

PROGRAM SZKOLENIA

DIGIT-GERA: 2021-1-PL01-KA220-ADU-000026148

**BUDOWANIE CYFROWEJ SPOŁECZNOŚCI
EDUKACYJNEJ PRZYJAZNEJ OSOBOM STARSZYM**

1) Wprowadzenie i zasady kursu DIGIT-GERA

Plan Edukacji Cyfrowej dla Europy na lata 2021-2027 podkreślił brak programów szkoleniowych zaprojektowanych specjalnie dla seniorów z wykorzystaniem metodologii geragogiki. Celem projektu DIGIT-GERA było opracowanie kompleksowej metodologii kształcenia seniorów w ramach europejskich. Projekt ma też na celu zaprezentowanie dobrych praktyk i zwiększenie umiejętności edukatorów / trenerów w zakresie zapewniania szkoleń dostosowanych do seniorów, promujących ich włączenie społeczne oraz w społeczeństwo cyfrowe. Cele projektu obejmują: opracowanie wspólnej metodologii pedagogicznej, szkolenie edukatorów w zakresie budowania społeczności cyfrowych przyjaznych osobom starszym (DAFLC), promowanie europejskich ram kompetencji cyfrowych dla nauczycieli (DigCompEdu) w celu rozpoznawania kompetencji cyfrowych edukatorów oraz stworzenie cyfrowej społeczności edukacyjnej dla seniorów.

Kurs e-learningowy DIGIT-GERA to innowacyjne narzędzie przeznaczone dla trenerów i pracowników organizacji edukacyjnych, mające na celu stworzenie bardziej integracyjnego i cyfrowego społeczeństwa. Kurs ten, oparty na Europejskim Planie Działania na rzecz Edukacji Cyfrowej, jest kluczową inicjatywą mającą na celu wzmocnienie pozycji seniorów w erze cyfrowej. Ponieważ społeczeństwo staje się coraz bardziej globalne, konieczne jest wyposażenie seniorów w umiejętności i wiedzę niezbędne do poruszania się w cyfrowym świecie.

Kurs e-learningowy DIGIT-GERA składa się z 10 kompleksowych modułów, zaprojektowanych w celu sprostania wyjątkowym wyzwaniom i możliwościom napotykanym przez seniorów w erze cyfrowej.

Cele edukacyjne

Cele kursu DIGIT-GERA obejmują:

1. **Zwiększenie umiejętności edukatorów i trenerów w zakresie korzystania z technologii cyfrowych w celu skutecznego nauczania seniorów**, ze szczególnym uwzględnieniem obszarów określonych w DigCompEdu, takich jak: nauczanie, uczenie się oparte na współpracy oraz dostępność i integracja.
2. **Rozwijanie umiejętności osobistych nauczycieli i trenerów**, takich jak komunikacja, współpraca i rozwiązywanie problemów, aby skutecznie wspierać seniorów w odkrywaniu cyfrowego świata.

3. **Przekazanie wiedzy z zakresu geragogiki i metod nauczania dostosowanych do potrzeb seniorów**, w tym wprowadzenie ram DigComp i ich wykorzystanie w planowaniu i wdrażaniu działań dla seniorów z naciskiem na bezpieczeństwo.
4. **Przygotowanie edukatorów i trenerów do prowadzenia zajęć na temat aktywnego obywatelstwa cyfrowego**, bezpieczeństwa online, stymulowania umysłów seniorów poprzez technologię, zdrowia psychicznego seniorów, sprawności fizycznej, samoświadomości i krytycznej geragogiki.
5. **Budowanie cyfrowej społeczności edukacyjnej przyjaznej osobom starszym (DAFLC)**, która będzie wspierać uczenie się seniorów i pozwoli dzielić się doświadczeniami w nauczaniu.

Efekty uczenia się

Po ukończeniu kursu uczestnicy będą w stanie

1. Wyjaśnić koncepcję cyfrowej społeczności edukacyjnej przyjaznej osobom starszym (DAFLC) i jej znaczenie dla osób starszych.
2. Zidentyfikować potrzeby i preferencje seniorów w zakresie edukacji cyfrowej.
3. Wykorzystać technologie cyfrowe do skutecznego uczenia seniorów.
4. Stosować metody nauczania oparte na geragogice, dostosowane do potrzeb seniorów.
5. Promować aktywne obywatelstwo cyfrowe i bezpieczeństwo online wśród seniorów.
6. Budować i wspierać cyfrowe społeczności edukacyjne przyjazne osobom starszym.

Kurs został przygotowany przez międzynarodowy zespół specjalistów z Polski, Francji, Portugalii, Hiszpanii i Włoch, co zapewnia różnorodność narzędzi, metod i perspektyw oraz przyczynia się do głębszego zrozumienia tematu przez uczestników.

Szkolenie DIGIT-GERA zostało opracowane w języku angielskim, polskim, francuskim, hiszpańskim, portugalskim i włoskim.

2) Program szkolenia DIGIT-GERA - cele i efekty

Moduł	Czas trwania (godziny)	Jednostki	Cele kształcenia	Efekty uczenia się
M1 - Wprowadzenie	1		Zwiększenie umiejętności edukatorów w zakresie korzystania z technologii cyfrowych do organizacji procesów uczenia się seniorów, w oparciu o geragogikę i metody dostosowane do seniorów. Przygotowanie nauczycieli do promowania włączenia seniorów do obywatelstwa cyfrowego, bezpieczeństwa online oraz tworzenia cyfrowej społeczności edukacyjnej przyjaznej wiekowi cyfrowemu (DAFLC).	Po ukończeniu kursu uczestnicy zrozumieją i wdrożą DAFLC dla seniorów, odpowiadając na ich potrzeby w zakresie edukacji cyfrowej, projektując angażujące zajęcia, wspierając społeczność, promując obywatelstwo cyfrowe oraz zwiększając autonomię i zdrowie za pomocą narzędzi cyfrowych.
M2 - Poprawa umiejętności cyfrowych seniorów	7	Unit 1. Umiejętności cyfrowe seniorów Unit 2. Czym jest wspólne uczenie się?	Poprawa umiejętności organizowania efektywnej pracy zespołowej i komunikacji (w tym świadomości interpersonalnej i międzykulturowej).	Po ukończeniu modułu uczestnicy rozumieją wpływ społeczeństwa cyfrowego na seniorów i potrafią rozpoznawać i dostosowywać się do ich indywidualnych potrzeb,

		Unit 3. Nieformalne uczenie się Unit 4. Pomoce dydaktyczne i stosowność Unit 5. Projektowanie lekcji	Poznanie metod promowania krytycznego myślenia wśród seniorów oraz umożliwiania im rozwijania indywidualnej odpowiedzialności za zespół i swoją pracę. Rozwój umiejętności analizy potrzeb seniorów i ich poczucia komfortu w zakresie kompetencji cyfrowych.	proponować odpowiednie opcje uczenia się, weryfikować swoje metody oraz oceniać i reagować na postępy seniorów w nauce.
M3 - Aktywne Obywatelstwo Cyfrowe - Narzędzia prowadzące dojrzałych słuchaczy od refleksji i uczenia się do działania.	7	Unit 1. Na jakich filarach opiera się koncepcja Obywatelstwa Cyfrowego? Unit 2. Jak przeanalizować kompetencje, które powinien posiadać senior, aby nadążał za zmianami w digitalizującym się świecie? Unit 3. Jak organizować procesy rozwojowe odpowiednio dostosowane do potrzeb seniorów, dzięki którym aktywnie włączają się w społeczeństwo cyfrowe?	Doskonalenie umiejętności trenerów/edukatorów w zakresie planowania, organizowania i realizowania procesów rozwojowych dla seniorów w społeczeństwie cyfrowym, dostosowanych do ich potrzeb. Zwiększenie wiedzy na temat społeczeństwa cyfrowego, analiza niezbędnych kompetencji cyfrowych seniorów i prezentacja metod zgodnych z geragogiką.	Po ukończeniu modułu uczestnicy zrozumieją koncepcję społeczeństwa cyfrowego i będą mogli pomóc seniorom w zaangażowaniu się poprzez planowanie i dostosowywanie procesów rozwojowych, wybór odpowiednich metod i ocenę postępów.

M4 - Bezpieczeństwo - Europejskie Ramy Kompetencji Cyfrowych dla obywateli jako narzędzie do rozwijania umiejętności cyfrowych seniorów	6	Unit 1. Jak nauczyć seniorów bezpiecznego poruszania się w środowisku cyfrowym? Unit 2. Różne wymiary bezpieczeństwa	Zwiększenie umiejętności trenerów w zakresie planowania i wdrażania procesów rozwojowych dotyczących bezpieczeństwa seniorów w świecie cyfrowym. Zwiększenie wiedzy na temat DigComp 2.2, ze szczególnym uwzględnieniem bezpieczeństwa, ochrony urządzeń i treści, prywatności danych, dobrostanu i wpływu używania technologii na środowisko. Poprawa umiejętności projektowania procesów rozwojowych związanych z bezpieczeństwem seniorów w społeczeństwie cyfrowym.	Po ukończeniu modułu uczestnicy zrozumieją DigComp 2.2 i będą w stanie planować i wdrażać procesy rozwojowe dla seniorów skoncentrowane na bezpiecznym korzystaniu z technologii cyfrowych.
M5 - Poszerzanie umysłów seniorów: nowe horyzonty	8	Unit 1. Historie rynkowe online, srebrna gospodarka i odpowiedzialna konsumpcja Unit 2. "Srebrna gospodarka" i zastosowanie koncepcji "onlife" do odkrywania piękna	Zwiększenie kompetencji trenerów i edukatorów osób starszych, aby mogli pokazać swoim słuchaczom nowe możliwości i perspektywy w korzystaniu z technologii, aby seniorzy mogli stać się prawdziwymi i aktywnymi obywatelami cyfrowego świata, poprzez kluczowe działania, takie jak: dokonywanie świadomych wyborów rynkowych, odkrywanie	Po ukończeniu modułu trenerzy i edukatorzy będą w stanie pomóc seniorom używać technologii do: realizowania celów społecznych, uczestniczenia w działaniach lokalnych społeczności, rozwijania nowych umiejętności i znajdowania nowych celów życiowych oraz promowania

		Unit 3. Wciągająca technologia - eksploracja świata poprzez zmysły.	otaczającego piękna i nowych metod uczenia się, budowanie społeczności, wspieranie witalności psychicznej przez całe życie.	zdrowia psychicznego i fizycznego za pomocą technologii.
M6 - Poprawa zdrowia psychicznego seniorów w środowisku po pandemii	6	Unit 1. Czym jest zdrowie psychiczne? Unit 2. Pięć kroków do dobrego samopoczucia	Zwiększenie umiejętności trenerów w zakresie promowania zdrowia psychicznego i pozytywnego stylu życia seniorów. Pokazanie skutecznych sposobów radzenia sobie ze skutkami Covid-19, zmniejszania izolacji i poprawy ogólnego samopoczucia.	Po ukończeniu tego modułu trener będzie w stanie pomóc seniorom w ponownym nawiązaniu kontaktu i utrzymaniu zdrowego stylu życia, z naciskiem na holistyczne samopoczucie i zaangażowanie społeczne.
M7 - Poprawa kondycji fizycznej seniorów	6	Unit 1. FITNESS Unit 2. MEDYTACJA Unit 3. ZDROWIE Unit 4. ODŻYWIENIE	Zwiększenie umiejętności edukatorów z zakresu korzystania z zasobów cyfrowych i aplikacji wspierających zdrowy styl życia.	Po ukończeniu modułu słuchacz będzie wiedział, jak korzystać z zasobów cyfrowego świata w zakresie fitnessu, medytacji, odżywiania i zdrowia, aby wspierać dobre samopoczucie fizyczne seniorów.
M8 - Samoświadomość: podnoszenie świadomości osób starszych na temat ich roli w społeczeństwie	6	Unit 1. Jak seniorzy postrzegają samych siebie i jak są postrzegani przez społeczeństwo. Unit 2. Nowe ścieżki dla roli seniorów w społeczeństwie.	Celem jest poprawa umiejętności trenerów, które umożliwią im wspieranie seniorów w aktywnym uczestnictwie w społeczeństwie poprzez zwiększanie świadomości na temat starzenia się, promowanie zdrowego starzenia się oraz	Po ukończeniu tego modułu trenerzy będą mogli zachęcać seniorów do refleksji nad swoimi mocnymi i słabymi stronami, wspierać ich samoświadomość i podkreślać znaczenie rozwijania umiejętności aktywnego uczestnictwa w społeczeństwie.

			umiejętności cyfrowych i integracji społecznej.	
M9 - Geragogika krytyczna	6	Jednostka 1. Geragogika krytyczna Jednostka 2. Pozytywne zaangażowanie cyfrowe Jednostka 3. Reaktywne zaangażowanie cyfrowe	Poznanie znaczenia geragogiki krytycznej i jej praktycznych zastosowań w świecie cyfrowym.	Po ukończeniu tego modułu uczestnicy będą w stanie Zdefiniować geragogikę krytyczną i jej podstawowe zasady (upodmiotowienie, krytyczna refleksja, współpraca). Wyjaśnić korzyści, jakie krytyczna geragogika może przynieść edukacji seniorów (walka z marginalizacją, uczenie się przez całe życie, budowanie społeczności). Rozpoznać potencjał technologii cyfrowych do wzmocnienia pozycji i uczestnictwa w społeczeństwie oraz rozwijania poczucia własnej skuteczności seniorów w poruszaniu się po cyfrowym świecie.
M10 - Cyfrowa społeczność edukacyjna przyjazna wiekowi (DAFLC) - praktyczna przestrzeń do nauki i	7	Unit 1. Jak rozumiemy DAFLC? W jaki sposób organizacje tworzą Cyfrową Społeczność Edukacyjną	Wzrost zrozumienia koncepcji cyfrowej społeczności edukacyjnej przyjaznej osobom starszym (DAFLC) jako praktycznej przestrzeni do nauki i rozwijania kompetencji cyfrowych seniorów.	Po ukończeniu modułu uczestnik będzie znał formy pracy dydaktycznej w cyfrowych społecznościach edukacyjnych przyjaznych seniorom, znał cechy platform wykorzystywanych do

rozwoju kompetencji cyfrowych		Przyjazną Wiekowi (DAFLC)? Unit 2. Jak trener/edukator może stworzyć DAFLC? DigCompEdu jako wskaźnik rozwoju kompetencji cyfrowych trenerów.		budowania DAFLC i wiedział, w jaki sposób edukatorzy mogą korzystać z DAFLC. Będzie wiedzieć do czego służy matryca DigCompEdu i jak z niej korzystać.
-------------------------------	--	---	--	---

3) Zawartość szkolenia DIGIT-GERA

W tym kursie partnerzy projektu opracowali łącznie 10 modułów dedykowanych trenerom seniorów i organizacjom pracującym z seniorami, poświęconych różnym zagadnieniom, opartych na podejściu geragogicznym.

1. Wprowadzenie do DIGIT-GERA

Moduł ten prezentuje projekt DIGIT-GERA, cele i rezultaty kursu, które mają zostać osiągnięte przez trenerów, a także krótko opisuje zawartość poszczególnych modułów.

2. Umiejętności cyfrowe - podnoszenie umiejętności cyfrowych seniorów

W tym module trenerzy dowiedzą się, jak odpowiednio podejść do seniorów i pomóc im w zdobywaniu i rozwijaniu umiejętności cyfrowych. Ten rozdział przedstawia i analizuje wybrane metody proponowane trenerom do pracy podczas kursów i szkoleń z seniorami, a także pokazuje najlepsze podejścia: wspólne uczenie się, nieformalne uczenie się oraz pomoce dydaktyczne i projektowanie lekcji.

3. Aktywne obywatelstwo cyfrowe - narzędzia prowadzące dorosłych uczniów od refleksji i uczenia się do działania

Moduł ten zapewnia narzędzia i porady dla edukatorów dorosłych, dotyczące obywatelstwa cyfrowego. Pokazuje jak organizować edukację seniorów w celu wzmocnienia ich proaktywnego i odpowiedzialnego uczestnictwa w świecie cyfrowym oraz bycia aktywnym obywatelem, który czuje się komfortowo z nowymi technologiami.

4. Bezpieczeństwo - Europejskie Ramy Kompetencji Cyfrowych dla obywateli jako narzędzie wspierania umiejętności cyfrowych osób starszych

Moduł ten pokazuje jak uczyć seniorów bezpiecznego funkcjonowania w społeczeństwie cyfrowym. Pomocą w planowaniu działań rozwojowych są tu przywołane Europejskie Ramy Kompetencji Cyfrowych. W drugiej części zawarto treści, które stanowią przegląd zagadnień z obszaru 4. DigComp2.2 - Bezpieczeństwo. Materiały te ułatwią trenerom / edukatorom przygotowanie się do szkolenia seniorów

w zakresie bezpiecznego korzystania z internetu. Mogą też być wykorzystane je w pracy ze słuchaczami w procesie blended learning.

5. Rozwijanie umysłów osób starszych: nowy horyzont

W tym module przedstawiono, w jaki sposób pokazać seniorom, szeroki zakres możliwości oferowanych im przez Internet w celu rozwijania nowych umiejętności życiowych, takich jak umiejętności społeczne, ale także w odniesieniu do tematów takich jak dobre samopoczucie, a nawet szczęście. Trenerzy będą umieli pokazać starszym dorosłym, jak być internetowym konsumentem, ale także jak odkrywać nowe: na przykład korzystać z VR (wirtualnej rzeczywistości) w celu zwalczania samotności lub słuchać audiobooków i / lub podcastów.

6. Poprawa zdrowia psychicznego seniorów w środowisku po pandemii

Ten moduł koncentruje się na tym, jak poprawić pozytywne nastawienie wśród seniorów, pokazując, jak ważne jest, aby trenerzy pomagali seniorom wznowić ich aktywność i nawiązywać bezpieczne kontakty społeczne, a tym samym znaleźć i utrzymać zdrowy i pozytywny styl życia.

7. Poprawa kondycji fizycznej seniorów

W tym module, aby pomóc seniorom w utrzymaniu zdrowia fizycznego i psychicznego zaproponowano i omówiono różne platformy cyfrowe dostarczające materiały, takie jak filmy, artykuły i ćwiczenia dotyczące zdrowia, aktywności fizycznej, medytacji, a także odżywiania.

8. Samoświadomość: podnoszenie świadomości starszych uczniów na temat ich roli w społeczeństwie

Moduł ten ma na celu przygotowanie edukatorów do wspierania seniorów w zrozumieniu ich miejsca i znaczenia w społeczności. Moduł składa się z dwóch jednostek: pierwsza koncentruje się na tym, jak seniorzy postrzegają siebie i jak są postrzegani przez społeczeństwo, co ma pomóc edukatorom w identyfikacji i zwalczaniu negatywnych stereotypów. Druga jednostka skupia się na nowych ścieżkach roli seniora w społeczeństwie, co ma na celu pokazanie, jak osoby starsze mogą aktywnie i produktywnie uczestniczyć w życiu społecznym.

9. Geragogika krytyczna

Moduł ten koncentruje się na tym, w jaki sposób geragogika krytyczna, jako podejście pedagogiczne odnosi się do samorealizacji seniorów oraz wzmacniania ich poczucia celu i tożsamości.

10. Cyfrowa społeczność edukacyjna przyjazna osobom starszym (DAFLC) - praktyczna przestrzeń do nauki i rozwijania kompetencji cyfrowych

Koncepcja cyfrowej społeczności edukacyjnej przyjaznej osobom starszym (Digital Age-Friendly Learning Community - DAFLC) polega na stworzeniu integracyjnego, wspierającego i dostępnego środowiska cyfrowego dla seniorów, do nauki i rozwijania umiejętności.

W tym module uczestnicy poznają różne formy pracy dydaktycznej w cyfrowych społecznościach edukacyjnych przyjaznych seniorom. Zostało tu opisanych kilka przykładów platform cyfrowych, oraz innych narzędzi które mogą być wykorzystywane przez trenerów do tworzenia DAFLC i ułatwiania seniorom zrozumienia i rozwijania ich umiejętności.

Zostały tu też przybliżone Europejskie Ramy DigCompEdu jako wskaźnik rozwoju kompetencji cyfrowych trenerów.

4) Kurs online DIGIT-GERA

W ramach projektu, konsorcjum DIGIT-GERA opracowało kurs online, dostępny na platformie DIGIT-GERA. Kurs dedykowany jest edukatorom i trenerom pracującym z seniorami oraz organizacjom zajmujących się edukacją dojrzałych dorosłych. W każdym module znajdują się treści nawiązujące do istotnych w edukacji seniorów tematów. Uczestnik znajdzie tu dużo wskazówek metodycznych oraz odniesień do przydatnych cyfrowych narzędzi i zasobów. Każdy moduł kończy się quizem samooceny, a osiągnięcie pozytywnego wyniku, pozwala wygenerować certyfikat.

Dostęp do materiałów można uzyskać z komputerów PC, laptopów, tabletów lub smartfonów za pomocą odpowiedniego adresu URL:

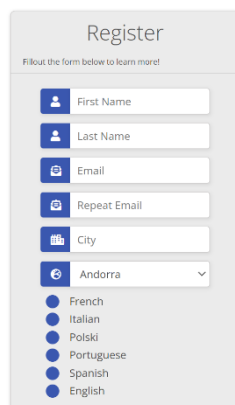
<https://digitgeracourse.eu/register/>.

Ten link jest również bezpośrednio dostępny na stronie internetowej projektu:

<https://digitgera.eu/>.

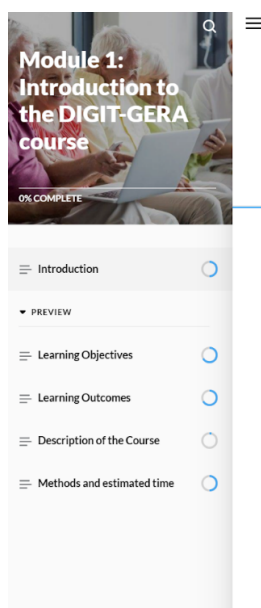
W każdym module znajduje się informacja o przewidywanym czasie realizacji modułu, opis zakładanych celów kształcenia, efektów uczenia się, a także kwestionariusz samooceny do pomiaru nabytych umiejętności. Wreszcie, użytkownicy mają dostęp do dodatkowych materiałów, aby mogli doskonalić swoje umiejętności i uczyć się nowych kompetencji we własnym rytmie.

Pierwszym krokiem jest część rejestracyjna zapraszająca użytkownika do podania informacji o sobie:



Zrzut ekranu dla fazy rejestracji

Rejestrując się uczestnik wybiera język kursu, a potem może realizować różne moduły w zależności od swoich potrzeb i zainteresowań. W każdym module znajduje się część wprowadzająca, a także części opisujące cele i efekty uczenia się, a następnie różne jednostki.



Part 1 of 5

Introduction

The Digital Education plan for Europe 2021–2027 included a consultation to stakeholders that partners have taken as a starting point for the DIGIT-GERA project, along with their own experience in training activities with seniors and their experience with online training before and during the pandemic situation. The main finding is the lack of training programs that are specifically created for senior citizens under the geragogy methodology. The DIGIT-GERA project aims at creating something that has not been created before, a comprehensive methodology for teachers of seniors built under an European and common approach. Partners of DIGIT-GERA project are active in many educational environments for adult education; but when it comes to providing tailor-made training programs for seniors, some of them lack the knowledge and skills to do it in a meaningful way. That is why it is important to harmonise good practices and create a critical mass of teachers and trainers able to work with seniors and to promote the acquisition of skills under the european framework for educators to also promote the upskilling of teachers and trainers; increase their mobility opportunities and their digital skills under a common umbrella.

Zrzut ekranu z modułu 1*Screenshot from module 2*

W każdej jednostce końcowa część o nazwie "Sprawdź się" pozwala użytkownikom zmierzyć swój poziom wiedzy poprzez quiz samooceny bezpośrednio zintegrowany z platformą. Jak pokazano na poniższym przykładzie, użytkownicy mają dostęp do pytań wielokrotnego wyboru, w których mogą wybrać właściwą odpowiedź (odpowiedzi), klikając punkt (punkty).

For which purpose(s) senior learners must develop their digital competences?

- ☐ Ensuring a social inclusion
- ☐ Making their life easier
- ☐ Communicating with their loved ones
- ☒ For all these reasons

Correct

TAKE AGAIN

Zrzut ekranu z pytania wielokrotnego wyboru

Na koniec każdego modułu prezentowane jest końcowe podsumowanie z wypunktowaniem kluczowych zagadnień, bibliografią i odniesieniami, a także końcowy kwestionariusz samooceny. W każdym module, po zaliczeniu końcowego quizu, uczestnik może wygenerować certyfikat.

Part 19 of 21

Summary of Key Points

Digital Literacy for Senior Citizens:

- Developing digital literacy is crucial for seniors to navigate the digital world and enhance their quality of life.
- Tailor the learning approach to each senior's individual needs, starting with basic training on computer usage and internet navigation.
- Cover essential topics like internet safety, smartphone and tablet usage, social media, apps, online security, and regular practice to reinforce skills.

Collaborative Learning:

- Collaborative learning involves groups working together to solve problems or complete tasks, fostering active engagement.
- Benefits include improved critical thinking, expanded horizons, quick thinking, learning through feedback, and the development of public speaking and listening skills.
- Intergenerational learning is particularly effective for older adults, reducing anxiety about technology and boosting confidence.

Zrzut ekranu przedstawiający podsumowanie kluczowych punktów

Part 20 of 21

Bibliography & References

UNIT 2

[Collaborative Activities - The Bell Foundation](#)

[What Is Collaborative Learning? Theory, Examples of Activities](#)

[Effectiveness of Instructional Strategies Designed for Older Adults in Learning Digital Technologies: A Systematic Literature Review | SpringerLink](#)

UNIT 3

[Effectiveness of Instructional Strategies Designed for Older Adults in Learning Digital Technologies: A Systematic Literature Review | SpringerLink](#)

[Informal Learning of Older Adults in Using Mobile Devices: A Review of the Literature](#)

[8 Benefits of Formal and Informal Learning | World's Largest Train the Trainer Company](#)

[What is Informal Learning? - LearnUpon](#)

Zrzut ekranu przedstawiający sekcję dotyczącą bibliografii i referencji

