



Favorire la  
partecipazione  
sociale e digitale  
degli anziani

Digital  
Training



Modulo  
2

Digital Training



Cofinanziato dal  
programma Erasmus+  
dell'Unione europea



Il sostegno della Commissione Europea per la produzione di questa pubblicazione non implica la condivisione dei suoi contenuti che riflettono esclusivamente le idee degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso venga fatto delle informazioni qui contenute.

© Bridge the Gap! Consorzio  
Design: Verena Blöchl



**CC BY-SA**

This license lets others remix, adapt, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms.

## Modulo 2

# L'invecchiamento in un'era sempre più digitale

Con questo  
modulo:

- ( **Imparerai** le implicazioni dell'invecchiamento in un'era sempre più digitale,
- ( **Esplorerai** alcuni dei benefici derivanti dall'uso degli strumenti digitali,
- ( **Scoprirai** come utilizzare alcuni strumenti educativi pratici e interessanti disponibili online.

# Invecchiare in un'era sempre più digitale

Per vivere con un'alta qualità della vita, possiamo presumere che sia fondamentale che le persone vivano il più a lungo possibile in modo autosufficiente e autonomo.

Ciò richiede sia un mondo senza barriere che comunità che sostengano l'autonomia e la partecipazione sociale. La partecipazione sociale, dall'altra parte, implica sempre di più anche la partecipazione digitale.



© GESOBAU AG

# Invecchiare in un'era sempre più digitale

La partecipazione sociale comprende sempre più la partecipazione digitale, poiché la digitalizzazione trasforma quasi tutte le aree della nostra società. Le ICT influiscono sulla nostra vita quotidiana in molti modi, sia al lavoro che a casa, ad esempio quando si comunica, si accede alle informazioni o si acquistano beni o servizi online. Richiede nuove conoscenze e abilità per poter partecipare pienamente alla società.

L'accesso alla tecnologia digitale e l'uso diffuso dei servizi online hanno acquisito lo status di diritti sociali (diritti digitali).



© Claus Schindler

# Invecchiare in un'era sempre più digitale

Durante il nostro progetto abbiamo generalmente riscontrato che l'uso di strumenti digitali significa maggiore libertà e indipendenza per molte persone anziane. Tuttavia, per coloro che non hanno un'alfabetizzazione digitale sufficiente, il progresso della digitalizzazione significa una crescente dipendenza dagli altri.



Cosa pensi di questa  
affermazione?

“Gli strumenti digitali  
aiutano i cittadini più  
anziani a superare la  
solitudine, migliorando  
l'autostima, l'apprendimento  
permanente, l'interazione  
sociale e quindi anche la  
partecipazione sociale.”

Vice-presidente dell'Assemblea  
legislativa dell'Emilia-Romagna

Alcune voci dei nostri  
partecipanti sull'invecchiamento  
in un mondo sempre più digitale:

---

"Vieni catapultata  
nella vecchiaia e  
nella solitudine se  
non approfitti di  
queste opportunità"

donna, 86, Germania

---

---

"Durante il lockdown  
abbiamo festeggiato  
cinque compleanni con  
Zoom. Non si poteva  
uscire e celebrare come  
facevamo prima, eppure  
ci siamo divertiti a  
farlo online."

donna, 74 anni, Lituania

---

---

"Abbiamo urgentemente  
bisogno di cambiamenti e  
il cambiamento può venire  
anche dagli anziani: questo  
è la ragione per la quale  
va migliorata la loro  
alfabetizzazione  
digitale."

uomo, 85 anni, Italia

---

Alcune voci dei nostri  
partecipanti sull'invecchiamento  
in un mondo sempre più digitale:

---

"Il vantaggio principale  
nell'acquisire  
competenze digitali é  
essere preparati per il  
futuro e restare  
indipendenti dagli  
altri."

uomo, 74 anni, Paesi Bassi

---

---

"Nelle nostre attività per  
quartieri per tutte le età  
potremmo dire che siamo  
come giornalisti: Cosa mi  
serve per rendere pubblica  
una storia? Informazione  
che deriva dalla ricerca  
online come primo passo,  
ad esempio."

donna, 75 anni, Austria

---

# Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

Qui trovate un elenco di diversi strumenti digitali e argomenti correlati.

Please Abbinare per favore ciascun strumento digitale con l'argomento appropriato:

Operazioni bancarie online

Informazione e conoscenza

Calendario personale online

Argomenti finanziari

Tablet

Organizzazione quotidiana

Giornali online

Dispositivo tecnico

Strumenti per video-conferenze (Skype, Zoom)

Intrattenimento

Radio online

Fotografia / Video

Software per l'editing fotografico

Mobilità

Applicazione per il trasporto pubblico

Comunicazione

Qui trovi alcuni argomenti e strumenti discussi durante uno dei corsi di formazione in Germania.

Forse te ne sono venuti in mente di uguali o di simili, oppure alcuni potrebbero essere nuovi per te.

→ E' un'opportunità di cercarli online o di chiedere a qualcuno che conosci se ha già familiarità con quelli che sono nuovi per te. 😊

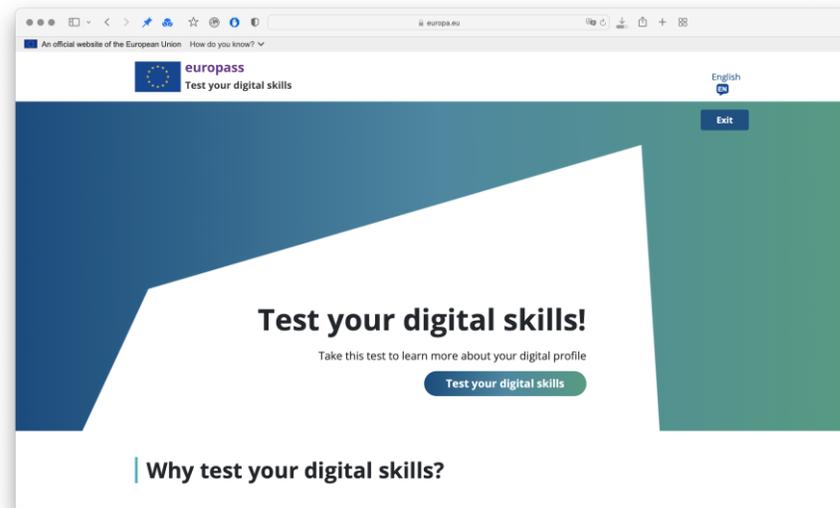


Vuoi testare le tue abilità digitali?  
Due strumenti di autovalutazione consigliati:



### MyDigiSkills di ALL DIGITAL

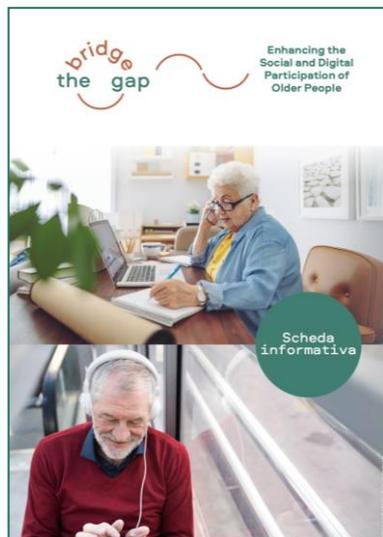
Autovalutazione delle competenze digitali, si compone di 82 domande in cinque aree, basate sul progetto DigCompSAT del Joint Research Council della Commissione Europea. Richiede la registrazione. Tempo previsto per completare l'autovalutazione: circa 20 minuti.



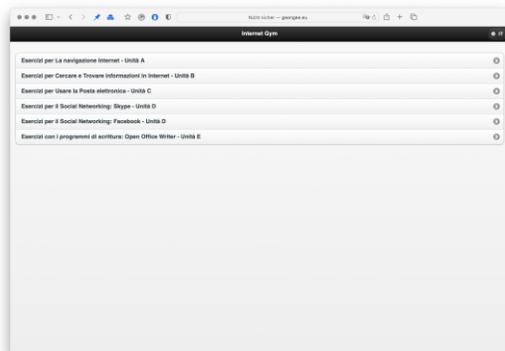
### Digital skills test di Europass

Autovalutazione delle competenze digitali. Non è richiesta la registrazione. Tempo previsto per completare l'autovalutazione: circa 25 minuti.

# Some helpful links to resources and learning materials...

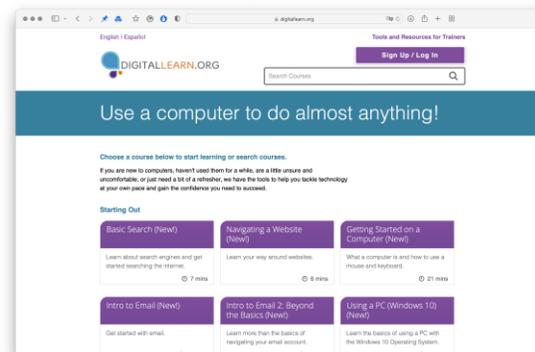


**[Bridge the Gap!](#)**  
**[L'opuscolo informativo](#)**



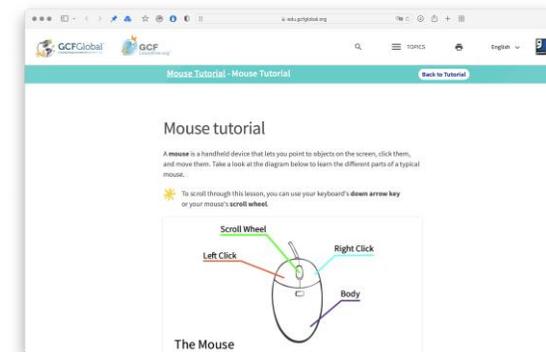
**[Il progetto europeo Grandparents & Grandchildren: "Internet Gym" \(moduli di apprendimento digitale\)](#)**

Qui, gli utenti possono elaborare le informazioni da soli. È suddiviso in diverse unità didattiche che si occupano di visitare siti Web, funzioni di ricerca, e-mail, programmi Facebook, Skype e OpenOffice



**[Video di corsi gratuiti online – DigitalLearn](#)**

Questo sito Web offre corsi video che durano da 5 a 36 minuti. Si concentrano sulle competenze di base relative all'uso del computer o di Internet. Ci sono anche video su dispositivi mobili, sicurezza online, acquisti online e dispositivi di lavoro.



**[Mouse tutorial – GFC Global](#)**

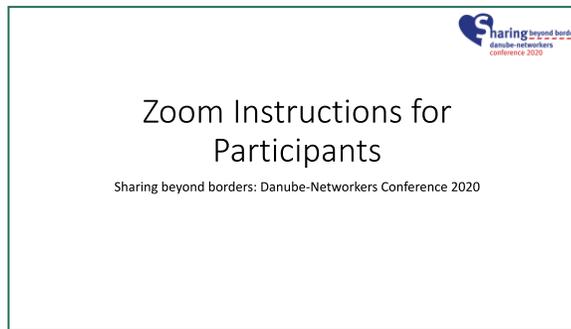
Guida per principianti all'uso del mouse, con esercizi pratici.

# Some more practical resources:



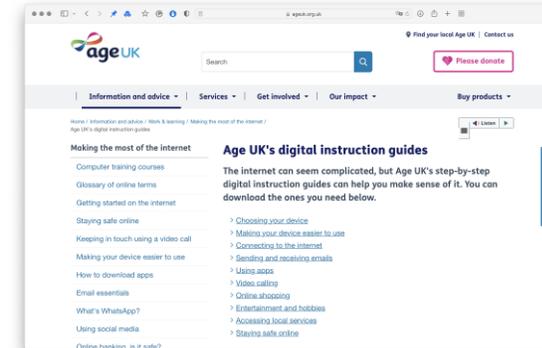
## LearnMyWay

Tutorial e video online su argomenti importanti come sicurezza online, nozioni di base, programmi per ufficio, uso del computer ecc. Alcuni contenuti richiedono la registrazione.



## Zoom Instructions for Participants – Danube-Networkers Conference 2020

Questo manuale è stato originariamente indirizzato ai partecipanti alla Conferenza sulle reti del Danubio nel 2020. Ma offre ancora ottime informazioni per il primo utilizzo di Zoom che possono essere utili a chiunque.



## Step-by-step Digital Instruction Guides from Age UK (video conference, Apps, online shopping etc.)



**Congratulazioni! Avete completato con successo il secondo modulo della nostra Formazione Digitale!**

Interessati a seguire il modulo 3 su „ Vediamo insieme strumenti pratici che favoriscono la partecipazione attiva nel vostro quartiere / nella vostra città?“ Cliccare sul Modulo 3 qui sotto.