



Relación de actividades formativas presenciales y gratuitas a realizar en los centros adheridos al Programa CYL Digital.

Estas actividades tendrán una duración de 3 horas.

- **Procesador de textos nivel inicial:** Se tratará de iniciar al alumno en el uso del procesador de textos para realizar, modificar y tratar sencillos documentos. El objetivo de esta actividad es dar los conceptos y nociones básicas sobre un procesador de textos.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán conocer el manejo del teclado y el ratón, y un uso básico del ordenador.
- *Requisitos del equipamiento del centro:* Disponer del software adecuado para la realización del curso: Word/Open Office.

- **Hoja de cálculo nivel inicial:** Se tratará de iniciar al alumno en la confección y manejo de una hoja de cálculo, dando formato a filas y columnas, aprendiendo a insertar fórmulas o crear gráficos a partir de los datos de la hoja.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán conocer el manejo del teclado y el ratón, y un uso básico del ordenador.
- *Requisitos del equipamiento del centro:* Disponer del software adecuado para la realización del curso: Excel/Open Office.



- **Introducción a las bases de datos:** Se explicará qué es una base de datos y para que se puede usar, cómo crear una tabla, como realizar un filtrado de datos o incluso como vincular tablas a partir de un determinado campo.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán conocer el manejo del teclado y el ratón, y un uso básico del ordenador.
- *Requisitos del equipamiento del centro:* Disponer del software adecuado para la realización del curso: Access/Open Office.

- **Ejercita tu mente con las TIC:** se tratará de activar la memoria de las personas mayores mediante entrenamiento específico con actividades y tareas que faciliten el ejercicio mental a través de las tecnologías (buscar diferencias, recordar objetos una vez visualizados, completa series, sopas de letras, vocabulario, memorizar frases, ciudades...).

- *Requisitos de los usuarios:* Este curso está destinado a personas mayores, con el objetivo de incentivar y activar su mente.

- **Correo electrónico:** se tratará de iniciar al alumno en el uso del correo electrónico como una de las herramientas de comunicación más importantes, útiles y asequibles que nos ofrecen las nuevas tecnologías.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán conocer el manejo del teclado y el ratón, y un uso básico del ordenador.
- *Requisitos del equipamiento del centro:* Disponer del software adecuado para la realización del curso: Outlook/ correo en Internet.



- **Aprende a hacer una videoconferencia con amigos y familiares:** Enseñar al alumno los elementos necesarios para realizar videoconferencias en el ordenador, en el teléfono o en la Tableta. También se mostrarán otras herramientas que permiten la comunicación con los seres cercanos.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán conocer el manejo del teclado y el ratón, y un uso básico del ordenador. Además, los usuarios deberán disponer de tableta o Smartphone.

- **Aprende a usar el WhatsApp.** Que el alumno aprenda a utilizar la aplicación de mensajería WhatsApp: enviar mensajes de texto, fotos y vídeos, el significado de los ticks al lado de los mensajes, compartir ubicación y contactos, crear grupos para chatear, cambiar estado, añadir y bloquear contactos, ajustes.

- *Requisitos:* Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Aprende a navegar por internet:** Iniciar al alumno en la navegación por Internet: los principales conceptos (página web, dirección o url, enlaces), herramientas básicas para acceder a la red (navegadores), tipos de contenidos e información que podemos encontrar en Internet y cómo acceder a ellos a través de los buscadores.

- *Requisitos:* Los usuarios deberán tener un conocimiento básico sobre el manejo del teclado y el ratón.

- **Organiza tu viaje por internet:** El alumno aprenderá a planear sus viajes de forma segura utilizando las numerosas herramientas disponibles en internet.



- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Uso básico del teléfono móvil:** da a conocer al alumno los elementos del teléfono, enseña las funciones más usadas como: llamada, agenda, mensajes, calendario, melodía volumen de llamada, silenciar el teléfono, copias de seguridad de los contactos, etc.

- Requisitos: Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Cómo hacer fotos con el teléfono móvil o la tablet y aprender a descargarlas en el ordenador:** Enseñar al alumno a realizar fotos, a compartir las fotografías obtenidas y saber manejar programas básicos de retoque de fotografías digitales desde el ordenador, teléfono o tableta.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán disponer de dispositivo móvil, Smartphone o tableta. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Teléfono móvil y Tablet para conectarse a internet:** el objetivo es mostrar cómo, a través de estos aparatos, tenemos una nueva forma de comunicarnos y de ver el mundo. Entender la diferencia entre Smartphone y tabletas y conocer las posibilidades que ambos ofrecen.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).



- **Saca partido a tu tablet.**: En esta actividad se enseñará qué es una tableta, los ajustes más importantes para poder sacar el máximo partido a este dispositivo móvil: opciones de configuración, cómo personalizarla, aplicaciones integradas, consejos sobre su limpieza y cuidado. Se mostrará el funcionamiento de los diferentes sistemas operativos en el mercado.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán disponer de un Smartphone o tableta con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Aplicaciones para teléfonos móviles o tabletas orientadas a la salud:** Aplicaciones que nos pueden ayudar en el cuidado de nuestra salud y en la mejora de nuestra calidad de vida (cómo solicitar una cita médica por internet, aplicaciones que nos avisan de cuando tomar nuestros medicamentos, entrenamiento para mejorar la memoria de forma divertida, como entrenador personal para controlar el ejercicio físico).

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Aplicaciones en tu móvil para orientarte en tus viajes:** De la gran variedad de aplicaciones móviles relacionadas con los viajes y el turismo a nuestra disposición, lo complicado es saber diferenciar cuáles nos pueden ser realmente útiles, cuáles son confiables y las funcionalidades que tienen cada una de ellas. En el taller se verán aplicaciones relacionadas con el transporte, alojamiento, ocio y restauración, recursos de turismo activo en nuestros teléfonos móviles, cómo encontrar y utilizar guías de destinos y, por último, utilidades de los teléfonos móviles en nuestros viajes.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).



- **Aplicaciones y herramientas en tu móvil para nuestras visitas culturales:** el conocer más acerca de las obras de arte, museos, exposiciones, en nuestras visitas de ocio es ahora mucho más sencillo. En el taller se verán aplicaciones gratuitas para visitas personalizadas en museos, para conocer exposiciones de arte y verlas desde tu propia casa, aprender a encontrar información para aprender más sobre Historia y Cultura de tu interés, así como otras utilidades para planificar visitas culturales.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Saca mayor partido a tu móvil con aplicaciones útiles para tu vida cotidiana.** El objetivo es mostrar al alumno cómo instalar y desinstalar aplicaciones en dispositivos Android e IOS, ver lector de códigos QR, aplicaciones de radio y música (Tunelln, Shazam), aprender a almacenar tus documentos en la nube (Dropbox, Drive), visualización de documentos PDF y escaneo de documentos (CamScanner).

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán disponer de un Smartphone con conexión a Internet (propia o a través del telecentro).

- **Búsqueda de empleo por internet:** El objetivo es ofrecer al alumno distintas vías o canales en Internet para la búsqueda de Empleo: a través de portales de empleo de las Administraciones Públicas, de portales de empleo genéricos y específicos por sectores, metabuscadores, empresas de empleo temporal, o desde la sección de “Trabaja con nosotros” de la página web de grandes empresas.

La actividad no se centra en entrar en cada uno de los portales web mencionados y registrarse, sino presentar al alumno las distintas opciones que puede encontrar en la red para realizar la búsqueda de empleo, el funcionamiento general de este tipo de portales, ventajas y desventajas que ofrecen, así como la forma general de trabajar con ellos.



- Requisitos de los usuarios: Orientado principalmente a personas de edad media en búsqueda de empleo. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Elabora tu currículum vitae:** El objetivo de esta actividad es que el alumno confeccione su propio currículum en un documento de texto (utilizando un procesador de textos como Word o Writer), y que reciba orientaciones y consejos sobre su redacción. Éste será el currículum base que deberá tener siempre actualizado y que le servirá de referencia para posteriormente ir completando la información en portales web o redes sociales profesiones en los que se le pedirá la misma información. También será el currículum base que servirá para hacer un CV adaptado a una oferta concreta de empleo a la que se desee presentar.

- Requisitos de los usuarios: Orientado principalmente a personas de edad media en búsqueda de empleo. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Crea un currículum vitae creativo y diferénciate de la competencia:** El objetivo de esta actividad es mostrar al alumno cómo crear un CV 2.0 para diferenciarse y crear su marca personal en la red. Durante el taller se darán a conocer herramientas para crear el CV 2.0 como por ejemplo Comoto, Visualize.me o Easy-cv.

- Requisitos de los usuarios: Orientado principalmente a personas de edad media en búsqueda de empleo. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)



- **Saca el máximo partido a las redes sociales en la búsqueda de empleo:** Esta actividad formativa trata la importancia de las redes sociales en la búsqueda de empleo y el uso de las principales en esta tarea: LinkedIn, Facebook y Twitter.

- *Requisitos de los usuarios:* Orientado principalmente a personas de edad media en búsqueda de empleo. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Crea y protege tu marca personal:** Esta actividad formativa muestra al alumno cómo crear su marca personal en la red para que le sirva para diferenciarse del resto y cómo afecta la identidad personal en la búsqueda de empleo. Tener una identidad digital puede influir positiva o negativamente en la búsqueda de trabajo, por eso es importante aprender y saber gestionar bien nuestra propia marca personal. El objetivo de la actividad es mostrar al usuario cómo crear una estrategia, un plan, para decidir cuál va a ser nuestra marca y cómo hacerla conocida.

- *Requisitos de los usuarios:* Orientado principalmente a personas de edad media en búsqueda de empleo. Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Protección de dispositivos y equipos:** El objetivo es informar y formar sobre la importancia de proteger adecuadamente nuestros equipos y dispositivos. En este taller se tratará desde las medidas de protección en equipos informáticos, hasta la seguridad en smartphones y tabletas, sin olvidarnos de comentar los principales aspectos sobre las conexiones seguras.



- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener unos conocimientos básicos de informática, y, preferiblemente, disponer de Smartphone o tableta.

- **Seguridad en internet: consejos y precauciones:** tratará sobre las precauciones para una navegación segura en ordenadores, teléfonos inteligentes y tabletas. Herramientas gratuitas de protección y desinfección para equipos informáticos. Aplicaciones y consejos de privacidad y seguridad de datos, información sobre conexiones seguras en el hogar y a través de redes wifi.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática). Los usuarios deberán preferiblemente, disponer de Smartphone o tableta.

- **Uso seguro de internet. Ciudadano digital responsable:** Esta actividad trata de concienciar sobre la importancia de estar al día de los riesgos y amenazas existentes en internet y las principales recomendaciones a tener en cuenta ante virus y programas maliciosos, en las contraseñas, uso de la nube, en los pagos online, usos de wifis públicas, redes sociales y el control parental.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática).

- **Seguridad con las contraseñas.:** Transmitir al alumno la importancia de tener contraseñas seguras para registrarse en servicios y páginas web en Internet. En él se pretende fomentar y dar unas nociones básicas relacionadas con la seguridad en Internet y en la elección de contraseñas.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y



saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática). Los usuarios deberán, preferiblemente, disponer de Smartphone o tableta.

- **Seguridad y privacidad en las redes sociales:** Esta actividad formativa trata de informar y formar sobre las medidas de protección que es necesario tomar cuando utilizamos las redes sociales.

- **Requisitos de los usuarios:** Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática, uso de redes sociales). Los usuarios deberán, preferiblemente, disponer de Smartphone o tableta.

- **La seguridad en tus gestiones online:** El objetivo de esta actividad formativa es sensibilizar y formar sobre las medidas de protección que es necesario tomar cuando navegamos por la red y realizamos gestiones online como la banca online, el comercio electrónico así como los principales fraudes que podemos sufrir por Internet.

- **Requisitos de los usuarios:** Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Privacidad e identidad en internet.** En esta actividad se tratará de los aspectos a tener en cuenta para preservar nuestra privacidad en la red, se aprenderá cómo gestionar la privacidad y qué herramientas podemos usar para gestionarla.

- **Requisitos de los usuarios:** Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)



- **Aprende a comprar por internet:** se enseñarán las herramientas y cosas a tener en cuenta en la compra por internet, cómo buscar el producto, la seguridad en los medios de pago y los derechos del consumidor.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Banca online:** se enseñará las gestiones habituales que se pueden realizar a través de internet, la seguridad desde el punto de vista del usuario y el pago online.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Servicios y aplicaciones en la nube:** se enseñará los diferentes tipos y funcionalidades de utilidad. Aplicaciones web más utilizadas. A gestionar tus archivos y almacenarlos en la nube.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Herramientas para el tratamiento de la imagen:** se mostrarán las diferentes herramientas gratuitas para editar imágenes, cómo obtener imágenes en internet,



cómo poner letra a las imágenes y, por último, se realizarán prácticas con un editor de fotos gratuito.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Presentaciones eficaces con herramientas TIC:** Se verán las herramientas para realizar presentaciones: PowerPoint online, Prezi y vídeo, y las herramientas gratuitas para crear infografías.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Crea una página web con Wordpress:** En esta actividad se dará a conocer la herramienta Wordpress para la creación y configuración de páginas web, conceptos básicos, elementos de un sitio web, temas, plugins, CSS, ajustes, usuarios y perfiles, SEO y analítica web.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Crea un blog con Wordpress.** En esta actividad formativa se muestra qué es un blog, cómo trabajar con wordpress.com, cómo conseguir, analizar y rentabilizar las visitas al



blog, recomendaciones sobre protección de datos, derechos de autor, seguridad y privacidad.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)

- **Edición de vídeos con teléfonos móviles o tabletas.** En esta actividad el alumno aprenderá a realizar su primer proyecto audiovisual, paso a paso, a grabar con la videocámara, a montar imágenes y sonido, realizando como práctica un pequeño vídeo.

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática). El usuario deberá disponer de Smartphone o tableta para realizar las grabaciones.

- **Edita tus fotos con GIMP:** En esta actividad se enseñará a utilizar el programa GIMP para transformar fotografías, qué ventajas tiene este programa frente a otros, cómo instalarlo, cómo colorear partes de una foto, composición de fotos, aplicar filtros a las fotografías...

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática)



- **Creación y gestión de un canal de Youtube.** En esta actividad se mostrará qué es Youtube, cómo abrir un canal, posicionamiento, subir vídeos y crear listas de reproducción, editar vídeos en Youtube, diseño, derechos de autor.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática).

- **Certificación digital y administración electrónica:** Instalación del Certificado Digital en los diferentes navegadores de un ordenador personal y uso del DNIe. Requisitos necesarios y principales utilidades. Algunas páginas web para realizar trámites administrativos on-line. La notificación electrónica. Errores habituales y sus soluciones.

- *Requisitos de los usuarios:* Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática).

- **Principales servicios ofrecidos por las sedes electrónicas de la Junta de Castilla y León, de la Administración Local y la Administración General del Estado:**

- La web tramitacastillayleon
- Trámites con la Junta de Castilla y León (familiares, ayudas, servicios sanitarios, empleo, impuestos).
- Trámites en la Administración General: Seguridad Social, la Agencia Tributaria, la DGT y el portal 060.
- Trámites en Entidades locales: solicitud de alta y empadronamiento.



- Trámites en la vida cotidiana (compañías energéticas, de telecomunicaciones, seguros o sanidad privada).

- Requisitos de los usuarios: Los usuarios deberán tener un buen manejo del teclado y el ratón, así como conocimientos básicos de informática (navegar por Internet, disponer y saber utilizar el correo electrónico, utilizar herramientas de ofimática).