

DIGITAL SKILLS FOR AN AGEING EUROPE (DISK)
COMPETENZE DIGITALI PER L'EUROPA CHE INVECCHIA

2020-1-FR01-KA204-079823

**LINEE GUIDA PER L'USO FUTURE DEI MODULI
FORMATIVI**

- Sintesi dei risultati chiave -





Il Progetto DISK è stato finanziato nell'ambito del programma Erasmus+ e coinvolge 8 partner provenienti da 6 paesi Europei: Francia, Italia, Belgio, Spagna, Grecia e Macedonia del Nord.

Solitudine, isolamento e esclusione sociale sono importanti fattori di rischio che possono danneggiare la salute con l'avanzare dell'età, soprattutto in assenza di una rete familiare o di insufficiente supporto familiare. Il progetto DISK intende affrontare questi problemi attraverso la promozione dell'invecchiamento attivo e l'adozione di una serie di buone pratiche in grado di preservare la salute attraverso l'uso della tecnologia.

La formazione DISK migliora le capacità cognitive degli anziani e rallenta il declino della memoria e delle capacità cognitive.

Le Linee guida DISK rappresentano un manuale per l'utilizzo dei prodotti del Progetto DISK. Questo documento si rivolge ai gruppi target del progetto, aiutandoli a utilizzare le risorse didattiche DISK in modo efficiente ed efficace. Le linee guida per la formazione futura sono state prodotte sulla base delle attività di testing e di convalida di DISK condotte dal consorzio DISK.

I corsi di formazione DISK sono il risultato principale del progetto. I risultati e i contenuti sono stati accuratamente selezionati in base alle esigenze principali dei gruppi target del progetto.

I contenuti formativi sono il risultato di una capacity gap analysis. Tutti i partner hanno sviluppato nello 10 corsi di formazione e per ogni modulo è proposto un gioco. Nella creazione dei contenuti si è tenuto conto di quattro aree delle abilità cognitive, ovvero: Memoria, Funzioni esecutive, Percezione, Attenzione. I giochi che accompagnano ogni corso di formazione rappresentano un esercizio pratico per allenare le capacità cognitive. Quello del gioco è un metodo efficace che deve essere incoraggiato per il loro valore che genera in termini di educazione e per apprendere nuove abilità.

Di seguito l'elenco dei moduli disponibili:

	TITOLO	CATEGORIA
1	I diversi tipi di memoria	Memoria
2	Allena la mente	Memoria
3	Il metodo PQRST: come imparare più velocemente e meglio	Memoria
4	Lavorare sulle tue capacità analitiche: creazione di scenari per le funzioni cognitive esecutive	Funzioni esecutive
5	Come migliorare nel ragionamento deduttivo e potenziare la propria capacità decisionale.	Funzioni esecutive
6	Diversi tipi di percezione e modi per migliorare le tue capacità di interazione	Percezione



7	Lo stimolo Cognitivo	Percezione
8	Lavorare sulla propria condizione mentale: concentrazione e attenzione per gli anziani	Attenzione
9	Come Arte e meditazione migliorano l'Attenzione	Attenzione
10	Trovare Waldo: rimanere lucidi in età avanzata	Attenzione



I contenuti sono accessibili attraverso la piattaforma DISK, accessibile da PC e laptop, tablet, smartphone. Questa piattaforma include tutti i materiali sviluppati dai diversi partner all'interno del progetto, organizzati in sezioni e sottosezioni, strutturati per moduli e unità, da cui si accede a contenuti, materiale scaricabile, link, risorse, questionari, contenuti multimediali e altro materiale rilevante sul tema dell'Invecchiamento Attivo.

Le risorse educative aperte sono uno strumento prezioso che consente flessibilità e adattabilità agli utenti, indipendentemente dalla loro età, dal sesso o dallo status socio-economico. Oltre alle opportunità offerte dalle OER, diskproject.eu presenta ulteriori caratteristiche di accessibilità che creeranno una migliore esperienza visiva per i visitatori del sito con esigenze diverse. Grazie a questa formazione, adulti e anziani miglioreranno le loro capacità cognitive e il processo di invecchiamento mentale sarà rallentato.

Tutti I contenuti sono disponibili in 6 lingue: Inglese, Francese, Italiano, Greco, Spagnolo e Macedone.

Raccomandazioni:

I corsi possono essere seguiti sia online, in modalità mista, face to face (con il supporto degli educatori).

I partecipanti possono seguire il corso online in autonomia o con il supporto di un educatore.

E' possibile scegliere la sezione che interessa di più, invece di completare attività per attività fin dall'inizio. Il corso può essere seguito saltando da una sezione all'altra perché sono indipendenti tra loro.

La combinazione di testo, esempi e video è un modo efficace per acquisire conoscenze. L'utente è invitato ad approfondire gli argomenti seguendo i link forniti nei corsi.

Si consiglia di seguire la struttura del corso, così come viene proposta, perché fornisce una panoramica completa delle informazioni più rilevanti.

Ogni corso ha una sezione di self-assessment , utile per valutare le conoscenze acquisite durante il corso. Questo aiuta a ottimizzare l'uso del corso e a trarne il massimo beneficio.

I giochi che accompagnano ogni corso di formazione DISK sono molto efficaci per l'assimilazione delle conoscenze. Sono un metodo eccellente e devono essere incoraggiati per il loro valore in termini di formazione, in quanto rappresentano un modo divertente per apprendere nuove competenze.



DISK



I corsi possono essere scaricati e stampati. Stampate, scaricate o annotate il materiale più utile per averlo a portata di mano quando ne avrete bisogno in situazioni reali.

Per aiutare gli utenti, è presente una sezione "Glossario" per migliorare la comprensione del significato delle parole. È possibile trovare un elenco di parole o concetti spiegati utilizzati durante i corsi.

La motivazione nel processo di apprendimento è essenziale. I partecipanti devono essere auto-motivati quando si usufruiscono dei corsi e devono essere sostenuti e motivati dagli educatori e dai formatori quando viene utilizzato il modello di apprendimento misto.

Per maggiori Informazioni su DISK
www.disk.eu