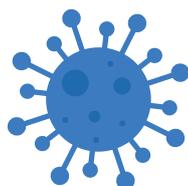


Fascículo #6

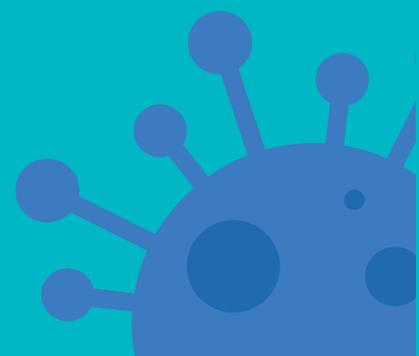


# CORONAVIRUS

(COVID-19)



## Los mayores y las tecnologías de comunicación (2ª Parte)



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE  
**BUENOS AIRES**

# ¡Hola!

En este fascículo compartimos una serie de materiales sobre el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Además, encontrarás tutoriales para aprender a crear una cuenta de correo electrónico y de Facebook. Por último, recomendamos algunos sitios de internet para entretenernos y aprender, y seguimos divirtiéndonos con los Juegos del Bicentenario.

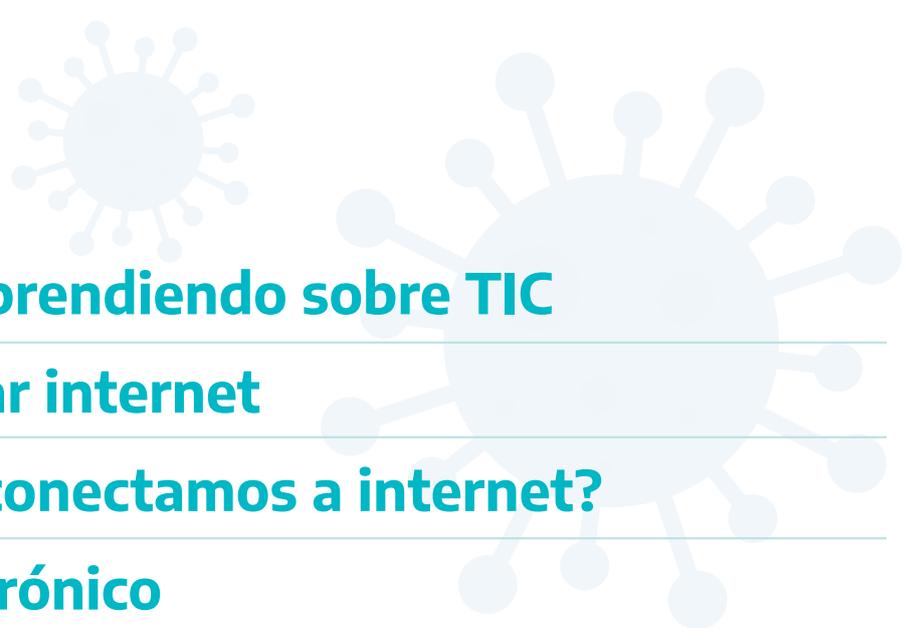


## Este material contiene:

- Datos sobre el uso de las TIC.
- Tutoriales para crear una cuenta de correo electrónico y de Facebook.
- Una experiencia solidaria que nos ayuda a acercarnos a las tecnologías.
- Recomendaciones para entretenernos y aprender desde casa.
- Más Juegos del Bicentenario.

**¡Ayúdanos a compartir este material con otras personas!**

# ÍNDICE

- 
- › **4 Seguimos aprendiendo sobre TIC**
  - › **5 Vamos a usar internet**
  - › **8 ¿Cómo nos conectamos a internet?**
  - › **11 Correo electrónico**
  - › **17 Las redes sociales**
  - › **19 ¿Cómo crear una cuenta de Facebook?**
  - › **23 Experiencias: De la curiosidad al compromiso social**
  - › **26 Recomendaciones**
  - › **27 Juegos del Bicentenario**

Quienes quieran leer y compartir los fascículos ya publicados de la serie *Cosa de Grandes*, pueden hacer click [aquí](#).

# Seguimos aprendiendo sobre TIC

En el fascículo anterior, comenzamos a reflexionar sobre las **Tecnologías de Información y Comunicación (TIC)**, sus posibles usos y sobre cómo inciden y van transformando nuestra vida cotidiana.

En esta segunda instancia, **vamos a abordar algunas cuestiones prácticas vinculadas a internet con el objetivo de seguir aprendiendo y apropiándonos de las tecnologías** que tenemos a disposición.



Es importante no ponernos ansiosos y respetar nuestro propio ritmo de aprendizaje. Al principio, acercarnos a las tecnologías puede resultarnos dificultoso, pero una vez que aprendamos a utilizar algunas funciones básicas, vamos a ir animándonos a hacer muchas otras cosas.

# Vamos a usar internet



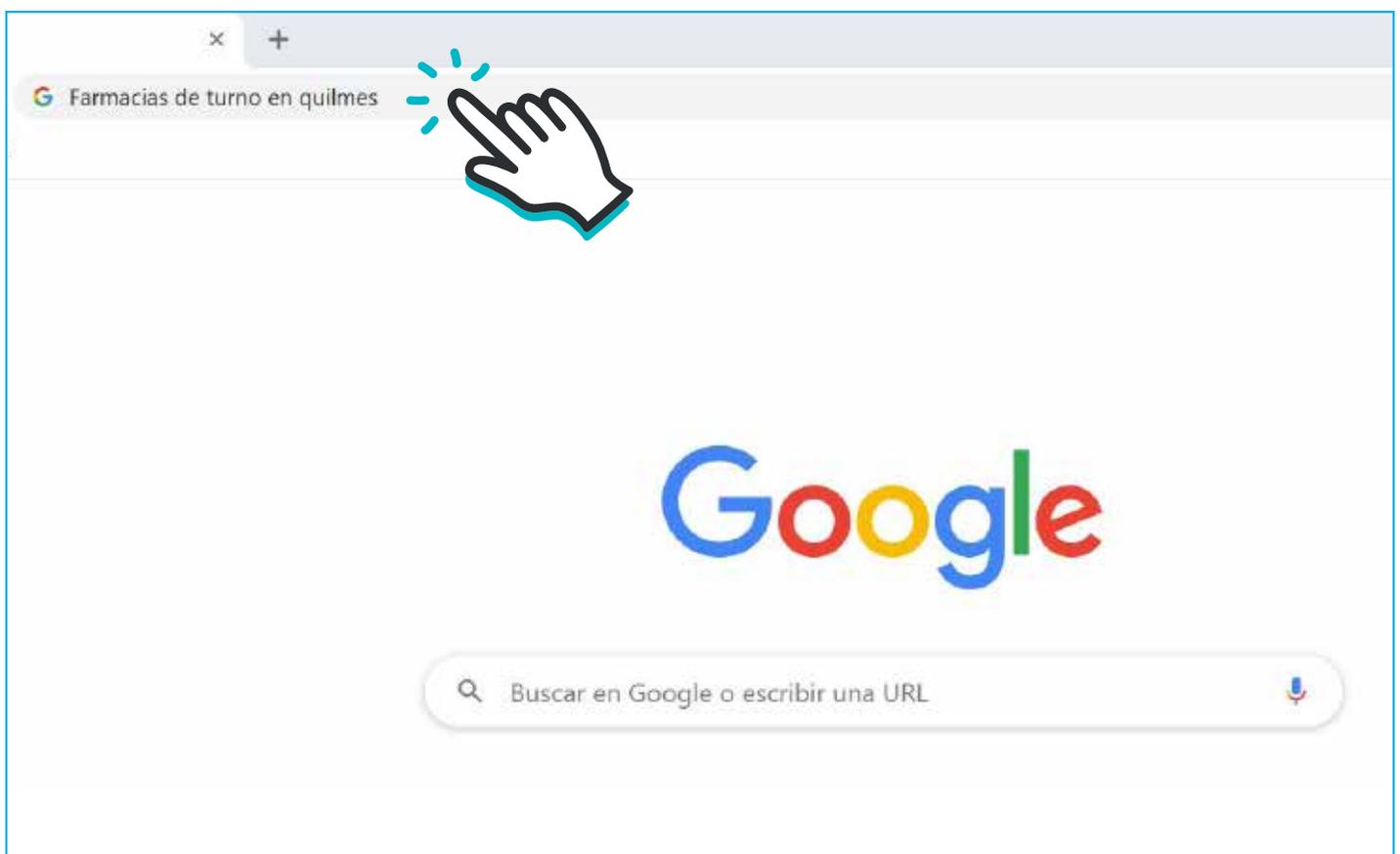
**Internet es una “red de redes” informática global que permite intercambiar información entre los usuarios.** Las computadoras, *tablets* y celulares son los dispositivos que usamos para acceder a contenidos o poner a circular nuestros mensajes.

Para comenzar a **navegar** por internet es necesario usar un navegador, que es un programa que se descarga en nuestros dispositivos, como Google Chrome, Mozilla Firefox o Internet Explorer. Muchas veces, estos programas ya están instalados.

Una vez que ingresamos al navegador **podemos utilizar un buscador: una página web que sirve para realizar cualquier búsqueda de información y de servicios en internet.** Si bien la mayoría usamos el buscador de Google, existen otros, como Yahoo, Bing y Ask.

# ¿Cómo hacer una búsqueda en internet?

1. Abrimos el buscador y hacemos clic en la barra blanca.
2. Escribimos algunas palabras clave sobre lo que queremos saber.



Los resultados suelen ser muchos y variados. Por eso, mientras más palabras clave utilizamos, podremos obtener mejores resultados. Por ejemplo, si queremos conocer qué farmacias están de turno, podemos escribir: “farmacias de turno en Quilmes” (o la ciudad en la que estamos).

# Consejos para buscar información:

- **Tener claro qué queremos buscar** y usar palabras que se relacionen con eso.
- Es conveniente **no utilizar más de 10 palabras en una frase.**
- **Para buscar una frase exacta debemos escribirla entre comillas.**
- En caso de que la búsqueda no nos arroje resultados o que estos no sean satisfactorios, **intentemos con otras palabras.**
- Algunos signos de puntuación como **los puntos, las comas y los signos de exclamación no cuentan** en las búsquedas; no necesitamos incluirlos.



# ¿Cómo nos conectamos a internet? Wifi y uso de datos

**Para acceder a internet** desde nuestro celular o *tablet* tenemos dos posibilidades: usar datos móviles o conectarnos a una red wifi.

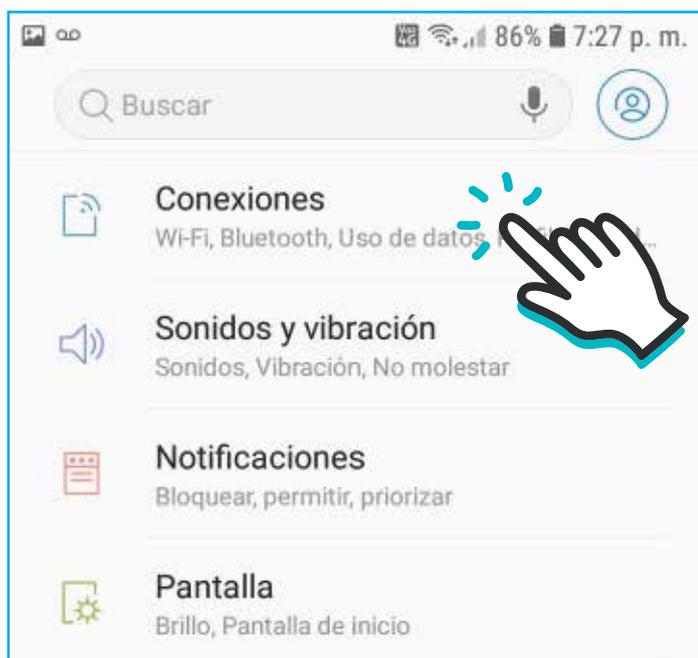
Por medio del chip que nos proporcionan las compañías telefónicas accedemos a los **datos móviles**, que llegan desde antenas telefónicas que se encuentran en distintos rincones del país. Esta conexión nos permite tener acceso a internet en cualquier lugar.

Para acceder a internet desde una computadora tenemos que conectarnos a una **red wifi** o **inalámbrica**. Para eso, debemos contratar una empresa que ofrezca el servicio e instale un módem en nuestra casa o cualquier lugar donde necesitemos usar internet. El servicio tiene un alcance limitado, por lo tanto, cuando salimos de casa, perdemos la conexión.

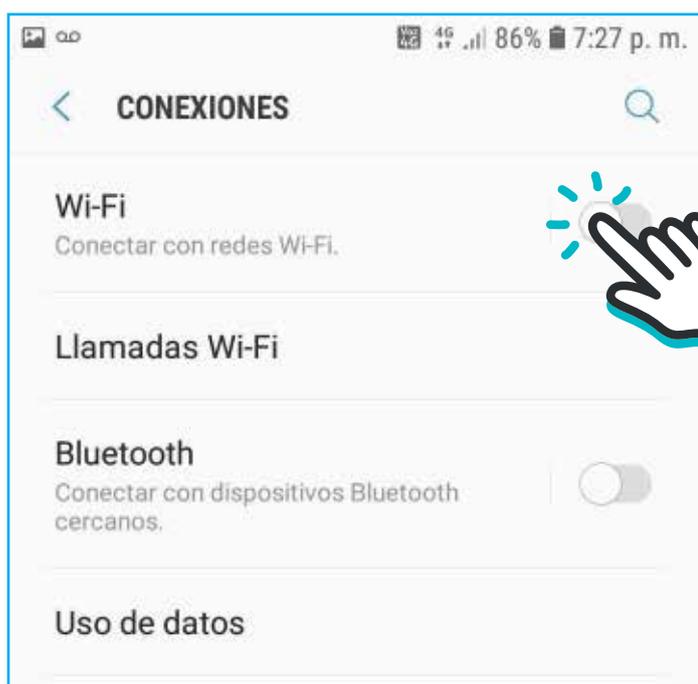


Tanto el celular, la *tablet* o la *notebook* pueden conectarse a la red wifi (de nuestra casa, trabajo o de diversos lugares que ofrecen este servicio, como estaciones de servicio, restaurantes, etc.). Conectarnos a esta red nos permite ahorrar datos móviles.

Para conectarnos a una red wifi desde nuestro celular necesitamos saber el usuario y la contraseña. Algunas redes están “abiertas”, en ese caso no necesitamos escribir una clave.



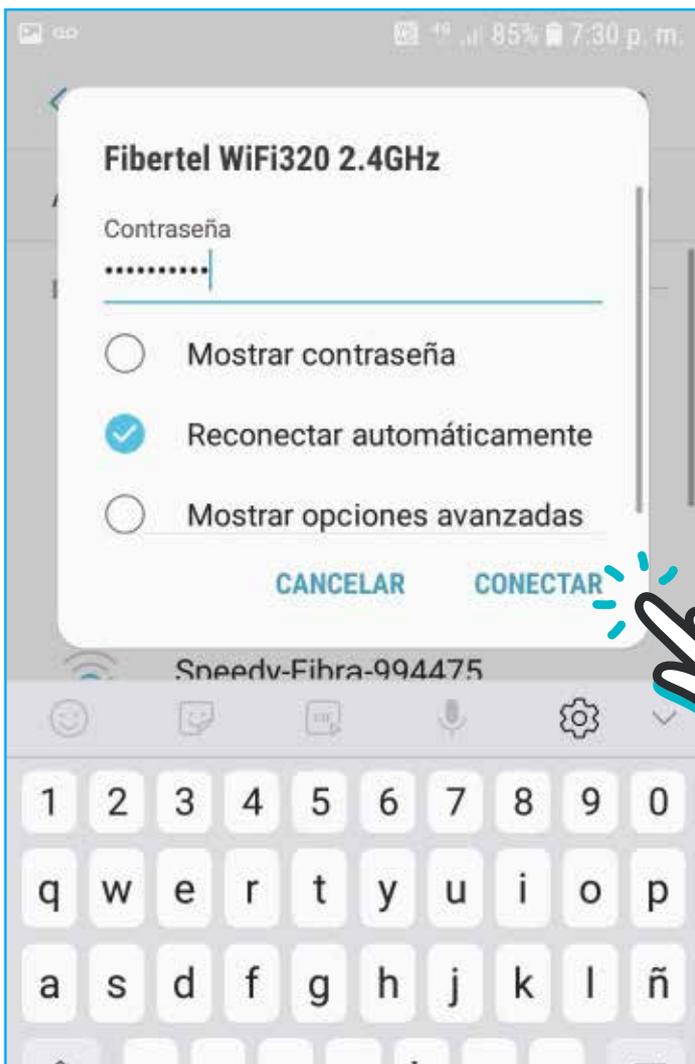
1. Ingresamos al menú del celular y abrimos **“Ajustes”** o **“Configuración”**. Se abrirá una ventana con opciones en la que debemos elegir **“Conexiones”** o **“Wi-Fi”**, según corresponda.



2. En la opción **“Wi-Fi”** deslizamos el círculo hacia la derecha para activar la conexión.



**3.** Nos aparecerán todas las redes de wifi cercanas disponibles. Debemos elegir la red que pertenece a nuestra casa o de la que ya sabemos la contraseña.



**4.** Escribimos la **contraseña** de red en la barra blanca. Luego, presionamos **“Conectar”**. Si pusimos la clave correctamente ¡ya estamos conectados a internet!

# Correo electrónico

El **correo electrónico o email** es un servicio de internet que permite que los usuarios enviemos y recibamos mensajes. Estos pueden incluir diversos archivos, como documentos de texto, imágenes o videos.

El correo electrónico es **como un “domicilio” en el mundo digital**. Poseer una dirección de *email* es un requisito para realizar muchas acciones en internet, como acceder a redes sociales, hacer trámites o compras, inscribirnos en cursos, entre muchas otras. Incluso, nos pedirán nuestra dirección de correo electrónico para recuperar las claves que hayamos olvidado de distintas cuentas, como de *Home banking*, Facebook, Skype, entre otras.

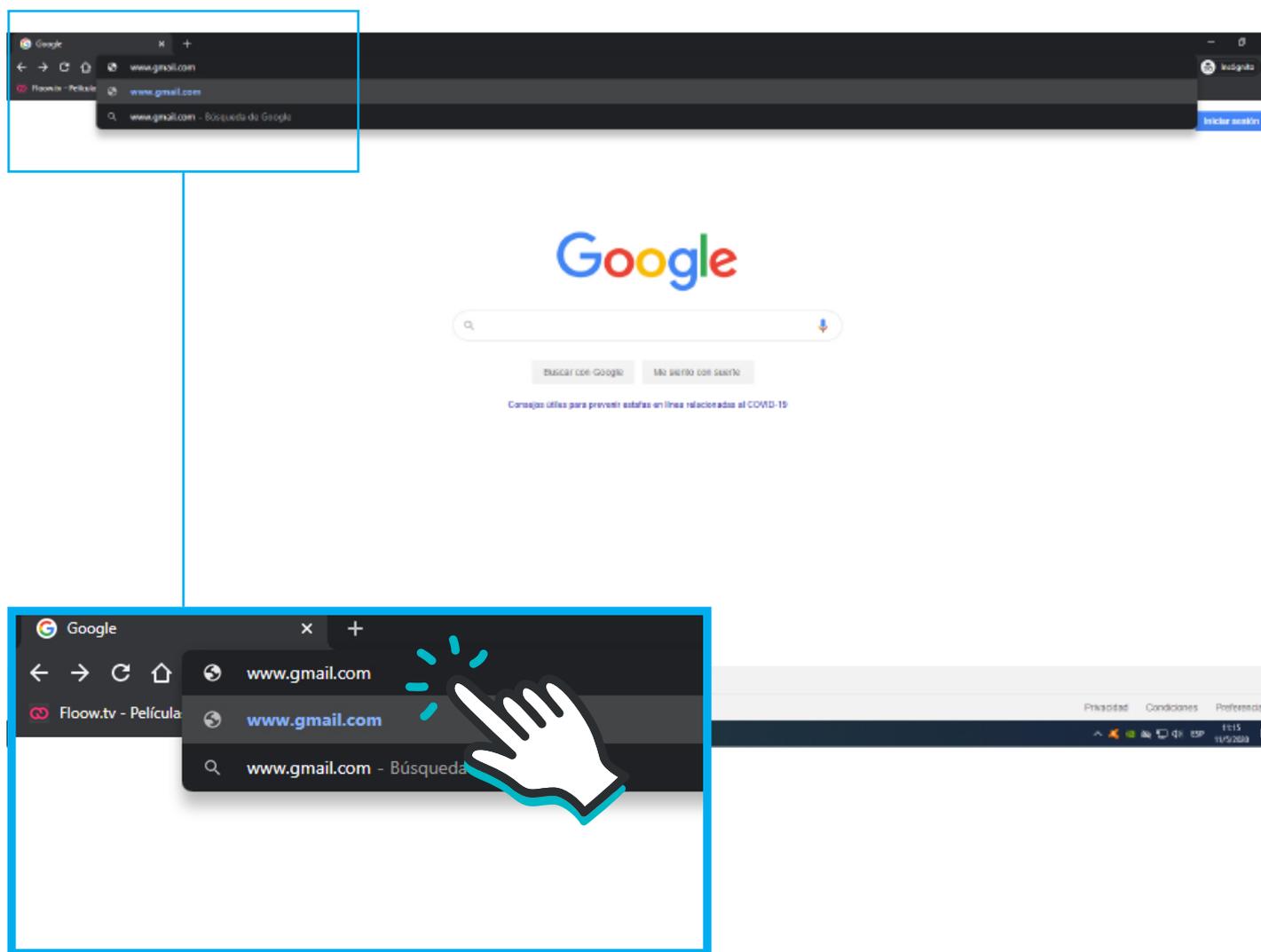
**Hay diferentes proveedores de emails que son gratuitos.**

Gmail, Hotmail y Yahoo son los más populares. En este fascículo trabajaremos con Gmail. De todos modos, la mayoría de los servidores ofrecen instructivos muy parecidos al que encontrarán aquí.

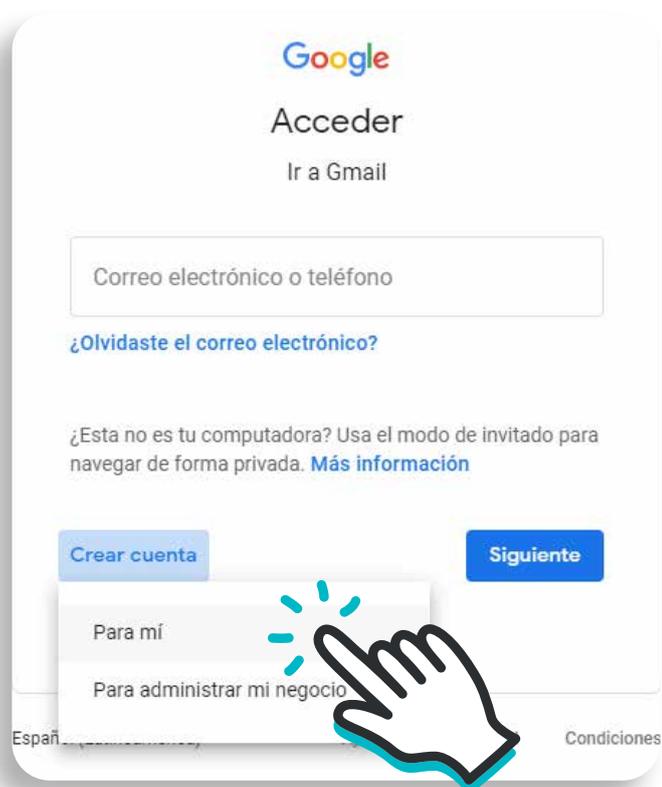


**Nuestra dirección de correo electrónico es personal.** Está conformada por 3 elementos (en minúscula): nombre de usuario, @ y el nombre del servidor. Ejemplo: mendiburudora@gmail.com

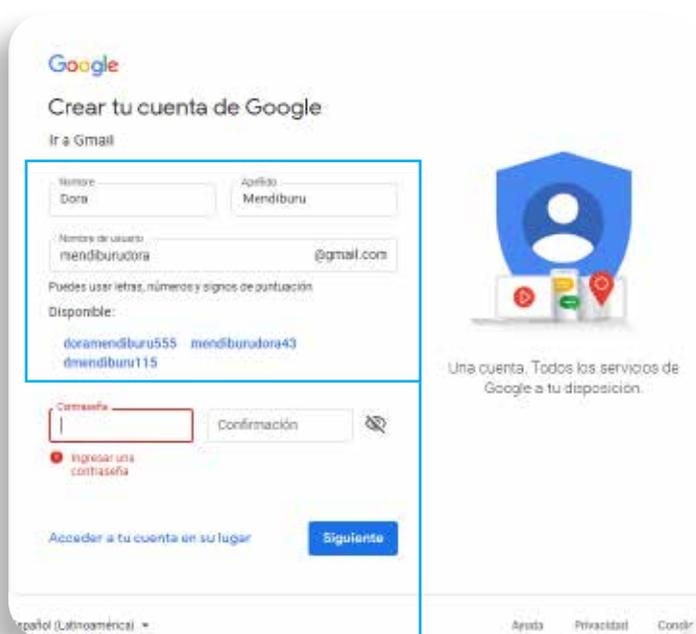
## ¿Cómo creamos una cuenta de email?



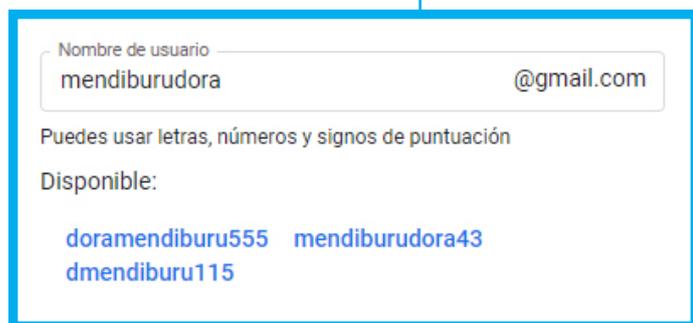
**1.** Escribimos **www.gmail.com** en el buscador de internet y presionamos **Enter** (desde una computadora) o la **lupita** (desde el celular).

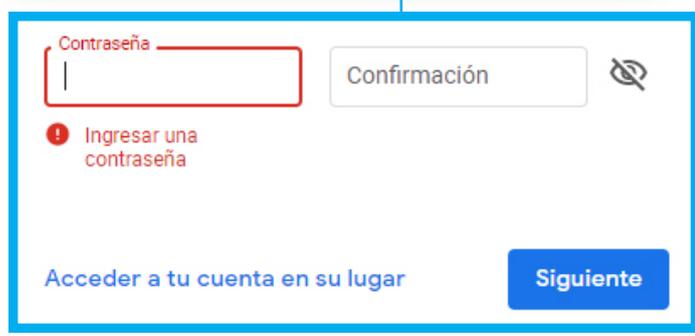
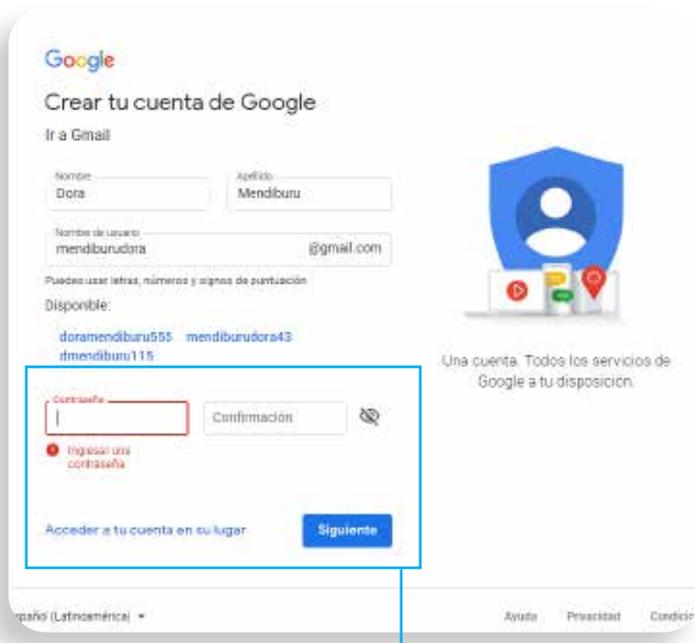


2. Presionamos **“Crear cuenta”**. Se despliega una ventana con dos opciones; elegimos **“Para mí”**.

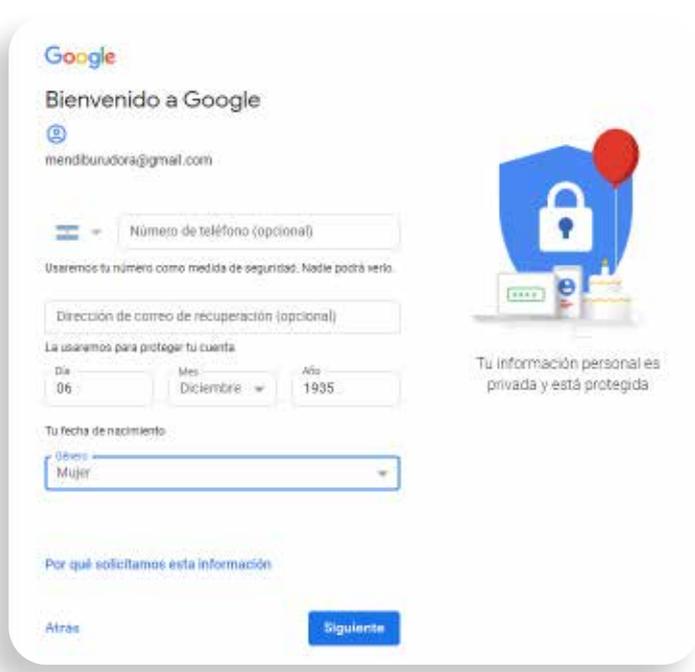


3. Completamos los datos que se solicitan. Donde nos pide **“Nombre de usuario”**, probamos con un nombre (se escribe seguido y sin espacio). Puede ser nuestro nombre y apellido, un apodo o algo que nos identifique. **El sistema nos indicará si ese nombre está siendo utilizado por otra persona o si podemos registrarlo.** En caso de que no esté disponible, se nos ofrecerán tres alternativas. Podemos elegir una de ellas o intentar con otros nombres de usuario que nos gusten. Luego, se le agrega @gmail.com, por ejemplo: mendiburudora@gmail.com



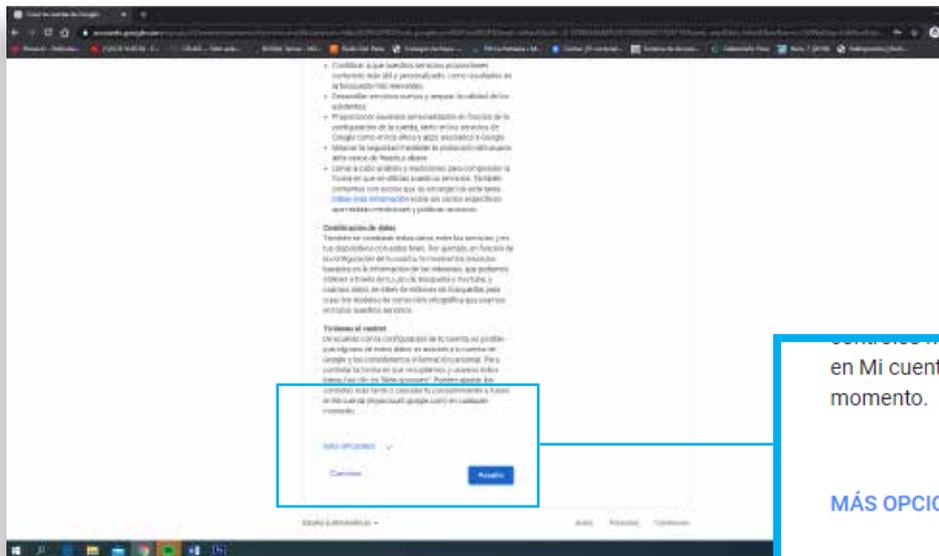


También debemos completar el espacio donde dice **“Ingresar contraseña”**. Esta puede tener números y/o letras. **Es la “llave” de nuestro correo electrónico**. Cuando escribamos la contraseña no podremos visualizarla, en su lugar veremos puntitos. Deberemos escribirla nuevamente donde dice **“Confirmación”**. Luego, presionamos **“Siguiente”**.

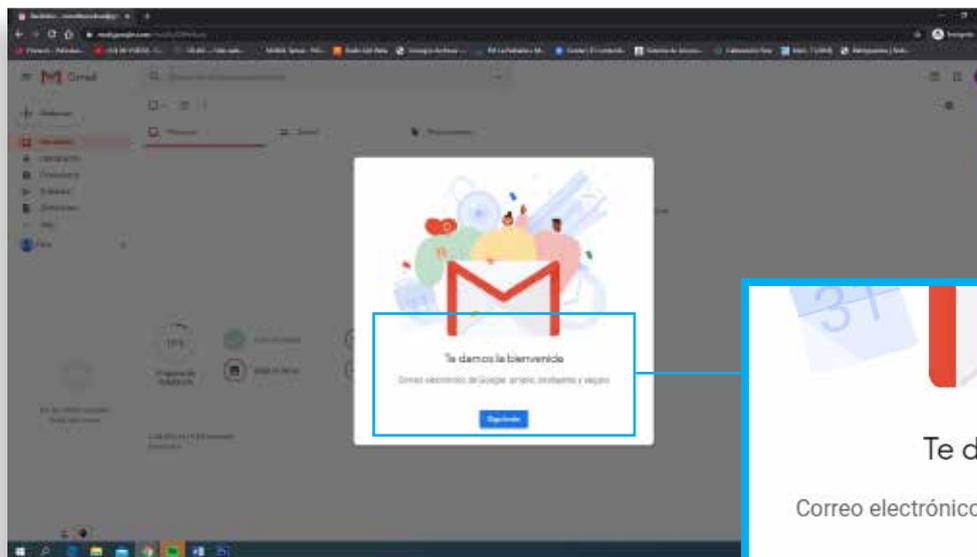
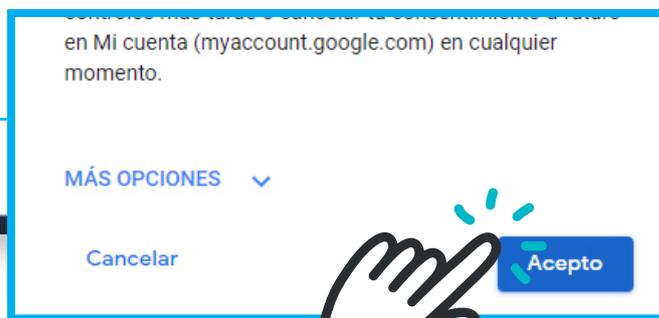


**4.** Continuamos completando la información que nos pide. Hay datos que deberemos completar obligatoriamente y otros, de manera opcional. Una vez resuelto, presionamos **“Siguiente”**.

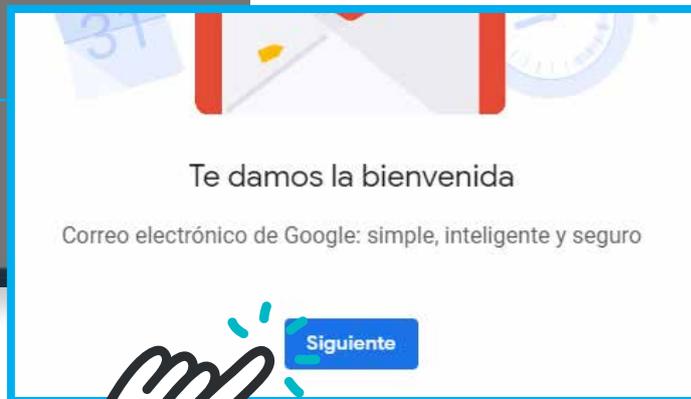
Recomendamos anotar el usuario y la contraseña en algún lugar seguro pero de fácil acceso para nosotros. Sin esos datos, no podremos ingresar a nuestra casilla de correo.

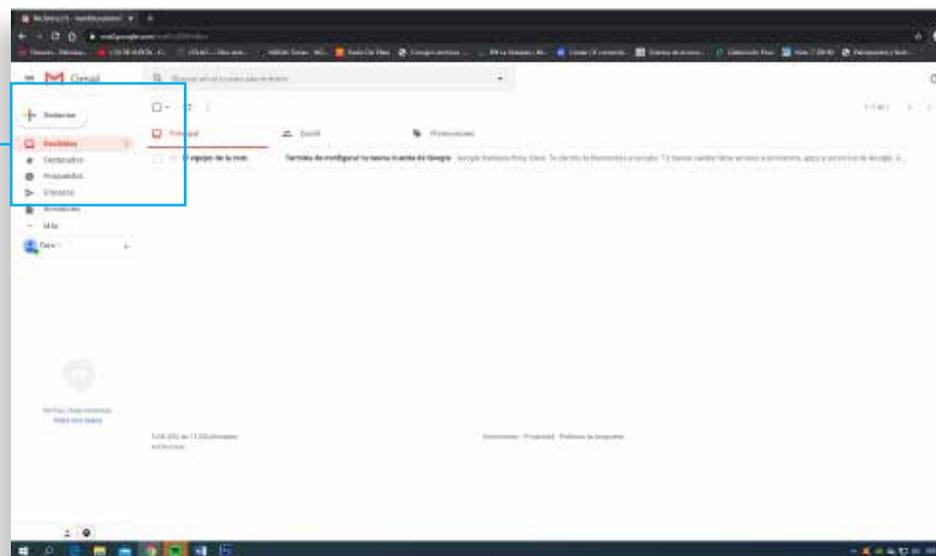
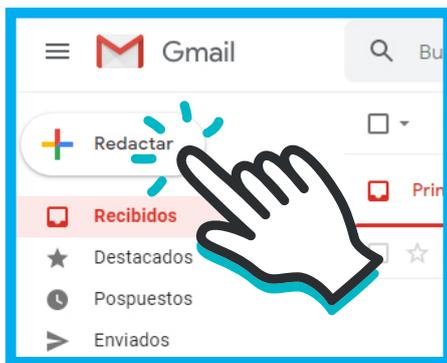


5. Debemos leer los “**Términos y Condiciones**”. Luego, presionamos “**Acepto**”.

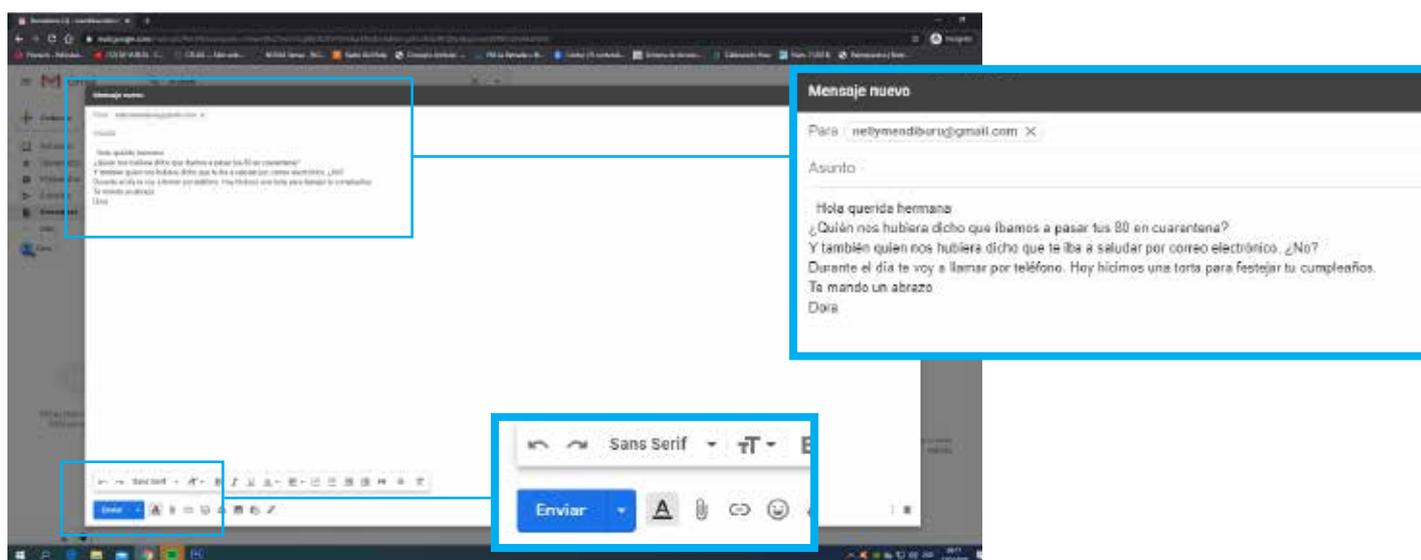


6. Ya hemos creado nuestra cuenta de correo electrónico. Presionamos “**Siguiente**”.





7. Ya podemos empezar a usar nuestro correo electrónico. Para enviar nuestro primer mensaje, hacemos clic en **Redactar**.



8. Cuando presionamos **“Redactar”**, se abre una nueva ventana. Donde dice **“Destinatarios”** debemos agregar la o las direcciones de *email* de las personas con las que deseamos comunicarnos. Donde dice **“Asunto”** escribiremos un título sencillo para nuestro mensaje. Luego, redactamos nuestro mensaje y, por último, presionamos **“Enviar”**.



# Las redes sociales

Las **redes sociales digitales son aplicaciones o sitios que permiten conectarnos e interactuar con otras personas** por medio de chats, publicaciones y llamadas. Podemos compartir contenidos propios o elaborados por otros usuarios.

**Existen distintas redes sociales**, cuyas funciones varían de acuerdo a las posibilidades que ofrecen y a los usos que hacemos cada uno de nosotros. Algunas de ellas son: WhatsApp (en fascículos anteriores explicamos cómo utilizarlo), Facebook, Twitter, YouTube e Instagram. **Podemos usarlas en el celular, en la computadora y en la tablet**, aunque algunas funciones son específicas de cada dispositivo.



**¿Usás redes sociales o conocés a alguien que las utilice? ¿Cuáles preferís? ¿Por qué? ¿Qué es lo que más te gusta o te gustaría hacer en redes sociales? ¿Qué cosas de tu vida cotidiana te ayudan a resolver?**

# ¿Qué podemos hacer en las redes sociales?

**Las redes sociales son herramientas que potencian la interacción entre los usuarios.** Esa es su función más destacada. Nos invitan a leer y compartir mensajes de muchas personas, organizaciones, instituciones o empresas, y también **nos dan la posibilidad de hacer circular nuestros propios mensajes y opiniones.**

**Cada red social nos propone modos particulares de interacción y de uso.** Resulta evidente para quienes utilizan distintas redes que, por ejemplo, WhatsApp, Facebook o Twitter no se usan de la misma manera.

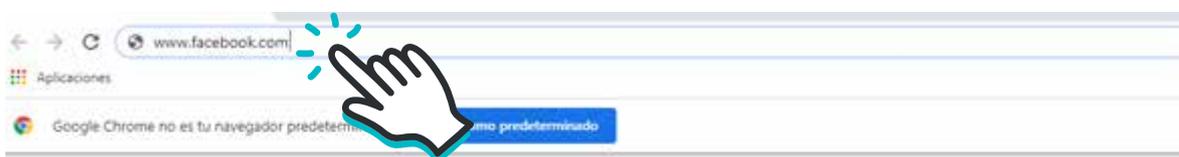
**Las estadísticas nos aseguran que Facebook es la red que más usamos las personas mayores.** En esa plataforma podemos encontrarnos virtualmente con personas de nuestro entorno más cercano: familiares, amigos, vecinos. También podemos buscar referentes que trabajan temas que nos interesan, artistas, organizaciones, comercios, entre tantas otras posibilidades.

En ese proceso en el que “seguimos” a otros y también “nos siguen” a nosotros, se va tejiendo la red social.



# ¿Cómo crear una cuenta de Facebook?

**Facebook** es una de las redes sociales más populares del mundo que **permite generar y compartir publicaciones, chatear con nuestros contactos, participar en grupos con intereses en común, entre muchas otras cosas.** A continuación, **presentamos un paso a paso para crear una cuenta** y empezar a explorar esta red social.



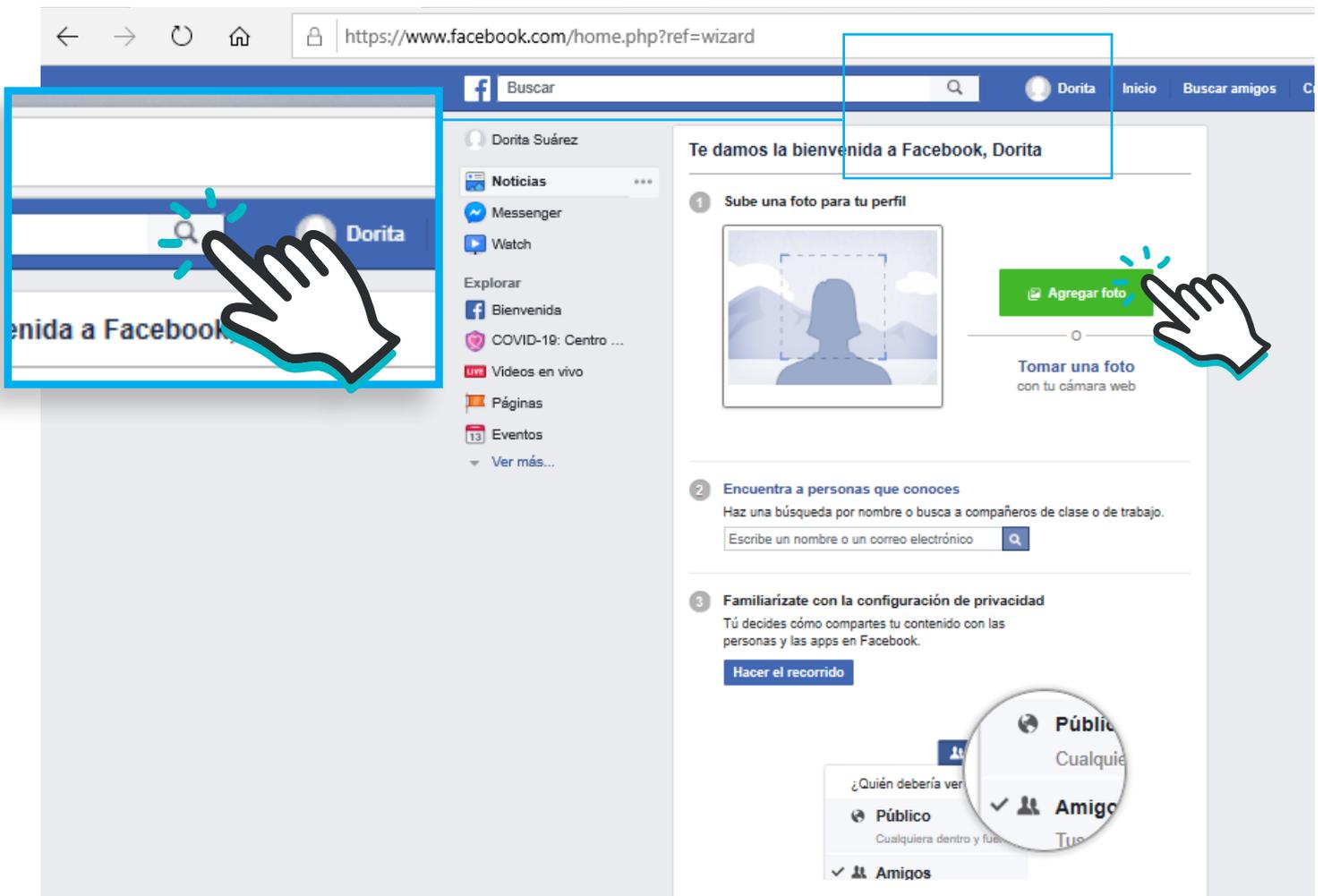
**1.** Para crear una cuenta de Facebook desde una computadora o *tablet*, debemos **colocar la dirección [www.facebook.com](http://www.facebook.com)** en el buscador habitual. Para hacerlo en el celular, debemos **bajar la aplicación** desde Play Store o App Store. Escribimos la palabra **“Facebook”**, hacemos clic en la opción correspondiente y, luego, en **“Instalar”** u **“Obtener”**.



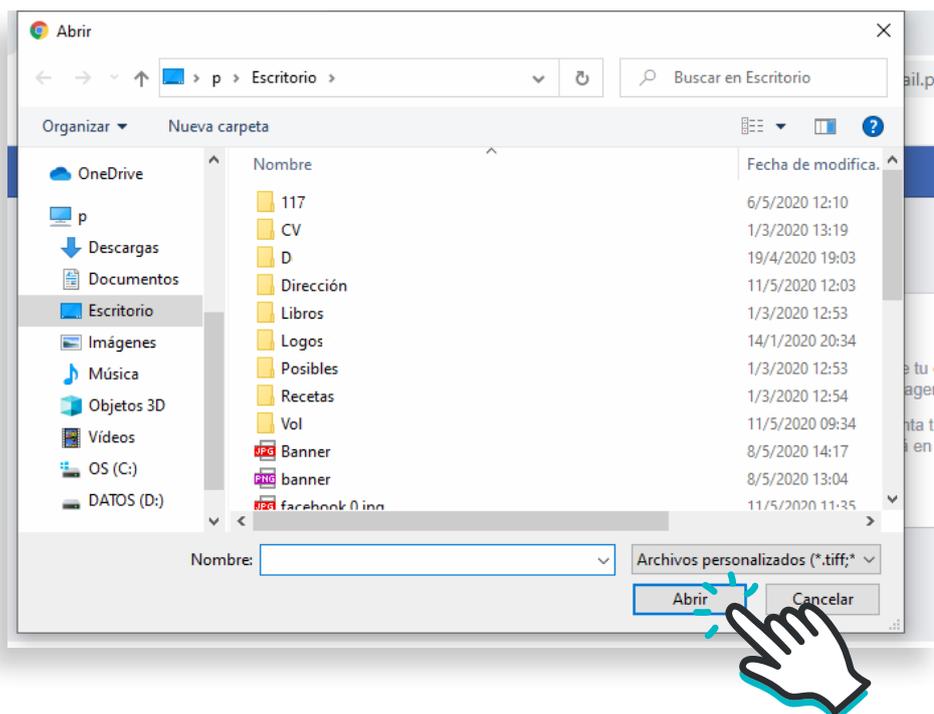
2. Luego, **completamos los datos solicitados y hacemos clic en “Regístrate”**. Es importante recordar nuestra cuenta de correo electrónico (creada con antelación). Podemos usar la misma contraseña que elegimos para nuestro *email* o introducir una nueva.



3. A continuación, **Facebook nos enviará un código al correo electrónico**. Debemos introducirlo en el espacio indicado y, luego, presionamos **Continuar**.



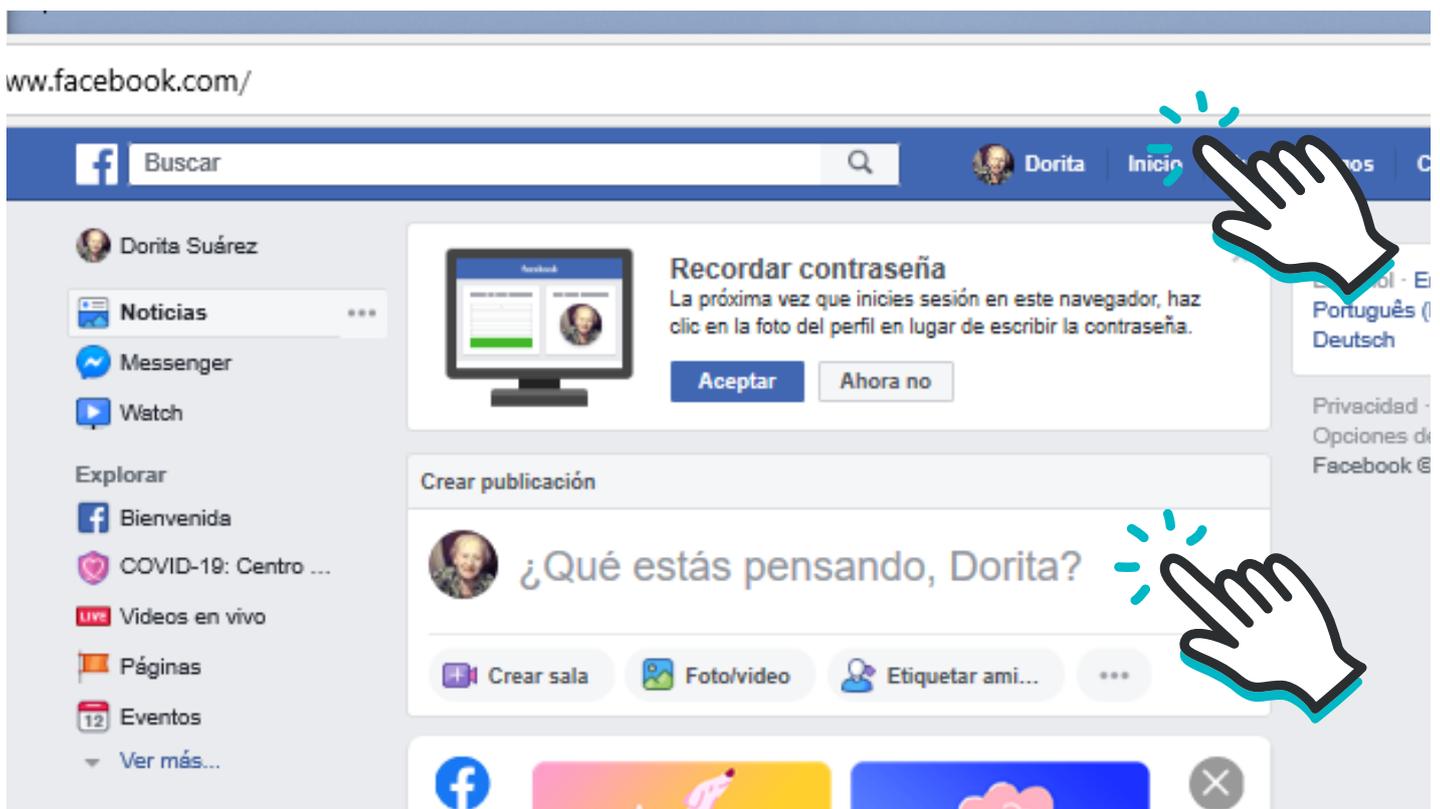
4. Nos aparecerá esta pantalla, en la que podemos **agregar nuestra foto de perfil, buscar amigos y explorar algunas posibilidades de Facebook.**



5. Hacemos clic en **“Agregar foto”**, seleccionamos una imagen que tengamos en nuestro dispositivo y, luego, hacemos clic en **“Abrir”**.



6. Para buscar amigos debemos escribir sus nombres. Con ellos podremos compartir mensajes y chatear.



7. En el “Inicio” de Facebook podemos ver las publicaciones de nuestros amigos. Para compartir las nuestras debemos hacer clic en “¿Qué estás pensando?”. Luego de escribir, debemos presionar “Publicar”.

# Experiencias: De la curiosidad al compromiso social

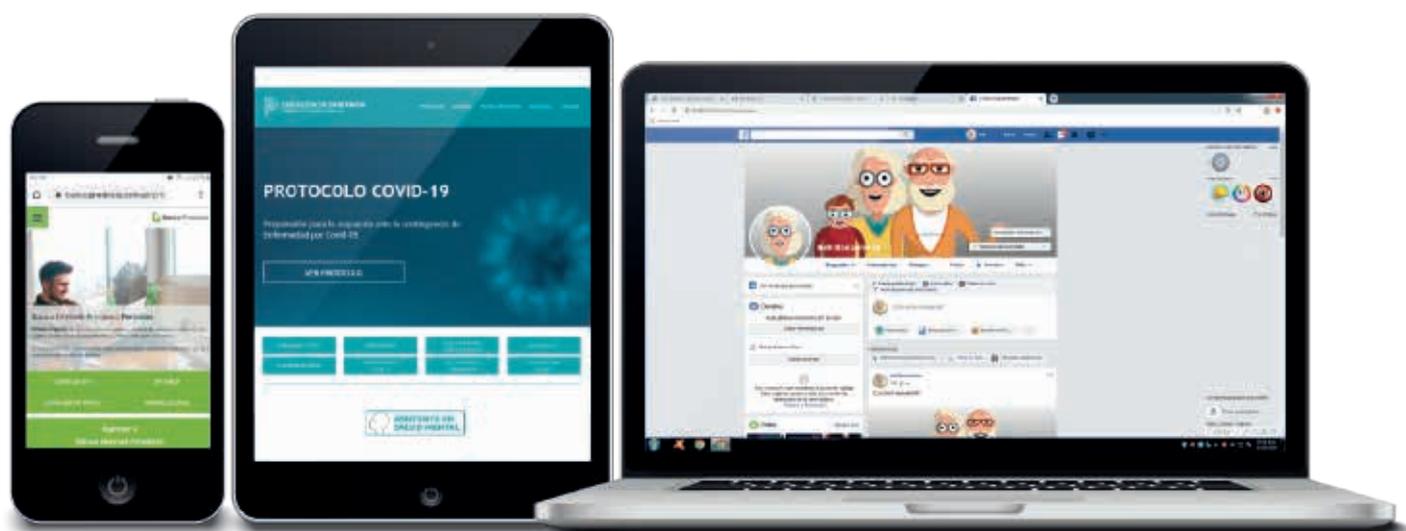
**Luciano Vassallo** nació en Lanús hace 70 años. Tiene mucho afecto por su ciudad, pero también –y especialmente– por el “Granate”: “A Lanús lo voy a ver de local y visitante, religiosamente, de toda la vida. Aparte soy veterano de tenis y juego para el club”, comenta Luciano.

Si bien hace unos años se jubiló, fue empleado administrativo en una obra social. En sus años de trabajo, Luciano notó **cómo se fueron incorporando los cambios tecnológicos a su práctica laboral:** pasó de escribir con biromes y papeles a hacerlo en una computadora, aprendiendo a usar procesadores de texto y programas que le facilitaron algunas tareas.



Con mucho entusiasmo, Luciano explica que una vez que aprende algo nuevo –como el uso de tecnologías– le gusta compartirlo con la gente que lo rodea y, especialmente, con quienes todavía no se animan a utilizarlas. **Por eso, desde que comenzó el aislamiento social sintió la necesidad de ayudar a otras personas mayores** que, al igual que él, tienen que realizar trámites desde sus casas para evitar ir a los bancos: **“A mí estas circunstancias de la vida me han llevado a participar mucho en redes sociales y en medios, tratando de acercar alguna enseñanza sobre trámites bancarios, que después se extendió a trámites jubilatorios y demás”**, explica.

Así, **decidió invitar a todas las personas que sabían utilizar tecnologías y aplicaciones “a enseñar, a difundir, a convencer a sus seres queridos”**. Más adelante, Luciano convocó a distintas instituciones (bibliotecas, merenderos, iglesias, sindicatos) a sumarse a la iniciativa. Con orgullo relata que, en la actualidad, esas instituciones también explican cómo realizar trámites por internet, a través de sus redes sociales.



## Curiosidad sin límites

Para relacionarnos con las tecnologías, **Luciano recomienda que cada persona “sea total y absolutamente inquieta: que busque, revise y le dé rienda suelta a su curiosidad”.**

En cuanto a las redes sociales, Luciano prefiere Facebook, porque puede debatir y entablar un diálogo con sus contactos fácilmente. También **recomienda algunas aplicaciones para realizar trámites:** Home banking, Mi Anses, Punto Efectivo (de Red Link), Extracción Rápida (de Banelco) y Cuenta DNI.

Luciano aclara que en internet existen contenidos muy variados que podemos disfrutar de acuerdo a nuestros gustos, y culmina dando el consejo más valioso para comenzar a navegar por la red: **“Curiosidad, inquietud y vencer la resistencia, ese es el camino”.**



# Recomendaciones

Compartimos algunos sitios para entretenernos, aprender y seguir explorando durante este período de aislamiento social.



**Contar** es una plataforma pública de videos en línea. Podemos acceder a un amplio catálogo de películas, documentales, series, conciertos y diferentes programas de televisión de forma gratuita. Se puede acceder a todo el contenido en [www.cont.ar](http://www.cont.ar)



En esta página web, está disponible [Verdades verdaderas. La vida de Estela](#), una película que narra la historia de la Presidenta de Abuelas de Plaza de Mayo.



**DNI en tu celular.** El Ministerio del Interior de la Nación implementó un nuevo servicio de Documento Nacional de Identidad en el celular. Cada vez que necesitemos acreditar nuestra identidad podremos mostrar el DNI desde el teléfono móvil. Se tramita junto con un nuevo DNI tarjeta. Hacé clic [aquí](#) para saber cómo conseguirlo y para qué sirve.



# JUEGOS DEL BICENTENARIO

Para jugar solos o en compañía

¿Qué sabés de la Provincia de Buenos Aires?  
(Buscá las respuestas al final del material)



BICENTENARIO  
PROVINCIA DE  
BUENOS AIRES

**1. ¿Cuál es el nombre de este ícono del folclore nacional?**

- A. José Alberto García Gallo
- B. Héctor Roberto Chavero
- C. Osvaldo Ramón Cardozo

**2. Como muchas plazas centrales de ciudades de la Provincia, esta se llama “San Martín”. ¿A qué localidad pertenece?**

Pista: El nombre de la ciudad homenajea a un exvicepresidente argentino.

- A. Marcos Paz
- B. Benito Juárez
- C. Carlos Tejedor

**3. Nació en la ciudad de Mar del Plata. Para muchos, es el mejor tenista argentino de la historia. ¿De quién se trata?**

- A. Gastón Gaudio
- B. José Luis Clerc
- C. Guillermo Vilas

**4.** Esta es la flor de un árbol nativo de la Provincia de Buenos Aires.  
¿De cuál?

- A.** Ceibo
- B.** Algarrobo
- C.** Caldén



**5.** Se trata de una pieza de pastelería que combina harina, azúcar, huevos y manteca de cerdo. Se hizo popular en Mallorca, España, pero en San Pedro hacen la más rica de la Argentina.  
¿Cómo se llama?

- A.** Selva Negra
- B.** Ensaimada
- C.** Buñuelo



**6.** Se dedicó a la política en un mundo dominado prácticamente sin excepciones por los varones. Ella era quien quedaba a cargo del Estado provincial cuando su marido se alejaba de Buenos Aires. ¿Quién es?

- A.** Juana Azurduy
- B.** Encarnación Ezcurra
- C.** Juana Manso



**7. ¿Qué ciudad bonaerense tiene un faro en la vera de su lago?**

- A.** Colón
- B.** Azul
- C.** Arrecifes



**8. Diva glamorosa y actriz central de de la época dorada del cine argentino, fue figura estelar de éxitos inolvidables, como *Los martes, orquídeas*; *La mujer de las camelias* y *Dios se lo pague*. ¿De quién se trata?**

- A.** Mecha Ortiz
- B.** Niní Marshall
- C.** Zully Moreno



**9. Fue gobernador de la Provincia de Buenos Aires en el período 1881-1884. ¿Quién es?**

- A.** Dardo Rocha
- B.** Valentín Alsina
- C.** Pastor Obligado



# Respuestas correctas

## 1. HÉCTOR ROBERTO CHAVERO.

Nació en un pueblo llamado Juan Andrés de la Peña, en Pergamino, el 31 de enero de 1908. Se inspiró en el quechua para elegir su nombre artístico: Ata, “venir”; hu, “de lejos”; alpa, “tierra”; y Yupanqui, “contar”, “decir”. Su nombre significa: el que vino de lejanas tierras a contar.

## 2. MARCOS PAZ.

La ciudad pertenece al Gran Buenos Aires y está ubicada a 117 kilómetros de la capital provincial, La Plata. Fue creada el 25 de octubre de 1878 y lleva el nombre del político tucumano que fuera vicepresidente de la Nación entre 1865 y 1868, acompañando a Bartolomé Mitre. Carlos Tejedor fue gobernador de la Provincia de Buenos Aires y Benito Juárez fue presidente de México.

## 3. GUILLERMO VILAS.

Nació el 17 de agosto de 1952 en la ciudad bonaerense de Mar del Plata. Desarrolló una carrera brillante en el tenis internacional: ganó 62 torneos de la ATP, entre ellos Roland Garros, el Abierto de Estados Unidos y el Abierto de Australia en dos ocasiones. Los especialistas lo consideran el mejor tenista argentino de la historia y uno de los principales deportistas nacionales del siglo XX.

## 4. CEIBO.

También llamado “árbol coral”, es una especie nativa nacional cuyo nombre científico es *Erythrina crista galli*. Florece entre noviembre y febrero, y alcanza alturas de entre 4 y 12 metros. Su flor es desde 1942 la Flor Nacional de la Argentina, distinción que curiosamente comparte con la República Oriental del Uruguay.

## 5. ENSAIMADA.

Es un producto de pastelería que se hace con harina, azúcar, huevos, agua, masa madre y manteca de cerdo. De gran tradición en Mallorca, España, la cocina árabe y la judía se disputan su invención. Los inmigrantes mallorquines la llevaron a la localidad bonaerense de San Pedro, en donde se celebra anualmente la Fiesta Nacional de la Ensaimada.

## 6. ENCARNACIÓN EZCURRA.

Nació en 1795. Compañera y esposa de Juan Manuel de Rosas, fue una de las mujeres que más poder tuvo en el territorio de las Provincias Unidas del Río de la Plata. Se dedicó a la política, ámbito que en ese entonces era dominado por los varones. Tenía una enorme influencia en los sectores populares. Murió a los 43 años. Su sepelio implicó una gran manifestación política, la más solemne otorgada a una mujer hasta ese momento.

## 7. COLÓN.

El complejo del lago municipal, ubicado al costado de la ruta 8, tiene una superficie de 96 hectáreas y fue construido en 1978. Cuenta con un lago artificial de 36 hectáreas con una isla en su interior. Allí se encuentra el faro de 26 metros de alto.

## 8. ZULLY MORENO.

Nació el 17 de octubre de 1920 en Villa Ballester, Provincia de Buenos Aires, y a los 18 años debutó como actriz junto a Niní Marshall. Protagonizó más de 40 películas de la época dorada del cine argentino, entre las que se destaca *Dios se lo pague*, el primer film nacional candidato al Oscar como mejor película extranjera. En 1955 debió exiliarse junto a su marido, el director de cine Luis César Amadori, con quien gestó la mayoría de sus éxitos.

## **9. JUAN JOSÉ DARDO ROCHA.**

Nació en Buenos Aires en 1838. Se graduó como abogado en 1863. A poco de asumir como gobernador de la Provincia, elevó un proyecto a la Legislatura local para crear la capital bonaerense. Así, en una zona alta del municipio de Ensenada, conocida como Lomas de Ensenada, se inauguró la nueva capital, el 19 de noviembre de 1882. Por eso, se recuerda a Dardo Rocha como el fundador de La Plata.



GOBIERNO DE LA  
PROVINCIA DE  
**BUENOS  
AIRES**

[gba.gob.ar](http://gba.gob.ar)