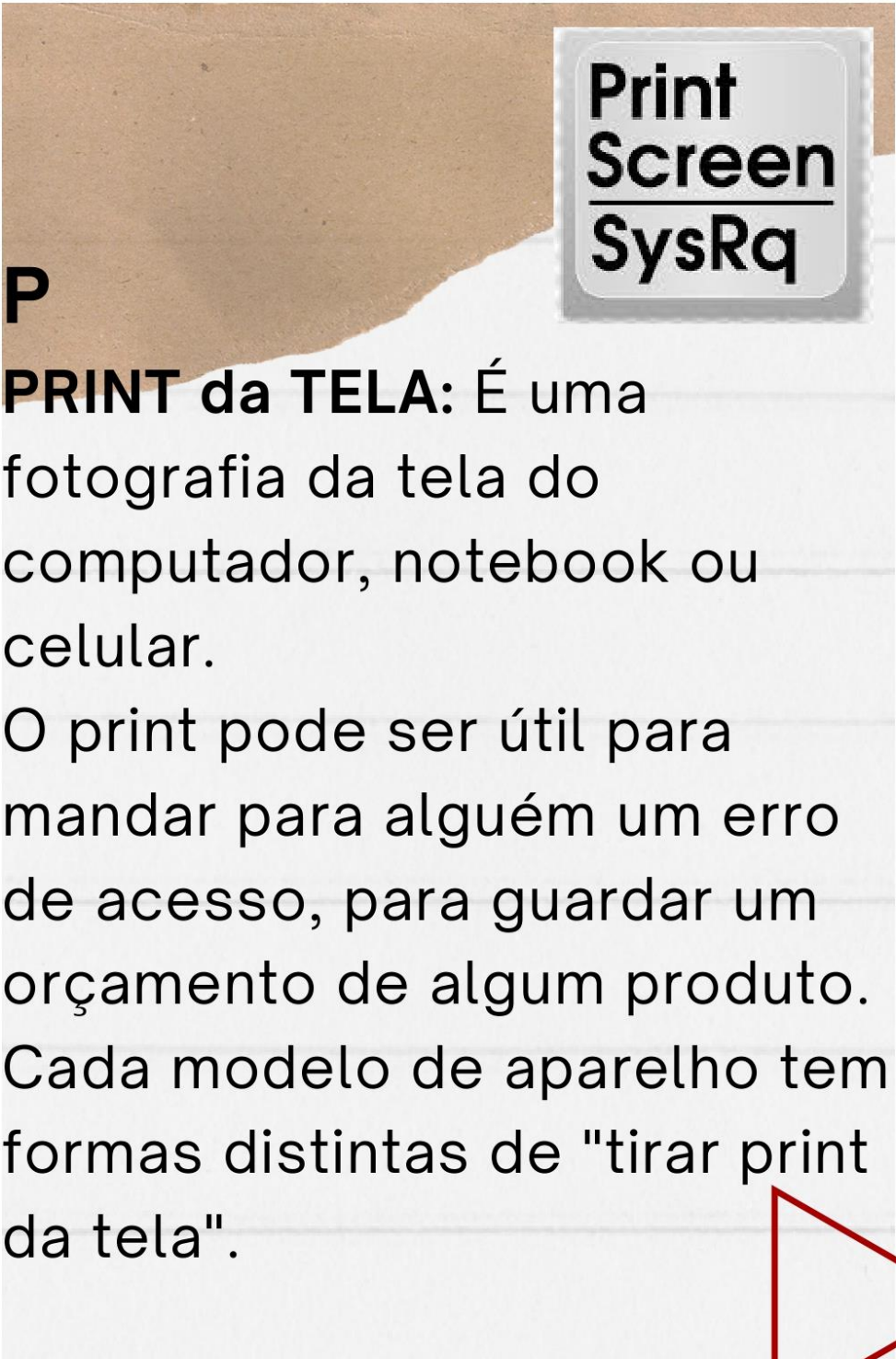
A loja pode ser acessada através de um ícone que já vem instalado no celular.



App Store - Para celulares com sistema operacional IOS. Exemplo: Iphone.



Play Store - Para celulares com sistema operacional Android. Exemplo: Samsung, Motorola, LG, Obabox.

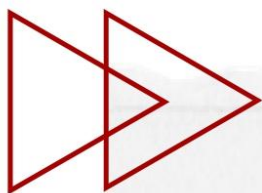


Print
Screen
SysRq

P

PRINT da TELA: É uma fotografia da tela do computador, notebook ou celular.

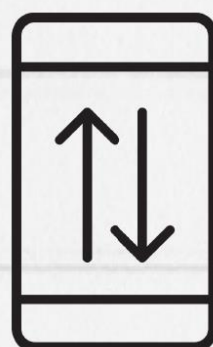
O print pode ser útil para mandar para alguém um erro de acesso, para guardar um orçamento de algum produto. Cada modelo de aparelho tem formas distintas de "tirar print da tela".



R

REDES MÓVEIS: É uma forma de conexão com a internet através dos celular.

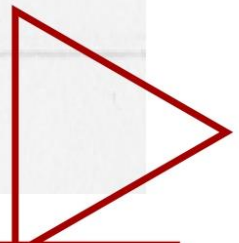
É a internet que compramos pacotes das operadoras de celular. Ela é necessária quando estamos em locais sem rede de Wi-fi aberta.

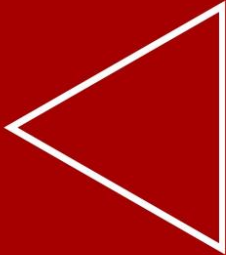




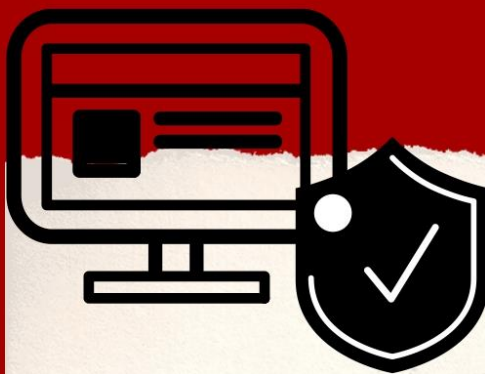
W

Wi-Fi: É uma forma de conexão com a internet, sem a necessidade de fios. Ela pode ser aberta a todos ou necessitar de login e senha para se conectar a rede (utilizar a internet).



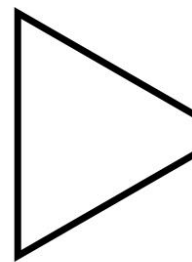


DICAS DE SEGURANÇA



Orientações para que a
utilização da **INTERNET** se torne
mais **SEGURA**.

NAVEGAÇÃO SEGURA

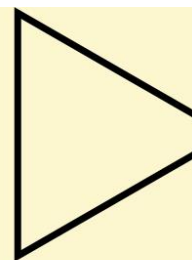


CRIE senhas diferentes para cada cadastro;
Não use a mesma senha para todos os seus acessos.

EVITE utilizar senhas com datas de aniversários, sequencias lógicas como 1234 , ABCD, NOME1234;

FAÇA senhas utilizando uma combinação de letras, números e símbolos especiais (&, @, *, !, \ ...);

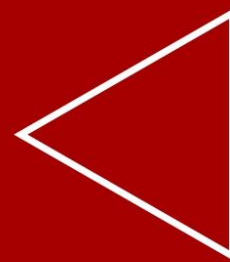
NAVEGAÇÃO SEGURA



ANOTE suas senhas e logins de acesso em um local seguro;

FIQUE atento ao acessar algum e-mail ou anexos desconhecidos. Na dúvida não abra.

NUNCA forneça senhas ou dados pessoais. Bancos não fazem solicitações por e-mail.



PASSO A PASSO

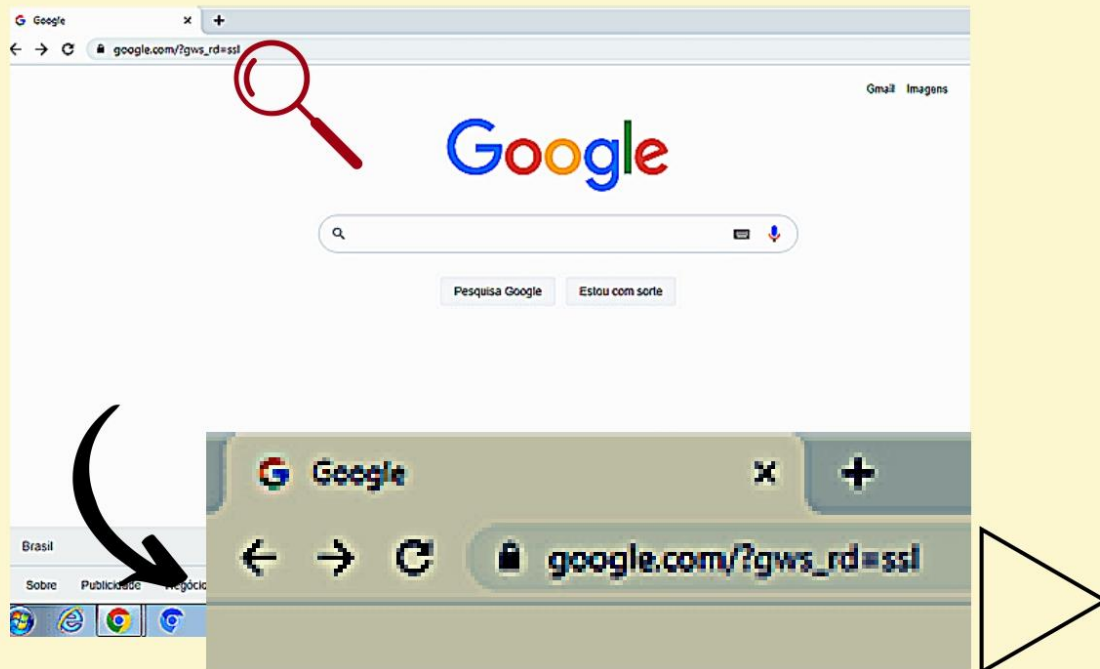


MANUAL ILUSTRADO para
criação de conta de e-mail
(**GMAIL**), e utilização dos
aplicativos **iFOOD** e **UBER**.

CRIANDO UM -EMAIL

PASSO 1 -GMAIL

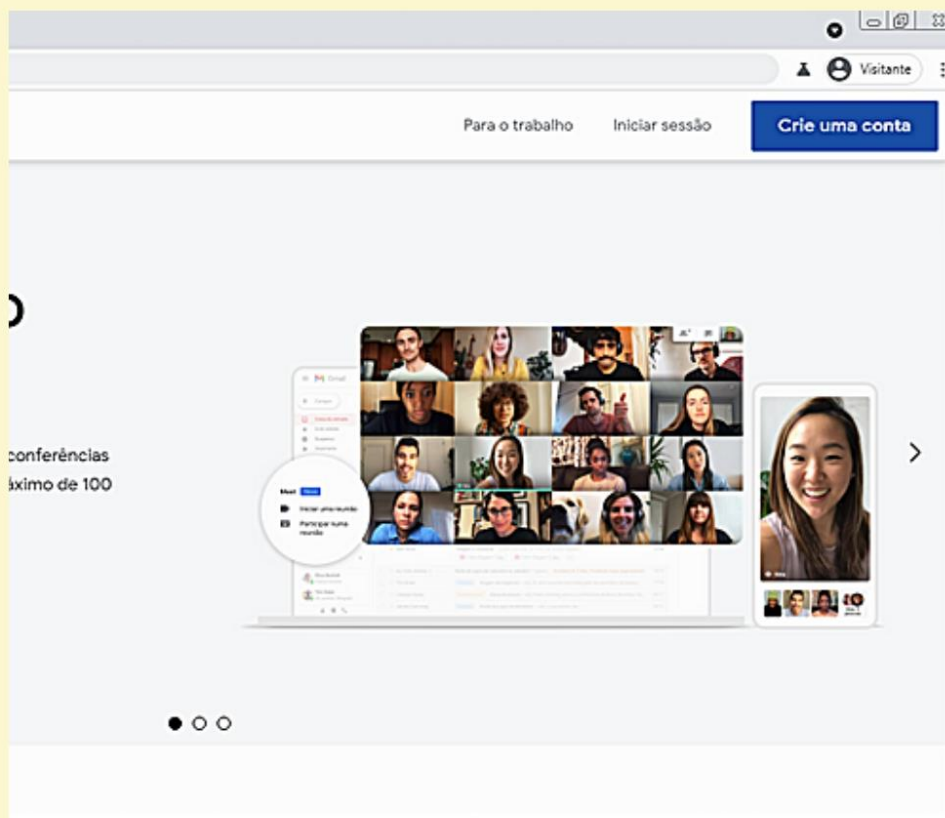
- ▶ Acesse através do seu navegador a página www.google.com
- ▶ Clique no canto superior direito na palavra Gmail



PASSO 2 - GMAIL

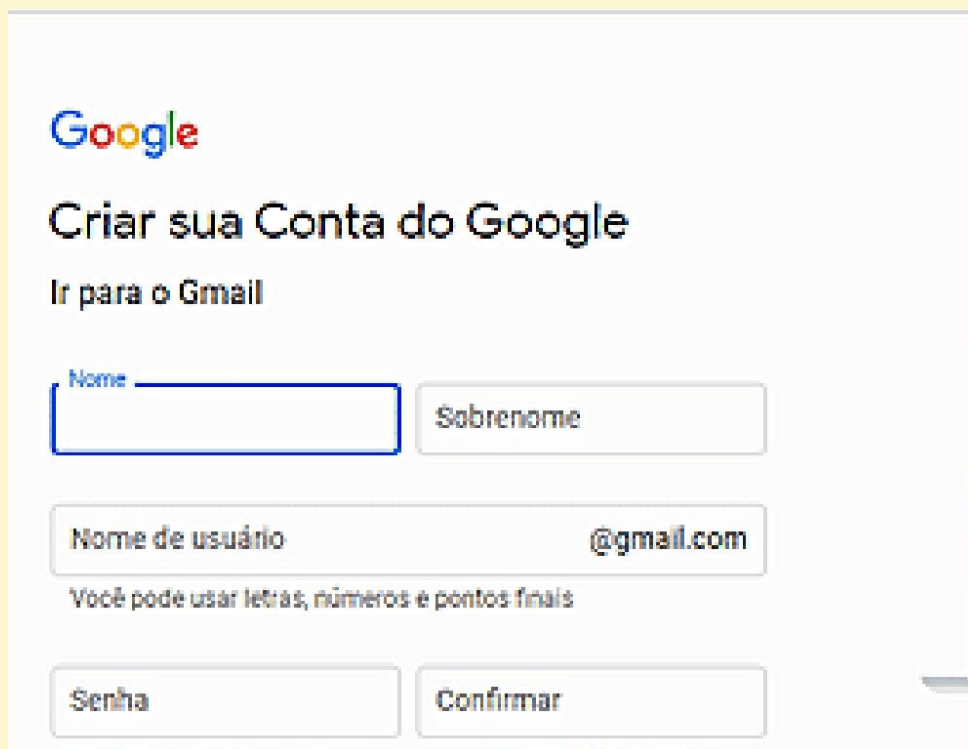
▶ Clique no botão
Ele fica no canto superior direito da tela.

Crie uma conta



PASSO 3 - GMAIL

- ▶ Preencha nome e sobrenome;
- ▶ Crie um endereço de email, é este que será o endereço informado quando lhe pedirem um e-mail. Anote;
- ▶ Crie uma senha para acessar seu e-mail.

A screenshot of the Google account creation page. At the top is the Google logo. Below it is the heading "Criar sua Conta do Google" and a link "Ir para o Gmail". The form consists of several input fields: "Nome" (first name) and "Sobrenome" (last name) are side-by-side; "Nome de usuário" (username) and "@gmail.com" are side-by-side, with a note below stating "Você pode usar letras, números e pontos finais"; and "Senha" (password) and "Confirmar" (confirm) are side-by-side. The page is white with a light gray border.

Google

Criar sua Conta do Google

[Ir para o Gmail](#)

Nome Sobrenome

Nome de usuário @gmail.com

Você pode usar letras, números e pontos finais

Senha Confirmar

PASSO 4 GMAIL

- ▶ Preencha com seu número de celular (DDD + número).
- ▶ Preencha a data de nascimento e gênero;

Google

Bem-vindo ao Google

ebookdoldoso@gmail.com

Número de telefone (opcional)

Usaremos seu número para segurança da conta. Ele não ficará visível para outras pessoas.

Endereço de e-mail de recuperação (opcional)

Nós usaremos essa informação para manter sua conta segura

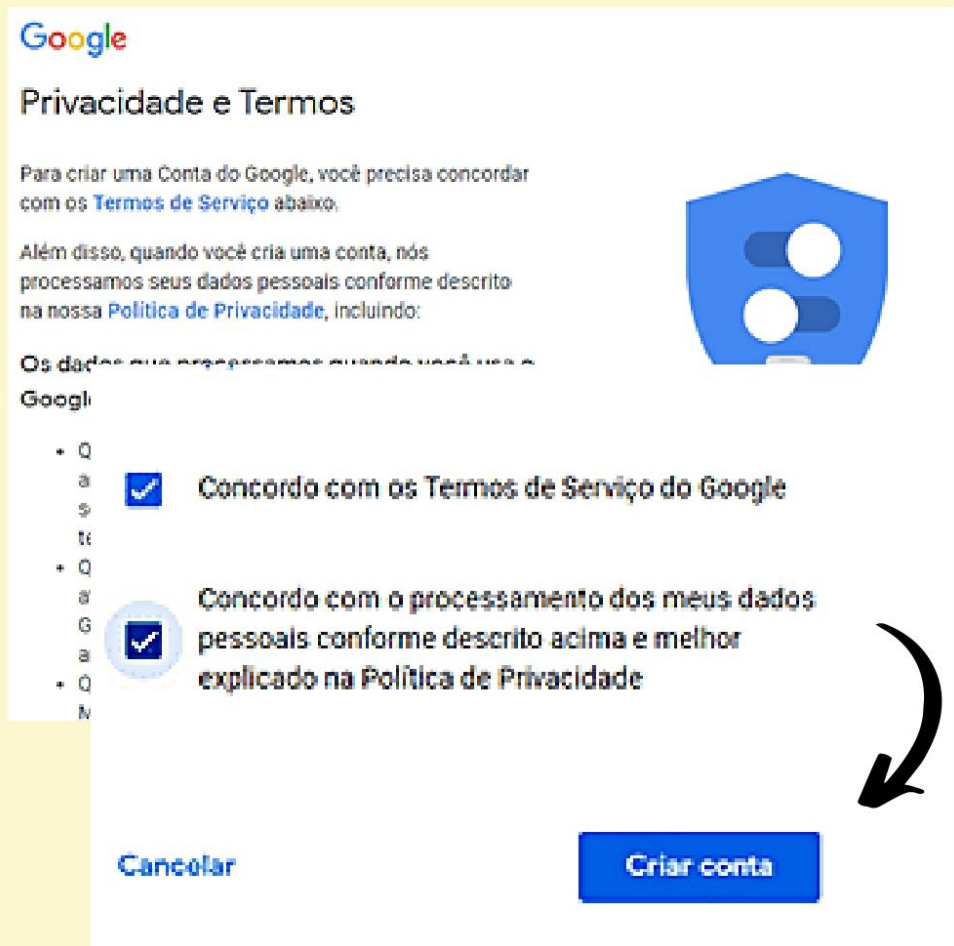
Data de nascimento

Gênero

PASSO 5 - GMAIL

▶ Leia os termos de serviço e a política de privacidade. Caso concorde sinalize no final da página.

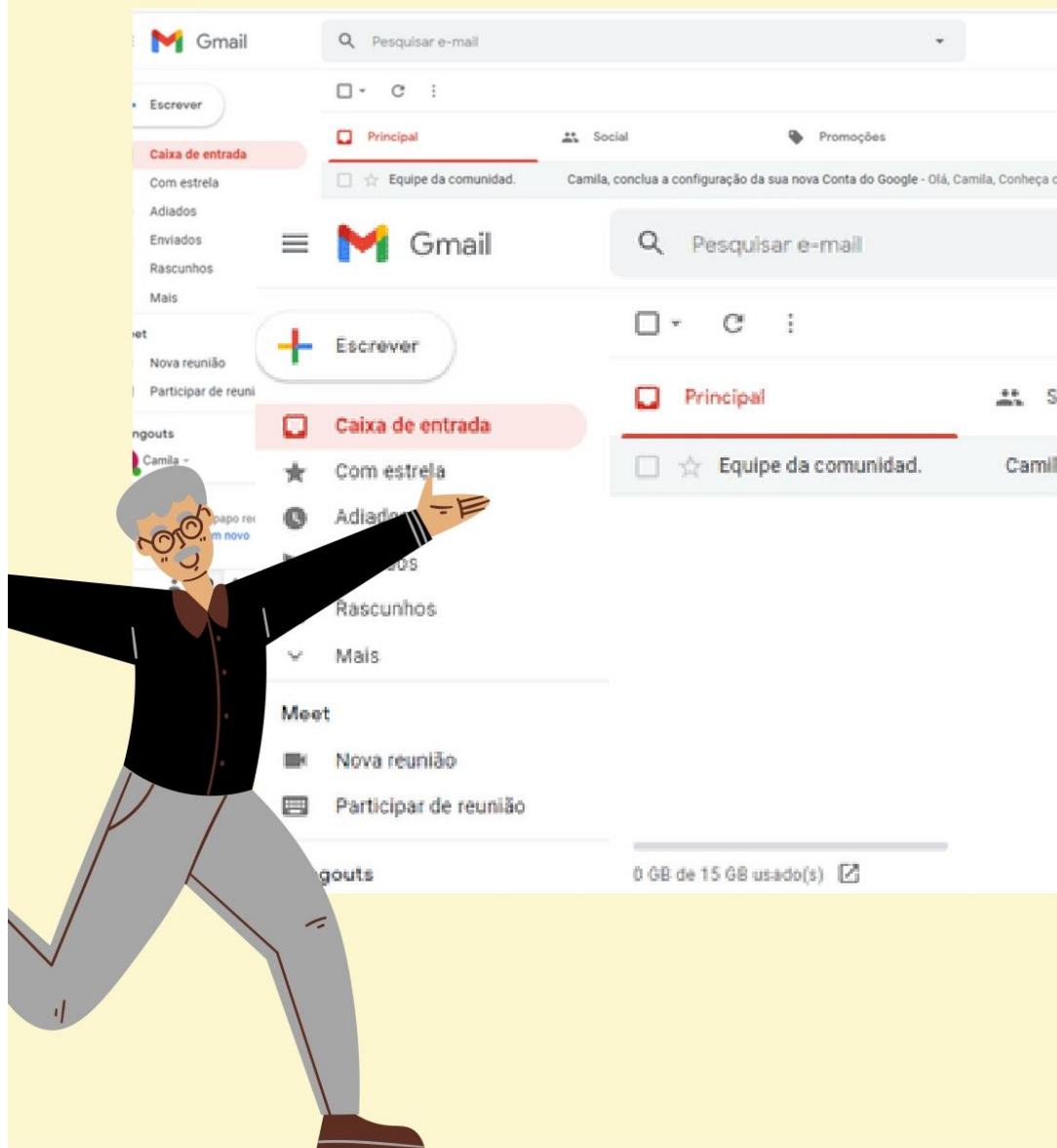
▶ Clique no botão 



PASSO 6 - GMAIL

PRONTO!

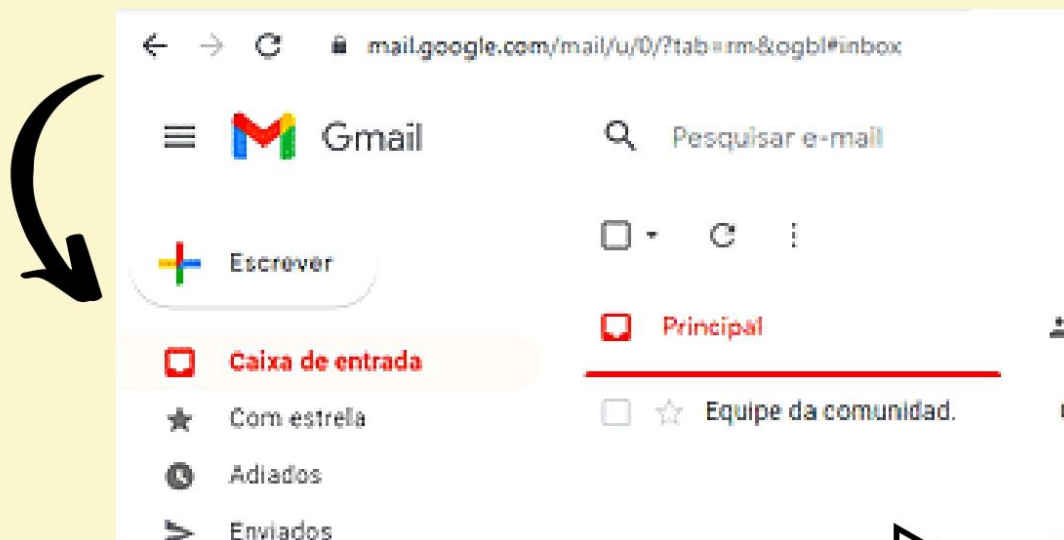
E-mail criado com sucesso!



EXTRAS - GMAIL

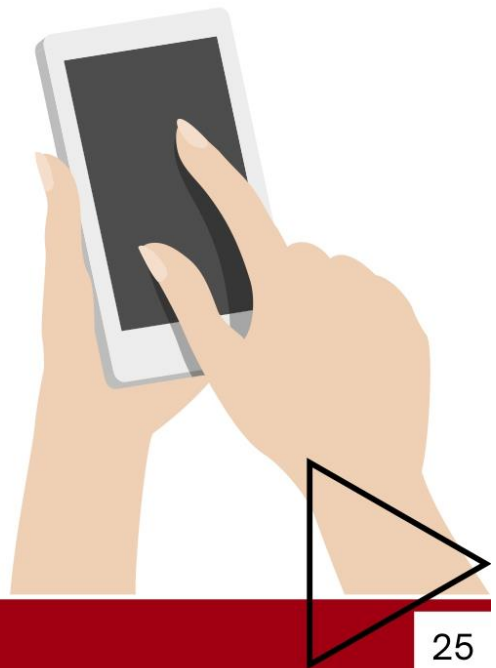
▶ Para ler suas mensagens clique em  **Caixa de entrada**

▶ Para escrever uma mensagem clique em 



INSTALANDO APLICATIVOS

Para utilizar o **iFood**, **Uber** ou outros aplicativos é necessário instalar o mesmo no celular, caso o mesmo já não esteja instalado (baixado).



PASSO 1 - APLICATIVOS

- ▷ Procure no seu celular o aplicativo desejado, caso não encontre, procure a loja de aplicativos do seu celular



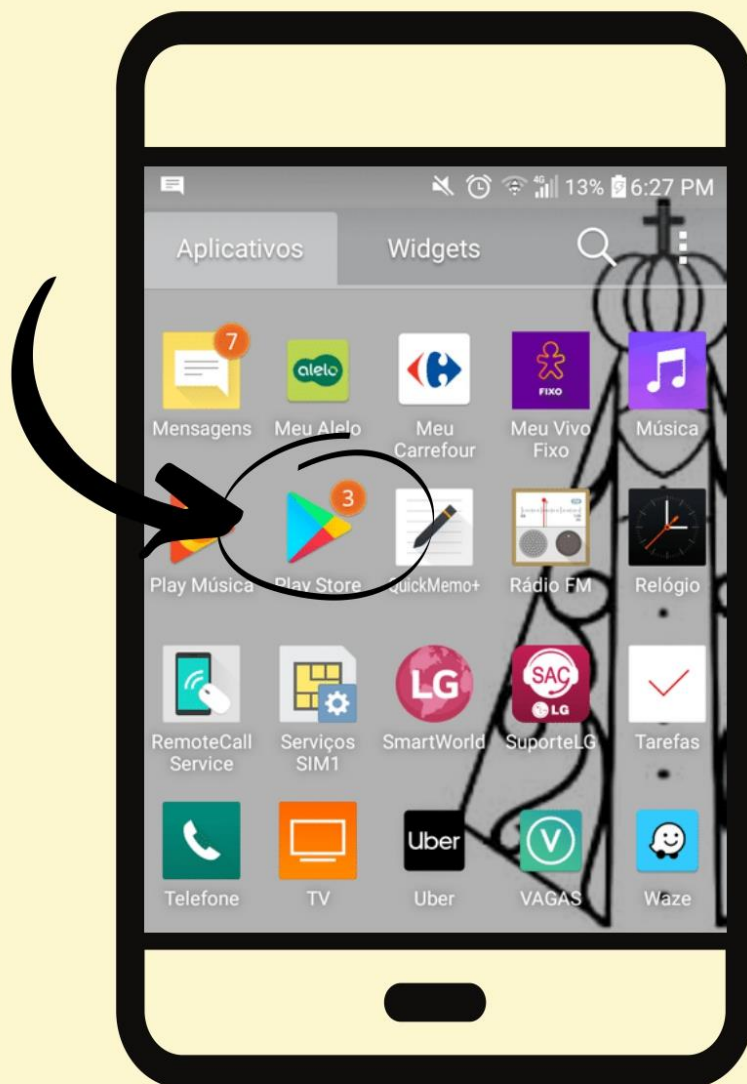
App Store - Para celulares com sistema operacional IOS.
Exemplo: Iphone.



Play Store - Para celulares com sistema operacional Android.
Exemplo: Samsung, Motorola, LG, Obabox.

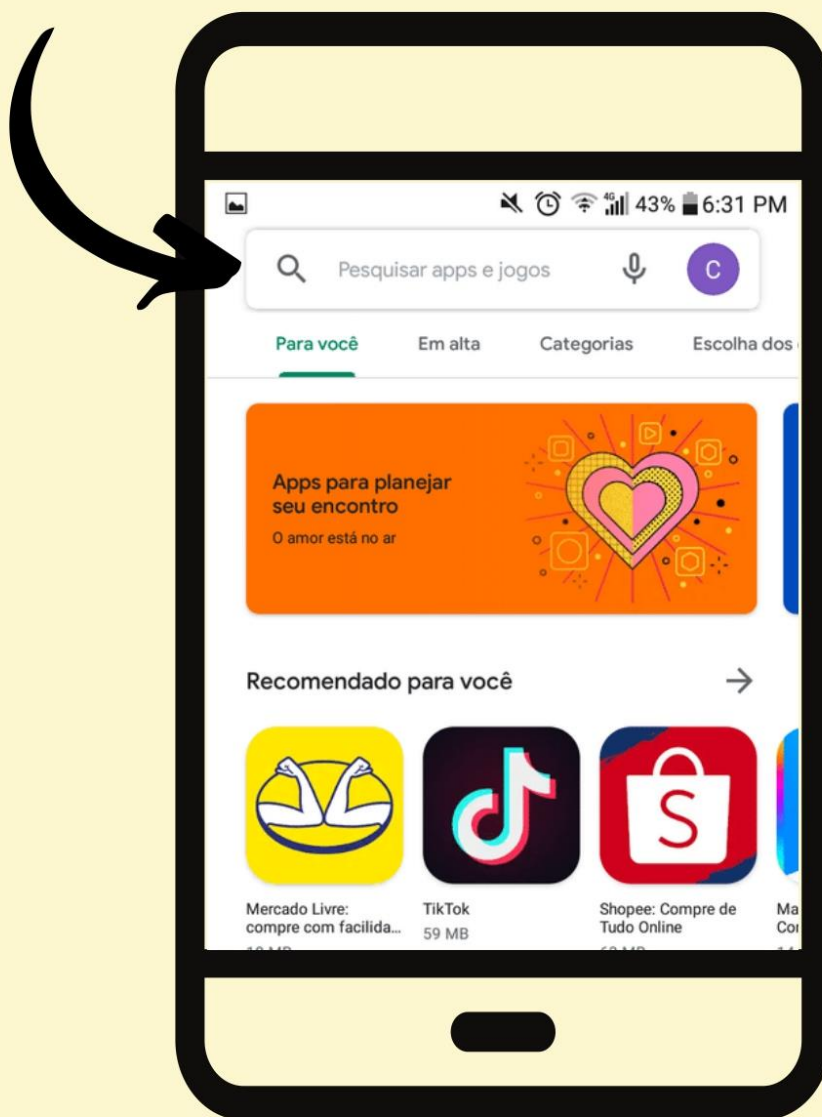
PASSO 2 - APLICATIVOS

- ▷ Neste exemplo, o modelo do celular é Android. Portanto a loja de aplicativos é a Play Store.



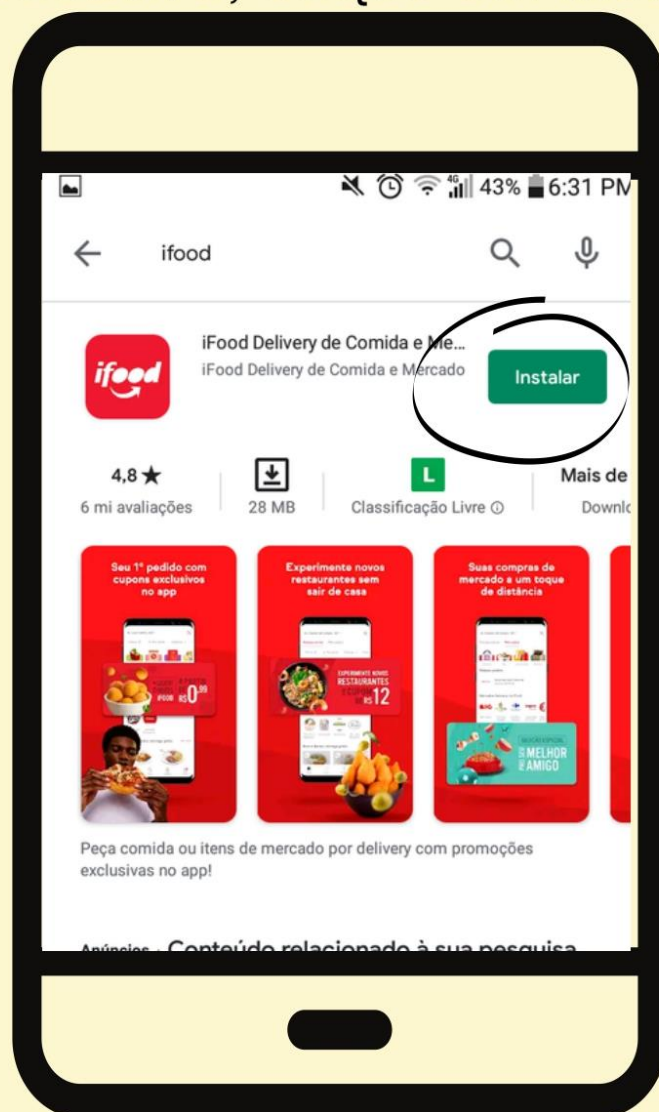
PASSO 3 - APLICATIVOS

- ▷ Após acessar a loja, procure na barra de pesquisa o aplicativo desejado:



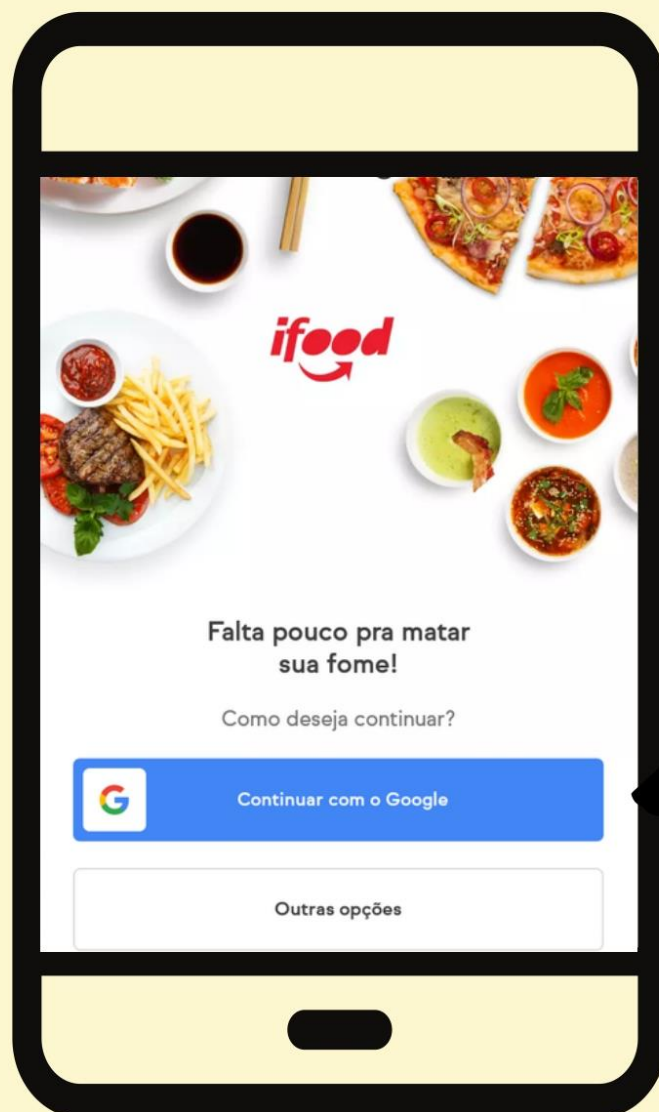
PASSO 4 - APLICATIVOS

- ▶ Vamos instalar o aplicativo iFOOD...
- ▶ Após aparecer o ícone do aplicativo, clique em instalar



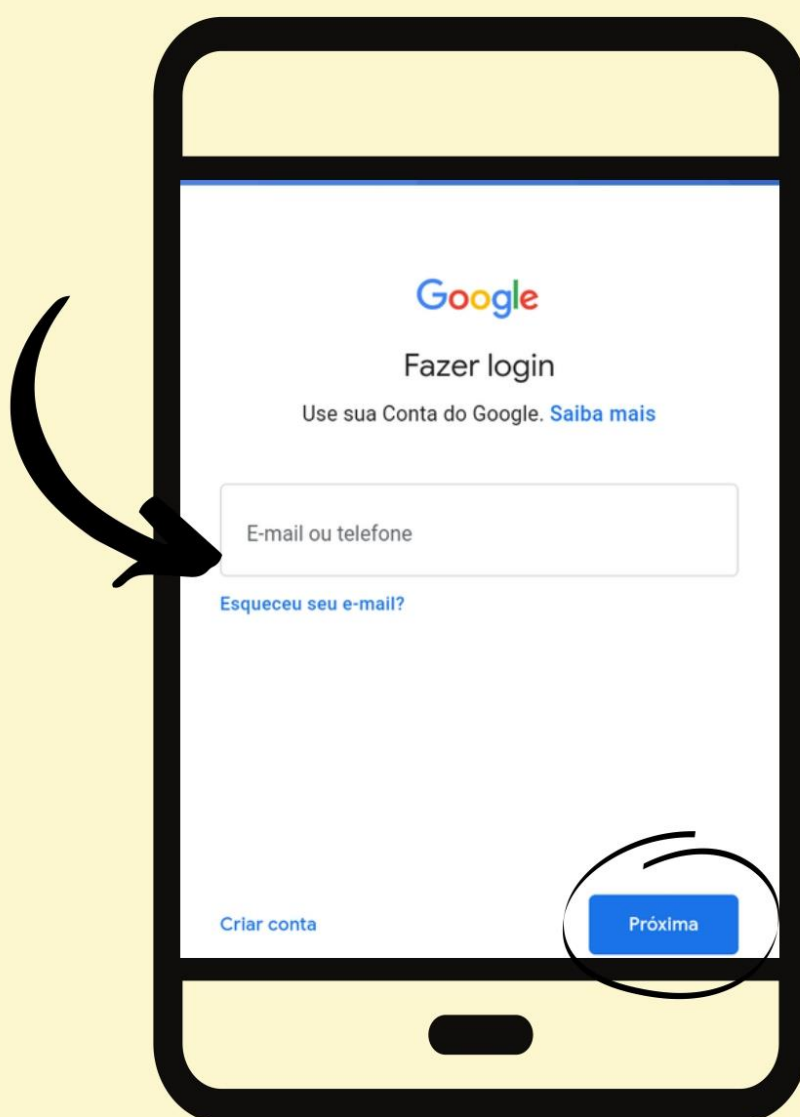
PASSO 5 - APLICATIVOS

▶ Selecione a opção
"Continuar com o Google",
para realizar sua identificação.



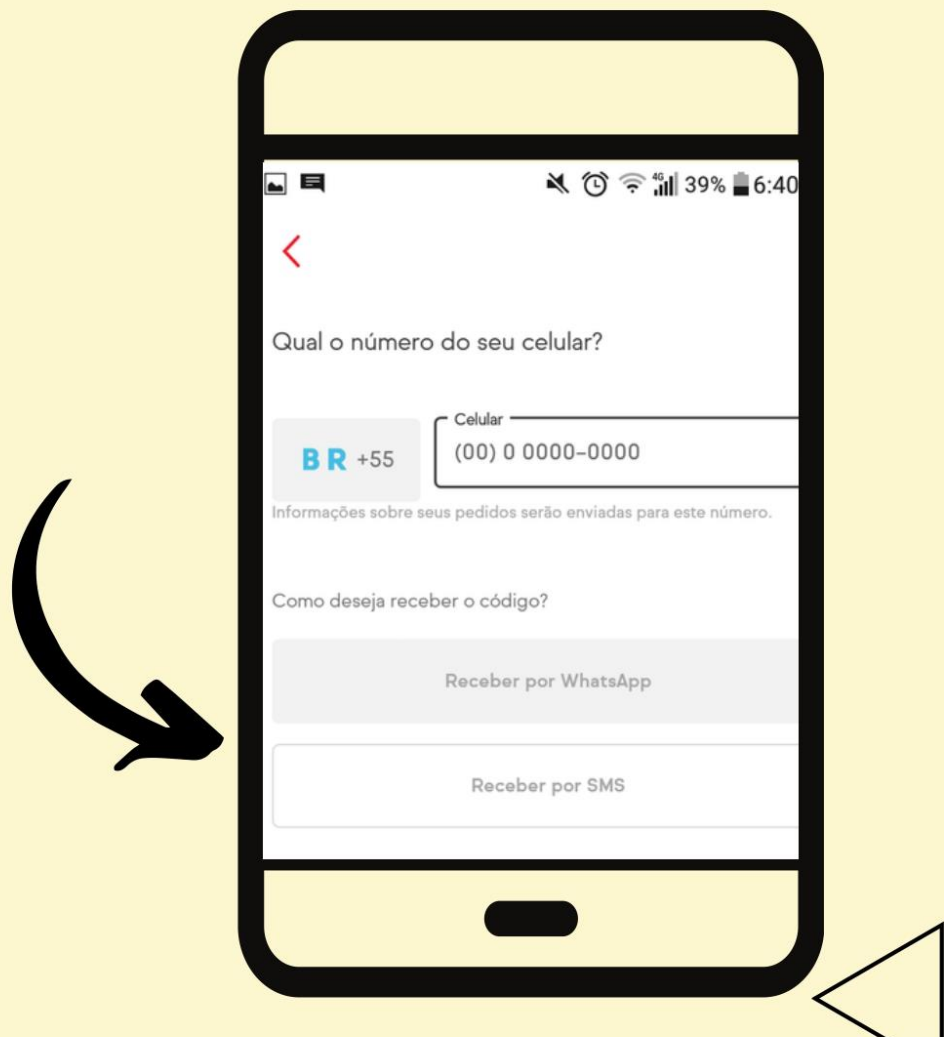
PASSO 6 - APLICATIVOS

- ▷ Informe seu e-mail ou telefone.
E clique no botão "**Próxima**".



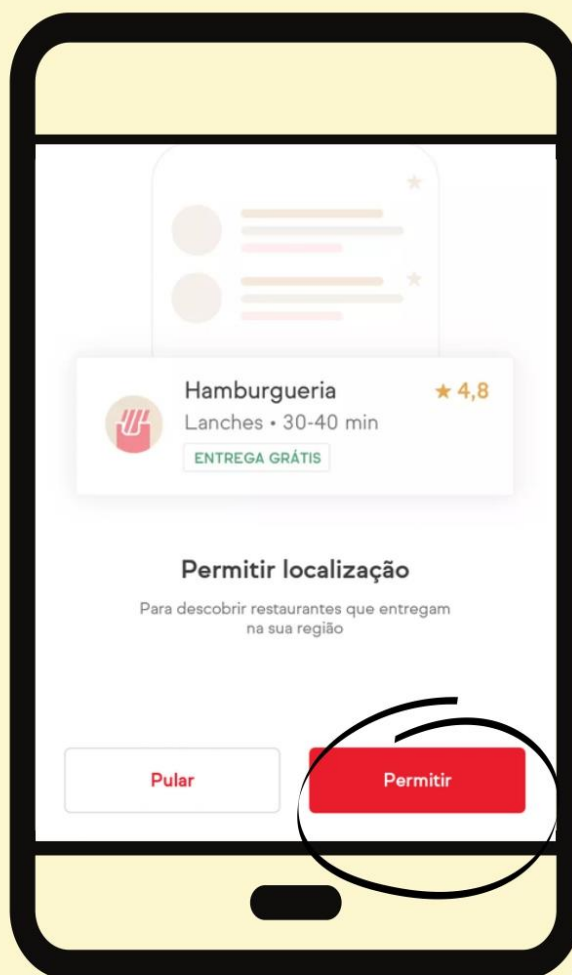
PASSO 7 - APLICATIVOS

- ▶ Informe seu celular e escolha entre as opções Whatsapp ou SMS, para receber o código de verificação do Ifood. Anote-o



PASSO 8 - APLICATIVOS

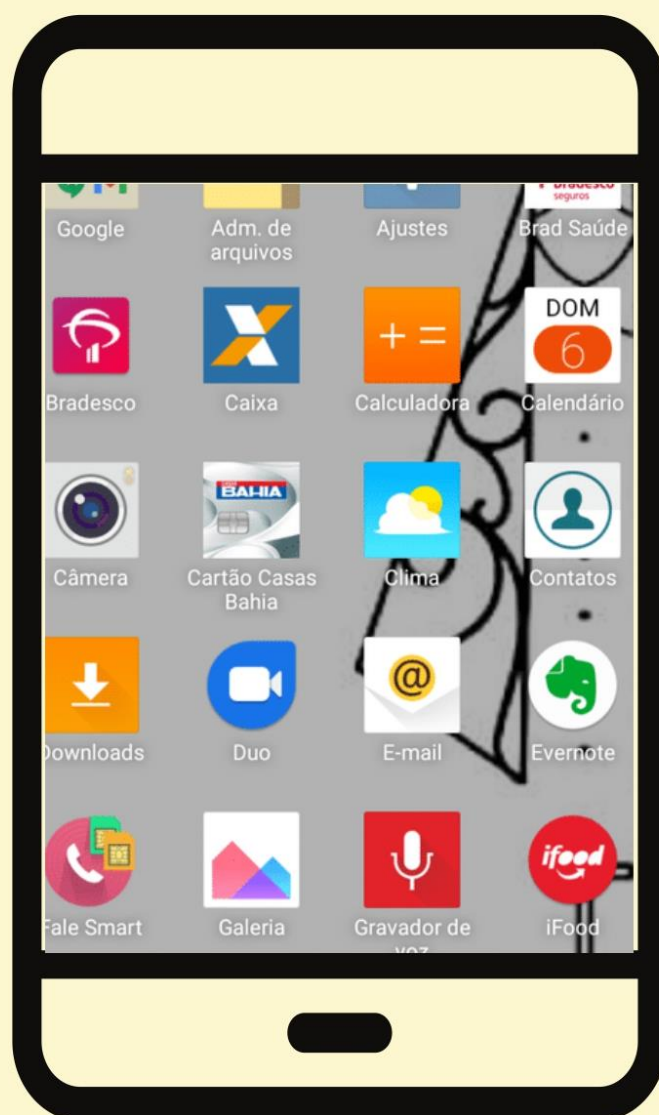
- ▶ Após digitar o código de verificação recebido e confirmar. Aparecerá a tela de permissão de acesso a localização. Clique em "PERMITIR".



PASSO 9 - APLICATIVOS

► Ifood Instalado!

Para outros aplicativos é o mesmo processo....



COMPRANDO NO ifood

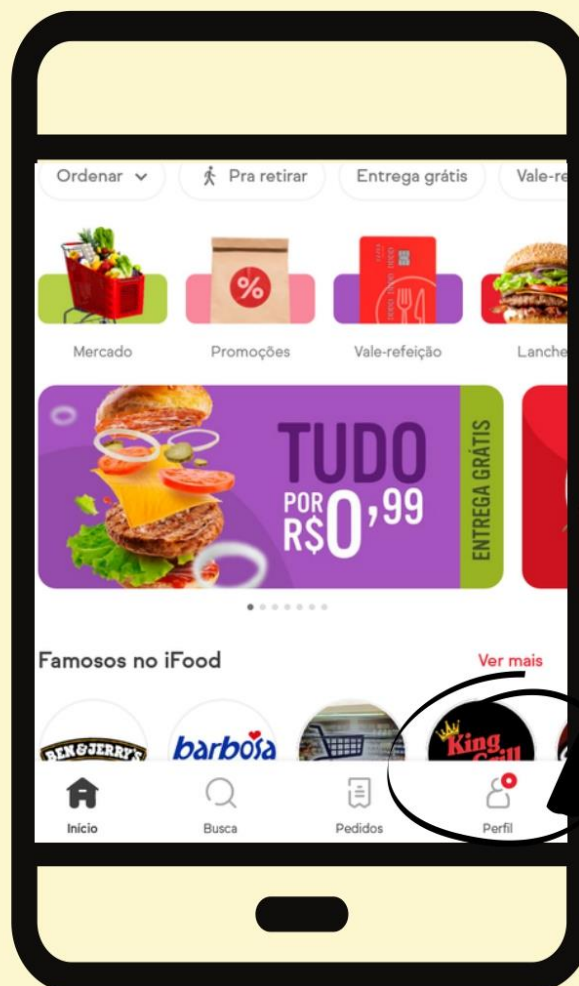
Realizando a primeira compra no ifood

- Configurar forma de pagamento
- Cadastrar endereço de entrega
- Fazer um pedido...



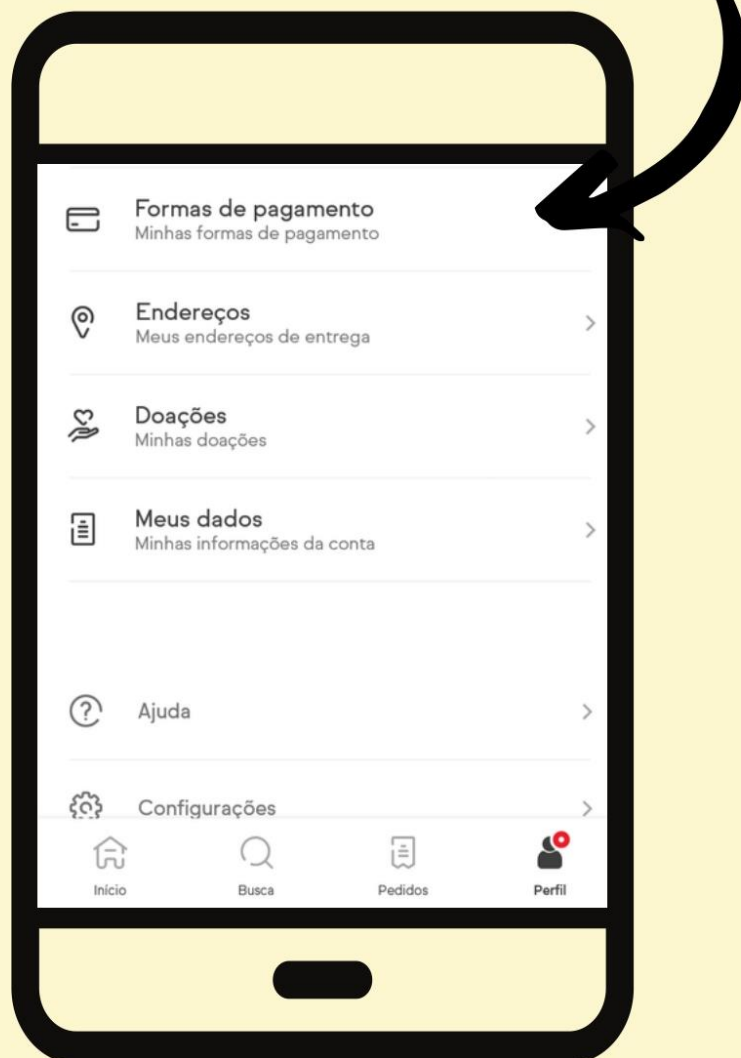
PASSO 1 - IFOOD

- ▶ Na tela inicial do ifood selecione "**Perfil**", no canto inferior direito. Para configurar a **forma de pagamento**.



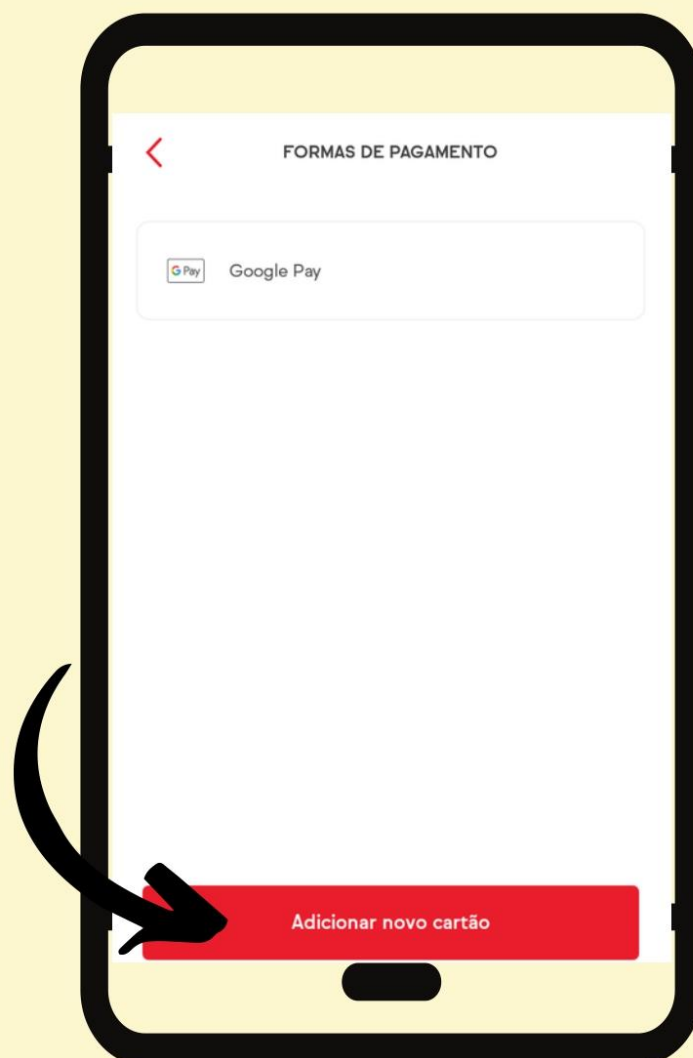
PASSO 2 - IFOOD

Na tela de opções, clique em "**Formas de pagamento**", para definir qual forma irá utilizar para pagar seus pedidos.



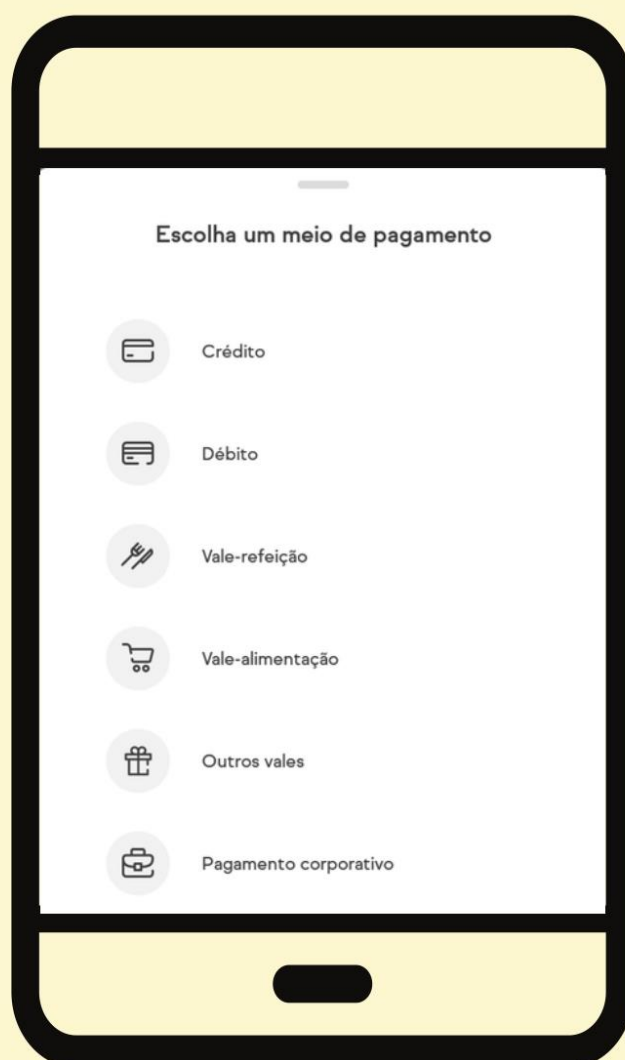
PASSO 3 - IFOOD

▶ Clique no botão **"Adicionar novo cartão"**.



PASSO 4 - IFOOD

- Escolha a forma de pagamento desejada e então informe os dados solicitados.



PASSO 5 - IFOOD

Aqui aparecem os dados solicitados para a opção de pagamento no cartão de crédito, por exemplo:



Faremos uma pequena cobrança com devolução automática.

Logos: UnionPay, Mastercard, AMEX, H, VISA, Elo

Número do cartão 

Validade CVV 

Nome do titular

CPF/CNPJ do titular

Apelido do cartão (opcional)

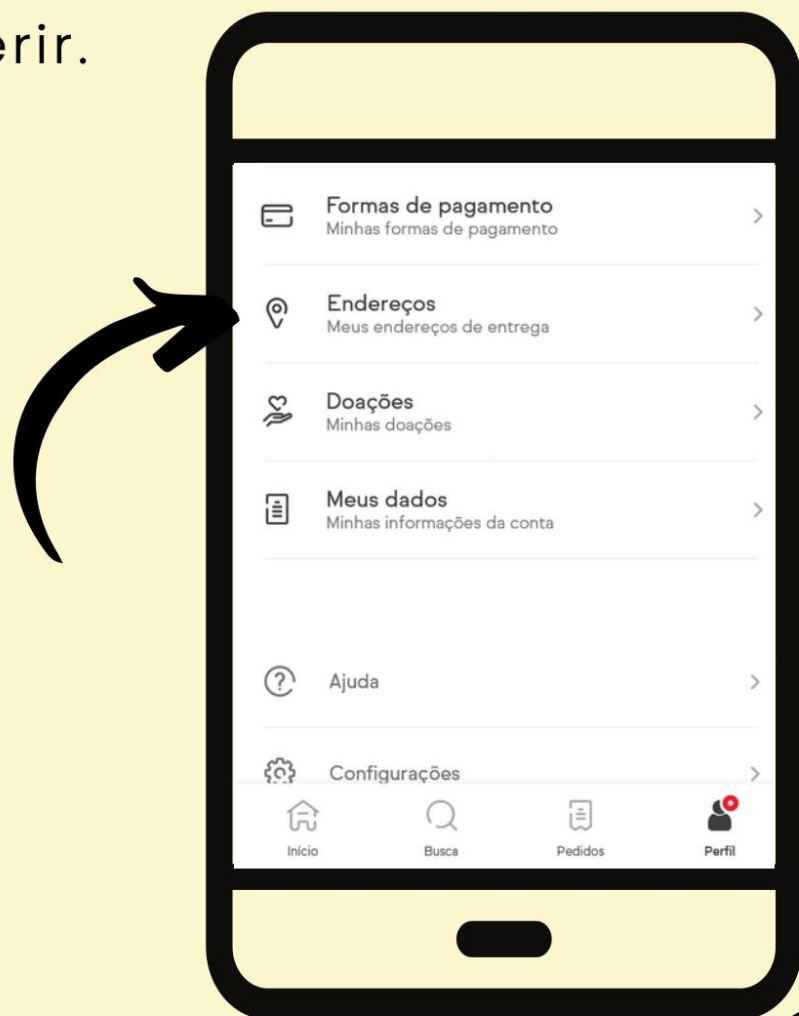
PASSO 6 - IFOOD

Retorne a tela inicial do aplicativo e selecione "**Perfil**", no canto inferior direito. Para configurar ao **endereço de entrega**.



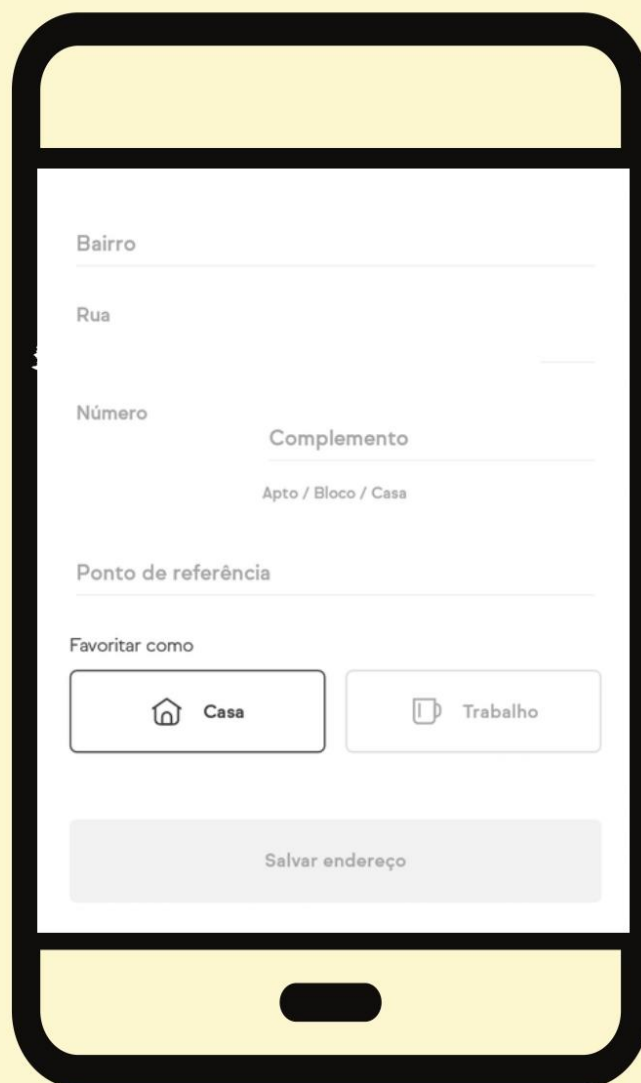
PASSO 7 - IFOOD

Na tela de opções, clique em "**Endereços**", para definir o endereço de entrega. O GPS do celular faz uma localização aproximada, mas é indicado conferir.



PASSO 8 - IFOOD

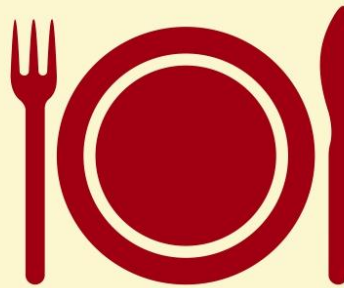
Preencha o endereço de entrega, informe se é endereço de casa ou do trabalho e clique no botão **"Salvar endereço"**.



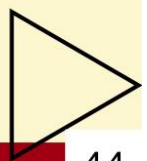
The image shows a mobile app interface for saving an address. It features several input fields: 'Bairro', 'Rua', 'Número', 'Complemento', and 'Apto / Bloco / Casa'. Below these is a 'Ponto de referência' field. At the bottom, there are two buttons labeled 'Casa' and 'Trabalho' under the heading 'Favoritar como'. A large 'Salvar endereço' button is positioned at the very bottom of the form area.

PASSO 9 - IFOOD

Forma de pagamento e
endereços configurados!



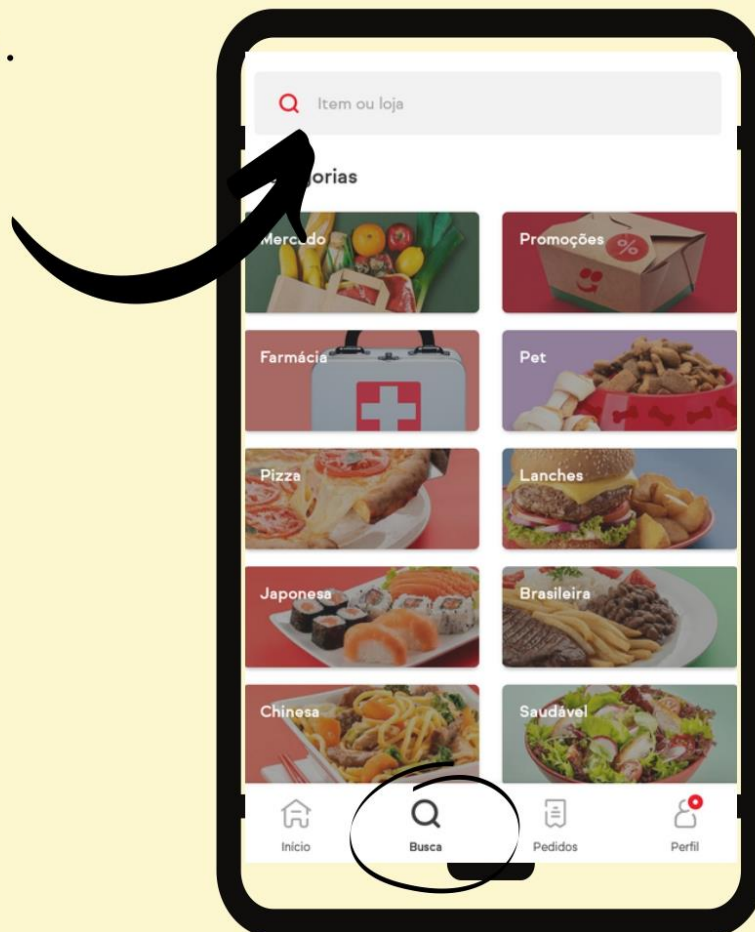
Agora vamos pedir uma refeição...



PASSO 10 - IFOOD

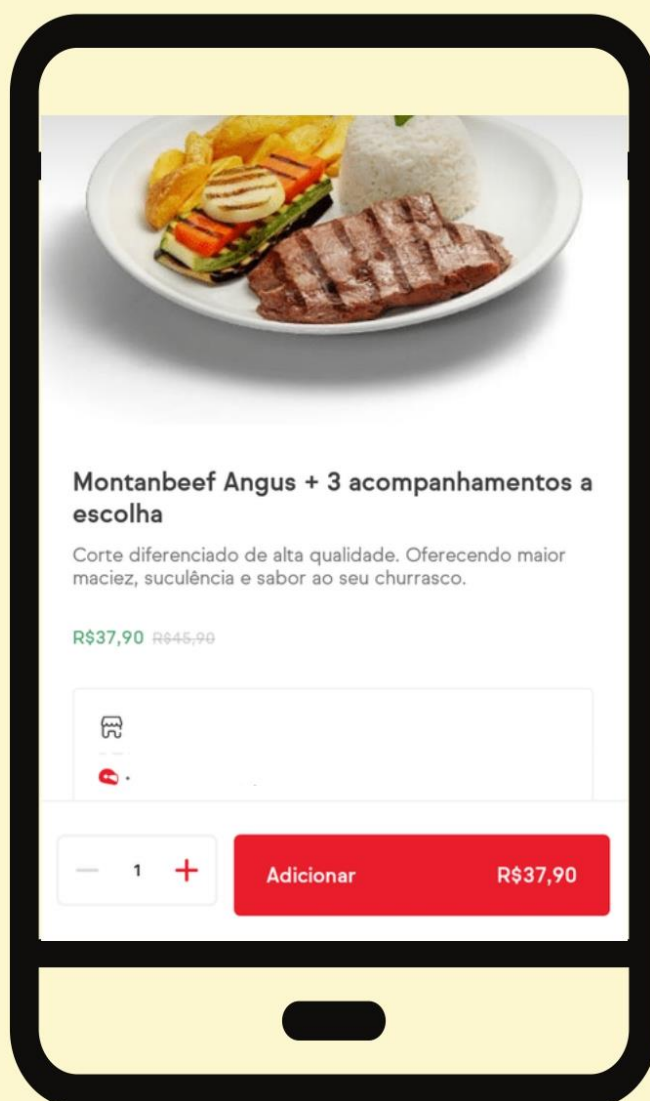
Na tela inicial do ifood busque por restaurante ou o prato que deseja.

Utilize a barra de pesquisa na parte superior da tela, ou no botão "Busca" no rodapé da página.



PASSO 11 - IFOOD

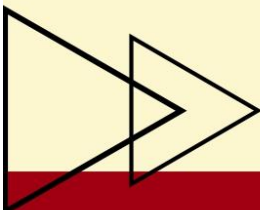
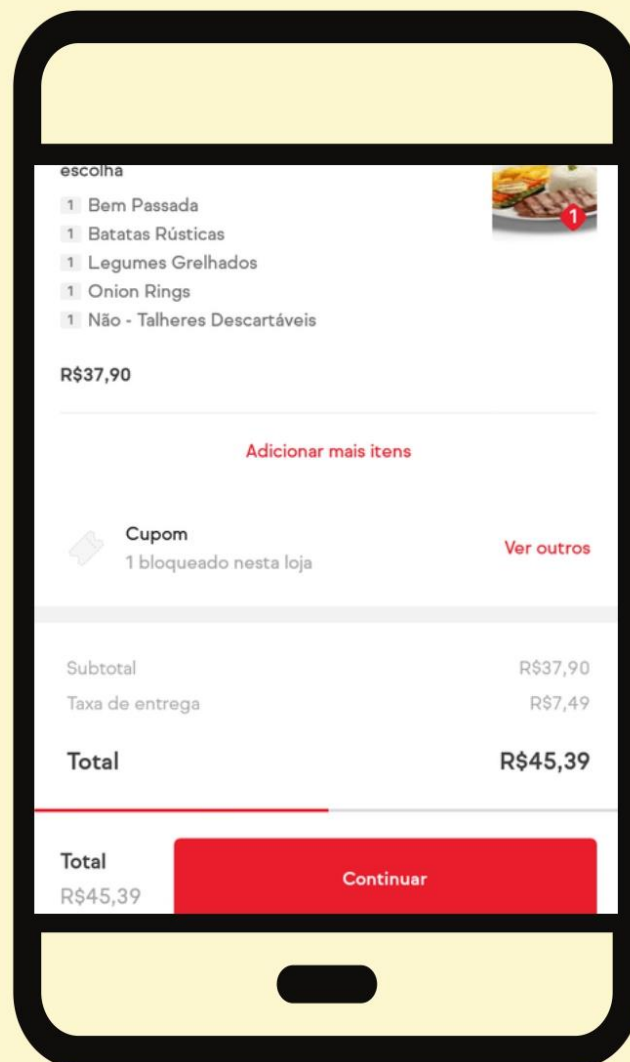
- ▷ Selecione o prato desejado e clique em "**Adicionar**".



PASSO 12 - IFOOD

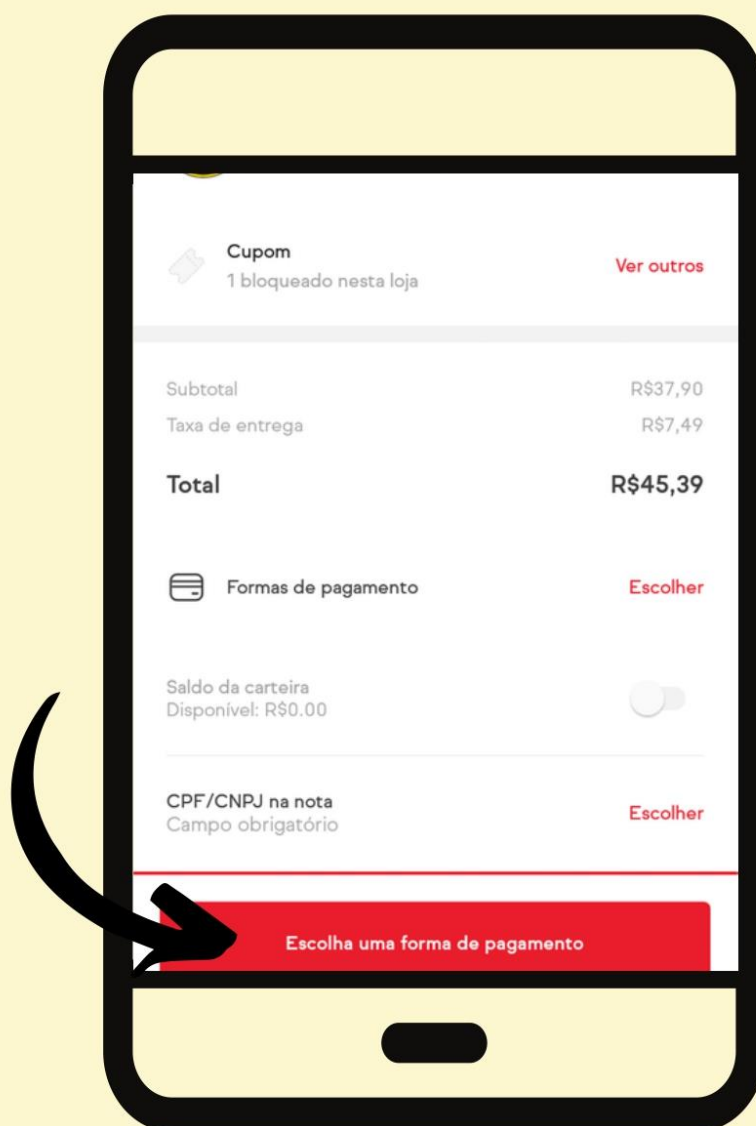
Confira o resumo do seu pedido,
inclusive os acompanhamentos
do prato

Clique em "**Continuar.**"



PASSO 13 - IFOOD

Escolha a forma de pagamento e se deseja cadastrar CPF na nota fiscal.

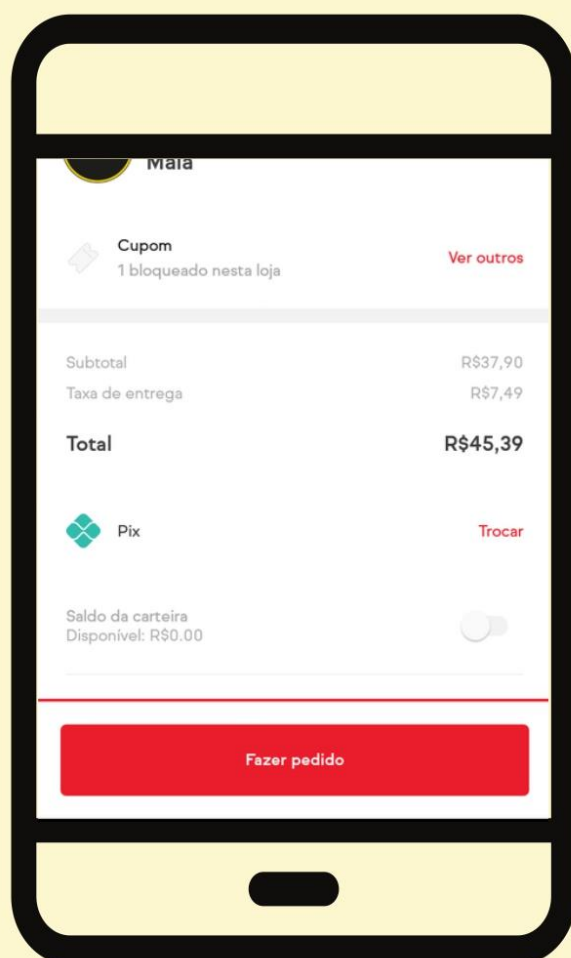


PASSO 14 - IFOOD

Confira o pedido.

Clique no botão "**Fazer pedido**";

PRONTO! Agora é só aguardar a entrega....



CHAMANDO UBER

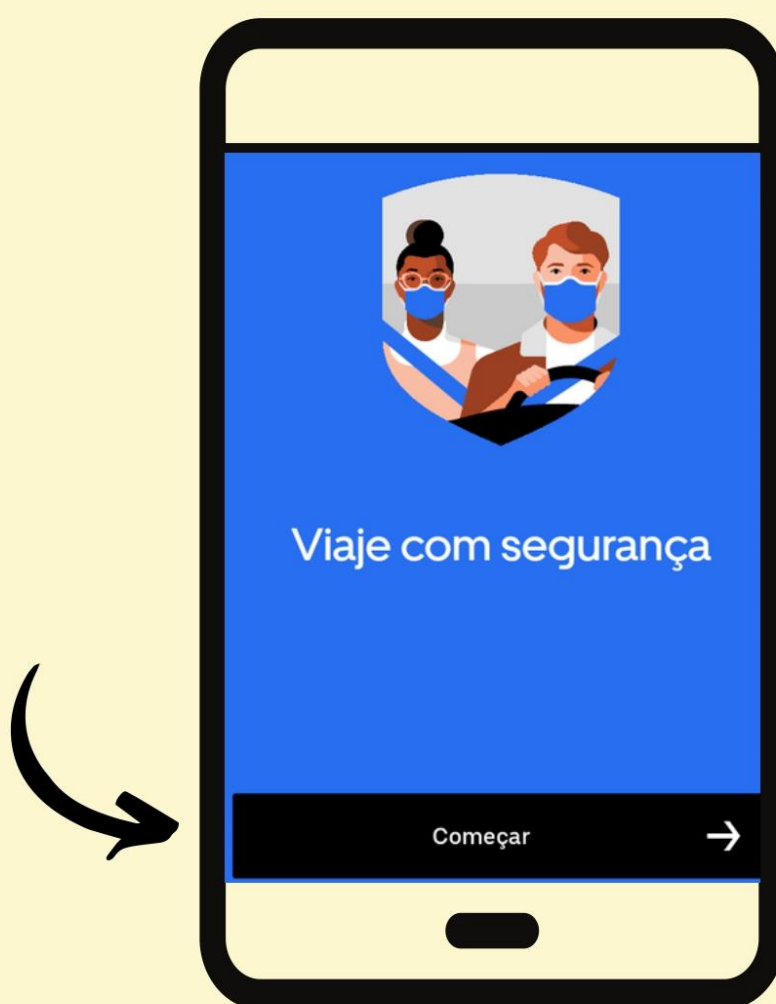
Solicitando a primeira viagem com Uber:

- Ajustar forma de pagamento
- Solicitar viagem...



PASSO 1 - UBER

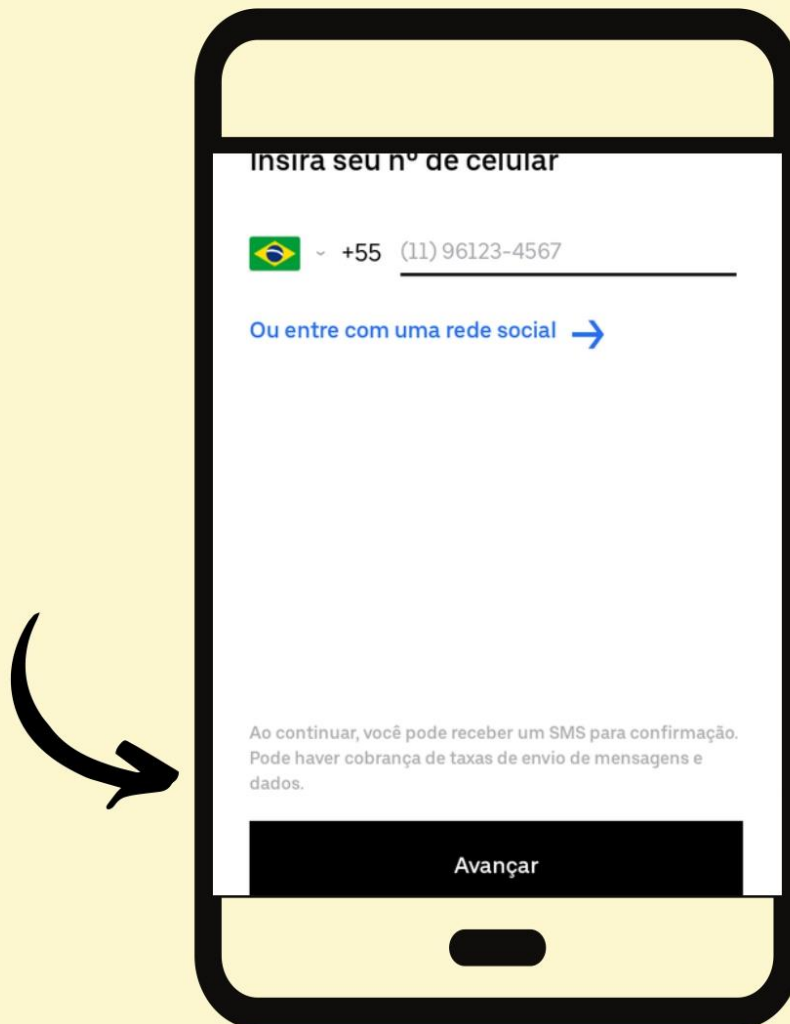
- ▶ Clique no botão "**Começar**" na parte inferior da tela;



PASSO 2 - UBER

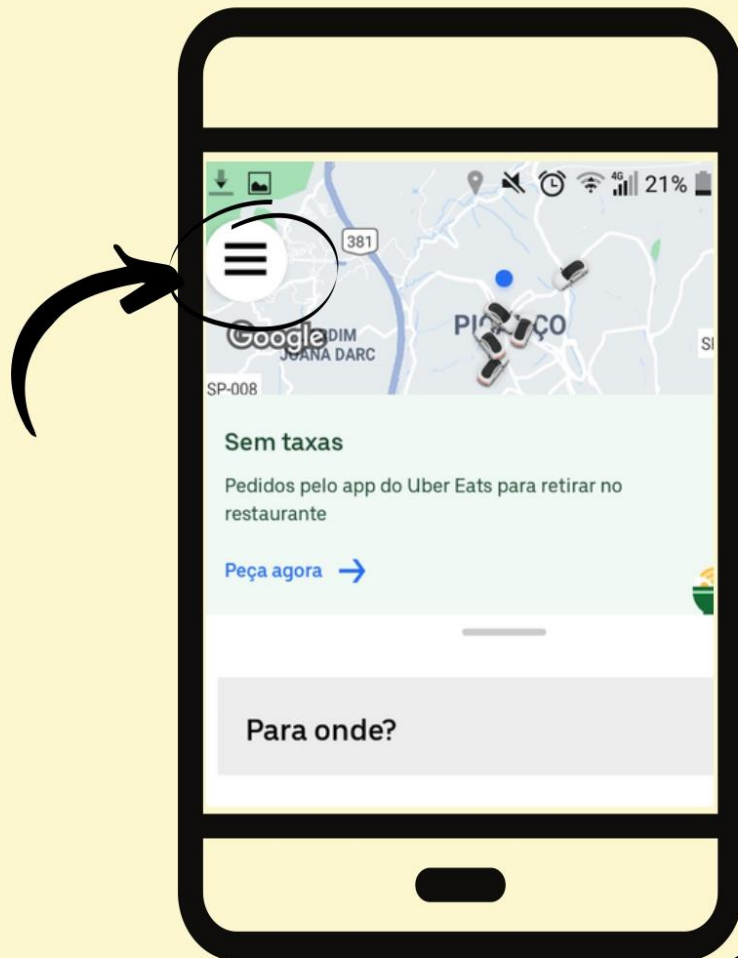
▷ Informe o número de celular com DDD.

Clique no botão "**Avançar**".



PASSO 3 - UBER

- ▷ Na tela inicial do aplicativo selecione "MENU (3 barras)", no canto superior esquerdo. Para configurar a forma de pagamento.



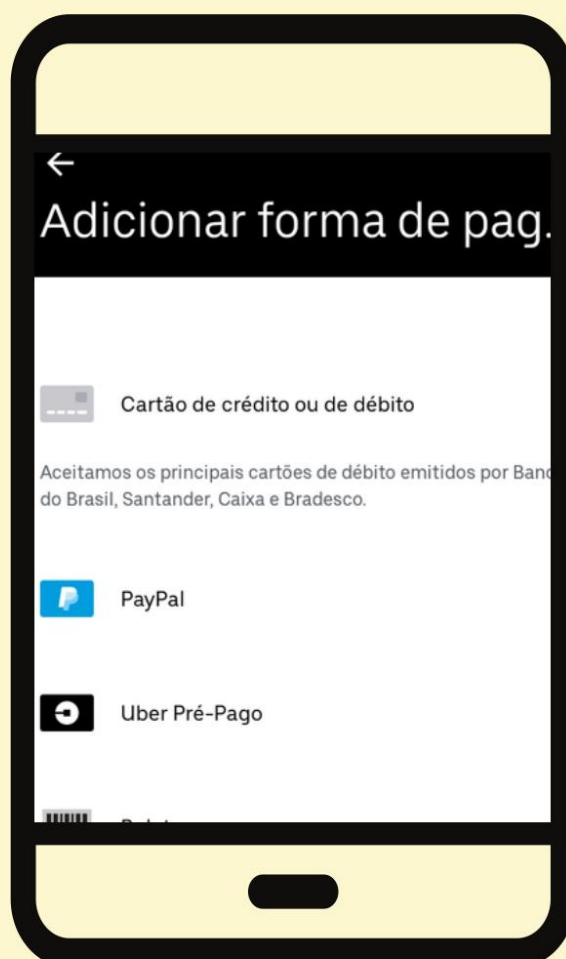
PASSO 4 - UBER

▶ Clique na opção "**Pagamento**", para configurar dados .



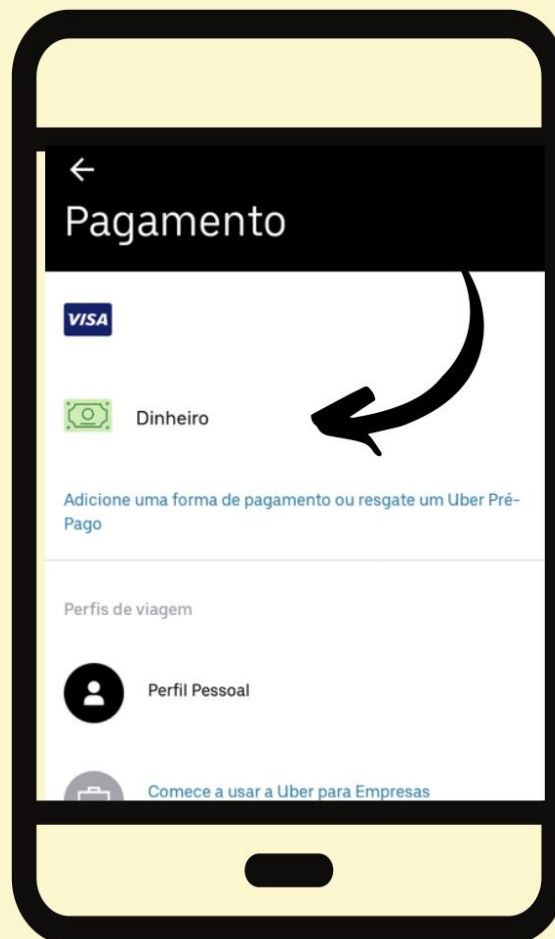
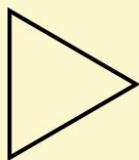
PASSO 5 - UBER

- ▶ Selecione a forma de pagamento desejada e informe os dados solicitados.



PASSO 6 - UBER

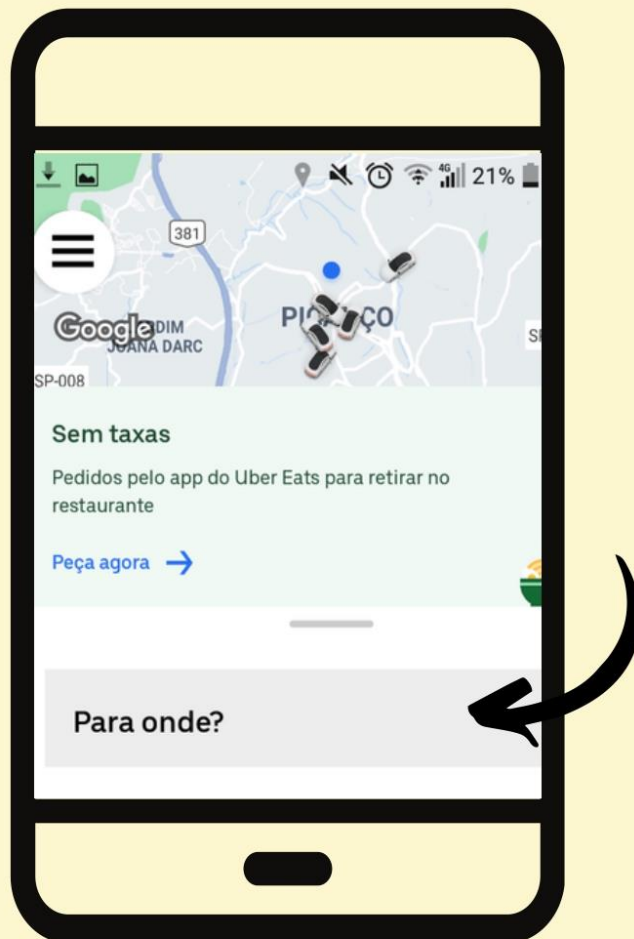
Existe a possibilidade de pagar em dinheiro, direto ao motorista da corrida, para isso selecione a opção "**dinheiro**" na forma de pagamento.



PASSO 7 - UBER

Para solicitar um carro, retorne a tela inicial do aplicativo.

Digite na barra de busca o endereço de destino (nome da rua e número).



PASSO 8 - UBER

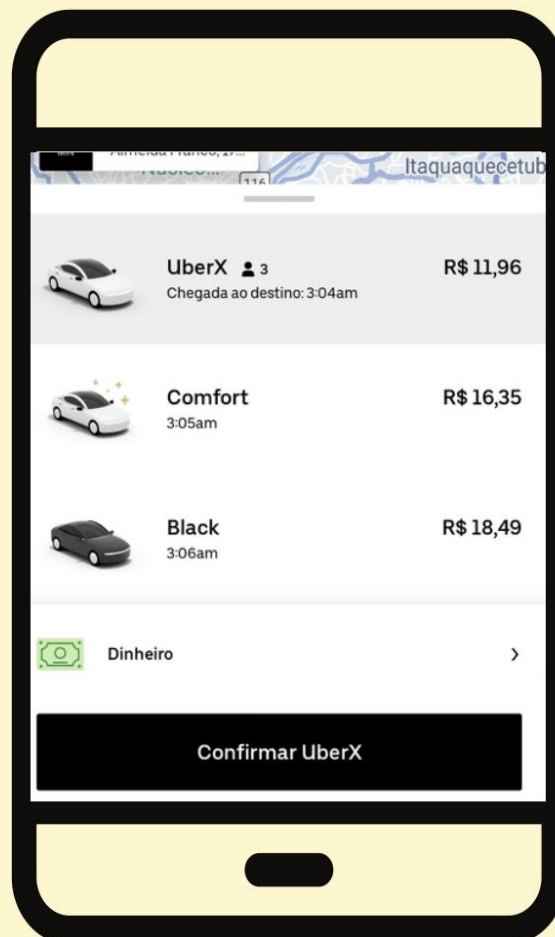
Confira o endereço de destino e também o endereço em que o motorista deve te buscar.



PASSO 9 - UBER

Selecione o tipo de carro que deseja e o valor da corrida (existem algumas opções de acordo com a região).

Clique em "**Confirmar**" no rodapé da página.



PASSO 10 - UBER

- ▷ O aplicativo informará em quanto tempo o carro chega, a placa, modelo e nome do motorista.
- ▷ Sempre confirme esses dados antes do embarque.

PRONTO! Agora é só aguardar o Uber chegar....



60

PROTÓTIPO

Versão: Preto e Branco



EDUCAÇÃO DIGITAL PARA IDOSOS



E-BOOK COM ORIENTAÇÕES E DICAS PARA
USO DE EQUIPAMENTOS TECNOLÓGICOS

Desenvolvido por Camila Lima Costa - Versão 06/21

NESTE E-BOOK



Você encontrará dicas e explicações que irão auxiliá-lo na hora de utilizar **celulares**, **notebooks** e **computadores**!



ÍNDICE

04 DICIONÁRIO DE
TECNOLOGIA

14 DICAS DE
SEGURANÇA

17 PASSO A PASSO



DICIONÁRIO



SIGNIFICADOS de termos
utilizados em equipamentos
TECNOLÓGICOS.

A

APLICATIVO ou APP: É um programa do celular que faz alguma ação.

Como por exemplo, pedir comida (Ifood, Uber Eats), pedir carro (Uber, 99), utilizar serviços bancários (Banco do Brasil, Bradesco, Caixa...)



C

COMPARTILHAR: É a atividade de tornar fotos, textos e/ou vídeos disponíveis para que outras pessoas vejam.

Este compartilhamento pode ser feito através do Whatsapp, e-mail, redes sociais (Facebook, Instagram).





E

E-BOOK: É um livro digital, um arquivo de texto semelhante a um livro físico, que pode ser lido através de equipamentos tecnológicos, como celular, notebooks ou computadores. Este manual, por exemplo, é um e-book.



7



E

E-MAIL: É uma ferramenta que permite enviar e receber mensagens e arquivos. Semelhante as cartas. Existem opções de e-mail gratuitos: Gmail, Outlook, Yahoo!, Icloud, entre outros. Ou e-mail pago: Uol, Terra, Globomail, entre outros.



8



L

LOGIN: É uma forma de identificação do usuário para utilizar alguns sites ou programas.

Os formatos de login podem variar, dependendo do site. Pode ser nome, e-mail...



9

L

LOJA de APLICATIVOS:

é o local onde é possível escolher qual aplicativo você quer instalar no seu celular. A loja pode ser acessada através de um ícone que já vem instalado no celular.



App Store - Para celulares com sistema operacional IOS. Exemplo: Iphone.



Play Store - Para celulares com sistema operacional Android. Exemplo: Samsung, Motorola, LG, Obabox.

10



P

PRINT da TELA: É uma fotografia da tela do computador, notebook ou celular.

O print pode ser útil para mandar para alguém um erro de acesso, para guardar um orçamento de algum produto. Cada modelo de aparelho tem formas distintas de "tirar print da tela".



11



R

REDES MÓVEIS: É uma forma de conexão com a internet através do celular. É a internet que compramos pacotes das operadoras de celular. Ela é necessária quando estamos em locais sem rede de Wi-fi aberta.



12



W

Wi-Fi: É uma forma de conexão com a internet, sem a necessidade de fios. Ela pode ser aberta a todos ou necessitar de login e senha para se conectar a rede (utilizar a internet).

DICAS DE SEGURANÇA



Orientações para que a utilização da **INTERNET** se torne mais **SEGURA**.

NAVEGAÇÃO SEGURA

CRIE senhas diferentes para cada cadastro;
Não use a mesma senha para todos os seus acessos.

EVITE utilizar senhas com datas de aniversários, sequências lógicas como 1234 , ABCD, NOME1234;

FAÇA senhas utilizando uma combinação de letras, números e símbolos especiais (&, @, *, !, \ ...);

PASSO A PASSO



MANUAL ILUSTRADO para criação de conta de e-mail (**GMAIL**), e utilização dos aplicativos **iFOOD** e **UBER**.

CRIANDO UM -EMAIL

PASSO 1 -GMAIL

▶ Acesse através do seu navegador a página www.google.com

▶ Clique no canto superior direito na palavra Gmail



PASSO 2 - GMAIL

▶ Clique no botão **Crie uma conta**
Ele fica no canto superior direito da tela.



PASSO 3 - GMAIL

- ▷ Preencha nome e sobrenome;
- ▷ Crie um endereço de email, é este que será o endereço informado quando lhe pedirem um e-mail. Anote;
- ▷ Crie uma senha para acessar seu e-mail.

20

PASSO 4 - GMAIL

- ▷ Preencha com seu número de celular (DDD + número).
- ▷ Preencha a data de nascimento e gênero;

21

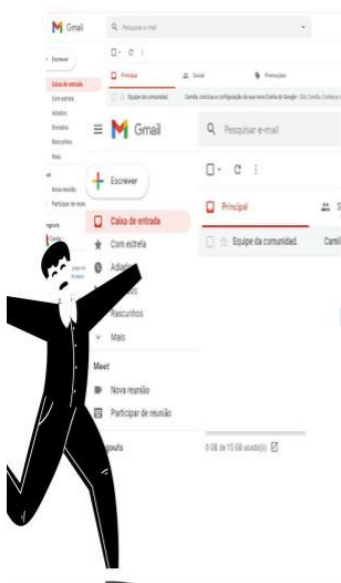
PASSO 5 - GMAIL

- ▷ Leia os termos de serviço e a política de privacidade. Caso concorde sinalize no final da página.
- ▷ Clique no botão **Criar conta**

22

PASSO 6 - GMAIL

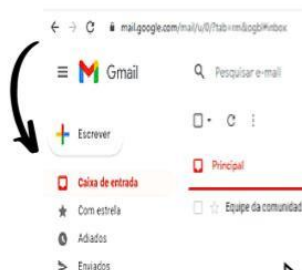
PRONTO!
E-mail criado com sucesso!



23

EXTRAS - GMAIL

- ▷ Para ler suas mensagens clique em **Caixa de entrada**
- ▷ Para escrever uma mensagem clique em **Escrever**



24

INSTALANDO APLICATIVOS

Para utilizar o **iFood**, **Uber** ou outros aplicativos é necessário instalar o mesmo no celular, caso o mesmo já não esteja instalado (baixado).

25

PASSO 1 - APLICATIVOS

- Procure no seu celular o aplicativo desejado, caso não encontre, procure a loja de aplicativos do seu celular



App Store - Para celulares com sistema operacional IOS. Exemplo: Iphone.



Play Store - Para celulares com sistema operacional Android. Exemplo: Samsung, Motorola, LG, Obabox.

26

PASSO 2 - APLICATIVOS

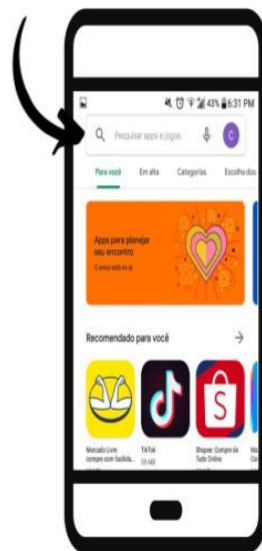
- Neste exemplo, o modelo do celular é Android. Portanto a loja de aplicativos é a Play Store.



27

PASSO 3 - APLICATIVOS

- Após acessar a loja, procure na barra de pesquisa o aplicativo desejado:



28

PASSO 4 - APLICATIVOS

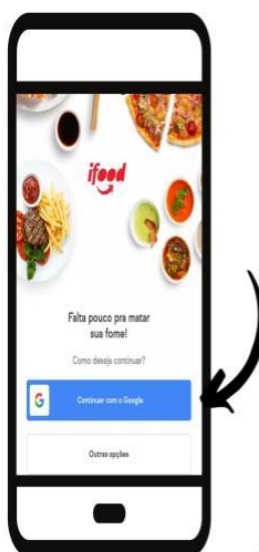
- Vamos instalar o aplicativo iFOOD...
- Após aparecer o ícone do aplicativo, clique em instalar



29

PASSO 5 - APLICATIVOS

- Selecione a opção "Continuar com o Google", para realizar sua identificação.



30

PASSO 6 - APLICATIVOS

- Informe seu e-mail ou telefone. E clique no botão "Próxima".



31

PASSO 7 - APLICATIVOS

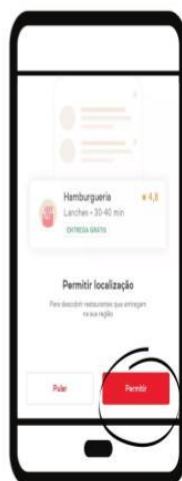
► Informe seu celular e escolha entre as opções Whatsapp ou SMS, para receber o código de verificação do Ifood. Anote-o



32

PASSO 8 - APLICATIVOS

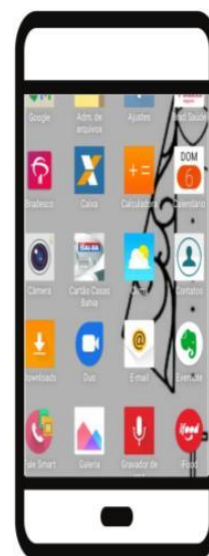
► Após digitar o código de verificação recebido e confirmar. Aparecerá a tela de permissão de acesso a localização. Clique em "PERMITIR".



33

PASSO 9 - APLICATIVOS

► Ifood Instalado!
Para outros aplicativos é o mesmo processo....



34

COMPRANDO NO ifood

Realizando a primeira compra no ifood

- Configurar forma de pagamento
- Cadastrar endereço de entrega
- Fazer um pedido...



35

PASSO 1 - IFOOD

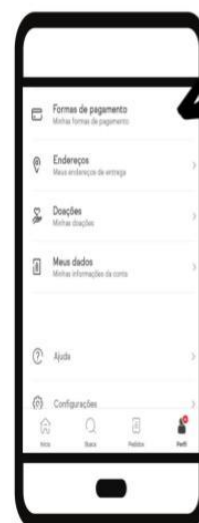
► Na tela inicial do ifood selecione "Perfil", no canto inferior direito. Para configurar a **forma de pagamento**.



36

PASSO 2 - IFOOD

Na tela de opções, clique em "**Formas de pagamento**", para definir qual forma irá utilizar para pagar seus pedidos.



37

PASSO 3 - IFOOD

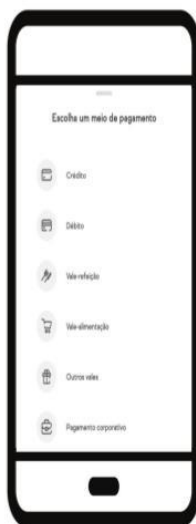
▶ Clique no botão "Adicionar novo cartão".



38

PASSO 4 - IFOOD

▶ Escolha a forma de pagamento desejada e então informe os dados solicitados.



39

PASSO 5 - IFOOD

Aqui aparecem os dados solicitados para a opção de pagamento no cartão de crédito, por exemplo:



40

PASSO 6 - IFOOD

Retorne a tela inicial do aplicativo e selecione "Perfil", no canto inferior direito. Para configurar ao endereço de entrega.



41

PASSO 7 - IFOOD

Na tela de opções, clique em "Endereços", para definir o endereço de entrega. O GPS do celular faz uma localização aproximada, mas é indicado conferir.



42

PASSO 8 - IFOOD

Preencha o endereço de entrega, informe se é endereço de casa ou do trabalho e clique no botão "Salvar endereço".



43

PASSO 9 - IFOOD

Forma de pagamento e endereços configurados!



Agora vamos pedir uma refeição...

44

PASSO 10 - IFOOD

Na tela inicial do ifood busque por restaurante ou o prato que deseja.

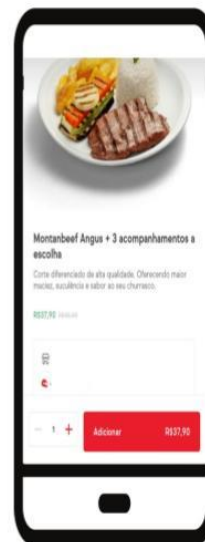
Utilize a barra de pesquisa na parte superior da tela, ou no botão "Busca" no rodapé da página.



45

PASSO 11 - IFOOD

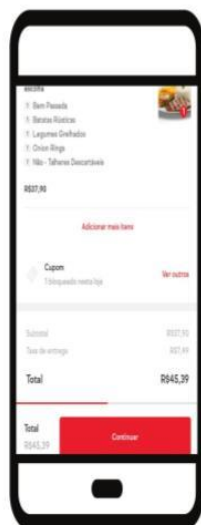
Selecione o prato desejado e clique em "Adicionar".



46

PASSO 12 - IFOOD

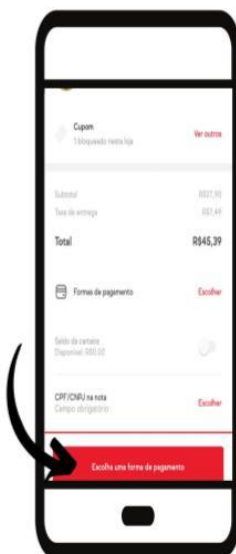
Confira o resumo do seu pedido, inclusive os acompanhamentos do prato. Clique em "Continuar."



47

PASSO 13 - IFOOD

Escolha a forma de pagamento e se deseja cadastrar CPF na nota fiscal.



48

PASSO 14 - IFOOD

Confira o pedido. Clique no botão "Fazer pedido"; PRONTO! Agora é só aguardar a entrega....



49

CHAMANDO UBER

Solicitando a primeira viagem com Uber:

- Ajustar forma de pagamento
- Solicitar viagem...



50

PASSO 2 - UBER

- ▷ Informe o número de celular com DDD.
Clique no botão "Avançar".



52

PASSO 1 - UBER

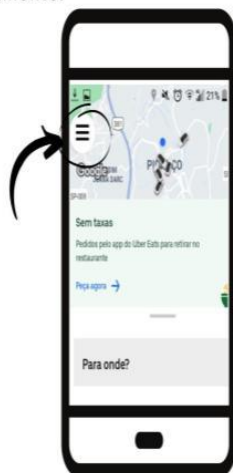
- ▷ Clique no botão "Começar" na parte inferior da tela;



51

PASSO 3 - UBER

- ▷ Na tela inicial do aplicativo selecione "MENU (3 barras)", no canto superior esquerdo. Para configurar a forma de pagamento.



53

PASSO 4 - UBER

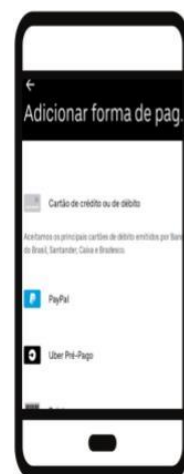
- ▷ Clique na opção "Pagamento", para configurar dados.



54

PASSO 5 - UBER

- ▷ Selecione a forma de pagamento desejada e informe os dados solicitados.



55

PASSO 6 - UBER

Existe a possibilidade de pagar em dinheiro, direto ao motorista da corrida, para isso selecione a opção "**dinheiro**" na forma de pagamento.



56

PASSO 7 - UBER

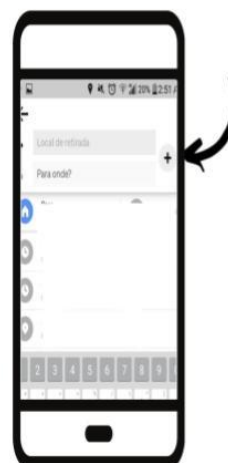
Para solicitar um carro, retorne a tela inicial do aplicativo. Digite na barra de busca o endereço de destino (nome da rua e número).



57

PASSO 8 - UBER

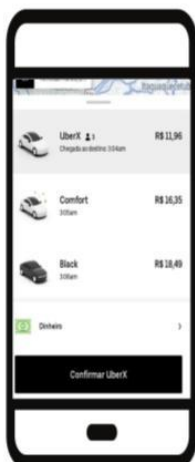
Confira o endereço de destino e também o endereço em que o motorista deve te buscar.



58

PASSO 9 - UBER

Selecione o tipo de carro que deseja e o valor da corrida (existem algumas opções de acordo com a região). Clique em "**Confirmar**" no rodapé da página.



59

PASSO 10 - UBER

- ▷ O aplicativo informará em quanto tempo o carro chega, a placa, modelo e nome do motorista.
- ▷ Sempre confirme esses dados antes do embarque.

PRONTO! Agora é só aguardar o Uber chegar....



60