



FORMACIÓN DE VOLUNTARIADO AFAL CT

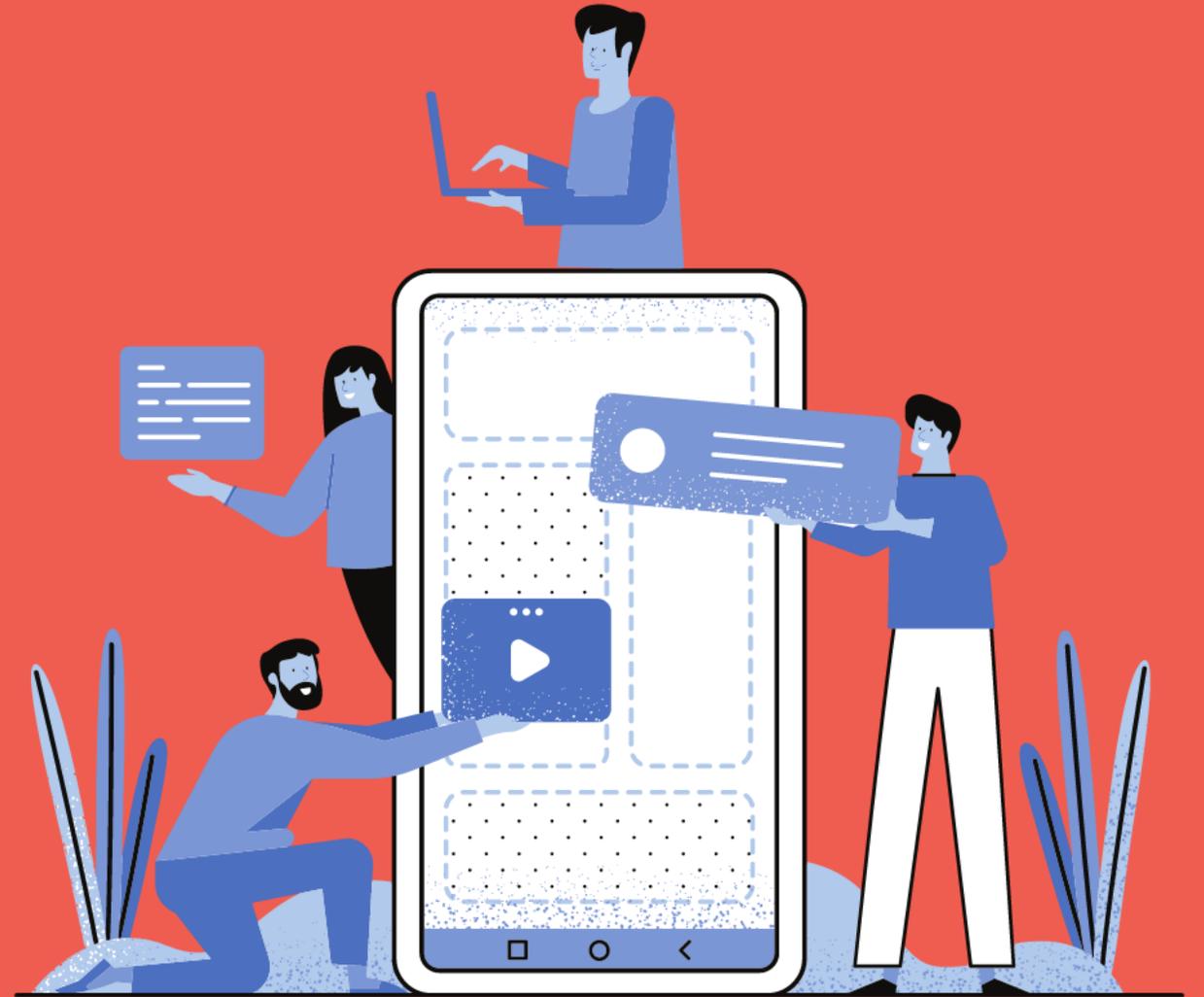


Cartagena y comarca

Ayudas tecnológicas y Apps

Nº de colegiado 2263

**¿Para qué son
útiles
las nuevas
tecnologías?**



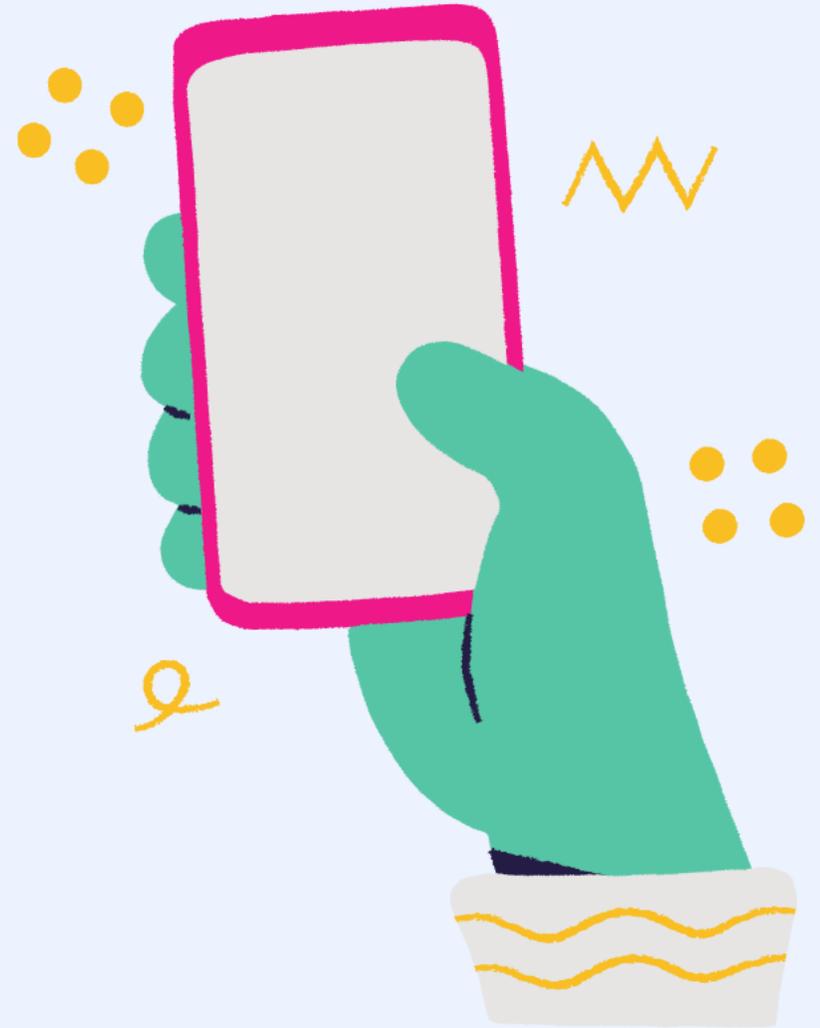
Nos aportan



- **Facilitan comunicación**
- **Alternativa de ocio**
- **Ayuda en nuestra vida diaria**

El poder de las APPS

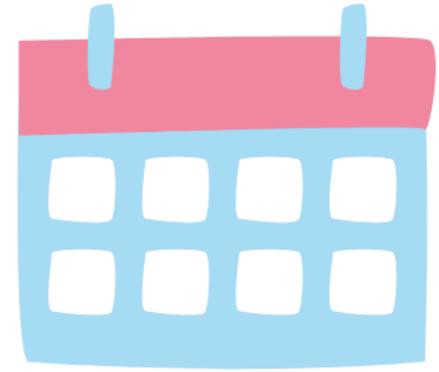
¿Para qué las
usamos?



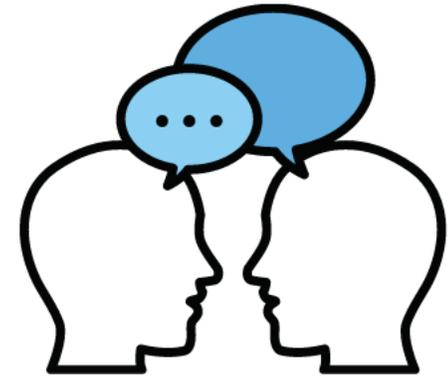
Apps para el cuidado y organización personal



Apps de organización



Apps de comunicación



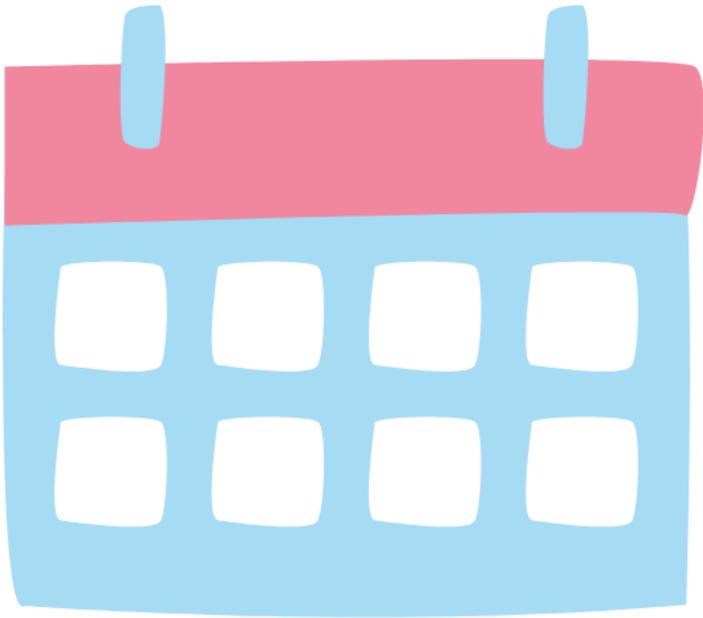
**Apps de entretenimiento
y ejercicio**



Apps de organización

Claves para la organización

- **Establecer las tareas**
- **Establecer prioridades**
- **Rutina y estructura con personas a cargo**



Apps de organización

Google Keep

Listas

Audios

Comparte





Funcionalidades

- Crear listas numeradas.
- Destacar las notas importantes.
- Recuperar notas borradas.
- Añade dibujos e imágenes.
- Recordatorios.
- Compartir y editar.

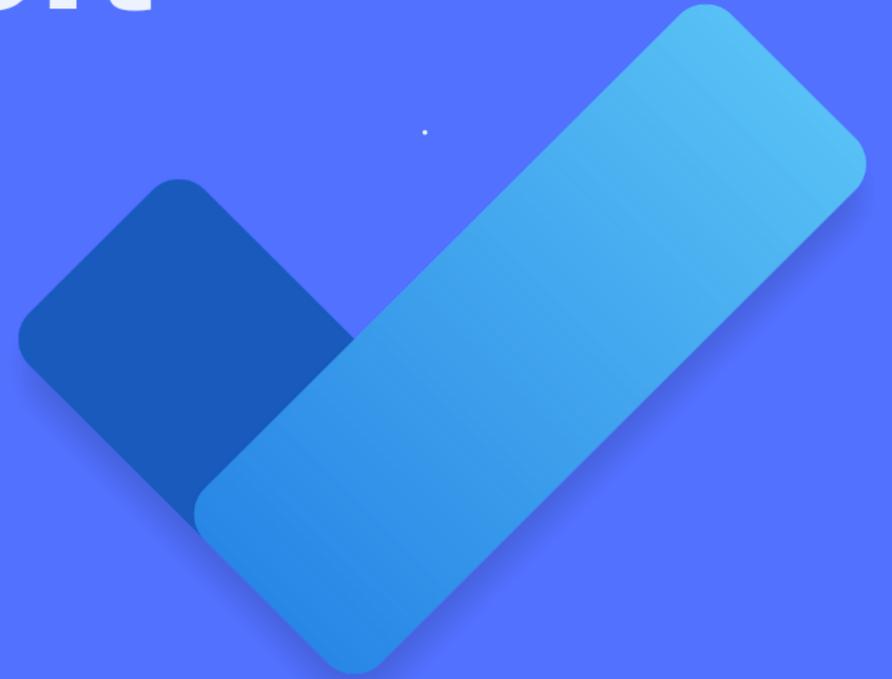
Apps de organización

To do Microsoft

Organiza

Planea

Sincroniza



Apps de comunicación

Clave para bienestar

**Relación de ayuda
bidireccional**



DESCUBRAMOS NUEVAS FUNCIONES

VIDEO SOBRE CANALES
[https://www.youtube.com/
watch?v=k5WBeQi_mQ8](https://www.youtube.com/watch?v=k5WBeQi_mQ8)

3 FUNCIONALIDADES
TELEGRAM
[https://www.youtube.com/
watch?v=k5WBeQi_mQ8](https://www.youtube.com/watch?v=k5WBeQi_mQ8)

Canales

Privacidad

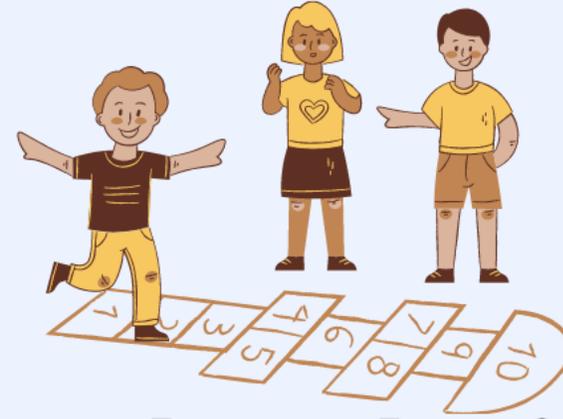
Personas cerca

Personas cerca



Apps de entretenimiento

¿Varias finalidades?



¿Terapia funcional para el trabajo?

Mejora bienestar físico y mental

TERAPIA DE JUEGO



**MEJORA ESTADO MENTAL Y
FÍSICO**



AL EMPRESARIO LE INTERESA



MEJORA PRODUCTIVIDAD



A TI TE INTERESA

TERAPIA DE JUEGO



**MEJORA ESTADO MENTAL Y
FÍSICO**



A LA FAMILIA LE INTERESA



MEJORA CUIDADO



A TI TE INTERESA

Apps de entretenimiento



Gartic.io



Spotify



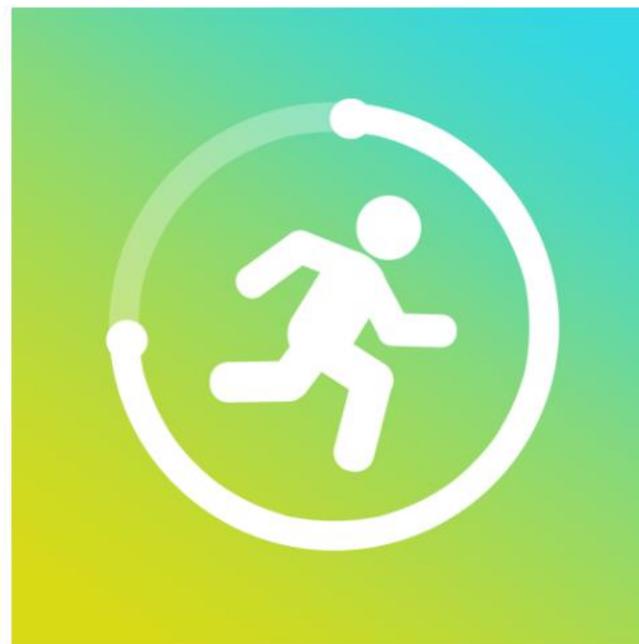
Apalabrados

Apps de ejercicio físico

Runtastic



Winwalk



TAREAS AUTÓNOMAS

¿ALGUNA DUDA?



MUCHAS GRACIAS POR SU ATENCIÓN



Cartagena y comarca

THANK
YOU

Bibliografía

- Calero García, M. (2012, 01). Educación y funcionamiento cognitivo en mayores. *DIALNET*. Obtenido 02, 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=743592>
- García García, E. (2017, 01). Personas mayores y TIC. *DIALNET*. Obtenido 02, 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6435967>
- Díaz Lazo, J., Pérez Gutiérrez, M., & Florido Bacallao, D. (2011). IMPACTO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LAS COMUNICACIONES (TIC) PARA DISMINUIR LA BRECHA DIGITAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL. Retrieved 14 April 2021, from http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0258-593620110001000009&script=sci_arttext&tlng=pt

Bibliografía

- Hawkley LC, Cacioppo JT. (2010). Loneliness matters: a theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Ann Behav Med.* 2010; 40(2):218-227.
- Yanguas, J., Cilveti, A., Hernández, S., Pinazo-Hernandis, S., Roig, S. y Segura, C. (2018). *El reto de la soledad en la vejez*, Zerbitzuan, 66, 61-75.
- Pinazo, S. y Bellegarde, M. (2018). La soledad en las personas mayores. Conceptualización, valoración e intervención. *Estudios de la Fundación Pilares para la autonomía persona*, (5).
- Abad, L. (2016). La Educación Inclusiva en la Sociología. *Revista de Investigación Social* (16), 156-204. En https://aulavirtual.um.es/access/content/attachment/6278_P_2017_.pdf
- Año Europeo del Envejecimiento Activo y de la Solidaridad Intergeneracional. (2012). Qué es el Envejecimiento Activo. Recuperado de: <http://www.envejecimientoactivo2012.net/Menu29.aspx>