

SOLANGE VILELLA

Guia Gratuito de Redes Sociais para pessoas acima de 50 anos



Primeiros Passos nas Redes
Sociais para você se conectar com
mais independência e segurança



www.conexaomelhoridade.com

Introdução

Este guia foi preparado para você, que sente e necessita de mais informações sobre o ambiente digital. Nosso compromisso é fazer você dar os primeiros passos, e aprender mais sobre os seus direitos. A nossa missão é acompanhar a velocidade da revolução digital, e proporcionar meios de construção de aprendizado com menos solidão, e fazer você perder o medo de usar as redes sociais com maior atenção e segurança.

Se você sente angústia em um futuro incerto, num país onde a economia segue com altos e baixos e sempre oscilando, onde há um índice de desemprego alto e uma assistência médica deixando muito a desejar, buscamos com este guia levá-lo aos primeiros passos para aprender a interagir nas redes sociais.

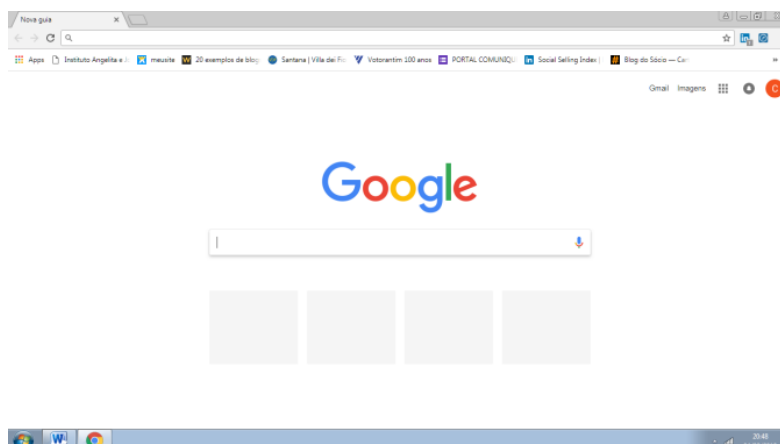
Sou Solange Villela, idealizadora do projeto **Conexão Melhor Idade**, que tem como objetivo e prioridade lutar por causas que possam melhorar a qualidade de vida, aumentando o respeito e o equilíbrio entre as gerações. Tenho como propósito criar conexões para reintegrar pessoas no mercado de trabalho com foco em tecnologia. Espero contar com a sua colaboração.

O que é Rede Social e para quê serve

É mais fácil definir rede social como uma teia que interliga pessoas físicas e jurídicas, das mais variadas nacionalidades, com diferentes formas de sentir, pensar, agir, crer, mas com a finalidade de trocar informações, compartilhar lembranças e desenvolver habilidades. Ela serve para efetivar o que todos nós seres humanos buscamos: a sociabilidade.

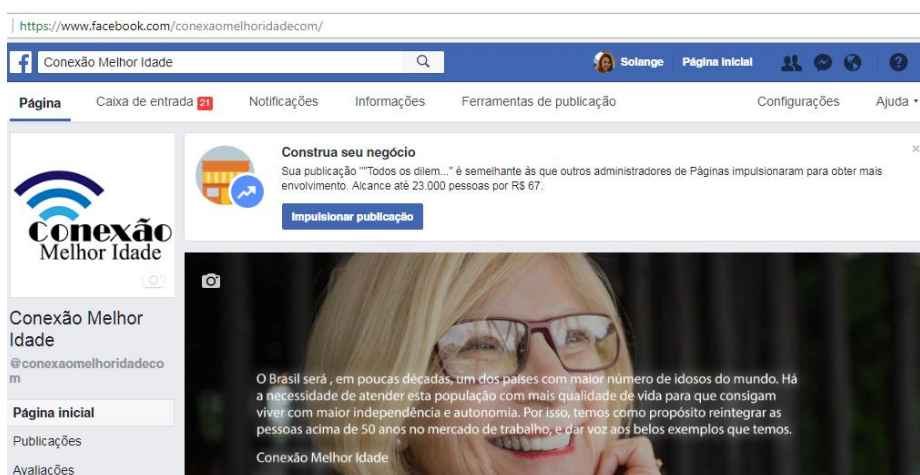
GOOGLE – O Google é uma empresa multinacional que criou um buscador, uma interface para o acesso às redes sociais. Toda e qualquer expressão você

encontra no Google. Consultas, definições de temas. Lá você encontra tudo que procura.



Conexão Melhor Idade traz para você as redes sociais mais utilizadas aqui no Brasil. São elas:

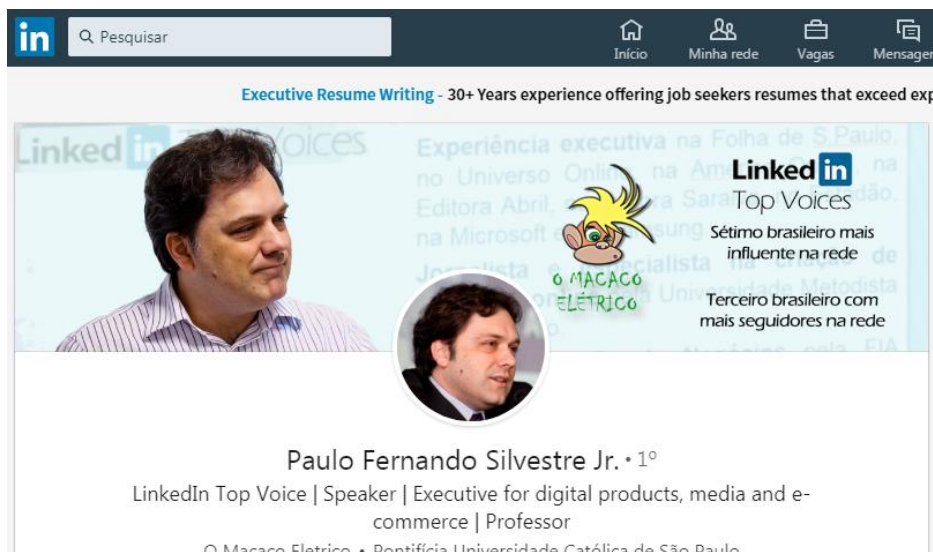
FACEBOOK – O Facebook é uma rede social que deve ser usada para encontrar amigos com muita facilidade. De utilização fácil foi criada por Mark Zuckerberg. É uma rede gratuita que sobrevive de anúncios patrocinados, principalmente por empresas.



Dentro do Facebook existem grupos onde as pessoas se reúnem para trocar informações sobre os mais diversos temas.



LINKEDIN – O LinkedIn é uma rede social que deve ser usada apenas para a finalidade profissional, e com foco em negócios. É a rede mais completa que existe.

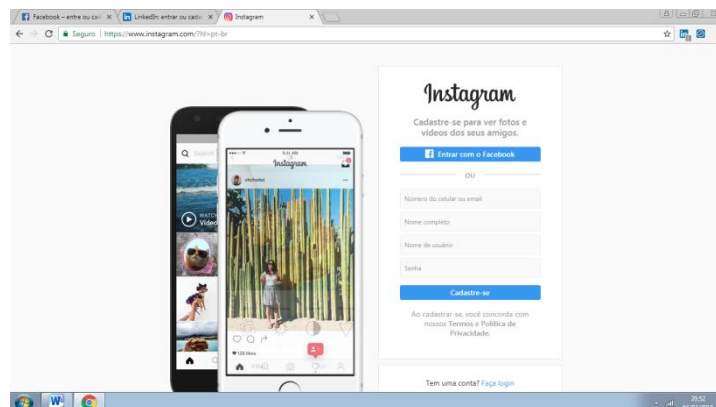


No LinkedIn também existem grupos, mas eles se reúnem com a finalidade de trocar informações profissionais, e de interesse na área de negócios. Esta rede social deve ser usada também para escrever artigos sobre a sua expertise. Veja o exemplo abaixo da Laíze Damasceno, autora do [livro Marketing de Gentileza](#), jornalista, com especialização em Comunicação Corporativa, diretora da *Angorá Comunicação*, palestrante, consultora de comunicação e Coach e Analista DiSC

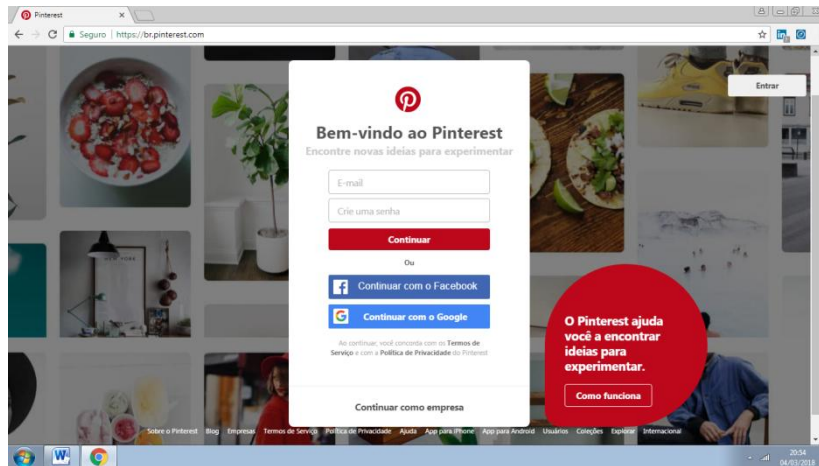
com certificação internacional pela Sociedade Latino Americana de Coaching (SLAC), que dá algumas dicas sobre o assunto:



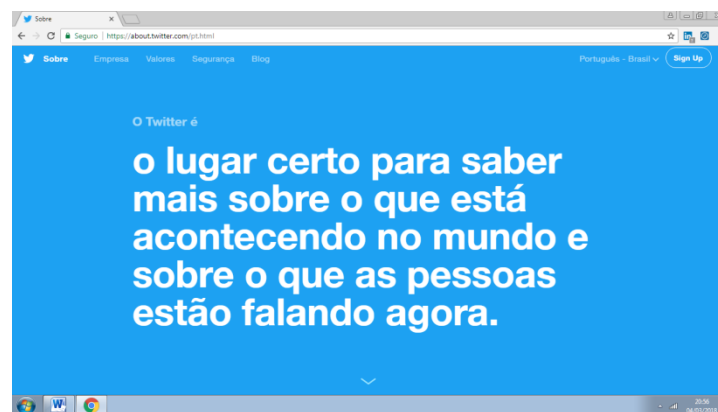
INSTAGRAM – O Instagram é uma rede social que é utilizada para o compartilhamento de fotos e vídeos, e que atualmente vem sendo muito utilizada para o e-commerce.



PINTEREST – É uma rede social que é utilizada para o compartilhamento de fotos. No entanto essa rede social é mais focada no sentido de hobbies pessoais. Exemplo: Fotos de plantas e jardins, gastronomia (pratos saborosos), arquitetura (design de móveis, interiores de imóveis), entre outros.



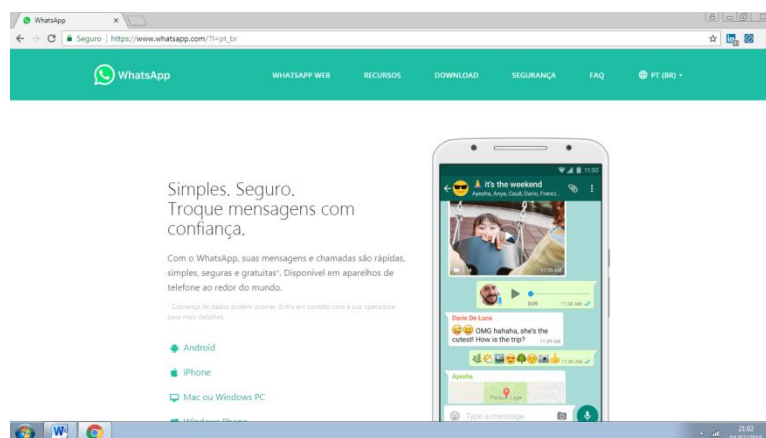
TWITTER – O Twitter é uma rede social para contatos rápidos. Para uma divulgação bem rápida, pois você só poderá utilizar 140 caracteres.



YOUTUBE – O Youtube é uma rede social direcionada a compartilhamento de vídeos, onde se pode aprender de tudo um pouco, como cozinhar, fazer panos de prato, dar palestras, etc. Excelente para você que quer aprender alguma coisa nova.

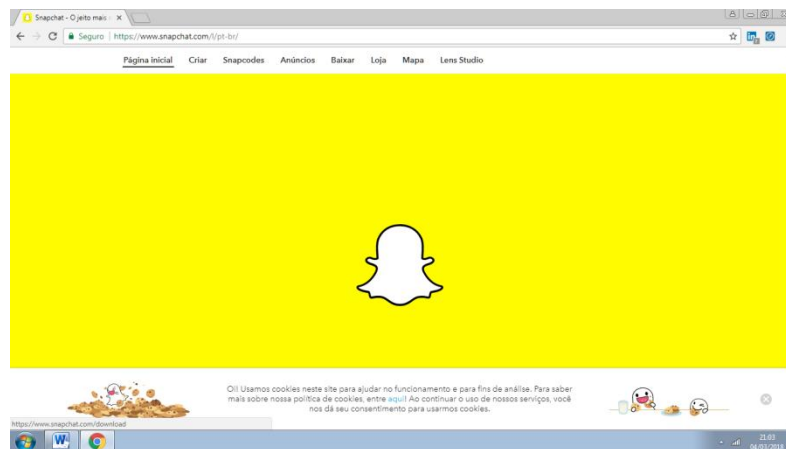


WHATSAPP – O WhatsApp é um aplicativo utilizado no celular para compartilhar mensagens, vídeos com amigos e familiares. Pode ser usado para envio de documentos, e as mensagens são enviadas e recebidas de forma instantânea.



SNAPCHAT – O Snapchat é um aplicativo de mensagens que você pode usar para tirar fotos e aplicar certos filtros que melhoram as fotos, deixando com caras e bocas diferentes. É uma rede social que não guarda as mensagens por um longo período como faz o Facebook e outras redes sociais. É mais instantânea. Dá para

brincar muito nesta rede social e ela é uma das mais acessadas por pessoas mais jovens.



Qual a diferença entre tablet, notebook e o Kindle (leitores de livros)

O tablet é um computador que você pode transportar de forma bem fácil, pois seu tamanho compacto, de espessura fina permite este que você o utilize desta forma e com tela sensível ao toque (touchscreen). É usado mais para fins de entretenimento. Diferentemente do tablet, o notebook é mais pesado, não é touchscreen, e é mais usado profissionalmente.

O Kindle é um leitor de livros digitais desenvolvido pela subsidiária da Amazon, a Lab126, que permite aos usuários comprar, baixar, pesquisar e, principalmente, ler livros digitais, jornais, revistas, e outras mídias digitais via rede sem fio.

Quais os cuidados que você deve ter ao ingressar nas redes sociais?

Você deve observar o que é politicamente incorreto, principalmente para quem busca colocação profissional e nunca colocar fotos de pijama, roupas íntimas, falar mal de políticos e frases negativas, evitar colocar culto religioso, dentre outros.

Devemos seguir o alerta do professor e jornalista, **Paulo Silvestre**, que diz:



Quais os programas podem ser instalados no micro ou no notebook e para que servem?

Os programas que podem ser instalados em seu micro ou notebook são: Microsoft Word para escrever textos, Windows Movie Maker (assistir filmes), Adobe Photoshop (editar fotos). Os 10 programas gratuitos mais baixados no Google estão neste link abaixo:



[Google Chrome 65.0.3325.146](#)

Rápido, fácil e seguro: o navegador da Google feito para a web moderna
categoria: [navegadores](#)
7/3/2018 **ATUALIZADO** Windows 7/8/8.1/10



[uTorrent 3.5 Build 43804](#)

Mais famoso baixador de torrents do mundo está ainda mais rápido e fácil de usar
categoria: [torrent](#)
16/5/2017 Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[DAEMON Tools Lite 10.7.1.0340](#)

Emule unidades de CD e DVD com um dos programas mais eficientes do segmento

categoria: [criação de discos virtuais](#)

23/2/2018 **ATUALIZADO** Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[Avast Free Antivirus 2018 18.2.2328](#)

O antivírus mais usado pelos brasileiros ganhou tecnologia nova e está ainda mais eficiente

categoria: [antivírus](#)

1/3/2018 **ATUALIZADO** Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[Windows Movie Maker 16.4.3528.0331](#)

O editor de vídeos da Microsoft está nos trinques: mais bonito e com mais efeitos

categoria: [editores de vídeo](#)

24/5/2017 Windows 7/8/8.1/10



[Skype 8.17.0.2](#)

O mensageiro mais completo da atualidade está de cara nova e com melhor desempenho

categoria: [voip](#)

6/3/2018 **ATUALIZADO** Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[WinRAR 5.50](#)

Renomado programa para fazer a compactação e a descompactação de arquivos

categoria: [compactadores](#)

17/8/2017 Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[PhotoScape 3.7](#)

Monte combinações com suas melhores fotos e faça correções com esse editor completo

categoria: [editores de imagem](#)

11/9/2014 Windows XP/Vista/7/8/8.1/10



[Microsoft Word 2010](#)

Essa versão não é a mais atual, confira mais informações na descrição

categoria: [suítes de aplicativos](#)

1/9/2010 Windows XP/Vista/7/8



Adobe Photoshop 2017.1 18.1.1

O poder e a magia do Photoshop através de ferramentas surpreendentes

categoria: [editores de imagem](#)

9/5/2017 Windows XP/Vista/7/8/8.1

Fonte: <https://www.baixaki.com.br/top-semanal.htm>

O que são APPs, e quais os aplicativos mais usados por brasileiros?

Os "apps" são programas instalados em seu celular, que permite mostrar a previsão do tempo, despertador, o joguinho preferido ou aquela câmera cheia de efeitos, entre outros. São eles: WhatsApp (91%), Facebook (86%), Instagram (60%), Messenger (59%), Twitter (28%), Skype (25%), Snapchat (18%), Pinterest (15%), Telegram (10%) e Tumblr (5%).

Fonte: <https://olhardigital.com.br/noticia/saiba-quais-sao-os-10-apps-de-redes-sociais-mais-usados-pelos-brasileiros/70474>

Conclusão

Conexão Melhor Idade entende que é fundamental o compromisso com você, e que por meio desse guia possa trazer o uso mais consciente de todas as redes sociais, fazendo com que possa escolher e usar aquela que mais se identificar, ou, ainda se a finalidade for para fazer uso para negócios.

Cada uma delas tem um jeito peculiar e diferente de se interagir. Basta você saber usar com alegria, respeito e sempre observar com segurança.



Quem sou eu?

Eu sou Solange Vilella, autora do projeto Conexão Melhor Idade, que tem como missão compartilhar conteúdos relacionados ao meio digital, tecnologias e carreira para pessoas acima dos 50 anos.

O Brasil será, em poucas décadas, um dos países com maior número de idosos do mundo. Há necessidade de atender essa população com mais qualidade de vida para que consigam viver com maior independência e autonomia. É fascinante perceber a transformação que o universo on-line pode proporcionar as pessoas. A possibilidade de aprendizado pode ser desfrutada em qualquer idade. É claro que todos nós, à medida que amadurecemos, temos maiores dificuldades, mas o importante é nunca deixar de tentar.

Hoje, aos 53 anos, tenho como prioridade lutar por causas que possam melhorar a qualidade de vida, aumentar o respeito e o equilíbrio entre as gerações.

Boa sorte e sucesso!

Solange Vilella
Autora do Projeto
Conexão Melhor Idade

Vamos nos conectar?

Site: www.conexaomelhoridade.com/

Página no facebook : <https://goo.gl/TyaecX>