



Competenze informatiche

Strumento 32. L'importanza del PC e come usarlo

OBIETTIVI

- ✓ Fornire una breve introduzione su come usare il computer

IMPLEMENTAZIONE PASSO DOPO PASSO

I seguenti argomenti possono essere affrontati in sessioni di formazione a seconda delle necessità (alcune partecipanti potrebbero già avere alcune competenze informatiche).

1. Perché usare il computer?

È importante fornire alle partecipanti storie di successo di persone che non erano abituate ad usare il computer. La facilitatrice può affermare ad esempio che il suo lavoro è migliorato grazie all'uso del computer.

La facilitatrice mostra i seguenti video:

(<https://www.digitallearn.org/courses/why-use-a-computer>):

- I computer non fanno per me - 06: 00min.
- Sono sopraffatta - 05: 00 min.
- La sicurezza - 04: 00min.

Questo corso di apprendimento si conclude con un esercizio attraverso il quale le partecipanti rispondono alle seguenti domande:

- I pro e i contro dell'uso del computer e di Internet
- Scala dell'importanza: su una scala da 1 a 10, quanto è importante per te imparare ad usare un computer o fare pratica?
- Scala della fiducia: su una scala da 1 a 10, quanto sei sicura di poter imparare a usare un computer e Internet?

Lavoro individuale: definire un obiettivo

- Stabilisci due obiettivi che puoi realizzare nelle prossime due settimane che ti spingeranno a migliorare l'utilizzo di un computer. Assicurati di includere una scadenza per il raggiungimento dell'obiettivo.

2. Iniziare ad usare un computer

In questa sessione le partecipanti impareranno cos'è un computer e come usare un mouse e una tastiera.

La facilitatrice mostra i seguenti video:

(<https://www.digitallearn.org/courses/getting-started-on-a-computer>)

- Cos'è un computer 02: 30min.
- Il mouse 05: 30min.
- La tastiera 05: 30min.
- Porte: 30 minuti.



3. Utilizzare un PC

È importante assicurarsi che le partecipanti abbiano già familiarità con i due argomenti precedenti. La facilitatrice mostra i seguenti contenuti:

(<https://www.digitallearn.org/courses/using-a-pc-windows-10>):

- Cos'è Windows
- Il desktop
- File e cartelle
- Lavorare con Windows
- Salvataggio e chiusura di file
- Eliminazione di file

TEMPO E RISORSE

TEMPO	2 ore
MATERIALI E RISORSE	PC, proiettore, flipchart, evidenziatori



Strumento 33. La ricerca in Internet

OBIETTIVI

- ✓ Fornire una breve introduzione su come fare ricerche in Internet, in particolare per la ricerca di un lavoro.

IMPLEMENTAZIONE PASSO DOPO PASSO

1. Ricerca generale: come fare ricerche su internet

La facilitatrice presenta alcuni consigli per migliorare la ricerca su Internet contenuti in questo articolo: <https://www.techrepublic.com/blog/10-things/10-tips-for-smarter-more-efficient-internet-searching>

2. Ricerca del lavoro

La facilitatrice presenta i principali siti di ricerca di lavoro nel proprio Paese / regione. Ogni partecipante naviga su questi siti web per 30 minuti e spiega le difficoltà che può avere.

TEMPO E RISORSE

TEMPO	2 ore
MATERIALI E RISORSE	Stanza con dei PC, proiettore



Strumento 34. Uso sicuro dei social media

OBIETTIVI

Gli esercizi suggeriti in questa categoria consentiranno alle donne di:

- ✓ Navigare in Internet in sicurezza
- ✓ Utilizzare gli smartphone in modo sicuro e disattivare il GPS
- ✓ Evitare di incorrere in spese indesiderate
- ✓ Usare i social media in modo sicuro
- ✓ Capire le cose più importanti da fare per navigare in sicurezza su internet

IMPLEMENTAZIONE PASSO DOPO PASSO

1. Il ruolo e l'uso dei social media e i loro benefici per le nostre vite

La facilitatrice presenta le seguenti informazioni sotto forma di lezione o presentazione e pone delle domande.

“Oggi giorno i social media giocano un ruolo importante nella nostra vita, li usiamo per tenerci in contatto con i nostri amici e fare nuove amicizie. Inoltre, i social media sono un modo per mostrare al mondo cosa stiamo facendo, attraverso foto o video. Questi strumenti sono tutti molto utili, ma permettono ad altri di controllare la nostra vita?”

Qualche anno fa i social media non erano ancora così conosciuti, ma oggi le persone li usano praticamente per qualsiasi cosa nella loro vita quotidiana. Perché la gente compra i CD quando abbiamo Youtube? Perché le persone comprano i giornali quando abbiamo Facebook e Twitter? Quando ci svegliamo non abbiamo bisogno di uscire dal letto per vedere cosa succede nel resto del mondo. Tutto sembra più facile con i social media. Ma la presenza dei social media nella nostra vita quotidiana è eccessiva?

Navigare sui social media può farti sentire connessa a una comunità più ampia, ma è un falso senso di connessione. I social media possono rendere difficile per noi distinguere tra quelle che sono le relazioni importanti del mondo reale e relazioni nate sui social media. A causa delle nostre relazioni con i social media ci sarà una maggiore probabilità che le nostre relazioni nel mondo reale si indeboliscano.

Il secondo impatto negativo dei social media è che le persone sono esposte ad abusi informatici. Attraverso i social media è più facile minacciare le persone in modo anonimo e questo porterà profondi danni psicologici alle persone che subiscono questi abusi. I social media sono molto utili per le aziende per rimanere in contatto con i loro clienti e ottenere informazioni importanti su di loro, ma c'è anche un lato negativo: le informazioni personali sono facilmente reperibili”.

Alcuni fatti sconvolgenti:

- Ogni foto caricata su Facebook diventa proprietà di Facebook
- Una volta che clicchi mi piace su un sito o vi prenoti una vacanza, esso è in possesso dei tuoi dati e può inviarti offerte o altre comunicazioni
- Quando il GPS del nostro telefono è attivo, siamo rintracciabili al 100%.

2. Suggerimenti per l'utilizzo sicuro dei social media

La facilitatrice presenta le seguenti informazioni sotto forma di lezione o presentazione e pone delle domande.

“Usare i social network significa condividere informazioni online con altre persone, ma ci sono alcune informazioni che non dovresti mai condividere online. La protezione di queste informazioni può aiutare a prevenire qualsiasi cosa, dal furto della tua identità alla tua sicurezza fisica. Non

condividere mai il tuo codice fiscale (comprese le ultime 4 cifre), la data di nascita, l'indirizzo di casa, il numero di telefono (il telefono aziendale può essere un'eccezione) e il luogo in cui sei nata.

I social network oggi offrono agli utenti un maggiore controllo delle impostazioni sulla privacy. Non dare per scontato che devi selezionare tutte le impostazioni che il sito ti offre. Controlla le sezioni sulla privacy per vedere le opzioni per limitare chi può vedere le tue informazioni personali.

Vuoi mettere online il tuo curriculum completo affinché tutti possano vederlo? Probabilmente no. Sarebbe troppo facile utilizzare le tue informazioni per compilare una richiesta di prestito in banca. Limita i dettagli sulla tua esperienza di lavoro su siti come Facebook. Cancella la cronologia delle chat dal tuo telefono / computer, questo liberarti da eventuali brutte situazioni.

È facile configurare un sito Facebook o LinkedIn utilizzando un'identità falsa, inclusi i collegamenti a siti fasulli. Ciò significa che devi verificare che una pagina che afferma di appartenere a un amico appartenga effettivamente a quella persona prima di condividere troppe informazioni o fare clic sui link.

Non pubblicare un post online scrivendo cose come ad esempio: "Via per il fine settimana ... Ritorno lunedì". Gli strumenti di micro-blogging che hanno la funzione "Cosa stai facendo adesso?" come Twitter Facebook, LinkedIn e altri social network rendono disponibili ad amici ed estranei informazioni che non vorresti diffondere. Sii consapevole delle informazioni che pubblichi e che altri potrebbero usare per scopi pericolosi.

Una buona idea è cercare il tuo nome su Google e controllare il profilo che altri vedono sui social network. Puoi così vedere dove appari e quali informazioni sono visibili su di te. In questo modo puoi intervenire e modificare le impostazioni del tuo profilo in modo adeguato. Puoi fare questa ricerca una volta al mese.

La crescita dei social network implica che i siti possono utilizzare le tue informazioni per venderti prodotti. Quali informazioni dal tuo profilo possono essere utilizzati dai plug-in come le applicazioni di Facebook? Consulta le norme sulla privacy del sito, controlla le informazioni che rendi accessibili e attiva le impostazioni sulla privacy.

Accettare richieste di amicizia da persone che non conosciamo può essere pericoloso. Lo fai spesso? In quali condizioni?"

3. Quiz sull'uso sicuro dei social media

La facilitatrice divide le donne in squadre in base al numero di partecipanti. I gruppi hanno 10 minuti di tempo per discutere dei contenuti dell'articolo. Si dà in seguito il via a una gara sulla base di domande poste dalla facilitatrice (le domande per il quiz sono alla pagina seguente). Dopo ogni domanda il gruppo ha 10 secondi per decidere quale sia la risposta giusta. La facilitatrice segna i punti mano a mano. Ogni risposta giusta equivale a 1 punto.

Alla fine della gara, le partecipanti hanno 10 minuti per condividere opinioni. Esempi di domande per la discussione finale: come ti senti?; Sei più informata ora ?; Hai imparato qualcosa di nuovo?; Le informazioni sono state utili? Perché?; C'è qualcos'altro di cui vorresti discutere?

4. Creazione di un profilo Facebook/Twitter/Youtube

L'attività consiste in due parti: la prima prevede la creazione di profili personali da parte delle partecipanti, la seconda prevede una discussione su quello che di nuovo hanno notato durante la creazione dei loro account. La domanda guida è: il loro approccio era in qualche modo diverso prima della formazione?

TEMPO E RISORSE

TEMPO	2 ore
MATERIALI E RISORSE	Proiettore, computer o smartphones o tablet per i partecipanti, dispense.



Quiz sull'uso sicuro dei social media

Domande per il Quiz:

- C'è un modo per verificare chi può vedere i tuoi post?
- È importante modificare le impostazioni sulla privacy?
- Le cinque cose che non dovresti mai condividere su Facebook sono...?
- Scriveresti le tue password, numeri PIN, numero di conto bancario, dati della carta di credito, codice fiscale sul tuo telefono / computer per poterli reperire facilmente?
- Vuoi condividere la tua data di nascita, l'indirizzo di casa o il numero di telefono di casa sul tuo account dei social media?
- Se un tuo amico ti chiede di fornire i tuoi dati personali online (tramite Skype o chat di Facebook), lo faresti?
- Sei obbligato a usare le impostazioni del sito su cui ti stai registrando?
- Per quali scopi le persone possono utilizzare le informazioni personali che hai condiviso su Facebook?
- Qualcuno può chiedere un prestito dalla tua banca fingendo di essere te?
- I siti possono utilizzare le tue informazioni per venderti prodotti?
- È pericoloso accettare la richiesta di amicizia su Facebook di persone che non conosci?
- Come dovrebbe essere una password sicura?



Strumento 35. Caso studio: finte offerte di lavoro

OBIETTIVI

- ✓ Mostrare alle partecipanti il pericolo dietro a offerte di lavoro false
- ✓ Capire come distinguere un'offerta di lavoro finta da una reale
- ✓ Far comprendere quali possono essere i pericoli di un invito a un falso colloquio di lavoro.

IMPLEMENTAZIONE PASSO DOPO PASSO

La facilitatrice presenta alcuni esempi di offerte di lavoro false (cercate e preparate in anticipo). Si possono trovare su internet, giornali o programmi televisivi.

Un'altra opzione è dividere le donne in gruppi, dare loro il tempo di leggere diverse offerte di lavoro false. Dare ai gruppi 10 minuti di tempo per discuterne. In seguito ogni gruppo presenta il suo caso in plenaria.

L'esercizio termina con una discussione in cui le partecipanti fanno una lista di tutte le caratteristiche che contraddistinguono un'offerta di lavoro falsa.

TEMPO E RISORSE

TEMPO	20 minuti
MATERIALI E RISORSE	PC, proiettore.
