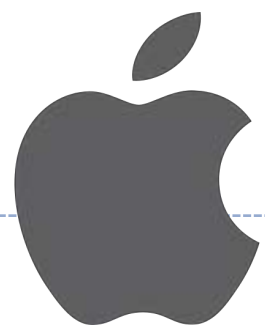


Fundación
Telefónica

iPhone



01 MI TELÉFONO

Nombre:



Lo primero, **gracias por acudir a nuestro taller de formación**. Esperamos que te haya sido útil, además de pasar un buen rato.

Con esta breve guía **queremos que tengas en casa temas explicados, cosas aprendidas** y alguna más que quizás se han quedado en el tintero.

A lo largo de las páginas encontrarás 5 bloques temáticos que te resultarán familiares:

- 1 **Mi teléfono**
 - 1.1. Introducción.
 - 1.2. Pantalla Táctil.
- 2 **Ajustes**
 - 2.1. Introducción.
 - 2.2. Ajustes rápidos.
 - 2.3. Conectarse a una red Wifi.
 - 2.4. Ajustar el tamaño de letra.
 - 2.5. Bloqueo de pantalla.
- 3 **Aplicaciones**
 - 3.1. Introducción
 - 3.2. Descargar aplicaciones.
 - 3.3. Desinstalar aplicaciones.
- 4 **Copia de seguridad**
- 5 **Cámara y galería**

Esperamos que te sirva de apoyo.



MI TELÉFONO

Encendido



Lo primero que deberemos hacer es encender nuestro teléfono móvil presionando durante unos segundos el botón destinado para ello.

Luego nos pedirá el número PIN que es el número secreto para impedir que alguien lo pueda encender y entrar en nuestro teléfono.

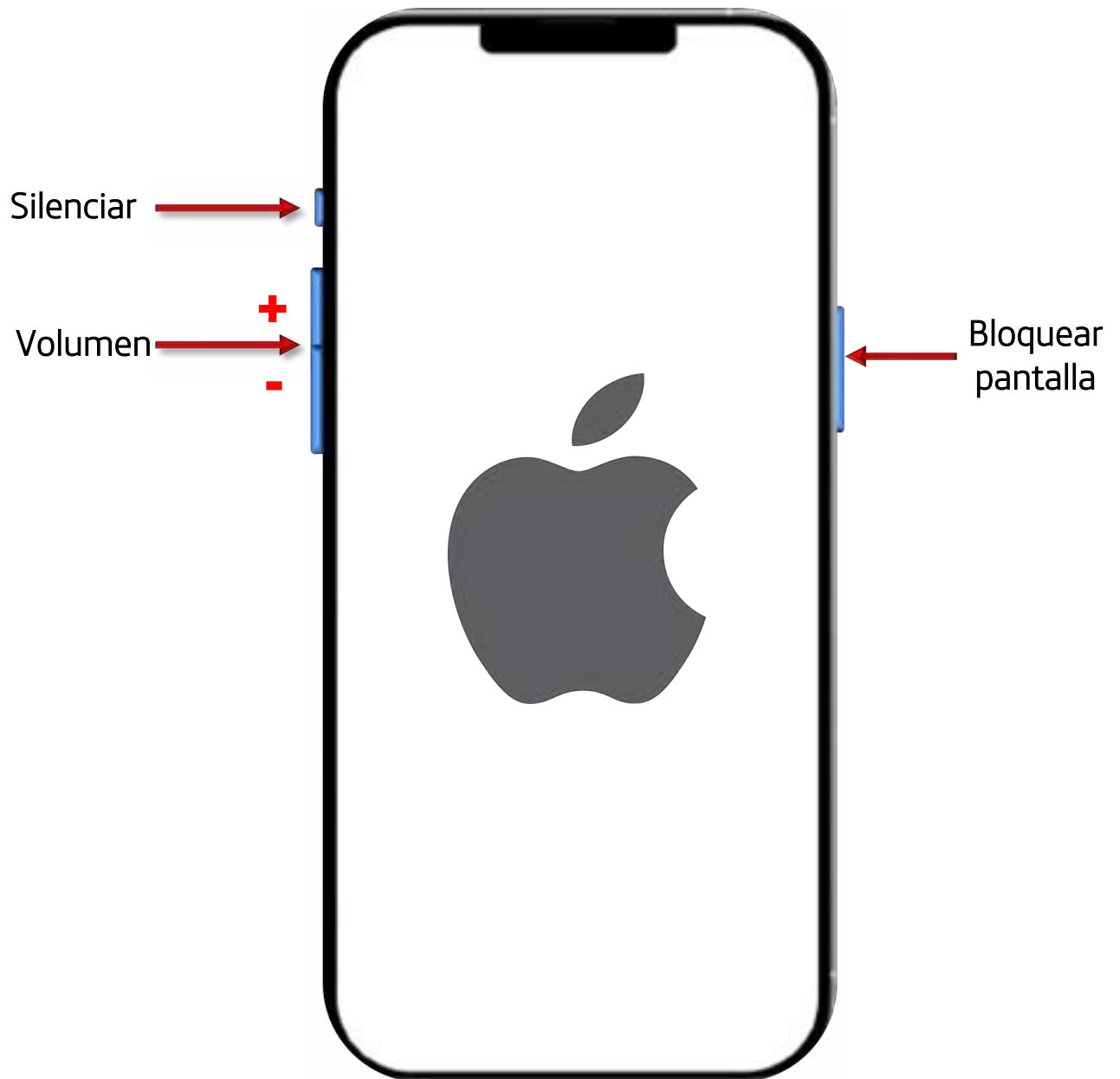


Introduce los cuatro dígitos en el espacio de la pantalla destinado para ello.

Este número no debemos olvidarlo ya que **solo tenemos tres intentos**.



Nota: En caso de que el número PIN se nos olvide o bloqueemos el teléfono, existe el número PUK, código de 8 dígitos que tendrás en la tarjeta que te facilitó la compañía telefónica con la tarjeta SIM.



Dos cosas a tener en cuenta:

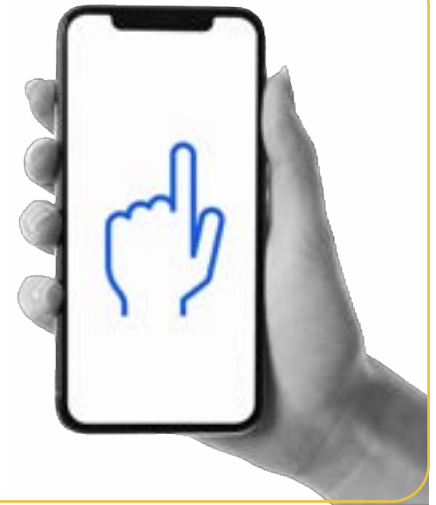
- El botón de subida y bajada de tono (volumen) se puede usar durante una llamada y la llamada no se corta.
- Algunos teléfonos, para que salgan los iconos se debe pulsar en la pantalla.

1.2. Pantalla táctil

Además de los botones que tiene el teléfono, la **pantalla** de un teléfono móvil inteligente es como **un gran botón**. Siempre que la tocamos **hace algo**.

Para seleccionar o pulsar un icono de la pantalla como si fuera un botón:

- Toque brevemente la superficie o un elemento una vez con el dedo índice.



Para hacer **más grande** la imagen de la pantalla (**acercar**):

- Toca la superficie con dos dedos juntos y luego sepárelos sin dejar de tocar la pantalla



Para hacer **más pequeña** la imagen de la pantalla (**alejar**):

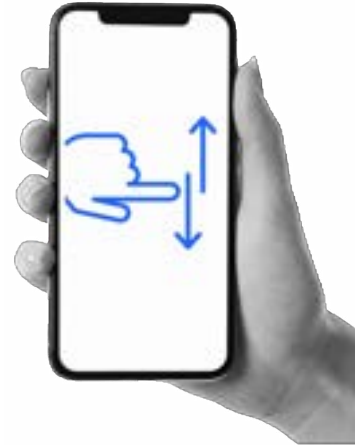
- Toca la pantalla con dos dedos separados y luego muévelos uno hacia el otro sin soltarlos.



1.2. Pantalla táctil

Para **moverse por la pantalla** dentro de una aplicación y seguir viendo cosas:

- Toca la pantalla con un dedo y muévelo de arriba a abajo.



Para **moverse por la pantalla dentro del teléfono y arrastrar**:

- Toca un elemento con un dedo continuamente durante varios segundos y luego arrastra sin soltar.

Para **moverse por la pantalla dentro del teléfono y arrastrar**:

- Toca un elemento con un dedo continuamente durante varios segundos y luego arrastra sin soltar.





AJUSTES

Es fundamental que el teléfono esté configurado en base a **las necesidades personales**.

No existe una forma única de llegar a las opciones de los distintos aspectos de configuración, pero sí una **pauta básica**, y es que **dentro de los ajustes** encontraremos palabras que nos indiquen a que hacer referencia ese ajuste concreto. Por ejemplo: pantalla, sonido,

Los ajustes del móvil **nos permiten usarlo de una manera más sencilla, rápida e intuitiva**.

Al dedicar unos minutos a configurar el móvil que utilizamos **conseguiremos sentirnos felices, comunicarnos con nuestros seres queridos y ser más autónomos**.

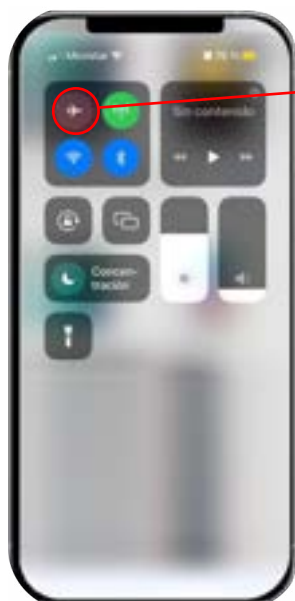


En los ajustes de tu teléfono puedes conectar tu teléfono a internet, personalizar el brillo, volumen, notificaciones... etc.

Es la aplicación que te permite la gestión del teléfono.



Son **atajos** a funciones comunes. Para abrirlos **desliza el dedo hacia abajo** desde la parte superior de la pantalla.



MODO AVIÓN

El modo avión lo puedes activar y desactivar cuando quieras.

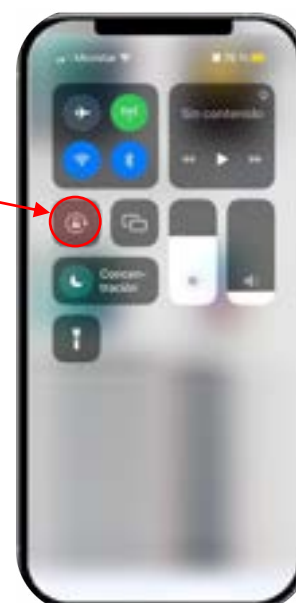
Cuando activas, el modo avión **desconecta todas las conexiones inalámbricas de tu teléfono**.

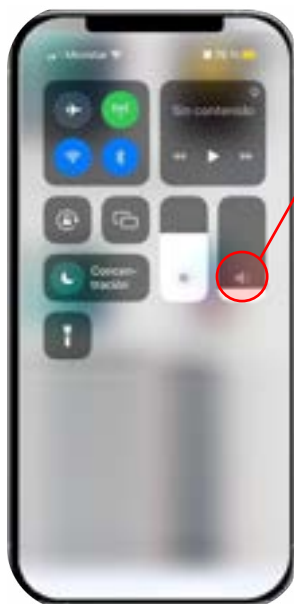
Es casi como si estuviera apagado, pero pudiéndolo utilizar aún sin conexión para algunas cosas como hacer o ver fotos, grabar vídeos etc. (lo que no necesite estar conectado a internet).

GIRO DE PANTALLA

Activa el giro de pantalla para que tu pantalla **rote automáticamente entre el modo horizontal y el modo vertical** al mover la pantalla.

Si no lo tienes activado permanecerá siempre en modo vertical.





SILENCIO/NO MOLESTAR

Al pulsar en el botón silencio podemos elegir entre **Silencio total** o **Solo alarmas**.

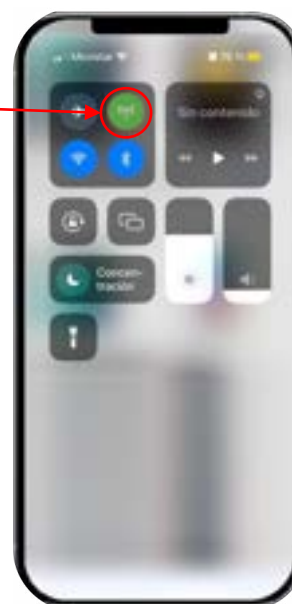
Silencio total evita cualquier sonido o vibración.

Sólo escucharemos sonido **si aceptamos o realizamos una llamada**.

DATOS MÓVILES

Este botón te permite **habilitar o deshabilitar** la conexión de datos móviles de tu teléfono.

Los datos móviles son **con los que accedes a Internet** utilizando la red de datos proporcionada por tu operador de telefonía móvil, **en lugar de depender de una conexión Wifi**.



Internet

Internet es una red muy grande de máquinas intercambiando información de forma continua.

Gracias a esta red podemos comprar, leer, comunicarnos con nuestra familia, oír la radio, ver la televisión, aprender, jugar al bingo e incluso pedir cita en el médico.

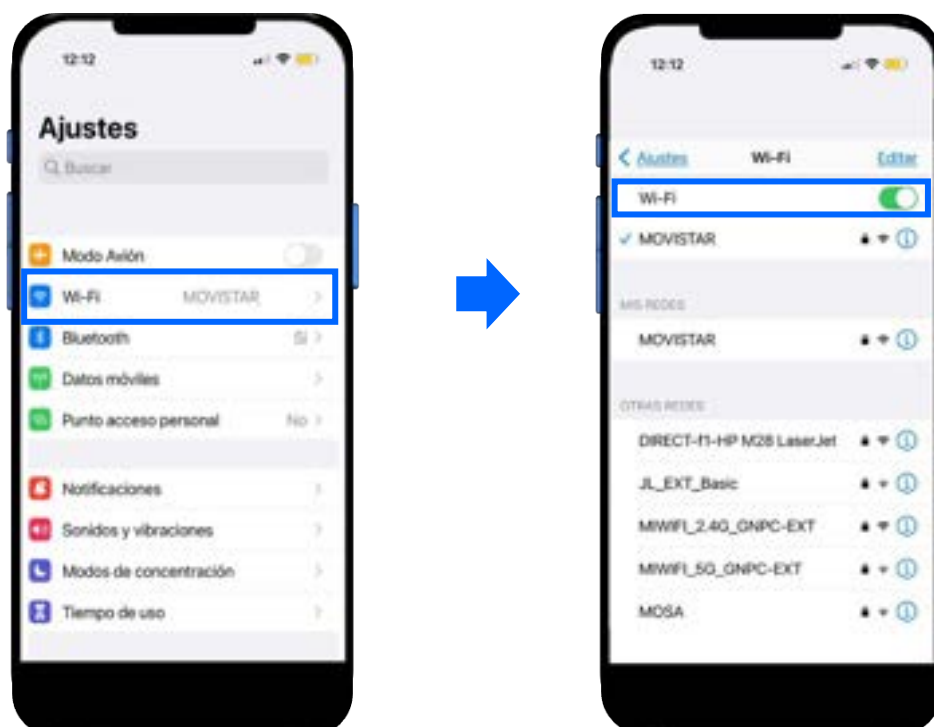
Wifi

Una red wifi es un tipo de tecnología que permite conectar diferentes aparatos como ordenadores, móviles y otros equipos para que intercambien información entre ellos y se conecten a internet (y todo ello sin cables).

Al igual que nuestro teléfono se conecta a una red para hacer llamadas y enviar mensajes de texto, también se conecta para acceder a internet.

Conéctate a una red Wifi:

Pulsa en "Ajustes" (⚙️) y sigue estos pasos:



Contraseñas más seguras

Mínimos a tener en cuenta para que tu contraseña sea lo más robusta posible:

- Debe tener entre 8 y 10 caracteres.
- Deberá incluir al menos una letra en mayúscula.
- Incorporar un signo.




Ejemplo:

1. Pensar **una frase** de una, dos o tres palabras (La longitud mínima recomendada es de 10 caracteres) → **Renacer digital**
2. **Unir** las palabras de la frase y **alternar mayúsculas y minúsculas**. → **RenacerDigital**
3. Intercambiar **algunas letras por cifras**. (e=3 / i=1) → **R3nac3rD1g1tal**
4. Añadir **un carácter especial**. (Espacio=_) → **R3nac3r_D1g1tal**
5. Personalizar la clave **para cada servicio**. → **R3nac3r_D1g1tal_luz**
R3nac3r_D1g1tal_telefono

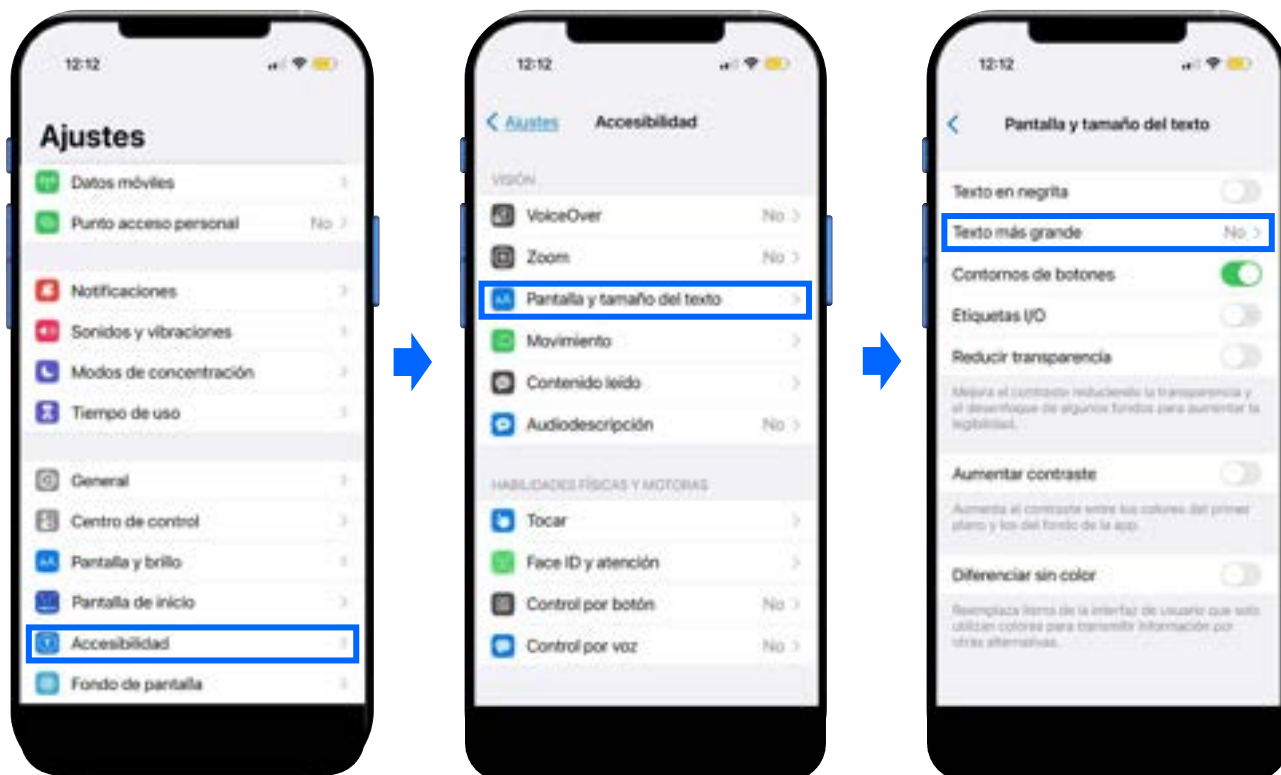
Ahora tú:

1. Piensa una frase. →
2. Une las palabras y **alterna mayúsculas y minúsculas**. →
3. Intercambia **algunas letras por cifras**. →
4. Añade **un carácter especial**. →



Pulsa en el icono de ajustes: 

Y sigue estos pasos:



Bloquear la pantalla de nuestro teléfono permite que podamos **controlar el acceso de otras personas y proteger nuestra información personal**.

Cuando utilizamos nuestro móvil almacenamos información, fotografías, correos electrónicos, números de teléfono e incluso direcciones postales.

Además, esta función **permite que el teclado y la pantalla se apaguen mientras no estamos usándolo** y evitar que se realicen llamadas o se pulse alguno de los botones externos del teléfono.

Los sistemas de bloqueo son como las llaves de la caja fuerte, con ellos conseguiremos poner muy difícil el acceso a nuestro teléfono.

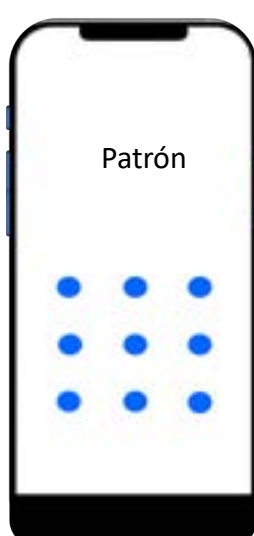


Existen distintos tipos de bloqueo:

- PIN
- Patrón
- Huella Dactilar
- Reconocimiento facial




Hay que introducir un código de habitualmente 4-6 números
¡Ojo! no tiene por qué ser el número PIN de acceso a tu teléfono.

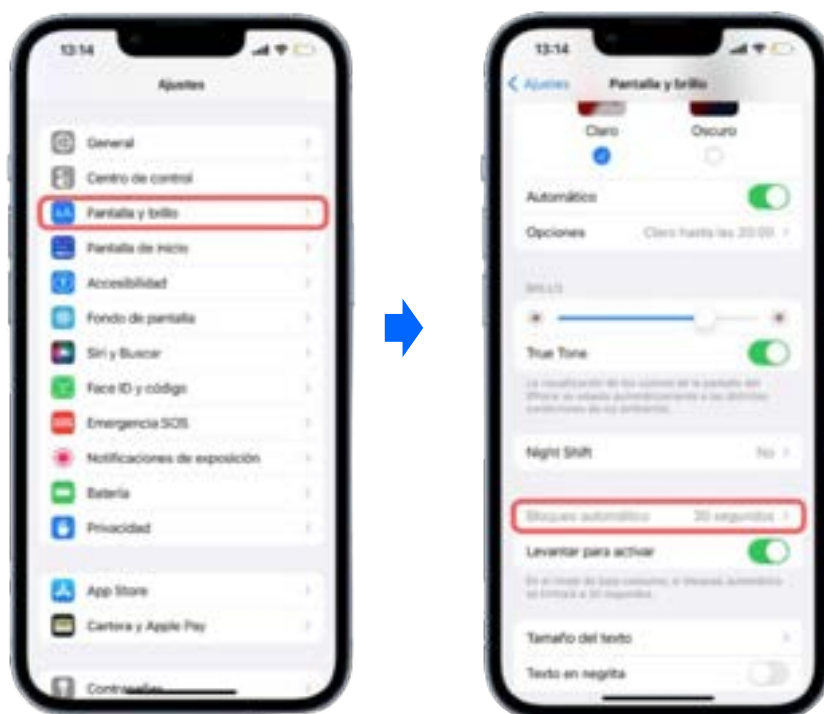


Es un sistema de trazado de dibujo con el dedo uniendo una serie de nueve puntos



Pulsa en el icono de ajustes: 

Y sigue estos pasos:





APLICACIONES

Las aplicaciones (Apps) son pequeños programas que se instalan en el teléfono o tablet, que nos permiten realizar tareas.

Ejemplos:



WhatsApp → para comunicarnos.



Aplicaciones de juegos como sopas de letras.



Calendario del móvil → para poner las citas.




Contactos → para guardar los teléfonos o la propia aplicación de llamada.



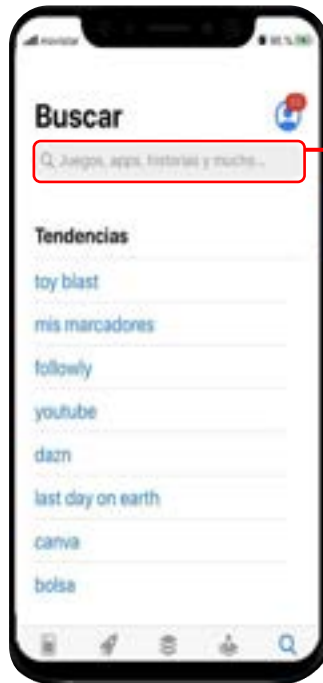
Desde este icono podrás **descargarte aplicaciones** de diversa índole: compras, juegos, mapas, redes sociales...



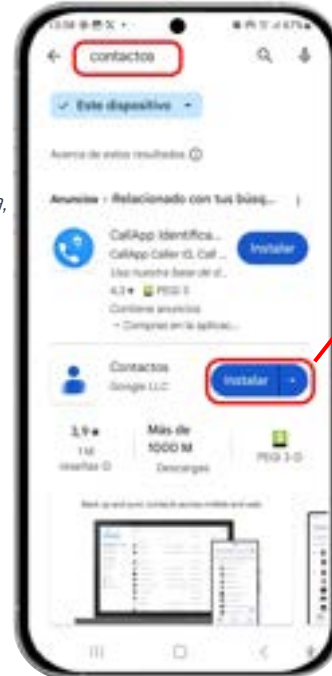
Descargar una app no es más que "coger" una aplicación de Internet y ponerla en nuestro móvil (Instalar).

Pulsa en el icono de la App Store: 

Y sigue estos pasos:



En el **buscador** escribe lo que quieres descargar. Por ejemplo: *juegos de mesa, calendario, contactos...*



Una vez seleccionada la App que te interesa sólo tienes que pulsar en "instalar"

A tener en cuenta:

Descargas:

- Hay descargas gratuitas y de pago.
- Por seguridad siempre se debe descargar desde la aplicación oficial de descargas de aplicaciones *App Store*, de esta manera nos aseguramos no instalar aplicaciones maliciosas.

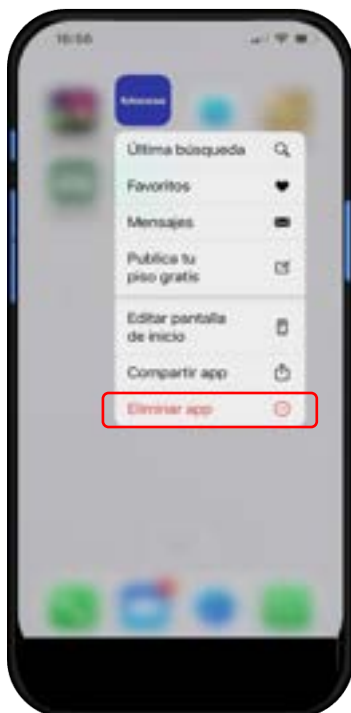
Permisos:

- Hay aplicaciones que nos pedirán **permiso** para acceder a algunas zonas de nuestro teléfono, es necesario dárselo para que funcionen pero debemos informarnos cuando decir que si y cuando no otorgar permiso.
- Siempre será reversible.
- No hay una guía específica, lo importante es aplicar el **sentido común**.

Desinstalar una App

Ahora que sabes instalar apps es importante también que aprendas a desinstalarlas así como a modificar los permisos de cualquier aplicación que tengas en el móvil .

Para desinstalar la aplicación en iOS deberemos **dejar el dedo pulsado sobre el icono de la aplicación**, se abrirá un menú y pulsaremos sobre "**eliminar app**", una vez pulsemos nos dará las opciones:



- **Eliminar app:** la aplicación ya no estará en el teléfono.
- **Eliminar de la pantalla de inicio:** la aplicación seguirá instalada en el teléfono, pero no la veremos en la pantalla de inicio.
- **Cancelar:** permite anular la acción de eliminar la aplicación.



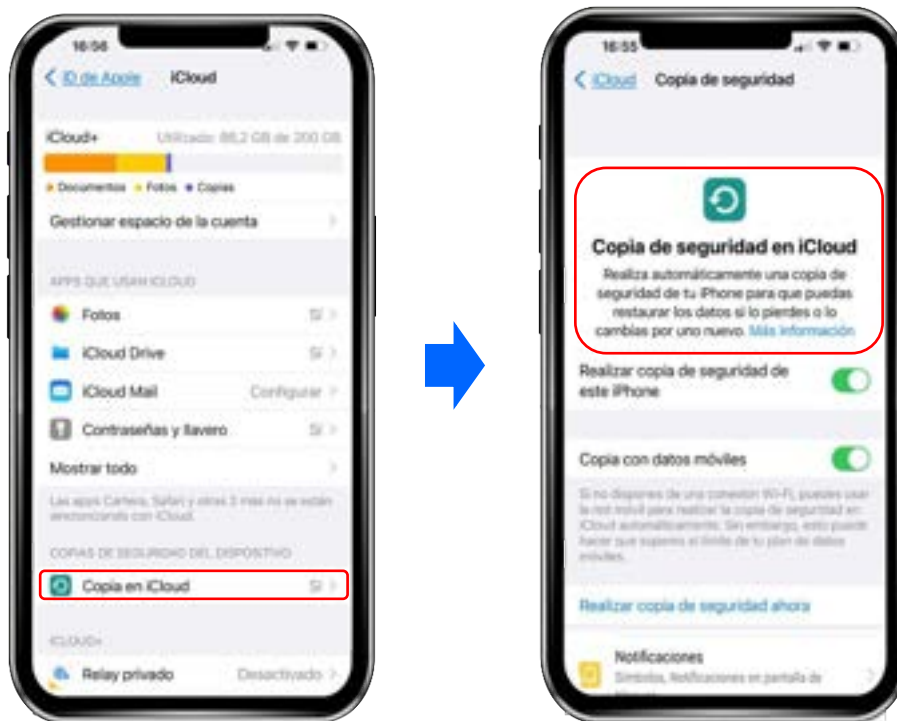


COPIA DE SEGURIDAD

La copia de seguridad nos **permite hacer una copia de los datos** que tienes en tu teléfono, se realiza con el objetivo de tener un medio para recuperarla.

Esta copia de seguridad queda guardada en tu cuenta de **iCloud**.

Así, si tu teléfono se rompe o lo pierdes, podrás rescatar la información y trasladarla a otro teléfono **escribiendo tu correo electrónico y la contraseña del correo**.






CÁMARA Y GALERÍA

La cámara y la galería donde se guardan las imágenes, **vienen por defecto** en los teléfonos móviles.

Dependiendo de tu dispositivo puede encontrar que sólo tengas Fotos o una galería/álbum de la propia de la marca.

En la galería/fotos si quieres **eliminar una o varias imágenes** deberás dejar el dedo pulsado sobre ella y pulsar en la palabra **eliminar o papelera**.

Desde la aplicación de galería/fotos también puedes **compartir una o varias imágenes** con otra aplicación, por ejemplo, WhatsApp. Para ello, bastará con que selecciones la/s imágenes y pulses al **icono de compartir** ().







