

AUTÈNTICQUES

IMPULSO COMARCAL PARA REDUCIR
LA BRECHA DIGITAL DE MUJERES
CON DISCAPACIDAD EN CATALUÑA



Programa AutèntICques – Impulsa tu futuro digital



Inserta



Cofinanciado por
la Unión Europea
Cofinancat per
la Unió Europea



MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL



Fondos Europeos
Fons Europeus



¿QUÉ ES AUTÈNTICQUES?

Es un proyecto de formación digital y acompañamiento para mujeres con discapacidad en situación de desempleo con el objetivo de descubrir las posibilidades que la tecnología les ofrece para impulsar el desarrollo de su potencial laboral y profesional.

Aquí no importa tu punto de partida, sino hacia dónde quieres llegar.

Formación gratuita y flexible

Plazas limitadas

Beca por asistencia (11€/día)

Aprende a tu ritmo

El programa se adapta a tu nivel y se organiza en tres itinerarios:

- **Competencias predigitales:** empieza desde cero con el uso básico de equipos informáticos, dispositivos móviles e Internet.
- **Competencias digitales básicas:** aprende a comunicarte de manera efectiva, gestionar información digital y utilizar dispositivos digitales para el desarrollo de tareas cotidianas en entornos digitales.
- **Competencias digitales intermedias:** desarrollar autonomía en el uso de herramientas digitales, resuelve problemas habituales y utiliza la tecnología de manera eficiente en entornos profesionales.

Además, contarás con acompañamiento personalizado durante todo el proceso.

Un programa práctico y cercano

Formación adaptada a tu realidad y a tu entorno.

- Clases presenciales en tu localidad
- Grupos reducidos
- Apoyo continuo y seguimiento individual
- Acceso a recursos digitales y espacios de aprendizaje accesibles



ITINERARIOS FORMATIVOS

1. Competencias Predigitales (30h)

Empieza desde cero. Pierde el miedo a la tecnología.

Aprenderás a:

- Utilizar el ordenador y sus funciones básicas
- Navegar por Internet de forma segura
- Explorar, crear, guardar y renombrar archivos
- Usar el correo electrónico
- Realizar gestiones online con la administración

Formación pensada para iniciarse sin conocimientos previos y ganar autonomía digital desde el primer día.

2. Competencias Digitales Básicas (60h)

Da un paso más y mejora tu seguridad digital

Aprenderás a:

- Buscar y gestionar información
- Comunicarte en entornos digitales a través de redes sociales y aplicaciones colaborativas
- Utilizar herramientas ofimáticas para la creación de contenidos digitales (Word, Excel, Powerpoint)
- Proteger tus datos y dispositivos
- Resolver problemas técnicos básicos

Un nivel orientado a desenvolverte con confianza y autonomía en tu vida personal y profesional.

3. Competencias Digitales Intermedias (60h)

Avanza hacia un uso profesional de la tecnología

Aprenderás a:

- Utilizar herramientas colaborativas ya aplicaciones para hacer videollamadas
- Crear contenidos digitales avanzados
- Gestionar tu identidad digital profesional en redes sociales enfocadas en la búsqueda de empleo
- Aplicar la tecnología y herramientas ofimáticas (Word, Excel, Powerpoint) en el entorno laboral
- Proteger la seguridad de tus datos y equipos informáticos
- Resolver problemas técnicos y usar herramientas digitales avanzadas

Un nivel enfocado a mejorar tu empleabilidad y autonomía digital.



¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Este programa está dirigido a mujeres que:

- Tienen discapacidad reconocida (igual o superior al 33% y/o incapacidad permanente S.S.)
- Están en situación de desempleo
- Viven en entornos comarcales de Cataluña
- Quieren mejorar sus habilidades digitales y sus oportunidades laborales

No necesitas conocimientos previos.

BENEFICIOS DEL PROGRAMA

Participar en AutènTICques te permitirá:

- ✓ Ganar confianza en el uso de la tecnología
- ✓ Ser más autónoma en tu día a día
- ✓ Acceder a nuevas oportunidades laborales
- ✓ Mejorar tu comunicación digital
- ✓ Sentirte acompañada durante el proceso

ACOMPAÑAMIENTO

No estarás sola. Desde el primer día contarás con:

- Apoyo individual
- Seguimiento continuo
- Orientación formativa
- Acompañamiento durante todo el proceso

Porque aprender es más fácil cuando alguien te acompaña.



Da el paso hacia tu futuro digital

No necesitas experiencia, solo ganas de empezar.

Atrévete.
Descubre todo lo que eres capaz de hacer.
Y empieza hoy a construir nuevas oportunidades para tu vida.

Inscríbete ahora <https://mujeresenmodo.es/encuentros/>

Plazas limitadas

- **El Baix Camp:** Cambrils
- **Baix Ebre:** Tortosa
- **El Garraf:** Vilanova i la Geltrú
- **El Maresme:** Pineda de Mar
- **La Selva:** Lloret de Mar
- **La Segarra:** Cervera
- **La Noguera:** Balaguer
- **L'Alt Camp:** Valls
- **L'Alt Penedès:** Vilafranca del Penedès
- **El Baix Penedès:** Calafell