



DESVENDANDO O CELULAR

# Bê-á-bá Digital

Giovana Diniz de Oliveira Bonetti  
Claudia Giuliano Bica



**DESVENDANDO O CELULAR**

# **Bê-á-bá Digital**

**Giovana Diniz de Oliveira Bonetti**

**Claudia Giuliano Bica**

# AUTORAS



## Giovana Diniz de Oliveira Bonetti

Biomédica formada pela Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA). Mestre e Doutoranda em Patologia (UFCSPA) e especialista em Vigilância em Saúde (ESP-RS).

## Claudia Giuliano Bica

Professora Titular da UFCSPA. Atua no Programa de Pós-Graduação em Patologia, na Residência Multiprofissional e na Graduação da universidade.



## CAPA

### Luis Fernando Marcelino Braga

Bacharel em Informática  
Biomédica (UFCSPA).



## REVISÃO

### Ana Carolina da Costa e Fonseca

Professora da UFCSPA,  
doutora em Filosofia (UFRGS).

# DEDICATÓRIA

Dedico esta obra aos meus avós, Antônio, Gentil, Maria José e Vera Lúcia, que sempre se esforçaram para me passar diversos conhecimentos. Cada um, à sua maneira, foi responsável por grande parte de minha formação pessoal e profissional, me encorajando a chegar cada vez mais longe. Também não poderia deixar de homenagear minhas duas avós emprestadas: Beatriz e Suzana, que sempre torcem por mim, mesmo de longe. Ainda, estendo esta dedicatória a todos os “vovôs” e “vovós” que se superam todos os dias no mundo digital.

Giovana Bonetti



# APRESENTAÇÃO

A tecnologia se tornou uma ferramenta indispensável para a comunicação, o aprendizado e a realização de tarefas cotidianas. A inclusão digital para a “geração prateada” significa participação plena na sociedade moderna, onde a conectividade e as habilidades digitais são fundamentais. O livro tem como objetivo promover a inclusão digital dos idosos, oferecendo uma abordagem ilustrada e cuidadosamente elaborada. Ao desmistificar o uso do celular e da Internet, buscamos não apenas facilitar o acesso às ferramentas digitais, como também fortalecer a autonomia e o senso de pertencimento.

Claudia Bica





**Olá! Tudo bem? Meu nome é Giovana. Estou aqui para ajudar a desvendar o mundo virtual.**



**Para isso, elaborei um material muito especial! Vamos ver como ele se organiza.**

## **SUMÁRIO**

- Parte 1..... Conceitos básicos**
- Parte 2..... Uso do celular**
- Parte 3..... Dicas!**
- Parte 4..... Glossário**



**Encontrou uma  
palavra desconhecida?  
Vá até o glossário (no  
final do nosso livro),  
que lá deixamos uma  
explicação.**

**Parte 1..... Conceitos básicos**

**Parte 2..... Uso do celular**

**Parte 3..... Dicas!**

**Parte 4..... Glossário**



# PARTE 1: CONCEITOS BÁSICOS



# APLICATIVOS



São programas usados para desempenhar alguma tarefa.

Também podem ser chamados de "Apps".

Os aplicativos são representados nos celulares por meio de símbolos como estes:

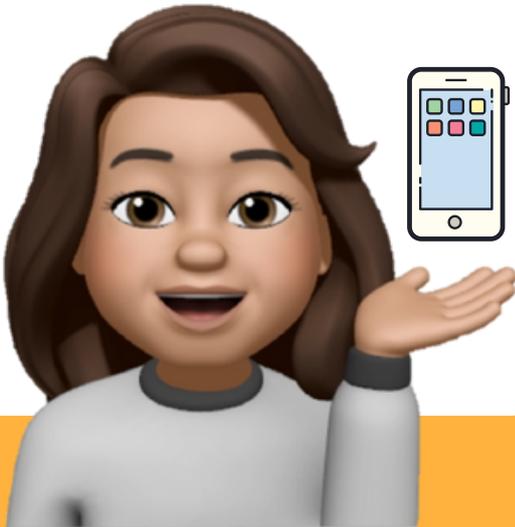


Estes símbolos, quando representam um aplicativo, são chamados de ícones.

Alguns já vem no nosso celular, e outros precisam ser instalados.

# MENU DE APLICATIVOS

Os aplicativos que  
você já tem  
encontram-se no  
“Menu de  
Aplicativos”.



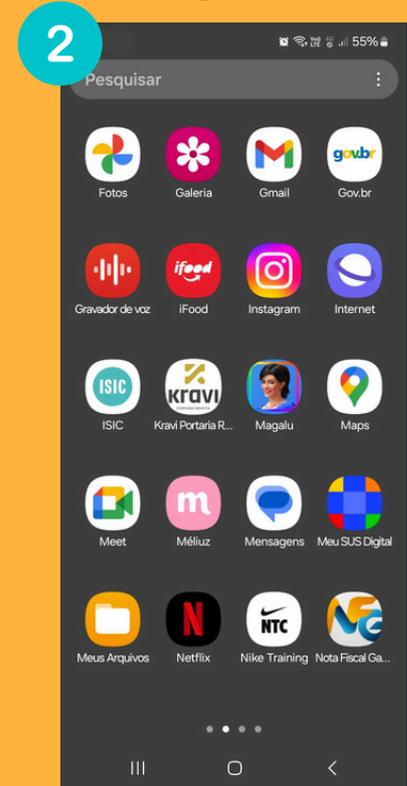
É lá que ficam “guardados”  
os aplicativos do celular.



# MENU DE APLICATIVOS

Para acessá-lo, passe o dedo de baixo para cima na tela inicial do aparelho, como na Imagem 1.

Então você vê esse menu (Imagem 2).



# PARTE 2: INSTRUÇÕES PARA USO DO CELULAR

**Celular  
na mão?**



**Para começar,  
precisamos:**



**1**

**Aumentar o  
tamanho da letra  
do aparelho.**

**2**

**Conectar à Internet.**

**3**

**Ter um endereço de  
e-mail.**

# COMO AUMENTO O TAMANHO DA LETRA DO APARELHO?



Primeiro, aprenda  
a aumentar a letra  
para que os outros  
passos fiquem mais  
fáceis.

# COMO AUMENTAR A LETRA DO APARELHO

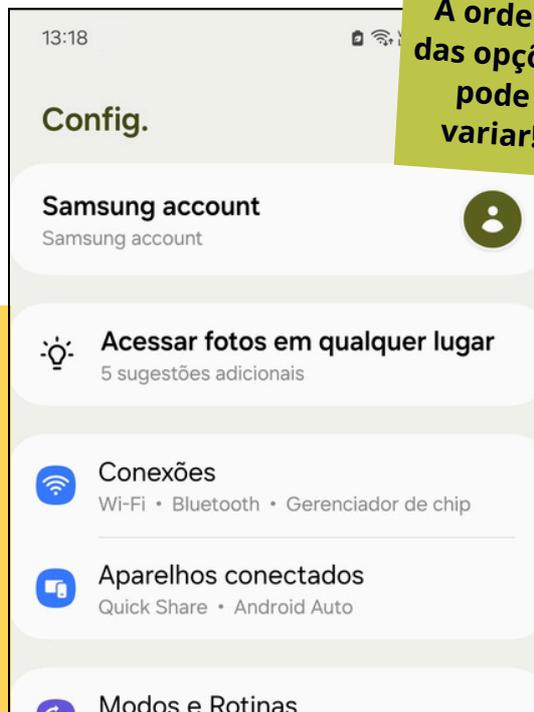
1

No menu de aplicativos, procure o ícone “Configurações” que mostra uma engrenagem, como esses:



2

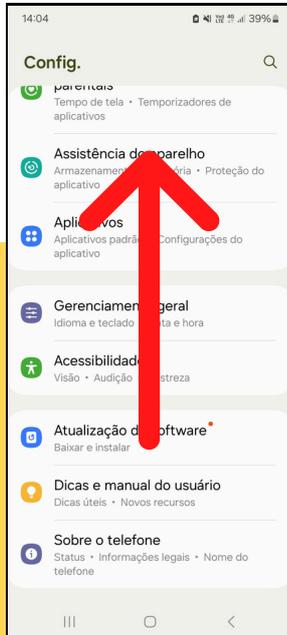
Uma tela como esta aparece:



# COMO AUMENTAR A LETRA DO APARELHO

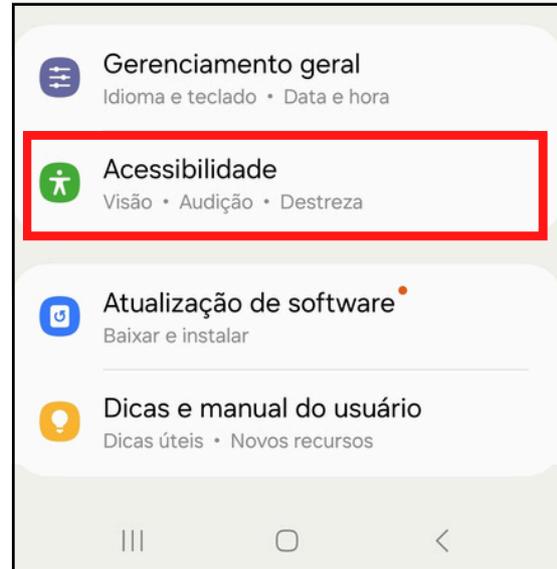
**Arraste o dedo de baixo para cima na tela, e vá até "Acessibilidade".**

3



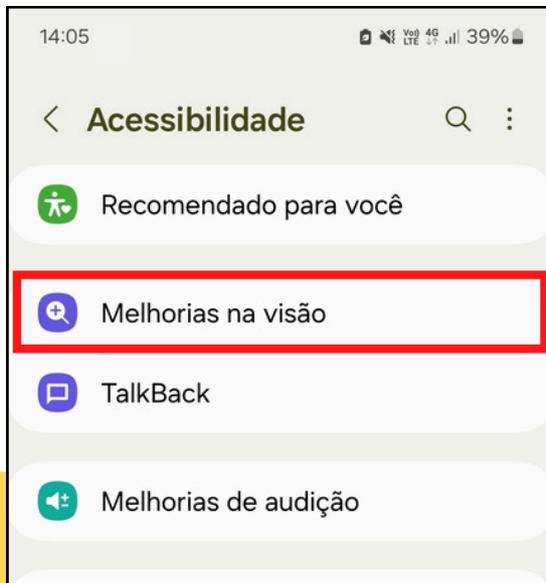
4

**Achou? Agora clique!**



# COMO AUMENTAR A LETRA DO APARELHO

**5** Em acessibilidade, vá até "Melhorias na visão". Ali, temos duas opções.



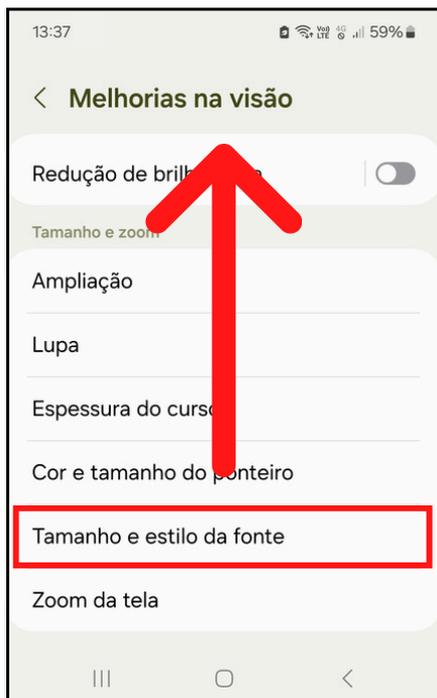
**6** Clique em "Visor grande" e depois em "Aplicar".



# COMO AUMENTAR A LETRA DO APARELHO

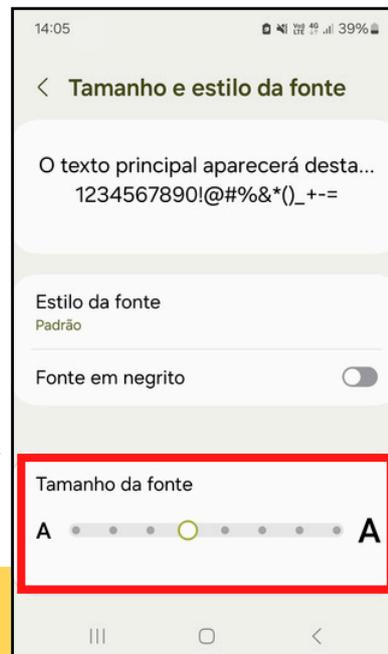
7

Também é possível descer a tela e clicar em “Tamanho e estilo da fonte”.



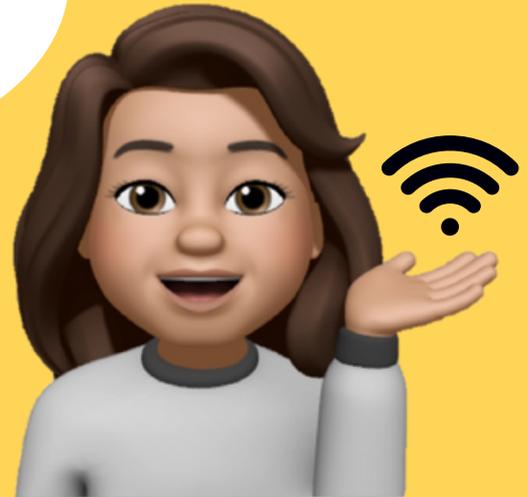
8

E lá aumentar o tamanho na linha indicada.



# COMO ME CONECTO À INTERNET?

Beleza! Agora vamos nos conectar.



# COMO CONECTAR O CELULAR À INTERNET

É preciso se conectar aos Dados Móveis ou ao Wi-Fi.

Para isso, aprenda um pouco mais sobre eles.



## WI-FI



- É uma rede que nos dá acesso à Internet;
- Normalmente, é a nossa rede de casa ou de locais públicos;
- Podemos nos conectar por meio de diversos dispositivos (como o computador e o celular).

Wi-Fi:  
pronuncia-  
se "uai-fai"

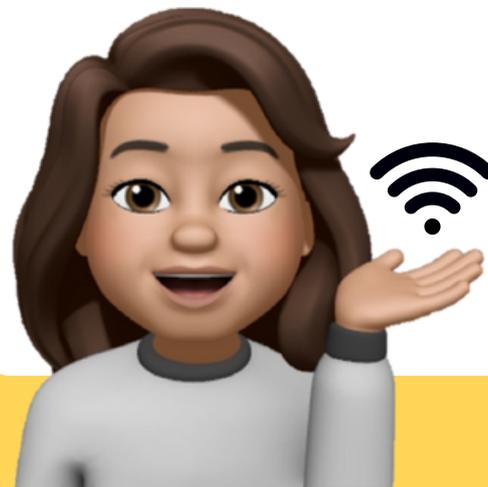
# COMO CONECTAR O CELULAR À INTERNET

## DADOS MÓVEIS

- Também conhecidos como 3G ou 4G;
- É a Internet da operadora de telefonia;
- Costumam ter uma quantidade de acesso limitada estabelecida por mês.



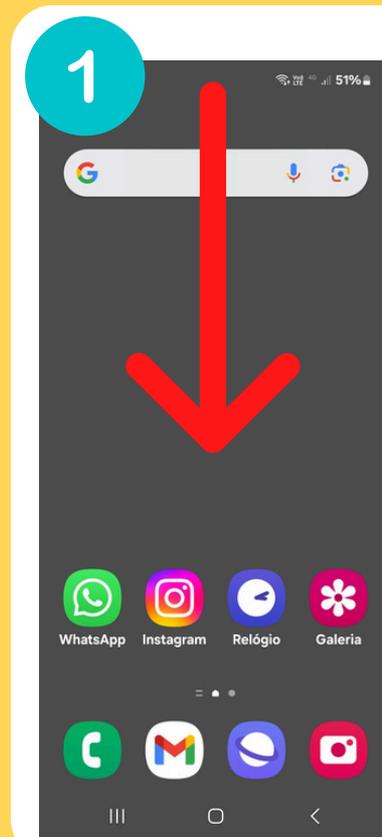
Sempre que puder, opte pelo Wi-Fi para economizar dados móveis.



# CONECTANDO O CELULAR - PASSO A PASSO

Na tela inicial do aparelho, passe o dedo de cima para baixo na tela, como indica a seta.

É preciso fazer isso para ver os comandos que estão escondidos lá em cima!



A organização do menu pode variar!

**ATENÇÃO!  
EM ALGUNS  
APARELHOS É  
PRECISO PUXAR  
PARA BAIXO  
DUAS VEZES  
PARA VER TODAS  
AS OPÇÕES.**



# CONECTANDO O CELULAR - PASSO A PASSO

Assim, estas opções aparecem na tela. Os símbolos da conexão são os sinalizados na imagem 2.

**ATENÇÃO! OS SÍMBOLOS  
PODEM ESTAR EM UMA  
ORDEM DIFERENTE!**



# COMO CONECTAR - DADOS MÓVEIS

Desativado

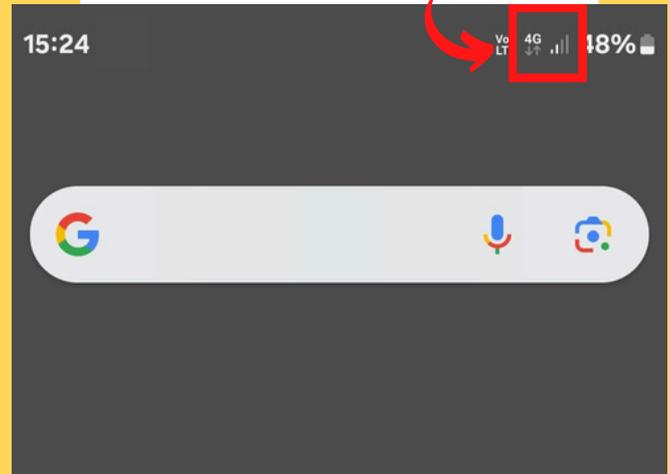


Ativado



Esta é a opção que habilita a rede de dados móveis do celular. Quando está ativada, a conexão é estabelecida.

Para saber se deu certo, veja se este sinal apareceu na parte de cima da sua tela:



# COMO CONECTAR - WI-FI

1

Desativado



Ativado



Esta é a opção que conecta com a rede Wi-Fi. Ao clicar, a conexão é ativada.

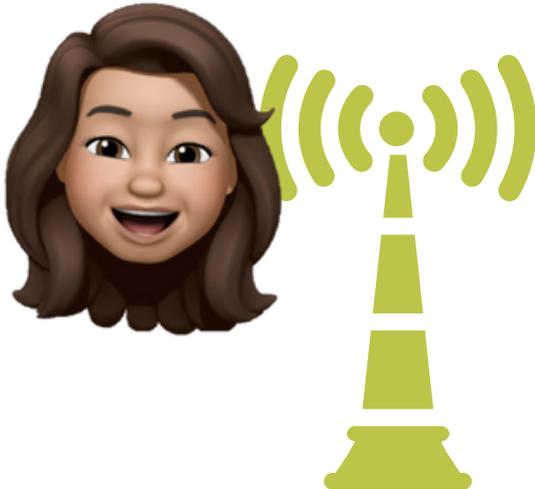
Depois, pressione o símbolo ativado por alguns segundos. Assim, surge uma página como esta:

2



# COMO CONECTAR - WI-FI

A lista mostra as redes disponíveis perto de você.



3

Encontre o nome da rede Wi-Fi desejada e clique sobre ele:



# COMO CONECTAR - WI-FI



Se não souber o nome da rede, é possível encontrá-lo no aparelho roteador de Internet, parecido com estes:



## MAS O QUE É ROTEADOR?

É o aparelho usado para emitir o sinal do Wi-Fi em um local. O seu roteador pode se parecer com o da foto, ou ter outras cores.



# COMO CONECTAR - WI-FI

**4** Se a rede não tem um cadeado ao lado do nome, ela não tem senha. É só clicar sobre ela para se conectar.



Fique atento a letras maiúsculas e minúsculas ao digitar a senha!

**5** Se houver um cadeado, após clicar sobre o nome da rede, você deve digitar a senha no campo "Senha" e depois clicar em "Conectar".



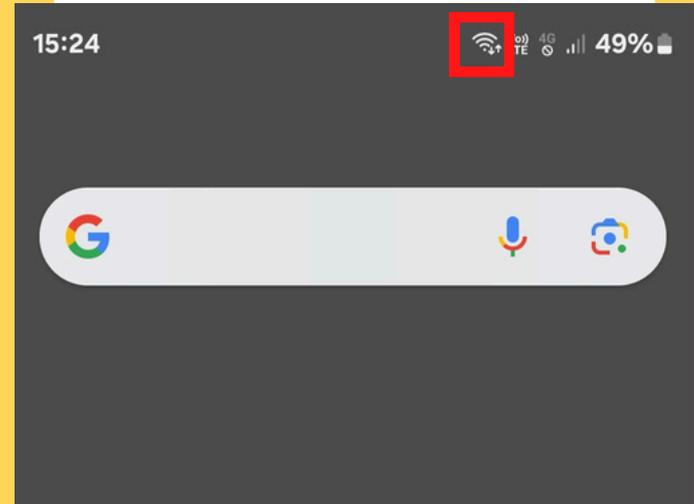
# COMO CONECTAR - WI-FI



Também podemos exibir a senha clicando no símbolo do olho, para ver o que estamos escrevendo.



Para saber se deu certo, veja se este símbolo apareceu na sua tela:



# COMO CONECTAR - WI-FI

**Fique tranquilo! Depois de conectar pela primeira vez em uma rede Wi-Fi, nas próximas vezes não é necessário colocar a senha novamente.**



# COMO DESCONECTAR

Para desativar a conexão com a Internet, clique nos símbolos ativados (verdes).

Ativado



Desativado



Ativado



Desativado



Eles voltam a ficar na cor cinza. Isso indica que a conexão foi desativada com sucesso.

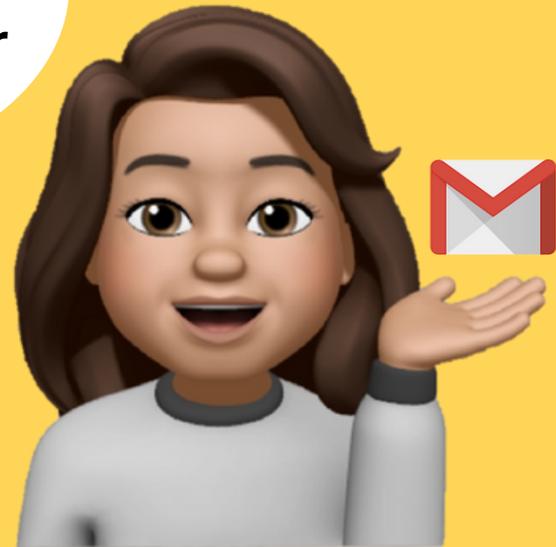


**Se a sua Internet não estiver funcionando, lembre-se de conferir se o símbolo do Wi-Fi ou dos dados móveis está ativado.**



# COMO USO O E-MAIL?

O e-mail tem mil e uma utilidades. Venha aprender a usá-lo!



# IMPORTÂNCIA DO E-MAIL

Ele é a sua carteira de identidade na Internet.



 É necessário para instalar aplicativos, participar de chamadas de vídeo e criar contas em redes sociais, por exemplo.



Além disso, é muito importante para o envio de mensagens longas e arquivos.

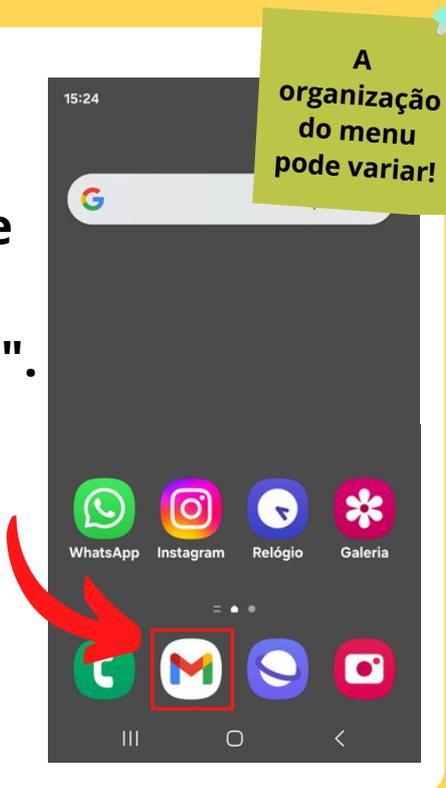


 E-mail:  
pronuncia-se "imeiol"

# COMO CRIAR UM E-MAIL

1

Clique em "Gmail".



2

Uma página como esta aparece:



# COMO CRIAR UM E-MAIL

Caso já tenha uma conta de e-mail, preencha seus dados no espaço indicado em vermelho e clique em "Avançar".

3

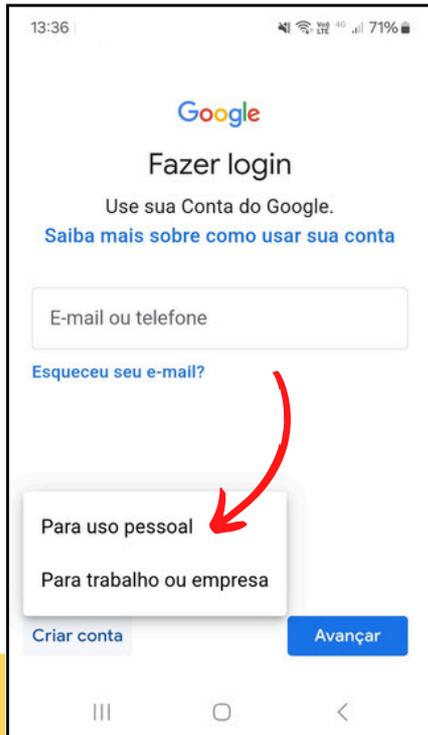
Caso você não tenha, vá em "Criar conta", aqui:



# COMO CRIAR UM E-MAIL

4

Selecione a opção  
"Para uso pessoal".



13:36 | 71%

Google

Fazer login

Use sua Conta do Google.

[Saiba mais sobre como usar sua conta](#)

E-mail ou telefone

[Esqueceu seu e-mail?](#)

Para uso pessoal

Para trabalho ou empresa

[Criar conta](#) [Avançar](#)

The screenshot shows the Google login interface. A red arrow points to the 'Para uso pessoal' option in a dropdown menu that is open over the 'Avançar' button.

5

Nas telas seguintes,  
preencha as informações  
solicitadas e clique em  
"Avançar".



13:36 | 71%

Google

Criar uma conta do Google

Insira seu nome

Nome

Sobrenome (opcional)

[Avançar](#)

The screenshot shows the Google account creation interface. A red arrow points to the 'Avançar' button at the bottom right of the screen.

# COMO CRIAR UM E-MAIL

6

Nesta página, preencha a data de nascimento e o gênero, nos locais indicados. Depois, clique em "Avançar".

13:37 71%

Google

Informações básicas

Digite sua data de nascimento e gênero

Dia Mês Ano

Gênero

Para saber mais sobre por que pedimos informações de data de nascimento e gênero, acesse [g.co/age-gender](https://g.co/age-gender) no navegador.

Avançar

7

A seguir, escolha o nome de usuário do seu e-mail. Para isso, podemos usar letras, números e pontos.

13:37 71%

Google

Escolha como você fará login

Você usará esse e-mail para fazer login na sua Conta do Google

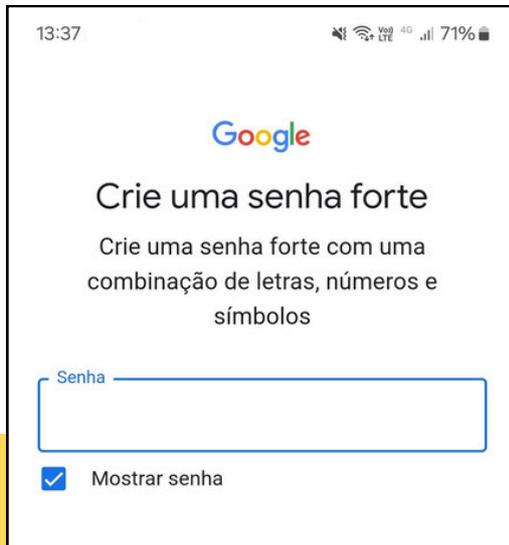
Criar um endereço do G... @gmail.com

Você pode usar letras, números e pontos finais

# COMO CRIAR UM E-MAIL

8

**Na página seguinte, escolha a sua senha. Para isso, podemos usar letras, números e pontos.**



13:37 VoLTE 4G 71%

Google

Crie uma senha forte

Crie uma senha forte com uma combinação de letras, números e símbolos

Senha

Mostrar senha



**Capriche na senha! É ela que garante a segurança da sua conta.**



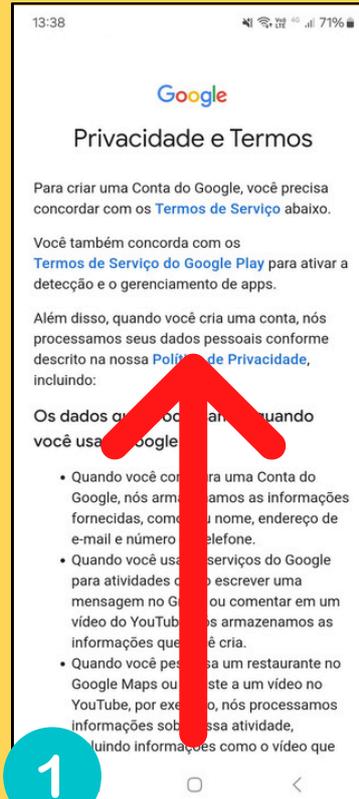
**Guarde-a muito bem para não esquecer!**

# COMO CRIAR UM E-MAIL

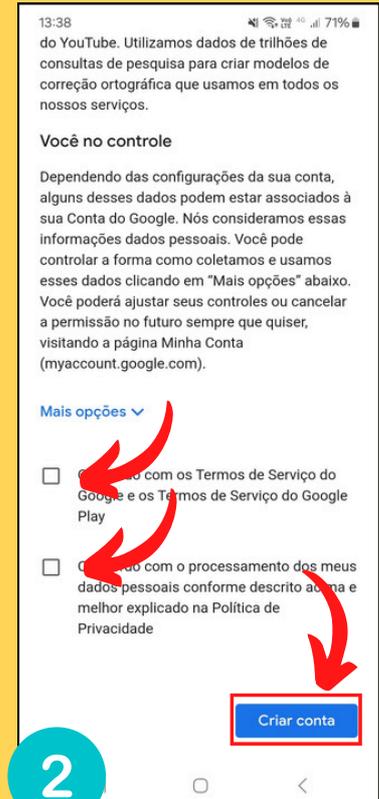
9

**Agora, aceite os termos de privacidade. Para isso, desça até o final da página, clique nos quadrados indicados na imagem 2 e depois em "Criar conta".**

1

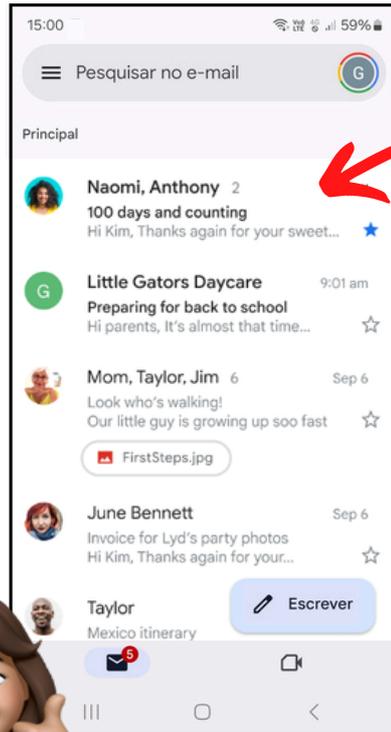


2



# USANDO O E-MAIL

**Pronto!  
Agora já é possível  
ver a  
página  
inicial do  
e-mail. É só  
começar a  
usá-lo.**



1

**Nessa página  
estão os seus  
e-mails.**

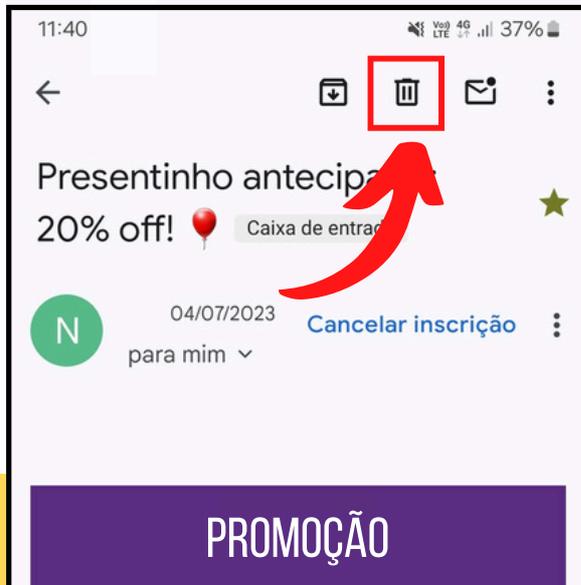
2

**Para ler um  
e-mail, clique  
sobre ele nessa  
lista.**

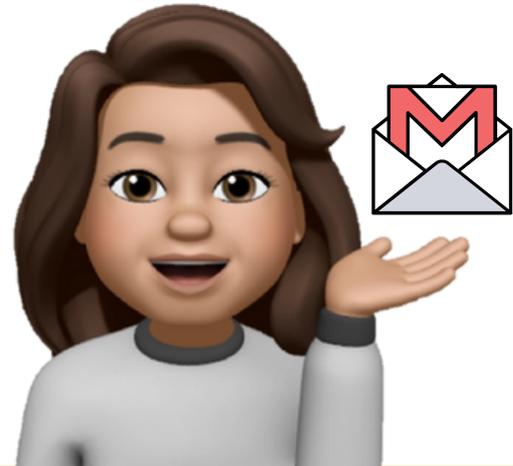
# USANDO O E-MAIL

3

Se esse e-mail não for interessante para você, é possível apagá-lo clicando no símbolo da lixeira.

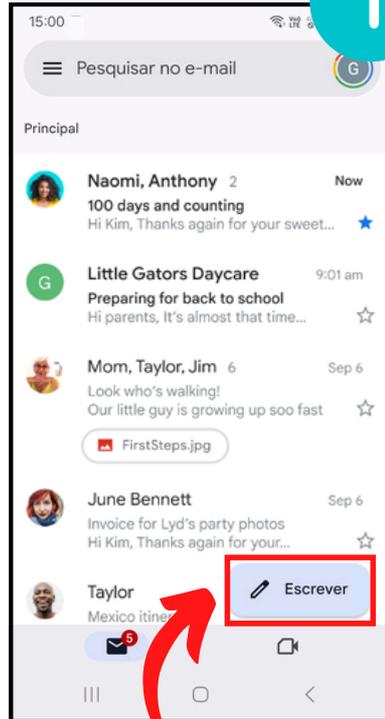


Continue seguindo o passo a passo para aprender a enviar um e-mail. Vamos lá?

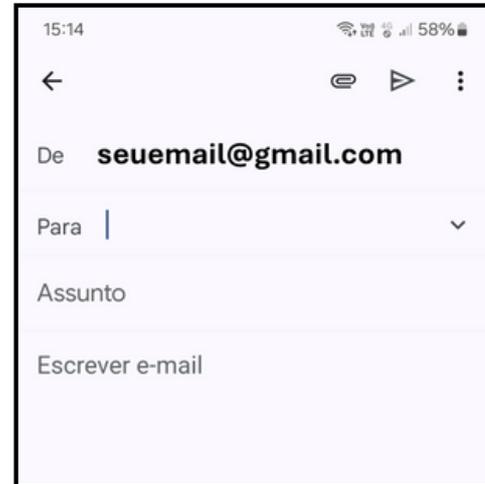


# ESCREVENDO E-MAIL

Para escrever um e-mail, clique em "Escrever" (no lápis).



Assim, uma página como esta aparece.



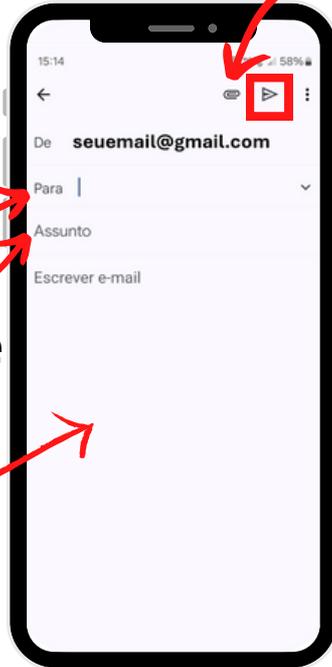
# ESCREVENDO E-MAIL

3

Aqui, colocamos o e-mail do destinatário.

No "Assunto", informamos do que se trata o e-mail.

E aqui, escrevemos a mensagem.



Para anexar uma foto, por exemplo, clique no *clips* e selecione o arquivo desejado.

✓ Ao finalizar, clique em enviar, no triângulo (símbolo no quadrado vermelho).

# COMO USAR A CÂMERA DO CELULAR?



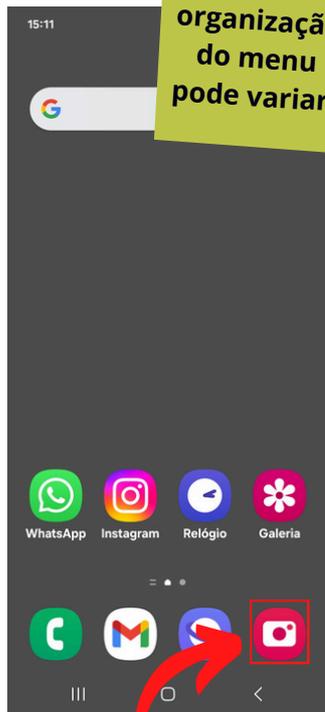
**Legal! Agora  
aprenda a tirar  
fotos  
incríveis!**



# TIRANDO FOTOS COM O CELULAR

1

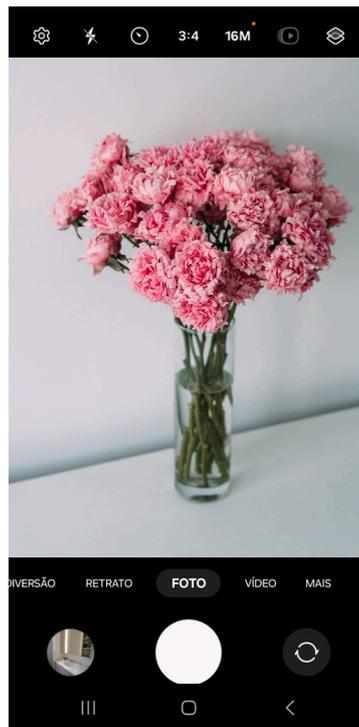
Procure o símbolo que mostra a câmera na tela inicial do aparelho.



A organização do menu pode variar!

2

Ao clicar, a câmera é aberta. Agora, aponte a câmera para o que quiser fotografar.



# TIRANDO FOTOS COM O CELULAR

3



Clique no símbolo indicado na imagem para tirar a foto.

4

Para ver a foto, clique no local indicado, ou vá à galeria de fotos do aparelho.  
\*Ícones que levam à galeria:

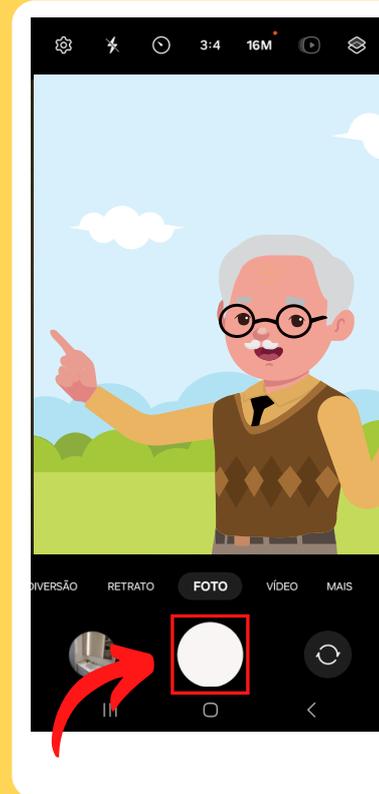
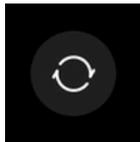


Galeria é onde ficam todas as suas imagens!



# FAZENDO UMA SELFIE

Para tirar uma foto de si mesmo, vire a câmera para você, neste símbolo:



Então posicione a câmera e aperte no símbolo indicado.

Selfie  
pronuncia-se  
"séufi"

# FAZENDO VÍDEOS COM O CELULAR

3

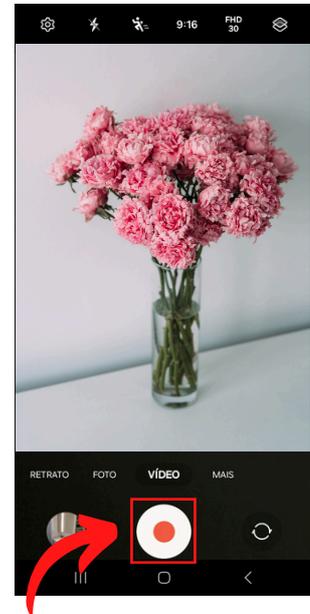
Com a câmera aberta, clique em “Vídeo”.



Agora a câmera já está programada para filmar.

4

Para iniciar o vídeo, posicione o celular e clique neste símbolo:



# FAZENDO VÍDEOS COM O CELULAR

5

Ao terminar o vídeo, clique no símbolo indicado para parar de filmar. Agora ele já está pronto.



6

Para ver o vídeo, clique no local indicado ou vá à galeria do aparelho. \*Ícones que levam à galeria:



# O QUE É E COMO UTILIZO UM "QR CODE"?



# O QUE É UM QR CODE?

O QRcode funciona como um código de barras, possuindo uma informação codificada.



Eles são códigos quadrados, sempre parecidos com a imagem ao lado.

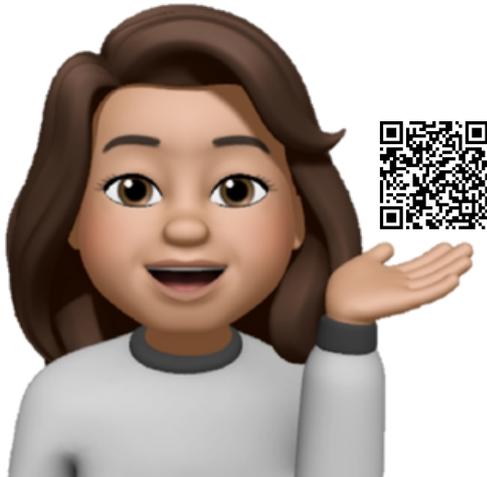


QRcode  
pronuncia-se "quê érri  
coude"

Ao fazer a leitura de um QRcode com o celular, você pode acessar *sites*, aplicativos e muito mais.

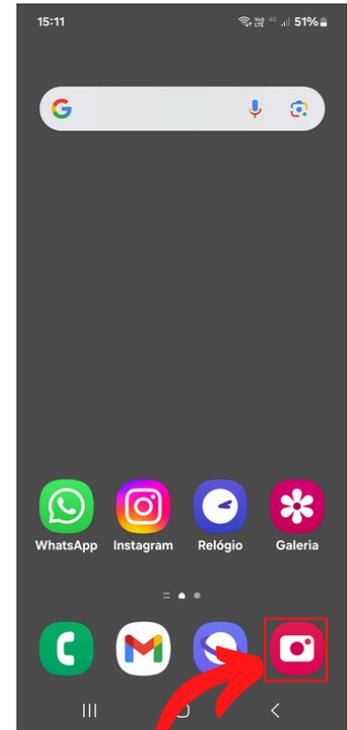
# COMO USO UM QR CODE?

Hoje em dia esses códigos estão por toda a parte, veja como utilizá-los.



1

Para ler um código, você deve utilizar a sua câmera. Abra a câmera na tela inicial do aparelho.

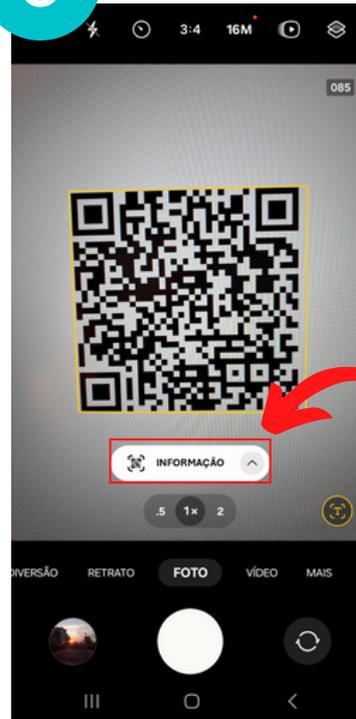


# COMO USO UM QR CODE?

**2** Posicione na câmera o código desejado até que você consiga vê-lo na tela.



**3**



Uma informação aparece na tela, como na Imagem 3. Clique na informação para acessar o conteúdo do QRcode.

# COMO USO UM QR CODE?

**Prontinho! Agora  
você conseguiu  
acessar o  
conteúdo do seu  
QRcode.**



**Mas fique ligado! Às vezes um  
código só pode ser lido dentro  
de um aplicativo específico!  
É o caso dos códigos  
para pagamento de  
contas, que só  
podem ser lidos  
dentro dos  
aplicativos  
bancários.**



# COMO POSSO COLOCAR NOVOS APLICATIVOS NO APARELHO?

Venha baixar  
novos  
aplicativos!



# COMO BAIXAR APLICATIVOS NO CELULAR

Quando precisamos comprar algo novo, vamos até uma loja, não é mesmo? A Play Store é a nossa loja para conseguir novos aplicativos!

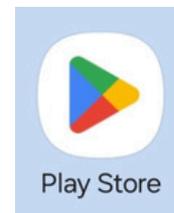
Play Store  
pronuncia-se  
"plei stór"



1

Para começar, clique neste símbolo no menu do aparelho.

As cores  
podem  
variar!



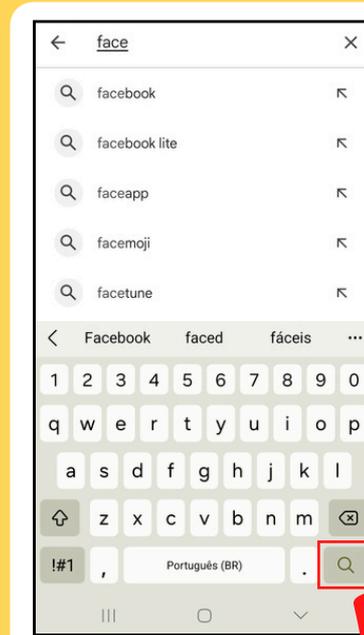
E o melhor: nessa loja quase tudo é gratuito!

# COMO BAIXAR APLICATIVOS NO CELULAR



2

Na loja,  
clique em  
"Pesquisar  
apps" e  
digite o  
que você  
procura.



3

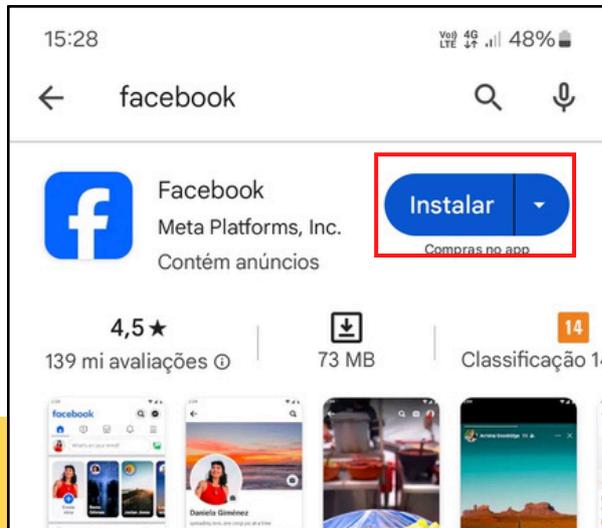
Digite o  
nome do  
aplicativo  
desejado  
(por  
exemplo:  
Facebook).

4

Clique na lupa para  
realizar a busca.

# COMO BAIXAR APLICATIVOS NO CELULAR

**5** Clicando na lupa, vê-se uma página como a da imagem 5. Agora, clique em "Instalar" e aguarde a instalação.



**6** Quando instalado, clique em "Abrir", ou vá até o ícone do aplicativo no seu menu de aplicativos.



# COMO BAIXAR APLICATIVOS NO CELULAR

**Para reforçar:  
quando um novo  
aplicativo é instalado  
ele vai direto para o  
seu menu de  
aplicativos, ok?**



# COMO BAIXO O WHATSAPP?

**Agora, aprenda  
sobre o principal  
aplicativo de  
comunicação no  
aparelho.**



# COMO BAIXAR O WHATSAPP

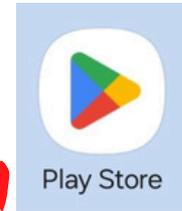
Lembra da nossa loja (página 57)? É por lá que baixamos o WhatsApp!



1

Para começar, encontre este símbolo no menu do aparelho e clique sobre ele.

As cores podem variar!



Também pode ser chamado de Whats ou Zapzap.

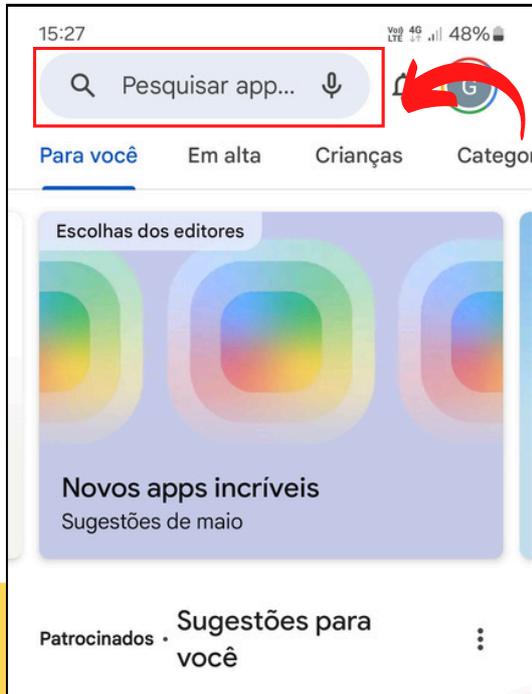


WhatsApp pronuncia-se "uatzap"

# COMO BAIXAR O WHATSAPP

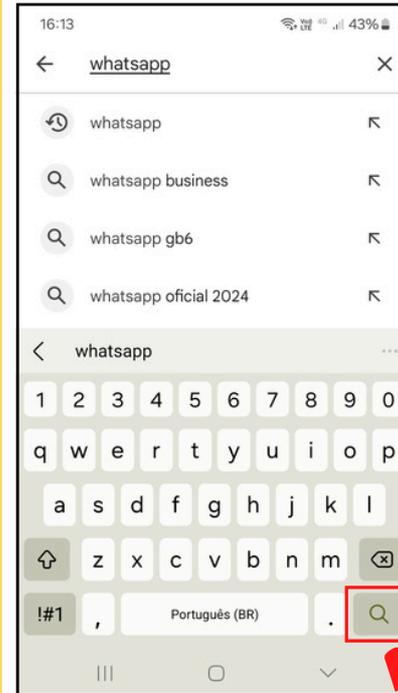
Na loja, clique em "Pesquisar apps".

2



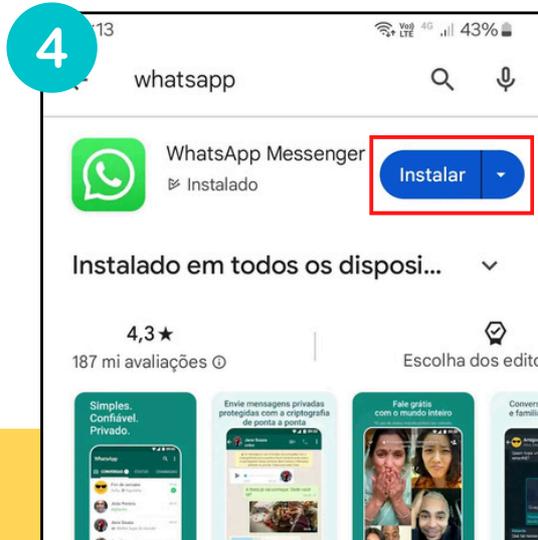
Agora, digite "Whatsapp" e clique na lupa para realizar a busca.

3



# COMO BAIXAR O WHATSAPP

Clicando na lupa, vê-se uma página como a da imagem 4. Agora, clique em "Instalar" e aguarde a instalação.



5 Quando instalado, é possível clicar em "Abrir", ou ir até o aplicativo no seu menu de aplicativos.



# INICIANDO O WHATSAPP

**Muito bem!  
Agora que  
você já tem o  
aplicativo, é  
preciso  
iniciá-lo.**



**Para isso, você deve fazer um  
cadastro com o seu número de  
telefone. Procure o seu monitor ou  
um familiar para ajudar nesta  
etapa.**



**Fique tranquilo! Esse processo só  
precisa ser feito uma vez. Depois de  
instalado, é só usar o seu Whats!**

# CONVERSANDO PELO WHATSAPP

Para iniciar uma nova conversa, clique no símbolo indicado na imagem, na tela inicial do aplicativo.



Assim, uma lista de contatos aparece.



# CONVERSANDO PELO WHATSAPP

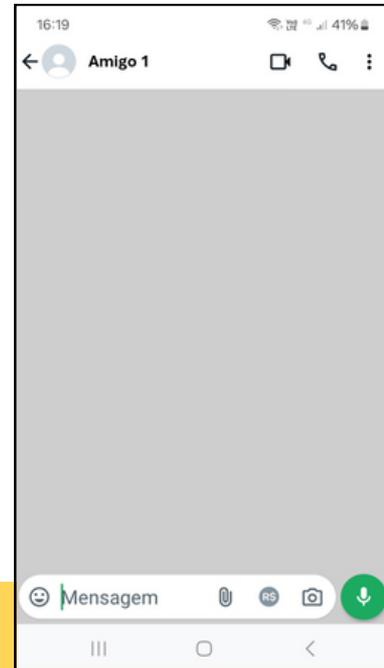
3



Agora, clique na pessoa com quem quiser conversar. Você também pode clicar na lupa e procurar pelo nome desejado.

4

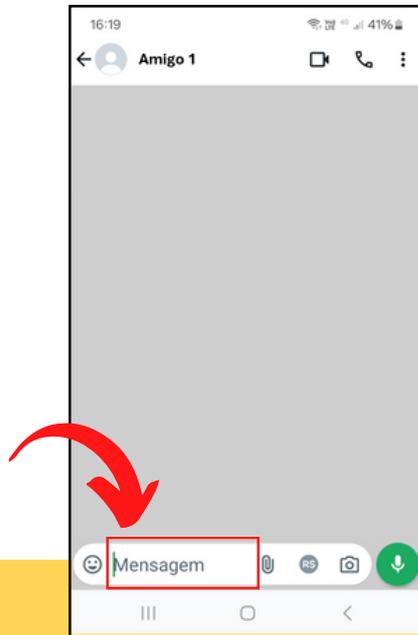
Clicando sobre o nome, vê-se uma tela como essa.



# CONVERSANDO PELO WHATSAPP

5

Clique no espaço de “Mensagem” e escreva o que quiser.



Ao escrever a mensagem, esse símbolo aparece ao lado dela:



Ele serve para o envio da mensagem escrita! Quando acabar de escrever, clique nele para que a mensagem seja enviada.

# CONVERSANDO PELO WHATSAPP



**E se eu estiver com dificuldades para escrever, ou quiser contar uma história muito longa para um amigo?**

**Então você pode enviar um áudio! Este outro símbolo permite que sejam enviadas mensagens de áudio.**



**Pressione o dedo sobre ele e fale próximo ao telefone. Ao terminar, solte o dedo e a mensagem é enviada.**

# COMO FAZER UM GRUPO NO WHATSAPP



**Quer conversar com várias pessoas ao mesmo tempo?  
Faça um grupo!**

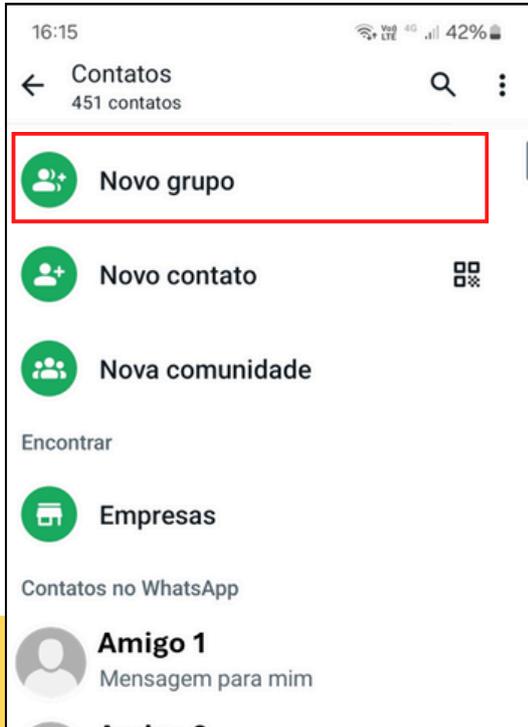
**Isso permite que você converse com todos os integrantes desse grupo, simultaneamente.**

**1 Para fazer isso, clique no mesmo símbolo de iniciar uma nova conversa.**



# COMO FAZER UM GRUPO NO WHATSAPP

2 Clique em "Novo grupo" nas opções.



3 Selecione os integrantes do grupo na lista de contatos depois clique na seta verde.



# COMO FAZER UM GRUPO NO WHATSAPP

**Agora, escolha um nome para o grupo escrevendo em "Nome do grupo".**

**Você também pode escolher uma foto que o represente, clicando no símbolo da câmera.**

**4 Quando acabar, clique no "Visto" (em verde) e seu grupo está pronto.**



# COMO SILENCIAR UM GRUPO NO WHATSAPP

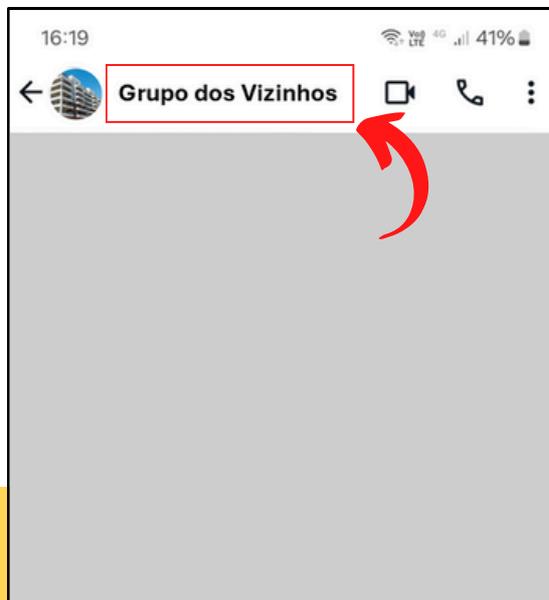


Às vezes, um grupo podem receber muitas mensagens que você não quer acompanhar.

Você pode fazer o celular não tocar ao receber mensagens desse grupo.



Para fazer isso, com a conversa do grupo aberta, clique sobre o nome do grupo, na área indicada.



1

# COMO SILENCIAR UM GRUPO NO WHATSAPP

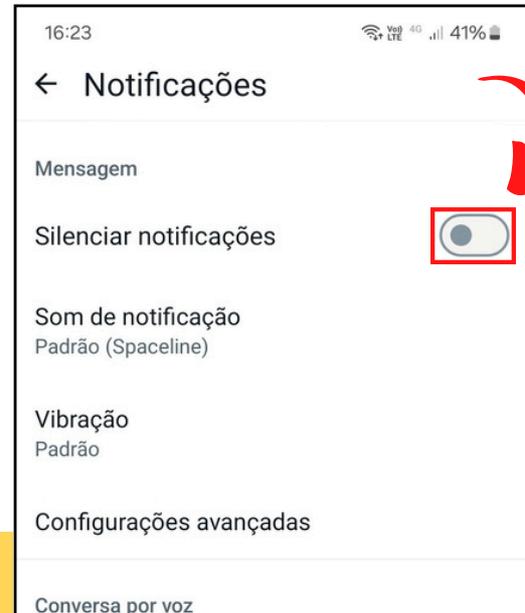
Em seguida, clique em **“Notificações”**.

2

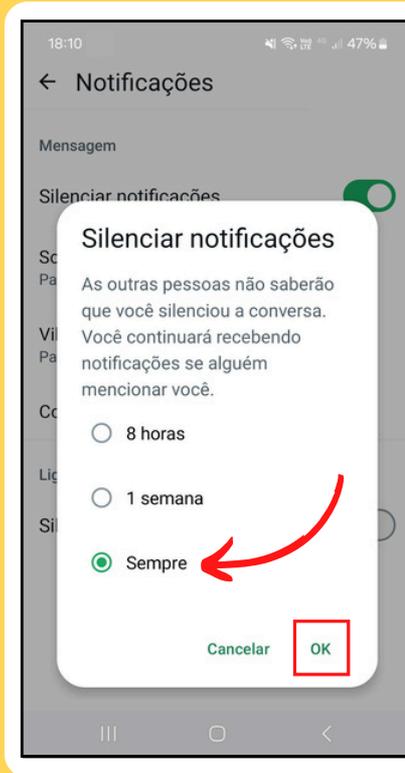


3

Agora, clique no local indicado, ao lado de **“Silenciar notificações”**.



# COMO SILENCIAR UM GRUPO NO WHATSAPP



4

**Agora,  
clique em  
"Sempre"  
e depois  
em "Ok".**

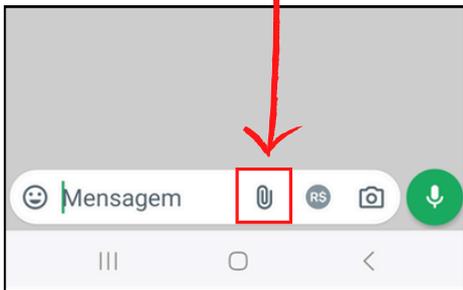
**Pronto! Se quiser  
reativar as  
notificações desse  
grupo, basta fazer o  
mesmo processo,  
clcando no mesmo  
lugar.**



# ENVIANDO FOTOS E VÍDEOS PELO WHATS

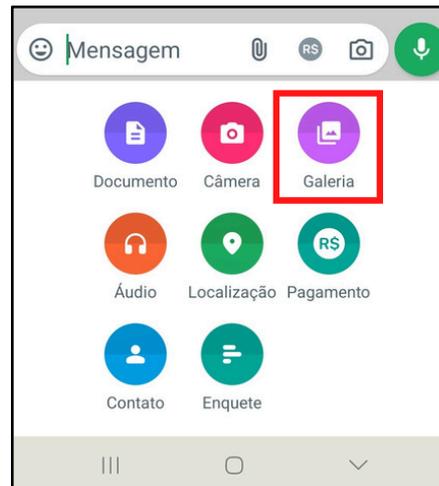
1

Clique no *clips*,  
no lugar em  
que digitamos  
as mensagens.



2

Agora clique em "Galeria".

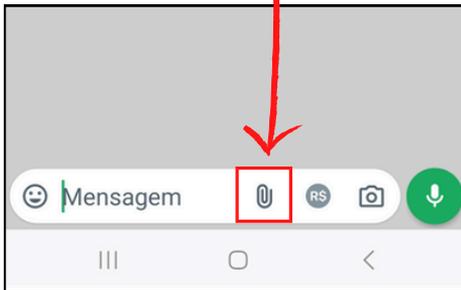


A seguir, selecione a foto ou o  
vídeo desejado e clique no  
símbolo de enviar.

# ENVIANDO CONTATO PELO WHATS

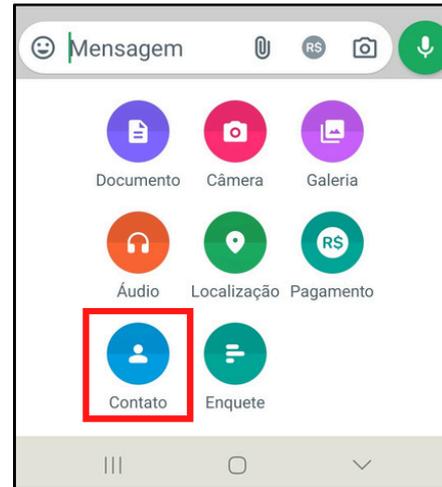
1

Quer enviar um contato salvo para alguém? Clique no *clips* novamente.



2

Agora clique em "Contato".



A seguir, selecione o contato desejado e clique no símbolo de enviar.

# MENSAGENS TEMPORÁRIAS

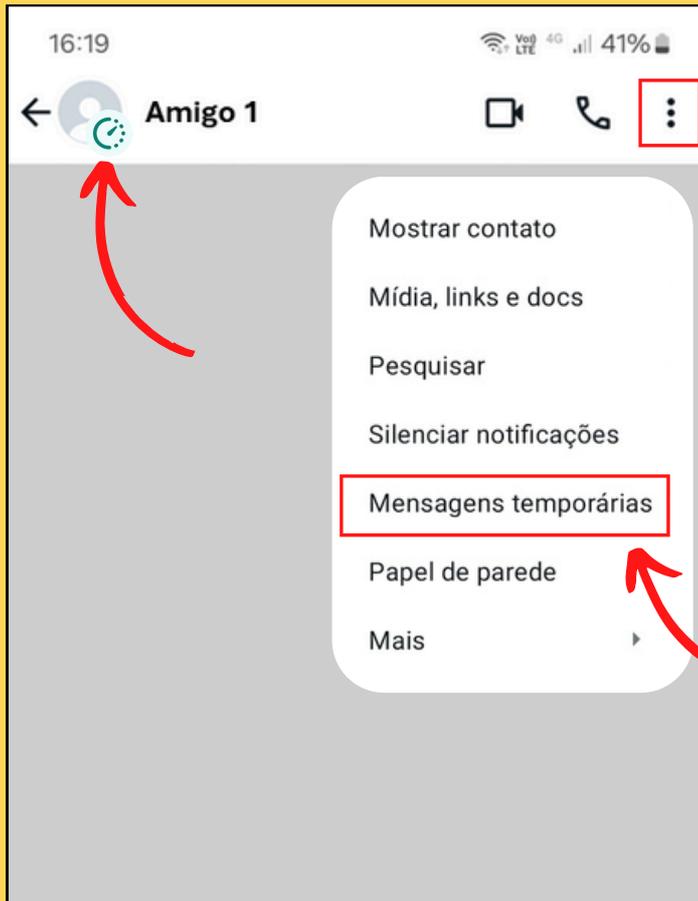
Você percebeu que suas mensagens estão sumindo e que apareceu um “reloginho” nas suas conversas?



Isso significa que as Mensagens Temporárias estão ativadas no seu Whatsapp! Venha aprender a desativar essa função.



# MENSAGENS TEMPORÁRIAS



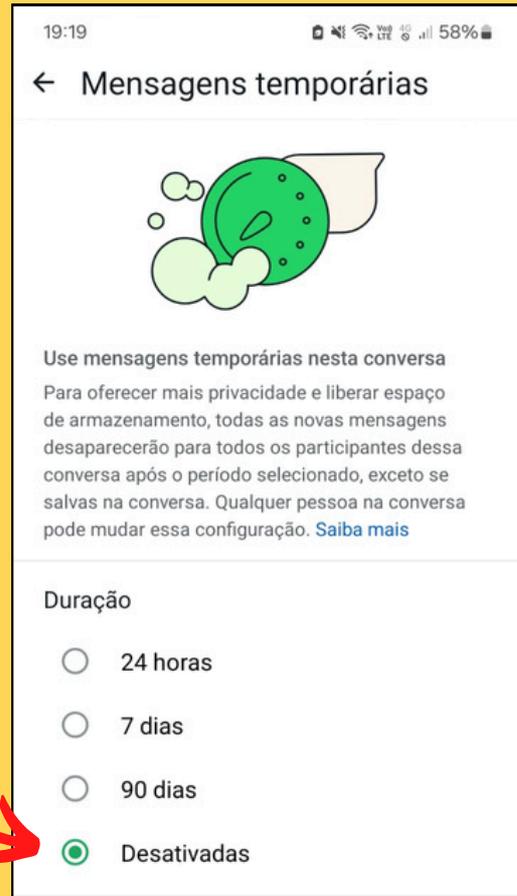
**Um relógio aparece na foto do contato.**

**Abra a conversa em que o relógio aparece e clique nos 3 pontinhos no canto superior da tela. Depois, clique em "Mensagens temporárias".**

# MENSAGENS TEMPORÁRIAS

Na próxima tela, clique na opção "Desativadas" para desativar essa função.

Pronto! A partir de agora suas mensagens não vão mais desaparecer.



# LIGANDO PELO WHATSAPP

Com a conversa aberta, clique sobre o telefone na parte superior da tela.

Para finalizar a chamada, é só clicar no telefone vermelho.



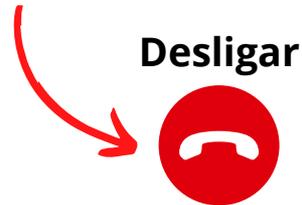
**INFORMAÇÃO IMPORTANTE!**  
AS CHAMADAS PELO WHATSAPP OCORREM VIA INTERNET E NÃO GERAM GASTOS NA SUA CONTA DE TELEFONE. ELAS APENAS CONSUMEM SEUS DADOS MÓVEIS, CASO VOCÊ OS ESTEJA UTILIZANDO.

Desligar



# CHAMADA DE VÍDEO PELO WHATSAPP

Com a conversa aberta, clique sobre a filmadora na parte superior da tela. Para finalizar a chamada, é só clicar no telefone vermelho.



# CHAMADA DE VÍDEO PELO WHATSAPP

 **Caso o telefone vermelho não esteja aparecendo durante a chamada de vídeo, clique sobre a sua própria imagem na chamada. Fazendo isso, algumas opções aparecem na parte inferior da imagem.**

**Para desligar, clique no símbolo do telefone desligado.**



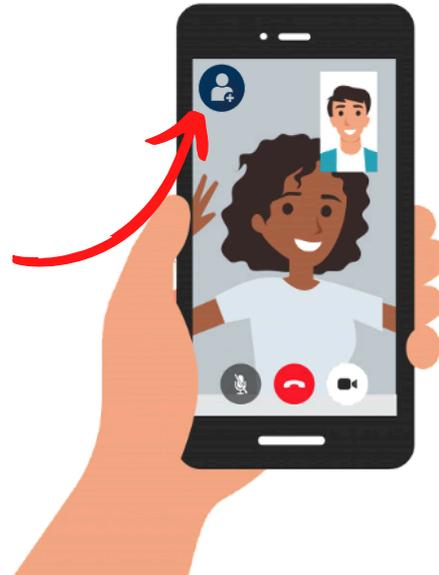
# CHAMADA DE VÍDEO PELO WHATSAPP

Você também pode fazer chamadas coletivas pelo Whatsapp.

Para acrescentar participantes à sua chamada, clique nesse símbolo:

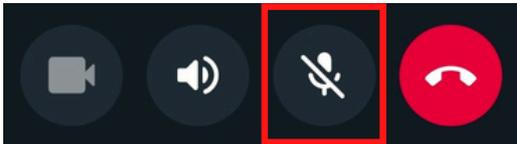


Depois, clique no nome dos participantes que desejar adicionar.

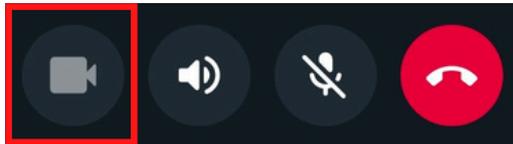


# CHAMADA DE VÍDEO PELO WHATSAPP

Para desligar o microfone durante uma chamada de vídeo, clique no desenho que mostra um microfone.



Para desligar a câmera, clique no que mostra a câmera.



**ATENÇÃO!**

**CASO ESSAS OPÇÕES NÃO APAREÇAM, NÃO ESQUEÇA DE TOCAR NA SUA IMAGEM NO VÍDEO PARA QUE ELAS SURJAM NA TELA.**

# COMO COPIO UM TEXTO?

**Ficar escrevendo a mesma coisa  
várias vezes é muito ruim!  
Venha aprender a copiar e colar.**



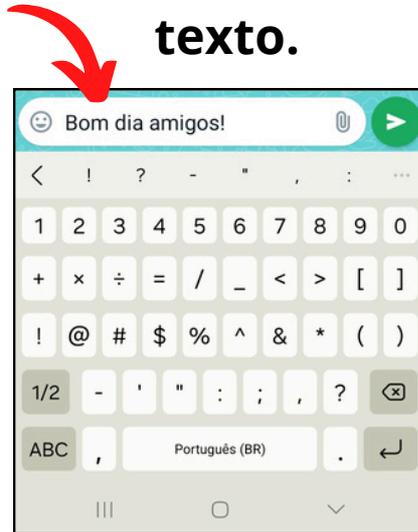
# COMO COPIAR E COLAR UM TEXTO

1

Copiando um texto, você não precisa escrevê-lo novamente. Para isso, encontre o texto que deseja copiar.

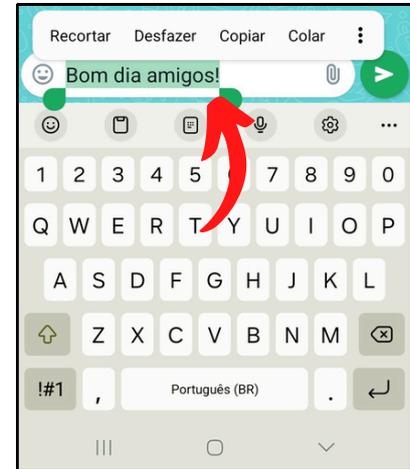
2

Então, pressione o dedo sobre o texto.



3

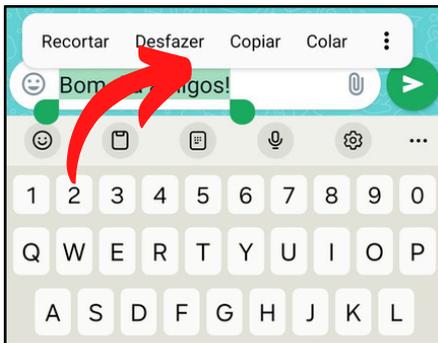
Assim, ele fica selecionado em verde, desta forma:



# COMO COPIAR E COLAR UM TEXTO

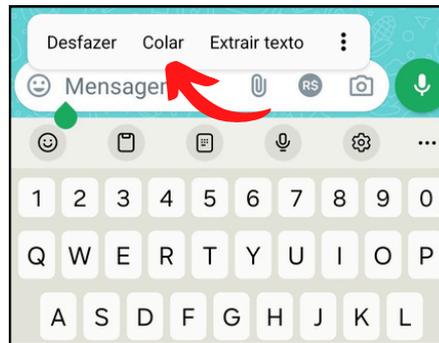
4

Agora, clique em "Copiar". Vá até o lugar em que deseja colocar o texto.



5

Segure o dedo sobre o espaço vazio do texto. A opção "Colar" aparece.



6

Clique em colar e seu texto está pronto.



# COMO POSSO ADICIONAR NOVOS CONTATOS?



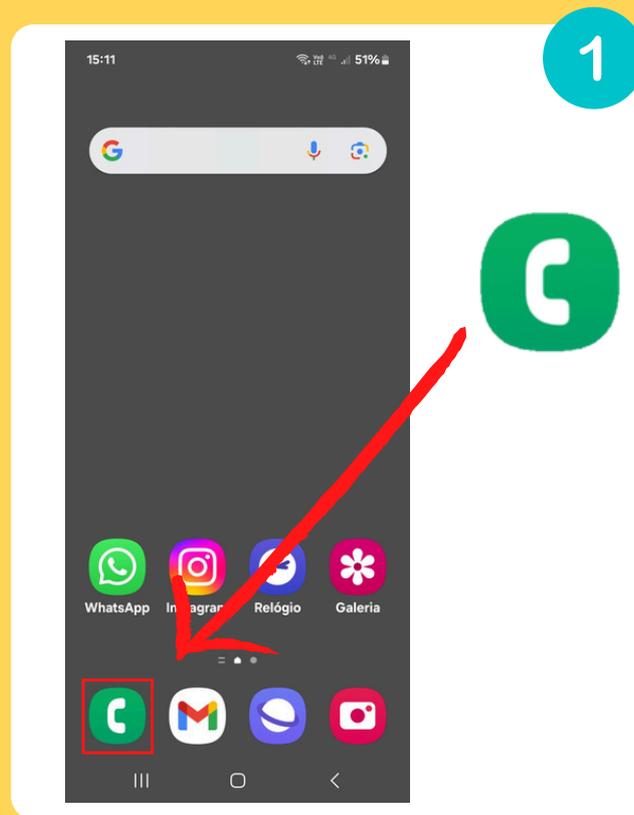
**Agora, aprenda  
a adicionar  
novos  
contatos!**

# COMO ADICIONAR CONTATOS

Na tela inicial do aparelho, clique no símbolo do telefone, como mostra a imagem 1.

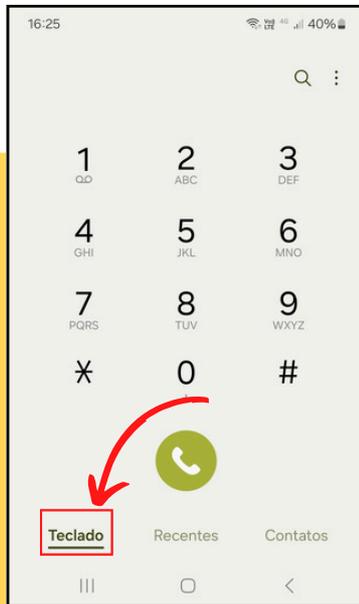


Lembre-se de que a organização do menu, bem como as cores, podem variar de aparelho para aparelho!



# COMO ADICIONAR CONTATOS

**2** Ao fazer isso, veja se você está na aba "Teclado".



**3** Agora, digite o telefone desejado e clique no "+".



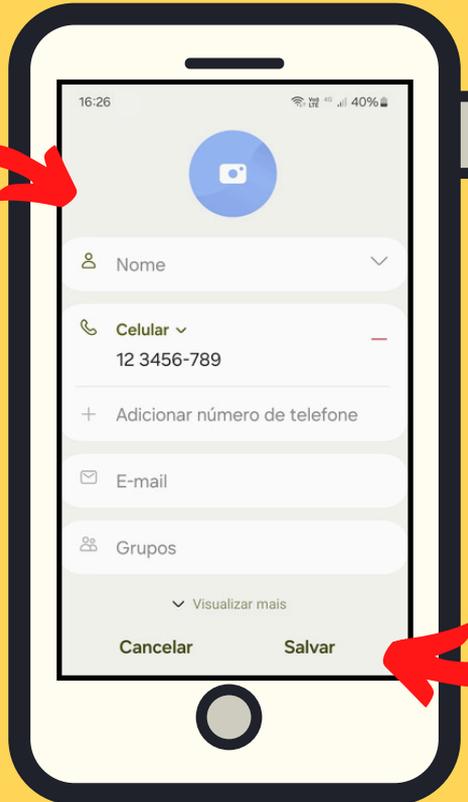
**4** Depois, clique em "Criar novo contato".



# COMO ADICIONAR CONTATOS

5

Aparece uma página como esta. Digite o nome do contato em "Nome".



6

Depois, clique em "Salvar", e este telefone já fica guardado nos seus contatos.

# COMO ADICIONAR CONTATO DO WHATSAPP



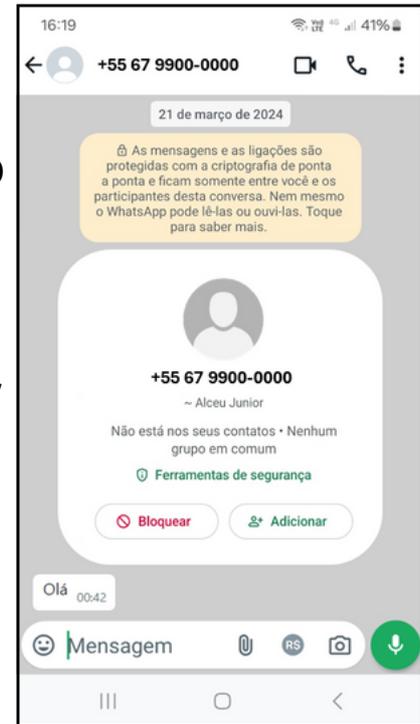
**Mas, Giovana, eu quero adicionar contatos do Whatsapp, posso fazer isso?**

**Sim! Também é possível salvar contatos direto do Whatsapp.**



1

**Se um novo contato enviar mensagem, você vê uma conversa como esta:**



# COMO ADICIONAR CONTATO DO WHATSAPP

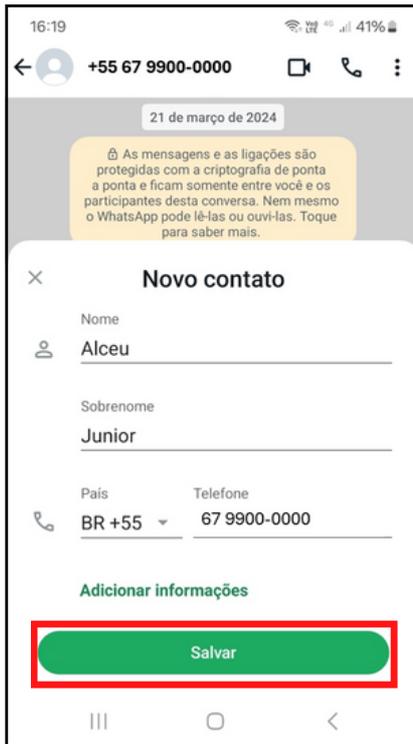
Para salvar o contato, vá em “Adicionar”.



Em seguida, clique em “Criar contato”.



# COMO ADICIONAR CONTATO DO WHATSAPP



A seguir,  
coloque o  
nome  
desejado  
e clique  
em  
"Salvar".

4

Prontinho! O contato  
está salvo na sua  
agenda.



Da próxima vez que ele  
conversar com você, o  
nome dele já aparece  
na conversa.

# COMO ENCONTRAR CONTATO NA AGENDA

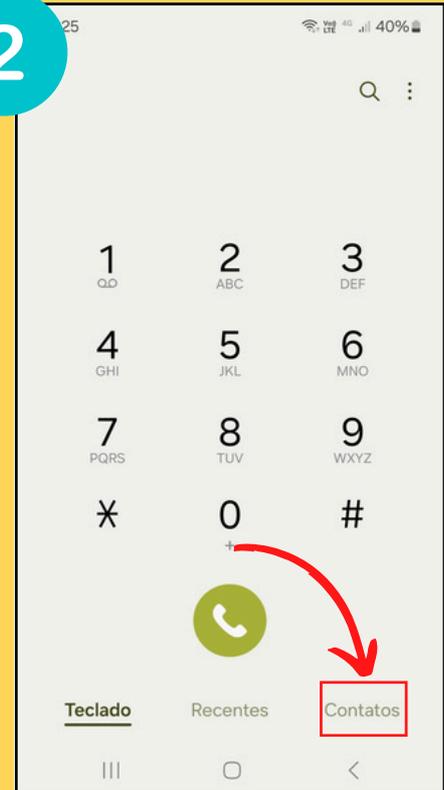
1

Vá novamente ao telefone na tela inicial do aparelho.



2

Ao clicar, é possível ver uma página como a da imagem 2. Agora, clique na aba "Contatos".



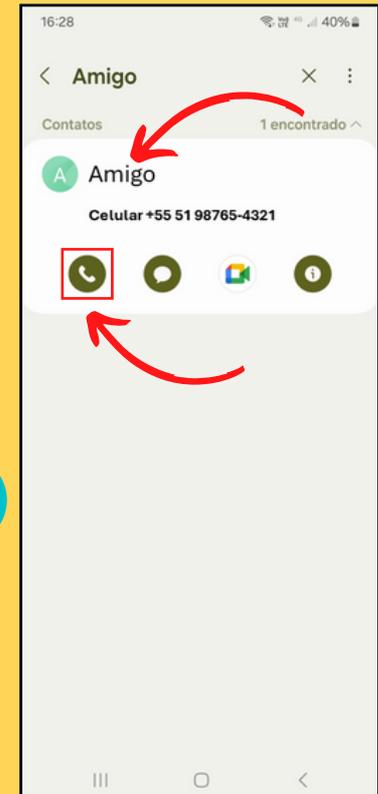
# COMO ENCONTRAR CONTATO NA AGENDA



**3** Depois, clique na lupa e digite o nome do contato.

O contato buscado aparece na tela.

**4** Para ligar para esse contato, clique sobre ele e, depois, no símbolo do telefone.



# COMO BAIXOU O FACEBOOK?



 O Face é um dos aplicativos com mais possibilidades! Venha aprender a utilizá-lo.

# COMO BAIXAR O FACEBOOK

Lembra da nossa loja (página 57)? É lá que vamos para baixar o Facebook!

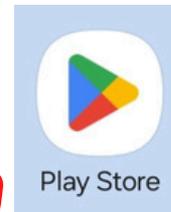


Facebook:  
pronuncia-se  
"feicibuque"

1

Para começar, encontre este ícone no menu do aparelho e clique sobre ele.

As cores podem variar!



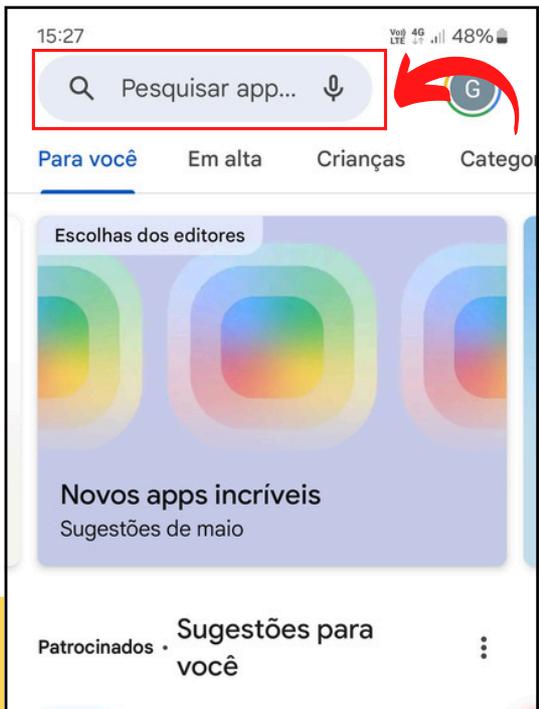
Também pode ser chamado de Face.

Face:  
pronuncia-se  
"feici"

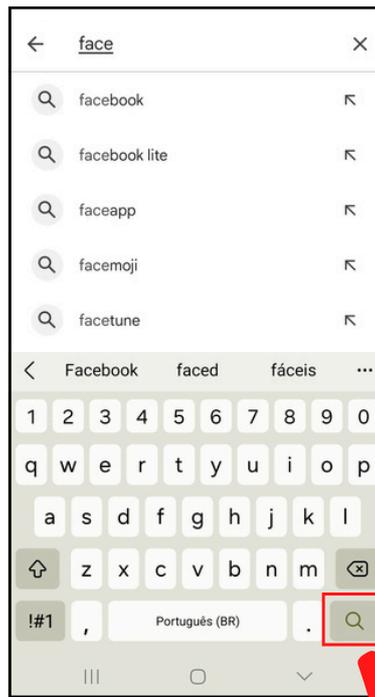
# COMO BAIXAR O FACEBOOK

Na loja, clique em "Pesquisar apps".

2



3

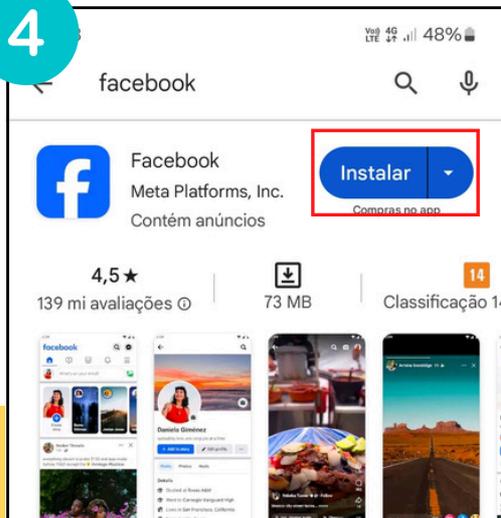


Agora, digite "Facebook" e clique na lupa para realizar a busca.

# COMO BAIXAR O FACEBOOK

Clicando na lupa, vê-se uma página como a da imagem 4. Agora, clique em "Instalar" e aguarde a instalação.

4



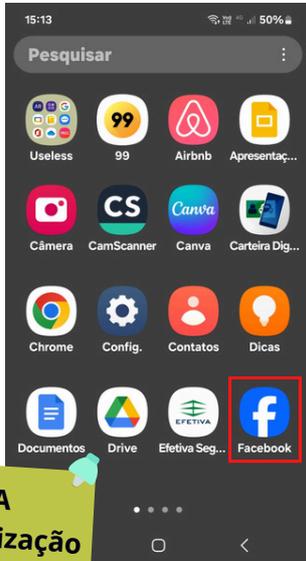
5

Quando instalado, é possível clicar em "Abrir", ou ir até o aplicativo no seu menu de aplicativos.



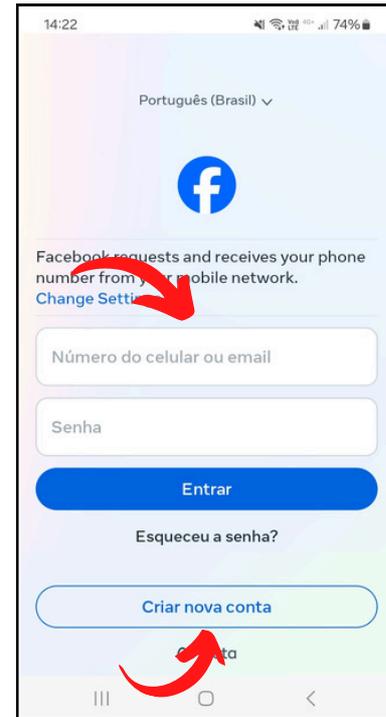
# INICIANDO O FACEBOOK

**1** Procure "Facebook" no menu de aplicativos.



A organização do menu pode variar!

**2** Agora, se já possui uma conta, informe e-mail e senha e clique em "Entrar". Se não, clique em "Criar nova conta" e siga o passo a passo.

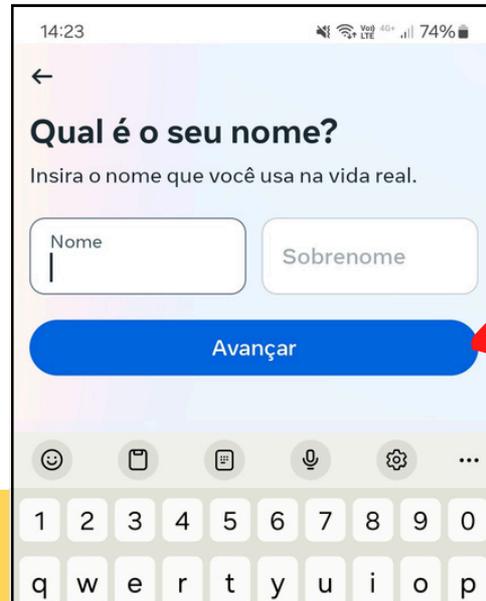


# INICIANDO O FACEBOOK

Clicando em "Criar nova conta", surge uma tela como esta.  
Clique em "Começar".



2 Agora, preencha os campos "Nome" e "Sobrenome". Ao concluir, clique em "Avançar".



# INICIANDO O FACEBOOK

3

Qual é a sua data de nascimento?

Insira sua data de nascimento. Você poderá torná-la privada quando quiser. [Por que preciso informar minha data de nascimento?](#)

Data de nascimento (39 anos)  
11 de julho de 1985

Definir data
10 jun. 2023
11 jul. 2024
12 ago. 2025

CANCELAR DEFINIR

Informe sua data de nascimento deslizando o dedo sobre cada uma das colunas e, depois, clique em "Definir".

Verifique se a data está correta e clique em "Avançar".

4

14:23

←

Qual é a sua data de nascimento?

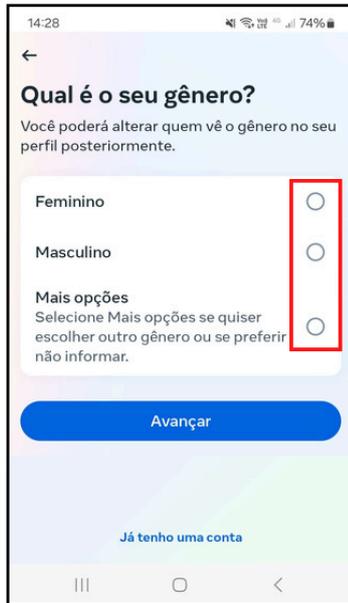
Insira sua data de nascimento. Você poderá torná-la privada quando quiser. [Por que preciso informar minha data de nascimento?](#)

Data de nascimento (39 anos)  
11 de julho de 1985

Avançar

# INICIANDO O FACEBOOK

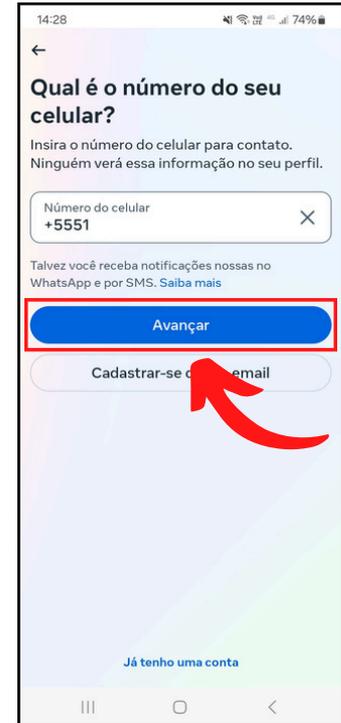
5



Agora, selecione o gênero com o qual você se identifica, clicando nos círculos. Clique em "Avançar".

6

Nesta tela, preencha o seu número de celular e clique em "Avançar".

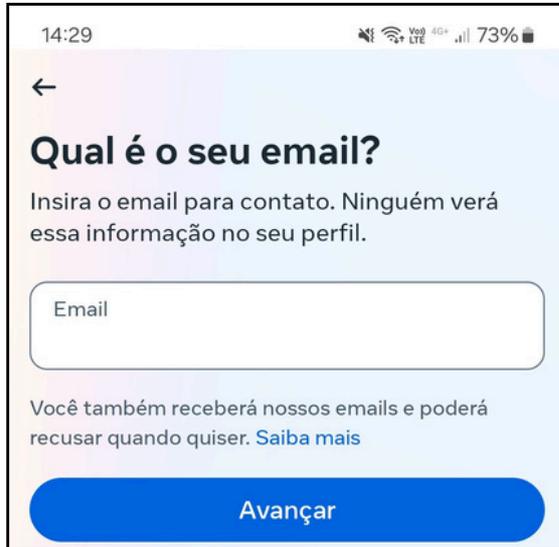


# INICIANDO O FACEBOOK

7

Nas próximas telas, informe seu endereço de e-mail e escolha uma senha.

Fique atento a  
letras  
maiúsculas e  
minúsculas ao  
digitar a senha!



14:29 VoLTE 4G+ 73%

←

## Qual é o seu email?

Insira o email para contato. Ninguém verá essa informação no seu perfil.

Você também receberá nossos emails e poderá recusar quando quiser. [Saiba mais](#)

Avançar



14:29 VoLTE 4G+ 73%

←

## Crie uma senha

Crie uma senha com pelo menos 6 letras ou números. Ela deve ser algo que outras pessoas não consigam adivinhar.

Avançar

# INICIANDO O FACEBOOK

Em seguida, você pode deixar suas informações de login salvas no aplicativo clicando em “Salvar”.

8

Salvar suas informações de login?

Salvaremos as informações de login de ana silv para que você não precise inseri-las na próxima vez que entrar.

Salvar

Agora não



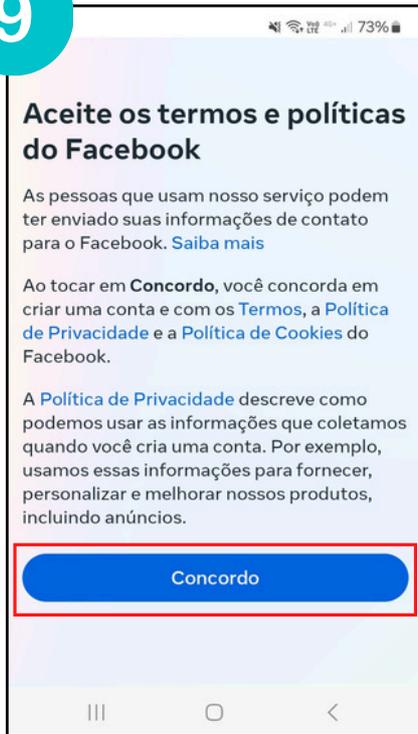
## MAS O QUE SÃO INFORMAÇÕES DE LOGIN?

São as informações usadas para acessar uma conta. Normalmente, são representadas pelo nosso e-mail associado a uma senha.

Login:  
pronuncia-se  
"loguin"

# INICIANDO O FACEBOOK

9



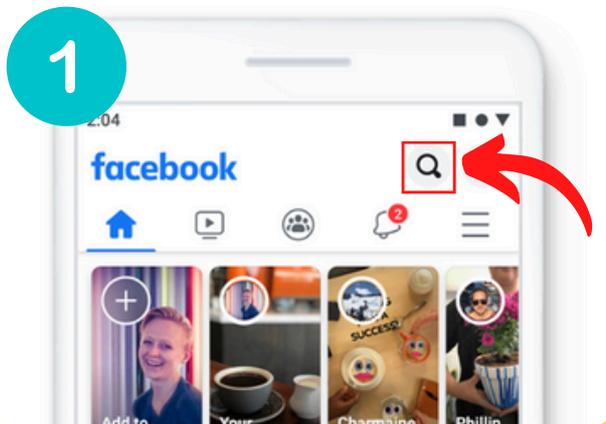
Depois,  
aceite os  
termos de  
uso clicando  
em  
“Concordo” e  
sua conta  
está pronta.

Muito bem!  
Agora que você  
já tem uma  
conta, venha  
aprender a  
utilizá-la.



# FAZENDO BUSCAS NO FACEBOOK

Para encontrar novos amigos, páginas e conteúdos, use a lupa que aparece na parte superior da tela.

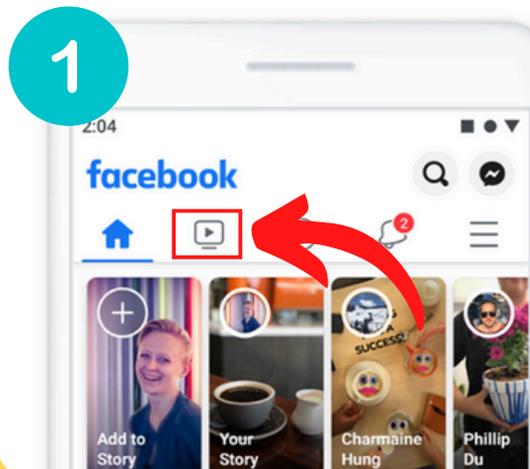


Depois de clicar nela, digite o que procura e navegue nos resultados encontrados.



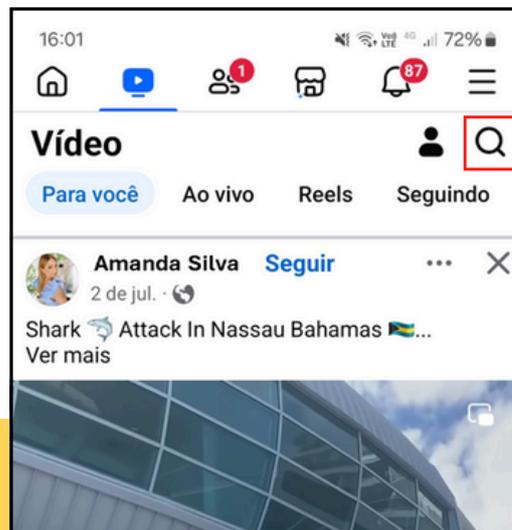
# ASSISTINDO VÍDEOS NO FACEBOOK

Se você quiser apenas assistir a vídeos ou *lives*, clique no símbolo indicado na imagem.



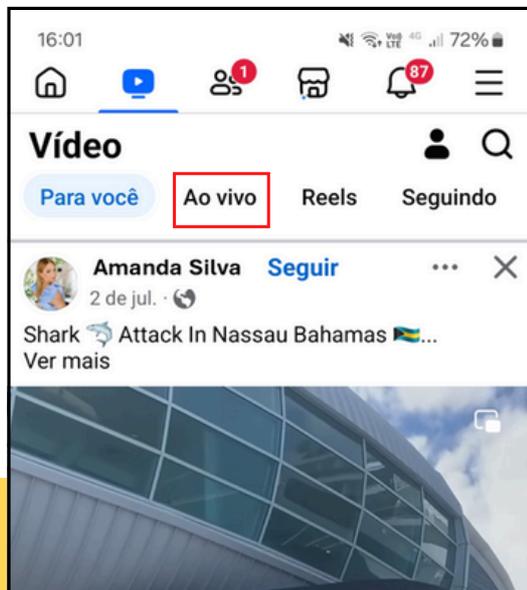
*Live:*  
pronuncia-se "laive"

Nesta página, há apenas vídeos. Também é possível usar a lupa para procurar um assunto específico.



# ASSISTINDO A LIVES NO FACEBOOK

**3** Se uma *live* estiver sendo transmitida, você a encontra clicando em "Ao vivo".



**4** **MAS O QUE É LIVE?**



As *lives* nada mais são do que vídeos transmitidos em tempo real por meio das plataformas digitais.

Live significa "Ao vivo".

# COMO BAIXO O INSTAGRAM?



Atualmente, o  
Instagram é a  
sensação das redes  
sociais! Não fique de  
fora!



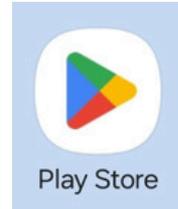
# COMO BAIXAR O INSTAGRAM

Lembra da nossa loja (página 57)? É lá que nós vamos para baixar o Instagram!



1

Para começar, encontre este símbolo no menu do aparelho e clique sobre ele.



As cores podem variar!

✓

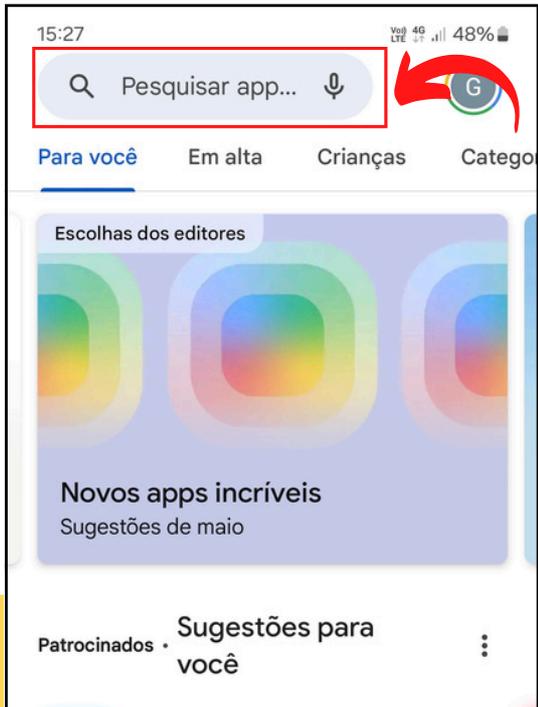
Também pode ser chamado de "Insta".

Instagram:  
pronuncia-se  
"instagrã"

# COMO BAIXAR O INSTAGRAM

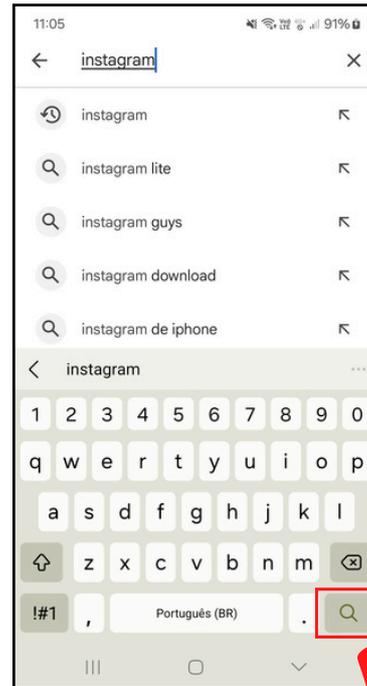
Na loja, clique em  
"Pesquisar apps".

2



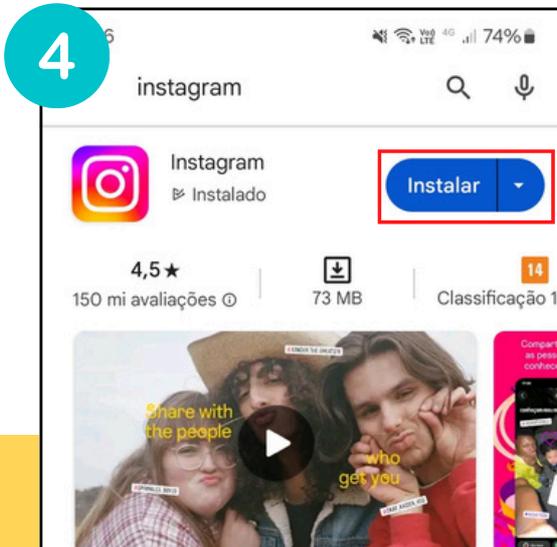
Agora,  
digite  
"Instagram"  
e clique na  
lupa para  
realizar a  
busca.

3



# COMO BAIXAR O INSTAGRAM

Clicando na lupa, vê-se uma página como a da imagem 4. Agora, clique em "Instalar" e aguarde a instalação.



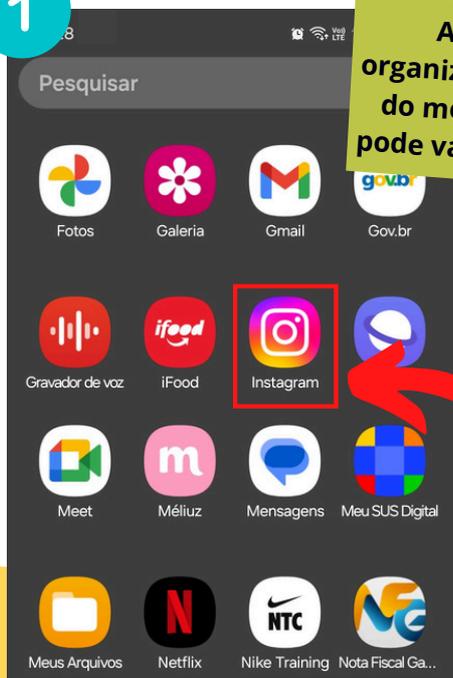
Quando instalado, é possível clicar em "Abrir", ou ir até o aplicativo no seu menu de aplicativos.



# INICIANDO O INSTAGRAM

**1**  
Procure "Instagram"  
no seu menu de  
aplicativos.

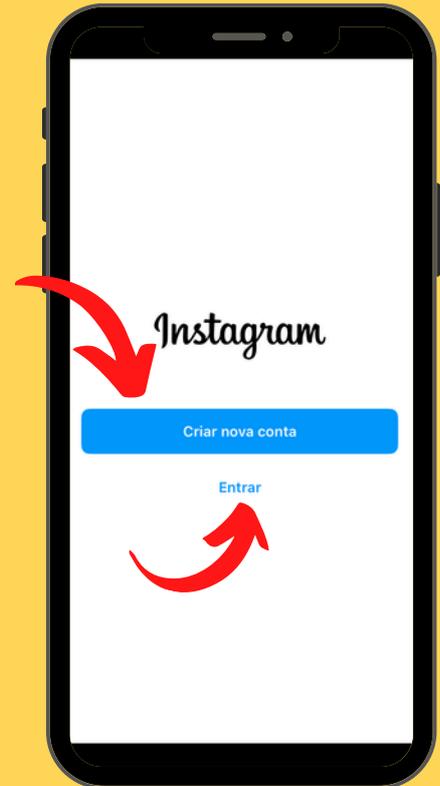
1



A  
organização  
do menu  
pode variar!

2

Se você já  
tem uma  
conta, clique  
em "Entrar".  
Se não,  
clique em  
"Criar nova  
conta" e siga  
o passo a  
passo.



# CRIANDO UM INSTAGRAM

## JÁ TENHO UMA CONTA

Preencha e-mail e senha nos campos indicados e clique em "Entrar".

3

## AINDA NÃO TENHO UMA CONTA

Siga os próximos passos para criar uma nova conta.



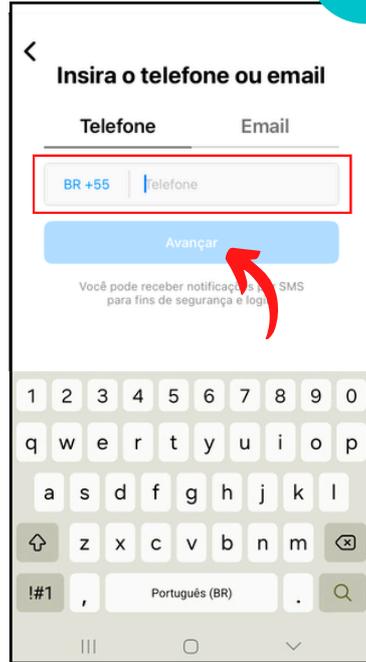
The screenshot shows the Instagram login interface. At the top, the word "Instagram" is written in its signature font. Below it, there are two input fields: "Telefone, nome de usuário ou email" and "Senha". The "Senha" field has an eye icon to toggle visibility. A red rectangular box highlights both input fields. Below the "Senha" field is a link that says "Esqueceu a senha?". Underneath these fields is a blue button labeled "Entrar". A red arrow points from the bottom left of the red box to the "Entrar" button. Below the "Entrar" button, the word "OU" is centered. Below that is a blue Facebook logo followed by the text "Entrar com o Facebook". At the very bottom, there is a link that says "Não tem uma conta? Cadastre-se".

Fique atento a  
letras  
maiúsculas e  
minúsculas ao  
digitar a senha!

# CRIANDO UM INSTAGRAM

Para criar uma nova conta, o primeiro passo é inserir o seu número de telefone. Depois, clique em "Avançar".

4



Insira o telefone ou email

Telefone Email

BR +55 | telefone

Avançar

Você pode receber notificações e SMS para fins de segurança e login.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
q w e r t y u i o p  
a s d f g h j k l  
z x c v b n m  
!#1 , Português (BR) .

Um código será enviado para você. Vá até as mensagens de texto e copie o código recebido no espaço "Código de confirmação" e clique em "Avançar".

5



Inserir código de confirmação

Insira o código de confirmação que enviamos para você. [Reenviar o código de login.](#)

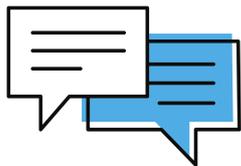
Código de confirmação

Avançar



# MAS O QUE É MENSAGEM DE TEXTO?

**Também conhecida como SMS, é a mensagem enviada pela operadora de telefonia, e não pela Internet.**



**Você encontra suas mensagens de texto no ícone com balões de fala.**

**Lá, você pode copiar e colar o código para o WhatsApp (conforme página 87).**

# CRIANDO UM INSTAGRAM

6

**Agora,  
informe seu  
nome.**

**Adicione seu nome**

Adicione seu nome para que seus amigos possam encontrar você.

Nome completo

Avançar

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
q w e r t y u i o p  
a s d f g h j k l  
z x c v b n m

Detailed description: This is a screenshot of the Instagram sign-up process. The screen is titled 'Adicione seu nome'. Below the title is a subtitle: 'Adicione seu nome para que seus amigos possam encontrar você.' There is a text input field labeled 'Nome completo' with a red border. Below the input field is a blue button labeled 'Avançar' with a red arrow pointing to it. At the bottom of the screen is a standard QWERTY keyboard.

7

**Depois, crie  
uma senha.**

**Crie uma senha**

Senha

Salvar senha

Avançar

Já tem uma conta? [Entrar.](#)

Detailed description: This is a screenshot of the Instagram sign-up process. The screen is titled 'Crie uma senha'. Below the title is a text input field labeled 'Senha' with a red border. Below the input field is a checkbox labeled 'Salvar senha' which is checked. Below the checkbox is a blue button labeled 'Avançar' with a red arrow pointing to it. At the bottom of the screen is a link that says 'Já tem uma conta? Entrar.'

8

**Em seguida,  
informe sua  
data de  
nascimento.**

**Adicione sua data de nascimento**

Isso não fará parte do seu perfil público.  
Por que preciso informar minha data de nascimento?

25 de julho de 2024

Use sua própria data de nascimento, mesmo se esta conta for de uma empresa, um animal de estimação ou outra coisa.

Avançar

Detailed description: This is a screenshot of the Instagram sign-up process. The screen is titled 'Adicione sua data de nascimento'. Below the title is an illustration of a birthday cake with three candles and two balloons. Below the illustration is a subtitle: 'Isso não fará parte do seu perfil público. Por que preciso informar minha data de nascimento?'. There is a text input field containing '25 de julho de 2024' with a red border. Below the input field is a blue button labeled 'Avançar' with a red arrow pointing to it. At the bottom of the screen is a note: 'Use sua própria data de nascimento, mesmo se esta conta for de uma empresa, um animal de estimação ou outra coisa.'

# CRIANDO UM INSTAGRAM

9

Para finalizar, escolha um nome de usuário e clique em "Avançar".

**Criar nome de usuário**

Escolha um nome de usuário para sua nova conta. Você poderá alterá-lo quando quiser.

Nome de usuário

Avançar

1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
q w e r t y u i o p

10

Agora, basta clicar em "Cadastre-se" e sua conta estará pronta.

**Cadastrar-se como "seu nome de usuário"?**

Você poderá alterar seu nome de usuário depois.

As pessoas que usam nosso serviço podem ter enviado suas informações de contato para o Instagram. Saiba mais.

Ao tocar em Cadastre-se, você concorda com nossos Termos, com a Política de Privacidade e com a Política de Cookies.

Cadastre-se

Já tem uma conta? [Entrar](#).

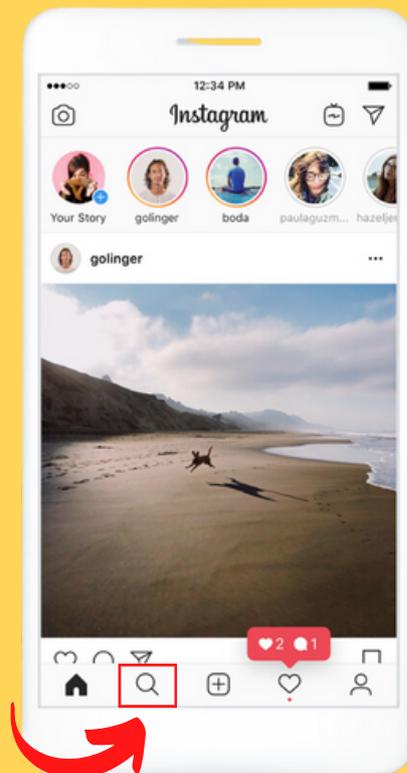
# USANDO O INSTAGRAM

Muito bem!  
Agora que você  
já tem uma  
conta, venha  
aprender a  
utilizá-la.



1

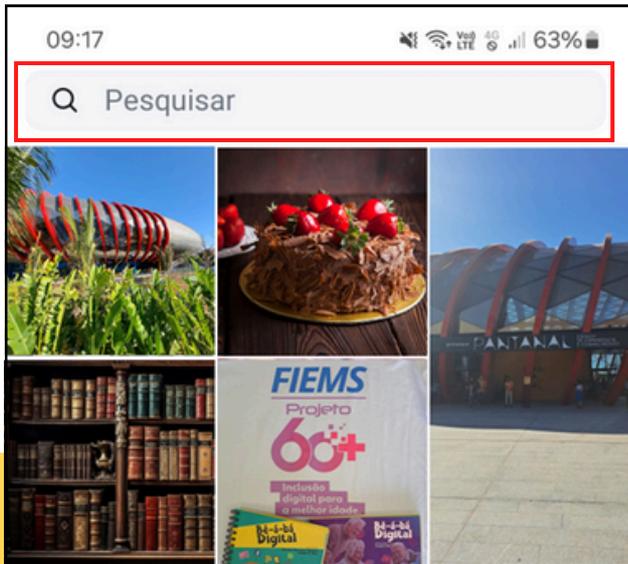
Para  
pesquisar  
pessoas, *lives*,  
ou qualquer  
coisa que  
você queira,  
clique na  
lupa.



# USANDO O INSTAGRAM

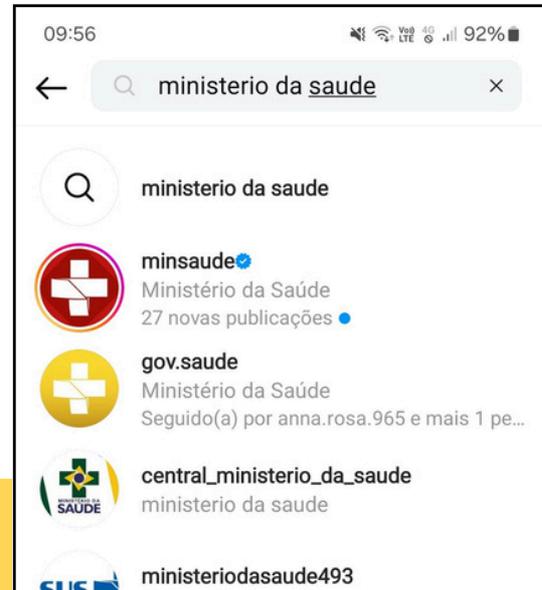
2

Em uma página como esta, clique em “Pesquisar” e digite o que quer encontrar.



3

Uma lista com informações relacionadas ao que você digita aparece:



# USANDO O INSTAGRAM

4

Clique sobre o resultado desejado na lista.



5

Uma página com o perfil pesquisado aparece. Agora é só dar uma olhada nas publicações.



# USANDO O INSTAGRAM

Se você quiser ficar por dentro das atualizações que a página publica, clique em "Seguir".



Assim, as novas publicações aparecem na sua tela inicial do aplicativo.

Você pode seguir milhares de páginas, se quiser! Assim, as atualizações vão aparecer na sua tela inicial do Insta.



# USANDO O INSTAGRAM

Você também pode usar o Instagram ver a página do Bê-á-bá Digital e ficar por dentro das nossas novidades!



O usuário no Instagram é @be.a.ba.digital

Siga-nos no Instagram!



# LIVE NO INSTAGRAM

@

Se você quiser ver uma *live*, você deve digitar lá na lupa o nome da página que está fazendo a transmissão.

Digite o nome da página por extenso (por exemplo: Ministério da Saúde), ou digite o seu usuário (por exemplo: @minsaude).

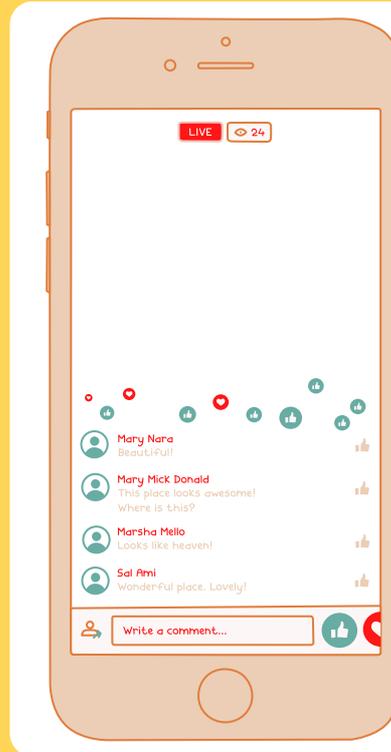
*Live:*  
pronuncia-se  
"laive"

Caso a página já tenha iniciado a transmissão ao vivo, esse símbolo aparece associado ao nome pesquisado.



# LIVE NO INSTAGRAM

O símbolo normalmente está posicionado neste lugar:



Para assistir à *live*, é só clicar sobre o símbolo e aproveitar.

# COMO USO O GOOGLE



**Você sabia que pode descobrir quase tudo por meio do Google?**



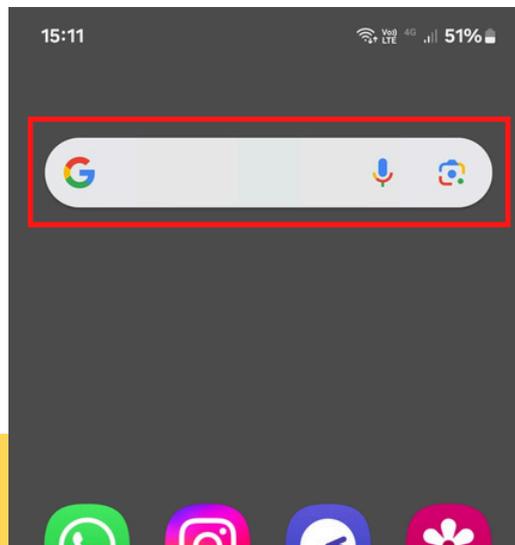
# USANDO O GOOGLE

Você tem alguma dúvida? Pode perguntar para o Google! Ele é uma ferramenta de busca com infinitas possibilidades.

1 Para isso, clique na barra branca indicada na imagem e digite o que procura.

Você também pode clicar no microfone que aparece na barra e falar o que procura, ao invés de digitar.

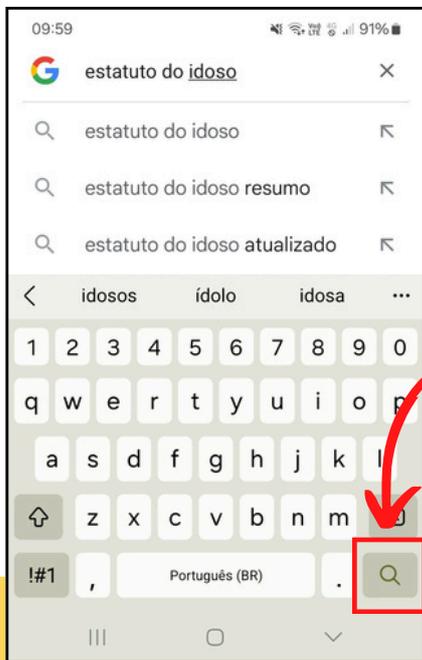
Google:  
pronuncia-se  
"gugou"



# USANDO O GOOGLE

Depois de digitar, clique na lupa para realizar a busca.

2



3

Agora, basta ir descendo a página e clicar nos resultados que você quiser.



# USANDO O GOOGLE

Aproveite a ferramenta para dar uma olhada no Estatuto da Pessoa Idosa!



Basta buscar por "Estatuto da Pessoa Idosa" no Google.

Vou deixar aqui o link de acesso direto ao Estatuto!  
E também um QRcode que leva a ele (veja como usar o QRcode na página 53).

**ESTATUTO DA PESSOA IDOSA**

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/l10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm)

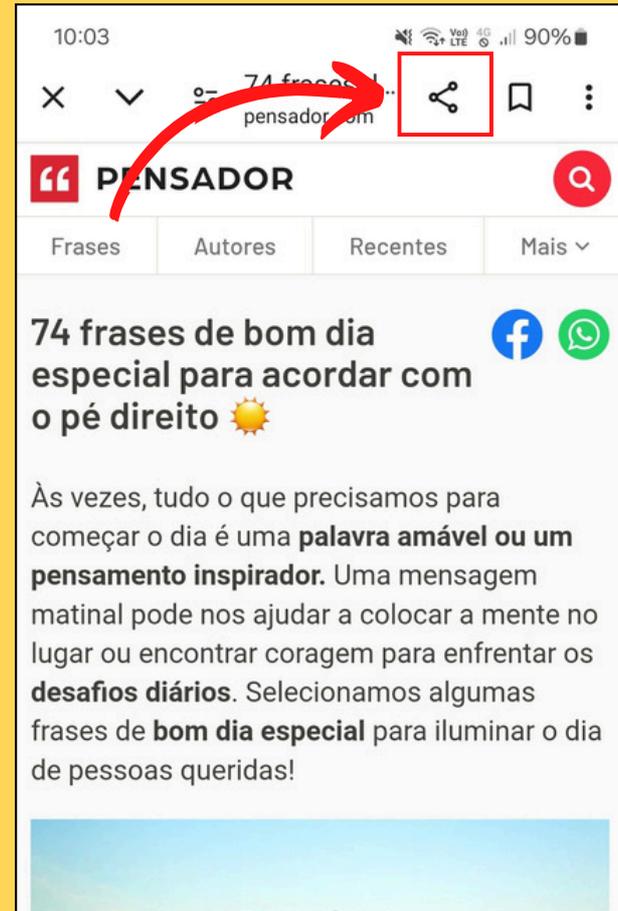
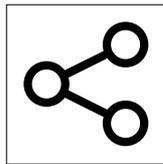


# USANDO O GOOGLE

1

## ENVIANDO SITE

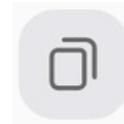
Quer mostrar um *site* que você encontrou a alguém? Para enviar o link de acesso, clique no símbolo indicado na imagem:



# USANDO O GOOGLE

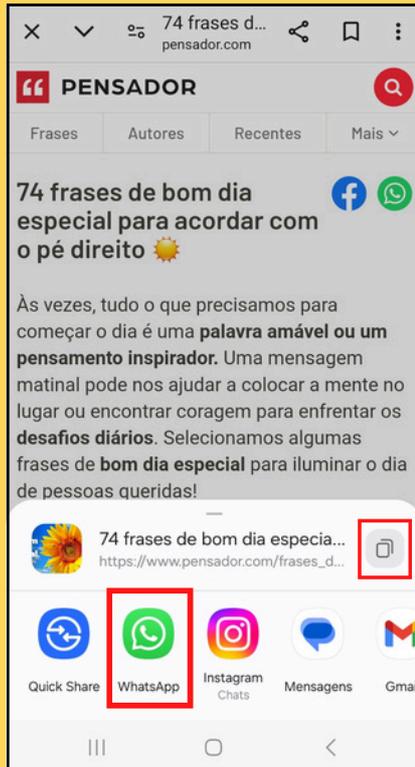
2

Agora escolha como deseja compartilhar. Você pode enviar direto pelo WhatsApp e selecionar um contato, ou clicar no símbolo de "Copiar":



e colar no local de destino.

Relembre como copiar e colar na página 87.



# USANDO O GOOGLE

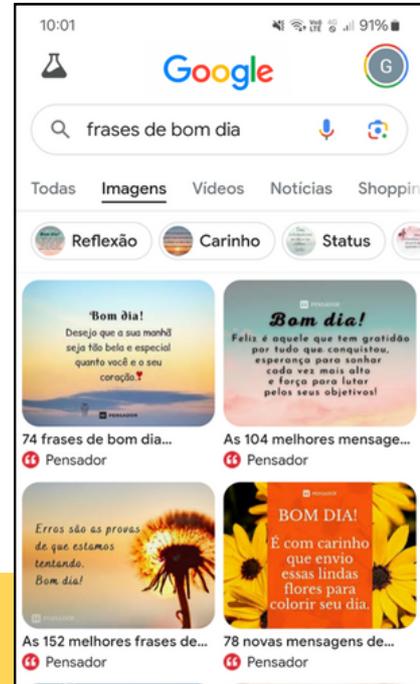
4

O Google também permite a busca de imagens! Basta clicar em "Imagens" logo após fazer sua busca.



5

Assim você encontra diversos resultados.



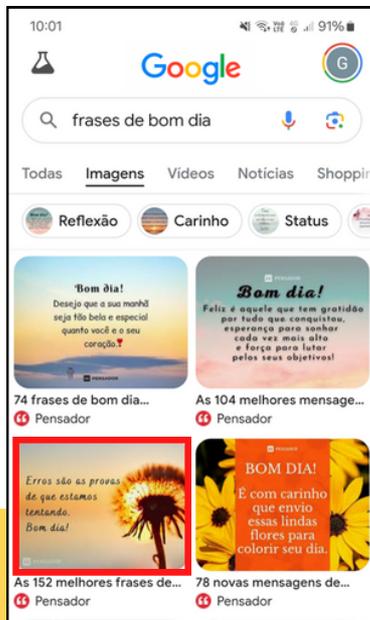
# USANDO O GOOGLE

Gostou de alguma coisa que encontrou?  
Aprenda a enviá-la para seus amigos!



1

**ENVIANDO IMAGEM**  
Para enviar uma imagem, clique sobre ela.



2

Ela ficará grande na tela.  
Clique em "Compartilhar".



# USANDO O GOOGLE

3



4

**Agora escolha como deseja compartilhar. Você pode enviar direto por WhatsApp e selecionar um contato, ou clicar no símbolo de "Copiar":**



**para copiar o link da imagem e colar no local de destino. Para lembrar como copiar e colar, veja a página 87.**

# COMO USO O YOUTUBE?

**Esse aplicativo abre  
muitas portas!  
Venha conhecer  
suas possibilidades.**



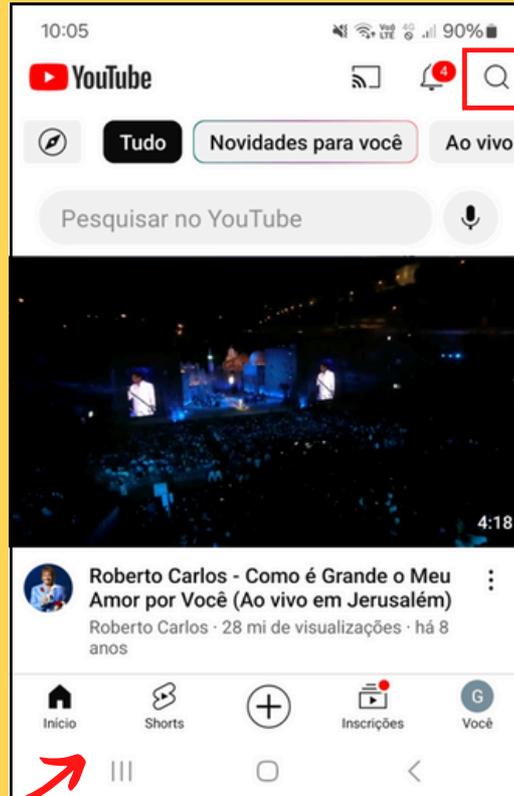
# USANDO O YOUTUBE

Para começar, encontre o ícone do YouTube no aparelho.



1

2 Ao clicar nele, aparece uma página como esta.



3

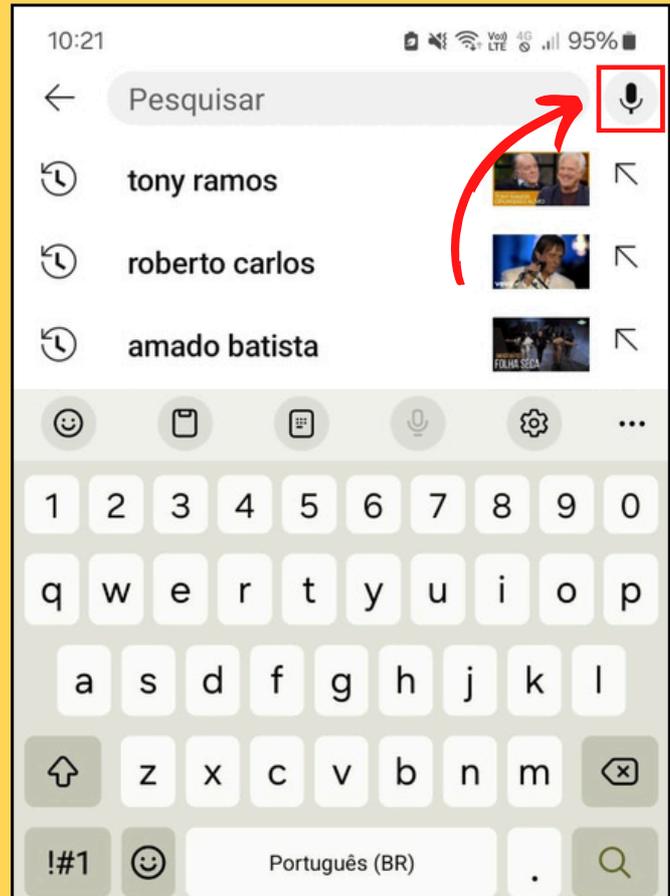
Para explorar conteúdos dentro do aplicativo, clique na lupa.

# USANDO O YOUTUBE

Em “Pesquisar”, digite o que busca usando o teclado.

4

Você também pode clicar na figura do microfone e gravar o que quiser procurar.



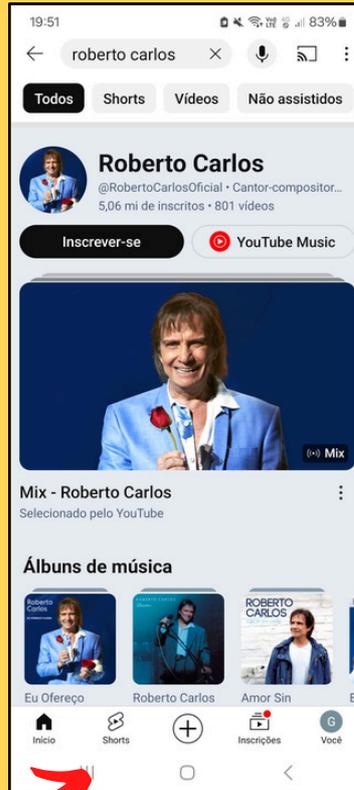
# USANDO O YOUTUBE

5

Depois, é só clicar sobre o vídeo que quiser assistir.



O mais incrível é que é possível pesquisar sobre **TUDO!** Deixei aqui alguns exemplos...



# USANDO O YOUTUBE



Se você gostar de um vídeo que assistiu, pode enviá-lo aos seus amigos!

1

Para fazer isso, com o vídeo aberto, clique em "Compartilhar", como na imagem.



# USANDO O YOUTUBE

2

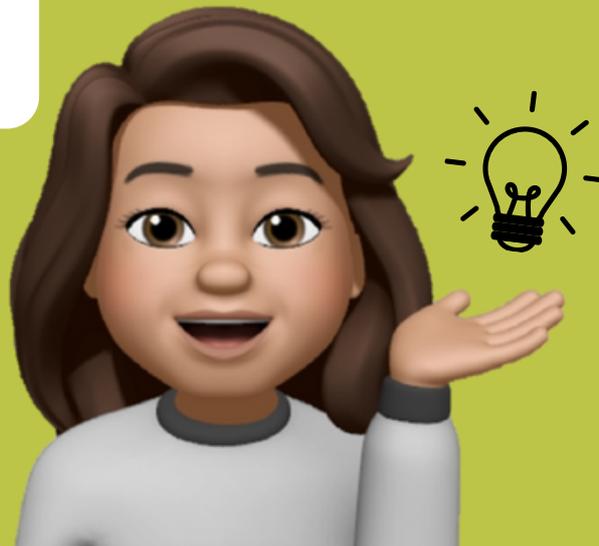
Agora escolha como deseja compartilhar. Você pode clicar no WhatsApp e selecionar um contato, ou clicar no símbolo de "Copiar":  para copiar o link do vídeo e colar no local de destino.

Pronto! Agora seus amigos podem curtir todos os vídeos com você. 



# PARTE 3: DICAS!

**Nesse capítulo,  
deixamos algumas dicas  
para entretenimento e  
para melhorar sua  
experiência digital.**



# USO DO COMPUTADOR



**Você sabia que também  
pode acessar algumas  
ferramentas pelo  
computador? Venha que  
eu vou lhe mostrar.**

# USANDO O COMPUTADOR

No seu computador, é possível utilizar o e-mail, acessar o Youtube e várias outras ferramentas.

Para isso, você deve usar um computador conectado à Internet.

No computador, você deve usar um sistema de navegação, representado por algum destes ícones:



# USANDO O COMPUTADOR

Através deles,  
você pode usar  
essas  
ferramentas e  
muitas outras.  
Não deixe de  
tentar!





**A partir de agora, também vamos colocar em prática seus conhecimentos digitais! Para acessar os conteúdos, utilize os QRcodes espalhados pelo capítulo.**

**Se você está utilizando o livro impresso, leia os códigos com o seu celular, conforme ensinado na página 53.**

**Se você está utilizando o livro virtual, clique sobre os códigos para acessar o conteúdo.**



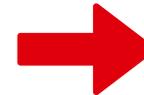
# CONHECIMENTO E ENTRETENIMENTO

Vamos  
começar com  
algumas  
atividades  
virtuais.



# CONHECIMENTO E ENTRETENIMENTO

Você já conhece o Museu de Arqueologia da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul?



Acessando o *site*, é possível aprender sobre o museu e, até mesmo, fazer um tour virtual.

# CONHECIMENTO E ENTRETENIMENTO



A dica agora é de uma página do Instagram! Nela, é possível ficar por dentro das ações culturais desenvolvidas pela **Fundação de Cultura de MS.**

**Siga o perfil @fundacaodeculturams no Instagram e não perca nenhum detalhe.**

# COLOCANDO A MÃO NA MASSA

O Pinterest é um ótimo *site* para ter inspirações, seja para artesanato, decoração ou moda. O *site* fornece muitas ideias de como “fazer você mesmo” em diversos assuntos.



# PARA OS AMANTES DO TEATRO

Apresentamos um *site* que possui diversas peças de teatro gravadas. Assista quando e onde você quiser!

The screenshot displays the website interface for Cia Mungunzá. The top navigation bar includes links for HOME, CIA MUNGUNZÁ DE TEATRO, TEATRO DE CONTÊINER MUNGUNZÁ, MUNGUNZÁ DIGITAL, and LOJA. The main content area is divided into several sections:

- POEMA EM QUEDA-LIVE**: A section for a live performance, featuring a small image of a person and text describing the play.
- Inauguração da extensão online do Teatro de Contêiner**: A promotional banner for an online extension, dated 25 maio 2020 at 19h, with the website [www.ciamungunza.com.br/programacao](http://www.ciamungunza.com.br/programacao).
- Junho**: A section for June performances, listing "Sábados e Domingos 16h20" and the Instagram handle @teatrodeconteniner, accompanied by a grid of actor portraits.
- YÓRI**: A large portrait of an actor with a long beard, with text indicating "Venda on-line de trabalhos e produtos artísticos dos vizinhos do Teatro de Contêiner" and the hashtag #ReduçãoDeDanos.

A red arrow points from the text above to a QR code on the right side of the page. At the bottom of the website screenshot, there is a red bar with the text "PEÇA FILMADA" and a dropdown arrow. The footer includes the Cia Mungunzá logo and the text "Aguardando api-widget.soundcloud.com...".



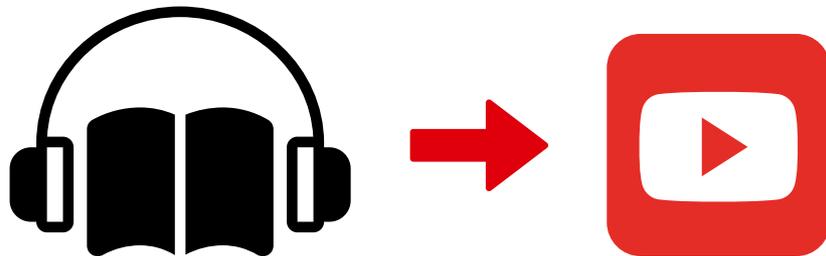
# VIAJANDO SEM SAIR DE CASA

Drive & Listen (em português: dirija e escute) é um *site* que faz passeios de carro virtuais por diversas cidades do mundo. E você ainda pode selecionar a música que quer ouvir durante a viagem.



# PARA EXERCITAR A LEITURA

Você sabia que pode “ouvir” os seus livros preferidos usando o celular? O recurso se chama Audiolivro.

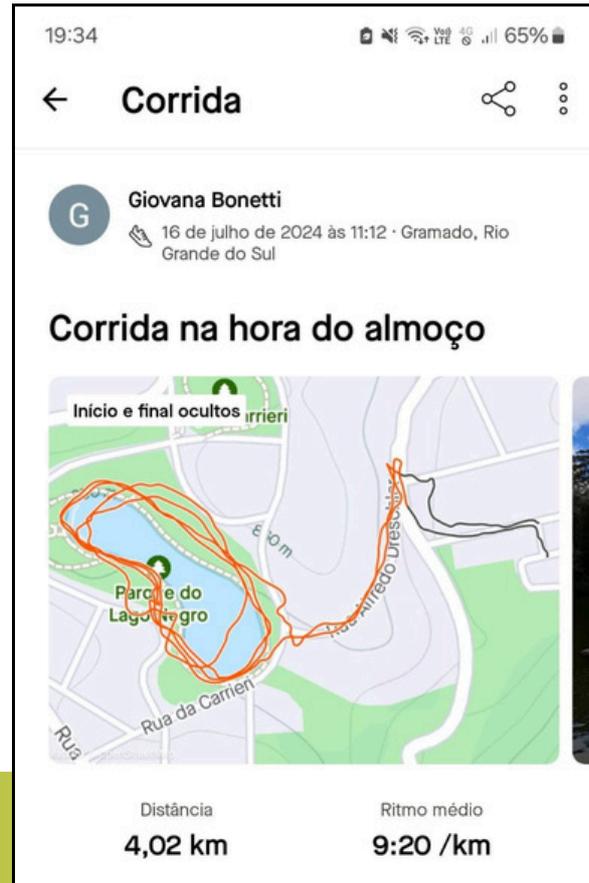


Para encontrar muitos audiolivros, use o Youtube e digite “audiolivro” seguido do nome do seu autor favorito para fazer uma busca.

# MANTENDO-SE SEMPRE ATIVO

**Agora, apresentamos um aplicativo para quem gosta de se exercitar.**

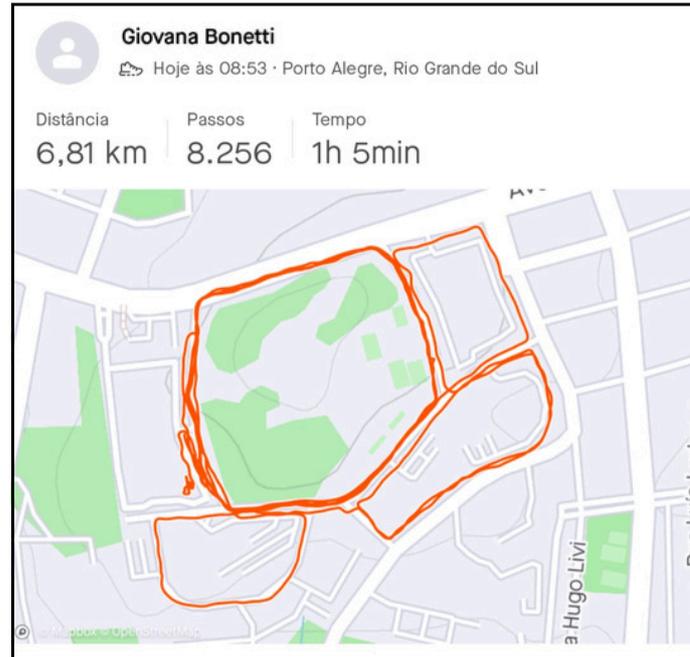
**Quer monitorar suas caminhadas, corridas ou passeios de bicicleta? O aplicativo Strava vai lhe ajudar!**



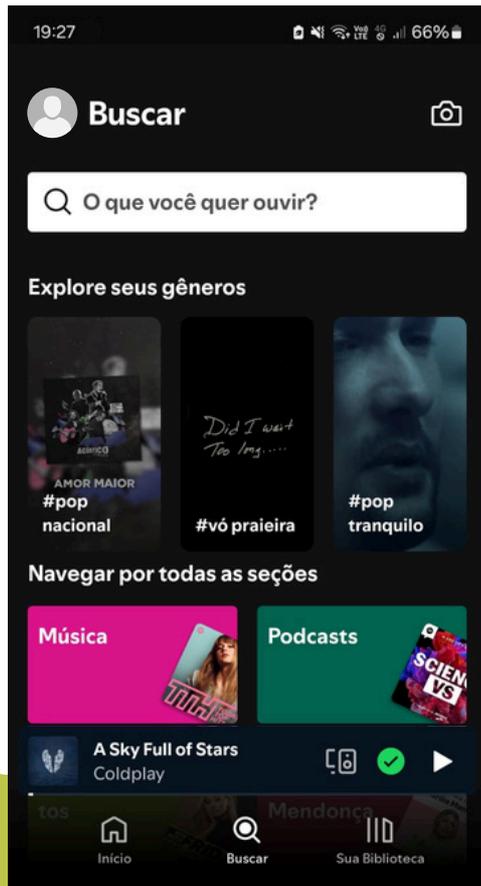
# MANTENDO-SE SEMPRE ATIVO

O aplicativo permite monitorar o número de passos, velocidade média e distância percorrida durante o exercício.

Baixe o Strava na Play Store e aproveite para se manter sempre ativo.



# MÚSICAS E PODCASTS



Você já conhece o Spotify?



É um aplicativo que permite ouvir músicas, *podcasts* e muitos outros conteúdos. Baixe o Spotify na Play Store do seu celular ou acesse o *site* através do QRcode:



# MAS O QUE É UM PODCAST?

Na verdade, *podcast* não é nada além de um programa de rádio que fica sempre disponível, para você ouvir quando quiser.



É um conteúdo em áudio em formato de arquivo ou disponível na Internet.

Podcast:  
pronuncia-se  
"pódiquêst"

Normalmente é representado por um símbolo como esse:



# DICAS CULTURAIS



**O Mato Grosso do Sul é um estado repleto de belezas naturais, rica cultura e tradições. Explore suas riquezas!**

# DICAS CULTURAIS

**Você conhece o Bioparque Pantanal? Localizado em Campo Grande, é o maior aquário de água doce do mundo.**



**No *site*, você pode agendar uma visita gratuita para conhecer esse local incrível pessoalmente.**

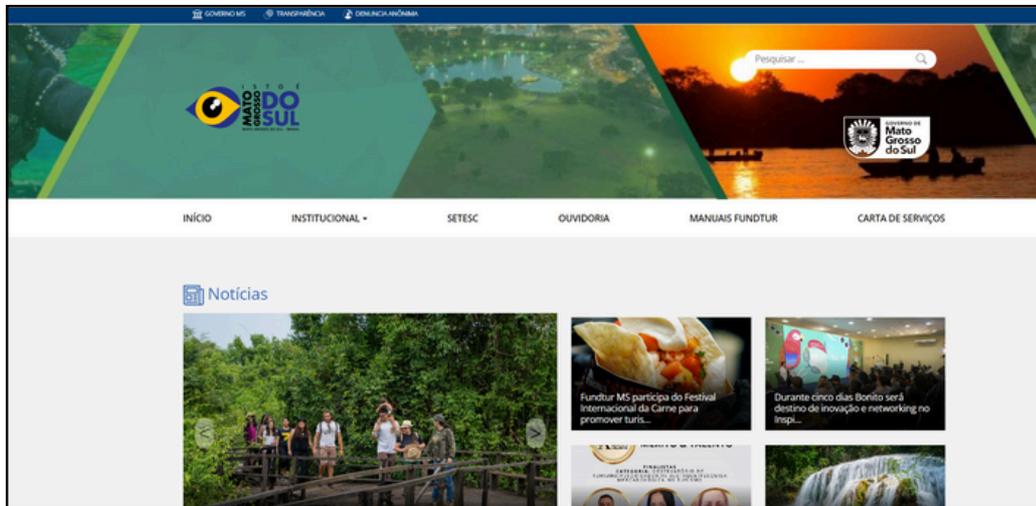
# DICAS CULTURAIS

Para aprender mais sobre os locais turísticos do MS e como visitá-los, deixamos aqui um *site* que conta um pouco sobre cada um desses locais.



# DICAS CULTURAIS

Você também pode usar o *site* oficial do governo do MS para ficar por dentro das atualizações sobre o turismo local.



# DICAS PARA MELHORAR O USO DOS APARELHOS

**Preste atenção que  
essa parte é muito  
importante!**



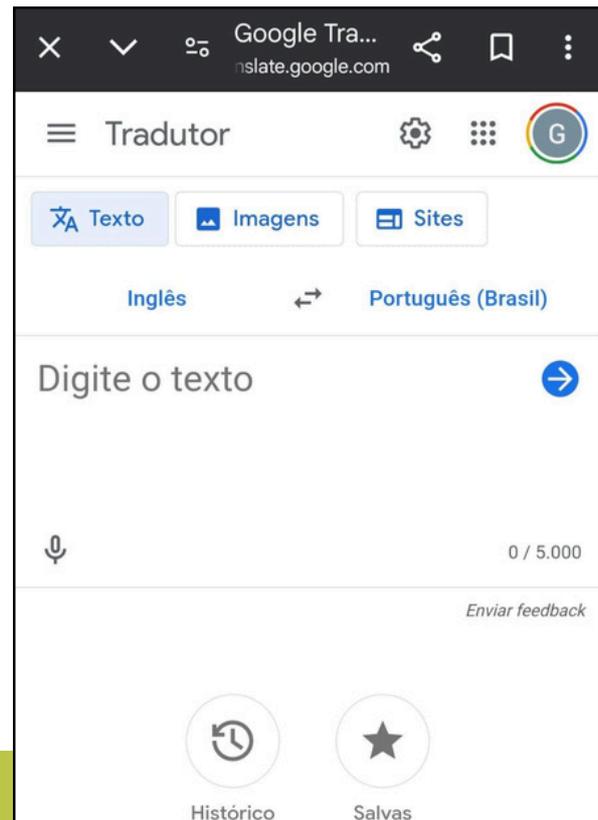
# DESVENDANDO OUTROS IDIOMAS

**Algumas funções dos aparelhos podem estar em outros idiomas. Caso apareça uma palavra desconhecida, você pode descobrir o seu significado com a ajuda do Google Tradutor. Lá, você pode copiar e colar um texto ou escrever uma palavra para ver a sua tradução.**

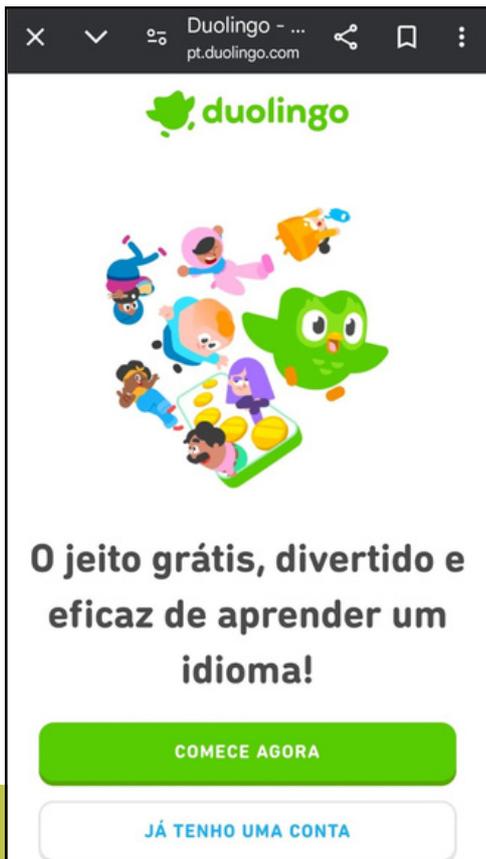


# DESVENDANDO OUTROS IDIOMAS

E o melhor é que dá para ver o significado de qualquer palavra, e em qualquer idioma. Para acessar, utilize o QRcode abaixo:



# DESVENDANDO OUTROS IDIOMAS



Para quem quer aprender novos idiomas, a plataforma DuoLingo é uma boa dica. Acesse a plataforma pelo QRcode:



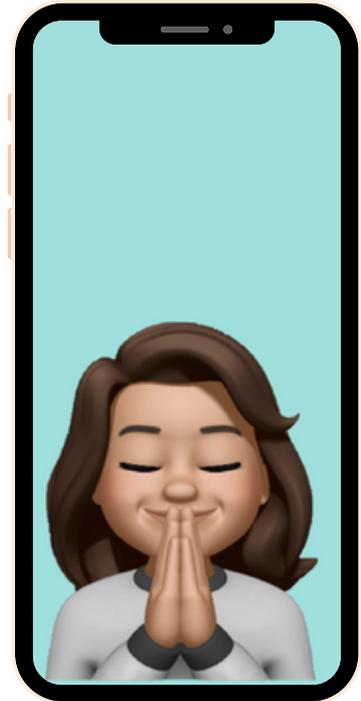
Ou baixe o aplicativo na sua Play Store (conforme página 57).

# DICAS PARA REUNIÕES POR VÍDEO

**É importante deixar o celular parado em uma posição em que os outros consigam vê-lo.**

**Isso é essencial para que todo mundo possa interagir adequadamente.**

**Para isso, o ideal é estabilizar o celular em alguma superfície (como uma mesa, por exemplo) e apoiá-lo com algum objeto atrás.**



# DICAS PARA REUNIÕES POR VÍDEO

Se a reunião for um tipo de aula, é importante que todos os participantes (exceto o professor) deixem os microfones desativados, para que todos possam ouvir.



Para lembrar como fazer isso, podemos voltar à página 85.



E claro, não esqueça de ativá-lo novamente quando quiser falar!

# DICAS PARA USO DOS DADOS MÓVEIS

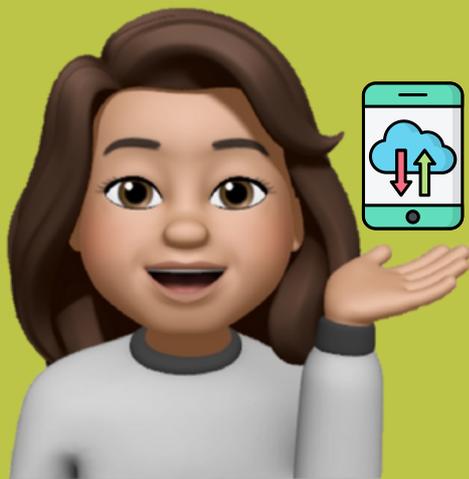
**Conforme você aprendeu, os dados móveis são a Internet da nossa operadora de telefonia.**

**Normalmente eles são limitados, então você precisa economizá-los para que não acabem.**



# DICAS PARA USO DOS DADOS MÓVEIS

Veja alguns cuidados que você deve tomar para economizar seus dados móveis:



- **Baixar conteúdos (fotos e vídeos) quando estiver conectado ao Wi-Fi;**
- **Desativar os dados móveis quando estiver em um local com Wi-Fi;**
- **Fazer chamadas de vídeo quando estiver conectado ao Wi-Fi.**

# **BÔNUS: RESOLVENDO PEQUENOS PROBLEMAS**





**Já conferi que o Wi-Fi está conectado, mas mesmo assim não funciona.**

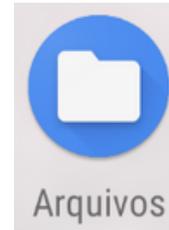
**\* Você pode estar muito longe do aparelho roteador de Internet. Tente chegar mais perto do roteador com o seu aparelho.**

**\* Se isso não for possível, você pode tentar abrir a porta do cômodo em que está. Quanto maior o número de barreiras, pior é o sinal.**



**Meu celular diz que a memória/armazenamento está ficando cheio. Como resolver?**

**Para esvaziar a memória do celular, procure pelos "Arquivos" no menu do aparelho.**



**Em "Arquivo", você pode encontrar todos os seus arquivos de fotos, vídeos e áudios.**

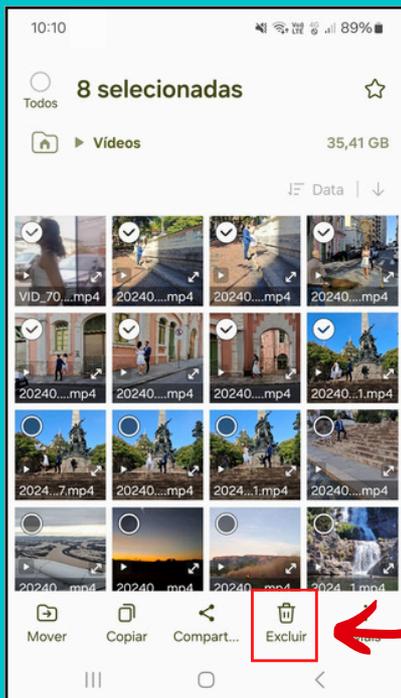


**Para liberar espaço na memória do aparelho, você deve apagar alguns desses arquivos.**



**Meu celular diz que a memória/armazenamento está ficando cheio. Como resolver?**

**Para fazer isso, pressione e segure o dedo sobre o que deseja apagar:**



**Depois, basta clicar na lixeira indicada na imagem.**



**Lembre-se que tudo o que  
você recebe pelo Whatsapp  
(fotos e vídeos) fica salvo na  
sua galeria, e tudo isso ocupa  
espaço! Por isso é  
importante apagar.**



**E mais! Os vídeos são os que ocupam mais espaço! Então, opte por deletá-los primeiro para liberar mais espaço.**



**Já deletei vários arquivos e o aviso ainda não sumiu! E agora?**

**Você também pode apagar alguns aplicativos.**

**Para isso, vá à tela inicial do aparelho. Fique pressionando o dedo sobre o aplicativo a ser apagado.**

**Depois, clique em “Desinstalar” e em “Ok”.**

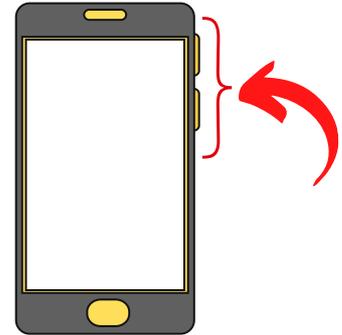




**Como posso enviar algo que estou vendo para um amigo?**

**Se você encontrar uma imagem que queira enviar para alguém, é possível fazer uma captura de tela!**

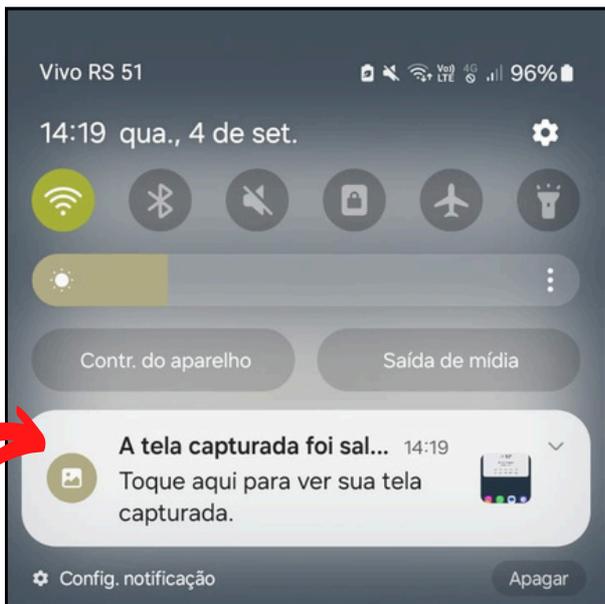
**É muito fácil: pressione e segure ao mesmo tempo o botão de ligar e desligar o aparelho e o botão de abaixar o volume do seu celular.**



**Localize os botões nas laterais do seu aparelho.**



**Como posso enviar algo que estou vendo para alguém?**



**Ao pressionar os botões, a tela que você está vendo é salva como uma foto na sua galeria.**

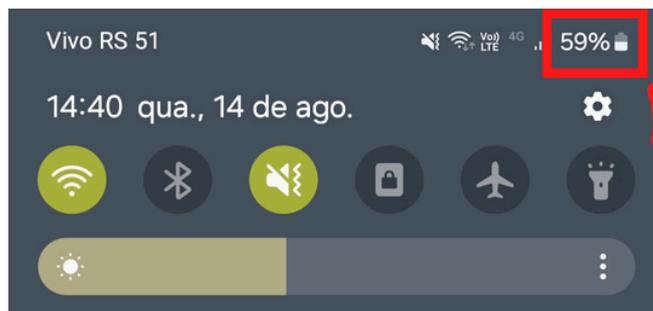
**Agora é só enviar para quem quiser. Você pode revisar como fazer isso na página 76.**



## Como descubro a quantidade de bateria restante no telefone?

**Lembra daquele lugar em que você faz a conexão com o Wi-Fi?**

**Vá até lá para conferir a bateria! Você pode revisar como fazer isso na página 22.**



**Aí está a quantidade de bateria restante.**

**CASO ESTEJA COM 15% OU MENOS, É MELHOR RECARREGAR O CELULAR!**

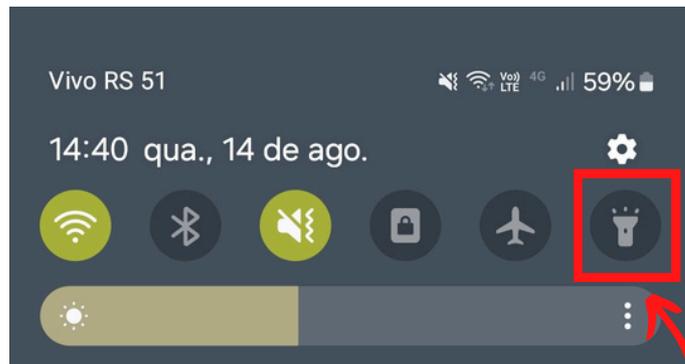


## Como ativo a lanterna do celular?

**Lembra daquele lugar em que você faz a conexão com o Wi-Fi?**

**Vá até lá para ativar a lanterna!**

**Você pode revisar como fazer isso na página 22.**



**Este é o símbolo em que você clica para ativar e desativar a lanterna.**

**Por fim, sempre  
tenha em mente que  
nem todos os  
celulares são  
exatamente iguais!**



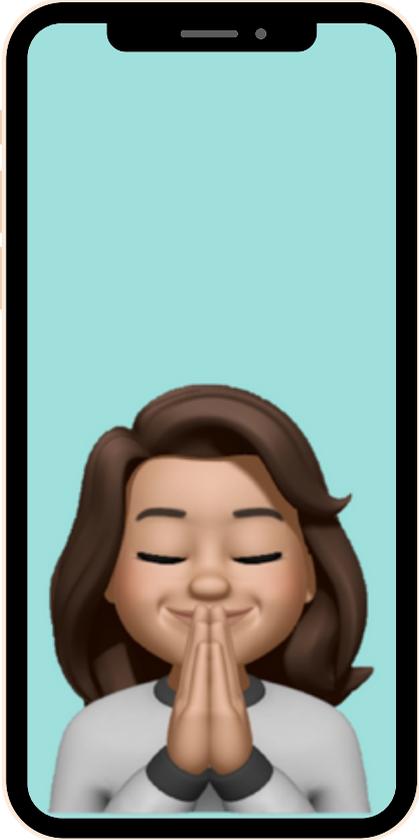
**Por exemplo: em um modelo  
pode aparecer “desinstalar”,  
em outro “remover”, ou  
pode aparecer a  
denominação “arquivos” ou  
“meus arquivos”...**

**...Por isso, é importante  
manter a mente aberta e  
aprender os fluxos de uso,  
sem se prender tanto ao  
que aparece escrito na  
tela.**



**Não é preciso temer as  
tecnologias, mas é  
importante se adaptar para  
usá-las e conviver com elas.  
Assim elas se tornam  
grandes aliadas no dia-a-dia.**





**Para chegar até aqui, é necessário ter muita coragem e dedicação! Parabéns por essa conquista. O mundo digital te espera, cheio de possibilidades e novas descobertas.**

**E, sempre que bater a dúvida, o Bê-á-bá Digital está aqui para tentar solucioná-las.**

**Bê-á-bá  
Digital**

# PARTE 4: GLOSSÁRIO



**Ainda ficou com dúvidas?  
Vamos solucionar!**

# GLOSSÁRIO

## APLICATIVO

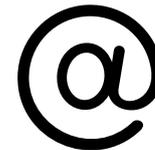
É um programa que desempenha uma determinada tarefa.

Normalmente, são representados por ícones. Também podem ser chamados de "Apps". São exemplos:



## ARROBA

É um símbolo usado no e-mail e nas redes sociais. Nas redes sociais, indica o nome de usuário de uma página.



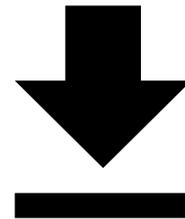
# GLOSSÁRIO

## DADOS MÓVEIS

Também conhecidos como 3G ou 4G, são a Internet que utilizamos da operadora de telefonia. A quantidade de Internet disponível nos dados móveis pode ser conferida com a operadora.

## DOWNLOAD

Download significa baixar. É o ato de transferir informações para o seu dispositivo.



# GLOSSÁRIO

## ÍCONE

É um pequeno símbolo gráfico que representa um programa, um arquivo ou um aplicativo. São exemplos de ícones:



## LINK

Link significa vínculo. Na Internet, é um “endereço” que leva a uma página. Ao clicar sobre algum link, vamos para o site ao qual ele é vinculado.



# GLOSSÁRIO

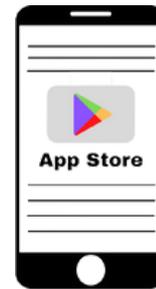
## LIVE

"*Live*" é o conhecido "Ao vivo". É um vídeo transmitido em tempo real.



## LOJA DE APLICATIVOS

É o aplicativo do seu celular que vai permitir que você faça *download* dos demais aplicativos desejados.



# GLOSSÁRIO

## MENU

É a página inicial da sua tela, na qual você pode dar os comandos para ir a qualquer página ou aplicativo no seu dispositivo.



## MENSAGEM DE TEXTO (SMS)

São as mensagens enviadas por meio da operadora de telefonia, sem uso da Internet.



# GLOSSÁRIO

## PERFIL

É a página de alguém ou de alguma instituição em uma rede social. A página à qual o nome de usuário é vinculado.



## PODCAST

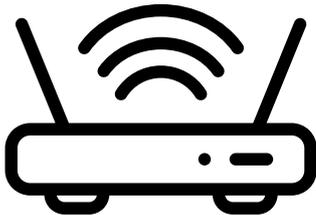
É um conteúdo em áudio que pode ser escutado quando você desejar (sempre disponível, diferente do rádio, por exemplo).



# GLOSSÁRIO

## ROTEADOR

É o aparelho usado para emitir o sinal do Wi-Fi.



## USUÁRIO

Possui dois significados. Usuário pode ser a pessoa que está usando um aparelho e também pode ser o nome adotado nas redes sociais.



# GLOSSÁRIO

## WI-FI

É uma rede sem fio (também chamada de wireless). Possibilita acesso à Internet sem cabos.

Normalmente, corresponde à rede de casa ou de locais públicos (como restaurantes e shoppings), com às quais você pode se conectar por diversos dispositivos (como computador e celular) .



# FIQUE LIGADO: FAKE NEWS

## COMO SABER SE UMA NOTÍCIA É FALSA?

- O autor da notícia ou vídeo não informa de onde ele retirou a informação, cita apenas "foi feito um estudo";
- Verificar a data da publicação, a notícia pode ser verdadeira porém "velha", falando sobre uma situação de meses atrás;

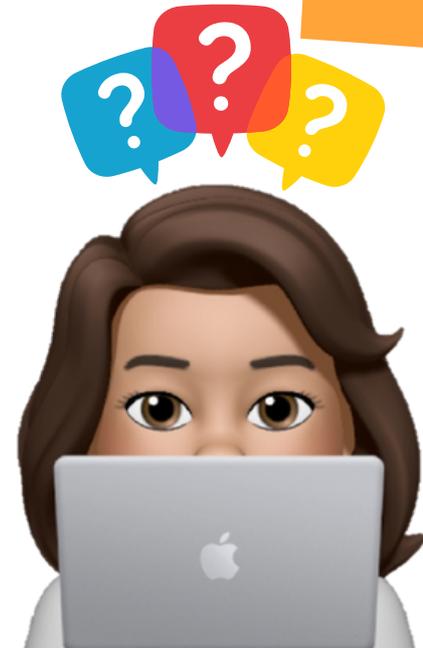


Fake News:  
pronuncia-se  
"feiqui nius"

# FIQUE LIGADO: FAKE NEWS

## COMO SABER SE UMA NOTÍCIA É FALSA?

- Verificar se a notícia existe em outros *sites*;
- Observar se o *site* ou vídeo não é de conteúdo humorístico;
- Ler a notícia até o fim, o título pode ser verdadeiro, mas sensacionalista em relação ao conteúdo da matéria.



Fake News:  
pronuncia-se  
"feiqui nius"

# FIQUE LIGADO: GOLPES



Agora que você já está usando todas as funções do celular, fique atento aos vírus virtuais e aos golpes!



Tenha cuidado com mensagens suspeitas no seu Whatsapp ou e-mail. O melhor a fazer é ignorar ou apagá-las. Evite abri-las ou clicar em seu conteúdo.



Para se prevenir, não clique em links suspeitos ou *sites* desconhecidos.

Em caso de dúvidas, não corra riscos sozinho: peça ajuda.

# TELEFONES ÚTEIS NACIONAIS



- Polícia Civil - Disque Denúncias: **181**
- Polícia Militar/Brigada Militar: **190**
- Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU): **192**
- Bombeiros: **193**
- INSS: **135**
- Polícia Civil - Emergências: **197**

**\*Nas próximas páginas, foram inseridos telefones dos estados do RS e do MS. Cada unidade da federação possui diferentes telefones de contato, assim como diferentes DDDs.**

# TELEFONES ÚTEIS - RS



- Delegacia do Idoso: **(51) 32882390**
- Conselho Municipal do Idoso: **(51) 32898432**
- Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania do Idoso (CEJUSC 60+): **(51) 995034522**
- Centro Municipal de Referência em Direitos Humanos (CMRDH): **(51) 32892076**
- Fundação de Assistência Social e Cidadania (FASC): **(51) 32894900**
- Unidade de Direitos do Idoso/SMDSE: **(51) 32895109**
- Ministério Público Estadual: **(51) 32951100**

# TELEFONES ÚTEIS - MS



- Conselho Municipal do Idoso: **(67) 3314-4465**
- Polícia Civil - Emergências: **(67) 3312-5700 / 197**
- Centro de Referência Especializado para a População em Situação de Rua: **(67) 3314-4450**
- CEJUSC ACICG - Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania: **(67) 3312-5062**
- SDHU - Subsecretaria de Defesa dos Direitos Humanos: **(67) 2020-1181**

# TELEFONES ÚTEIS - MS



- CRAS - Centro de Referência de Assistência Social: **(67) 3314-4482**
- MPMS - Ministério Público de Mato Grosso do Sul: **(67) 3318-2000**
- CEDPI/MS - Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa: **(67) 3323-3205**
- SEAD - Secretaria de Estado de Assistência Social e dos Direitos Humanos: **(67) 3318-4100**

## O LIVRO 2: DESCOBRINDO O CELULAR

Esse é o segundo livro da série Bê-á-bá Digital! Dado o sucesso do primeiro livro, partimos para um novo volume com uma nova editora. Trouxemos conteúdos novos e atualizados a partir da experiência de uso do volume anterior, mantendo a mesma identidade visual. Este livro será objeto de estudo de doutorado do PPG-Patologia da UFCSPA. O primeiro volume, desenvolvido no período da pandemia, está disponível através do QRcode ao lado. Em breve lançaremos também o terceiro volume!



*Com carinho,  
Giovana & Claudia*

# FUNDAÇÃO ESCOLA SUPERIOR DO MINISTÉRIO PÚBLICO DO RIO GRANDE DO SUL

## CONSELHO ADMINISTRATIVO

### PRESIDENTE

Luciano de Faria Brasil

### VICE-PRESIDENTE

Mauro Henrique Renner

### SECRETÁRIO

Joseane Schuck

## REPRESENTANTE DO CORPO DOCENTE

Alexandre Lipp João

## FACULDADE DE DIREITO

### DIRETOR

Mauro Luis Silva de Souza

## COORDENADOR DO CURSO DE

### GRADUAÇÃO

Joseane Schuck

## COORDENADOR DO CURSO DE

### MESTRADO

Anizio Pires Gavião Filho

## EDITORA DA FMP

### DIRETOR

Gilberto Thums

### VICE-DIRETOR

Fábio Roque Sbardellotto

## CONSELHO EDITORIAL

Ana Carolina da Costa e Fonseca

Anizio Pires Gavião Filho

Bianca Pazzini

Carla Carrion Frós

Fábio Roque Sbardellotto

Francisco José Borges Motta

Gilberto Thums

Raquel Fabiana Lopes Sparemberger

Renata Maria Dotta

### REVISÃO

Ana Carolina da Costa e Fonseca

### CAPA

Luis Fernando Marcelino Braga





Dados Internacionais de Catalogação na Publicação  
CIP-Brasil. Catalogação na fonte

B712m

Bonetti, Giovana

Bê-á-bá Digital: Desvendando o Celular. [recurso eletrônico] / Autoras:  
Giovana Diniz de Oliveira Bonetti e Claudia Giuliano Bica. – Porto Alegre:  
Editora da FMP, 2025.

Recurso online (208 p. : il.)

Modo de acesso: <https://editora.fmp.edu.br/index.php/efmp/catalog>  
ISBN 978-65-89997-70-2

1. Inclusão digital. 2. Idoso. I. Bonetti, Giovana Diniz de Oliveira. II.  
Braga, Luis Fernando. III. Fonseca, Ana Carolina da Costa e. IV. Bica, Claudia  
Giuliano. V. Título.

CDU: 37

Bibliotecária Responsável: Cristini Fernandes Borth Klippel - CRB 10/2649

“

*Assim como a gente aprendeu muito com você, chegou a nossa hora de retribuir. Preparamos este livro com dedicação e carinho para oportunizar momentos de interação. Prepare-se para entrar num novo mundo que agora está ao alcance de suas mãos.”*



**Claudia Bica**  
UFCSPA

**SESI** | Sistema  
**FIEMS**

PROJETO  
**60+**

