



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Mejores prácticas y saber cómo hacerlas
Padova, Italia, 20-24th of March 2017

1er Evento Internacional de Formación

Project 2016-1-ES01-KA204-025159 ERASMUS+

Sharing effective educational practices and systematizing a training competences programme for employment and inclusion for vulnerable adults



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -

Descubre tu pasión tecnológica interna!
Desde 2005, nuestra asociación propone formación y talleres sobre el uso de herramientas y servicios digitales. Nuestras actividades están dirigidas a personas de la tercera edad con el objetivo de reducir la brecha digital.

Las herramientas digitales no son tan difíciles de manejar, todo lo que necesitas es dominarlas!

Actividades de E-SENIORS

3 areas:



Formación TIC
Para los mayores
parisinos



Proyectos Europeos
Compartir buenas
prácticas en la
innovación digital
en toda la UE

Proyectos locales
Diseñados para
todas las edades y
fomentando la
solidaridad

E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -

Alfabetización digital



- **Población objetivo:** Personas mayores (+50 años), todos los niveles incluidos.
- **Contenido:** Redes sociales (FB, Twitter), Conceptos básicos, Internet, PC o MAC, iOS o Android (tablet y smartphone).
- **Duración:** 8 sesiones por trimestre, de 1h30 a 2h
- **Método:** pedagógico, paciente, buen contacto social.
- **Participantes:** 4 alumnos cada 1 formador, 8 personas por taller máximo.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Primeros auxilios digitales

- **Población objetivo:** estudiantes de último año, miembros de E-Seniors.
- **Contenido:** identificación de problemas de primer nivel relacionados con el material digital.
- **Duración:** 2h por semana todo el año.
- **Participantes:** a petición y individualmente.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Talleres Foto Digital

- **Población objetivo:** Jubilados / mayores (+50 años), todos los niveles.
- **Contenido:** el foramdor se adapta al nivel de los alumnos y sus demandas.
- **Duración:** 5 talleres, 2h cada uno durante todo el año.
- **Perfil del formador:** tener buenas habilidades en herramientas y software de fotografía digital.
- **Participantes:** 1 entrenador para 3 alumnos.



Talleres: herramientas digitales para buscadores de empleo

- **Población objetivo:** Solicitantes de empleo sin conocimiento digital.
- **Contenido:** paquete MSOffice; Sitios web de búsqueda de empleo; Soporte para CV, carta de motivación, solicitudes de empleo.
- **Duración:** 8 sesiones, 2h cada una, durante dos semanas.
- **Perfil del formador:** Duo: Experto de Microsoft Office y alumno.
- **Participantes:** 1 formador cada 4-5 internos, 10 personas máximo.



© Can Stock Photo - csp10611082

Emprendimiento en la Web

- **Población objetivo:** Solicitantes de empleo sin habilidades digitales o personas mayores que buscan ingresos adicionales.
- **Contenido:** Ayuda en la definición del proyecto personal; Conceptos básicos de gestión y comunicación; Habilidades computacionales; Ayuda personal para cada proyecto.
- **Duración:** De 10 a 20 sesiones, 3 sesiones semanales, 2h cada una.
- **Perfil del formador:** expertos de campo.
- **Participantes:** 1 formador cada 4 alumnos, 8 personas como máximo.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



E-Administración

- **Población objetivo:** Jubilados, Solicitantes de empleo, asistentes sociales.
- **Contenido:** aprender a navegar por los sitios web de administración.
- **Duración:** 2h por sesión; bajo demanda
- **Perfil del formador:** pedagógico, buen contacto social, paciente, fondo de TIC.
- **Participantes:** 1 formador cada 4 pasantes, 8 personas como máximo.



Animación de juegos intergeneracionales

- **Población objetivo:** Senior / junior duos
- **Contenido:** cuestionarios; Juegos de dibujo; Juegos de simulación; Ping-pong, bolos (juegos físicos), juegos de cartas.
- **Duración:** 2h por sesión; Bajo demanda.
- **Perfil del formador:** Buen contacto social, habilidades en los dispositivos desplegados para los juegos.
- **Participantes:** 40 participantes como máximo (personas mayores y juniors), 8 personas de E-Seniors.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Caza digital del tesoro

- **Población objetivo:** Personas mayores o jubiladas (mayores de 50 años), utilizando una tableta o un teléfono inteligente con red 3G y código QR.
- **Contenido:** Actividades al aire libre con soporte digital, fomento de la movilidad de los mayores (así como el uso de las nuevas tecnologías).
- **Duración:** 2h por sesión; Bajo demanda.
- **Perfil del formador:** Miembros del equipo de E-Seniors.
- **Participantes:** max10 participantes, acompañados por 4 o 5 formadores.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Club de conversación en inglés

- **Población objetivo:** Mayores de 50 años o jubilados, dispuestos a aprender Inglés.
- **Contenido:** Actividades basadas en la conversación en inglés para estimular a los mayores a hablar libremente y sin barreras.
- **Duración:** sesiones bimensuales de 1h30 a 2h, todo el año.
- **Perfil del formador:** Nativo.
- **Participantes:** max. 20 participantes, 1 formador.

**SPEAK
ENGLISH!**

E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -

Creación y publicación de MOOCS (cursos en línea)



- **Población objetivo:** Todos los interesados en el aprendizaje permanente y los dispositivos digitales para este ámbito.
- **Contenido:** temas específicos, como caminar, clases de salsa, golf, etc.
- **Duración:** 4 secuencias de 1h. cada una. Las novedades se publican cada 2 semanas.
- **Participantes:** sin límite.

The screenshot shows a MOOC interface for the course "Fun Walking and Golden Ageing". At the top, there is a video player with a play button. Below the video, there is a section titled "À propos de ce cours / About This Course" with text in French and English. On the right side, there is a sidebar with a "S'inscrire" (Sign up) button, social media icons, and course details: "Fin d'inscription: 03 sep 2017", "Début du Cours: 23 jun 2017", "Fin du cours: 14 sep 2017", and "Effort estimé: 01 h 30 minutes".

E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Organización de conferencias

- **Población objetivo:** Todo el público interesado en el envejecimiento activo y digital: personas mayores, jubilados, cuidadores profesionales, organizaciones privadas y públicas, nuevas empresas.
- **Contenido:** encuentro entre personas de la tercera edad y participantes en el envejecimiento activo, actividades digitales, etc., organización de mesas redondas, grupos de discusión, exposiciones, conferencias, demostraciones, etc.
- **Duración:** medio o un día con pausas.
- **Participantes:** aproximadamente 100 personas, inscripción obligatoria.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



"Eventos de la semana azul" (semana nacional de jubilados)

- **Población objetivo:** Todos los grupos interesados en el envejecimiento activo y las nuevas tecnologías: personas mayores, jubilados, cuidadores, organizaciones privadas y públicas.
- **Contenido:** cada conferencia aborda un tema específico como la utilización de tabletas, nuevas "aplicaciones para la salud", turismo de los mayores. El tema se elige de acuerdo a las necesidades / intereses de los mayores.
- **Duración:** Un día o medio, con una o varias pausas
- **Participantes:** 100, se requiere un pre-registro.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



Talleres de co-creación sobre servicios digitales

- **Población objetivo:** Personas mayores autónomas sin ningún problema de salud en particular; Cuidadores formales e informales.
- **Contenido:** El tema del taller depende de los proyectos en curso que desarrollan diversos servicios, como plataformas en línea, sensores conectados, juegos serios, etc.
- **Duración:** una sesión toma alrededor de 2h, las sesiones se organizan según la necesidad de los proyectos en curso.
- **Participantes:** 4 participantes para 1 entrenador, un grupo de max8 personas.



E-SENIORS

- LA VIDA COMIENZA A LOS 50 -



EURAG y Taller de formación en memoria

- **ESE es miembro de EURAG** (Federación Europea de Personas Mayores) Participación en el Taller de Capacitación de la Memoria sobre la base regular.
- **Población objetivo:** grupos objetivo diferentes: personas mayores sanas, personas con MCI y demencia.
- **Contenido:** Diferentes ejercicios centrados en la memoria y la estimulación cognitiva.
- **Duración:** una sesión dura alrededor de 3h.
- **Participantes:** bajo petición.

