

# ***DİJİTAL NESİLLER ARAÇ SETİ: NESİLLERİ BİRLEŞTİRMEK***

Dijital Kapsayıcılık ve Güçlendirme için  
Nesiller Arası Bir Kılavuz



# İÇİNDEKİLER

## • 1. Bölüm – Akıllı Telefon Temelleri \_\_\_\_\_ 4

Telefon hakkında bilgi · Kamera · Şarj · Pil · Ses · Aramalar · Navigasyon · Kişiler · Güvenlik

## • 2. Bölüm – WhatsApp, Video Görüşmeleri ve E-postalar \_\_\_\_\_ 14

## • 3. Bölüm – Sosyal Medya - Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar \_\_\_\_\_ 19

## • 4. Bölüm – İnternet Bankacılığı ve Siber Güvenlik \_\_\_\_\_ 25

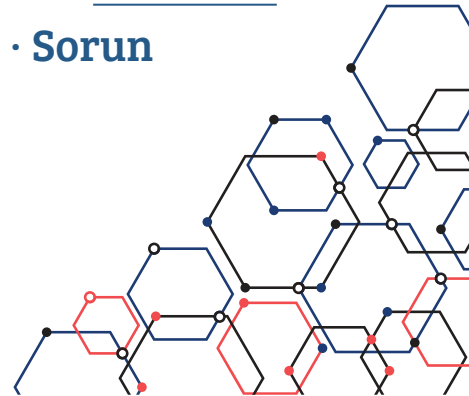
Mobil bankacılık · Şifre güvenliği · Dolandırıcılıkları fark etme ve önleme

## • 5. Bölüm – E-Sağlık ve E-Devlet \_\_\_\_\_ 28

E-Sağlık hizmetleri · E-Devlet erişimi · Gizlilik ve Güvenlik

## • 6. Bölüm – Özet ve Sorun Giderme \_\_\_\_\_ 31

Günlük uygulamalar · Güvenlik ipuçları · Bağlantı · Sorun giderme tablosu



# İÇİNDEKİLER

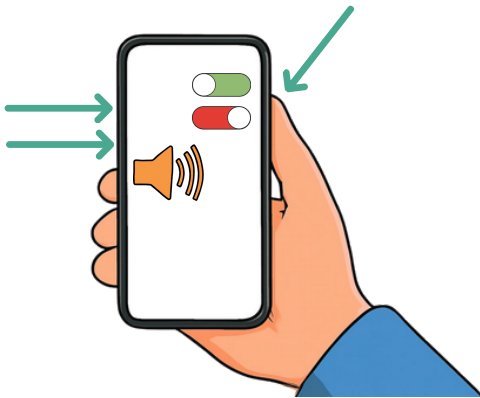
• <b>Proje Hakkında</b>	33
Genel Bakış · Ortaklık	
• <b>Proje Hedefleri ve Hedef Grup</b>	35
• <b>Bu Araç Seti Nasıl Kullanılır?</b>	36
• <b>Öğrenme Metodolojisi</b>	37
• <b>Teşekkürler</b>	38
• <b>Yasal Uyarı</b>	39

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 1. Cep telefonunu anlamak



**Telefonunuzu kontrol etmek için dokunmatik ekranı kullanın; parmaklarınızla dokunarak veya kaydırarak kontrol edebilirsiniz.**



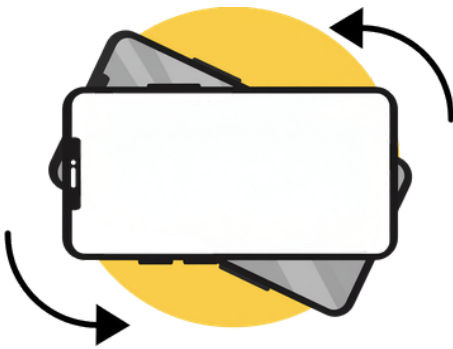
**Telefonu açmak, kapatmak ve ses seviyesini değiştirmek için yan düğmeleri kullanın.**

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 2. Kamera ve görüntü işlevleri



Ön ve arka kameraları kullanarak fotoğraf çekebilir, video kaydedebilir veya görüntülü görüşme yapabilirsiniz.



Görüntünün net ve sabit kalması için telefonunuzun konumunu ayarlayın.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 3. Şarj ve güç



Telefonunuzun şarjını sağlamak için şarj portunu kullanarak kabloyu bağlayın.



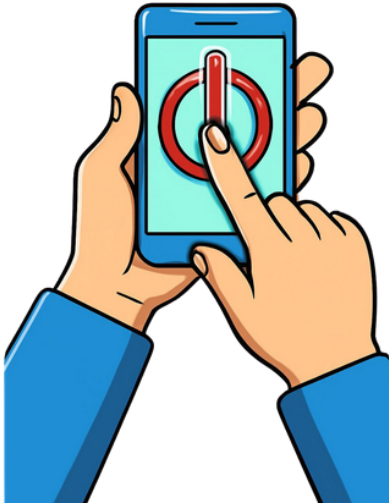
Pil seviyesi düşük olduğunda şarj kablosunu takın.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 4. Pil farkındalığı



Telefonunuzu ne zaman şarj etmeniz gerektiğini bilmek için pil simgesini düzenli olarak kontrol edin.



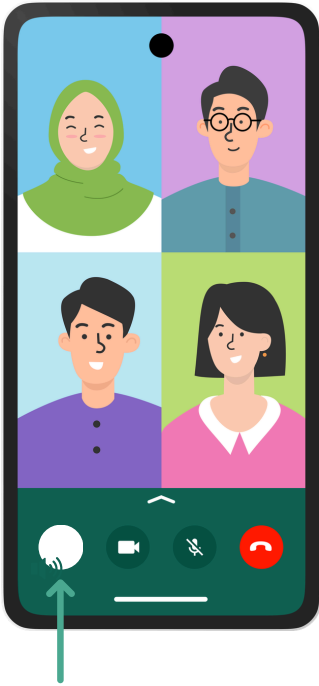
Telefonunuzu kapatmak veya yenilemek istediğinizde Kapat veya Yeniden Başlat seçeneğini belirleyin.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 5. Ses ve iletişim



Görüşmeler sırasında net bir şekilde duyabilmek ve rahatça konuşabilmek için hoparlörü ve mikrofonu kullanın.



Gerektiğinde eller serbest konuşmak için hoparlör düğmesini kullanın.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 6. Arama yapmak ve almak



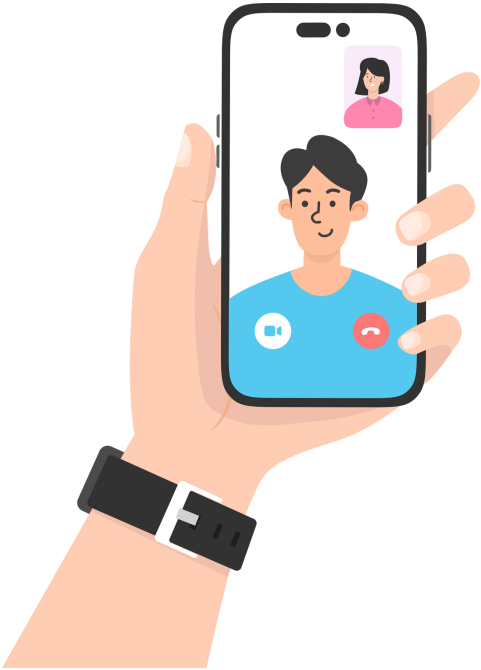
Telefon uygulamasını açın  
ve arama yapmak  
istediğiniz kişiyi veya  
numarayı seçin.



Ekrandaki yeşil  
düğmeyi kaydırarak  
gelen aramayı  
yanıtlayın.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 7. Çağruların sonlandırılması ve gözden geçirilmesi



Ekrandaki kırmızı düğmeyi kaydırarak aramayı sonlandırın veya reddedin.



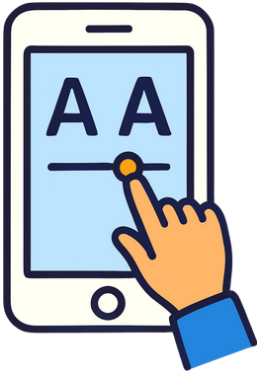
Kimlerin sizinle iletişime geçmeye çalıştığını görmek için cevapsız aramaları kontrol edin.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

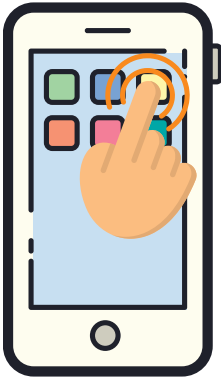
## 8. Ekran navigasyonu



Ekran üzerinde parmağınızı kaydırarak sayfalar, mesajlar veya fotoğraflar arasında geçiş yapabilirsiniz.



Daha kolay okuyabilmek için ayarlarda yazı boyutunu artırın.



Seçenekleri belirlemek veya uygulamaları açmak için ekrana hafifçe dokununuz.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 9. İletişim



Kişileri kolayca bulabilmek için telefon numaralarını isimlerle birlikte kaydedin.



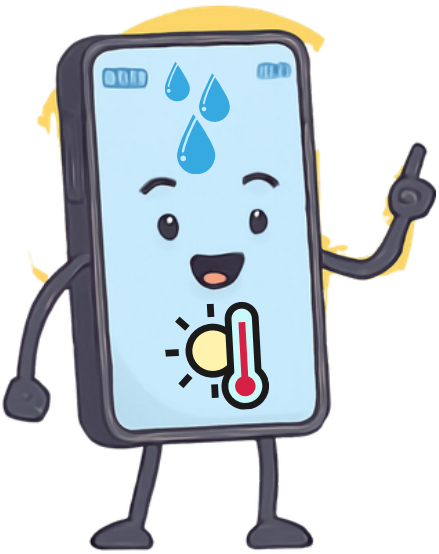
Sizi arayan kişiyi tanımak için bir kişiye fotoğraf ekleyin.

# BÖLÜM 1: Akıllı Telefon Temelleri

## 10. Güvenlik ve bakım



Acil yardıma ihtiyacınız varsa, acil servisleri aramak için numarayı çevirin.



Telefonunuzu düşmelere, suya ve aşırı sıcaklıklara karşı koruyun.

# BÖLÜM 2: WhatsApp, Görüntülü Aramalar ve E-postalar

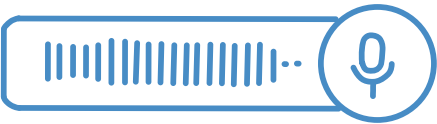
## 1. WhatsApp



WhatsApp'ta klavyeyi kullanarak mesaj yazın ve gönder düğmesine basarak kişilerinizle iletişim kurun.



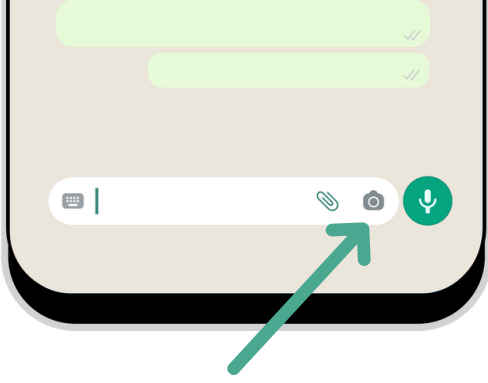
Hata yapmamak için lütfen gelen mesajları dikkatlice okuyun ve ardından yanıtlayın.



Yazmakta zorlanıyorsanız, mikrofon düğmesini basılı tutarak sesli mesaj gönderin.

# BÖLÜM 2: WhatsApp, Görüntülü Aramalar ve E-postalar

## 1. WhatsApp



WhatsApp üzerinden doğrudan fotoğraf çekip göndererek anları anında paylaşın.



Ayarlar bölümünden WhatsApp durumunuzu değiştirerek kişilerinizle kısa bir mesaj, resim veya güncelleme paylaşabilirsiniz.



Rahatsız hissediyorsanız, WhatsApp ayarlarını kullanarak kişileri sessize alabilir veya engelleyebilirsiniz.

# BÖLÜM 2: WhatsApp, Görüntülü Aramalar ve E-postalar

## 2. Görüntülü Aramalar



Aile üyeleriniz veya arkadaşlarınızla gerçek zamanlı olarak görüşmek ve konuşmak için görüntülü arama başlatın.



Görüşme sırasında görüntünün net kalması için telefonunuzu sabit bir yüzeye yerleştirin.



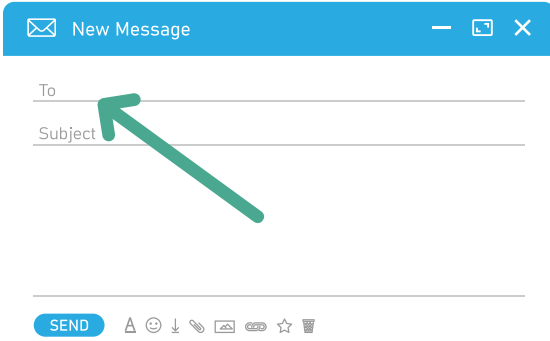
Ekrandaki kırmızı düğmeye dokunarak görüntülü görüşmeyi sonlandırın.

# BÖLÜM 2: WhatsApp, Görüntülü Aramalar ve E-postalar

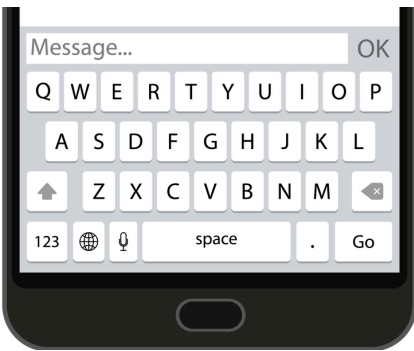
## 3. E-postalar



E-posta adresinize gönderilen mesajları okumak için e-posta uygulamanızı açın.



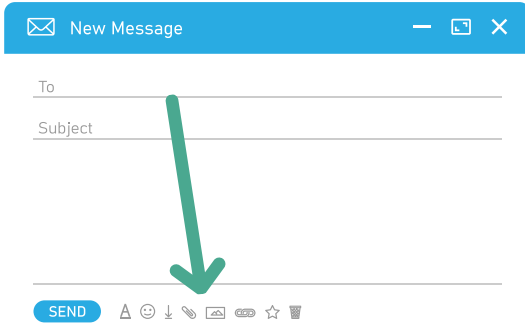
Alıcının adresini, konu başlığını ve mesajını girerek yeni bir e-posta yazın.



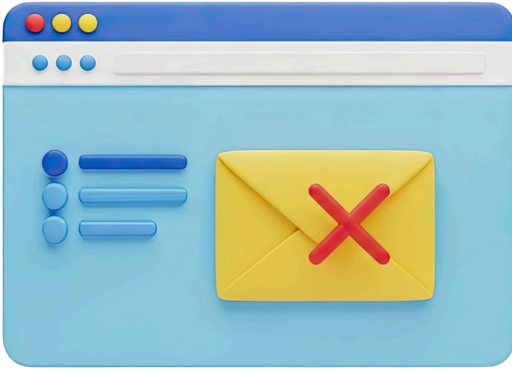
Lütfen mesajınızı net ve sakın bir şekilde yazmak için klavyeyi kullanın.

# BÖLÜM 2: WhatsApp, Görüntülü Aramalar ve E-postalar

## 3. E-postalar



Belge veya resim göndermeniz gerektiğinde e-postaya dosya veya fotoğraf ekleyin.



Bağlantıları veya ekleri açmadan önce gönderenin adresini dikkatlice kontrol edin.



İstenmeyen veya şüpheli e-postaları silerek gelen kutunuzu düzenli ve güvenli tutun.

# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

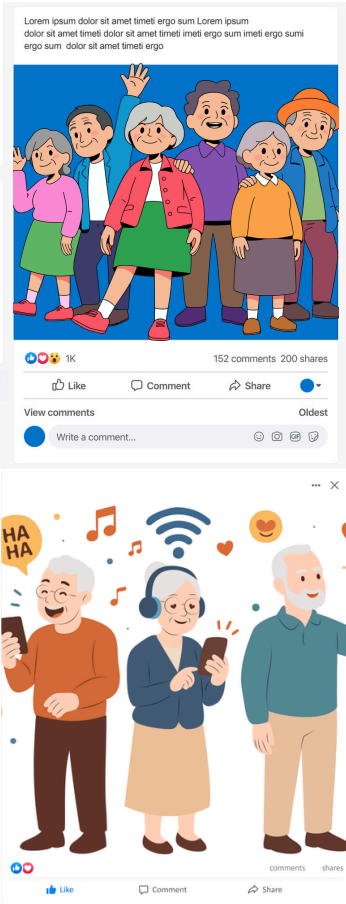
## 1. Facebook



Facebook, aileniz, arkadaşlarınız ve gruplarınızla bağlantıda kalmanızı sağlayan bir sosyal ağıdır.

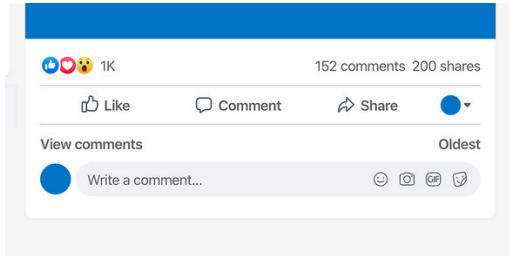
Facebook'u tanıdığınız kişilerin paylaştığı gönderileri okumak, fotoğrafları görmek ve güncellemeleri takip etmek için kullanın.

Profilinizde bir mesaj, fotoğraf veya düşünce paylaşmak için basit bir gönderi yazın.



# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

## 1. Facebook



Beğen düğmesini kullanarak veya kısa bir yorum yazarak diğer kişilerin gönderileriyle etkileşim kurun.



Gizlilik ayarlarını kullanarak kişisel bilgilerinizi ve paylaşımlarınızı kimlerin görebileceğini kontrol edebilirsiniz.



Benzer ilgi alanlarına veya hobilere sahip kişilerle etkileşim kurmak için Facebook gruplarına katılın.

# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

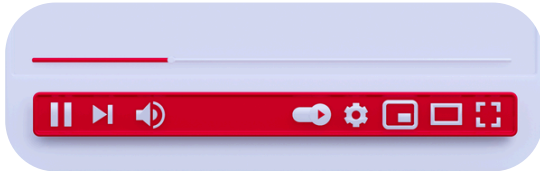
## 2. YouTube



YouTube, başkaları tarafından oluşturulan videoları izleyip onlardan bir şeyler öğrenebileceğiniz bir video platformudur.



İlginizi çeken konularla ilgili videoları bulmak için arama çubuğunu veya sesli aramayı kullanın.



Videoları oynatarak, duraklatarak veya ses seviyesini ve ekran boyutunu ayarlayarak videolarla etkileşim kurun.

# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

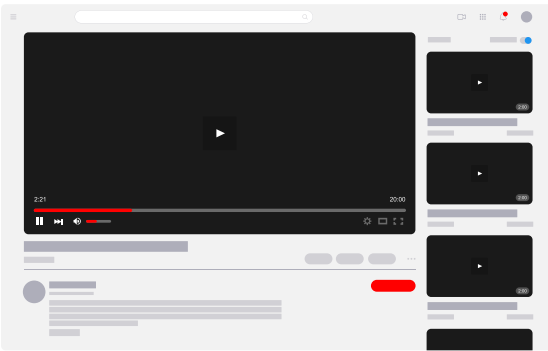
## 2. YouTube



Beğendiğiniz kanallara abone olun, böylece yeni videolarını daha sonra kolayca bulabilirsiniz.



Beğendiğiniz videoları takdir etmek için Beğen düğmesini kullanın.



Videolardaki yanıltıcı içeriklerle etkileşime girmekten veya şüpheli bağlantılara tıklamaktan kaçının.

# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

## 3. Çevrimiçi Topluluklar



Çevrimiçi topluluklar, insanların ortak bir konu etrafında bilgi ve deneyimlerini paylaştığı dijital alanlardır.



Diğer üyelerle etkileşim kurarken kibar ve saygılı mesajlar yazın.



Kişisel bilgilerinizi koruyun. Tanımadığınız kullanıcılardan uzak durun.

# BÖLÜM 3: Sosyal medya – Facebook, YouTube, çevrimiçi topluluklar.

## 3. Çevrimiçi Topluluklar



Topluluğa aktif olarak katılmak için sorular sorun veya deneyimlerinizi paylaşın.



Çevrimiçi ortamda insanlarla etkileşim kurarken kişisel bilgilerinizi koruyun.



Kendinizi rahatsız veya güvensiz hissettiren topluluklardan ayrılın veya sessize alın.

# BÖLÜM 4: Çevrimiçi Bankacılık ve Siber Güvenlik

## 1. Mobil Bankacılık



Bankacılık uygulamalarını yalnızca resmi Google Play Store veya Apple App Store'dan indirin.



Yetkisiz işlemlerin olup olmadığını fark etmek için hesap bakiyenizi düzenli olarak kontrol edin.



İşiniz bittiğinde mutlaka uygulamadan çıkış yapın.

# BÖLÜM 4: Çevrimiçi Bankacılık ve Siber Güvenlik

## 2. Şifre Güvenliği



Harf, rakam ve sembolleri bir arada kullanarak güçlü şifreler oluşturun.



PIN kodunuzu veya bankacılık şifrelerinizi banka çalışanları da dahil olmak üzere hiç kimseye paylaşmayın.



Hesaplarınızın güvenliğini sağlamak için şifrelerinizi düzenli olarak değiştirin.

# BÖLÜM 4: Çevrimiçi Bankacılık ve Siber Güvenlik

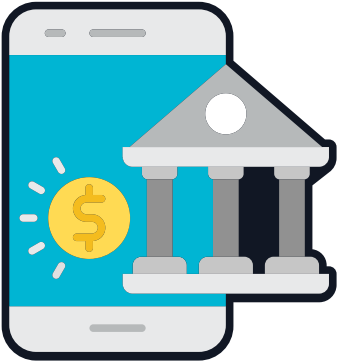
## 3. Dolandırıcılıkları Tanıma ve Önleme



Bankalar asla şifrenizi SMS veya e-posta yoluyla istemez.



Bilinmeyen numaralardan gelen şüpheli bağlantılara tıklamayın.



Mesajdan emin değilseniz, bankanızın resmi numarasını kullanarak doğrudan bankanızla iletişime geçin.

# BÖLÜM 5: E-Sağlık & E-Devlet

## 1. E-Sağlık Hizmetleri



Doktor randevusu almak için resmi sağlık uygulamalarını kullanın.



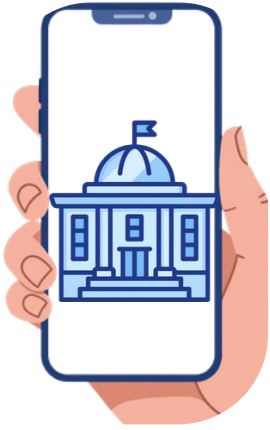
Hastaneye gitmeden reçetelerinizi ve laboratuvar sonuçlarınızı çevrimiçi olarak görüntüleyin.



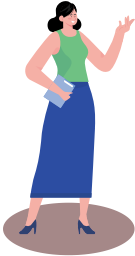
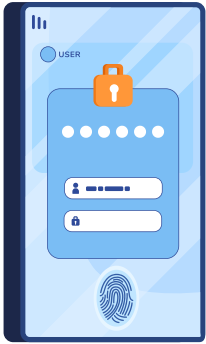
Sağlık bilgilerinizi gizli tutun ve yalnızca sağlık profesyonelleriyle paylaşın.

# BÖLÜM 5: E-Sağlık & E-Devlet

## 2. E-Devlet Erişimi



Kişisel bilgilerinizi girmeden önce lütfen resmi devlet web sitesinde olduğunuzdan emin olun.



Dijital kimlik bilgilerinizle kamu hizmetlerine güvenli bir şekilde erişin.



Telefonunuzdan resmi belgeleri yazdırın veya sosyal güvenlik durumunuzu kontrol edin.

# BÖLÜM 5: E-Sağlık & E-Devlet

## 3. Gizlilik ve Güvenlik



Herkese açık bir bilgisayar veya paylaşımlı cihaz kullanıyorsanız, güvendiğiniz birine ait olsa bile, her zaman oturumu kapatın.



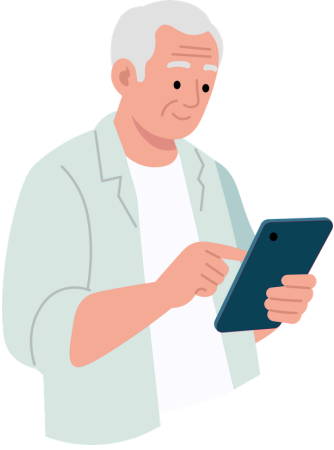
Hassas bilgilerin başkaları tarafından görülebileceği şekilde ekranınızı açık bırakmayın.



Kimlik numaranızı ve giriş bilgilerinizi gizli tutun.

# BÖLÜM 6: Özet ve Sorun Giderme

## 1. Özet



**Pratik:**

Özgüveninizi artırmak için akıllı telefonunuzu günlük olarak kullanın.



**Emniyet:**

Bir bağlantıya tıklamadan veya bilgi paylaşmadan önce her zaman durup düşünün.



**Bağlantı:**

WhatsApp veya görüntülü aramalar kullanarak ailenizle bağlantıda kalın.

# BÖLÜM 6: Özet ve Sorun Giderme

## 2. Sorun Giderme Tablosu

Yaygın problemler	Mümkün Çözümler
Ekran karanlık / açılmıyor	Pilin şarjlı olup olmadığını kontrol edin. Güç düğmesini basılı tutun
İnternet bağlantısı yok	Ayarlar'dan Wi-Fi veya Mobil Veri'nin açık olup olmadığını kontrol edin
Şifremi unuttum	“Şifremi Unuttum” seçeneğini kullanın veya güvendiğiniz bir aile üyesinden yardım isteyin
Uygulama takıldı veya dondu	Uygulamayı tamamen kapatıp yeniden açın ya da telefonunuzu yeniden başlatın
Aramaları duyamıyorum	Telefonunuzun yan tarafındaki ses düğmelerini kontrol edin

# PROJE HAKKINDA



## Genel Bakış



Dijital Nesiller projesi, yaşlı yetişkinlerin dijital araçları daha güvenli ve emin bir şekilde kullanmalarını desteklemek amacıyla oluşturulmuştur. Günümüzde, aileyle iletişim kurmak, bilgiye erişmek veya temel hizmetleri yönetmek gibi birçok günlük aktivite giderek daha fazla çevrimiçi olarak gerçekleştirilmektedir. Bu hızlı dijitalleşme bazen kafa karıştırıcı veya bunaltıcı gelebilir.

Bu proje, katılımcılara temel dijital becerileri adım adım, açık, pratik ve erişilebilir bir şekilde öğrenmeleri konusunda rehberlik etmeyi amaçlamaktadır. Akıllı telefonların, iletişim uygulamalarının ve çevrimiçi hizmetlere güvenli erişimin kullanımına özel önem verilmektedir. Genel amaç, bağımsızlığı, sosyal katılımı ve refahı teşvik ederek, yaşlı yetişkinlerin dijital dünyada kendilerini daha rahat ve dahil olmuş hissetmelerine yardımcı olmaktır.

# PROJE HAKKINDA

## Ortaklık

### Ortak 1

TWTrends, projenin koordinatör kuruluşudur. Dijital Nesiller Araç Seti'nin genel yönetimi, kalite güvencesi ve geliştirilmesinden sorumludur. Eğitim içeriği oluşturma ve dijital eğitim alanındaki uzmanlığı, öğrenme materyallerinin erişilebilir, pratik ve yaşlı öğrencilerin ihtiyaçlarına uyarlanabilir olmasını sağlar.

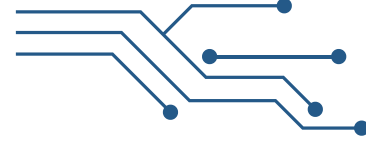
### Ortak 2

Ilksenol, gençlerin katılımı, kuşaklararası eğitim ve dijital güvenlik konularında uzmanlığa sahiptir. Kuruluş, genç gönüllülerin dijital mentor olarak eğitilmesini desteklemekte ve siber güvenlik bilincini öğrenme sürecine entegre ederek yaşlıların güvenli ve sorumlu dijital alışkanlıklar geliştirmelerini sağlamaktadır.

### Ortak 3

Sevilla'daki San Juan de Dios Hastanesi, yaşlı bakımı ve sosyal içerme konusunda geniş bir deneyime sahiptir. Kuruluş, yaşlı bakım merkezlerinde atölye çalışmalarının uygulanmasına öncülük ederek yaşlılara doğrudan erişim sağlamak ve kuşaklar arası öğrenmeyi desteklemek için genç gönüllü ağını harekete geçirmektedir.

# PROJE HEDEFLERİ VE HEDEF GRUPLAR



Dijital Nesiller projesinin temel amacı, yaşlı bireylerin dijital yetkinliklerini güçlendirerek, günlük yaşamlarında dijital araçları bağımsız, güvenli ve kendinden emin bir şekilde kullanmalarını sağlamaktır. Proje, iletişim, hizmetlere erişim ve sosyal katılım ile doğrudan bağlantılı pratik becerilere odaklanarak dijital uçurumu kapatmayı hedeflemektedir.

Projenin temel amaçlarından biri de, yaşlıların yalnızlığını azaltarak ve toplumlarının aktif üyeleri olarak kalmalarını teşvik ederek sosyal içermeyi artırmaktır. Kuşaklararası atölye çalışmaları aracılığıyla proje, dayanışmayı, karşılıklı anlayışı ve demokrasi, kapsayıcılık ve yurttaşlık katılımı gibi Avrupa değerlerinin aktarılmasını desteklemektedir.

Birincil hedef grup, özellikle sosyal dışlanma riski altında olanlar olmak üzere, dijital becerileri sınırlı yaşlılardır. İkincil hedef gruplar arasında kolaylaştırıcı ve dijital mentor olarak görev yapan eğitimciler ve genç gönüllüler yer almaktadır. Aileler, bakıcılar ve topluluk kuruluşları da yaşlılar arasında dijital özerkliğin artmasından dolayı olarak faydalanmaktadır.

# BU ARAÇ SETİNİ NASIL KULLANACAKSINIZ?

Bu kılavuz, atölye çalışmaları sırasında ve sonrasında öğrenmeyi desteklemek için pratik bir rehber niteliğindedir. Yaşlılar içeriği adım adım takip edebilir, kendi hızlarında pratik yapabilir ve dijital araçları kullanma konusunda özgüvenlerini ve bağımsızlıklarını güçlendirmek için ihtiyaç duyduklarında bilgilere tekrar göz atabilirler.

**Yaşlılar  
İçin**

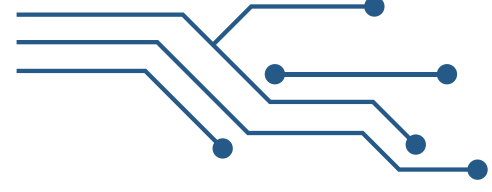
**Eğitmciler  
İçin**

Eğitmciler için bu kılavuz, atölye çalışmalarının planlanması ve yürütülmesi için net bir yapı sunmaktadır. Aşamalı bir öğrenme yaklaşımını destekler, açıklamaların farklı öğrenme hızlarına uyarlanmasına yardımcı olur ve eğitim oturumlarında tutarlılığı sağlar.

Gönüllüler için bu kılavuz, uygulamalı faaliyetler sırasında bir destek aracı görevi görür. Yaşlılara dijital görevler konusunda rehberlik etmelerine, kişiselleştirilmiş yardım sunmalarına ve destekleyici ve saygılı bir şekilde kuşaklar arası öğrenmeyi güçlendirmelerine yardımcı olur.

**Gönüllüler  
İçin**

# ÖĞRENME METODOLOJİSİ



Dijital Nesiller'in öğrenme metodolojisi, pratik, öğrenci merkezli ve nesiller arası bir yaklaşıma dayanmaktadır. Öğrenme, dijital cihazlarla doğrudan etkileşim yoluyla gerçekleşir ve teorik açıklamalardan ziyade gerçek hayattaki görevlere öncelik verilir.

Atölye çalışmaları, her oturumun daha önce edinilen beceriler üzerine inşa edildiği ilerleyici bir modeli takip eder. Eğitimciler ve gönüllüler, kişiselleştirilmiş rehberlik sunan ve akran desteğini teşvik eden kolaylaştırıcılar olarak görev yaparlar. Metodoloji, sabrı, tekrarı ve deneyim yoluyla öğrenmeyi önemseyerek, yaşlıların hata yapmaktan korkmadan öğrenebilecekleri güvenli bir ortam yaratır.

Kuşaklararası öğrenme, yaşlılar ve genç gönüllülerin bilgi, deneyim ve bakış açılarını paylaşımlarına olanak tanıyan, hem dijital yetkinliği hem de sosyal uyumu güçlendiren temel bir unsurdur.

# TEŞEKKÜRLER



Bu araç seti, Avrupa Birliği'nin Erasmus+ Programı tarafından ortak finanse edilen "Dijital Nesiller: Nesilleri Birleştirme" projesinin önemli bir sonucudur. Geliştirilmesi, tüm proje ortaklarının özverisi, uzmanlığı ve iş birliği ruhu olmadan mümkün olmazdı.

En içten teşekkürlerimizi sunmak isteriz:

Sevilla'daki (İspanya) San Juan de Dios Hastanesi ekiplerine, yaşlı yetişkinlerin ihtiyaçlarına dair paha biçilmez bilgiler sağladıkları ve atölye çalışmalarımızın ve materyallerimizin gerçek dünya bağlamlarına dayanmasını sağlamak için bakım merkezlerine erişimimize izin verdikleri için teşekkür ederiz.

Siber güvenlik bilincinin entegrasyonuna yaptıkları kritik katkı ve kuşaklararası öğrenme modelinin kalbini oluşturan enerji ve sabırlarıyla coşkulu genç gönüllüleri harekete geçirdikleri için Ilksenol (Türkiye) üyelerine teşekkür ederiz.

TWTrends (İspanya) çalışanlarına, eğitim içeriği oluşturmadaki uzmanlıkları, pedagojik yenilikçilikleri ve bu pratik ve erişilebilir kılavuzun tasarım ve üretiminde gösterdikleri liderlik için teşekkür ederiz.

Pilot atölye çalışmalarına katılan yaşlı ve genç gönüllülere de derin minnettarız. Onların geri bildirimleri, soruları ve paylaştıkları deneyimler, bu araç setini hem öğrenenler hem de kolaylaştırıcılar için kullanışlı ve dostane bir kaynak haline getirmede çok önemliydi.

Son olarak, bu fikri Avrupa genelinde dijital kapsayıcılığa somut bir katkıya dönüştürmeyi mümkün kılan destekleri için Avrupa Komisyonu'na ve İspanya Ulusal Ajansı'na (SEPIE) teşekkür ederiz.



# YASAL UYARI

Avrupa Birliği tarafından finanse edilmiştir. Ancak ifade edilen görüş ve düşünceler yalnızca yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliği veya Avrupa Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmayabilir. Avrupa Birliği veya EACEA bunlardan sorumlu tutulamaz.



[CC BY-NC-SA 4.0 https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)