

Programa

# Link+70



Ejecuta:



PONTIFICIA  
UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CHILE

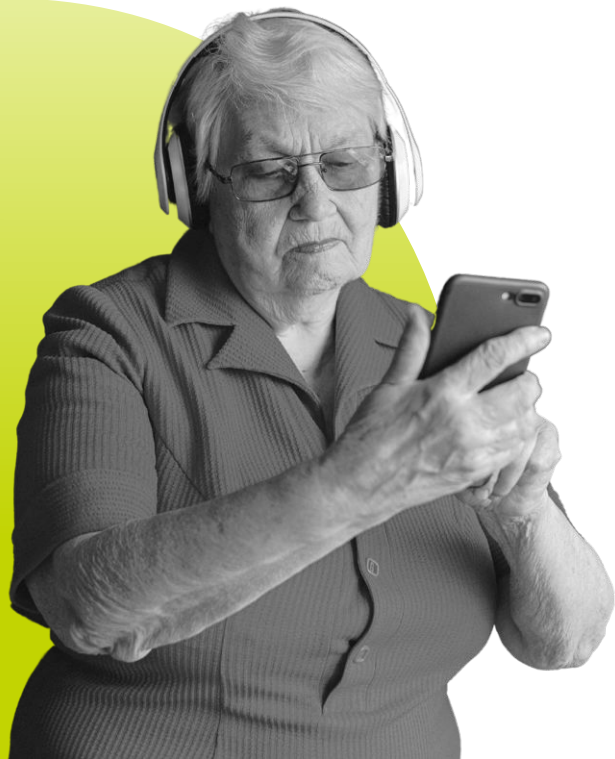
Financian:



**SeniorLab**

Laboratorio de innovación social  
en vejez y envejecimiento

## ¿QUÉ ES EL PROGRAMA LINK+70?



Link +70 es una iniciativa impulsada por el Laboratorio de Innovación Social en Vejez y Envejecimiento **SeniorLab UC y Falabella**, que tiene como propósito hacer un LINK entre las personas mayores de 70 años o más, con la tecnología y la innovación.

Este año cuenta con dos versiones: **híbrida y online** ambas desarrolladas durante el segundo semestre de 2024.

El objetivo de la iniciativa es que las personas mayores **valoren el uso de herramientas digitales en el día a día, fortaleciendo competencias ya presentes en su vida que pueden potenciarse aún más a través de la tecnología.**

## ¿QUÉ NECESITO PARA FORMAR PARTE DEL PROGRAMA?

**Solo necesitas cumplir estos requisitos:**

1. Tener **70 años o más**
2. Contar con un **smartphone** (Teléfono celular con pantalla táctil, que permite al usuario conectarse a internet) y un dispositivo para conectarse a clases que se realicen vía zoom.
3. Dominar a un **nivel de usuario** ciertas herramientas y aplicaciones digitales (WhatsApp, Facebook, Gmail, Zoom).
4. Para modalidad híbrida vivir en la región Metropolitana y en el caso de modalidad online puedes ser de cualquier lugar de Chile.

**No te preocupes si no conoces mucho sobre lo digital, ya que te acompañaremos durante todo este proceso para que logres vincularte con la tecnología e innovación.**



## ¿CUÁLES SON SUS OBJETIVOS ESPECÍFICOS?



1. **Conectar a las personas de 70 años o más con la era digital**, posicionando la tecnología y la innovación como habilitantes para enfrentar los desafíos que viven día a día.
2. **Desarrollar las competencias digitales y tecnológicas de las personas mayores**, mediante la utilización de tecnologías que buscan llegar a este segmento etario, revelando el potencial de las nuevas tecnologías en la vida de las personas
3. **Empoderar a las personas mayores**, visibilizando cómo la tecnología puede crear valor en su día a día, eliminando su posición exclusiva como usuarios asistidos por las tecnologías.

### HÍBRIDO

Modalidad en donde deberán asistir de manera **presencial y actividades online**, solo para personas de la región Metropolitana

### ONLINE

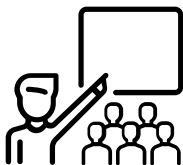
Modalidad en donde los participantes **solo** participan de manera **online**, puede asistir por ende personas de cualquier lugar de Chile que cuenten con acceso a internet.

# MODALIDAD PROGRAMA HÍBRIDO

Las sesiones de cada módulo tendrán la siguiente metodología

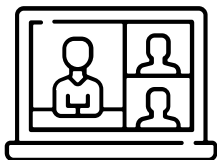
## 1° sesión

Presencial: Clase Teórica



## 2° sesión

Vía Zoom: Actividades grupales



## 3° sesión

Vía Zoom: Dudas y retroalimentación



**Horarios**

Martes, 15:00 - 17:00 hrs (sesiones presenciales).  
Martes, 15:00 - 16:00 hrs (sesiones virtuales)

**Duración**

20 horas cronológicas (10 horas de clases presenciales,  
10 horas de clases virtuales).

**Lugar de realización**

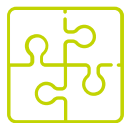
Centro de extensión de la Pontificia Universidad Católica,  
Santiago de Chile (metro Universidad Católica)



¿CUÁLES SON LOS APRENDIZAJES ESPERADOS DE CADA MÓDULO?

## Módulo 0: Nivelación

Preparar a los participantes para el contenido del programa, integrarlos y profundizar en el uso de la plataforma digital.



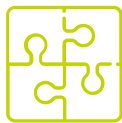
3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Resolver preguntas y dudas específicas sobre el programa.
- Comprender cómo funcionará el proceso del programa, incluyendo el uso de herramientas y la estructura de las sesiones.
- Aprender a navegar y utilizar todas las funciones de la plataforma digital que se utilizará durante el programa.

## Módulo 1: Descubriendo la IA

Comprender, aplicar y reflexionar sobre los conceptos básicos, la aplicación práctica y las consideraciones éticas de la Inteligencia Artificial, con el fin de promover su integración responsable y consciente en la vida cotidiana y en la sociedad.



3 Sesiones

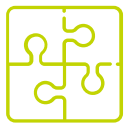
### Aprendizajes esperados

- Adquirir conocimientos fundamentales sobre IA y su aplicación en la vida diaria, además de interactuar con asistentes virtuales y tecnologías basadas en IA para comprender sus beneficios prácticos.
- Tomar conciencia de las implicaciones éticas de la IA y reflexionar sobre su impacto en la sociedad, fomentando la discusión y el intercambio de ideas sobre cómo abordar estos desafíos en el futuro.



## Módulo 2: Datos e información en línea

Capacitar a los participantes en el desarrollo de habilidades para navegar en espacios informativos en línea, promoviendo una participación informada y crítica en el espacio mediático digital.



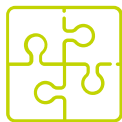
3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Comprender la importancia de verificar datos en línea y detectar desinformación mediante ejercicios prácticos durante la sesión presencial.
- Dominar herramientas y técnicas de verificación de datos en línea, aplicándolas en ejercicios virtuales y situaciones reales.
- Reflexionar sobre la difusión responsable de información verificada, desarrollando estrategias para promover su divulgación tanto en línea como fuera de ella.

## Módulo 3: Vida saludable en la era digital

Facilitar a los participantes herramientas y conocimientos para integrar de manera equilibrada la tecnología en su bienestar físico, mental y espiritual, promoviendo así prácticas de autocuidado y conexión consciente en la era digital.



3 Sesiones

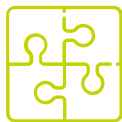
### Aprendizajes esperados

- Comprender la relación entre tecnología y bienestar, identificando aplicaciones y dispositivos para la salud física y mental durante la sesión presencial.
- Dominar técnicas de conexión social y mindfulness con herramientas digitales, aplicando habilidades de meditación para equilibrar emociones tanto en ejercicios virtuales como en la vida diaria.
- Reflexionar sobre el equilibrio entre la vida digital y la espiritualidad, desarrollando estrategias para mantener conexión espiritual en entornos digitales.

## Módulo 4: Omnicanalidad y salud financiera

Promover habilidades para el consumo responsable y la salud financiera.

Capacitar a las personas mayores en el uso de plataformas y servicios omnicanal, facilitando su interacción con diversas tecnologías y canales de comunicación para mejorar su experiencia de usuario en el ámbito digital y físico.



3 Sesiones

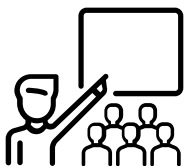
### Aprendizajes esperados

- Comprender fundamentos del consumo responsable y salud financiera, mediante ejemplos prácticos.
- Dominar estrategias para un consumo consciente y estabilidad financiera personal, aplicando conocimientos en ejercicios y decisiones cotidianas.
- Entender el proceso completo de atención al cliente en una tienda física, incluyendo cómo solicitar ayuda, recibir orientación sobre productos y utilizar los diferentes servicios disponibles en la tienda.
- Aprender a utilizar el sistema de click and collect automático para recoger compras en puntos de recogida, garantizando comodidad y eficiencia.

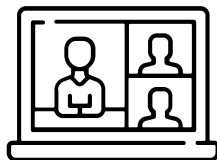
## MODALIDAD PROGRAMA ONLINE

Las sesiones de cada módulo tendrán la siguiente metodología

### 1º sesión Clase Teórica



### 2º sesión Actividades Grupales



### 3º sesión Dudas y retroalimentación



### Horarios

Jueves, 15:00 - 17:00 hrs (1º sesión por módulo).  
Jueves, 15:00 - 16:00 hrs (2º y 3º sesión por módulo)

### Duración

20 horas cronológicas

### Lugar de sesiones

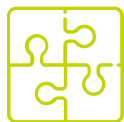
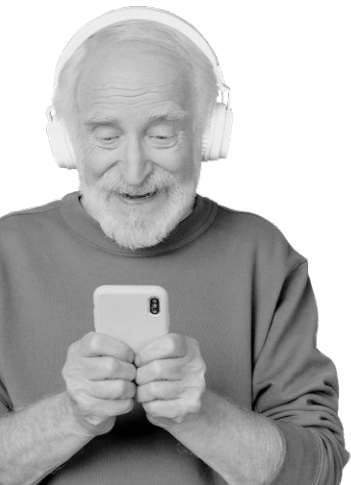
Plataforma Zoom



¿CUÁLES SON LOS APRENDIZAJES ESPERADOS DE CADA MÓDULO?

## Módulo 0: Nivelación

Preparar a los participantes para el contenido del programa, integrarlos y profundizar en el uso de la plataforma digital.



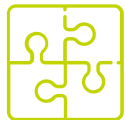
3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Resolver preguntas y dudas específicas sobre el programa.
- Comprender cómo funcionará el proceso del programa, incluyendo el uso de herramientas y la estructura de las sesiones.
- Aprender a navegar y utilizar todas las funciones de la plataforma digital que se utilizará durante el programa.

## Módulo 1: Autorrealización digital

Comprender el uso de aplicaciones como herramientas útiles para el logro de objetivos personales y/o búsqueda de nuevos propósitos en la vida de las personas



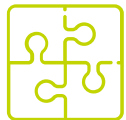
3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Entender la relevancia de la búsqueda de propósitos y nuevos objetivos de manera constante.
- Visualizar la utilidad y facilidad que proponen las nuevas tecnologías para la búsqueda de inspiración e ideas que permitan la realización de los propósitos y objetivos propuestos.

## Módulo 2: Entretenimiento conectado

Explorar las opciones de entretención que ofrece el mundo digital y virtual a través del smartphone, así como las posibilidades de actividades con sentido que se pueden realizar.



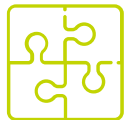
3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Conocer aplicaciones existentes que permiten ocio con sentidos psicoeducativos.
- Entender el mundo de la tecnología como un espacio en el que se pueden aplicar las competencias que se han aprendido a lo largo de toda la vida.

## Módulo 3: Bienestar Emocional y Tecnología

Mostrar cómo, a través de la pantalla, las personas acceden al mundo digital, donde las interacciones que se realizan repercuten (positiva o negativamente) en el estado emocional e identidad de las personas.



3 Sesiones

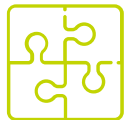
### Aprendizajes esperados

- Comprender el aparato móvil como parte de la identidad del usuario en tanto es personalizable y mantiene información de la persona.
- Identificar las reacciones a publicaciones, comentarios, estatus como parte de la externalización de la emocionalidad, la que puede darse de manera anónima o con presencia directa.
- Visualizar aplicaciones como vehículo para la generación de potenciales nuevos vínculos sociales, los que pueden atraer emociones positivas.



## Módulo 4: Autonomía en compras online

Capacitar a los participantes en el uso eficiente y seguro al momento de comprar en línea, facilitando todo el proceso desde la búsqueda de productos hasta la compra.



3 Sesiones

### Aprendizajes esperados

- Aprender a utilizar filtros y categorías para encontrar productos rápidamente y de manera efectiva.
- Comprender los pasos para agregar productos al carrito, introducir información de pago y finalizar la compra de manera segura.
- Conocer cómo crear y gestionar una cuenta en la plataforma, seguir el estado de los pedidos y resolver problemas comunes como devoluciones o cancelaciones.

## ¿CÓMO SE OBTIENE EL CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL PROGRAMA?

Tendrás que completar:

**70% de asistencia**

**70% de los desafíos del programa**

**Este programa no contempla evaluaciones con nota**, sino que desafíos grupales e individuales en los que podrás vivir la experiencia de poner en práctica lo aprendido y **potenciar las siguientes competencias de forma lúdica.**



Programa

# Link+70

¿Tienes dudas?  
escribenos a:

[link70@uc.cl](mailto:link70@uc.cl)

